

**Kochrezepte  
aus Fernsehen oder Internet**

**Jacqueline Amirfallah**

**2013-2014**

**130 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>
Linsen-Püree . . . . .	2
Rahm-Porree . . . . .	2
<b>Dessert</b>	<b>3</b>
Apfel-Beignets (Krapfen) mit Schoko-Soße und Zimt-Sahne . . . . .	4
Baklava (Nuss-Sirup-Gebäck) . . . . .	5
Biskuit mit Aprikosen-Creme . . . . .	5
Gewürz-Schoko-Mousse mit Marzipan-Soße, Orangen-Filets . . . . .	6
Grieß-Pudding mit Minz-Pesto . . . . .	6
Holunder-Süppchen mit süßem Brot . . . . .	7
Joghurt-Creme mit Himbeeren und Johannisbeeren . . . . .	8
Joghurt-Creme mit ofengetrockneten Orangen . . . . .	8
Karamell-Pudding im Knusper-Blatt mit warmen Birnen . . . . .	9
Maronen-Mousse mit Vanille-Eis . . . . .	10
Mascarpone-Creme mit Trauben und Trester-Rosinen . . . . .	10
Mascarpone-Estragon-Mousse . . . . .	11
Rhabarber-Strudel mit Vanille . . . . .	11
Schoko-Krapfen mit Zitrusfrüchte-Ragout . . . . .	12
Schoko-Pudding mit Vanille-Soße und Birnen-Kompott . . . . .	12
Süße Börek . . . . .	13
Waffeln mit Erdbeeren . . . . .	13
Waldmeister-Bowle mit Erdbeer-Sorbet . . . . .	14
Walnuss-Creme mit Trauben-Kompott . . . . .	14
Weiße Schoko-Mousse mit Erdbeer-Grütze . . . . .	15

<b>Fisch</b>	<b>17</b>
Bachsaibling mit Erbsen-Püree . . . . .	18
Bachsaibling mit Estragon-Erbsen-Püree . . . . .	18
Dorade in der Salz-Kruste mit Auberginen-Tomaten-Püree . . . . .	19
Estragon-Lachs mit Melonen-Salat . . . . .	20
Gebratene Scholle mit Nordsee-Krabben und Poffertjes . . . . .	21
Gebratener Mai-Wirsing mit Lachs, Kerbel-Soße, Kohlrabi . . . . .	22
Gebratener Zander mit Speck, Salbei und Kürbis-Soße . . . . .	23
Kabeljau mit Sauerkraut-Strudel . . . . .	24
Kabeljau mit Stockfisch-Krokette und Rote Bete . . . . .	25
Lachs in Koriander-Marinade mit Pilaw . . . . .	26
Lachs mit Stockfisch-Kroketten . . . . .	27
Matjes-Sülze mit Kartoffel-Bohnen-Salat . . . . .	28
Rote Bete Salat mit gebratenem Lachs . . . . .	29
Seeteufel im Brotmantel mit Paprika-Schaum . . . . .	29
Tapas Variationen mit Stockfisch . . . . .	30
Variationen vom Blumenkohl mit Zander-Päckchen . . . . .	31
Zweierlei vom Zander mit Blattspinat . . . . .	32
<b>Geflügel</b>	<b>33</b>
Brathähnchen in Zitronen-Soße . . . . .	34
Cordon Bleu vom Hähnchen mit Sauerampfer-Soße . . . . .	35
Enten-Brust mit Beeren-Chutney und Kichererbsen-Mousse . . . . .	36
Enten-Keulen-Sülze mit Pflaumen-Chutney und Chicorée . . . . .	37
Fenchel-Salat mit gebratener Hähnchen-Brust . . . . .	38
Gefüllte Hühner-Brust mit Spinat und Gorgonzola-Soße . . . . .	39
Gefülltes Brathuhn mit Sonnenblumenkern-Kartoffel-Püree . . . . .	40
Gewürz-Rotkohl-Salat mit gebratener Enten-Brust und Naan . . . . .	41
Hähnchen-Brust mit Blutwurst und Honig-Äpfeln . . . . .	42
Hähnchen-Brust mit Harissa-Soße und Pilaw . . . . .	43
Hähnchen-Brust mit Shiitake-Pilzen und Glasnudeln . . . . .	44
Hähnchen-Keule, Blutwurst, Cassis-Zwiebel, Honig-Äpfel . . . . .	44
Hähnchen-Keulen mit Safran-Tomaten und Couscous . . . . .	45

<b>Hack</b>	<b>47</b>
Kirsch-Reis mit Hack-Bällchen . . . . .	48
Lamm-Frikadellen mit Tatar von gebackenen Auberginen . . . . .	49
Strudel mit Wildschwein-Hack gefüllt und Hagebutten . . . . .	50
<b>Innereien</b>	<b>51</b>
Geflügel-Leber mit Apfel-Zwiebel-Gemüse, Kartoffel-Püree . . . . .	52
<b>Kalb</b>	<b>53</b>
Kalb-Geschnetzeltes mit Nudeln . . . . .	54
Kalb-Gulasch mit Kräuter-Nudeln und Kohlrabi-Gemüse . . . . .	55
Kalb-Involtini mit Balsamico-Champignons und Honig-Soße . . . . .	56
Kalb-Rücken mit Aprikosen-Soße und Mandel-Reis . . . . .	57
Kalb-Rücken mit Maronen, Ahorn-Sirup und Mais-Püree . . . . .	58
Kalb-Schnitzel mit Bohnenkraut-Panade und Bohnen-Salat . . . . .	59
Kalter gebratener Kalb-Rücken mit Liebstöckel-Marinade . . . . .	60
Weißer, grüner Spargel, Zitronen-Hollandaise, Kalb-Rücken . . . . .	61
<b>Lamm</b>	<b>63</b>
Lamm-Filet mit Koriander-Pesto, Minz-Paprika-Salsa . . . . .	64
Lamm-Ragout mit Rosen-Reis und Mandeln . . . . .	65
Lamm-Rücken mit Rosmarin und Bohnen-Oliven-Püree . . . . .	66
Moussaka . . . . .	67
<b>Meer</b>	<b>69</b>
Miesmuschel-Risotto . . . . .	70
Miesmuscheln mit Bandnudeln . . . . .	70
Verschiedenes vom Chicorée mit Zitrusfrüchten, Garnelen . . . . .	71
Zucchini mit Garnelen und Thymian-Knoblauch-Brot . . . . .	72
<b>Rind</b>	<b>73</b>
Labskaus vom Roastbeef . . . . .	74
Tafelspitz . . . . .	75

<b>Salat</b>	<b>77</b>
Schwarzwurzel-Salat mit Parma-Schinken und Walnüssen . . . . .	78
Tomaten-Salat mit Ziegenkäse . . . . .	79
<b>Suppen</b>	<b>81</b>
Cassoulet mit selbstgemachten Würstchen . . . . .	82
Kalte Paprika-Suppe mit gebratenem Kalb-Tatar . . . . .	82
Melonen-Suppe mit gebratenen Garnelen . . . . .	83
Räucherforellen-Suppe . . . . .	83
<b>Vegetarisch</b>	<b>85</b>
Avocado-Linsen-Wan-Tans mit Zitrone . . . . .	86
Bärlauch-Joghurt-Creme mit Wurzelgemüse-Salat . . . . .	87
Filoteig-Muffins mit Sommer-Gemüse . . . . .	88
Filoteig-Törtchen mit Ziegenfrischkäse und Kräutern . . . . .	89
Gebratene Schwarzwurzeln, Taleggio-Soße, Rote Bete-Püree . . . . .	90
Gefüllte Kartoffel-Ravioli und gebratenem Mangold . . . . .	91
Gemüse-Couscous mit Minze und gebackenem Schafskäse . . . . .	92
Halloumi-Burger . . . . .	93
Halloumi-Käse mit Minzpesto und griechischem Bauernsalat . . . . .	94
Ingwer-Linsen mit Wurzel-Gemüse aus dem Salz-Mantel . . . . .	95
Kräuter-Crêpe mit Linsen-Püree, Möhren-Grapefruit-Salat . . . . .	96
Kräuter-Nudeln mit scharfer Möhren-Soße . . . . .	97
Lauch-Lasagne . . . . .	98
Linsen-Salat mit getrockneten Aprikosen und Oliven . . . . .	99
Maronen-Schnitte mit Feldsalat . . . . .	100
Möhren-Estragon-Gemüse mit gebackenem Ziegenkäse . . . . .	101
Nuss-Gnocchi mit Spinat-Soße . . . . .	102
Paprika-Pilaw . . . . .	103
Pasta mit gebratenen Artischocken . . . . .	104
Pasta mit Schwarzwurzel-Ragout . . . . .	105
Pastinaken mit Linsen-Püree . . . . .	106

Pilz-Blini mit Rosmarin-Soße . . . . .	107
Ragout von Herbst-Rüben mit Kartoffel-Biskuit . . . . .	108
Schwarzwurzel-Ragout mit Taleggio-Polenta . . . . .	109
Spargel-Kräuter-Risotto . . . . .	110
Tabouleh mit Wassermelone, Gurke und Schafskäse . . . . .	110
Verschiedenes von Tomaten . . . . .	111
<b>Verschiedenes</b>	<b>113</b>
Kleiner Osterbrunch . . . . .	114
<b>Vorspeisen</b>	<b>115</b>
Erdbeeren im Tempura-Teig mit Rinder-Tatar . . . . .	116
Falafel mit Joghurt-Soße und Naan . . . . .	117
Gebratener Manchego-Käse mit Zwiebel-Marmelade . . . . .	118
Gefüllte Zucchini-Blüten mit Zucchini-Salat . . . . .	118
Gratiniertes Fisch-Ragout in der Austern-Schale . . . . .	119
Lachs-Carpaccio mit Limetten-Marinade und Zucchini . . . . .	120
Mandarinen-Creme im Knusper-Teig . . . . .	121
Rote Bete Salat mit Frischkäse-Dill-Crêpes . . . . .	121
Steckrübe mit Feldsalat und Schwarzwälder Schinken . . . . .	122
Taboulé mit Kichererbsen, Chili und Zitronen . . . . .	123
Tatar von Honigmelone und Saibling mit Estragon-Dressing . . . . .	124
Variationen vom Hokkaido-Kürbis . . . . .	125
Variationen von der Salatgurke . . . . .	126
Variationen von Pfannkuchen-Wraps . . . . .	127
Zander-Filet im Reibekuchen-Mantel . . . . .	128
<b>Wild</b>	<b>129</b>
Wachtel-Brust mit Pflaumen und Pfeffer-Püree . . . . .	130
Wachteln mit Mole-Soße und Rosenblüten . . . . .	131
Wildschwein-Ragout mit Kartoffel-Nocken . . . . .	132
<b>Wurst-Schinken</b>	<b>133</b>
Bauernfrühstück mit neuen Kartoffeln . . . . .	134
Feijoada . . . . .	134
Kartoffel-Speck-Ravioli mit geschmortem Rosenkohl . . . . .	135
Servietten-Knödel mit Rahm-Porree . . . . .	136





# Beilagen

## Linsen-Püree

### Für 4 Personen

200 g Schalotten	1 Knoblauchzehe	30 g Butter
500 g rote Linsen	700 ml Gemüsebrühe	Salz, Pfeffer, Curry
1/2 Bund glatte Petersilie	100 g Sahne	

Eine Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen. Schalotten und Linsen darin glasig dünsten. Mit Brühe auffüllen, mit Salz, Pfeffer und Curry würzen. Abdecken und etwa 20 Minuten weich garen. Die Linsen mit dem Schneidstab kurz anpürieren, es sollen noch einige ganze Linsen zu sehen sein. Sahne unter das Püree mischen, kurz erhitzen und erneut abschmecken. Petersilie untermischen.

Jacqueline Amirfallah am 04. Dezember 2013

## Rahm-Porree

### Für 2 Personen

2 EL Butter	2 Zwiebeln	Salz
2 EL Mehl	250 ml Sahne	1 Lorbeerblatt
1-2 Stangen Porree		

Zwiebelwürfel und das Mehl in einem Topf mit 1 EL Butter hell anbraten, mit der Sahne ablöschen. Mit Salz abschmecken, Lorbeerblatt zugeben und bei kleiner Hitze 10 Minuten köcheln lassen, dabei immer wieder umrühren. Lorbeerblatt herausnehmen und die Sauce mit dem Pürierstab aufmixen, falls die Sauce zu dickflüssig ist, noch etwas Sahne zugeben. Porree waschen und den weißen vom grünen Teil trennen. Porree in Rauten schneiden, dabei weißen und grünen Anteil getrennt halten. Den weißen Porree zuerst in 1 EL Butter anbraten, wenn dieser weich ist den grünen Teil zugeben, kurz durchschwenken, dann alles in die Sauce geben.

Jacqueline Amirfallah am 23. Oktober 2013

# Dessert

# Apfel-Beignets (Krapfen) mit Schoko-Soße und Zimt-Sahne

## Für 4 Personen

### Für die Schokosauce:

100 g Zartbitterschokolade 50 g Nougat-Rohmasse 1 EL Crème-fraîche  
100 ml Milch

### Für die Zimtsahne:

200 g Sahne ca. 1-2 EL Zucker Zimt

### Für die Apfelbeignets:

80 g Mehl 1 Msp Backpulver 1 EL Zucker  
30 g weiche Butter 1 Ei 125 ml Milch  
Mark von  $\frac{1}{2}$  Vanilleschote 1 Prise Salz 4 Äpfel  
ca. 400 g Frittierfett

Für die Schokosauce:

Zartbitterschokolade und Nougat grob hacken. In eine Schüssel geben und über einem heißen Wasserbad schmelzen. Crème fraiche und Milch unterrühren (Falls die Sauce zu dickflüssig ist, noch etwas mehr Milch zugeben).

Für die Zimtsahne:

Sahne steif schlagen und mit Zucker und Zimt würzen.

Für die Apfelbeignets:

Mehl, Backpulver, Zucker, Butter, Ei, Milch, ausgekratztes Vanillemark und Salz zu einem zähflüssigen Teig verrühren. Äpfel schälen, das Kerngehäuse ausstechen. Äpfel in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Frittierfett erhitzen. Apfelscheiben durch den Teig ziehen, etwas abtropfen lassen und portionsweise im heißen Fett goldbraun ausbacken. Beignets auf einem mit Küchenpapier belegtem Gitter abtropfen lassen. Mit Zimtsahne und Schokosauce servieren.

Jacqueline Amirfallah am 20. November 2013

## Baklava (Nuss-Sirup-Gebäck)

### Für ca. 12 Stück:

300 g Filoteig	125 g Butter	150 g Mandeln
150 g Haselnüsse	150 g Walnüsse	250 g Zucker
1 EL Honig	20 ml Rosenwasser	1 EL Pistazien

Den Backofen auf 170 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Den Filoteigblätter lösen und je nach Backform (am besten eine eckige feuerfeste Form von ca. 3 cm Höhe) zurecht schneiden. Die Butter schmelzen. Mandeln, Hasel – und Walnüsse in einem Cutter fein zermahlen und dann mit 10 g Zucker mischen. Die Form mit etwas Butter austreichen. 2 Teigblätter in die Backform legen, mit etwas geschmolzener Butter bestreichen und dünn mit der Nussmischung bestreuen, das nächste Teigblatt auflegen, wieder mit Butter bestreichen und mit Nüssen bestreuen und so fort fahren bis Teig und Nüsse aufgebraucht sind. Mit Teig abschließen, wieder mit Butter bestreichen. Alles leicht zusammendrücken und mit einem scharfen Messer rautenförmig Stücke markieren bzw. einschneiden. Dann im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten goldbraun backen. Restlichen Zucker mit 200 ml Wasser mischen und aufkochen, Honig zufügen und nach Wunsch mit Rosenwasser abschmecken. Das Zuckerwasser noch warm langsam auf den frisch gebackenen Baklava gießen, dabei darauf achten das der Sirup gut verteilt ist und das ganze Gebäck den Sirup aufsaugt. Die Pistazien fein mahlen und über das Gebäck streuen, das Gebäck erkalten und am besten über Nacht durchziehen lassen. Baklava aufschneiden und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 06. März 2013

## Biskuit mit Aprikosen-Creme

### Für ca. 16 Stücke:

4 Eier	100 g Zucker	50 g Mehl
1 Prise Salz	6 Blatt Gelatine	200 g Aprikosenkonfitüre
100 g Crème-fraîche	2 EL Milch	5-6 getrocknete Aprikosen
150 g weiße Schokolade	10 g Kokosfett	

Backofen auf 220 Grad vorheizen. Für den Biskuitteig Eier trennen. Eigelbe und 50 g Zucker hellcremig schlagen. Mehl darüber sieben und vorsichtig unterheben. Eiweiß und 1 Prise Salz steif schlagen, ebenfalls vorsichtig unter die Eigelb-Mehlmasse heben. Biskuit auf ein mit Backpapier belegtes Blech streichen. Bei 220 Grad ca. 7 Minuten backen. Herausnehmen und auf ein gezuckertes Küchentuch stürzen. Teig vierteln und abkühlen lassen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Aprikosenkonfitüre mit Crème-fraîche verrühren, nach Belieben pürieren. Milch erwärmen. Gelatine ausdrücken und in der Milch auflösen. Gelatinemilch unter die Aprikosen-Crème-fraîche rühren. 3 Biskuitplatten jeweils mit Aprikosencreme bestreichen aufeinander schichten. Übrige Biskuitplatte darauflegen und andrücken. Zum Schluß in ca. 16 Würfel schneiden. Aprikosen in feine Streifen schneiden. Weiße Schokolade und etwas Kokosfett über einem heißen Wasserbad schmelzen. Biskuitwürfel darin jeweils zur Hälfte eintauchen, mit jeweils einem Aprikosenstreifen belegen. Auf einem Gitter abtropfen und abkühlen lassen.

Jacqueline Amirfallah am 24. April 2013

## Gewürz-Schoko-Mousse mit Marzipan-Soße, Orangen-Filets

### Für 4 Personen

2 unbehandelte Orangen	4 EL Zucker	200 g dunkle Schokolade
1 Msp. Zimt, gemahlen	1 Msp. Sternanis, gemahlen	1 Msp. Kardamom, gemahlen
3 Eier	1 Prise Salz	130 ml Milch
400 g Sahne	100 g Marzipan	

Orangen abspülen und trockenreiben. Von 1 Orange die Schale dünn abschneiden. Beide Orangen dick schälen, so dass die weiße Haut entfernt wird. Orangenfilets zwischen den Trennhäuten herausschneiden. Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Orangenfilets auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und im Ofen 10 Minuten trocknen. Die Schale sehr fein schneiden und in kochendem Wasser zweimal blanchieren. Anschließend die Schalen in 100 ml Wasser mit 2 EL Zucker weichkochen. Herausnehmen und abtropfen lassen. Schokolade in Stücke brechen, in eine Schüssel geben und über einem heißen Wasserbad schmelzen. Gewürze unterrühren. Eier trennen, Eiweiße und 1 Prise Salz steif schlagen. Eigelbe, 3 EL Milch und 2 EL Zucker verrühren und dann über einem heißen Wasserbad hellcremig schlagen. Eigelbcreme und Schokomasse verrühren, etwas abkühlen lassen. Sahne steif schlagen. Eischnee und Sahne im Wechsel unter die Schokomasse heben. Mousse im Kühlschrank mindestens 3 Stunden kühl stellen. Für die Sauce 100 ml Milch erhitzen, Marzipan zerbröckeln, zugeben und alles pürieren. Von der Gewürzmousse Nocken abstechen. Mit Orangenfilets, Orangenschale und Marzipansauce anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 18. Dezember 2013

## Grieß-Pudding mit Minz-Pesto

### Für 4 Personen

1 Bund frische Minze	2 EL Mandelstifte	50 g Zucker
80 ml Sonnenblumenöl	500 ml Milch	100 g Weichweizengrieß
1-2 TL Rosenwasser (Apotheke)		

Minze abspülen und trockenschütteln. Minze in kochendem Wasser ca. 30 Sekunden blanchieren. Herausnehmen und abtropfen lassen. Die groben Stiele entfernen. Mandeln in einer Pfanne ohne fett rösten. Minze, Mandeln, 20 g Zucker und Sonnenblumenöl zu einem Pesto pürieren. Milch und Rest Zucker aufkochen. Grieß einrühren und unter etwa 1 Minute unter stetigem Rühren kochen lassen. Den Topf vom Herd nehmen, Grießpudding mit Rosenwasser aromatisieren, in Dessertgläser geben und kalt stellen. Grießpudding mit dem Minzpesto anrichten. Nach Belieben mit essbaren Rosenblüten dekorieren.

Jacqueline Amirfallah am 20. März 2013

## Holunder-Süppchen mit süßem Brot

### Für 4 Personen

120 g Holunderblüten	200 ml Weißwein	250 g Zucker
1 Würfel Hefe (42 g)	150 ml Milch	300 g Mehl
2 EL Olivenöl	2 Blatt Gelatine	Zitronensaft
2 unbehandelte Zitronen	4 EL Butter	2 Stiele Minze

Für das Süppchen zunächst einen Sirup bereiten. Die Holunderblüten (bis auf 2 Dolden) verlesen und von den Stielen zupfen. Mit Wein, 100 g Zucker und ca. 200 ml Wasser bedecken und aufkochen. Anschließend alles ca. 20 Minuten ziehen und abkühlen lassen. Sirup durch ein Sieb geben. In der Zwischenzeit Hefe, 3 EL lauwarme Milch und 1 EL Zucker verrühren. Abdecken und ca. 10 Minuten gehen lassen. Anschließend übriges Mehl, Milch, 50 g Zucker und Öl zugeben. Alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig abdecken und ca. 20 Minuten gehen lassen. Backofen auf 220 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Den Teig erneut kneten und zu 2 ca. 15 cm langen Stangen formen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und ca. 7 Minuten knusprig backen. Herausnehmen, abkühlen lassen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Holundersirup erwärmen. Gelatine ausdrücken und im Sirup auflösen. Mit Zitronensaft abschmecken. Holundersirup kalt stellen und leicht gelieren lassen. Zitronen abspülen und trockenreiben. Zitronen dünn schälen. Schalen in feine Streifen schneiden. Zitronenschalen in kochendem Wasser zweimal blanchieren. Abgießen. Zitronenschalen mit 50 g Zucker und 50 ml Wasser sirupartig einkochen lassen. Zitronenfilets zwischen den Trennhäuten herausschneiden. Die Brote längs aufschneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Brote mit der aufgeschnittenen Seite nach unten knusprig braten. Brote wenden und mit den übrigen 50 g Zucker bestreuen. Das Holundersüppchen mit den restlichen, abgezupften Holunderblüten, Zitronenschale und Zitronenfilets anrichten. Minze abspülen, trockenschütteln, fein schneiden und über die Suppe streuen. Das Brot dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah am 05. Juni 2013

## Joghurt-Creme mit Himbeeren und Johannisbeeren

### Für 4 Personen

400 g Himbeeren	200 g Johannisbeeren	5 Blatt Gelatine
350 g Zucker	2 cl Himbeersaft	80 g Pistazien
500 g griechischer Joghurt	1 cl Milch	2 Blätter Filoteig
2 EL flüssige Butter		

Himbeeren und Johannisbeeren verlesen und eventuell kurz abspülen. 200 g Himbeeren, Johannisbeeren mit 250 g Zucker, Himbeersaft oder -likör in einen Topf geben und ca. 3 Minuten kochen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Fruchtpüree durch ein Sieb passieren, abkühlen lassen. Pistazien grob mahlen oder in einen Gefrierbeutel geben und mit einem Nudelholz oder Hammer zermahlen. Joghurt in einer Schüssel cremig rühren. Milch erhitzen, Gelatine darin auflösen und unter den Joghurt rühren. Mit 100 g Zucker abschmecken. Joghurt in Gläser füllen, kühl stellen. Sobald der Joghurt beginnt fest zu werden, 50 g Pistazien und das abgekühlte Himbeerpüree auf die Joghurtgläser verteilen. Alles mit einer Gabel marmorartig unter den Joghurt rühren. Joghurtcreme abkühlen und fest werden lassen. Backofen auf 230 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine Lage mit flüssiger Butter bestreichen. Übrige Pistazien darauf verteilen. Mit der zweiten Filoteiglage abdecken, in hübsche Stücke, z. B. Rauten schneiden und im Ofen ca. 10 Minuten goldbraun backen. Übrige Himbeeren mit den Filoteigblättern auf der Joghurtcreme anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 14. August 2013

## Joghurt-Creme mit ofengetrockneten Orangen

### Für 4 Personen

4 unbehandelte Orangen	5 EL Zucker	4 Blatt Gelatine
2 TL Puderzucker	500 g griechischer Joghurt	

Die Orangen abspülen und trockenreiben. Orangen dünn schälen. Die Schale in feine Streifen schneiden. Die Streifen in kochendem Wasser mit 1 EL Zucker weich kochen. Backofen auf 120 Grad vorheizen. Die Orangen filetieren, den Saft dabei auffangen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Orangenfilets auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit Puderzucker bestäuben und ca. 10 Minuten trocknen lassen. Aufgefangenen Orangensaft und Orangen aufkochen und etwas reduzieren. Gelatine ausdrücken und in der Hälfte Orangensaft auflösen. Die Mischung unter den Joghurt rühren. Mit dem übrigen Zucker abschmecken. Joghurtcreme in Gläser füllen, kühl stellen und fest werden lassen. Die andere Hälfte Orangensaft mit der Orangenschale mischen. Orangenfilets aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen. Orangenfilets und -schale mit der Joghurtcreme servieren.

Jacqueline Amirfallah 16. Januar 2013



# Karamell-Pudding im Knusper-Blatt mit warmen Birnen

## Für 4 Personen

1 Vanilleschote	300 ml Milch	250 g Sahne
160 g Zucker	60 g Speisestärke	3-4 Birnen
100 g Butter	1/2 TL Zimt, gemahlen	200 g Filoteig
Puderzucker		

Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauskratzen. 250 ml Milch mit Sahne und Vanillemark in einem Topf aufkochen. 150 g Zucker in einem separaten Topf schmelzen und hellbraun karamellisieren, dann gleich die heiße Sahne-Milch zugeben und den Karamell loskochen. Stärke mit 50 ml kalter Milch anrühren und mit einem Schneebesen unter den Karamellsud rühren. Aufkochen und unter ständigem Rühren ca. 3 Minuten köcheln lassen. Die Masse in eine flache Form gießen, mit Frischhaltefolie abdecken, damit sich keine Haut bildet und den Pudding kalt stellen. Birnen schälen, achteln, das Kerngehäuse ausschneiden. Die Birnenstücke in einer Pfanne mit 20 g Butter anbraten, mit 10 g Zucker und Zimt bestäuben, ca. 100 ml Wasser angießen und weich köcheln. Den Backofen auf 240 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen. 80 g Butter schmelzen. Den Filoteig in ca. 20 x 15 cm große Rechtecke schneiden und mit der Hälfte der flüssigen Butter einstreichen. Den Karamellpudding aus der Form stürzen und in ca. 15 x 6 cm große Streifen schneiden. Die Streifen in die vorbereiteten Filoteigblätter einwickeln. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, die Päckchen mit übriger Butter einstreichen und im vorgeheizten Ofen 2-3 Minuten goldbraun backen. Gebackene Päckchen anrichten, mit Puderzucker bestreuen und die Birnen dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah 09. Januar 2013

## Maronen-Mousse mit Vanille-Eis

### Für 6 Personen

1 Vanillestange	3 Eigelb	150 g Zucker
250 ml Milch	500 g Sahne	200 g Butterkekse
50 g Butter	5 Blatt Gelatine	250 g Maronen
100 g Frischkäse	1/2 Bio-Zitrone	1 Prise Zimt
6 frische Maronen in Schale		

Für das Eis:

Vanillestange längs einritzen und das Mark herauskratzen. Eigelbe mit Vanillemark, 100 g Zucker (nach Geschmack) und Milch in einen Schlagkessel geben und über einem heißen Wasserbad hellcremig aufschlagen. Dann vom Wasserbad nehmen und kalt schlagen. 250 g Sahne halbsteif schlagen und vorsichtig unter die Eimasse heben. Masse in eine Eismaschine geben und gefrieren lassen. Alternativ die Masse in Souffléförmchen (ca. 200 ml Inhalt) füllen, mit Frischhaltefolie abdecken und mindestens 4 Stunden, am besten über Nacht gefrieren lassen.

Für die Maronenmousse:

die Butterkekse in einen Gefrierbeutel geben und mit einem Nudelholz zerbröseln. 50 g Butter schmelzen und mit den Bröseln mischen. Brösel in eine runde Springform (ca. 26 cm Durchmesser) oder eckige Kuchenform geben und fest drücken. Boden im Kühlschrank fest werden lassen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die übrige Sahne aufkochen. Gelatine ausdrücken und in der Sahne auflösen. Maronen nach und nach zugeben und jeweils pürieren. Frischkäse zuletzt untermischen. Zitrone heiß abspülen, trocknen und etwas Schale abreiben, dann den Saft auspressen. Die Maronenmasse mit Zitronensaft, Zitronenschale, Zimt und übrigen 50 g Zucker würzen. Maronenmasse auf den Bröselboden geben, glatt streichen und ca. 2 Stunden kalt stellen. Backofen auf 250 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Frische Maronen kreuzweise einschneiden, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und im Backofen ca. 10 Minuten backen. Herausnehmen und Maronen schälen. Maronenmousse mit den Maronen dekorieren. Maronenmousse in Stücke schneiden und mit Vanilleeis anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 16. Oktober 2013

## Mascarpone-Creme mit Trauben und Trester-Rosinen

### Für 4 Personen

25 ml Grappa	60 g Rosinen	2 Blatt Gelatine
100 g Schlagsahne	250 g Mascarpone	3 EL Zucker
50 ml Milch	200 g Weintrauben	2 EL Mandelstifte

Tresterbrand mit 25 ml Wasser mischen und aufkochen. Rosinen zufügen, nochmal aufkochen und abkühlen lassen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Sahne steif schlagen. Mascarpone und Zucker glatt rühren. Milch erwärmen, Gelatine ausdrücken und in der Milch auflösen. Zügig unter die Mascarpone rühren. Sahne unterheben. Mascarponecreme in Gläser füllen und kalt stellen. Trauben waschen, trockentupfen, halbieren, entkernen und nach Belieben häuten. Mandeln ohne fett rösten und abkühlen lassen. Mascarponecreme mit Trauben, Rosinen und Mandeln anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 27. März 2013

## Mascarpone-Estragon-Mousse

### Für 4 Personen

1/2 Bund Estragon	300 g Mascarpone	6 EL Zucker
1 TL Zitronenschale	3 Blatt Gelatine	2 EL Milch
150 g Sahne	4 Brickteigblätter	4 EL flüssige Butter
2 EL Puderzucker	200 g rote Trauben	

Estragon abspülen und trockenschütteln. Die Blättchen von den Stielen zupfen. Estragon in kochendem Wasser ca. 20 Sekunden blanchieren, abgießen und in Eiswasser abkühlen lassen. Estragon abtropfen und trocken tupfen. Die Blättchen fein hacken. Mascarpone mit 4 EL Zucker, Zitronenschale und der Hälfte der Estragonblättchen verrühren. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Milch erwärmen. Gelatine ausrücken und in der Milch auflösen. Unter die Mascarpone rühren. Sahne steif schlagen und unter die Crème rühren. Abschmecken, in Schälchen füllen und kalt stellen. Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Brickteigblätter jeweils mit Butter bestreichen. Puderzucker darüber streuen. Übrige Estragonblättchen auf 2 Teigblättern verteilen. Mit den übrigen beiden Teigblättern abdecken und andrücken. Die Teigblättchen in Streifen schneiden. Den Teig im vorgeheizten Ofen ca. 5 Minuten goldbraun backen. Trauben waschen und trockenreiben. Trauben halbieren, entkernen. 2 EL Zucker in einem Topf schmelzen. 2 EL Wasser untermischen. Trauben zugeben und darin ca. 2 Minuten dünsten. Abkühlen lassen. Estragon-Teigblättchen aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen. Mascarponecreme mit den krossen Teigblättchen und Trauben anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 17. April 2013

## Rhabarber-Strudel mit Vanille

### Für 4 Personen

250 g Mehl	2 EL Öl	1 Prise Salz
2 EL geschälte Mandeln	100 g Zucker	500 g Rhabarber
1 Vanilleschote	50 ml Milch	1 Ei
100 g Semmelbrösel	40 g flüssige Butter	Puderzucker

Mehl, Öl, 125 ml warmes Wasser und Salz zu einem glatten Teig kräftig verkneten, dabei ab und zu auf die Arbeitsfläche werfen. Teig in Folie wickeln und etwa. 30 Minuten ruhen lassen. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Mandeln grob hacken. 1 EL Zucker in einer Pfanne schmelzen. Mandeln zugeben und karamellisieren lassen. Herausnehmen, abkühlen lassen und nochmals hacken. Rhabarber waschen, putzen und in kleine Stücke schneiden. Vanilleschote längs einschneiden und das Mark herauskratzen. Rhabarber mit Vanillemark und -schote und 2 EL Zucker in einen Topf geben und ca. 4-5 Minuten dünsten. Den dabei entstandenen Saft abgießen und in einem separaten Topf einkochen lassen. Den Sirup wieder unter den Rhabarber mischen. Milch, Ei und restlichen Zucker mischen. Semmelbrösel, Rhabarber und Mandeln in eine Schüssel geben. mit dem Ei-Milch-Mix übergießen. Ist die Masse zu trocken, dann noch etwas Milch zumischen. Die Masse gut mischen, aber nicht so, dass sie völlig glatt wird. Den Strudelteig ausrollen und mit den Händen dünn ausziehen. Im unteren Drittel mit der Rhabarbermasse bestreichen. Vorsichtig aufrollen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Mit flüssiger Butter bestreichen und im vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten goldbraun backen. Dazu passt Vanilleeis oder -sauce.

Jacqueline Amirfallah am 10. April 2013

## Schoko-Krapfen mit Zitrusfrüchte-Ragout

### Für 4 Personen

250 ml Milch	1 Würfel Hefe	60 g Zucker
450 g Mehl	50 g Kakao	60 g Butter
4 Eigelb	2 Orangen, unbehandelt	2 Grapefruit, unbehandelt
1 Zitrone, unbehandelt	1 TL Speisestärke	Zucker
500 g Frittierfett		

Die Milch erwärmen, die Hefe und den Zucker darin auflösen. Mehl und Kakao mischen und sieben, Butter flüssig werden lassen und mit den Eigelben verrühren. Alle Zutaten zu einem Teig vermischen und zugedeckt 20 Minuten gehen lassen. Von den Orangen die Schale abreiben. Orangen, Grapefruit und Zitrone filetieren, den Saft auffangen und zum kochen bringen mit Speisestärke binden und mit Zucker abschmecken. Den Fruchtsud leicht abkühlen lassen und die Fruchtfilets hineingeben, mit Zucker und Orangenschalenabrieb abschmecken. Von dem Teig mit einem Teelöffel Krapfen abstechen und im heißen Fett frittieren. Die Schokokrapfen mit dem Zitrusfrüchte-Ragout anrichten.

Jacqueline Amirfallah 30. Januar 2013

## Schoko-Pudding mit Vanille-Soße und Birnen-Kompott

### Für 4 Personen

800 ml Milch	4 EL Speisestärke	1 EL Kakaopulver
3 Eigelbe	9 EL Zucker	100 g Zartbitterschokolade
1 Vanilleschote	2 Birnen	1 EL Butter

50 ml Milch mit Speisestärke und Kakao verrühren. 1 Eigelb mit 40 ml Milch und 2 EL Zucker cremig rühren. Die Schokolade fein hacken. 360 ml Milch aufkochen. Vom Herd nehmen und die Schokolade darin unter Rühren schmelzen lassen. Dann die angerührte Speisestärke dazugeben und unter Rühren etwa 2 Minuten köcheln lassen. Erneut vom Herd nehmen. Eier-Milch zugeben. Unter Rühren erhitzen, nicht mehr kochen lassen. Pudding in kalt ausgespülte Schälchen füllen, abdecken und kalt stellen.

Für die Vanillesauce:

Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. 350 ml Milch mit der Vanilleschote aufkochen und lauwarm abkühlen lassen. Vanillemark mit 2 Eigelben, 5 EL Zucker über einem heißen Wasserbad zu einer cremigen Masse aufschlagen. Die etwas abgekühlte Milch langsam unter ständigem Rühren unter die Eigelbe ziehen. Weiterrühren, bis die Sauce cremig wird. Danach durch ein feines Sieb gießen. Vanillesauce abkühlen lassen.

Für das Birnenkompott:

In der Zwischenzeit Birnen schälen, halbieren, entkernen und in Stücke schneiden. 2 EL Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen. Butter und 2 EL heißes Wasser unterrühren. Die Birnenstücke darin etwa 1-2 Minuten ziehen lassen. Schokopudding mit Vanillesauce und Birnen anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 03. April 2013

## Süße Börek

### Für ca. 20 Stück:

4 Kiwis	1 Paket Yufkateig (10 Blätter)	250 g Quark
1 Vanillestange	1 Prise gemahlener Kardamom	2 Eier
1/2 Bund Minze	Puderzucker	

Kiwis schälen und in dünne Scheiben schneiden. Mit etwas Orangensaft beträufeln. Minze abspülen und trockenschütteln. Minzeblättchen von den Stielen zupfen und die Blättchen fein schneiden. Den Quark in ein sauberes Geschirrtuch geben und auspressen. Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Eier trennen. Quark mit Eigelb, Orangenabrieb, Vanillemark, Kardamom und Puderzucker verrühren. Eiweiß leicht verquirlen. Die Yufkablätter auf einer Arbeitsfläche auslegen. Die Blätter mit etwas Wasser bestreichen und die Ränder mit Eiweiß bestreichen. Teigblätter diagonal zuschneiden, so dass 20 Dreiecke entstehen. Auf das breite Ende jeweils 1 Esslöffel Füllung geben. Anschließend den Teig vom breiten Ende aufrollen. Die Seiten dabei einschlagen. Die Spitze zum Schluss noch mit etwas Eiweiß bestreichen, und fest andrücken. (Börek heißen auf Deutsch Zigarren und so sollen sie auch aussehen). Börek portionsweise im heißen Fett von allen Seiten ca. 5-6 Minuten frittieren. Herausnehmen, abtropfen lassen und sofort mit Puderzucker und Pistazien bestreuen. Kiwi und Minzeblättchen mischen. Abschmecken und zu den Börek reichen.

Jacqueline Amirfallah am 08. Mai 2013

## Waffeln mit Erdbeeren

### Für 4 Personen

1 kg Erdbeeren	350 g Zucker	2 Eier
250 g Mehl	Ca. 250 ml Milch	50 g zerlassene Butter

Erdbeeren waschen, abtropfen lassen und putzen. Die Hälfte der Erdbeeren pürieren. 250 g Zucker unterrühren. Das Püree halbieren. Eine Hälfte in einen Topf geben und 5 Minuten köcheln lassen. Das übrige Püree in eine Eismaschine geben und zu Sorbet gefrieren lassen. Die restlichen Erdbeeren halbieren oder vierteln und mit Zucker abschmecken. Die Eier trennen. Eiweiß steif schlagen. Eigelbe mit Milch und Mehl verquirlen. 50 g Zucker und die geschmolzene Butter zugeben. Alles zu einem glatten Teig verrühren. Eischnee unterheben. Waffeleisen erhitzen. Teig darin nach und nach zu goldbraunen Waffeln backen Mit frischen Erdbeeren, Fruchtpüree und Sorbet anrichten. Dazu passt eine Vanillesauce.

Jacqueline Amirfallah am 26. Juni 2013

## Waldmeister-Bowle mit Erdbeer-Sorbet

### Für 4 Personen

#### Für Bowle und Sorbet:

1 Sträußchen frischer Waldmeister	250 ml Riesling	500 g Erdbeeren
4 EL Zucker	Mark von $\frac{1}{2}$ Vanilleschote	

#### Für die Hippen:

100 g Zucker	50 ml Orangensaft	Mark von $\frac{1}{2}$ Vanilleschote
30 g Mehl	50 g flüssige Butter	

Für die Bowle:

Zwei Tage vorher Waldmeister gründlich waschen, trocken tupfen. Zu einem Sträußchen binden und einen Tag kopfüber aufhängen und anwelken lassen. Danach Wein in eine Schüssel geben und den Waldmeister etwa 2-3 Stunden (oder über Nacht) darin marinieren (alkoholfreie Variante mit Traubensaft).

Für das Sorbet:

Erdbeeren putzen, waschen, trocken reiben und halbieren. Eine Hälfte der Beeren mit 2 EL Zucker pürieren. In eine Eismaschine geben und zu Erdbeersorbet rühren (Schnelle Variante: die Hälfte der ganzen Erdbeeren ca. 2 Stunden anfrieren. Dann mit Zucker pürieren.) Die restlichen Erdbeeren mit Vanillemark mischen und ebenfalls zuckern, zum Waldmeister-Riesling geben und marinieren.

Für die Hippen:

In der Zwischenzeit Backofen auf 180 Grad vorheizen. Zucker, Orangensaft und Vanillemark in einen Topf geben und etwas einkochen lassen. Mehl und Butter unterrühren. Alles auf ein mit Backpapier belegtes Blech streichen und im heißen Ofen ca. 5 Minuten backen. Herausnehmen, abkühlen lassen, in Stücke brechen. Waldmeister-Riesling nach Belieben mit Sekt oder Mineralwasser auffüllen. Mit Erdbeersorbet und Hippenstückchen anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 15. Mai 2013

## Walnuss-Creme mit Trauben-Kompott

### Für 4 Personen

200 g Walnüsse	250 ml Milch	5 EL Zucker
2 EL Rosinen, hell	4 Blatt Gelatine	200 g Crème-fraîche
200 g Frischkäse	100 g helle Trauben	100 g rote Trauben

Die Hälfte der Walnüsse grob hacken und mit 200 ml Milch und 1 Esslöffel Zucker ca. 5 Minuten kochen, dann im Cutter oder mit dem Zauberstab zu einer Paste vermahlen. 3 Esslöffel Zucker in einer Pfanne hell karamellisieren und die übrigen Walnüsse und 1 Esslöffel Rosinen zugeben. Gut verrühren, auf ein Holzbrett stürzen und erkalten lassen, dann durchhacken. Gelatine einweichen und in der restlichen angewärmten Milch auflösen. Von dem Walnusspüree einen Esslöffel zur Seite stellen, den Rest mit Crème-fraîche und Frischkäse vermischen. Die Gelatinemilch unterziehen und die karamellisierten Nüsse unterheben, einige zum Garnieren zurückbehalten. Die Crème in Förmchen füllen und kalt stellen. Die Trauben halbieren und nach Farbe getrennt mit etwas Zucker und wenig Wasser aufkochen. Die restlichen Rosinen ebenfalls mit kochen. Walnusscreme aus den Förmchen stürzen und mit Traubenkompott servieren. Mit Karamellnüssen und Walnusspüree dekorieren.

Jacqueline Amirfallah am 23. Oktober 2013

# Weißer Schoko-Mousse mit Erdbeer-Grütze

**Für 4 Personen**

**Für die Schokomousse:**

1 Vanilleschote	30 g Puderzucker	200 g weiße Schokolade
2 Blatt Gelatine	125 ml Milch	3 Eigelb
300 g Schlagsahne		

**Für die Erdbeergrütze:**

2 EL Tapioka (oder Sago)	500 g Erdbeeren	200 ml Rhabarbersaft
2 EL Zucker	Saft, Schale von 1/2 Zitrone	

Für die Schokomousse:

Vanilleschote längs halbieren und das Mark heraus kratzen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Weiße Schokolade hacken. Vanillemark, Schote und Milch verrühren und erwärmen. Schokolade zugeben und in der heißen Milch auflösen. Gelatine ausdrücken und ebenfalls darin auflösen. Topf vom Herd ziehen. Eigelb und Puderzucker cremig aufschlagen. Schokomilch langsam unter die Eicreme rühren und etwa 20 Minuten kühlen. Sahne steif schlagen. Sobald die Schokomousse beginnt fest zu werden, die Sahne unterheben. Schokomousse ca. 2 Stunden kalt stellen.

Für die Erdbeergrütze:

Tapioka ca. 10 Minuten in kaltem Wasser einweichen. Erdbeeren putzen, waschen und vierteln. Tapioka abgießen und abtropfen lassen. Saft in einem Topf aufkochen. Tapiokaperlen zugeben und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Mit Zucker, Zitronensaft und -schale abschmecken. Erdbeeren zugeben und in der Masse abkühlen lassen. Aus der Schokomousse mit einem Löffel Nocken abstechen. Mit der Erdbeergrütze anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 22. Mai 2013





**Fisch**

## Bachsaibling mit Erbsen-Püree

### Für 2 Personen

400 g Kartoffeln	Salz	1 Bachsaibling
800 g Erbsen in der Schote	1 Schalotte	3 EL Butter
100 g Sahne	1 EL Butterschmalz	1 Bund Estragon
4 Scheiben Lardo	Pfeffer	

Kartoffeln abbürsten und in Salzwasser kochen, abgießen und pellen. Den Saibling filetieren und entgräten. Erbsen aus der Schote palen. Schalotte schälen und würfeln, in 1 EL Butter anschwitzen, Erbsen zugeben und mit Sahne ablöschen, kurz köcheln lassen. Die Kartoffeln in große Würfel schneiden, mit einem Kugelausstecher jeweils in der Mitte eine Kugel herauslösen. Kartoffelwürfel in Butterschmalz rundherum braten. Estragon waschen, trocken schütteln, einige Blätter bei Seite legen und den Rest fein hacken. Die restlichen Kartoffeln mit Butter zerdrücken, gehackten Estragon zugeben und in das ausgestochene Loch füllen. Saiblingsfilet salzen, mit Lardo und Estragonblättern belegen und einklappen. Den Fisch in 1 EL Butter braten, dabei mit einem Topf beschweren. Die Erbsen pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Saibling mit den Kartoffeln und dem Erbsenpüree anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 12. Juni 2013

## Bachsaibling mit Estragon-Erbsen-Püree

### Für 4 Personen

500 g Kartoffeln, fest	Salz	2 Saiblinge à 600 g
1 Zwiebel	600 g Erbsen	300 ml Gemüsebrühe
Pfeffer	1 Bund Estragon	1 EL Butter

Kartoffeln waschen und in Salzwasser weichkochen. Abgießen, pellen und in Scheiben schneiden. Saiblinge filetieren. Die Gräten abspülen, klein schneiden. Zwiebel schälen, grob würfeln und mit den Gräten in einen Topf geben, mit Wasser bedecken, mit Salz würzen und ca. 20 Minuten köcheln Erbsen in einem Topf mit Gemüsebrühe weichkochen. Von den Saiblingfilets die Bauchlappen abschneiden und die Filets zu geraden Rechtecken zurecht schneiden. Den Fischfond durch ein Sieb passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fischfond in einen flachen Topf geben, auf 60 Grad erhitzen und die Saiblingfilets darin ca. 10 Minuten garen. Estragon abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Von den Erbsen die überschüssige Gemüsebrühe abschütten und zur Seite stellen. Estragon und Butter zu den Erbsen geben und alles fein pürieren, falls nötig etwas Brühe zugeben. Nach Wunsch durch ein grobes Sieb drücken, nochmals abschmecken. Den Saibling aus dem Topf nehmen und warm stellen. Den Fischfond rasch kräftig einkochen und abschmecken, die Kartoffelscheiben in den Fischsud geben und erwärmen. Kartoffeln mit Püree anrichten, den Fisch obenauf geben und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 30. April 2014

# Dorade in der Salz-Kruste mit Auberginen-Tomaten-Püree

## Für 4 Personen

4 Doraden (à 500 g)	5 Zweige Rosmarin	5 Zweige Thymian
2 Bio-Zitronen	2 kg grobes Salz	2 Eier
4 große Strauchtomaten mit Grün	2 Auberginen	2 kleine Zwiebeln
1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer	2 Knoblauchzehen
80 ml Sonnenblumenöl	3 Scheiben Toastbrot vom Vortag	1 EL Senf
50 g Sauerrahm		

Von den Doraden alle Flossen abschneiden, nicht schuppen und von innen und außen gründlich abspülen. Thymian und Rosmarin abspülen und trockenschütteln. Zitronen ebenfalls abspülen und trockenreiben. Zitronen halbieren und 3 Hälften in Scheiben schneiden. Die übrige Hälfte auspressen. Den Saft beiseite stellen. Den Bauchraum der Doraden mit je 1 Zweig Rosmarin und Thymian und je 2-3 Zitronenscheiben legen. Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Zwei Backbleche mit Backpapier belegen. Eier trennen, Eiweiße mit 5-6 EL Wasser und Salz mischen. Jede Dorade in ca. 500 g Salzmischung einpacken. Dafür eine Handvoll Salzteig auf das Backpapier legen, dann die Dorade darauf legen und mit dem übrigen Salz bedecken. Etwas fest klopfen. Die Doraden ca. 30 Minuten im Backofen garen. In der Zwischenzeit die Tomaten waschen und trockentupfen. Von den Tomaten einen Deckel abschneiden und beiseite legen. Die Tomaten aushöhlen. Fruchtfleisch beiseite stellen. Übrige Rosmarin- und Thymianblättchen von den Stielen zupfen. Blättchen fein hacken. Auberginen schälen und fein würfeln, Zwiebel ebenfalls schälen und fein würfeln und im Olivenöl erhitzen, die Auberginenwürfel zugeben, Thymian, Rosmarin und püriertes Tomateninnere zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ausgehöhlte Tomaten in eine ofenfeste Form setzen. Von innen salzen und pfeffern. Heiße Auberginenmasse hineingeben. Tomaten im Backofen ca. 10 Minuten erwärmen. Knoblauchzehen schälen. Mit der Hälfte Sonnenblumenöl pürieren. Das Toastbrot entrinden und fein reiben. Eigelbe mit Senf, Knoblauchöl und übrigem Sonnenblumenöl zu einer Mayonnaise verrühren. Geriebenes Toastbrot und Sauerrahm untermischen. Mit Salz und dem beiseite gestellten Zitronensaft abschmecken. Die Dorade aus dem Salzteig nehmen (dabei den Teig mit einem Hammer aufklopfen). Salz und Haut entfernen. Fisch mit der gefüllten Tomate und Knoblauchmayo servieren. Dazu passt Baguette.

Jacqueline Amirfallah am 11. September 2013

## Estragon-Lachs mit Melonen-Salat

### Für 4 Personen

1 TL Fenchelsamen	250 g Weizenmehl (405)	20 g frische Hefe
ca. 150 ml Wasser	Zucker, Salz	1 Prise Backpulver
3 EL Olivenöl	1/2 Fenchelknolle	500 g Wassermelone
1 Honigmelone	1 Galia-Melone	1 Bio-Zitrone
1 Bund Estragon	9 EL Sonnenblumenöl	600 g Lachsfilet
1 Chilischote	1 Bund Schnittlauch	1 TL scharfer Senf
2 EL Apfelessig		

Fenchelsamen im Mörser zerstoßen. Mehl in eine Schüssel geben und eine Kuhle eindrücken. Hefe zerbröseln und in 50 ml warmen Wasser verrühren. In die Kuhle schütten und 1 EL Zucker darauf geben. Auf den Mehrrand 1 Prise Salz, Backpulver und Fenchelsamen streuen sowie 1 EL Olivenöl. Alles vermischen, und nach und nach das restliche Wasser zugeben und zu einem glatten Teig kneten. Den Teig in eine große Schüssel geben, abdecken und 30 Minuten gehen lassen. Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Den Fenchel putzen, waschen und sehr klein schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl Fenchel weich dünsten, leicht salzen. Dann Fenchel unter den gegangenen Hefeteig mischen, alles zu einem Fladen ausrollen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, mit 1 EL Olivenöl bestreichen, im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten backen. Die Melonen halbieren und die Kerne entfernen. Mit unterschiedlich großen Kugelausstechern aus dem Melonenfruchtfleisch Kugeln ausstechen. Das restliche Melonenfruchtfleisch auskratzen und fein pürieren, mit Zucker abschmecken und die Masse in Eiwürfelbehältern geben und einfrieren. Für den Lachs den Backofen auf 80 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Zitrone heiß abspülen, abtrocknen und etwas Schale abreiben. Dann den Saft auspressen. Estragon abspülen, trocken schütteln und 2 Stiele zur Seite legen. Vom Rest die Blätter abzupfen und diese mit 6 EL Sonnenblumenöl fein pürieren. Mit Salz, etwas Zitronensaft und abgeriebener Zitronenschale abschmecken. Vom Lachs evtl. noch vorhandene Gräten zupfen und tranige Fettschicht entfernen. Lachs portionieren mit dem Estragonöl einreiben und bei 80 Grad ca. 15 Minuten im Ofen garen. Chili der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein schneiden. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und sehr fein schneiden. Mit dem gehackten Chili zu den Melonenkugeln geben. Senf, Essig und 3 EL Sonnenblumenöl zu einer Vinaigrette mischen, diese mit Salz abschmecken und die Melonenkugeln damit marinieren. Lachs mit Melonensalat und einem Stück Fenchelbrot anrichten und servieren. Dazu Wasser mit Melonen- Eismwürfeln reichen oder wenn es sehr heiß ist, den Melonensalat mit einigen Melonen-Eismwürfel kühlen.

Jacqueline Amirfallah am 23. Juli 2014

# Gebratene Scholle mit Nordsee-Krabben und Poffertjes

## Für 4 Personen

### Für die Scholle:

200 g frische grüne Bohnenkerne	Salz, Mehl	1 Bund Dill
2 Maischollen (à 600 g)	$\frac{1}{2}$ Zitrone (Saft)	150 g Nordseekrabben
2 EL Butterschmalz	1 EL Butter	

### Für die Poffertjes:

400 ml Milch	20 g Hefe	1 Prise Salz
100 g Weizenmehl	100 g Buchweizenmehl	50 g Butter
1 Ei	Butter	

Für die Poffertjes:

Die Milch lauwarm erwärmen. Die Hefe in etwas lauwarmer Milch auflösen. Salz in eine Schüssel geben, beide Mehlsorten darüber sieben, in die Mitte eine Vertiefung drücken und die aufgelöste Hefe hineingießen. Von der Mitte aus rühren und nach und nach die Milch zugeben. Die Butter schmelzen. Ei und Butter unter den Teig mengen. Die Schüssel mit Klarsichtfolie abdecken und an einem warmen Ort 45 Minuten ruhen lassen. Die Bohnenkerne in Salzwasser blanchieren, abschütten und die kleine Hülle über den Bohnenkernen entfernen. Dill abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Maischollen waschen und den Grätensaum sowie den Kopf mit einer Schere abschneiden. Den Rogen vorsichtig herausnehmen.

Für die Scholle:

Die Schollen salzen, nach Belieben mit etwas Zitronensaft beträufeln und in Mehl wenden, das überschüssige Mehl abklopfen und die Schollen in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten goldbraun braten, dann aus der Pfanne nehmen und warm stellen. (Falls die Schollen dicker sind, noch kurz im Backofen bei 160 Grad nachgaren.) Die dicken Bohnen und die Krabben in die Fischpfanne geben, Butter zugeben und warm werden lassen. (Auf keinen Fall zu heiß, da sich sonst das Eiweiß zusammenzieht und die Krabben fest werden.) Dill dazugeben und einmal durchschwenken. Eine Poffertjespfanne erhitzen, bis sie sehr heiß ist, mit Butter ausfetten und jede Vertiefung zu etwa drei Vierteln mit Teig füllen. (In eine normale Pfanne Häufchen von etwa 1 EL Teig geben.) Die Temperatur auf mittlere Hitze reduzieren und die Poffertjes backen bis die Oberseite des Teigs noch etwas flüssig ist. Umdrehen und die andere Seite goldbraun backen. Die Schollen mit den Krabben, Bohnen und Poffertjes anrichten und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 04. Juni 2014

## Gebratener Mai-Wirsing mit Lachs, Kerbel-Soße, Kohlrabi

### Für 4 Personen

1 Knoblauchzehe	1 Bund Kerbel	140 ml Olivenöl
4 Lachsfilets (a 150 g )	2 Kohlrabi mit Grün	2 Zwiebeln
3 EL Butter	Salz, Pfeffer	1 EL Mehl
Muskat	100 ml Sahne	2 Köpfe Maiwirsing

Backofen auf 60 Grad vorheizen. Knoblauch schälen. Kerbel abspülen, trockenschütteln und die Blättchen von den Stielen zupfen. Stiele beiseite stellen. 100 ml Olivenöl mit einem Drittel Kerbel und Knoblauch pürieren. Lachsfilet säubern, entgräten, salzen und mit 4 EL Olivenöl bestreichen. Im vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten garen. Kohlrabi putzen, waschen und schälen. Die zarten grünen Blätter fein schneiden und beiseite stellen. Die Schalen und großen Blätter ebenfalls beiseite stellen. Kohlrabi in hübsche Stücke schneiden. Zwiebeln schälen. Eine Zwiebel grob würfeln und eine fein würfeln. Fein gewürfelte Zwiebel in 1 EL Butter anschwitzen, Kohlrabi zugeben, würzen und ca. 15 Minuten weich dünsten, gegen Ende der Garzeit ein Drittel der feingeschnittenen Kerbelblätter und Kohlrabiblätter zugeben. Kohlrabischalen und grobe Blätter mit Wasser bedecken, Salz, Kerbelstiele, grobe Zwiebelwürfel zugeben, daraus eine Gemüsebrühe kochen. Durch ein Sieb geben. Brühe auffangen. 1 EL Butter erhitzen. Mit 1 EL Mehl bestäuben. Mit ca. 250 ml Gemüsebrühe ablöschen und 5 Minuten einköcheln lassen. Sahne zugeben, erneut erhitzen. Mit Salz und Muskat abschmecken. Maiwirsing putzen, waschen und in dicke Scheiben schneiden. Nach Belieben in Salzwasser kurz blanchieren, abtropfen lassen. Wirsing in portionsweise in 1 EL Butter von beiden Seiten ca. 2 Minuten schmoren, würzen. Wirsing mit übrigem Kerbel in die Sauce geben, abschmecken. Mit Lachs, Kohlrabi und Kerbelpesto anrichten. Dazu passen neue Kartoffeln.

Jacqueline Amirfallah am 08. Mai 2013

# Gebratener Zander mit Speck, Salbei und Kürbis-Soße

## Für 4 Personen

1 Hokkaido-Kürbis (ca. 1,2 kg)	300 ml Gemüsebrühe	2 Zwiebeln
1 Bund Salbei	3 EL Butter	Paprikapulver, rosenscharf
Kreuzkümmel	2 EL Butterschmalz	1 Stange Porree (Lauch)
Salz, Pfeffer	Piment d'Espelette	400 g Zanderfilet
12 Scheiben geräucherter Bauchspeck		

Den Hokkaido waschen, halbieren und das Kerngehäuse entfernen. Kerngehäuse mit Gemüsebrühe in einen Topf geben und ca. 1 Stunde um etwa 1/3 einkochen lassen. Brühe durch ein Sieb geben und auffangen. Etwa 1/3 des Hokkaido grob hacken. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Salbei abspülen trockenschütteln und die Blättchen von den Stielen zupfen. 2 EL Butter in einer Pfanne erhitzen. Zwiebelwürfel darin anbraten. Kürbis und Salbeiblätter zugeben und alles ca. 3 Minuten braten. Paprikapulver und Kreuzkümmel darüberstäuben. Mit der Kürbisbrühe ablöschen und den Kürbis weich kochen. Den restlichen Kürbis in schöne Stücke schneiden. Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Kürbis zugeben und weich schmoren. Porree putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. Etwa, 5-6 Minuten vor Ende der Garzeit zum Kürbis geben und mit schmoren. Mit Salz, Pfeffer und Piment d'Espelette würzen. Die Kürbissauce pürieren, durch ein Sieb passieren. Erneut erhitzen. 1 EL kalte Butter unterrühren und die Sauce damit binden. Sauce abschmecken. Zanderfilets abspülen und in 12 daumendicke Stücke schneiden. Salzen, und mit je 1 Salbeiblatt belegen. Zanderstücke jeweils mit einer Scheibe Speck umwickeln. In einer Pfanne von allen Seiten ca. 2 Minuten braten. Zander mit gebratenem Kürbis und Sauce anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 18. September 2013

## Kabeljau mit Sauerkraut-Strudel

### Für 4 Personen

300 g Mehl	3 EL Sonnenblumenöl	Salz
400 g Sauerkraut	600 g Spitzkohl	2 Zwiebeln
1 Apfel	2 EL Butter	100 ml Apfelsaft
1 Lorbeerblatt	100 ml Sahne	Pfeffer
2 – 3 Scheiben Graubrot	600 g Kabeljaufilet	1 EL Mehl
1 EL Butterschmalz		

Aus Mehl, 125 ml Wasser, Öl und einer Prise Salz einen Strudelteig herstellen. Ist der Teig zu fest etwas mehr Wasser zugeben, ist er zu weich etwas mehr Mehl nehmen. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und mindestens 15 Minuten ruhen lassen. Das Sauerkraut abspülen. Den Spitzkohl putzen, waschen. Vier schöne Blätter abnehmen, diese in Salzwasser blanchieren und abtropfen lassen. Den restlichen Kohl vierteln, den harten Strunk entfernen und Kohl in sehr feine Streifen schneiden. Zwiebeln schälen und würfeln, den Apfel vierteln, entkernen und würfeln. 1 EL Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln zugeben und anschwitzen. Dann gewürfelte Äpfel und geschnittenen Spitzkohl zugeben und mit anbraten. Das Sauerkraut grob zerschneiden und zugeben, Apfelsaft und Lorbeerblatt zugeben und kurz köcheln lassen. Dann die Sahne zugeben und einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und abkühlen lassen. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Das Graubrot mit der Reibe oder im Cutter zermahlen. 1 EL Butter schmelzen. Strudelteig so dünn wie möglich ausrollen, mit flüssiger Butter bestreichen und mit den Graubrotbröseln bestreuen. In vier Quadrate teilen, jedes mit einem blanchierten Spitzkohlblatt belegen, Sauerkrautmischung darauf verteilen und vier Strudelpäckchen rollen. Die Strudelpäckchen auf ein Backblech geben ca. 15 Minuten im vorgeheizten Ofen backen. Das Kabeljaufilet in vier Portionen schneiden, salzen, in Mehl wenden und in einer Pfanne mit Butterschmalz von jeder Seite ca. 3 Minuten braten. Fisch mit Sauerkrautstrudelpäckchen anrichten, restliches gekochtes Kraut dazu reichen.

Jacqueline Amirfallah am 16. Oktober 2013



## Kabeljau mit Stockfisch-Krokette und Rote Bete

### Für 4 Personen

200 g Stockfisch	4 Zweige Thymian	3 Knoblauchzehen
4 Knollen Rote Bete (ca. 800 g)	2 TL Honig	600 g Kartoffeln, mehligk.
Salz	250 ml Milch	2 Schalotten
3 EL Butterschmalz	1 -2 EL Mehl	400 ml Fischfond
1/2 Bund Dill	60 g Gjetost-Käse	1 Ei
1 Zwiebel	3-4 EL Kartoffelstärke	ca. 40 g Pankomehl
100 g saure Sahne	2 EL Butter	700 g Kabeljaufilet
ca. 500 g Frittierfett		

Stockfisch über Nacht in kaltem Wasser einweichen, das Wasser zweimal wechseln. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Thymian abspülen und trocken schütteln. Knoblauch schälen und halbieren. Rote Bete waschen, jede Knolle einzeln mit 1/2 TL Honig, einem Thymianzweig und einer halben Knoblauch in Alufolie packen und je nach Größe ca. 50 Minuten im vorgeheizten Ofen weich garen. Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Eingeweichten Stockfisch von Gräten und Häuten lösen. In einem Topf mit Milch und einer zerdrückten Knoblauchzehe den Stockfisch weich kochen. Anschließend kurz abkühlen lassen und durchhacken. Die Schalotten schälen, fein würfeln und in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen, mit 1 TL Mehl abstäuben und mit Fischfond auffüllen, alles gut umrühren und die Flüssigkeit unter Rühren um die Hälfte einkochen lassen. Dill abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Gjetost würfeln. Das Ei trennen. Zwiebel schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz glasig anschwitzen. Die Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und durch eine Presse drücken. Zerdrückten Stockfisch, etwas Dill, Zwiebel, Gjetost, Kartoffeln, 1 EL Kartoffelstärke und Eigelb mischen und abschmecken. Aus der Masse Kroketten formen und in Kartoffelstärke wenden, danach durchs Eiweiß ziehen und in Pankomehl wälzen. Die gegarte Rote Bete auspacken, pellen und in Spalten schneiden. Den Saucenansatz pürieren, durch ein Sieb passieren und mit saurer Sahne und kalter Butter montieren. Kabeljaufilet zurechtschneiden, entgräten, mit Salz und Pfeffer würzen, mit etwas Mehl bestäuben und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten braten. Frittierfett erhitzen, die Kroketten darin goldbraun backen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Kabeljau, Kroketten, Rote Bete anrichten, die Sauce angießen und mit restlichem Dill garnieren.

Jacqueline Amirfallah am 05. November 2014

## Lachs in Koriander-Marinade mit Pilaw

### Für 4 Personen

1/2 Bund Koriander	1/2 Bund Schnittlauch	8 EL Olivenöl
Salz	600 g Lachsfilet ohne Haut	100 g Bulgur
400 ml Gemüsebrühe	150 g Basmatireis	1 Bund junge Möhren
1 Bund Lauchzwiebeln	1 Bio-Orange	1 TL Zucker
20 g Mandeln	1 TL Korianderkörner	1 Prise Sumach

Den Backofen auf 80 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Koriander und Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Kräuter mit 6 EL Olivenöl und einer Prise Salz mischen. Lachsfilet in 4 Portionsstücke teilen und mit der Kräutermarinade einreiben. Den Fisch in eine Auflaufform legen und im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten garen.

In der Zwischenzeit Bulgur in 400 ml Gemüsebrühe ca. 10 Minuten weich kochen. Basmatireis abspülen und in Salzwasser ca. 7 Minuten weich garen. Basmatireis abgießen, in ein Sieb geben und kalt abspülen. Möhren gut putzen, waschen, evtl. schälen. 4 Möhren ganz lassen, den Rest in feine Würfel schneiden. Lauchzwiebeln putzen. Das Grün der Lauchzwiebel fein schneiden, den weißen Anteil würfeln. 1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Hälfte der weißen Lauchzwiebelwürfel und die ganzen Möhren darin dünsten.

Von der Orange einige dünne Zesten abziehen und diese zweimal in kochendem Wasser blanchieren. Dann etwas Wasser mit 1 TL Zucker aufkochen und die blanchierten Orangenzesten darin weich kochen. Dann die Orange mit einem Messer schälen, dass keine weiße Haut mehr am Fruchtfleisch ist. Die Fruchtflets auslösen.

Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten.

In einer weiteren Pfanne mit 1 EL Olivenöl die restlichen weißen Lauchzwiebelwürfel mit den gewürfelten Möhren anschwitzen. Basmatireis und Bulgur untermischen und mit braten. Das Lauchzwiebelgrün, Mandeln, Orangenfilets, Orangenzesten und gemörserte Korianderkörner untermischen und abschmecken.

Den gegarten Lachs mit dem Pilaw und den Möhren anrichten. Etwas Sumach über den Fisch streuen und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 02. April 2014

## Lachs mit Stockfisch-Kroketten

### Für 4 Personen

300 g Stockfisch	1 Knoblauchzehe	700 ml Milch
800 g mehligk. Kartoffeln	Salz	100 g Gejtoastkäse
1 Zwiebel	3 EL Öl	2 Eier
1/2 Bund Dill	2 EL Kartoffelstärke	150 g Mehl
300 g Paniermehl	600 g Lachs	1 Zwiebel
1 EL Butter	800 g frischer Spinat	Muskat
1 kg Frittierfett	Pfeffer	

Den Stockfisch über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Am nächsten Tag, den Stockfisch in Stücke zupfen, dabei alle Gräten entfernen. Knoblauch schälen. Stockfisch und Knoblauch in der Milch ca. 30 Minuten weich kochen. Kartoffeln waschen, schälen und in Salzwasser kochen, abgießen und ausdämpfen lassen. Käse würfeln. Zwiebel schälen und ebenfalls in feine Würfel schneiden. 1EL Öl erhitzen, Zwiebel darin glasig dünsten und abkühlen lassen. Den Fisch aus der Milch heben und abtropfen lassen. Die Eier trennen. Dill abspülen, trockenschütteln und fein hacken. Den Fisch fein hacken, die Kartoffeln durch die Presse drücken. Fisch, Käse, Zwiebelwürfel und Dill unter die Kartoffeln mischen. Eigelbe und Stärke unterkneten. Die Masse zu fingerlangen Kroketten formen. Diese erst in Mehl, dann in verquirltem Eiweiß und zuletzt in Paniermehl wenden. Backofen auf 80 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Lachsfilets abspülen, trockentupfen, salzen, mit übrigem Öl einpinseln und im Backofen ca. 10 bis 12 Minuten garen. Zwiebel schälen und würfeln. Spinat waschen, abtropfen lassen. Butter erhitzen, Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Mit Muskat abschmecken. Im Frittierfett erhitzen und die Kroketten darin goldbraun backen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Lachs aus dem Ofen heben, pfeffern und mit Kroketten und Spinat anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 18. Dezember 2013

## Matjes-Sülze mit Kartoffel-Bohnen-Salat

### Für 2 Personen

2-3 Matjes-Doppelfilets	3 Essiggurken	1 Zwiebel
1 Apfel	6 Blatt Gelatine	500 ml Gemüsebrühe
Salz	1 EL Kapern mit Einlegesaft	1 Spritzer Zitronensaft
500 g festk. Kartoffeln	1 kg dicke Bohnen in Schale	50 g Speckwürfel
1 Bund Schnittlauch	2 Stängel Liebstöckel	1/2 Bund glatte Petersilie
ca. 250 ml Fleischbrühe	Pfeffer	

Matjes entgräten. Essiggurken in dünne Streifen schneiden. Zwiebel schälen, in feine Würfel schneiden. Apfel waschen, schälen, das Kerngehäuse entfernen und Apfel in feine Würfel schneiden. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Eine Terrinenform (ca. 1 l Inhalt) mit Frischhaltefolie auskleiden. Gemüsebrühe in einem Topf erwärmen, mit Salz, 1 Spritzer Kapernsaft und Zitronensaft abschmecken. Die eingeweichte Gelatine ausdrücken und in der warmen Gemüsebrühe auflösen. Matjes in schöne Stücke schneiden und mit Gurken, Zwiebeln, Apfel und Kapern in die vorbereitete Brühe geben, dann in die Terrinenform schichten, dabei auf ein hübsches Schnittbild achten, soviel Gelierbrühe angießen, dass die Terrinenform vollständig gefüllt ist. Mit Frischhaltefolie abdecken und die Sülze im Kühlschrank fest werden lassen. Kartoffeln waschen, bürsten und in leicht gesalzenem Wasser kochen. Die Bohnenkerne auspülen, dann kurz blanchieren, abschütten und aus der Pelle (Lederhaut) drücken. Speck in einer Pfanne knusprig auslassen. Schnittlauch, Liebstöckel und Petersilie abspülen und fein schneiden. Die gekochten Kartoffel pellen und noch lauwarm in Scheiben schneiden. Bohnenkerne, Speck und die Kräuter zugeben. Fleischbrühe aufkochen und darübergießen. Alles gut vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die erkaltete Terrine aus der Form stürzen, in Scheiben schneiden und mit dem Kartoffel-Bohnensalat anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 09. Juli 2014

## Rote Bete Salat mit gebratenem Lachs

### Für 2 Personen

4 kleine Knollen Rote Bete	4 Knoblauchzehen	4 TL grobes Meersalz
3 TL Honig	50 g Feldsalat	20 g Butter
60 g Mehl	150 ml Milch	2 Eier
3 Schalotten	5 EL Olivenöl	feines Meersalz
5 EL Balsamico	50 g Frischkäse	1 EL Butterschmalz
2 Lachsfilets à 150 g	Pfeffer	

Den Backofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Die Rote Bete waschen und den Stielansatz abschneiden. Knoblauch schälen und andrücken. Vier Alufolienstücke von ca. 25 cm Länge vorbereiten, darauf Backpapier legen. Darauf jeweils 1 TL grobes Meersalz geben und eine Rote Bete, eine zerdrückte Knoblauchzehe und 1 TL Honig geben. Die Rote Bete Knollen gut in die Folien einpacken und im vorgeheizten Ofen ca. 50 Minuten garen. Feldsalat putzen, waschen und abtropfen lassen. 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. Die Schalotten schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. 2 TL Honig, 1 Prise Salz zugeben und mit 3 EL Balsamico ablöschen. Die gegarte Rote Bete schälen, nach Belieben in schöne Viertel, Scheiben oder Rauten schneiden, mit der Schalottenmarinade mischen und ziehen lassen. Die angefallenen Abschnitte der Rote Bete fein pürieren, mit Frischkäse mischen und abschmecken. Aus dem Teig in einer beschichteten Pfanne mit etwas Butterschmalz nach und nach 4 dünne Pfannkuchen ausbacken. Den Lachs salzen und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl von beiden Seiten ca. 2 Minuten braten. Er sollte in der Mitte noch leicht glasig sein. 2 EL Balsamico mit 3 EL Olivenöl mischen, mit Salz und Pfeffer würzen und den Feldsalat damit marinieren. Den Rote Bete Salat nochmal abschmecken Die Crêpes mit der Frischkäsecreme füllen und zusammen mit Lachs, Rote Bete-Salat und Feldsalat anrichten und servieren.

Jacqueline Amirfallah 13. Februar 2013

## Seeteufel im Brotmantel mit Paprika-Schaum

### Für 4 Personen

2 Zwiebeln	3 rote Paprika	3 EL Olivenöl
Salz	1 Prise Piment-d´Eslette	1 TL Zucker
1/2 l Gemüsebrühe	50 g Butter	600 g Seeteufel
1 Kastenweißbrot	1/2 Bund Salbei	1 Knoblauchzehe
2 EL Butterschmalz	12 Kirschtomaten	16 Pimientos de Patron

Zwiebeln schälen und würfeln. Paprika putzen und würfeln, in 1 EL Olivenöl anbraten, salzen und weichschmoren mit Piment d´Eslette würzen, mit Zucker karamellisieren, mit Gemüsebrühe auffüllen, aufkochen und weich kochen. Dann pürieren, die Sauce durch ein Sieb passieren und mit Butter montieren. Seeteufel ausparieren, in Stücke schneiden, salzen und in 1 EL Olivenöl braten. Weißbrot entrinden und der Länge nach in sehr dünne Scheiben schneiden. Salbei waschen und trocken schütteln. Die Brotscheiben mit einem Blatt Salbei belegen, den Seeteufel darauf legen und einwickeln. Knoblauch schälen. Eine Pfanne mit Knoblauch ausreiben und den Seeteufel in Butterschmalz rundherum goldbraun braten. Die Tomaten überbrühen und die Haut abziehen. Pimientos in heißer Pfanne mit 1 EL Olivenöl braten, salzen, Tomaten mit in die Pfanne geben und kurz braten. Seeteufel mit dem Paprikaschaum und den Pimientos anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 13. August 2014

## Tapas Variationen mit Stockfisch

### Für 6 Personen

#### Für die Aioli:

1 Scheibe Toastbrot	20 ml Milch	2 Knoblauchzehen
2 Eigelbe (ganz frisch)	Salz	ca. 250 ml mildes Olivenöl

#### Für die die Stockfischkroketten:

150 g Stockfisch	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	400 ml Milch
400 g mehligk. Kartoffeln	Salz	z 50 g Gejtoastkäse
1 kleine Zwiebel	2 EL Öl	2 Eier
1/2 Bund Dill	1 EL Kartoffelstärke	75 g Mehl
150 g Paniermehl	500 g Frittierfett	

#### Für die Kartoffeltortilla:

500 g Kartoffeln	Salz	1 Knoblauchzehe
2 kleine Zwiebeln	1 Stiel Thymian	2 EL Olivenöl
4 Eier	100 ml Milch	Pfeffer

#### Für die Datteln:

10 grüne Oliven	1 rote Chilischote	8 ganze geschälte Mandeln
8 große Datteln	8 Scheiben Bacon	

Für die Aioli:

Toastbrot in der Milch einweichen. Knoblauch schälen und würfeln. Eigelbe mit Salz verrühren und langsam so viel Olivenöl zugeben, dass eine cremige, eher feste Mayonnaise entsteht. Brotmilch mit dem Knoblauch pürieren und unter die Mayonnaise ziehen. Mit Salz und Pfeffer würzen, kalt stellen.

Für die Kartoffeltortilla:

Kartoffeln waschen und in Salzwasser weich garen. Abgießen und ausdampfen lassen. Kartoffeln pellen und in Scheiben schneiden. Knoblauch und Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. Thymianblättchen abzupfen und fein hacken. 1 EL Öl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Thymian darin ca. 2 Minuten anbraten, herausnehmen und abkühlen lassen. Backofen auf 150 Grad erhitzen. Übriges Öl in der Pfanne erhitzen. Kartoffeln ca. 5 cm in die Pfanne schichten. Eier, Zwiebel-Thymian-Masse und 100 ml Milch verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zu den Kartoffel geben und kurz anbraten. Im Backofen ca. 15 Minuten fertig stocken lassen. Herausnehmen und in kleine Stücke schneiden. Schmecken warm und kalt.

Für die Stockfischkroketten:

Den Stockfisch über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Am nächsten Tag, den Stockfisch in Stücke zupfen, dabei alle Gräten entfernen. Knoblauch schälen. Stockfisch und Knoblauch in der Milch ca. 30 Minuten weich kochen. Kartoffeln waschen, schälen und in Salzwasser kochen, abgießen und ausdampfen lassen. Käse würfeln. Zwiebel schälen und ebenfalls in feine Würfel schneiden. 1EL Öl erhitzen, Zwiebel darin glasig dünsten und abkühlen lassen. Den Fisch aus der Milch heben und abtropfen lassen. Die Eier trennen. Dill abspülen, trockenschütteln und fein hacken. Den Fisch fein hacken, die Kartoffeln durch die Presse drücken. Fisch, Käse, Zwiebelwürfel und Dill unter die Kartoffeln mischen. Eigelbe und Stärke unterkneten. Die Masse zu fingerlangen Kroketten formen. Diese erst in Mehl, dann in verquirltem Eiweiß und zuletzt in Paniermehl wenden. Frittierfett erhitzen und die Kroketten darin goldbraun backen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen

Für die Speckdatteln:

Oliven entsteinen und grob hacken. Chili halbieren, entkernen und sehr fein schneiden. Mandeln ebenfalls hacken. Alles Zutaten mischen Von den Datteln den Sten entfernen und mit der Oliven-Mandel-Mischung füllen. Jeweils eine Scheibe Bacon herum wickeln. Datteln in einer Pfanne ohne

Fett knusprig braten. Herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen. Alle Tapas zusammen servieren. Dazu schmeckt Brot.

Jacqueline Amirfallah am 26. Februar 2014

## Variationen vom Blumenkohl mit Zander-Päckchen

### Für 4 Personen

1,5 kg Blumenkohl	1 Zwiebel	4 EL Butterschmalz
100 ml Sahne	Salz, Pfeffer	4 Blatt Gelatine
1 Bund Schnittlauch	3 Zitronen	8 EL Olivenöl
350 g Zanderfilet	1-2 Brickteigblätter	

Blumenkohl putzen und in Röschen zerteilen. Zwiebel schälen und fein schneiden. In einem Topf mit 1 EL Butterschmalz die Zwiebel anbraten, 400 g Blumenkohlröschen zugeben, mit anbraten und Sahne angeben, bei kleiner Hitze weich dünsten. Dann den alles pürieren und durch ein Sieb passieren. Ein Drittel beiseite stellen, mit Salz und Pfeffer würzen und warm stellen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. Die Hälfte der Schnittlauchröllchen unter das Blumenkohlpüree mischen und mit Salz abschmecken. Gelatine ausdrücken und im heißen Blumenkohlpüree auflösen. Dann die Masse in eine mit Frischhaltefolie ausgelegte Terrinenform (ca. 1, 5 Liter) füllen und abgedeckt im Kühlschrank erkalten und fest werden lassen. Den übrigen rohen Blumenkohl in sehr kleine Röschen teilen. Eine Hälfte in wenig Salzwasser garen. In der Zwischenzeit von 1 Zitrone den Saft auspressen und diesen mit 4 EL Olivenöl zu einer Vinaigrette vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die gekochten Röschen abschütten und mit der Vinaigrette marinieren. Die übrige Hälfte Blumenkohl in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz bei kleiner Hitze ca. 2 Minuten bissfest braten. Ebenfalls mit 4 EL Olivenöl und dem Saft der 2 Zitrone marinieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den übrigen Schnittlauch unter den gekochten Blumenkohlsalat mischen, Salat nochmals abschmecken. Zanderfilet abspülen und trockentupfen. Die übrige Zitrone dick schälen und die Filets heraus schneiden. Fisch in 4 Stücke schneiden. Den Brickteig ebenfalls in 4 Teile schneiden und den Fisch darin einwickeln. 1 EL Butterschmalz erhitzen. Fisch darin von allen Seiten ca. 3 Minuten braten. Die Blumenkohlterrine aus der Form stürzen und in Scheiben schneiden. Blumenkohlterrine mit den Salaten, dem Püree und dem Fisch auf Tellern anrichten. Zitronenfilets darauf verteilen und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 31. Juli 2013

## Zweierlei vom Zander mit Blattspinat

### Für 4 Personen

1 Bio-Zitrone	125 g Mehl	125 g Hartweizengrieß
Salz	3 EL Olivenöl	ca. 200 ml Wasser
800 g frischer Blattspinat	600 g Zanderfilet	150 g Sahne
1 kleine Zwiebel	1 Knoblauchzehe	2 Zweige Estragon
30 g Butter		

Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und etwa 1/2 TL Schale abreiben. Dann die Zitrone mit einem Messer schälen, dass keine weiße Haut mehr am Fruchtfleisch haftet und die Fruchtflets herauschneiden. Beide Mehlsorten, 1 Prise Salz, 1 EL Olivenöl, Zitronenabrieb und Wasser 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. Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen. Zanderfilet entgräten und vier schöne Stücke von je 100 g zurecht schneiden. Zanderabschnitte würfeln, mit der Sahne mischen, mit Salz abschmecken und kalt stellen. Zwiebel und Knoblauch schälen, sehr fein würfeln und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, den gewaschenen Spinat mit in die Pfanne geben und zusammen fallen lassen, auf ein Sieb geben und gut abtropfen lassen. Zander und Sahne im Cutter zu einer Farce mixen. Den Nudelteig ausrollen. Auf die Nudelbahnen jeweils mit etwas Abstand 1 TL Fischfarce, darauf 1TL gut ausgedrückten Spinat setzen, die Ränder mit etwas Wasser einpinseln, mit der nächsten Nudelbahn bedecken, andrücken und zu Maultaschen bzw. Ravioli ausschneiden. In einem großen Topf mit Salzwasser die Maultaschen ca. 3 Minuten kochen, herausnehmen und abtropfen lassen. Die Fischstücke salzen und in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl von beiden Seiten braten, Estragonzweig und am Ende die Zitronenfilets mit in die Pfanne geben. Butter bräunen. Gebratenen Zander mit Zitronen, restlichem Spinat und Maultaschen anrichten, diese mit der braunen Butter beträufeln und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 20. März 2013



# Geflügel

## Brathähnchen in Zitronen-Soße

### Für 2 Personen

$\frac{1}{2}$ Brathähnchen (ca. 750 g)	1 Zwiebel	1 Stange Porree
1 Stück Knollensellerie	1 Möhre	Salz, Pfeffer
1/2 Bund Thymian	3 unbehandelte Zitronen	1 EL Butterschmalz

Das Brathähnchen in Brust und Keule zerlegen und diese jeweils teilen, so dass 8 Stücke entstehen. Zwiebel schälen und vierteln. Porree, Knollensellerie und Möhre waschen, putzen und grob zerkleinern. Für die Hühnerbrühe die Karkasse (Rücken- und Brustknochen) in einem Topf ohne zusätzliches Fett anrösten. Anschließend reichlich Wasser, die Zwiebel, Porree, Sellerie, Möhre, Salz und Pfeffer zugeben und alles ca. 20 Minuten kochen. Durch ein Sieb abgießen. Thymian abspülen und trocken schütteln und die Blättchen von den Stielen zupfen. Zitronen abspülen und trockentupfen. Die Schale der Zitronen dünn abreiben. Zitronen halbieren und den Saft auspressen. Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Hähnchenkeulen und das Brustfleisch kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Die Keulen mit einem Viertel der Zitronenschale einreiben. Bei den Brustfilets, die Haut lösen. Das Fleisch salzen, mit einem weiteren Viertel der Zitronenschale und der Hälfte der Thymianblättchen würzen. Die Haut darüber schieben. Keulen und Brustfilets im heißen Butterschmalz von allen Seiten goldbraun braten. Mit der Hälfte Zitronensaft beträufeln und im vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten fertig braten. Danach das Fleisch aus der Pfanne nehmen und warm stellen. (Brustteil ist eher gar und kann bereits nach 15 Minuten herausgenommen werden). Den Bratensatz mit 200 ml Hühnerbrühe (übrige Brühe anderweitig verwenden z. B. einfrieren) und dem übrigen Zitronensaft ablöschen und einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer, dem übrigen Zitronenabrieb und restlichen Thymianblättchen abschmecken. Kalte Butter unterrühren und die Sauce damit binden. Hähnchenfleisch zusammen mit der Sauce auf Tellern anrichten. Dazu schmecken geschmorte grüne Bohnen und Kartoffelpüree.

Jacqueline Amirfallah am 06. März 2013

## Cordon Bleu vom Hähnchen mit Sauerampfer-Soße

### Für 4 Personen

800 g mehligk. Kartoffeln	Salz	1 Bund Petersilie
4 Hähnchenbrüste	250 g Sahne	4 Scheiben Kochschinken
100 g Taleggio	1 Bund Sauerampfer	2 EL Olivenöl
2 Zwiebeln	140 g Butter	1 EL Mehl
250 ml Hühnerbrühe	500 g Brokkoli	150 ml Milch
Muskat		

Kartoffeln schälen und in Salzwasser garen. Petersilie abspülen trockenschütteln und grob hacken. Die Hähnchenbrüste abspülen und trockentupfen. Von den Filets die Haut hochziehen und nach hinten klappen. Das Fleisch plattieren, so dass es ca. 1 cm dick ist. Von jeder Hähnchenbrust die ausgefransten Ränder abschneiden. Es ergibt eine schöne Kante, außerdem wird das Fleisch (insgesamt ca. 100 g), für die Farce benötigt. Das abgeschnittene Fleisch mit 100 g Sahne und gehackter Petersilie zu einer Farce pürieren. Mit Salz würzen. Die Hähnchenbrust salzen und mit jeweils etwas Farce bestreichen. Darauf je 1 Scheibe Schinken, 25 g Käse und 1 Blatt Sauerampfer legen. Dann das Fleisch zur Hautseite umklappen und anschließend die angezogene Haut darüber ziehen. Den Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Hähnchenbrüste von allen Seiten anbraten. Danach im Backofen ca. 20 Minuten braten. In der Zwischenzeit Zwiebeln schälen und würfeln. 20 g Butter erhitzen und die Zwiebeln darin andünsten. Mehl darüber stäuben. Sahne und Brühe unter Rühren zugießen und zu einer cremigen Sauce einköcheln lassen. Broccoli putzen und in Röschen teilen. In etwas Salzwasser bissfest dünsten. Übrigen Sauerampfer grob schneiden und mit 100 g Butter pürieren. Kartoffeln abgießen und ausdämpfen lassen. Milch und 20 g Butter erhitzen. Zu den Kartoffeln geben und zu einem Püree verarbeiten. Mit Salz und Muskat abschmecken. Sauerampferbutter in die Sauce geben erneut pürieren und nach Belieben durch ein Sieb passieren. Brokkoli abgießen. Hähnchen-Cordon Bleu mit Brokkoli, Kartoffelpüree und Sauerampfersauce anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 07. August 2013

## Enten-Brust mit Beeren-Chutney und Kichererbsen-Mousse

### Für 4 Personen

200 g Kichererbsen	550 ml Gemüsebrühe	2 Entenbrüste (à ca. 250 g)
Salz	250 g gemischte Beeren	1 Schalotte
6 EL Olivenöl	20 ml Balsamicoessig	100 ml Johannisbeersaft
1 TL Kartoffelstärke	Zucker	1 Prise Piment d'Eslette
1 TL grüner Pfeffer	ca. 100 g Brickteig	1 EL Tahin (Sesampaste)
1 Prise Kreuzkümmel	Pfeffer	80 g Sahne
1 Bund Schnittlauch		

Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Kichererbsen über Nacht in reichlich kaltem Wasser einweichen. Eingeweichte Kichererbsen abgießen und in einem Topf mit Gemüsebrühe weichkochen (ca. 1,5 Stunden). Den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Entenbrust auf der Hautseite gitterförmig einritzen, salzen auf der Hautseite in eine kalte Pfanne geben und braten, bis die Haut kross ist. Dann mit der Haut nach oben in eine Auflaufform geben und ca. 12 Minuten fertig garen. Die Beeren verlesen, evtl. abwaschen und abtropfen lassen. Die Schalotte schälen, fein würfeln und in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen mit dem Balsamico ablöschen, den Johannisbeersaft zugeben und aufkochen. Kartoffelstärke mit 1 EL kaltem Wasser anrühren, den Saft vom Herd nehmen, Stärke einrühren, die Beeren zugeben und aufkochen. Mit Salz, Zucker und Piment d'Eslette abschmecken, grünen Pfeffer zugeben. Die gegarte Entenbrust aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Aus dem Brickteig einige Streifen schneiden, diese auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und im Backofen bei 200 Grad einige Minuten zu Chips goldbraun backen. Von den gekochten Kichererbsen 2-3 EL beiseite stellen. Die übrigen Kichererbsen mit 4 EL Olivenöl pürieren und mit Tahin, Salz, Kreuzkümmel und Pfeffer abschmecken. Die Sahne steif schlagen und unter die pürierten Kichererbsen ziehen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die restlichen Kichererbsen mit Salz, gehacktem Schnittlauch und 1 EL Olivenöl abschmecken. Das Kichererbsenmousse in einem dicken Strich über den Teller ziehen, mit einem nassen Löffel eine Furche in das Mousse ziehen, das Beerenchutney darin verteilen, Entenbrüste in vier Portionen teilen und quer dazu mit der Hautseite nach oben auf den Teller legen, die marinierten Kichererbsen darüber geben und 1-2 Brickchips einstecken.

Jacqueline Amirfallah am 16. Juli 2014

# Enten-Keulen-Sülze mit Pflaumen-Chutney und Chicorée

## Für 4 Personen

4 Entenkeulen (à ca. 200 g)	4 rote Zwiebeln	1 EL Olivenöl
2 Lorbeerblätter	1 Sternanis	100 ml Portwein
1 L Geflügelbrühe	2 Kolben Chicorée	5 Blatt Gelatine
5 g Agar-Agar	700 g Pflaumen und Zwetschgen	50 g brauner Zucker
2 Gewürznelken	2 Pimentkörner	Salz, Pfeffer
50 ml	heller Balsamessig	50 ml Orangensaft

Die Entenkeulen salzen. 2 Zwiebeln schälen und fein würfeln. Öl in einem Bräter erhitzen. Keulen darin rundherum anbraten. Gewürfelte Zwiebeln, 1 Lorbeerblatt und Sternanis zugeben. Kurz mit braten und mit Portwein ablöschen. 800 ml Geflügelbrühe zugeben und die Keulen ca. 1,5 Stunden weich schmoren. Die Blätter von 1 Kolben Chicorée lösen. Blätter in übriger Brühe kurz blanchieren. Herausnehmen, kalt abspülen und abkühlen lassen. Die weich gegarten Entenkeulen etwas abkühlen lassen. Anschließend das Fleisch von den Knochen lösen. Haut und Knochen beiseite stellen (Zusammen mit Suppengemüse, einen Fond kochen und einfrieren). Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Den Schmorfond durch ein Sieb passieren und, falls nötig mit Geflügelbrühe auf 500 ml auffüllen. Mit Agar Agar mischen und aufkochen. Eingeweichte Gelatine ausdrücken und im Fond auflösen. Den Fond nochmal kräftig abschmecken und kalt stellen. Eine Terrine oder Kastenform (ca. 1,5 Liter Inhalt) mit Frischhaltefolie auslegen. Chicoréeblätter durch den leicht gelierenden Fond ziehen. Die Form mit den Blättern auslegen. Übrige Blätter beiseite stellen. Dann das Entenfleisch in den restlichen gelierenden Fond geben und alles in die Form gießen. Kalt stellen und ca. 4 Stunden fest werden lassen. Die Pflaumen und Zwetschgen waschen, trocken reiben, halbieren und entsteinen. Übrige Zwiebeln schälen und in feine Scheiben schneiden. Früchte und Zwiebeln mit Zucker, übrigem Lorbeerblatt, Nelken, Piment, Pfeffer und Salz in einem Topf erhitzen. Mit Essig und Orangensaft ablöschen und bei mittlerer Hitze ca. 30 Minuten dünsten. Den restlichen Chicorée putzen, halbieren und den Strunk herausschneiden. Frischen Chicorée und übrigen blanchierten Chicorée in Streifen schneiden. Mit Essig, Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker und Olivenöl marinieren. Die Entensülze aus der Form lösen und vorsichtig in Scheiben schneiden. Mit Pflaumenchutney und Salat servieren. Dazu passt Baguette.

Jacqueline Amirfallah am 13. November 2013

# Fenchel-Salat mit gebratener Hähnchen-Brust

## Für 4 Personen

600 g Hähnchenbrustfilet	1 EL Butterschmalz	3 Fenchelknollen
2 unbehandelte Orangen	1 unbehandelte Zitrone	2 EL Zucker
1 TL Fenchelsamen	Salz, Pfeffer	2 Schalotten
5 EL Crème-fraîche		

Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Hähnchenbrust abtupfen und von allen Seiten salzen. Butterschmalz in einer backofenfesten Pfanne erhitzen. Hähnchenbrust von allen Seiten anbraten und danach im Backofen 15 Minuten weiter garen. Hähnchenbrust aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen. Orangen und Zitrone heiß abspülen und trockenreiben. Eine Orange und dünn schälen. Die Schale in feine Streifen schneiden. Schale in kochendem Wasser zweimal für ca. 30 Sekunden blanchieren (damit die Bitterstoffe entfernt werden). Orangenschalen anschließend in ca. 50 ml Wasser und Zucker 10 Minuten köcheln lassen. Abtropfen lassen und beiseite stellen. Zitronenschale dünn abreiben. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Fenchelsamen grob mörsern. Mit der Hälfte Zitronensaft, Zitronenabrieb und etwas Salz mischen. Fenchel waschen und putzen, das zarte Grün abzupfen und beiseite legen. Die Knollen längs halbieren und den harten Strunk entfernen. Auf einem Gemüsehobel in feine Scheiben schneiden. Fenchelgrün fein hacken. Mit der Zitronen-Fenchelmischung zum gehobelten Fenchel geben und gut mischen. Orangen dick schälen, dass keine weiße Haut mehr am Fruchtfleisch haftet und die Filets zwischen den Trennhäuten herausschneiden. Den Saft dabei auffangen. Orangenfilets und Saft mit dem Fenchel mischen. Schalotten schälen und in sehr feine Würfel schneiden. Mit Crème-fraîche und übrigem Zitronensaft mischen und unter den Fenchel heben. Hähnchenbrst in Scheiben schneiden. Mit Fenchelsalat auf Tellern anrichten. Mit den blanchieren Orangenschalen garnieren.

Jacqueline Amirfallah am 03. Juli 2013

## Gefüllte Hühner-Brust mit Spinat und Gorgonzola-Soße

### Für 4 Personen

1 kg mehligk. Kartoffeln	Salz	20 Rosinen
800 g frischer Spinat	1 Knoblauchzehe	1 TL Olivenöl
200 g Gorgonzola	4 Hähnchenbrustfilets (á 150 g)	6 EL Butterschmalz
3 Zwiebeln	1 Lorbeerblatt	1 EL Mehl
225 ml Milch	125 ml Sahne	Pfeffer
1 EL Butter	Muskatnuss	20 Pinienkerne

Kartoffeln waschen, schälen und in Salzwasser weich kochen. Rosinen in warmem Wasser ca. 10 Minuten einweichen. Spinat gründlich waschen und trockenschütteln. Knoblauch schälen und fein hacken. Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Knoblauch darin andünsten. Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Spinat gut abtropfen lassen und grob hacken. Gorgonzola würfeln. Rosinen abgießen und abtropfen lassen. Backofen auf 150 Grad vorheizen. Hähnchenbrustfilets abspülen und trockentupfen. In die Filets, längs eine Tasche schneiden und jeweils mit einem kleinen Stück Gorgonzola, 3 Rosinen und 1 EL Spinat füllen. Mit einem Holzspieß verschließen. Hähnchenbrustfilets portionsweise, in 4 EL heißen Butterschmalz, von allen Seiten goldbraun anbraten. Anschließend im Backofen ca. 15 Minuten fertig braten. Zwiebeln schälen und fein würfeln. 1 EL Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Lorbeerblatt darin anbraten. 2 EL Zwiebeln herausnehmen und beiseite stellen. Die übrigen Zwiebeln mit Mehl bestäuben, verrühren und ca. 1 Minute schmoren. 125 ml Milch, Sahne und 2 EL Wasser nach und nach unterrühren. Alles ca. 3 Minuten köcheln lassen. Den übrigen Gorgonzola unterrühren und schmelzen lassen. Lorbeerblatt entfernen und die Sauce pürieren. Mit Pfeffer abschmecken. Übrige Milch und Butter erwärmen. Kartoffeln abdämpfen und durch eine Presse drücken. Mit der erwärmten Milch cremig rühren. Die beiseite gestellten 2 EL Zwiebeln und restlichen Spinat untermischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Herausnehmen und mit den übrigen Rosinen unter die Sauce rühren. Hähnchenbrustfilets, Gorgonzolasauce und Spinat-Kartoffeln anrichten.

Jacqueline Amirfallah 20. Februar 2013

# Gefülltes Brathuhn mit Sonnenblumenkern-Kartoffel-Püree

## Für 4 Personen

1 große Zwiebel	1 Stück Knollensellerie	10 Datteln
1 Bio-Zitrone	1 EL Butterschmalz	Salz etwas Zucker
Paprikapulver	1 Freilandhähnchen	100 g Butter
Pfeffer	3 EL Sonnenblumenkerne	1 kg mehligk. Kartoffeln
300 ml Milch	Muskatnuss	

Zwiebel und Sellerie schälen und würfeln. Datteln halbieren, entsteinen. Dattelfruchtfleisch feinkwürfeln. Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen. Butterschmalz erhitzen. Zwiebel und Sellerie darin ca. 4 Minuten dünsten. Datteln zugeben und 2 Minuten mit dünsten. Mit Salz, Zucker, Paprika, Zitronensaft und Schale würzen. Etwas einkochen lassen, beiseite stellen und etwas abkühlen lassen. Den Backofen auf 175 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Das Hähnchen innen und außen waschen und trocken tupfen, außen mit 40 g Butter bestreichen. Innen sowie außen mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Dattelmischung in den Bauch des Hähnchens stecken. Auf einen Grillrost legen. Darunter eine feuerfeste Form oder ein Backblech geben. Das Hähnchen je nach Größe ca. 40 Minuten bis 1 Stunde im vorgeheizten Ofen braten. Zum Schluss noch knusprig braun grillen. In der Zwischenzeit Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Beiseite stellen. Kartoffeln waschen, schälen und im Salzwasser weich kochen. Abgießen und ausdämpfen lassen. Kartoffeln durch eine Presse drücken. Milch und übrige Butter erhitzen, zu den Kartoffeln geben und cremig rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Sonnenblumenkerne untermischen. Hähnchen aus dem Ofen nehmen und in Stücke schneiden. Mit Kartoffelpüree und Dattelfüllung anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 11. Dezember 2013



# Gewürz-Rotkohl-Salat mit gebratener Enten-Brust und Naan

## Für 4 Personen

### Für das Naan:

50 ml Milch	1 TL Zucker	1 TL Trockenhefe
200 g Mehl	Salz	1/2 TL Backpulver
1 EL Sonnenblumenöl	50 g Joghurt	1 Eigelb
Butterschmalz		

### Für den Salat:

4 kleine Entenbrüste ca. 150 g	Salz	1 Sternanis
1 Zimtstange	2 Kardamomkapseln	1 kleiner Rotkohl (ca. 1 kg)
200 ml Gemüsebrühe	1 Spritzer Apfelessig	1/2 frische Ananas
1 Msp. Sternanis, gemahlen	1 Msp. Zimt, gemahlen	1 Msp. Kardamom, gemahlen
1 EL Honig	Zucker, Pfeffer	

#### Für das Naan:

Milch in eine Schüssel gießen, Zucker und Hefe einrühren und stehen lassen, bis die Mischung zu schäumen beginnt. Das Mehl in eine große Schüssel geben, eine Prise Salz und Backpulver untermischen. Die Hefemilch zugeben und leicht untermischen. Öl, Joghurt und Eigelb vermengen. Mit in die Mehlschüssel geben und alles zu einem glatten Teig verkneten. 1/4 TL Sonnenblumenöl in eine Schüssel geben und die Teigkugel darin herumrollen. Die Schüssel mit Frischhaltefolie bedecken und den Teig an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen bis er sich verdoppelt hat. Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

#### Für den Salat:

Die Haut der Entenbrüste gitterförmig einschneiden. Das Fleisch salzen, auf der Hautseite in eine Pfanne geben und bei mittlerer Hitze braten bis die Haut goldbraun ist. Dann wenden, je 1 Sternanis, 1 Zimtstange und 2 angedrückte Kardamomkapseln mit in die Pfanne geben und im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten fertig garen. Anschließend herausnehmen und mit Alufolie abgedeckt ca. 10 Minuten ruhen lassen. Vom Rotkohl die äußeren Hüllblätter entfernen. Dann vorsichtig 4-6 Blätter abnehmen und in der Gemüsebrühe kochen, bis sie geschmeidig sind. Herausnehmen und abtropfen lassen. Die Brühe anschließend mit Essig abschmecken. Die Ananas schälen, dann 4 jeweils ca. 5 cm große Würfel aus dem Fruchtfleisch schneiden. Das restliche Fruchtfleisch entsaften. Den restlichen Rotkohl in sehr feine Streifen schneiden oder hobeln, mit Salz, den gemahlene Gewürzen, Honig, etwas von der Gemüsebrühe und dem Ananassaft abschmecken, gut durchkneten und ziehen lassen. Den Teig erneut durchkneten, in 4 gleichgroße Kugeln teilen. Die Kugeln dünn mit etwas Mehl dünn auswallen. Teigfladen in eine heiße Pfanne mit etwas Butterschmalz geben und auf einer Seite braten, bis der Fladen Blasen wirft. Dann umdrehen und fertig garen (evtl. wenig Butterschmalz zum Braten der Naan-Brote in die Pfanne geben). Die Ananaswürfel in der Grillpfanne braten und mit Zucker und Pfeffer würzen. Den Rotkohlsalat in die blanchierten Rotkohlblätter wickeln. Die Entenbrust in Scheiben aufschneiden. Entenbrust mit den Salatpäckchen und der gebratene Ananas anrichten. Zusammen mit dem Naan servieren.

Jacqueline Amirfallah am 19. Februar 2014

## Hähnchen-Brust mit Blutwurst und Honig-Äpfeln

### Für 4 Personen

1 Bund Majoran	150 g Blutwurst	4 Hähnchenbrustfilets
Salz	8 EL Butterschmalz	1-2 rote Zwiebeln
2 Eier	300 g Mehl	350 ml Milch
1 EL flüssige Butter	1 Prise Muskat	1 Prise Piment
40 g Walnüsse	2 säuerliche Äpfel	3 EL Butter
2 EL Honig	200 ml Sahne	Pfeffer

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen. Majoran abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Blutwurst in feine Scheiben schneiden. Von den Hähnchenbrüsten die Flügelknochen putzen und die Haut der Brust hochziehen. Diese salzen mit Majoran bestreuen und mit Blutwurst belegen, dann die Haut wieder über die Brust ziehen. Von außen ebenfalls salzen und die gefüllten Hähnchenbrüste in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz rundherum goldbraun braten. Dann im vorheizten Ofen ca. 10 Minuten fertig garen. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Eier trennen. 250 g Mehl und Eigelbe in eine Schüssel geben und etwas Milch zugeben und mit einem Schneebesen verrühren, restliche Milch und flüssige Butter unterrühren und den Teig mit Salz, Muskat und Piment abschmecken. Eiweiß zu Schnee schlagen. Die Walnüsse hacken und mit dem Eischnee unter den Teig heben. In einer Pfanne mit etwas Butterschmalz den Teig portionsweise zu kleinen Pfannkuchen ausbacken. Die Äpfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und in Form schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Butter die Apfelscheiben goldbraun braten, Honig zugeben und karamellisieren lassen. Die Zwiebelscheiben mehlieren und in einer Pfanne mit 3 EL Butterschmalz braten. Die gegarten Hähnchenbrüste aus der Pfanne nehmen, überschüssiges Fett abschütten und den Bratensatz mit Sahne lösen, evtl. 1 EL Butter zur Bindung unterschwenken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Hähnchenbrüste mit Honigäpfeln, Zwiebeln und Pfannkuchen anrichten und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 01. Oktober 2014

## Hähnchen-Brust mit Harissa-Soße und Pilaw

### Für 4 Personen

2 Zwiebeln	3 rote Paprika	1 EL Butterschmalz
2-3 TL Harrisapaste	Salz, Zucker	500 ml Hühnerbrühe
4 Hähnchenbrüste	80 g Sahne	12 EL Sonnenblumenöl
2 EL Honig	50 g Bulgur	200 g Basmatireis
2 EL Butter	10 getrocknete Aprikosen	1 EL Pistazien

Zwiebeln schälen und würfeln. 2 Paprika putzen, abspülen und ebenfalls fein würfeln. 2 EL Paprikawürfel beiseite stellen. Butterschmalz erhitzen. Die Hälfte der Zwiebelwürfel darin anbraten. Paprikawürfel zugeben und ca. 3 Minuten schmoren. 1-2 TL Harissa unterrühren. Mit Salz und Zucker würzen. 300 ml Hühnerbrühe zufügen und alles einköcheln lassen. Paprikasauce pürieren, durch ein Sieb passieren, erneut erhitzen und abschmecken. Inzwischen die Hähnchenbrüste abspülen, trockentupfen und von jedem Stück kleine Abschnitte -insgesamt etwa 100 g Fleisch abschneiden. Diese Abschnitte mit Sahne und 2 EL Paprikawürfel pürieren. Mit Salz und Harissa würzen. Die Haut der Bruststücke vom Fleisch lösen und etwas anheben. Paprikafarce gleichmäßig darauf verstreichen. Haut zurückklappen und die Farce damit abdecken. Nach Belieben mit einem Holzspießchen fest stecken. Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Öl portionsweise in einer ofenfesten Pfanne erhitzen. Hähnchenteile darin vorsichtig von beiden Seiten anbraten. Hähnchen mit Honig bestreichen und im Backofen auf mittlerer Schiene ca. 15 Minuten fertig garen, zwischendurch immer wieder mit Honig einpinseln. Inzwischen Bulgur in übriger Hühnerbrühe ca. 10 Minuten weich kochen. Basmatireis abspülen und in Salzwasser ca. 7 Minuten weich garen. Basmatireis abgießen, in ein Sieb geben und kalt abspülen. Die übrige Paprika und Lauchzwiebel putzen. Paprika und das Grün der Lauchzwiebel fein schneiden, den weißen Anteil würfeln. Butter in einer Pfanne erhitzen übrige Zwiebelwürfel, weiße Lauchzwiebelwürfel und Paprika darin anbraten. Basmatireis und Bulgur untermischen und mit braten. Das Lauchzwiebelgrün, Aprikosen und Pistazien untermischen und abschmecken. Hähnchen aus dem Ofen nehmen, mit Harissasauce und Pilaw anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 05. Februar 2014

## Hähnchen-Brust mit Shiitake-Pilzen und Glasnudeln

### Für 4 Personen

4 Hähnchenbrustfilets (à ca. 150 g )	Salz	80 g Butterschmalz
2 Knoblauchzehen	2 EL Sojasauce	1 EL Honig
250 g Shiitakepilze	2 große Möhren	1 Bund Lauchzwiebeln
100 ml Hühnerbrühe	300 g Glasnudeln	Fischsauce

Backofen auf 120 Grad vorheizen. Hähnchenbrustfilets abspülen und trockentupfen. Hähnchen salzen und in 10 g Butterschmalz rundherum anbraten. Herausnehmen. Knoblauch schälen. Mit Sojasauce und Honig pürieren. Hähnchenbrustfilets auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und mit der Sojasaucenmischung bestreichen. Hähnchen im Backofen ca. 30 Minuten garen. Shiitakepilze putzen und vierteln. Möhren putzen, waschen und in Stücke schneiden. Lauchzwiebeln putzen, waschen und in Scheiben schneiden. 10 g Butterschmalz erhitzen. Möhren, Pilze und Zwiebeln darin anbraten. Brühe aufkochen. Glasnudeln (einige beiseite stellen) in eine Schale geben und mit der Brühe übergießen. Glasnudeln zum Gemüse geben. Mit Soja- und Fischsauce würzen. Übrige Glasnudeln im übrigen Butterschmalz knusprig frittieren. Hähnchen aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden. Mit der Glasnudel-Gemüsemischung und frittierten Glasnudeln anrichten

Jacqueline Amirfallah 09. Januar 2013

## Hähnchen-Keule, Blutwurst, Cassis-Zwiebel, Honig-Äpfel

### Für 4 Personen

800 g mehligk. Kartoffeln	4 Keulen vom Freilandhuhn	Salz
2 kleine Blutwürste (150 g )	1/2 Bund Majoran	2 EL Sonnenblumenöl
8 rote Zwiebeln	5 EL Butter	40 ml Cassislikör
80 ml schwarzer Johannisbeersaft	Pfeffer	4 Äpfel (Boskop)
2 EL Honig	Chilipulver	120 ml Milch

Kartoffeln waschen, schälen und in Salzwasser garen. Hähnchenkeulen abspülen, trockentupfen und die Knochen auslösen. Dabei die Haut möglichst nicht beschädigen. Blutwürste aus der Haut lösen. Majoran abspülen, trockenschütteln und die Blättchen abzupfen. Die Hälfte der Majoranblättchen mit der Blutwurstmasse verrühren. Die Keulen salzen. Die Keulen mit der Blutwurstmasse füllen und im oberen Teil mit Küchengran zusammenbinden und unten mit einer Rouladennadel fest stecken. Backofen auf 125 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Öl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen. Gefüllte Hähnchen darin von allen Seiten goldbraun anbraten. Die Pfanne in den Backofen geben. Gefüllte Keulen darin ca. 25 Minuten weitergaren. Inzwischen Zwiebeln schälen und vierteln. 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln darin andünsten. Mit Cassislikör und Saft ablöschen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Abdecken und etwa 5 Minuten schmoren. (Wer keinen Alkohol möchte, nimmt nur Saft). Äpfel schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Äpfel in Spalten schneiden. 2 EL Butter erhitzen. Äpfel darin anbraten und leicht salzen. Honig und Chilipulver zugeben und die Äpfel karamellisieren lassen. Alles etwa 2-3 Minuten dünsten. Abschmecken. Kartoffeln abgießen und ausdämpfen lassen. 2 EL Butter und Milch erhitzen. Mit den Kartoffeln zu einem Püree verarbeiten. Übrigen Majoran untermischen und abschmecken. Hähnchenkeulen aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden. Mit Cassis-Zwiebeln, Honig-Äpfeln und Kartoffelpüree anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 29. Januar 2014

# Hähnchen-Keulen mit Safran-Tomaten und Couscous

## Für 4 Personen

4 Hähnchenkeulen	Salz, Kurkuma, gemahlen	Kreuzkümmel, gemahlen
ca. 1 EL Mehl	3 EL Butterschmalz	3 rote Zwiebeln
1 Knoblauchzehe	ca. 600 ml Hühnerbrühe	2 Kartoffeln, festk.
1 Bund Zwiebellauch	2 EL Olivenöl	1 Prise Paprikapulver
1 Msp. Safranfäden	Zucker	6 Tomaten
1 Zweig Thymian	1 EL Sultaninen	150 g Couscous
1 EL Honig	1 EL Butter	

Die Hähnchenkeulen am Gelenk durchtrennen, die Haut abziehen. Das Fleisch mit Salz, Kurkuma und Kreuzkümmel würzen, mit Mehl bestäuben und in einem Schmortopf mit 2 EL Butterschmalz rundherum goldbraun anbraten. Die roten Zwiebeln schälen, halbieren und in sehr feine Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und sehr fein schneiden. Zwiebeln und Knoblauch mit in den Schmortopf geben, anbraten und anschließend mit etwas (ca. 250 ml) Hühnerbrühe ablöschen. Die Keulen sollten zu 1/3 mit Flüssigkeit bedeckt sein. Zugedeckt bei mittlere Hitze die Keulen ca. 45 Minuten schmoren. Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden. Zwiebellauch putzen und waschen. Das Weiße vom Zwiebellauch fein schneiden, das Grüne in feine Röllchen schneiden. Kartoffelwürfel in einem Topf mit 1 EL Olivenöl ca. 10 Minuten bei milder Hitze anbraten und garen, mit Salz und Paprikapulver würzen. Safran mit einer Prise Salz und Zucker mörsern und 1 TL heißes Wasser zugeben. Die Tomaten halbieren, den Strunkansatz entfernen. Die Tomatenhälften in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anbraten, mit Salz und Zucker würzen. Thymianzweig mit in die Pfanne geben, Safranwasser angießen und die Tomaten bei kleiner Hitze weichschmoren, ab und zu vorsichtig wenden, falls nötig ca. 60 ml Hühnerbrühe zugeben. Restliche Hühnerbrühe aufkochen. Sultaninen und das weiße vom Zwiebellauch zu den Kartoffeln geben und mit Couscous mischen. Restliche heiße Hühnerbrühe angießen, umrühren und bei sehr kleiner Hitze ca. 3 Minuten quellen lassen, dabei immer wieder umrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, 1 EL Olivenöl und den grünen Zwiebellauch unterrühren. Honig zu den Hühnerkeulen geben, einmal aufkochen lassen, Keulen aus dem Topf nehmen. Den Schmor-sud mit etwas kalter Butter leicht binden, abschmecken. Die Keulen anrichten, mit der Sauce übergießen. Couscous und Safran-Tomaten dazugeben und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 11. Juni 2014



**Hack**

## Kirsch-Reis mit Hack-Bällchen

### Für 4 Personen

300 g Basmatireis	Salz	2 EL Butterschmalz
2 EL Mandelstifte	2 Lauchzwiebeln	200 g Sauerkirschen
Zucker	1 Zweige Thymian	1 Brötchen vom Vortag
300 g Rindfleisch	2 kleine Zwiebeln	1 Ei
Pfeffer, Kreuzkümmel	6 EL Olivenöl	1 Römersalat
1 Zitrone	2 Knoblauchzehen	200 g griechischer Joghurt

Den Reis gründlich waschen und in reichlich Salzwasser ca. 8 Minuten bissfest kochen( dauert ca. 8 Minuten). Reis in ein Sieb geben und kalt abspülen. In einem breiten, möglichst schweren Topf 1 EL Butterschmalz erhitzen. Den Reis untermischen und anschließend kegelförmig schichten. Den Reis zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten garziehen lassen. Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten und abkühlen lassen. Lauchzwiebeln waschen, trockenreiben und in ca. 3 cm lange Stücke schneiden. 1 EL Butterschmalz erhitzen, Lauchzwiebeln darin ca. 2 Minuten braten. Beiseite stellen. Sauerkirschen mit 1 Prise Zucker und 1 Zweig Thymian aufkochen. Brötchen in Stücke schneiden und mit etwas warmem Wasser einweichen. Das Fleisch durch einen Fleischwolf drehen. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Brötchen ausdrücken. Mit Ei, Zwiebeln, Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel zum Hackfleisch geben. Alles gut verkneten. Hackfleisch zu (ca. 2 cm Durchmesser) großen Bällchen formen. 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Hackbällchen darin von allen Seiten ca. 2-3 Minuten braten. Thymianzweig aus den Kirschen entfernen. Reis mit Hackbällchen, Lauchzwiebeln und Kirschen mischen. Würzen und mit Mandeln bestreuen. Alles weitere ca. 10 Minuten ziehen lassen. In der Zwischenzeit Römersalat waschen, trockenschütteln und klein schneiden. Zitrone halbieren und auspressen. Saft mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker und übrigem Olivenöl verrühren. Salat damit mischen. Knoblauchzehen schälen und sehr fein hacken. Mit Joghurt mischen. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Salat und Joghurt mit dem Kirschreis servieren.

Jacqueline Amirfallah am 01. Oktober 2013



# Lamm-Frikadellen mit Tatar von gebackenen Auberginen

## Für 4 Personen

3 Auberginen	10 EL Olivenöl	400 g Lammschulter
1 gekochte Kartoffel	6 Roma-Tomaten	1 rote Zwiebel
2 Zweige Rosmarin	Salz	gemahlener Schwarzkümmel
1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	Pfeffer, Zucker
1 kleiner Römersalat		

Backofen auf 230 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Auberginen abspülen, trockenreiben und in der Mitte durchschneiden. Das Fruchtfleisch einritzen. 4 EL Öl in einer großen (ofenfesten) Pfanne erhitzen. Auberginen mit der angeritzten Seite anbraten. Im Backofen ca. 15 bis 20 Minuten weiter garen. Das Lammfleisch durch den Fleischwolf drehen oder vom Metzger durchdrehen lassen. Die Kartoffel durch eine Presse drücken. 2 Tomaten am Blütenansatz einritzen, mit kochendem Wasser überbrühen und die Haut abziehen. Tomate halbieren, entkernen und klein schneiden. Die rote Zwiebel schälen und fein würfeln. Rosmarinnadeln vom Stiel abstreifen. Die Nadeln fein hacken. Zwiebel, Kartoffel, Rosmarin und Tomate zum Hackfleisch geben. Alles gut mischen und mit Salz und gemahlenem Schwarzkümmel abschmecken. Mit feuchten Händen zu Frikadellen formen. Die Auberginen aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen. Das Fruchtfleisch aus der Schale in ein Sieb kratzen und abtropfen lassen. Schalotte und Knoblauch schälen, würfeln. Die Schalotte und Knoblauch in 1 EL Öl andünsten und abkühlen lassen. Auberginenfruchtfleisch mit Schalotten-Knoblauchmischung und etwas Salz hacken, bis ein Tatar entsteht. Die restlichen 4 Tomaten abspülen und trockenreiben. Von den Tomaten einen Deckel abschneiden. Tomaten aushöhlen. Innen mit etwas Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Das Auberginentatar hineingeben und den Deckel wieder aufsetzen. Römersalat putzen, waschen und in mundgerechte Stücke zupfen. Das Tomateninnere mit 4 EL Olivenöl pürieren und würzen. Römersalat in eine Schüssel geben und mit dem Tomateninneren marinieren. 1 EL Öl erhitzen. Lammfrikadellen darin von allen Seiten knusprig braten. Herausnehmen und mit Auberginentatar und Römersalat anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 21. August 2013

# Strudel mit Wildschwein-Hack gefüllt und Hagebutten

## 4 Personen:

300 g Weizenmehl	6-7 EL Sonnenblumenöl	1 Ei
Salz	3 Scheiben Toastbrot	20 g Butter
100 g Hagebutten	6 EL Zucker	1 Lorbeerblatt
3 Pimentkörner	3 rote Zwiebeln	1/2 Bund Salbei
300 g Wildschweinfleisch	Kreuzkümmel, gemahlen	100 g Feldsalat
1 Bund Schnittlauch	150 g Frischkäse	100 g saure Sahne
Pfeffer	2 EL heller Balsamico	15 Walnusskernhälften

Für den Strudelteig Mehl, 2-3 EL Sonnenblumenöl, 1 Ei, eine Prise Salz und 100 ml kaltes Wasser in die Rührschüssel geben und mit dem Knethacken der Küchenmaschine zu einem glatten Teig kneten. (Vorsicht der Teig darf nicht zu warm werden.) Den glatten Teig mit Frischhaltefolie abgedeckt im Kühlschrank mindestens 2 Stunden, am besten über Nacht ruhen lassen. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Toastbrotsscheiben auf einer Seite mit Butter bestreichen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und im vorgeheizten Ofen einige Minuten goldbraun rösten, herausnehmen und abkühlen lassen. Die Hagebutten waschen, Stielansatz und Strunk oben und unten abschneiden, halbieren und die Kerne herausstreichen. In einem Topf etwas Wasser mit 2-3 EL Zucker, einem Lorbeerblatt und Pimentkörnern aufkochen. Die Hagebuttendarin weichkochen, herausnehmen, gut abtropfen und gleich in Zucker wälzen. Zwiebeln schälen und fein schneiden. Salbei abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Das Fleisch durch die grobe Scheibe des Fleischwolfs lassen. In einer Pfanne mit 1 EL Sonnenblumenöl das Hackfleisch anbraten, mit Salz und Kreuzkümmel würzen, Zwiebelwürfel und gehackten Salbei zugeben, kurz mit braten. Das geröstete Toastbrot im Cutter zerkleinern. Den Strudelteig dünn ausrollen, in 4 Rechtecke von ca. 20 x 15 cm schneiden. Die Teigstücke mit den Toastbröseln bestreuen, die Hackfleischmasse darauf verteilen und dann aufrollen. Die kleinen Strudel auf ein mit Backpapier ausgerolltes Blech setzen und bei 200 Grad Ober- und Unterhitze im Ofen ca. 10-15 Minuten goldbraun backen. Feldsalat putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Frischkäse mit saurer Sahne verrühren, mit Schnittlauch, Salz und Pfeffer abschmecken. Balsamico mit 3 EL Sonnenblumenöl vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen und den Feldsalat damit marinieren. Die Strudelpäckchen auf Teller geben, mit Walnüssen und kandierten Hagebutten bestreuen, Schnittlauch-Käse und Feldsalat daneben geben und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 19. November 2014

# Innereien

# Geflügel-Leber mit Apfel-Zwiebel-Gemüse, Kartoffel-Püree

## Für 2 Personen

600 g mehligk. Kartoffeln	Salz	2 Äpfel (z. B. Elstar)
4 EL Butter	Zucker	2 rote Zwiebeln
2 EL Butterschmalz	20 ml Himbeeressig	1 Bund glatte Petersilie
180 ml Milch	1 Prise Muskat	3 Zweige Thymian
300 g Geflügelleber	1 EL Mehl	40 ml roter Portwein
200 ml Hühnerbrühe	2 EL Sahne	Pfeffer

Die Kartoffeln waschen, in Salzwasser garkochen und anschließend pellen. Die Äpfel waschen, das Kerngehäuse entfernen und in Spalten schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Butter die Apfelspalten anbraten, mit einer Prise Salz und etwas Zucker würzen. Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz die Zwiebelscheiben anbraten, mit Salz und einer Prise Zucker würzen und mit Himbeeressig ablöschen. Die gebratenen Apfelspalten zugeben, vorsichtig unterheben und abschmecken. Petersilie abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Die Petersilienblätter mit der Milch fein mixen. Die Petersilienmilch erhitzen mit Salz und Muskat abschmecken und 1 EL Butter zugeben. Die gepellten Kartoffeln durch die Presse drücken, die Petersilienmilch zugeben und zu einem cremigen Püree mischen. Thymian abspülen und trocken schütteln. Leber von Haut und Sehnen befreien. Dann die Leber in Mehl wenden und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz geben. Thymianzweige zugeben und die Leber von beiden Seiten je ca. 2 Minuten braten und salzen. Dann das Bratfett abgießen, 1 EL Butter mit in die Pfanne geben und den Portwein angießen. Diesen nahezu verkochen lassen, die Leber aus der Pfanne nehmen und den Bratensaft mit Brühe und Sahne ablöschen, auf die gewünschte Konsistenz einkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Leber mit Sauce anrichten. Püree und Apfel-Zwiebelgemüse dazugeben und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 04. September 2013

# Kalb

## Kalb-Geschnetzeltes mit Nudeln

**Für 4 Personen**

**Für den Nudelteig:**

125 g Hartweizengrieß	150 g Mehl	1 Ei 1 EL Olivenöl
1 TL Paprikapulver	Salz, Wasser	

**Für das Geschnetzelte:**

10 Stück getrocknete Tomaten	Salz	1 Bund Thymian
2 Knoblauchzehen	1 Bund Zwiebellauch	600 g Kalbsrücken
Salz	3 EL Butter	1/4 l Kalbsbrühe

Für den Nudelteig:

Grieß, Mehl, Ei, Olivenöl, Paprikapulver und Salz in einer Schüssel vermengen und mit Wasser zu einem Nudelteig verarbeiten, in Frischhaltefolie einwickeln und eine halbe Stunde ruhen lassen.

Für das Geschnetzelte:

Die getrockneten Tomaten mit leicht gesalzenem Wasser bedecken. Den Thymian waschen und trocken schütteln. Einige Zweige Thymian und ein angeprügelte Knoblauchzehe zugeben und ca. 20 Minuten kochen. Zwiebellauch waschen, putzen, den weißen Anteil fein hacken und den grünen Anteil in ca. 2 cm lange Stücke schneiden. Das Fleisch gegen die Faser in dünne Scheiben schneiden, salzen und in 1 EL Butter kräftig anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und mit Alufolie abdecken. Die weißen Zwiebelwürfel in die Pfanne geben, anbraten, Thymianblättchen und ein wenig fein gehackten Knoblauch zugeben, mit dem Kochwasser der getrockneten Tomaten und der Kalbsbrühe auffüllen und etwas einkochen lassen. Den Nudelteig mit der Nudelmaschine ausrollen, breite Bandnudeln schneiden und in Salzwasser kochen. Die getrockneten Tomaten in feine Streifen schneiden. Die Sauce nach Bedarf binden, restliche Butter einschwenken, die Tomaten und den grünen Zwiebellauch zugeben, nochmals abschmecken, Fleisch wieder hineingeben, warm werden lassen und mit den Nudeln servieren.

Jacqueline Amirfallah 06. Februar 2013

# Kalb-Gulasch mit Kräuter-Nudeln und Kohlrabi-Gemüse

## Für 4 Personen

### Für den Nudelteig:

150 g Mehl	150 g Hartweizengrieß	Salz
2 Eier	1 EL Sonnenblumenöl	1 Prise Muskat

### Für das Kalbsgulasch:

600 g Kalbsbrust	Salz, Pfeffer	1 EL Butterschmalz
2-3 Zwiebeln	200 ml Riesling	500 ml Kalbsbrühe
1 Lorbeerblatt	1 Bund Kerbel	20 g getrocknete Steinpilze
1 Schalotte	2 EL Butter	2-3 Kohlrabi mit Blättern
200 g Champignons		1 Prise Muskat

Aus Mehl, Hartweizengrieß, Salz, Eiern, Öl und Muskat einen Nudelteig kneten, in Frischhaltefolie wickeln und 30 Minuten ruhen lassen. Das Fleisch in Würfel von ca. 3x3cm Kantenlänge schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und sehr heiß anbraten bis das Fleisch Farbe angenommen hat. Die Zwiebeln schälen und in halbe Ringe schneiden, dazugeben und weiterbraten bis die Zwiebeln weich sind. Mit Riesling und etwas Kalbsbrühe ablöschen, die Steinpilze und Lorbeer zugeben, Deckel aufsetzen, ca. 1 Stunde weich schmoren, immer wieder Brühe zugeben. Kerbel waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Den Kohlrabi schälen und in hübsche Formen schneiden. Die Blätter in feine Streifen schneiden. Schalotte schälen und würfeln. Den Nudelteig ausrollen, einige Kohlrabiblätter und Kerbel dazwischen legen, noch einmal ausrollen, zu Bandnudeln schneiden. Schalottenwürfel in 1 EL Butter andünsten, Kohlrabi zugeben, mit Salz und Muskat würzen, am Ende einen Teil der feingeschnittenen Blätter zugeben. Champignons vierteln, in Butter anbraten. Nudeln in kochendem Salzwasser garen. Das Gulaschfleisch ausstechen und zu den Champignons geben. Den Fond pürieren, passieren, evtl. mit Butter montieren, zum Fleisch geben und nochmal abschmecken. Mit den Bandnudeln und den Kohlrabi servieren.

Jacqueline Amirfallah am 23. April 2014

## Kalb-Involtini mit Balsamico-Champignons und Honig-Soße

### Für 4 Personen

20 g getrocknete Steinpilze	200 ml Milch	700 g Kartoffeln, mehligk.
Salz	300 g Steinchampignons	2 Schalotten
3 EL Butterschmalz	2 EL Honig	500 ml Kalbsfond
100 g Blattspinat	700 g Kalbsrücken	100 g Sahne
4 EL Butter	1 Prise Zucker	60 ml Balsamico

Die getrockneten Steinpilze in der Milch weichkochen. Kartoffeln schälen und in Salzwasser weichkochen. Die Champignons putzen, 2 davon sehr fein würfeln. Schalotten schälen, fein würfeln und mit den gewürfelten Pilzen in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anbraten. Honig und den Kalbsfond zugeben und die Flüssigkeit um die Hälfte einkochen. Spinat putzen, waschen, in kochendem Salzwasser kurz blanchieren, herausnehmen und trocken tupfen. 4 Champignons in Würfel schneiden und ebenfalls blanchieren, trockentupfen. Den Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. 100 g Kalbsrücken für die Farce sehr fein würfeln, mit 100 g sehr kalter Sahne mischen, eine Prise Salz zugeben und in einem Cutter zu einer feinen Farce pürieren. Restlichen Kalbsrücken in dünne Scheiben schneiden, diese leicht plattieren, salzen und dünn mit Farce bestreichen, die Spinatblättern darauf auslegen, nochmals dünn mit Farce bestreichen, Champignonwürfel darauf streuen, aufwickeln und mit Küchengarn binden. Die Fleischröllchen in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz rundherum anbraten, in ein backofengeeignetes Gefäß geben und ca. 15 Minuten im vorgeheizten Ofen fertig garen. Die restlichen Champignons im Ganzen in einer Pfanne mit 2 EL Butter anbraten. Mit Salz und Zucker würzen, mit Balsamico ablöschen, Deckel auf die Pfanne geben und bei sehr kleiner Hitze garziehen lassen. Die gekochten Steinpilze mit der Milch pürieren. Die Kartoffeln abschütten, kurz ausdampfen lassen und durch eine Presse drücken, mit der Pilz-Milch und 1 EL Butter vermischen, mit Salz abschmecken. Die Sauce pürieren, nach Wunsch passieren, mit 1 EL Butter montieren. Die Fleischröllchen mit den Pilzen und dem Püree anrichten, die Sauce angießen und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 22. Oktober 2014



## Kalb-Rücken mit Aprikosen-Soße und Mandel-Reis

### Für 4 Personen

8 getrocknete Aprikosen	600 g Kalbsrücken	Salz
5 EL Butterschmalz	150 g Basmatireis	2 Zwiebeln
1 Zehe Knoblauch	6 frische Aprikosen	1/ 2 TL Kurkuma
1/2 l Kalbsbrühe	1 Lorbeerblatt	1 Bund Thymian
1 Bund Salbei	50 g Mandelblättchen	50 g ganze Mandeln
8 Scheiben Schwarzwälder Schinken	1 EL Zucker	4 Reisblätter

Den Backofen auf 140 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die getrockneten Aprikosen 10 Minuten in Wasser einweichen, dann abtropfen. Den Kalbsrücken salzen, rundherum in einer backofengeeigneten Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anbraten und anschließend ca. 20 Minuten im vorgeheizten Ofen weitergaren. Den Basmatireis waschen und in kochendes Salzwasser geben, 7 Minuten kochen lassen. Vier getrocknete Aprikosen beiseite stellen, die anderen klein schneiden. Die Zwiebeln und Knoblauch schälen und würfeln. Die frischen Aprikosen entsteinen und klein schneiden, 2-3 überlassen. Von den Zwiebelwürfeln 2 EL beiseite stellen. Die restlichen Zwiebeln und den Knoblauch mit den getrockneten gewürfelten Aprikosen und den kleingeschnittenen Aprikosen in 1 EL Butterschmalz anbraten, mit Salz und Kurkuma würzen, Kalbsbrühe, Thymian und Lorbeer zugeben und weich kochen. Thymian und Salbei abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Den Basmatireis abgießen, noch einmal abspülen. In einem Topf 1 EL Butterschmalz erhitzen, die Mandelblättchen zugeben den Reis dazugeben und bei kleiner Hitze dämpfen. Die ganzen Mandeln hacken. Den Salbei fein hacken und mit den übrigen Zwiebelwürfeln in 1 EL Butterschmalz anbraten, die gehackten Mandeln zugeben. Vier Scheiben Schinken sehr klein schneiden und zur Salbeimischung geben. Von den weich gekochte Aprikosen Thymianzweig und Lorbeerblatt entfernen, dann die Aprikosen pürieren, durch ein Sieb passieren und abschmecken. Fleisch aus dem Backofen nehmen und 5 Minuten ruhen lassen. Die zurückbehaltenen getrockneten Aprikosen mit Schinken umwickeln und kurz und kräftig anbraten. Restliche frische Aprikosen vierteln, Zucker in einer Pfanne karamellisieren, Aprikosenviertel zugeben und kurz warm schwenken. Die Reisblätter befeuchten, mit Reis belegen und zu einem Päckchen Formen, kurz in einer heißen Pfanne mit 1 EL Butterschmalz braten. Fleisch aufschneiden, mit den Reispäckchen, Sauce, Speckaprikosen und karamellisierten Aprikosen auf Tellern anrichten und die Salbeimischung darüber geben. Dazu passt Brokkoli.

Jacqueline Amirfallah am 25. Juni 2014

# Kalb-Rücken mit Maronen, Ahorn-Sirup und Mais-Püree

## Für 4 Personen

600 g Maronen	800 g Kalbsrücken	Salz, Pfeffer
2 EL Olivenöl	1 Zwiebel	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie
6 Maiskolben	200 ml Milch	300 Geflügelbrühe
2 EL Butter	1 kleines Bund Majoran	2 EL Ahornsirup

Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Maronen kreuzweise einritzen. Maronen mit der eingeritzten Seite auf ein Blech legen und im Backofen ca. 20 Minuten rösten. Herausnehmen, abkühlen lassen und die Maronen schälen. Für den Kalbsrücken den Backofen auf 130 Grad Ober- und Unterhitze herunterschalten. Das Kalbsrückenfilet von Haut und Sehnen befreien. Mit Salz und Pfeffer würzen. In einer ofenfesten Pfanne Olivenöl erhitzen. Das Fleisch darin unter Wenden ca. 12 Minuten braten. Danach den Kalbsrücken im Backofen etwa 1 Stunde garen. Die Zwiebel schälen und fein schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Von den Maiskolben die Körner vom Kolben schneiden. 1 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel darin andünsten. Maiskörner zugeben und kurz mit anbraten. Milch und Geflügelbrühe zugeben. Die Körner darin ca. 15 Minuten weich kochen. 6 EL Maiskörner herausnehmen und beiseite stellen. Übrige Maiskörner pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie und 4 EL Körner zugeben, erneut erhitzen. Die Maronen halbieren oder vierteln. Butter in einer Pfanne erhitzen. Maronen darin ca. 3-4 Minuten braten und würzen. Den Kalbsrücken aus dem Ofen nehmen und warm stellen. Den Bratenansatz durch ein Sieb passieren. und aufkochen. Majoranblättchen vom Stiel zupfen. Ahornsirup und Majoranblättchen zum Bratenfond geben. Übrige Maiskörner hineingeben. Kurz köcheln lassen und abschmecken. Braten in Scheiben schneiden. Mit Sauce, Maispüree und Maronen anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 27. November 2013

# Kalb-Schnitzel mit Bohnenkraut-Panade und Bohnen-Salat

## Für 4 Personen

100 g weiße Cannellinibohnenkerne	200 ml Gemüsebrühe	1 kg dicke Bohnen in der Schote
300 g breite Bohnen	400 g grüne Bohnen	1/2 TL Natron
Salz, Pfeffer	1 TL Senf	2 EL weißer Balsamico
5 EL Sonnenblumenöl	1 Bund Bohnenkraut	5 Scheiben Toastbrot
600 g Kalbsrücken	2 Eier	Mehl
2 EL Butterschmalz	3 Schalotten	150 g Crème-fraîche

Die weißen Cannellinibohnen über Nacht einweichen. Die Bohnen in Gemüsebrühe weich kochen, abspülen und abtropfen lassen. Die dicken Bohnenkerne aus den Schoten lösen und die Kerne blanchieren, dann die Bohnenkerne aus der Haut drücken. Die breiten und grünen Bohnen putzen, die breiten Bohnen in Rauten schneiden. Die Bohnen jeweils in Salzwasser mit etwas Natron gar kochen, in Eiswasser abkühlen. Aus Senf, Essig, Sonnenblumenöl eine Vinaigrette mixen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und alle vier Bohnensorten vermischen und damit marinieren. Bohnenkraut abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Das Brot im Cutter fein mahlen am Ende die Bohnenkrautblättchen zugeben. Kalbsrücken ausparieren und in dünne Scheiben schneiden. Die Eier auf einem Teller verquirlen. Die Kalbsrückenscheiben salzen, erst in Mehl wenden und dann durch das Ei ziehen und zuletzt in der Bohnenkrautpanade wälzen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Fleisch darin bei schwacher Hitze knusprig braten. Die Schalotten schälen, eine fein würfeln, die anderen fein reiben und mit Crème-fraîche mischen, mit Salz abschmecken.

Jacqueline Amirfallah am 19. Juni 2013

## Kalter gebratener Kalb-Rücken mit Liebstöckel-Marinade

### Für 4 Personen

1 kg große festk. Kartoffeln	4 Blatt Gelatine	500 ml Gemüsebrühe
1 Bund Liebstöckel	Salz, Pfeffer	600 g Kalbsrücken
7 EL Rapsöl	1 Ei (Zimmertemperatur!)	1 TL Senf
1 EL Zitronensaft	150 ml Sonnenblumenöl	1/2 Bund Schnittlauch
1/2 Bund glatte Petersilie	2 große Möhren	3 Schalotten
6 EL Apfelessig	Zucker	1 l Pflanzenöl

Kartoffeln waschen, schälen und in ca. 4-8 cm lange und 1 cm dicke Stäbchen schneiden, in eine Schüssel mit kaltem Wasser legen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die übrig gebliebenen Abschnitte der Kartoffeln in Gemüsebrühe garen. Liebstöckel abspülen, trockentupfen und die Blättchen von den Stielen zupfen. Liebstöckel fein hacken. Die Hälfte der Liebstöckelblättchen zu den Kartoffeln geben und alles pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kartoffelmischung erneut aufkochen. Ausgedrückte Gelatine darin auflösen. Kartoffelmischung in eine mit Frischhaltefolie ausgelegte Form (ca. 1 Liter Inhalt) geben und im Kühlschrank erkalten lassen. Backofen auf 120 Grad vorheizen. Den Kalbsrücken abspülen, trockentupfen und parieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. 2 EL Öl in einem Bräter erhitzen und das Fleisch darin rundherum anbraten. Anschließend im vorgeheizten Backofen etwa 20 Minuten schmoren. Herausnehmen und abkühlen lassen. Für die Mayonnaise Ei in eine Schüssel geben und mit Senf, Weißweinessig und etwas Salz und Pfeffer verrühren. Mit dem Schneebesen zuerst langsam, dann in dünnem Strahl Sonnenblumenöl unterschlagen, bis die Mayonnaise fest und glänzend ist. Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein hacken und unterrühren. Mayonnaise abschmecken und bis zum Servieren kühl stellen. Möhren waschen, schälen und in feine Würfel schneiden. Schalotten schälen und ebenfalls fein würfeln. 1 EL Öl erhitzen. Schalotten darin andünsten. Möhren zufügen und ca. 8 Minuten weich dünsten. Übrige Liebstöckelblättchen mit Apfelessig und 4 EL Rapsöl verrühren. Mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken. Die Kartoffelstäbchen mehrmals waschen (um die Stärke zu entfernen). Kartoffelstäbchen trockentupfen. Anschließend in reichlich Pflanzenöl zweimal frittieren. Beim ersten Mal bei einer Temperatur von ca. 140 bis 180 Grad, bis sie blassgelb sind. Abkühlen lassen. Beim zweiten Mal bei etwa 190 bis 200 Grad, goldgelb und knusprig braten. Die Pommes sind optimal, wenn sie an der Oberfläche schwimmen. (Frittiert man sie in einem Durchgang, werden sie innen nicht gar oder außen zu dunkel. Werden zu viele Pommes gleichzeitig ins Fett gegeben, kühlt es stark ab und die Kartoffeln saugen zu viel Fett auf) Vor dem Servieren die Pommes frites abtropfen lassen und salzen. Den Kalbsrücken in dünne Scheiben schneiden (am besten mit der Aufschnitt/ Brotmaschine) und die Liebstöckelmarinade darüber träufeln. Das Kartoffelgelee aus der Form nehmen und in Stäbchenform schneiden. Kalbsrücken, Möhren und Pommes frites anrichten. Kräutermayonnaise dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah am 24. Juli 2013

# Weißer, grüner Spargel, Zitronen-Hollandaise, Kalb-Rücken

## Für 4 Personen

500 g Kalbsrücken	Salz	1 EL Butterschmalz
3 Zweige Thymian	1 Lorbeerblatt	2 Schalotten
40 ml Weißwein	40 ml weißer Balsamico	5 weiße Pfefferkörner
1,5 kg weißer Spargel	Zucker	800 g grüner Spargel
250 g Butter	2 Zitronen, unbehandelt	3 Eigelb
4 Zweige Kerbel		

Den Backofen auf 110 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Den Kalbsrücken parieren, von allen Seiten salzen und in einer backofengeeigneten Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von allen Seiten rundherum anbraten, Thymianzweige und Lorbeerblatt mit in die Pfanne geben und alle im vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten garen. Anschließend bei ausgeschaltetem Ofen und geöffneter Ofentür noch ca. 10 Minuten ruhen lassen. Schalotten schälen und fein schneiden. Weißwein, Essig, Pfefferkörner und Schalotten in einen Topf geben und die Flüssigkeit um mehr als die Hälfte einkochen lassen, dann die Reduktion durch ein Sieb passieren. Weißen Spargel schälen, die Enden abschneiden und in ein feuchtes Tuch wickeln. Die Schalen in einem Topf mit kaltem Wasser aufsetzen, dieses mit Salz und Zucker abschmecken. Die Schalen ca. 7 Minuten kochen lassen, dann den Sud passieren. Spargelstangen portionsweise bündeln und mit Küchengarnd binden (dabei darauf achten, dass alle den gleichen Durchmesser haben, gegebenenfalls die Stangen längs halbieren), im Spargelsud ca. 10 Minuten weich kochen. Vom grünen Spargel das untere Drittel schälen, Spargelstangen portionsweise bündeln und mit Küchengarnd binden, mit in den Spargelsud geben und ca. 7 Minuten weich kochen. Die Butter schmelzen. Eine Zitrone heiß abspülen, abtrocknen und die Schale abreiben, Zitronensaft auspressen. Die zweite Zitrone mit einem Messer schälen, dass keine weiße Haut mehr am Fruchtfleisch haftet. Dann die Fruchtfleets herauslösen. 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. Soviel flüssige Butter (die ungefähr die gleiche Temperatur, wie die Eimasse haben sollte) langsam mit einem Schneebesen in die Eimasse einrühren bis die Sauce Hollandaise eine dickflüssige Konsistenz hat. Mit Zitronenschale, Zitronensaft und Salz abschmecken. Kerbel abspülen und trocken schütteln. Den Kalbsrücken in dünne Scheibe aufschneiden und mit dem Spargel anrichten. Sauce Hollandaise an den Spargel angießen, mit Zitronenfilets und Kerbel dekorieren.

Jacqueline Amirfallah am 07. Mai 2014



**Lamm**

## Lamm-Filet mit Koriander-Pesto, Minz-Paprika-Salsa

### Für 4 Personen

4 rote Paprika	2 rote Zwiebeln	10 EL Olivenöl
Salz, Zucker	1 Bund Minze	Saft und Schale von 1 Zitrone
1 Bund Koriander	50 g Parmesan	1 Knoblauchzehe
100 ml Sonnenblumenöl	15 g Sonnenblumenkerne	120 g Mehl
2 Eier	200 ml Milch	150 g Schafkäse
300 g Lammfilet		

2 Paprikaschoten abspülen, halbieren, entkernen und in grobe Würfel schneiden. Rote Zwiebeln schälen und ebenfalls sehr fein würfeln. 1 EL Öl erhitzen und zunächst die Paprika darin weich dünsten. Mit Salz und Zucker würzen. Herausnehmen und abkühlen lassen. In der gleichen Pfanne erneut 1 EL Öl erhitzen und die Zwiebeln darin andünsten. Ebenfalls mit Salz und Zucker würzen und abkühlen lassen. Die restlichen Paprikaschoten abspülen, trockenreiben, halbieren, entkernen und mit einem Sparschäler schälen. Anschließend in sehr feine Würfel schneiden. Minze abspülen, trockenschütteln und die Blättchen von den Stielen zupfen. Minze sehr fein schneiden. Rohe Paprikawürfel in eine Schüssel geben. Mit abgeriebener Schale und dem Saft einer Zitrone mischen, Minze (bis auf 1 TL) untermischen. Mit Salz und Zucker würzen.

Für das Koriander-Pesto:

Koriander abspülen trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Parmesan fein reiben. Knoblauch schälen und mit den Korianderblättern und dem Sonnenblumenöl mit dem Pürierstab mixen, nach und nach die Sonnenblumenkerne und den Parmesan zugeben und alles zu einer glatten Masse pürieren. Mit Salz abschmecken.

Für den Teig:

Aus Mehl, 2 EL Olivenöl, 2 Eiern, Salz und Milch einen dünnflüssigen Teig herstellen. Weich gedünstete Paprika zugeben und alles pürieren. Nach Wunsch durch ein Sieb passieren. Aus dem Teig in je 1 TL Öl ca. 8 dünne Crêpes backen. Schafkäse mit einer Gabel zerdrücken und auf die Crêpes streuen. Crêpes einrollen. Lammfilet salzen und im übrigen Olivenöl von allen Seiten ca. 2 Minuten braten. Herausnehmen, etwas ruhen lassen und in Scheiben schneiden. Das Pesto mit einem Pinsel auf den Tellerboden aufstreichen, Lammfilet darauf anrichten, Minz-Paprika-Salsa darüber träufeln. Paprikacrêpes dazu anrichten. Übrige Kräuter darüber streuen und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 14. August 2013



# Lamm-Ragout mit Rosen-Reis und Mandeln

## Für 4 Personen

1 kg Lammschulter	Salz	1 TL Kurkuma
1 TL Ingwerpulver	1 EL Butterschmalz	300 g rote Zwiebeln
1/2 l Lammbrühe	300 g Basmatireis	2 EL getrocknete Rosenblätter
100 g Mandeln in Stiften	2 EL Butter	1 Eiweiß
500 g Möhren	1 Bund Lauchzwiebeln	1 Gurke
250 g griechischer Joghurt	1 Knoblauchzehe	

Das Lammfleisch in Würfel von ca. 2 cm Kantenlänge schneiden. Mit Salz, Kurkuma und Ingwerpulver würzen. In einem breiten schweren Topf in Butterschmalz anbraten. Die Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Sobald das Fleisch rundherum angebraten ist, die Zwiebeln zugeben und solange braten bis die Flüssigkeit verdampft ist. Brühe angießen, das Ragout zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 1 Stunde schmoren, zwischendurch immer wieder umrühren. Reis in Salzwasser garen, abgießen und gründlich heiß spülen. Rosenblätter und Mandelstifte untermischen. Butter in einem weiten Topf schmelzen, Reis zugeben und bei schwacher Hitze noch 10 Minuten dämpfen. Von dem Reis ca. 1/3 abnehmen und mit Eiweiß mischen, flach ausstreichen und in einer beschichteten Pfanne braten, am besten zwischen Backpapier und dabei mit einer anderen Pfanne beschweren. Möhren putzen, in feine Stifte schneiden und 20 Minuten vor Ende der Garzeit zum Lamm geben und mit schmoren, Lauchzwiebeln putzen, abspülen, fein schneiden und ca. 5 Minuten vor Ende der Garzeit zum Ragout geben und garen. Gurke schälen, raspeln und mit dem Joghurt mischen. Mit Salz und nach Wunsch mit Knoblauch abschmecken. Das Lammragout mit Reis und Joghurdip anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 26. Juni 2013

# Lamm-Rücken mit Rosmarin und Bohnen-Oliven-Püree

## Für 4 Personen

100 g weiße Bohnenkerne	600 ml Gemüsebrühe	4 Zweige Rosmarin
4 Lammsteaks, à 150 g	Salz	10 EL Olivenöl
1 Knoblauchzehe	250 ml Lammbrühe	1 Prise Kreuzkümmel
1 Prise Piment d'Espelette	8 schwarze Oliven	8 grüne Oliven
300 g Blattspinat	1 Radicchio	1 Schalotte
2 EL Butter	Pfeffer	

Bohnenkerne über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Dann abschütten und in einem Topf mit Gemüsebrühe ca. 1,5 Stunden weich kochen. Die Gemüsebrühe sollte nahezu verkocht sein. Den Backofen auf 110 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Rosmarin abspülen, trocken schütteln und von zwei Zweigen die Nadeln abstreifen. Diese gut abtrocknen. Das Lammfleisch salzen. In einer Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen, einen Zweig Rosmarin und eine angedrückte Knoblauchzehe einlegen und die Steaks drin von beiden Seiten kurz anbraten. Dann in den vorgeheizten Ofen geben und ca. 15 Minuten weitergaren, herausnehmen, die Fleischstücke auf einen Teller geben und mit Alufolie abgedeckt ca. 8 Minuten ruhen lassen. Das Fett aus der Pfanne kippen und den Bratensatz mit Lammbrühe lösen, einen Rosmarinzweig zugeben und die Flüssigkeit um etwa die Hälfte einkochen. Von den gekochten Bohnen 4 EL zur Seite stellen. Die restlichen Bohnen mit 4 EL Olivenöl pürieren, mit Salz, Kreuzkümmel und Piment d'Espelette abschmecken. Die Oliven grob hacken und mit den ganzen zurückgelegten Bohnen unter das Püree heben. Spinat und Radicchio putzen, waschen und abtropfen lassen. Die Schalotte schälen und fein schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Butter Schalotte anschwitzen, Spinat und Radicchio zugeben und zusammenfallen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen. In einem kleinen Topf 4 EL Olivenöl erhitzen und die Rosmarinnadeln darin frittieren, herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen. Den Bratensaft der aus dem Fleisch ausgetreten ist unter die Saue mischen, die Sauce abschmecken. Fleisch mit Sauce, Püree und Spinat-Radicchio-Gemüse anrichten. Über die Fleischscheiben frittierte Rosmarinnadeln streuen und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 19. März 2014

# Moussaka

## Für 4 Personen

300 g Kartoffeln, festk.	Meersalz	3 Auberginen
8 EL Olivenöl	2 Fleischtomaten	1 Zwiebel 2 Knoblauchzehen
2 EL Mehl	350 ml Milch	1 Lorbeerblatt
500 g Lammhackfleisch	1 Prise Zimt	1 Prise Piment
150 g Feta	250 g griechischer Joghurt	1 Salatgurke
1/2 Zitrone	Pfeffer	1/2 Bund Zwiebellauch

Die Kartoffeln waschen und in einem Topf mit Salzwasser bissfest garen, abschütten und pellen. Die Auberginen waschen, der Länge nach in 5 mm starke Scheiben schneiden, salzen und 10-15 Minuten ziehen lassen. Die Auberginenscheiben abwaschen, trocken tupfen und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl anbraten (oder die Scheiben mit Olivenöl bespinseln, auf ein Backblech geben und im Ofen bei 180 Grad garen). Die Tomaten am Stielansatz einritzen, mit kochendem Wasser überbrühen, häuten, entkernen und würfeln. Die Kartoffeln pellen und in dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln. In einem Topf mit 1 EL Olivenöl das Mehl anschwitzen und unter Rühren die kalte Milch zugeben. Leicht salzen und ein Lorbeerblatt zugeben. Die Sauce ca. 10 Minuten köcheln lassen, dabei immer wieder umrühren. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl das Hackfleisch anbraten, mit Zimt, Salz und Piment würzen, Zwiebel und 2/3 vom gewürfelten Knoblauch zugeben und ein paar Minuten mitbraten lassen, dann die Tomatenwürfel zugeben. Den Feta zerbröseln. Die Sauce mit 2 EL Joghurt und der Hälfte vom Feta abschmecken. Den Backofen auf 250 Grad Oberhitze vorheizen. In eine mit Olivenöl ausgepinselte feuerfeste Form abwechselnd Kartoffelscheiben, Auberginenscheiben und Hackfleisch schichten. Die Sauce darüber gießen und restlichen, zerbröselten Käse darauf geben. Im Backofen bei Oberhitze ca. 15 Minuten garen. Die Gurke waschen und in Scheiben schneiden. Von der Zitrone den Saft auspressen. Gurkenscheiben mit Zitronensaft, 2 EL Olivenöl, etwas Salz und Pfeffer mischen. Zwiebellauch waschen, putzen und fein schneiden. Zwiebellauch unter den Gurkensalat mischen. Restlichen Joghurt mit Salz und restlichem Knoblauch abschmecken. Die Moussaka anrichten und mit Gurkensalat und Knoblauchjoghurt servieren.

Tipp:

In Griechenland wird das Gericht auch ohne Kartoffeln gegessen, statt dessen wird dazu Fladenbrot gereicht.

Jacqueline Amirfallah am 21. Mai 2014



**Meer**

## Miesmuschel-Risotto

### Für 4 Personen

2 Zwiebeln	1 Fenchel	2 EL Olivenöl
300 g Risottoreis (Sorte Arborio)	300 ml Weißwein	1 Lorbeerblatt
1 l Gemüsebrühe	1,5 kg frische Miesmuscheln	2 Möhren
1 EL Butter	1 Bund Thymian	

Eine Zwiebel schälen und in Würfel schneiden, Fenchel putzen und fein würfeln, in Olivenöl anschwitzen. Risottoreis dazugeben und kurz mit anschwitzen. Mit 100 ml Weißwein ablöschen, Lorbeerblatt zugeben und die warme Gemüsebrühe angießen bis der Reis gerade bedeckt ist. Einkochen lassen und wieder angießen, dabei immer schön rühren. Die Muscheln säubern und kalt abspülen. Dabei darauf achten, dass die Muscheln geschlossen sind. Offene und beschädigte Muscheln unbedingt aussortieren und wegwerfen. Eine Zwiebel schälen und würfeln, die Möhren putzen in grobe Würfel schneiden und mit den Zwiebeln in 1 EL Olivenöl anbraten. Die geputzten Muscheln dazu geben, restlichen Weißwein angießen und die Muscheln ca. 4 Minuten garen. Muscheln in ein Sieb abgießen, den Sud auffangen und das Muschelfleisch aus der Schale nehmen, nur bei den geöffneten Muscheln. Wenn der Risotto fast fertig ist etwas Muschelfond und Butter zugeben. Thymian waschen, trocken schütteln, die Thymianblättchen abrebeln und damit das Risotto abschmecken. Das Muschelfleisch unterheben und servieren.

Jacqueline Amirfallah 30. Januar 2013

## Miesmuscheln mit Bandnudeln

### Für 4 Personen

250 g Hartweizenmehl	2 Eier	2 Eigelb
3 EL Olivenöl	Salz	Mehl
2 kg Miesmuscheln	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 Staudensellerie	250 ml Weißwein	1 Zweig Thymian
1 Lorbeerblatt	1 EL Butter	

Das Hartweizenmehl, Eier, Eigelbe, 1 EL Olivenöl und 1 Prise Salz zu einem glatten Teig kneten. (Wird er zu fest, noch 1-2 EL warmes Wasser unterkneten. Den Teig in Frischhaltefolie einpacken und im Kühlschrank 30 Minuten ruhen lassen. Dann den Nudelteig zu dünnen Bahnen ausrollen. Diese gut mit Mehl bestäuben, zusammenrollen und in feine Streifen schneiden. Die Muscheln in viel Wasser gründlich waschen, dabei bereits geöffnete Muscheln aussortieren und wegwerfen. Zwiebel, Knoblauch und Staudensellerie putzen und in Stücke schneiden. Olivenöl in einem großen Topf erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Sellerie anbraten. Die Muscheln zugeben. Mit Weißwein ablöschen, Thymian und Lorbeerblatt zugeben und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Dabei die Muscheln immer wieder wenden. Nach dem Garen noch geschlossene Muscheln aussortieren und wegwerfen. Den Sud in einen Topf abschütten, das Gemüse dazugeben und aufkochen. Kalte Butter unterrühren und pürieren. Die Muscheln aus den Schalen lösen und in der Gemüsesauce erwärmen. Bandnudeln in Salzwasser bissfest kochen, abgießen und mit der Muschel-Gemüse-Sauce servieren.

Jacqueline Amirfallah am 12. Februar 2014

## Verschiedenes vom Chicorée mit Zitrusfrüchten, Garnelen

### Für 4 Personen

16 Garnelen	1 rote Zwiebel	1 Knoblauchzehe
6 EL Sonnenblumenöl	1 TL Tomatenmark	250 ml Fischfond
2 unbehandelte Orangen	1 unbehandelte Limette	4 EL Zucker
6 Kolben Chicorée	250 ml Milch	1 Zweig Thymian
Salz	2 Grapefruit	1 Pomelo
1 Zitrone	Pfeffer	2 Eier
1 TL Senf	100 ml Olivenö	Chilipulver
125 g Kateifiteig		

Garnelen abspülen, trockentupfen und aus der Schale lösen. Garnelen am Rücken einschneiden und den schwarzen Darm entfernen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. 1 EL Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen. Garnelenschalen darin anbraten. Zwiebel, Knoblauch und Tomatenmark zugeben und ebenfalls anbraten. Mit Fischfond ablöschen und ca. 15 Minuten köcheln lassen. Anschließend durch ein Sieb passieren und die Brühe abkühlen lassen. Je 2 Orangen und 1 Limette abspülen und trockenreiben. Die Schalen jeweils sehr dünn abschälen. Die Schalen in feine Streifen schneiden. In kochendem Wasser zweimal jeweils ca. 1 Minute blanchieren. Herausnehmen und in Eiswasser tauchen. Die Zitrusstreifen anschließend in 100 ml Wasser und 2 EL Zucker weich kochen. Herausnehmen und abtropfen lassen. Von den Chicoréekolben jeweils ca. 8 Blätter ablösen bis jeweils ein etwa daumendicker Kolben übrig bleibt. Milch mit Thymian, 1 Prise Zucker und 1 Prise Salz erhitzen. Die Hälfte der Chicoréeblätter zugeben und etwa 2 Minuten garen. Herausnehmen, abtropfen und abkühlen lassen. Die andere Hälfte der Chicoréeblätter in sehr feine Streifen schneiden. Alle Zitrusfrüchte dick schälen, so dass die weiße Haut mit entfernt wird. Die Filets zwischen den Trennhäuten herausschneiden. Den Saft dabei auffangen. Aufgefangenen Zitrusfrüchtesaft (bis auf 2 EL), Salz, Pfeffer und 3 EL Sonnenblumenöl verrühren. Chicoréestreifen und Zitrusfrüchte in eine Schale geben und mischen. Dressing darüber träufeln und ca. 10 Minuten marinieren. Eier trennen. Eigelbe mit Senf, Salz, Pfeffer verrühren. Olivenöl in einem feinen Strahl untermischen, so dass es eine cremige Mayonnaise entsteht. Mit Garnelenbrühe, Chilipulver und Zucker abschmecken. Teig ausrollen und in 8 Stücke teilen. Die Garnelen salzen und mit Zitruszesten belegen. Je 2 Garnelen in ein Stück Kateifiteig wickeln. 2 EL Sonnenblumenöl portionsweise erhitzen. Garnelen darin von allen Seiten ca. 3-4 Minuten goldbraun braten. Knuspergarnelen warm stellen. Die übrigen Chicoréekolben im Bratfett von allen Seiten ca. 3 Minuten braten. Mit Salz, Zucker und mit übrigem Zitrusfrüchtesaft würzen. Chicoréesalat, in Milch gegarten Chicorée, gebratene Kolben und Garnelen anrichten und sofort servieren.

Jacqueline Amirfallah am 22. Januar 2014

# Zucchini mit Garnelen und Thymian-Knoblauch-Brot

## Für 4 Personen

1 Bund Thymian	3 Zehen junger Knoblauch	500 g Mehl (Type 550)
1 Würfel Hefe (42 g)	1 EL Zucker	Salz
10 EL Olivenöl	4 junge Zucchini	Saft, Schale von $\frac{1}{2}$ Zitrone
12-16 Garnelen	Zucker, Olivenöl	1 Zitrone

Thymian abspülen und trockenschütteln. Von der Hälfte des Thymians, die Blättchen von den Stielen zupfen. 2 Knoblauchzehen schälen und fein hacken oder reiben. Mehl in eine Schüssel geben. Hefe grob zerbröckeln, Zucker und ca. 200 ml lauwarmes Wasser zugeben und verrühren. Mit der Hälfte der Thymianblättchen,  $\frac{1}{2}$  TL Salz und 1 EL Olivenöl zum Mehl geben. Alles zu einem glatten Teig verkneten. Zu einer Kugel formen, abdecken und etwa 30 bis 40 Minuten, an einem warmen Ort gehen lassen. Backofen auf 220 Grad (Ober- und Unterhitze vorheizen). Den aufgegangenen Teig erneut verkneten und zu ca. 8 Stangen (ca. 2 cm Durchmesser) formen. Die Stangen auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und auf der mittleren Schiene ca. 7 Minuten goldbraun backen. Die Zucchini waschen, trockenreiben und längs in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Eine Pfanne mit Knoblauch ausreiben und 2 EL Olivenöl darin erhitzen. Die Hälfte der Zucchini darin braten und mit etwas Salz würzen. Die andere Hälfte mit Salz, Zitronensaft, -schale und 3 EL Olivenöl marinieren. In der Zwischenzeit die Garnelen abspülen, trockenreiben. Den Kopf entfernen, die Schale an der Oberseite aufschneiden und den schwarzen Darm entfernen. Garnelen salzen. Jeweils einem kleinen Zweig der übrigen Thymianstiele in den Panzer stecken. Die Garnelen portionsweise im restlichen Olivenöl braten. Herausnehmen, mit den gebratenen und marinierten Zucchini sowie dem Brot servieren.

Jacqueline Amirfallah am 22. Mai 2013



**Rind**

# Labskaus vom Roastbeef

## Für 4 Personen

500 g kleine Kartoffeln	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
4 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 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 Minuten 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. Die Wachteleier in einer Pfanne mit 1 TL Butter zu Spielgeiern braten, mit anrichten und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 03. Dezember 2014

# Tafelspitz

## Für 4 Personen

1 kg Rindertafelspitz	1 Zwiebel	5 Pfefferkörner
1 Lorbeerblatt	3 Pimentkörner	Salz
2 Möhren	1/2 Knolle Sellerie	1 Stange Porree
500 g Kartoffeln	1 Bund Schnittlauch	2 EL Butter
1 EL Mehl	100 ml Milch	Pfeffer
1/4 Stange frischer Meerrettich		

Den Tafelspitz sauber ausparieren (der Fettrand kann nach Wunsch dran gelassen werden). Zwiebel schälen und grob würfeln. Das Fleisch mit Zwiebelwürfeln, Pfefferkörnern, Lorbeerblatt, Pimentkörnern und Salz in einen Topf geben, mit heißem Wasser bedecken einmal aufkochen und dann leise simmern lassen, ca. 2 Stunden, dabei immer wieder den oben entstehenden Schaum abschöpfen und falls nötig Wasser zufügen. Möhren und Sellerie schälen und in Würfel schneiden. Porree waschen und in feine Ringe schneiden. Ca. 30 Minuten vor Ende der Garzeit die Gemüsewürfel zugeben. Fünf Minuten vor Ende den geschnittenen Porree. Dann den Tafelspitz herausnehmen und zugedeckt fünf Minuten ruhen lassen. In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen, längs vierteln und in Salzwasser garen. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und sehr fein hacken. Butter in einem Topf zerlassen, 1 EL Mehl zugeben und kurz, anschwitzen. Unter Rühren 100 ml Milch zugeben, köcheln lassen und mit Brühe aus dem Tafelspitztopf auffüllen, bis die Sauce die gewünschte Konsistenz hat, mit Salz und Pfeffer abschmecken und ein paar Minuten köcheln lassen. Meerrettich schälen, sehr fein hobeln. Etwas Meerrettich unter die Sauce mischen und abschmecken. Fleisch und Gemüse zusammen anrichten, Sauce zugeben mit Schnittlauch bestreuen und den restlichen Meerrettich dazu servieren.

Jacqueline Amirfallah am 10. Dezember 2014



# Salat

## Schwarzwurzel-Salat mit Parma-Schinken und Walnüssen

### Für 4 Personen

1 Zitrone	1 kg Schwarzwurzeln	2 Schalotten
1 TL Olivenöl	6 EL Himbeeressig	1 TL süßer Senf
Salz, Pfeffer	3 EL Walnussöl	100 g Feldsalat
1 EL Butterschmalz	50 g Sahne	80 g Walnüsse
60 g Scheiben Parma-Schinken		

Von der Zitrone den Saft auspressen und in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben. Schwarzwurzeln schälen, waschen und sofort in eine Schale mit Zitronenwasser legen. Schalotten schälen und fein würfeln. Die Hälfte der Schwarzwurzeln schräg in Scheiben schneiden. Öl erhitzen. Schalotten darin anbraten. Die Schwarzwurzelscheiben zugeben und weich schmoren. Himbeeressig, Senf, Salz, Pfeffer und Walnussöl zu einer Vinaigrette verrühren. Feldsalat putzen, waschen und trockentupfen. Rohe Schwarzwurzeln abtropfen lassen und auf einem Gemüsehobel, längs in sehr dünne Scheiben schneiden. Eine Hälfte mit der Vinaigrette mischen. Die andere Hälfte in heißem Butterschmalz knusprig braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Von den gedünsteten Schwarzwurzeln die Hälfte beiseite stellen. Die übrigen gedünsteten Wurzeln mit Sahne und 30 g Walnüssen pürieren. Übrige Walnüsse grob hacken. Zusammen mit den gedünsteten, knusprig gebratenen, pürierten Schwarzwurzeln und dem Feldsalat unter die Vinaigrette heben. Kurz marinieren, abschmecken und mit Parma-Schinken anrichten. Dazu passt knuspriges Baguette.

Jacqueline Amirfallah 02. Januar 2013

# Tomaten-Salat mit Ziegenkäse

## Für 4 Personen

2 Fleischtomaten	8 gelbe Kirschtomaten	8 rote Kirschtomaten
4 Romanatomaten	1 Bund Basilikum	1 Brötchen vom Vortag
1 Zwiebel	10 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer, Zucker
300 g Ziegenfrischkäse	3 EL heller Balsamessig	1 TL Senf
1 Stück Frühlingsrollenteig	1 TL Butter	

Alle Tomaten am Blütenansatz kreuzweise einschneiden, mit heißem Wasser überbrühen und die Schalen abziehen. Fleisch-, Kirsch- und Romano-Tomaten getrennt voneinander in Stücke schneiden. Basilikum abspülen und trockenschütteln. Brötchen grob würfeln. Mit der Hälfte des Basilikums im Cutter fein zermahlen. Zwiebel schälen und würfeln. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel darin anbraten. Die Hälfte der Fleischtomatenwürfel zugeben, mit Salz, Pfeffer, etwas Zucker würzen und ca. 15 Minuten zu einer dickflüssigen Tomatensauce einkochen. Den Käse mit etwas Salz verrühren und zu murmelgroßen Kugeln formen. Die Hälfte der Ziegenfrischkäsekugeln in den Basilikum-Semmelbröseln wenden. Essig, Senf und 5 EL Olivenöl in einer Schüssel geben und zu einer Vinaigrette verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Alle Tomaten zugeben und darin ca. 20 Minuten marinieren. Frühlingsrollenteig in ca. 12 Tortenstücke teilen. Den übrigen Käse darauf verteilen und von der breiten Seite zu fingerdicken Stäbchen aufrollen. 4 EL Öl erhitzen, die Ziegenkäse-Stäbchen darin von allen Seiten goldbraun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. und Die Tomatensauce pürieren, nach Wunsch durch ein Sieb passieren. Kalte Butter unterrühren und abschmecken. Jeweils einen Klecks Tomatensauce auf Tellern anrichten. Tomatensalat darauf verteilen. Mit Ziegenkäsestäbchen und Ziegenkäsekugeln anrichten. Vom übrigen Basilikum die Blättchen von den Stielen zupfen und über den Tomatensalat streuen.

Jacqueline Amirfallah am 31. Juli 2013





# Suppen

## Cassoulet mit selbstgemachten Würstchen

### Für 6 Personen

500 g weiße Bohnen	150 g Räucherspeck	1 EL Butterschmalz
2 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe	300 g Schweinebauch
4 Entenkeulen (ohne Haut)	1 EL Tomatenmark	2 Möhren
1 kleiner Sellerie	$\frac{3}{4}$ l Hühnerbrühe	Salz
1 TL getrockneter Majoran	4 m Saitling (vom Metzger)	200 g Semmelbrösel

Bohnen über Nacht einweichen. Den Backofen auf 160 Grad Ober-Unterhitze vorheizen (Umluft nicht geeignet, Gas Stufe 3). Den Speck in feine Würfel schneiden, Zwiebeln und Knoblauch schälen und würfeln. Von den Zwiebelwürfel zwei Esslöffel beiseite stellen. Die Hälfte von dem Speck in Butterschmalz anbraten, Zwiebel, Knoblauch, die Hälfte des Schweinebauches und drei Entenkeulen zugeben, alles gut anbraten. Tomatenmark und die eingeweichten Bohnen zugeben. Möhre und Sellerie putzen, würfeln und ebenfalls zugeben mit der Brühe auffüllen und alles ca. zwei Stunden zusammen im Backofen schmoren. Von der vierten Entenkeule den Knochen auslösen. Das Fleisch mit dem restlichen Speck und Schweinebauch durch den Fleischwolf geben, restliche Zwiebelwürfel, Salz und Majoran zugeben. Die Masse mit Hilfe eines Spritzbeutel in den Darm füllen, zu Würstchen abdrehen und zum Cassoulet in den Topf geben. Die Hälfte der Semmelbrösel darüber streuen und zur Kruste backen. Unterrühren, die restlichen Semmelbrösel darüber streuen und wieder überbacken. Das Cassoulet im Topf servieren.

Jacqueline Amirfallah 16. Januar 2013

## Kalte Paprika-Suppe mit gebratenem Kalb-Tatar

### Für 4 Personen

300 g Kalbfleisch	Salz	6 EL Olivenöl
1 Möhre	1 Gemüsezwiebel	2 Knoblauchzehen
1 Stück (ca. 2 cm) Ingwer	4 gelbe Paprikaschoten	Zucker
1 l Kalbsbrühe	1 Bund Lauchzwiebeln	1-2 EL Senf
500 g Frittierfett	8 Wan Tan Blätter	Paprikapulver, edelsüß

Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Kalbsoberschale salzen und in 1 EL Olivenöl rundherum anbraten und herausnehmen. Kalbfleisch im Backofen ca. 8 Minuten weiter garen. Herausnehmen und abkühlen lassen. Möhre putzen, schälen und klein schneiden. Gemüsezwiebel, Knoblauch und Ingwer schälen und getrennt voneinander würfeln. Paprika waschen, putzen und in grobe Stücke schneiden. Etwa die Menge einer halben Paprika beiseite stellen. Übrige Paprikawürfel, mit der Möhre, Gemüsezwiebel, Knoblauchzehe und dem Ingwer in 2 EL Olivenöl sanft braten. Mit Salz und Zucker würzen. Brühe zugeben und ca. 15 Minuten köcheln lassen. Suppe danach pürieren, nach Belieben durch ein Sieb passieren und kalt stellen. Lauchzwiebeln putzen und quer halbieren. Den weißen Teil sehr fein würfeln und in 1 EL Olivenöl kurz anbraten. Den grünen Anteil des Lauchs und übrige Paprika sehr fein würfeln. Das abgekühlte Kalbfleisch ebenfalls fein würfeln. Alles mischen. Mit Salz, 2 EL Olivenöl und Senf abschmecken. Frittierfett in einem Topf (etwa 2 cm hoch) erhitzen. Wan Tan Blätter darin nacheinander knusprig frittieren. Mit Salz und Paprikapulver bestreuen. Die kalte Suppe mit Tatar und Wan Tan anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 11. September 2013

## Melonen-Suppe mit gebratenen Garnelen

### Für 4 Personen

1 reife Honigmelone	8 Garnelen mit Schale	1 Zwiebel
2 EL Butterschmalz	1l Gemüsebrühe	Salz, Pfeffer
1 Prise Zucker	1 Bund Estragon	

Die Melone halbieren und die Kerne herausstreichen. Dann mit einem Kugelausstecher einige Kugeln Fruchtfleisch zur Dekoration ausstechen. Restliches Fruchtfleisch auslösen. Garnelen schälen und den Darm entfernen. Zwiebel schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anbraten. Die Garnelenschalen und ca. 3 EL Melone zugeben und mit anbraten. Mit der Brühe ablöschen. Die Schalen wieder entfernen. Restliche Melone zugeben, alles pürieren, durch ein Sieb streichen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Estragon abspülen, trocken schütteln und fein hacken, unter die Suppe mischen und kalt stellen. Die Garnelen in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz braten. Melonenkugeln zugeben und kurz mit anschwanken. Die kalte Suppe anrichten und mit den heißen Garnelen und Melonenkugeln servieren.

Jacqueline Amirfallah am 24. Juli 2013

## Räucherforellen-Suppe

### Für 4 Personen

2 geräucherte Forellen	1 Pastinake	1 Möhre
1 Stange Lauch	1 Lorbeerblatt	2 Pimentkörner
Salz	3 mehlig kochende Kartoffeln	1 Ei
2 EL Speisestärke	200 g Sahne	Mehl, Pankomehl
300 g Butterschmalz		

Das Fleisch der Räucherforellen herauslösen. Pastinake, Möhre und Lauch putzen, bzw. schälen. Die Gemüseabschnitte mit Fischgräten und Haut in einen Topf geben und mit ca. 1,5 Liter Wasser bedecken. Lorbeer, Piment und etwas Salz zugeben und alles ca. 30 Minuten kochen. Kartoffeln waschen und in Salzwasser weich kochen. Lauch, Pastinake und Möhre fein würfeln.  $\frac{1}{4}$  des Gemüses in wenig Wasser dünsten. Übriges Gemüse abdecken. 1 halbes Forellenfilet fein hacken. Gegarte Kartoffeln abgießen und ausdämpfen lassen. Kartoffeln schälen und durch eine Presse in eine Schale drücken. 2 EL Kartoffelmasse beiseite stellen. Ei trennen. Übrige Kartoffeln mit gehackter Räucherforelle, gedünsteten Gemüse, Eigelb, Stärke und Salz zu kleinen, etwa walnussgroßen Bällchen formen und abdecken. Inzwischen die Forellenbrühe durch ein Sieb, zurück in den Topf passieren. Gemüswürfel zugeben und alles ca. 10 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse bissfest gegart ist. Übrige 2 EL Kartoffeln und Sahne unterrühren. Aufkochen und würzen. Forellenbällchen in Mehl, verquirltem Eiweiß und Pankomehl panieren. Im Butterschmalz frittieren, abtropfen lassen und zur Suppe servieren. Die restliche Räucherforelle zum Beispiel zu Nocken verarbeiten (siehe Rezept Vincent Klink am 7.11.2013)

Jacqueline Amirfallah am 06. November 2013



# Vegetarisch

## Avocado-Linsen-Wan-Tans mit Zitrone

### Für 4 Personen

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 EL Butterschmalz	1 TL Kurkuma
150 g Rote Linsen		1/2 l Gemüsebrühe	50 g Butter
16 Scheiben Wan Tan Blätter		ca. 300 g Frittierfett	Salz
2 reife Avocado		2 Zitronen, unbehandelt	

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und klein schneiden, in Butterschmalz anbraten und mit Kurkuma bestäuben, Linsen zugeben und mit Gemüsebrühe bedecken. Wenn die Linsen nach ca. 7 Minuten bissfest sind. 2 Eßlöffel heraus nehmen und den Rest sehr weich kochen. Die Butter zugeben und die Linsen pürieren, nach Wunsch durch ein Sieb streichen. WanTan im heißen Fett frittieren und mit Salz bestreuen. Avocado schälen und in lange dünne Streifen schneiden. Eine Zitrone auspressen und die Avocado mit Zitrone und Salz abschmecken. Von der anderen Zitrone die Schale abreiben und ebenfalls auf die Wan Tan streuen, die restliche Zitrone filetieren. Einen Löffel Linsenpüree auf den Teller geben, ein Wan Tan Chips auflegen, Linsenpüree, Linsen, Avocado, Zitronenfilet drauf geben und so fortfahren bis auf jedem Teller ein Stapele mit vier Wan Tan Chips entstanden ist.

Jacqueline Amirfallah 23. Januar 2013

# Bärlauch-Joghurt-Creme mit Wurzelgemüse-Salat

## Für 4 Personen

### Für die Crème:

2 Bund Bärlauch	1 Bund Schnittlauch	400 g griechischer Joghurt
7 Blatt Gelatine	200 ml Milch	Salz

### Für den Wurzelgemüse-Salat:

1 Bund junge Möhren	10 braune Champignons	4 EL Olivenöl
1-2 Knollen Topinambur	1 Bund Radieschen	1 EL Senf
1 EL Apfelessig		

### Für das Baguette:

20 g Hefe	ca. 350 ml Wasser	500 g Mehl (Type 405)
1 TL Salz		

#### Für die Crème:

Bärlauch und Schnittlauch abspülen und trocken schütteln. Schnittlauch fein schneiden. Von dem Bärlauch einige Blätter für die Garnitur aufheben, den Rest fein schneiden. Einen Teil des Joghurts mit dem geschnittenen Bärlauch und 3/4 des Schnittlauchs fein pürieren. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Milch erwärmen und die eingeweichte Gelatine darin auflösen. Mit dem Kräuterjoghurt und dem restlichen Joghurt mischen und mit Salz abschmecken. Die Masse in eine flache Form füllen ( ca. 2-3 cm hoch) und im Kühlschrank fest werden lassen.

#### Für das Baguette:

Die Hefe in etwas lauwarmen Wasser auflösen. Salz und Mehl in eine Schüssel geben. Aufgelöste Hefe zugeben und vermischen. Dann so viel Wasser zugeben und unterkneten, bis ein geschmeidiger Teig entsteht. Den Teig abgedeckt in einer Schüssel ca. 30 Minuten gehen lassen. Den gegangenen Hefeteig erneut kneten und kleine Baguettes formen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit einem Küchentuch abdecken und noch mal ca. 20 Minuten gehen lassen. Den Backofen auf 230 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Baguettes ca. 12 Minuten im vorgeheizten Ofen backen.

#### Für den Wurzelgemüse-Salat:

Die Möhren putzen, evtl. schälen und in wenig Salzwasser dünsten. Die Champignons putzen, fein hacken und in 1 EL Olivenöl braten, mit Salz abschmecken. Topinambur schälen und in dünne Scheiben schneiden. Radieschen waschen und vierteln. Aus Senf, Apfelessig und dem restlichen Olivenöl eine Vinaigrette herstellen. Radieschen, Möhren und Topinambur mit der Vinaigrette marinieren. Aus der Joghurtcreme mit Hilfe eines Ausstechers hübsche Formen ausstechen. Die Joghurtcreme mit den gebratenen Champignons bestreuen und die marinierten Gemüse und restlichen Kräuter darauf so arrangieren, dass es an ein Frühlingsbeet erinnert. Anrichten und mit den Baguettes servieren.

Jacqueline Amirfallah am 26. März 2014

## Filoteig-Muffins mit Sommer-Gemüse

### Für 4 Personen

2 rote Zwiebeln	1 Bund Rosmarin	1 rote Paprika
1 gelbe Paprika	1 grüne Paprika	1 Fleischtomate
1 Chili	1 Büffelmozzarella (ca. 150 g)	6 EL Olivenöl
Salz, Zucker	Paprikapulver, Curry	200 g Frischkäse
3 Eier	4 Blätter Filoteig (à 40 x 40 cm)	100 g flüssige Butter
1 Bund Rauke	1 Bund Brunnenkresse	2 Romanaherzen
1 Bund Basilikum	Saft von 1 Zitrone	

Zwiebeln schälen und fein würfeln. Rosmarinnadeln von den Stielen zupfen und fein hacken. Rote, gelbe und grüne Paprika waschen, trockenreiben halbieren, entkernen und fein würfeln. Tomate kreuzweise einritzen, mit heißem Wasser überbrühen und die Haut abziehen. Tomatenfruchtfleisch feinwürfeln. Chili halbieren, entkernen und fein hacken. Mozzarella fein würfeln. Paprika, Tomate und Chili in 1 EL Olivenöl kurz braten mit Salz, feingehacktem Rosmarin und Zucker würzen. Herausnehmen und beiseite stellen. 1 EL Olivenöl im Paprikabratfett erhitzen. Zwiebeln darin anbraten. Mit Paprikapulver und Curry würzen. Herausnehmen, kurz abkühlen lassen und zuerst mit dem Frischkäse, danach mit den Eiern verrühren. Paprika-Chilimischung untermischen. Mozzarella ebenfalls vorsichtig unterheben und alles abschmecken. Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. 8 Muffinformen ausfetten und mit je 3 Lagen zugeschnittenen mit Butter eingefetteten Filoteig (ca. 12 x 12 cm) auslegen, so dass die Ränder etwas überlappen. Die Füllung hineingeben und im Ofen ca. 15 Minuten backen. In der Zwischenzeit Rauke, Brunnenkresse, Romanasalat putzen, waschen, trockenschütteln und in mundgerechte Stücke zupfen. Basilikum abspülen, trockenschütteln und die Blättchen von den Stielen zupfen. Zitronensaft, Salz, Zucker und 4 EL Olivenöl verrühren und über den Salat träufeln. Basilikum untermischen, abschmecken. Filoteig-Muffins herausnehmen, etwas abkühlen lassen und mit den Filoteig-Muffins servieren.

Jacqueline Amirfallah am 28. August 2013



## Filoteig-Törtchen mit Ziegenfrischkäse und Kräutern

### Für 8 Stück:

400 g frischer Spinat	1 Frühlingszwiebel	500 g grüner Spargel
5-6 EL Olivenöl	500 g frische Erbsen in der Schote	1 Schalotte
150 g Sahne	Salz	1 Bio-Zitrone
1 Bund Estragon	1 Bund Kerbel	1 Bund Minze
1 Bund Gartenkresse	1 Ei	40 g Butter
4 Blätter Filoteig	200 g Ziegenfrischkäse	

Spinat waschen, einige schöne zarte Blätter beiseite legen. Frühlingszwiebel putzen, in dünne Ringe schneiden. Vom Spargel die holzigen Enden abschneiden. Spargel in hauchdünne Stücke schneiden oder hobeln. 1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Zunächst die Frühlingszwiebel darin andünsten. Herausnehmen und beiseite stellen. Spinat im Bratfett zusammenfallen lassen, herausnehmen, abtropfen und abkühlen lassen. Spinat grob hacken. Erbsen aus den Schoten lösen. Schalotte schälen und fein würfeln. 1 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen. Die Schalottenwürfel darin andünsten. Etwa 2/3 der Erbsen zufügen. Sahne unterrühren und alles aufkochen lassen. Erbsen-Sahne etwas salzen und anschließend pürieren. Zitrone heiß abspülen und trockenreiben. Etwa die Hälfte der Schale dünn abreiben. Den Saft auspressen. Estragon, Kerbel und Minze abspülen und trockenschütteln. Ein Drittel der Kresse vom Beet schneiden. Mit den übrigen Kräutern mischen und fein hacken. Gehackten Spinat, Frühlingszwiebel, Erbsenpüree, 2/3 des Ziegenfrischkäses und etwa 2/3 der Kräuter mischen. Mit Salz, 1 Spritzer Zitronensaft und 1/2 TL Zitronenschale abschmecken, Das Ei unterrühren. Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Butter schmelzen. Filoteig in Quadrate (ca. 12 x 12 cm) schneiden. Die Blätter jeweils mit Butter bestreichen und 2-3 Lagen aufeinanderlegen. Eine Muffinform (12 Mulden) etwas einfetten. Die Filoteiglagen auf 8 Mulden verteilen und etwas andrücken. Jeweils 1-2 EL Füllung in die Förmchen geben. Die Törtchen etwa 20 Minuten goldgelb backen. Die übrigen Spinatblätter, Erbsen, Spargel, restliche Kräuter (bis auf 1 EL) mit dem übrigen Zitronensaft und -schale mischen und würzen. 3-4 EL Olivenöl untermischen und den Salat etwa 30 Minuten marinieren. Restlichen Ziegenkäse mit den zurückbehaltenen gehackten Kräuter mischen und würzen. Törtchen mit Salat und Ziegenkäse servieren.

Jacqueline Amirfallah am 17. April 2013

# Gebratene Schwarzwurzeln, Taleggio-Soße, Rote Bete-Püree

## Für 4 Personen

1 Knoblauchzehe	4 Knollen rote Bete (ca. 500 g)	1 TL Honig
2 Zweige Thymian	400 g Kartoffeln, mehlig	ca. 200 ml Gemüsebrühe
1 Zwiebel	60 g Butter	2 EL Mehl
200 ml Milch	150 g Sahne	1 Lorbeerblatt
1/2 Bund glatte Petersilie	2 Scheiben Toastbrot	1 Spritzer Essig
600 g Schwarzwurzeln	Salz, Pfeffer	1 Prise Sternanis, gemahlen
1 Prise Muskat	300 g Taleggio	1 Ei
1-2 EL Butterschmalz		

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Knoblauchzehe schälen und halbieren. 2 Rote Bete waschen und mit je 1/2 TL Honig, 1 Thymianzweig und einer halben Knoblauchzehe in Alufolie packen und im Backofen ca. 40 Minuten garen. 2 Rote Bete schälen und klein schneiden. Kartoffeln schälen, ebenfalls klein schneiden und mit den Rote Bete Stücken in einen Topf geben. 150 ml Gemüsebrühe zugeben und das Gemüse weichkochen. Die Gemüsebrühe sollte nach dem Kochen nahezu verkocht sein. Die Zwiebel schälen, fein würfeln und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, mit 1 EL Mehl abstäuben, Milch und Sahne angießen und gut verrühren. Lorbeerblatt zugeben und 15 Minuten unter gelegentlichem Rühren köcheln lassen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Das Toastbrot mit der Petersilie in einem Cutter zu grünen Bröseln zermahlen. Für die Schwarzwurzeln eine Schüssel mit Essigwasser vorbereiten. Die Schwarzwurzeln schälen und direkt ins Essigwasser legen, damit sie sich nicht verfärben. Dann in ca. 10 cm lange Stücke schneiden. Falls die Schwarzwurzeln unterschiedlich stark sind, die stärkeren längs halbieren oder vierteln. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Schwarzwurzeln darin langsam braten, falls nötig ein wenig Gemüsebrühe zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Rote-Bete- Kartoffelmischung stampfen, 50 g Butter zugeben und mit Salz, Sternanis und Muskat abschmecken. Den Taleggio in 4 Stücke à 40 g schneiden und beiseite legen. Restlichen Taleggio klein schneiden, in die Sauce geben, Lorbeerblatt entfernen und die Sauce pürieren. Dann durch ein Sieb passieren und abschmecken. Rote Bete aus dem Ofen nehmen, aus der Folie packen, schälen und in schöne Stücke schneiden und leicht salzen. Taleggiostücke in restlichem Mehl wenden, durchs verquirlte Ei ziehen und in den Petersilienbröseln panieren. In einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten goldbraun braten. Gebratene Schwarzwurzeln anrichten, Sauce angießen, panierten Taleggio, Püree und Rote Bete Gemüse dazu geben und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 20. November 2013

## Gefüllte Kartoffel-Ravioli und gebratenem Mangold

### Für 2 Personen

600 g Kartoffeln, mehligk.	50 g Walnusskernhälften	50 g Haselnüsse
50 g Erdnüsse	50 g Macadamianüsse	1 Zwiebel
2,5 EL Butter	50 g Parmesan	3 Zweige Thymian
2-4 EL Kartoffelstärke	1 TL Butter	2 Eigelb
Salz, Muskat, Mehl	1 Mangold	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	Pfeffer	2 EL Butterschmalz

Kartoffeln im Backofen bei 180 Grad ca. 45 Minuten backen bis sie weich sind. 2/3 der Nüsse fein zerhacken und in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Zwiebel schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen. Den Parmesan fein reiben, mit den gerösteten Nüssen und Zwiebeln vermischen. Thymian abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen. Weich gegarte Kartoffeln schälen und durch die Kartoffelpresse drücken. Mit Kartoffelstärke, Thymian, 1 TL Butter und Eigelben mischen, mit Salz und Muskat abschmecken. Die Masse auf einer bemehlten Fläche mit dem Nudelholz ausrollen und mit einem Glas Kreise (ca. 10 cm Durchmesser) ausstechen. Auf die Hälfte der Teigkreise die Zwiebel-Nuss-Füllung geben, mit den übrigen Teigkreisen abdecken, die Ränder der Ravioli fest andrücken. Den Mangold waschen und die Stiele herausschneiden. Die Mangoldstiele in dünne Streifen schneiden. Schalotte und Knoblauch schälen, fein schneiden. Schalotte in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, Knoblauch und die Streifen der Mangoldstiele zugeben und mit anbraten. Mangoldblätter grob schneiden und ebenfalls kurz mit dünsten. Das Gemüse mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Ravioli in einer Pfanne mit ca. 2 EL Butterschmalz von beiden Seiten goldbraun braten. Mangoldgemüse auf Tellern anrichten, die Ravioli darauf geben und mit den restlichen Nüssen bestreut servieren.

Jacqueline Amirfallah am 08. Oktober 2014

## Gemüse-Couscous mit Minze und gebackenem Schafskäse

### Für 4 Personen

3 rote Zwiebeln	1 EL Olivenöl	1 rote Paprika
1 Knoblauchzehe	Salz	100 g Spinat
250 g Couscous	500 ml Geflügelbrühe	1 kleines Bund Minze
1 kl. Bd. glatte Petersilie	1-2 EL Zitronensaft	Ducca (äthiopische Gewürzmischung)
250 g Schafskäse	1 TL Zitronenschale	Milch, Mehl, Paniermehl
1 Ei	500 g Frittierfett	

2 rote Zwiebeln schälen, fein würfeln und in Olivenöl anschwitzen, 2 EL beiseite legen. Paprika putzen, abspülen, würfeln und zugeben. Knoblauch schälen, fein hacken und dazu geben. Mit Salz würzen. Spinat verlesen, abspülen, abtropfen lassen und hacken. Spinat ebenfalls zugeben und zusammenfallen lassen. mit dem Couscous untermischen und mit der heißen Brühe übergießen. Kurz durchrühren und 5 Minuten quellen lassen. Minze und Petersilie abspülen, trocken schütteln. Minze und die Hälfte der Petersilie hacken, unter den Couscous mischen und mit Salz, Zitronensaft und Ducca abschmecken. Den Schafskäse mit einer Gabel zerdrücken. Die übrige Petersilie hacken. Mit mit Salz, Zitronenschale und übrigen 2 EL Zwiebelwürfel gründlich vermischen. Falls die Masse nicht geschmeidig ist , etwas Milch zugeben, und die Masse zu Kugeln formen. Zum Panieren, Mehl und Paniermehl auf flache Teller verteilen. Ei in einem tiefen Teller verquirlen. Schafskäseballchen zuerst in Mehl, Ei und zuletzt im Paniermehl wenden. Frittierfett erhitzen, Käseballchen darin goldgelb braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die übrige Zwiebel schälen, in Ringe schneiden und ebenfalls panieren und frittieren. Couscous, Schafskäseballchen und Zwiebeln anrichten. Nach Belieben mit Minze bestreuen.

Jacqueline Amirfallah am 03. April 2013

# Halloumi-Burger

## Für 2 Personen

30 g Hefe	20 ml Milch	1 Prise Zucker
150 g Mehl	150 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer
1 TL schwarzer Sesam	3 Tomaten	1 Chilischote
1/2 Bund glatte Petersilie	2 Lauchzwiebeln	1 kleiner Romanasalat
1 Eigelb	1 TL scharfer Senf	1 EL Zitronensaft
100 g Halloumi	6 schwarze Oliven	

Den Backofen auf 230 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Hefe in der Milch auflösen, mit einer Prise Zucker würzen. Mehl, Hefemilch, 1 EL Olivenöl, ca. 60 ml Wasser und eine Prise Salz zu einem geschmeidigen Teig kneten. Der Teig sollte sich gut von den Händen bzw. dem Schüsselrand lösen. Ist er zu trocken, noch einen Spritzer Wasser untermischen, ist er zu feucht, noch etwas Mehl zugeben. Den Teig ca. 30 Minuten gehen lassen, nochmals durchkneten und flache Brötchen von ca. 70 g daraus formen. Diese oben gitterförmig einritzen, mit Öl bestreichen, mit Sesam bestreuen und im vorgeheizten Ofen ca. 12 - 14 Minuten backen. Zwei Tomaten häuten, entkernen und pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Chili halbieren, Kerne und weiße Häutchen sorgfältig entfernen, dann fein hacken. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Lauchzwiebeln putzen, in feine Ringe schneiden. Romanasalat in Streifen und übrige Tomate in Scheiben schneiden. Das Eigelb in eine Schüssel geben, mit Senf und Zitronensaft vermischen. Unter stetigem Rühren mit einem Schneebesen das Öl (ca. 100 ml) langsam zugeben, bis die gewünschte Konsistenz der Mayonnaise erreicht ist. Mit Salz und Pfeffer würzen, und mit Petersilie, Lauchzwiebeln, Chili und Tomatenpüree mischen. Halloumi in 2 Stücke schneiden, mit Olivenöl bepinseln und in einer Grillpfanne von beiden Seiten braten. Die Brötchen längs aufschneiden, von beiden Seiten mit der Tomatenmayonnaise bestreichen, mit Salat, Käse, Tomate und halbierten Oliven belegen.

Jacqueline Amirfallah am 10. Juli 2013

# Halloumi-Käse mit Minzpesto und griechischem Bauernsalat

## Für 4 Personen

1 Bund Minze	Salz	2 Knoblauchzehen
10 Mandeln, geschält	10 EL Olivenöl	2 Fleischtomaten
1 Salatgurke	1 gelbe Paprika	3 Stängel Oregano
2 rote Zwiebeln	20 schwarze Oliven	1/2 Zitrone
Pfeffer	400 g Halloumi	

Die Minzeblättchen abzupfen und kurz in Salzwasser blanchieren. Herausnehmen, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Knoblauch schälen und halbieren. Eine Knoblauchzehe zusammen mit Mandeln, Minzeblättern, 1 Prise Salz und ca. 5 EL Olivenöl in einen Cutter geben und fein pürieren. Restlichen Knoblauch mit 4 EL Olivenöl pürieren. Tomaten waschen, am Strunk einritzen, kurz in kochendes Wasser geben, kalt abschrecken und die Haut abziehen. Gurke und Paprika waschen, Gurke schälen, Paprika halbieren und das Kerngehäuse entfernen. Alles Gemüse in Scheiben oder Würfel schneiden. Oregano abspülen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Ringe schneiden. Die Oliven entkernen. Von der Zitrone den Saft auspressen. Tomaten, Gurke, Paprika, Zwiebel, Oliven und Orgeano in eine Schüssel geben und locker mischen mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft, und Knoblauchöl marinieren. Halloumi in 4 Stücke teilen, mit Olivenöl bepinseln und auf dem Grill oder in einer Grillpfanne von beiden Seiten kurz grillen. Halloumi auf Tellern anrichten, mit Minzpesto beträufeln und den Bauernsalat dazu servieren. Dazu passt am besten Fladenbrot.

Jacqueline Amirfallah am 02. Juli 2014

# Ingwer-Linsen mit Wurzel-Gemüse aus dem Salz-Mantel

## Für 4 Personen

1,5 kg Meersalz	150 g Mehl	4 Eiweiß
4 Karotten	4 Petersilienwurzeln	4 Pastinaken
100 g Beluga-Linsen	ca. 600 ml Gemüsebrühe	100 g Rote Linsen
1 rote Zwiebel	1 Knoblauchzehe	ca. 10 g frischer Ingwer
1 EL Butterschmalz	1 Prise Tandoorigewürz	1 EL Mehl
300 g Sahne	Salz, Pfeffer	1 Bund Lauchzwiebeln

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Meersalz mit Mehl und Eiweißen in eine Schüssel geben und zu einem Teig vermischen, dabei so viel Wasser wie nötig zugeben, der Teig sollte einigermaßen zusammenkleben. Karotten, Petersilienwurzeln und Pastinaken waschen und ungeschält einzeln mit dem Salzteig ummanteln. Auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Ofen das Gemüse ca. 30-40 Minuten garen. Die schwarzen Linsen abspülen und in einem Topf mit ca. 300 ml Gemüsebrühe ca. 20 Minuten weich kochen, anschließend abschütten. Die roten abspülen und in einem Topf mit ca. 300 ml Gemüsebrühe ca. 7 Minuten weich kochen, anschließend abschütten. Die Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer schälen. Zwiebel fein schneiden, Knoblauch und Ingwer fein hacken. Zwiebel in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen, Knoblauch und Ingwer zugeben. Mit etwas Tandoorigewürz und 1 EL Mehl bestäuben und die Sahne angießen. Alles gut verrühren und ca. 6 Minuten köcheln lassen, abschmecken. Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Das gegarte Wurzelgemüse aus dem Ofen nehmen, den Salzmantel abstreifen und schälen. Gemüse in ca. 5 cm große Stifte oder Rauten schneiden. Die Linsen mit dem Zwiebellauch unter die Sauce mischen und abschmecken. Das Linsengemüse auf Tellern anrichten, das Gemüse obenauf geben und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 15. Januar 2014

## Kräuter-Crêpe mit Linsen-Püree, Möhren-Grapefruit-Salat

### Für 4 Personen

30 g Butter	300 g Mehl	400 ml Milch
3 Eier	Salz	1/2 Bund glatte Petersilie
1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund Koriander	2-3 EL Butterschmalz

### Für das Püree, den Salat:

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 Stück Ingwer (ca. 8g)
2 EL Butter	1 TL Kurkuma	200 g gelbe Linsen
500 ml Gemüsebrühe	2 Möhren	1 Bio-Zitrone
Salz, Zucker	2-3 EL Olivenöl	2 Grapefruits
Pfeffer	100 g Feta	

Butter schmelzen und leicht braun werden lassen. Mehl, Milch, Eier, flüssige Butter und 1 Prise Salz mit dem Handrührgerät oder Pürierstab zu einem glatten Teig mischen. Den Teig ca. 15 Minuten quellen lassen. Eventuell etwas Milch zugeben, um einen eher flüssigen Teig zu erhalten. Die Kräuter abspülen, trocken schütteln, jeweils ein paar Kräuterstiele für die Dekoration zur Seite stellen. Restliche Kräuter sehr fein hacken, dann unter den Crêpeteig mischen. Aus dem Crêpeteig in einer beschichteten Pfanne mit etwas Butterschmalz dünne Crêpes ausbacken. Zwiebel, Knoblauch und Ingwer schälen und fein würfeln. In einem Topf mit 1 EL Butter Zwiebel anschwitzen, Knoblauch und Ingwer zugeben, mit Kurkuma bestäuben und die Linsen zugeben. Mit Gemüsebrühe aufgießen und sehr weich kochen. Die Möhren schälen und mit einem Sparschäler in lange Streifen schneiden. Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen. Die Möhrenstreifen mit Salz, Zucker, Olivenöl, Zitronenschale und -saft marinieren. Die Grapefruits mit einem Messer schälen, so dass keine weiße Haut mehr am Fruchtfleisch haftet. Dann die Fruchtfilets herausschneiden und diese unter den Möhrensalat mischen. Dann 2 EL gekochte Linsen in eine kleine Schüssel geben und zur Dekoration beiseite stellen. Die überflüssige Brühe abgießen, die gekochten Linsen pürieren, 1 EL Butter darunterziehen und mit Salz, Pfeffer und Kurkuma abschmecken. Den Feta würfeln und unter das Linsenpüree heben. Das Püree auf die Crêpes geben und diese aufrollen. Mit dem Möhrensalat auf Tellern anrichten und den restlichen Linsen und Kräutern ausgarnieren.

Jacqueline Amirfallah am 26. November 2014



## Kräuter-Nudeln mit scharfer Möhren-Soße

### Für 4 Personen

150 g Hartweizengrieß	150 g Mehl	1 TL Salz
2 Eier	1 EL Olivenöl	2-3 Stiele Estragon
2-3 Stiele Dill	2-3 Stiele Basilikum	2 Zwiebeln
1 Chilischote	500 g Möhren	3 EL Butter
500 ml Gemüsebrühe	8 kleine Bundmöhren mit Grün	Zucker

Für den Nudelteig Grieß, Mehl, Salz, Ei, Olivenöl und nach Bedarf, 50 ml warmes Wasser zu einem glatten Teig verkneten. Zu einer Kugel formen und in Frischhaltefolie wickeln. Etwa 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen. Die Kräuter abspülen und trockenschütteln. Die Blättchen von den Stielen zupfen. Den Nudelteig mit der Nudelmaschine zu langen, etwa 2 mm dünne Bahnen ausrollen. Die Kräuter jeweils auf einer Bahn verteilen, mit einer zweiten Lage abdecken und erneut ausrollen. Kräuternudeln danach in etwa 1 cm breite Streifen schneiden. Anschließend Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Chilischote längs halbieren, die Kerne entfernen und die Chilischote hacken. 500 g Möhren waschen, schälen und in Scheiben schneiden. 1 EL Butter in einem Topf erhitzen. 1 Zwiebel und Chili darin andünsten. Möhren zufügen und ebenfalls etwa 3-4 Minuten schmoren. Gemüsebrühe, bis auf 1 EL, zugeben und alles in etwa 15 Minuten weichkochen. Alles fein pürieren und eventuell noch durch ein Sieb streichen. Mit Salz und etwas Zucker würzen. 1 EL kalte Butter zum Binden unter die Sauce rühren. Die Bundmöhren schälen, dabei etwas Grün an den Möhren lassen. Die übrige Zwiebel in der übrigen Butter andünsten. Möhren und übrigen 1 EL Gemüsebrühe zugeben und alles weich dünsten. Mit Salz und Zucker würzen. Die Nudeln in Salzwasser bissfest garen. Herausnehmen, abtropfen lassen. Mit der Möhrensauce und den Bundmöhren anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 24. April 2013

# Lauch-Lasagne

## Für 4 Personen

100 g Weizenmehl Type 405	150 g Hartweizenmehl	2 Eier
1 EL Olivenöl	1 Prise Ingwerpulver	50 g gesalzene Erdnüsse
2-3 Stangen Lauch	1 Knoblauchzehe	3 EL Butter
300 ml Milch	200 g Brie de Meaux	Salz, Pfeffer
1 Prise Zucker	1 TL Kartoffelstärke	1 EL Erdnussbutter

Die beiden Mehle mit den Eiern, 3 EL Wasser, 1 EL Olivenöl, 1 Prise Ingwerpulver und 1 Prise Salz zu einem glatten Teig kneten. (Wird er zu fest, noch 1 bis 2 EL warmes Wasser unterkneten). Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und im Kühlschrank 30 Minuten ruhen lassen. Die Erdnüsse grob hacken. Die Lauchstangen putzen, der Länge nach aufschneiden und gründlich waschen. Die Endstücke und die groben äußeren Blätter klein schneiden, den Rest in ca. 5-7 cm lange Stücke schneiden. Diese Lauchstücke und in kochendem Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Knoblauch schälen, fein schneiden und mit dem kleingeschnittenen Lauch in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, salzen, mit Milch auffüllen und weichkochen. Den Käse in sehr dünne Scheiben schneiden( dazu muss er sehr kalt sein). Den Nudelteig dünn ausrollen und zu rechteckigen Platten von 5 x 7 cm schneiden. Die Nudelplatten in kochendem Salzwasser gar kochen. Herausnehmen und abtropfen lassen. Die Lauchmilch sehr fein pürieren, durch ein Sieb geben, mit Salz, Pfeffer, Zucker abschmecken. Kartoffelstärke mit 1 EL Wasser anrühren und unter die kochende Lauchmilch rühren, Erdnussbutter unterschwenken. Die blanchierten Lauchstücke in einer Pfanne mit 2 EL Butter anbraten, dann abwechselnd mit den Nudelplatten und den Käsescheiben aufstapeln, dabei die Schichten mit einigen gehackten Erdnüssen bestreuen. Zuletzt etwas Lauchsauce darauf geben und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 29. Oktober 2014

# Linsen-Salat mit getrockneten Aprikosen und Oliven

## Für 4 Personen

1 Zwiebel	5 EL Olivenöl	Kurkuma, Rosenpaprika
350 g rote Linsen	ca. 1 l Gemüsebrühe	5-6 getr. Aprikosen
150 g schwarze Linsen	Saft von 2 Zitronen	Salz
50 g grüne Oliven	50 g schwarze Oliven	1 reife Avocado
4 Blätter Wantan-Teig	500 g Fritierfett	

Zwiebel schälen, würfeln und in 1 EL Öl andünsten. Kurkuma und Paprikapulver und die roten Linsen zugeben. Soviel Gemüsebrühe (ca. 500 ml) angießen, so dass die Linsen mit Flüssigkeit bedeckt sind. Bei schwacher Hitze garen, nach ca. 5 Minuten etwa ein Viertel der Linsen herausnehmen, abkühlen lassen. Die restlichen Linsen richtig weich kochen, zwischendurch noch etwas Brühe angießen. Aprikosen in etwas Gemüsebrühe (ca. 150 ml) einweichen. Schwarze Linsen mit Brühe (300 ml) bedeckt, zugedeckt weich garen, zwischendurch evtl. noch etwas Brühe angießen. Linsen dann abkühlen lassen. Zitronensaft und 3 EL Olivenöl verquirlen. Die abgekühlten roten und schwarzen Linsen untermischen, abschmecken. Übrige weich gegarte rote Linsen pürieren, 1 EL Olivenöl untermischen, abschmecken. Aprikosen, bis auf etwa 2 Stück und 2/3 der Oliven sehr fein würfeln, dazu geben. Die Avocado halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Bis auf 3 EL mit Salz und Zitrone würzen. Übrige Avocado unter die Linsencreme geben. In einen Spritzbeutel geben und auf Teller spritzen. Marinierte Linsen darauf verteilen. Restliche Oliven und Aprikosen fein schneiden, mit den Avocadowürfeln bestreuen. Die Wantan-Blätter in Streifen schneiden, im heißen Fett frittieren, salzen und ins Püree stecken.

Jacqueline Amirfallah am 10. April 2013

## Maronen-Schnitte mit Feldsalat

### Für 4 Personen

8 Blatt Gelatine	1 Zwiebel	400 g Maronen, gekocht
60 g Butter	ca. 250 ml Milch	Salz, Kreuzkümmel
8 Medjool-Datteln	200 g Salzcräcker	2 Zweige Thymian
10 frische Maronen	100 g Feldsalat	2 EL Apfelessig
4 EL Olivenöl	1 Prise Zucker	Pfeffer

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Zwiebel schälen und fein schneiden. Die gekochten Maronen klein hacken. Die Zwiebel in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, die Milch angießen, mit Salz und Kreuzkümmel würzen und aufkochen. Kurz köcheln lassen, dann die Masse fein pürieren. (Wenn die Masse zu trocken ist, noch etwas Milch zugeben.) Die Gelatine ausdrücken und in der noch heißen pürierten Masse auflösen. Die Datteln entkernen, fein hacken und unter die Masse heben. Die Salzcräcker in einem Cutter zerbröseln (oder in eine Gefriertüte geben und mit einem Nudelholz kräftig darüber rollen). Thymian abspülen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen, fein hacken und mit 50 g weicher Butter unter die Brösel kneten. Eine Springform oder kleine Ausstechformen mit Frischhaltefolie auslegen und den Bröselteig als Boden fest eindrücken. Darauf die Maronenmasse streichen und im Kühlschrank ca. 2 Stunden fest werden lassen. In der Zwischenzeit den Backofen auf 200 Grad Über- und Unterhitze vorheizen. Die frischen Maronen auf der glatten Seite einritzen, auf ein Backblech geben und ca. 15 Minuten in den vorgeheizten Ofen schieben. Dann herausnehmen, schälen und in Scheiben schneiden. Den Feldsalat putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Aus Essig, Öl, Zucker, Pfeffer und Salz eine Vinaigrette mischen. Den Feldsalat kurz vor dem Servieren damit marinieren. Maronenschnitte vorsichtig aus dem Ring bzw. der Springform nehmen und je nach Größe in Kuchenstücke, Rechtecke schneiden oder ganz lassen. Maronenschnitte mit dem Feldsalat anrichten und die Maronenscheiben über den Feldsalat streuen.

Jacqueline Amirfallah am 17. Dezember 2014

## Möhren-Estragon-Gemüse mit gebackenem Ziegenkäse

### Für 4 Personen

4 große Kartoffeln, festk.	Salz	600 g Möhren
1 Bund Möhren mit Grün	120 g Mehl	1 Ei
1/8 l Milch	2 Zwiebeln	1 Stück Ingwer
6 EL Sonnenblumenöl	1 Prise Zucker	1 EL Olivenöl
1 Bund Estragon	1 TL Stärke	1 EL Butter
300 g Ziegenfrischkäse	Pfeffer	ca. 350 g Frittierfett

Die Kartoffeln schälen, verschieden große Würfel daraus scheiden und in Salzwasser weich kochen. Möhren waschen und schälen. Bei den Bundmöhren oben ein Fingerbreit grün stehen lassen. Die Möhrenschnitten mit Wasser und Salz aufsetzen, 10 Minuten kochen lassen, dann passieren. Aus Mehl, Ei, 1 Prise Salz und Milch einen Ausbackteig herstellen. Die Zwiebeln schälen und fein schneiden, Ingwer schälen und fein schneiden. Die Bundmöhren ganz lassen. Einige der restlichen Möhren in lange Streifen schneiden, die anderen grob würfeln. Die Hälfte der Zwiebeln und Ingwerwürfel in 1 EL Sonnenblumenöl anbraten, Möhrenwürfel und etwas von dem Möhrensud zugeben, mit Salz und Zucker abschmecken und sehr weich dünsten. Die Bundmöhren und die Möhrenstreifen mit der Hälfte der Zwiebeln in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl dünsten, mit Salz und Zucker würzen. Möhrenwürfel pürieren, durch ein Sieb passieren und nochmal abschmecken. Estragon abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen, einige für die Garnitur aufheben. Estragon mit dem restlichen Sonnenblumenöl sehr fein mixen. Stärke mit 1 EL Möhrensud anrühren, 200 ml Möhrensud aufkochen und mit der angerührten Stärke binden, mit Salz, Estragonöl und Butter abschmecken. Das Möhregemüse ebenfalls mit Estragonöl abschmecken. Die Kartoffelwürfel in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl kross anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Ziegenkäse mit Salz und Pfeffer abschmecken, zu Kugeln rollen, durch den Ausbackteig ziehen. In einem Topf mit heißem Frittierfett die Käsekugeln goldgelb ausbacken. Möhrensud als Saucenspiegel auf Teller geben. Die gedünsteten Möhren, Möhrenpüree, Kartoffeln und Käsekugeln darauf arrangieren und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 18. Juni 2014

# Nuss-Gnocchi mit Spinat-Soße

## Für 4 Personen

### Für die Nuss-Gnocchi:

1 kg Kartoffeln, mehlig	50 g Haselnüsse	50 g Walnüsse
50 g Macadamianüsse	3 Eigelb	1 - 2 TL Kartoffelstärke
Salz	1 Prise Muskat	1/2 TL Muskatblüte

### Für die Spinatsauce:

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	4 EL Butter
2 EL Mehl	1/2 l Milch	800 g Spinat
Pfeffer		

Die Kartoffeln in der Schale in ausreichend Wasser weich kochen, gut ausdämpfen, pellen und durch die Kartoffelpresse drücken. Von allen Nüssen einige beiseite stellen. Die restlichen Nüsse im Cutter zermahlen, aber nicht zu fein. Die gemahlene Nüsse, die Eigelbe und Kartoffelstärke zu den Kartoffeln geben und gut vermischen. Mit Salz, Muskat und Muskatblüte abschmecken und einen Gnocchiteig herstellen. Den Teig zu einer Rolle von ungefähr 1.5 cm Durchmesser formen, davon ca. 2-3 cm lange Stücke abschneiden und über eine Gabel zu Gnocchi rollen. In Salzwasser kochen, wenn die Nocken nach oben steigen, herausnehmen. Für die Spinatsauce Die Zwiebel schälen und würfeln, Knoblauchzehe schälen und andrücken. Beides in 2 EL Butter anschwitzen, Mehl dazu geben und mit anbraten, mit Milch auffüllen und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Den Spinat waschen und trocken schütteln. In einer Pfanne 1 EL Butter erhitzen. Den Spinat zugeben und zusammenfallen lassen abtropfen.  $\frac{3}{4}$  des Spinats grob hacken, in die Sauce geben und pürieren. Nach Wunsch durch ein Sieb passieren. Die Gnocchi in Butter anschwitzen und mit dem Spinat, den restlichen Nüssen und der Sauce anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 05. März 2014

## Paprika-Pilaw

### Für 4 Personen

50 g schwarze Linsen	ca. 700 ml Gemüsebrühe	50 g rote Linsen
100 g Bulgur	1 Msp. Safranfäden	150 g Basmatireis
Salz	2 rote Zwiebeln	1 rote Paprika
1 gelbe Paprika	1 Knoblauchzehe	1 Prise Paprikapulver
1 Prise Zucker	40 g Mandeln	1 TL Speisestärke

Die schwarzen Linsen in ca. 300 ml Gemüsebrühe ca. 20 Minuten weich kochen. Nach ca. 15 Minuten die roten Linsen zugeben und mit weich kochen. Bulgur in einem Topf mit 400 ml Gemüsebrühe ca. 10 Minuten weich kochen. Die gekochten Linsen und Bulgur abschütten und die Brühereste dabei in einem Topf auffangen. Safran in die heiße Brühe geben und ziehen lassen. Basmatireis abspülen und in Salzwasser ca. 7 Minuten weich garen. Basmatireis abgießen, in ein Sieb geben und kalt abspülen. Zwiebeln schälen und fein schneiden. Paprika waschen, halbieren und die Kerne entfernen. Dann Paprika feinwürfeln. Knoblauch schälen und fein schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl Zwiebeln anschwitzen, Knoblauch und Paprika zugeben und anbraten. Mit Paprikapulver, Salz und einer Prise Zucker würzen. Die Mandeln grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten. Das gebratene Gemüse mit Reis, Bulgur und Linsen mischen und zusammen in einer Pfanne anschwenken. Die Mandeln untermischen und mit Salz abschmecken. Stärke mit 1 EL der Safranbrühe anrühren. Die restliche Safranbrühe aufkochen, die angerührte Stärke untermischen und damit binden. Den Paprika-Pilaw anrichten und etwas Safransauce angießen.

Jacqueline Amirfallah am 15. Oktober 2014

## Pasta mit gebratenen Artischocken

### Für 2 Personen

1 Bio-Zitrone	125 g Weizenmehl	125 g Hartweizenmehl
1 Ei	2 Eigelb	4 EL Olivenöl
Meersalz	1/2 Bund Thymian	10 getrocknete Tomaten
Mehl	1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen
1/2 Bund Basilikum	6 kleine lila Artischocken	60 ml Gemüsebrühe
Pfeffer		

Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und die Schale abreiben. Dann den Saft auspressen. Weizenmehl, Hartweizenmehl, Ei und Eigelbe mit 1 EL Olivenöl, abgeriebener Zitronenschale, 1 Spritzer Zitronensaft und einer Prise Salz in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig kneten. (Wird er zu fest, noch 2-3 EL Wasser unterkneten.) Den Teig in Frischhaltefolie einpacken und im Kühlschrank 30 Minuten ruhen lassen. In einem Topf mit Salzwasser und 2 Zweigen Thymian die getrockneten Tomaten weichkochen, dann herausnehmen, abtropfen und in Streifen schneiden. Dann den Nudelteig zu dünnen Bahnen ausrollen. Diese gut mit Mehl bestäuben, zusammenrollen und zu breiten Bandnudeln schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden. Thymian und Basilikum abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Die Artischocken schälen, bis alle verholzten Stellen abgeschnitten sind. Dann vierteln oder achteln und direkt in einer heißen Pfanne mit 2 EL Olivenöl braten, Zwiebeln und Knoblauch sowie Thymian zugeben, alles leicht salzen und ca. 10 Minuten bei mittlerer Hitze braten, evtl. Gemüsebrühe angießen. In der Zwischenzeit die Nudeln in kochendem Salzwasser ca. 3 Minuten garen, abschütten und dann in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl schwenken. Tomatenstreifen und Basilikum untermischen und mit Pfeffer würzen. Die Nudeln mit den Artischocken anrichten und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 09. April 2014



## Pasta mit Schwarzwurzel-Ragout

### Für 4 Personen

125 g Weizenmehl	125 g Hartweizenmehl	Salz
1 Ei	2 Eigelb	1 Spritzer Essig
800 g Schwarzwurzeln	500 g Blattspinat	1/2 Bund Majoran
2 Zwiebeln	2 EL Butterschmalz	200 ml Milch
2 EL Butter	Pfeffer	150 g Sahne
30 g Walnusskerne	20 g Rosinen	

Für die Schwarzwurzeln eine Schüssel mit Essigwasser vorbereiten. Die Schwarzwurzeln schälen und direkt ins Essigwasser legen damit sie sich nicht verfärben. Dann in ca. 10 cm lange Stücke schneiden. Falls die Schwarzwurzeln unterschiedlich stark sind, die stärkeren längs halbieren oder vierteln. Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen. Majoran abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Zwiebeln schälen, fein schneiden und in einer tiefen Pfanne mit Butterschmalz anschwitzen, Schwarzwurzeln abtropfen und zugeben, salzen und kurz mit anbraten. Mit der Milch ablöschen und weich dünsten. Mit einer Nudelmaschine den Nudelteig dünn ausrollen und zwischen die Nudel-Bahnen die Majoranblätter legen, mit ausrollen. Die Nudelbahnen zu breiten Bandnudeln schneiden. In eine Pfanne mit 2 EL Butter den Spinat geben, zusammen fallen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die gegarten Schwarzwurzeln aus dem Schmorfond nehmen, diesen mit Sahne aufgießen, aufkochen, pürieren und durch ein Sieb passieren. Die Sauce auf die gewünschte Konsistenz einkochen und abschmecken. In einem Topf mit reichlich Salzwasser, die Bandnudeln weich kochen. Walnüsse grob hacken. Schwarzwurzeln wieder in die Sauce geben, gehackte Walnüsse, Rosinen und abgetropften Spinat zugeben, abschmecken und mit der Pasta servieren.

Jacqueline Amirfallah am 12. November 2014

## Pastinaken mit Linsen-Püree

**Für 4 Personen**

**Für das Linsenpüree:**

200 g Schalotten	1 Knoblauchzehe	30 g Butter
500 g rote Linsen	700 ml Gemüsebrühe	Salz, Pfeffer, Curry
1/2 Bund glatte Petersilie	100 g Sahne	

**Für die Pastinaken:**

800 g Pastinaken	2 EL Butterschmalz	Salz, Pfeffer
80 g Mandeln, gehäutet	4 Stiele Thymian	

Für das Linsenpüree:

Eine Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen. Schalotten und Linsen darin glasig dünsten. Mit Brühe auffüllen, mit Salz, Pfeffer und Curry würzen. Abdecken und etwa 20 Minuten weich garen.

Für die Pastinaken:

In der Zwischenzeit die Pastinaken schälen und in ca. 5 cm lange und ca. 2 cm dicke Stifte schneiden. Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen und die Pastinaken darin bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mandeln grob hacken. Thymianblättchen abstreifen und ebenfalls grob hacken. Die Mandeln und Thymian etwa 5 Minuten vor Ende der Bratzeit zu den Pastinaken geben und abschmecken. Petersilie abspülen und trockenschütteln. Die Blättchen von den Stielen zupfen. Blättchen fein schneiden. Die Linsen mit dem Schneidstab kurz anpürieren, es sollen noch einige ganze Linsen zu sehen sein. Sahne unter das Püree mischen, kurz erhitzen und erneut abschmecken. Petersilie untermischen. Mit den Pastinaken auf Tellern verteilen.

Jacqueline Amirfallah am 04. Dezember 2013

## Pilz-Blini mit Rosmarin-Soße

**Für 4 Personen**

**Für den Bliniteig:**

200 g Weizenmehl	200 g Buchweizenmehl	60 ml Mineralwasser
400 g saure Sahne	1 TL Honig	Salz
1 Msp Backpulver	2 Eiweiß	100 g Steinchampignons
100 g Pfifferlinge	100 g Steinpilze	1 Zwiebel
3 Stiele Rosmarin	7 EL Butter	Mehl, Salz
250 ml Milch		

Die beiden Mehlsorten, Mineralwasser, 200 g saure Sahne, Honig, Salz und Backpulver zu einem geschmeidigen, zähflüssigen Teig verrühren. Eiweiß steif schlagen und unterheben. Abdecken und ca. 15 Minuten quellen lassen. Champignons, Pfifferlinge und Steinpilze putzen. Etwa 1/3 der Pilze fein hacken und unter die Blinimasse rühren. Rest abdecken und beiseite stellen. Für die Rosmarinsauce Zwiebel schälen und würfeln. Rosmarinnadeln von den Stielen zupfen und die Nadeln fein hacken. 1 EL Butter in einem Topf erhitzen. Zwiebelwürfel darin anbraten. Rosmarin zugeben und mit braten. Etwas Mehl darüber stäuben und verrühren. Mit Milch ablöschen und zu einer cremigen Sauce köcheln. Sauce pürieren, durch ein Sieb passieren und abschmecken. Aus dem Teig, in 4 EL Butter, portionsweise ca. 20 Blini (ca. 5-6 cm Durchmesser) backen. Die restlichen Pilze in 2 EL Butter goldbraun braten, salzen. Übrige saure Sahne mit etwas Salz verrühren. Blini mit Pilzen, Rosmarinsauce und saurer Sahne anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 09. Oktober 2013

## Ragout von Herbst-Rüben mit Kartoffel-Biskuit

### Für 4 Personen

600 g mehligk. Kartoffeln	Salz, Muskat, Muskatblüte	5 Eier
120 g Mehl	120 g Crème-fraîche	110 g Butter
800 g Herbstrübchen	1 Zwiebel	Zucker, weißer Pfeffer
200 ml Milch	200 g Sahne	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie
1 Bund Schnittlauch		

Für das Kartoffelbiskuit:

Die Kartoffeln waschen und mit Schale in Salzwasser garen. Abgießen und ausdämpfen. Kartoffeln pellen. 400 g Kartoffeln durch eine Presse dücken. Kartoffelmasse mit Salz, Muskat und Muskatblüte würzen. Eier trennen. Eiweiß steif schlagen. Eigelbe, 100 g Mehl, Crème-fraîche und 40 g Butter unter die Kartoffelmasse rühren. Eiweiß unterheben. Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Kartoffelmasse auf ein mit Backpapier belegtes Backblech etwa 0,5 cm dick streichen. Im Backofen ca. 20 Minuten backen. Ragout von Herbstrüben Die Rüben waschen, schälen und in hübsche Stücke schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln. 10 g Butter erhitzen. Zwiebel darin andünsten. Rüben zugeben, kurz anbraten. Mit Salz, etwas Zucker und Pfeffer würzen. Abgedeckt ca. 20 Minuten dünsten. Rüben aus dem Topf nehmen, warm stellen. Übrige 20 g Mehl in den Topf geben und kurz andünsten. 100 ml Milch und Sahne nach und nach unterrühren. Alles zu einer cremigen Sauce einköcheln. 30 g kalte Butter mit einem Pürierstab unterrühren. Rüben wieder zugeben und abschmecken. Petersilie abspülen, trockenschütteln und grob schneiden. Mit 100 ml Milch pürieren. Übrige Kartoffeln durch eine Presse in einen Topf drücken, mit Petersilienmilch und 30 g Butter zu einem grünen Püree verrühren, erwärmen und würzen. Inzwischen Kartoffelbiskuit aus dem Ofen nehmen, auf ein Küchentuch stürzen und das Backpapier lösen. Biskuit halbieren. Grünes Kartoffelpüree auf eine Biskuithälfte streichen. Die zweite Hälfte darauf setzen. Kartoffelbiskuit in Stücke schneiden. Schnittlauch in Röllchen schneiden und über das Ragout streuen. Mit dem Kartoffelbiskuit anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 06. November 2013

## Schwarzwurzel-Ragout mit Taleggio-Polenta

### Für 2 Personen

1 Spritzer Essig	600 g Schwarzwurzeln	1 Zwiebel	3 EL Butter
Meersalz	380 ml Gemüsebrühe	2 Zweige Thymian	
300 ml Milch	Muskat	80 g Polenta (Maisgrieß)	
1/2 Bund Zwiebellauch	1 EL Mehl	80 g Taleggio	
100 g Sahne	50 g Crème-fraîche	Pfeffer	

Für die Schwarzwurzeln eine Schüssel mit Essigwasser vorbereiten. Die Schwarzwurzeln schälen und direkt ins Essigwasser legen, damit sie sich nicht verfärben. Dann in ca. 10 cm lange Stücke schneiden. Falls die Schwarzwurzeln unterschiedlich stark sind, die stärkeren längs halbieren oder vierteln. Die Zwiebel schälen, würfeln und in einer Pfanne mit 2 EL Butter anschwitzen. Die Schwarzwurzelstücke abspülen und zur Zwiebel in die Pfanne geben, salzen und bei kleiner Hitze weichdünsten, wenn nötig etwas Gemüsebrühe (ca. 80 ml) zugeben. Thymian abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen. 300 ml Gemüsebrühe und Milch in einem Topf aufkochen, mit Salz, Thymianblättchen und Muskat gut abschmecken, Polentagrieß unter Rühren einrieseln lassen, dann ca. 10 Minuten köcheln, dabei immer wieder umrühren. Den Zwiebellauch waschen, putzen und klein schneiden. Das Weiße vom Zwiebellauch in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, Mehl zugeben und mit einem Schneebesen die Sahne unterrühren. Crème-fraîche untermischen und alles unter Rühren 5 Minuten leicht köcheln lassen. Sauce mit Salz, Muskat und Pfeffer abschmecken. Das Grüne vom Zwiebellauch und die gedünsteten Schwarzwurzeln unter die Sauce mischen. Den Käse klein schneiden, unter die Polenta rühren und nochmal abschmecken. Die Polenta mit dem Schwarzwurzelragout anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 08. Januar 2014

## Spargel-Kräuter-Risotto

### Für 4 Personen

200 g Parmesan	1 Schalotte	250 g weißer Spargel
250 g grüner Spargel	1 Bund Kerbel	1 Bund Schnittlauch
Salz, Zucker	3 EL Butter	400 g Risottoreis
200 ml Riesling	Saft, Schale von 1 Zitrone	

Den Backofen auf 200 Grad (Ober-Unterhitzen) vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Den Parmesan fein reiben. 150 g geriebenen Käse zu kleinen Kreisen auf dem Backpapier verteilen. Das Blech in den Ofen schieben und den Käse ca. 5 Minuten schmelzen lassen. Herausnehmen, etwas auskühlen lassen und vorsichtig vom Papier ziehen. (oder Parmesan fein reiben und zu kleinen Kreisen in eine beschichtete Pfanne streuen und bei mittlerer Hitze schmelzen. Vorsichtig aus der Pfanne heben und auskühlen lassen.) Schalotte schälen und fein würfeln. Von beiden Spargelsorten jeweils die holzigen Enden abschneiden und beiseite stellen. Weißen Spargel schälen. Schalen beiseite stellen. Grünen und weißen Spargel vierteln. Kerbel und Schnittlauch abspülen und trocken schütteln. Vom Kerbel die Blättchen abzupfen. Blättchen fein schneiden. Schnittlauch in Röllchen schneiden. Spargelschalen und Enden mit 1 Prise Salz, je 1 TL Zucker und Butter in ca. 800 ml kaltem Wasser aufsetzen und daraus eine Spargelbrühe kochen. Schalen abgießen. 1 TL Butter in einem Topf erhitzen. Schalotte darin andünsten. Reis zugeben und ca. 1 Minute dünsten. Mit etwas Salz würzen. Nach und nach mit Weißwein ablöschen. Spargelstücke, bis auf die Spitzen, untermischen. Unter Rühren die Spargelbrühe nach und nach zufügen. Brühe immer wieder nachgießen, sobald die Flüssigkeit eingekocht ist. Sobald der Reis und die Spargelstücke bissfest sind, Spargelspitzen zugeben und weitergaren. Mit Salz, übriger Butter, Zitronensaft und -schale würzen. Kräuter und die übrigen 50 g geriebenen Parmesan untermischen. Schmeckt als vegetarisches Hauptgericht oder mit einem Kalbssteak.

Jacqueline Amirfallah am 15. Mai 2013

## Tabouleh mit Wassermelone, Gurke und Schafskäse

### Für 4 Personen

2 Salatgurken	1 Wassermelone	150 g Couscous
Salz	1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund Minze
1/2 Bund glatte Petersilie	1 Bio-Zitrone	Olivenöl
1 Knoblauchzehe	200 g griechischer Joghurt	1 Prise Sumach
Schwarzkümmel	300 g Schafskäse	4 Blatt Brickteig
1 EL Butterschmalz		

Die Gurken schälen und von einer Gurke einige lange Streifen abschneiden. Die Wassermelone aufschneiden, die Kerne entfernen und einige hübsche Fruchtfleischstücke ausschneiden. Restliche Gurke und ca. 300 g Wassermelone fein würfeln, mit dem Couscous mischen, salzen und 20 Minuten ziehen lassen, dabei immer wieder umrühren. Schnittlauch, Minze und Petersilie waschen, trocken schütteln, fein hacken und nach der Hälfte der Zeit zugeben. Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft ausdrücken. Den Salat mit Zitronensaft, Zitronenabrieb und Olivenöl abschmecken. Knoblauch schälen und fein hacken. Joghurt mit Salz, Knoblauch, Sumach und Schwarzkümmel abschmecken. Den Schafskäse in gleichmäßige portionsweise in Brickteig wickeln und in einer heißen Pfanne in Butterschmalz schnell goldbraun braten. Tabouleh mit Schafskäse anrichten, mit den Gurkenstreifen dekorieren und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 06. August 2014

## Verschiedenes von Tomaten

### Für 4 Personen

5 Fleischtomaten	3 Romatomaten	4 gelbe Kirschtomaten
4 rote Kirschtomaten	3 EL Olivenöl	Meersalz, Pfeffer
1/2 TL Puderzucker	5 Blatt Gelatine	1 Prise Zucker
100 g Sahne	4 Stängel Oregano	250 g Mehl
20 g Hefe	ca. 130 ml Wasser	1 Ei
1 Zwiebel	200 g Ricotta	

Den Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Alle Tomaten waschen, am Strunk einritzen, kurz in kochendes Wasser geben, kalt abschrecken und die Haut abziehen, bei den Kirschtomaten das Grün dran lassen. Die Eiertomaten in Viertel schneiden und entkernen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und dieses mit Olivenöl bepinseln. Die Tomatenviertel mit Salz, Pfeffer und Puderzucker würzen und darauf legen. Im vorgeheizten Ofen die Tomaten ca. 40 Minuten trocknen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Eine Fleischtomate in Achtel schneiden und entkernen. Restliche Fleischtomaten grob schneiden und mit den Kernen pürieren und durch ein Sieb streichen. 300 ml von diesem Tomatenpüree abmessen und in einem Topf erwärmen. Das restliche Püree beiseite stellen. Die eingeweichte Gelatine ausdrücken und im warmen Tomatenpüree auflösen, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken, in eine Schüssel umfüllen. Die Sahne schlagen und unter das Tomatenpüree ziehen. Die Schüssel mit Frischhaltefolie abdecken und das Tomatenmousse im Kühlschrank ca. 2 Stunden fest werden lassen. Oregano abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Mehl in eine Schüssel geben und eine Kuhle eindrücken. Hefe zerbröseln und in 50 ml lauwarmen Wasser verrühren. In die Kuhle schütten und 1 TL Zucker darauf geben. Auf den Mehtrand 1 Prise Salz, Hälfte der Oreganoblättchen sowie 1 EL Olivenöl geben, Ei einschlagen und alles vermischen, und nach und nach das restliche Wasser zugeben und zu einem glatten Teig kneten. Den Teig in eine große Schüssel geben, abdecken und 30 Minuten gehen lassen. Zwiebel schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, restliches Tomatenpüree dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 15 Minuten köcheln lassen. Den Backofen auf 230 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Den Hefeteig dünn ausrollen, in 4 Portionen schneiden, mit dem eingekochten Tomatenpüree bestreichen, die Fleischtomatenachtel drauf legen, den Ricotta darauf verteilen, etwas Olivenöl darüber träufeln und im 230 Grad heißen Ofen ca. 8 Minuten backen. Die Kirschtomaten würzen. Zum Anrichten je ein gebackenes Teigstück auf dem Teller anrichten, mit den getrockneten Tomaten und den Kirschtomaten belegen, mit restlichem Oregano dekorieren. Aus dem Tomatenmousse Nocken ausstechen, mit auf dem Teller anrichten und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 30. Juli 2014





# Verschiedenes

## Kleiner Osterbrunch

### Für 4 Personen

#### Für das Osterbrot:

150 ml Milch	1 Würfel Hefe	1 EL Zucker
50 g Butter	500 g Mehl, Type 405	1 Prise Salz

#### Für den Waldorfsalat:

1 Knollensellerie, ca. 250g	2 Äpfel	10 Walnüsse
1 Ei	1 EL Senf	100 ml Sonnenblumenöl

Salz, Piment d Esplette

#### Für den Eiersalat:

4 Eier	8 Wachteleier	4 Stangen Staudensellerie
1 Bund Schnittlauch	1 Bund glatte Petersilie	Salz
1 Zitrone	3 EL Olivenöl	

#### Für den Kräuter-Kresse-Dip:

150 g Magerquark	50 g Joghurt	1 EL Olivenöl
1/2 Bund Schnittlauch	1 Kästchen Kresse	Salz, Pfeffer

4 Scheiben gekochter Schinken

Für das Osterbrot:

Den Backofen auf 180 Grad Ober- Unterhitze vorheizen. Die Milch auf ca. 35 Grad erwärmen, die Hefe und den Zucker darin verrühren. Die Butter schmelzen und alles mit dem Mehl und einer Prise Salz zu einem glatten Teig verkneten, falls nötig noch etwas Wasser hinzufügen. Den Hefeteig abgedeckt eine halbe Stunde gehen lassen, dann in 3 Stücke teilen, und daraus einen Zopf flechten. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und bei 180 Grad 20 Minuten backen.

Für den Waldorfsalat:

Sellerie und Äpfel schälen und in sehr dünne Streifen (Julienne) schneiden. Die Walnüsse fein hacken. Ei und Senf verrühren, das Öl unter rühren langsam dazugeben und die Mayonnaise mit Salz und Piment d'Espelette abschmecken. Eventuell mit wenig Apfelsaft verdünnen. Sellerie, Äpfel und Walnüsse mit der Mayonnaise vermischen und nochmal abschmecken.

Für den Eiersalat:

Die Eier ca. 7 Minuten kochen, die Wachteleier 3 Minuten, alle abschrecken und pellen. Die Eier längs in Achtel schneiden, die Wachteleier halbieren. Staudensellerie putzen und in feine Stücke schneiden. Kräuter waschen, trocken schütteln und hacken. Alle Zutaten vorsichtig mischen und mit Salz, Zitronenabrieb, Zitronensaft und Olivenöl marinieren und mit den Wachteleiern dekorieren.

Für den Kräuter-Kresse-Dip:

Magerquark, Joghurt und Olivenöl gut verrühren. Schnittlauch und Kresse fein schneiden, unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Salate, Kräuter-Dip und Schinken mit dem Brot zusammen anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 16. April 2014

# Vorspeisen

## Erdbeeren im Tempura-Teig mit Rinder-Tatar

### Für 2 Personen

160 g Rinderfilet	250 g Erdbeeren	1 Bund Schnittlauch
Salz, Pfeffer	1 Spritzer Worcestersauce	1 EL Olivenöl
200 g Tempuramehl	Ca. 250 ml Wasser	Frittierfett
2 Scheiben Kastenweißbrot	1 EL Butter	

Das Rinderfilet fein würfeln. Erdbeeren waschen und putzen. 5-6 Erdbeeren ebenfalls fein würfeln. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und fein schneiden. Rinderfilet mit den gewürfelten Erdbeeren und Schnittlauch mischen und mit Salz, Pfeffer, Worcestersauce und Olivenöl abschmecken. Tempuramehl mit kaltem Wasser zu einem dünnflüssigen Teig verrühren und mit Salz abschmecken. Die Erdbeeren durch den Teig ziehen und in heißem Fett rasch frittieren. Brot entrinden, mit Butter bestreichen und knusprig braten. Mit dem Tartar und den Erdbeeren anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 12. Juni 2013

## Falafel mit Joghurt-Soße und Naan

### Für 2 Personen

#### Für die Falafel:

300 g Kichererbsen	1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Dill
1 Bund Koriander	1 Bund Lauchzwiebeln	1/2 TL Kreuzkümmel
1 TL Paprikapulver	Salz	1/2 TL Backpulver
ca. 500 g Pflanzenöl	1 Salatgurke	1 Knoblauchzehe
300 g griechischer Joghurt	1 Prise Schwarzkümmel	2 Tomaten
1 Zitrone 4 EL Olivenöl	Pfeffer	

#### Für das Naanbrot:

50 ml Milch	1 TL Zucker	20 g 1 frische Hefe
200 g Mehl	Salz	1/2 TL Backpulver
1 EL Sonnenblumenöl	50 g Joghurt	Butterschmalz

Für die Falafel:

Die Kichererbsen über Nacht in reichlich kaltem Wasser einweichen. Für das Naan Milch in eine Schüssel gießen, Zucker und Hefe einrühren und stehen lassen, bis die Mischung zu schäumen beginnt. Das Mehl in eine große Schüssel geben, eine Prise Salz und Backpulver untermischen. Die Hefemilch zugeben und leicht untermischen. Öl und Joghurt vermengen. Mit in die Mehlschüssel geben und alles zu einem glatten Teig verkneten. 1/4 TL Sonnenblumenöl in eine Schüssel geben und die Teigkugel darin wenden. Die Schüssel mit Frischhaltefolie bedecken und den Teig an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen bis er sich verdoppelt hat. Die eingeweichten Kichererbsen abschütten und die Hälfte der Kichererbsen weich kochen. Alle Kichererbsen durch die feine Scheibe des Fleischwolfes drehen. Petersilie, Dill und Koriander abspülen, trocken schütteln und grob hacken. Lauchzwiebeln grob schneiden, Kräuter und vorbereitete Lauchzwiebeln mit den durchgedrehten Kichererbsen mischen und ein zweites Mal durch den Wolf drehen. Mit Kreuzkümmel, Paprikapulver und Salz abschmecken und Backpulver zugeben. Mit feuchten Händen daraus kleine Bällchen von 2 cm Durchmesser formen. In eine Pfanne ca. 1 cm hoch Pflanzenöl geben und die Falafel darin frittieren. Herausnehmen und auf Küchentrepp abtropfen lassen. Die Gurke gründlich waschen und auf einer groben Reibe raspeln, abtropfen lassen. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Gurke und Knoblauch unter den Joghurt mischen mit Salz und Schwarzkümmel abschmecken. Die Tomaten waschen und in Scheiben schneiden. Von der Zitrone den Saft auspressen. Aus Zitronensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette rühren und über die Tomaten geben.

Für das Naanbrot:

Den Hefeteig erneut durchkneten, in 4 gleichgroße Kugeln teilen und mit einem Tuch bedecken. Die erste Kugel mit etwas Mehl dünn ausrollen. Teigfladen in eine heiße Pfanne mit etwas Butterschmalz geben und auf einer Seite braten, bis der Fladen Blasen wirft. Dann umdrehen und kurz in der Pfanne garen. Naan herausnehmen. Naan, Tomaten, Joghurt-Dip und Falafel anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 01. Oktober 2013

## Gebratener Manchego-Käse mit Zwiebel-Marmelade

### Für 4 Personen

10 rote Zwiebeln	2 EL Sonnenblumenöl	1 Lorbeerblatt
3 Zweige Thymian	Salz	1 Prise Zucker
2 EL Himbeeressig	2 EL Rübensirup	2 EL Sojasauce
300 g Manchego	3 EL Mehl	1 EL Butterschmalz
1 kleines Baguette	grüne und rote Trauben	

Die Zwiebeln schälen halbieren und in Scheiben schneiden. In Sonnenblumenöl mit einem Lorbeerblatt und einigen Zweigen Thymian weich dünsten mit Salz und Zucker würzen. Essig, Rübensirup und Sojasauce zugeben und einköcheln lassen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Manchego in mundgerechte Stücke schneiden, in Mehl wenden und in Butterschmalz braten. Von dem Baguette längs einige dünne, lange Scheiben schneiden und toasten. Die Trauben halbieren und entkernen. Käsewürfel mit Zwiebelmarmelade, Baguette und Trauben anrichten.

Jacqueline Amirfallah 27. Februar 2013

## Gefüllte Zucchini-Blüten mit Zucchini-Salat

### Für 4 Personen

2 Fleischtomaten	1 rote Zwiebel	4 kleine Zucchini
8 EL Olivenöl	Salz, Zucker	1 TL Tomatenmark
4 Zucchiniblüten	Saft von 1 Zitrone	2 Zweige Thymian
5 grüne Oliven	5 schwarze Oliven	1 Bund Schnittlauch
1/2 Bund Basilikum		

Tomaten am Blütenansatz kreuzweise einschneiden, mit heißem Wasser überbrühen und die Haut abziehen. Eine Tomate in Scheiben schneiden. Die zweite Tomate halbieren. Eine Hälfte in Scheiben schneiden, die andere Hälfte fein würfeln. Zwiebel schälen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Die Zucchini abspülen und trockentupfen. Zucchini mit einem Gemüsehobel oder einer Aufschnittmaschine längs in sehr dünne Scheiben schneiden. Ein Drittel der Zucchinischeiben fein würfeln. Die Blütenstempel der Zucchiniblüten vorsichtig herausdrehen. Zwiebeln, Tomaten- und Zucchiniwürfel in 2 EL Olivenöl anbraten, mit Salz und Zucker würzen, Tomatenmark vorsichtig untermischen, abschmecken. Die Zucchiniblüten damit füllen. Zucchiniblüten an der Spitze vorsichtig zusammendrehen Zucchinischeiben auf einen großen Teller legen. Tomatenscheiben auf den Zucchinischeiben verteilen. Mit Salz, Zitronensaft und 4 EL Olivenöl marinieren. Von 1 Zweig Thymian die Blättchen abzupfen und über den Zucchini- und Tomatenscheiben verteilen. Oliven hacken und ebenfalls darüber streuen. 2 EL Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Zucchiniblüten darin vorsichtig von allen Seiten ca. 2 Minuten braten. Schnittlauch, Basilikum und übrigen Thymian abspülen und trockenschütteln. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden, Basilikum und Thymianblättchen von den Stielen zupfen. Zucchiniblüten, Zucchini-Tomaten-Salat und Kräuter anrichten. Dazu schmeckt Baguette.

Jacqueline Amirfallah am 10. Juli 2013

## Gratiniertes Fisch-Ragout in der Austern-Schale

### Für 4 Personen

2 Fenchelknollen mit Grün	70 g Butter	Salz, Pfeffer
1 Schalotte	100 ml Weißwein	3 weiße Pfefferkörner
1 Bund Schnittlauch	2 Eigelbe	300 g versch. Fischfilets

Fenchel waschen, putzen, trockenreiben. Fenchelgrün abschneiden und beiseite legen. Fenchel halbieren und den harten Strunk herausschneiden. Fenchel in feine Würfel schneiden. 10 g Butter einem Topf erhitzen Fenchelwürfel darin ca. 10 Minuten weich dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Schalotte schälen und kleinschneiden. Mit den Fenchelabschnitten, Wein, 100 ml Wasser, Salz und Pfefferkörnern um die Hälfte einköcheln lassen. 50 g Butter schmelzen. Schnittlauch abspülen, trockenschütteln und in feine Röllchen schneiden. Den Fenchelsud durch ein Sieb in eine Schüssel geben, mit den Eigelben mischen und über einem Wasserbad cremig aufschlagen. Die geschmolzene Butter nach und nach zugeben, mit Salz würzen. Fein gehacktes Fenchelgrün und Schnittlauch unterrühren. Die Fischfilets abspülen, trockentupfen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Fischstücke salzen und von allen Seiten, in 10 g Butter, anbraten. Fischstücke mit dem Fenchelgemüse in Austernschalen oder kleine Auflaufförmchen (ca. 5 cm Durchmesser) füllen. Fenchel-Weinsauce darüber träufeln. Unter dem heißen Backofengrill ca. 5 Minuten goldbraun überbacken. Grobes Salz auf Teller geben und die Austernschalen darauf stellen, damit sie Halt haben.

Jacqueline Amirfallah am 03. Juli 2013

# Lachs-Carpaccio mit Limetten-Marinade und Zucchini

## Für 4 Personen

### Für die Brötchen:

200 g Weizenmehl (Type 450)	1/2 TL Salz	1/2 Würfel Hefe
100 g Joghurt	1 Prise Zucker	1 EL Olivenöl
1 EL gemahlener Fenchelsamen		

### Für Lachs und Zucchini:

2 mittelgroße Zucchini	Salz	1 Knoblauchzehe
9 EL Olivenöl	400 g extrafrisches Lachsfilet	3 Bio- Limetten
2 EL Schnittlauchröllchen		

Für den Teig:

Mehl, ca. 75 ml lauwarmes Wasser, Salz, Hefe, Joghurt, Zucker, Olivenöl und Fenchel zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Teig mit einem Geschirrtuch abdecken und auf die doppelte Größe aufgehen lassen. Backofen auf 200 Grad vorheizen. Den Teig erneut kneten und zu vier Brötchen formen. Brötchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, erneut abdecken und gehen lassen. Brötchen im Backofen ca. 20 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen.

Für Lachs und Zucchini:

Die Zucchini abspülen, trockenreiben und mit dem Gemüsehobel längs in dünne Scheiben schneiden. 2/3 der Zucchini leicht salzen. Knoblauchzehe halbieren. Eine Grillpfanne mit dem Knoblauch und 1 EL Olivenöl austreichen. Die Zucchinischeiben darin portionsweise von beiden Seiten grillen. Auf einen Teller geben und abkühlen lassen. Lachs abspülen und trockentupfen. Vom Lachs 4 fingerdicke Stücke abschneiden. Den übrigen Lachs in hauchdünne Scheiben schneiden. Lachsscheiben auf einen Teller geben. Von 2 Limetten die Schale dünne abreiben. Limetten halbieren und den Saft auspressen. Salz und 6 EL Olivenöl verrühren. Die Hälfte der Marinade über die Lachsscheiben träufeln. Rohe Zucchinischeiben mit der übrigen Marinade mischen. Schnittlauchröllchen darüber streuen. Die übrige Limette dick schälen und die Filets heraus schneiden. Lachsscheiben, die gegrillten und roh marinierten Zucchinischeiben abwechselnd auf Tellern anrichten. Die 4 Lachsstücke salzen und in den übrigen 2 EL Olivenöl von beiden Seiten kurz anbraten. Innen sollen die Lachsstücke glasig bleiben. Lachsstücke auf das Carpaccio setzen und mit den warmen Brötchen servieren.

Jacqueline Amirfallah am 21. August 2013



## Mandarinen-Creme im Knusper-Teig

### Für 4 Personen

16 große Mandarinen (mit Blatt)	800 ml Orangensaft	Zucker
4 Blatt Gelatine	8 g Agar Agar	400 g Crème Fraîche
2 Blätter Frühlingsteig	2 EL Mandelblättchen	

Etwa 12 Mandarinen schälen und grob zerschneiden. Mandarinen mit Orangensaft und 1 EL Zucker ca. 6 Minuten weich kochen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Agar-Agar nach Anleitung vorbereiten. Mandarinenmasse pürieren und durch ein Sieb passieren. Mandarinenmasse erneut erhitzen. Ausgedrückte Gelatine und Agar-Agar unterrühren. Abkühlen lassen. 1 Mandarine abspülen, trockenreiben, und die Schale dünn abreiben. Abgekühlte aber noch nicht feste Crème mit 400 g Crème-fraîche verrühren. Mit Mandarinenabrieb und Zucker abschmecken. Mandarinencreme in 8 halbrunde Formen (z. B. Tassen, ca. 150 ml Inhalt) geben. Die Hälfte der einfrieren (Crème am besten 1 Tag vorher zubereiten). Die andere Hälfte kalt stellen und fest werden lassen. Die übrigen Mandarinen dick schälen, so dass die weiße Haut entfernt wird. Mandarinenfilets zwischen den Trennhäuten ausschneiden. Den Saft dabei auffangen. Saft und 1 EL Zucker aufkochen, vom Herd ziehen und die Filets darin marinieren. Backofen auf 240 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Jeweils 4 ca. 25x 25 cm große Frühlingsteigblätter mit Mandeln bestreuen. Das Mandarinenfilet darauf stürzen. Die Teigblätter darüber zusammenschlagen. Die Päckchen im Backofen ca. 3 Minuten goldbraun backen. Mandarinencreme aus den Formen stürzen. Gebackene Mandarinenfilets, Crème und Filets anrichten. Mit Mandarinenblättchen oder Minze anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 04. Dezember 2013

## Rote Bete Salat mit Frischkäse-Dill-Crêpes

### Für 4 Personen

4 mittelgroße Rote Bete	Meersalz	4 Knoblauchzehen
4 Zweige Thymian	1 EL Honig	200 g Mehl
2 Eier	300 ml Milch	1 Bund Dill
200 g Frischkäse	Salz	1 Zitrone
1 EL Butterschmalz	2 EL Olivenöl	1 EL Balsamicoessig
Pfeffer	1 Bund Schnittlauch	1 Glas Forellenkaviar

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die roten Beete waschen und den Strunk abschneiden, aus Alufolie Vierecke schneiden, darauf jeweils ein Stück Backpapier legen. Mit Meersalz bestreuen, jeweils eine gequetschte Knoblauchzehe, ein Zweig Thymian und etwas Honig darauf verteilen und die rote Beete darin einwickeln. Im Backofen ca. 40 Minuten garen lassen. Aus Mehl, Eiern und ca. 250 ml Milch einen Crêpeteig herstellen und 15 Minuten quellen lassen. Den Dill waschen, trocken schütteln, grob schneiden und mit wenig Milch im Cutter zu einer Paste vermahlen. Den Frischkäse mit der Paste zusammen glatt rühren, mit Salz, abgeriebene Zitronenschale und etwas Zitronensaft abschmecken. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und aus dem Teig Crêpes ausbacken. Die Crêpes mit dem Frischkäse bestreichen und aufrollen. Die Beete aus dem Ofen holen, auspacken, schälen, in Stücke schneiden und noch warm mit Olivenöl und Balsamico marinieren. Mit Salz, Pfeffer und gehacktem Schnittlauch abschmecken. Dazu die Crêpes servieren und mit etwas Forellenkaviar abrunden.

Jacqueline Amirfallah am 30. Oktober 2013

# Steckrübe mit Feldsalat und Schwarzwälder Schinken

## Für 4 Personen

### Für das Brot:

2 Zweige Thymian	250 g Mehl	Salz
1/2 Würfel Hefe (ca. 20 g)	1/2 TL Zucker	1 Ei
150 ml Milch	3 EL Olivenöl	

### Für die Steckrübe:

1 Steckrübe (ca. 800 g )	1 Zwiebel	60 g Butter
Zucker, Salz, Kurkuma	1 TL Senf	3 EL Apfelsaft
2 EL Apfelessig	6 EL Sonnenblumenöl	200 g Feldsalat
50 g Schwarzwälder Schinken		

#### Für das Brot:

Thymian abspülen, trocken schütteln, die Blättchen abstreifen und fein hacken. Mehl, Thymian und 1/2 TL Salz in einer Schüssel mischen. Hefe, Zucker, 1 Ei mit lauwarmen Milch verrühren. Die Hefemischung unter das Mehl kneten. Öl zugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Teig zu einer Kugel formen und in einer Schüssel ca. 30 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen. Teig sehr dünn ausrollen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und 10 Minuten gehen lassen. Backofen auf 200 Grad vorheizen. Teigfladen mit dem Finger mehrfach eindrücken, so dass eine unregelmäßige Oberfläche entsteht. Im heißen Ofen auf der untersten Schiene ca. 10 Minuten backen. Herausnehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

#### Für die Steckrübe:

Die Steckrübe waschen und schälen. Steckrübe halbieren und zwei, ca. 1 cm dicke Scheiben abschneiden und beiseite stellen. Die übrige Steckrübe grob würfeln. Zwiebel schälen und ebenfalls würfeln. 10 g Butter erhitzen. Zwiebel darin andünsten. Steckrübenwürfel zugeben. Mit 1 EL Zucker, etwas Salz und Kurkuma würzen und weich dünsten. Inzwischen aus Senf, Apfelsaft, Apfelessig, Sonnenblumenöl eine Vinaigrette herstellen. Aus den Steckrübenscheiben mit einem Sparschäler dünne Streifen schneiden. Die Streifen in Salzwasser kurz blanchieren, herausnehmen, kalt abspülen, abtropfen lassen und noch warm in die Vinaigrette geben. Die gedünsteten Steckrüben pürieren, durch ein Sieb passieren. Übrige Butter untermischen und mit Salz abschmecken. Feldsalat putzen, waschen und trockenschütteln. Salat zu den marinierten Steckrübenstreifen geben und würzen. Püree mit den Teigfladen, Salat und Schinken anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 11. Dezember 2013

## Taboulé mit Kichererbsen, Chili und Zitronen

### Für 4 Personen

100 g Kichererbsen	300 ml Gemüsebrühe	200 g Instant Couscous
1 Bund Petersilie	3 unbehandelte Zitronen	Salz
4 EL Olivenöl	2 Stiele Thymian	10 Kirschtomaten
Zucker	600 g Fleischtomaten	1 Chilischote
1 Zwiebel	Raz el Hanout	Fladenbrot

Kichererbsen über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Kichererbsen mit Gemüsebrühe ca. 40 Minuten weich kochen. Kichererbsen abgießen und die Brühe dabei auffangen. Petersilie abspülen, trockenschütteln und die Blättchen abzupfen. Blättchen fein schneiden. 1 Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Die Zitronenhälften beiseite stellen. Die Kichererbsen mit Zitronensaft, Salz, fein geschnittener Petersilie, Olivenöl marinieren. Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Thymianblättchen von den Stielen abstreifen. Die Kirschtomaten abspülen, trockenreiben und halbieren. Tomaten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und mit Salz, Zucker und der Hälfte der Thymianblättchen würzen. Im Backofen ca. 30 Minuten trocknen. Die Fleischtomaten am Blütenansatz einritzen mit kochendem Wasser überbrühen und die Haut abziehen. Fleischtomaten in kleine Würfel schneiden. Chili halbieren, entkernen und fein hacken. Zwiebel schälen und würfeln und in Olivenöl anbraten. Mit Raz el Hanout und übrigen Thymianblättchen würzen. Zusammen mit den Tomatenwürfeln, der gehackten Chili und ca. 250 ml warmer Gemüsebrühe zum Couscous geben und gut mischen. Couscous mit Salz würzen und etwa 1 Stunde ziehen lassen. Die Masse dabei immer wieder mit einer Gabel auflockern (Der Couscous sollte schön saftig sein. Ist die Masse zu trocken, noch etwas Brühe untermischen) Restliche Zitronen abspülen und trockenreiben. Von 1 Zitrone die Schale abreiben und zum Couscous geben. Dann beide Zitronen schälen, so dass die weiße Haut entfernt wird. Zitronenfilets ausschneiden. Filets beiseite stellen. Die Zitronenschalen und ausgepressten Hälften klein schneiden und mit 200 ml Wasser und etwas Salz 10 Minuten kochen. Den Sud abgießen und abkühlen lassen. Den Zitronensud durch ein Sieb geben und den Couscous damit abschmecken. Den Couscous mit Kichererbsen, Kirschtomaten und Zitronenfilets abschmecken und anrichten. Dazu passt Fladenbrot.

Jacqueline Amirfallah am 07. August 2013

## Tatar von Honigmelone und Saibling mit Estragon-Dressing

### Für 4 Personen

1 reife Honigmelone	2 Saiblinge	1 Bund Estragon
1 Bund Schnittlauch	7 EL Olivenöl	3 Limetten
Salz	50 g Pinienkerne	2 Eier
200 g Mehl	ca. 350 ml Milch	2 EL Butterschmalz

Die Honigmelone vierteln und die Kerne herausstreichen. Das Fruchtfleisch von der Schale lösen. 3/4 des Fruchtfleisches in feine Würfel schneiden. Übriges Melonenfruchtfleisch in ca. 8 cm lange Streifen schneiden. Die Saiblinge abspülen, trockentupfen, filetieren und entgräten. Von den Saiblingen 4 daumendicke Stücke herausschneiden, den restlichen Fisch in feine Würfel schneiden. Estragon und Schnittlauch abspülen und trockenschütteln. Die Blättchen vom Estragon abzupfen und fein schneiden. Schnittlauch in Röllchen schneiden. Melone und Fischwürfel mischen mit Estragon und Schnittlauch, 4 EL Olivenöl, Saft von 1 Limette und Salz abschmecken. Etwa 15 Minuten marinieren lassen. 2 Limetten abspülen und trockentupfen. Die Schale dünn abreiben. Danach die Limetten dick schälen und die Filets zwischen den Trennhäuten herausschneiden. Limettenfilets grob hacken. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, abkühlen lassen und hacken. Für die Pfannkuchen die Eier trennen. Eiweiß steif schlagen, Eigelbe, Mehl, Milch, 2 EL Olivenöl und 1 Prise Salz zu einem glatten Teig verrühren. Mit Limettenabrieb, Limettenfilets, und Pinienkerne abschmecken, Eiweiß unterheben. Butterschmalz portionsweise erhitzen und aus dem Teig kleine (ca. 10 cm Durchmesser) dicke Pfannkuchen backen. Herausnehmen und etwas abkühlen lassen. Fischstreifen leicht salzen und in 1 EL Olivenöl von beiden Seiten kurz braten. Pfannkuchen mit Saibling-Melonen-Tatar. Melonenstreifen und gebratenen Fischstreifen anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 28. August 2013

## Variationen vom Hokkaido-Kürbis

### Für 4 Personen

1 Hokkaidokürbis	Salz	3 Stiele Rosmarin
3 kleine Zwiebeln	7 EL Sonnenblumenöl	1 kleines Bund Rosmarin
Saft von 1 Limette	4 EL Sonnenblumenöl	Zucker, Paprikapulver
1 EL Kürbiskerne	100 g Bergkäse	50 g Schlagsahne
1 Brötchen vom Vortag	Mehl	1 Ei
500 g Frittierfett	1 Stange Lauch (Porree)	Kürbiskernöl

Den Kürbis waschen, halbieren und die Kerne heraus schaben. Kerne mit kaltem Wasser bedecken. Salz und 1 Stiel Rosmarin zugeben daraus ca. 30 Minuten eine Kürbisbrühe kochen. Kürbisbrühe durch ein Sieb geben. Den Kürbis vierteln. Ein Viertel vom Kürbis in sehr feine Scheiben hobeln. Aus einem zweiten Viertel ca. 8 fingerdicke Stifte schneiden. Die restlichen Viertel und übrigen Kürbisreste grob würfeln. 2 Zwiebeln schälen und ebenfalls würfeln. 1 EL Öl erhitzen. Die Hälfte der Zwiebelwürfel darin braten. Kürbiswürfel zugeben und anbraten. 2/3 Kürbisbrühe zugeben und alles weich kochen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Restliche Zwiebel in 1 EL Öl andünsten. Kürbisstifte und restliche Brühe zugeben und weich kochen. Limettensaft, Salz und 4 EL Sonnenblumenöl verrühren. Die Marinade über die Kürbisscheiben geben und alles ca. 20 Minuten marinieren. Rosmarinnadeln von den übrigen beiden Stielen zupfen. Die Nadeln fein hacken. Dritte Zwiebel schälen und fein würfeln. 1 EL Öl erhitzen, Zwiebeln darin andünsten. Rosmarin zugeben und kurz mit garen. Mit Salz, Zucker und Paprikapulver würzen, Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Beiseite stellen. Bergkäse in kleine Würfel schneiden. Sahne steif schlagen. Die weichgekochten groben Kürbiswürfel pürieren. Das Kürbispüree mit Käse und Rosmarinzwiebeln mischen. Sahne unterrühren. Brötchen fein reiben. Die Bröselmasse halbieren. Die Hälfte unter 1/4 Kürbispüree mischen und abschmecken. Diese Mischung zu murmelgroßen Kugeln formen und abschmecken. Die Kugeln zunächst in Mehl, dann in verquirltem Ei und zuletzt in den Brotbröseln wenden. Kürbiskugeln im heißen Fett ca. 2-3 Minuten goldgelb frittieren. Herausnehmen und abtropfen lassen. Lauch putzen, waschen, halbieren und in Rauten schneiden. Die Rauten in Salzwasser blanchieren. Herausnehmen, abtropfen lassen und unter die marinierten Kürbisscheiben mischen. Abschmecken. Kürbisstifte abschmecken. Stifte mit mariniertem Kürbis, Kürbispüree und Kugeln anrichten. Kürbiskerne darüber streuen. Kürbiskernöl darüber träufeln.

Jacqueline Amirfallah am 09. Oktober 2013

## Variationen von der Salatgurke

### Für 4 Personen

3 Salatgurken	1 Bund Minze	1 Bund Dill
2 Bio -Zitronen	500 g griechischer Joghurt	Salz
500 ml Gemüsebrühe	1 Zwiebel	6 EL Butterschmalz
3 EL Olivenöl	1 Ei	200 g Mehl
Pfeffer		

Gurken waschen und trockenreiben. Kräuter abspülen, trocken schütteln und die Blättchen von den Stielen zupfen. 1 Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Eine Gurke grob würfeln und mit Joghurt und der Hälfte der Kräuter pürieren. Mit Salz und Zitrone abschmecken. Eine Hälfte der Masse in einen Eiswürfelbehälter füllen und einfrieren. Den Rest mit ca. 500 ml Gemüsebrühe verrühren, abschmecken und kalt stellen. Von der zweiten Gurke mit einem Sparschäler oder Gemüsehobel längs einige Streifen abschneiden. Den Rest der Gurke in kleine Würfel schneiden. Zwiebel schälen und würfeln. 1 EL Butterschmalz erhitzen. Die Zwiebel darin andünsten. Die Hälfte der Gurkenwürfel zugeben und ca. 2 Minuten mit braten. Übrige Zitrone abspülen und trockenreiben. Die Schale dünn abreiben. Zitrone halbieren und auspressen. Die restlichen Gurkenwürfel mit etwas Zitronenabrieb, Zitronensaft, Salz und Olivenöl mischen und ziehen lassen. Übrige Kräuter hacken. Die dritte Gurke grob raspeln, mit Ei und Kräutern mischen. Etwa 200 g Mehl untermischen und alles zu einem zähflüssigen Teig verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Restliches Butterschmalz portionsweise erhitzen und aus dem Gurkenteig ca. 16 Küchlein braten (ca. 4-5 cm Durchmesser) Auf die Gurkenstreifen etwas Gurkensalat geben und aufrollen. Mit einem Holzspieß fest stecken. Die Suppe in Schälchen füllen und die Eiswürfel hinein geben. Auf separaten Tellern, die Gurkenspieße, gebratene Gurkenwürfel, den übrigen Salat und die Gurkenküchlein anrichten. Zusammen mit der Suppe servieren. Dazu passt Fladenbrot.

Jacqueline Amirfallah am 18. September 2013

## Variationen von Pfannkuchen-Wraps

### Für 4 Personen

250 g Mehl	2 Eier	Salz
350 ml Milch	Zucker	2 Zweige Minze
1/2 Bund Schnittlauch	2 Zweige Salbei	150 g Bergkäse
100 g Chorizo	ca. 60 g Butterschmalz	60 g Parma-Schinken, dünn
1/2 Salatgurke	1 Bund Radieschen	1 Bund Zwiebellauch
1 Zitrone	2 EL Olivenöl	200 g frische Erdbeeren
300 g Frischkäse	100 g Sauerrahm	

Mehl, Eier, eine Prise Salz und etwas Milch in eine Schüssel geben und zu einem dicken, glatten Teig verrühren. Dann nach und nach die restliche Milch unterrühren, zu einem dickflüssigen Teig. Ungefähr 1/4 des Teiges abnehmen und diesen mit 1 EL Zucker süßen. Minze abspülen, trocken schütteln, fein schneiden und unter den süßen Teig mischen. Schnittlauch und Salbei abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. 50 g Käse fein reiben. 50 g Chorizo in kleine feine Würfelchen schneiden. Den ungesüßten Pfannkuchenteig in 3 Teile aufteilen und je einen Teil mit den Kräutern, mit dem Käse und Chorizo mischen. Butterschmalz erhitzen und aus den Teigen dünne Pfannkuchen backen. Restlichen Käse, Chorizo und Parma-Schinken in dünne Streifen schneiden. Die Gurke waschen, halbieren, die Kerne austreichen und in feine Streifen schneiden. Radieschen und Zwiebellauch waschen und ebenfalls in feine Streifen schneiden. Gurke, Radieschen und Zwiebellauch in eine Schüssel geben. Von der Zitrone etwas Saft auspressen und das Gemüse damit marinieren. 2 EL Olivenöl untermischen und mit Salz abschmecken. Erdbeeren waschen, putzen und klein schneiden. 100 g Frischkäse mit etwas Zucker und den Erdbeeren gut vermischen, dann auf die süßen Pfannkuchen aufstreichen und zu Wraps aufrollen. Restlichen Frischkäse mit Sauerrahm mischen, mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Die herzhaften Pfannkuchen mit der Frischkäsecreme bestreichen und nach Belieben mit Chorizo, Käse, Parma-Schinken und Salat füllen und zu Wraps aufrollen. Die einzelnen Wraps schräg halbieren und anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 19. Juni 2013

## Zander-Filet im Reibekuchen-Mantel

### Für 2 Personen

2 Zweige Rosmarin	1 Zwiebel	600 g Kartoffeln
Salz	1 Ei	$\frac{1}{2}$ Bio-Zitrone
300 g Zanderfilet	3-4 EL Butterschmalz	400 g Blattspinat
1 Schalotte	2 Knoblauchzehen	200 ml Gemüsebrühe
1 EL Butter	Pfeffer	

Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und etwas Schale abreiben. Fischfilet in 3 cm große Stücke schneiden, trockentupfen. Fischwürfel mit Salz und etwas Zitronenabrieb würzen. Jedes Fischstück mit der Kartoffelmasse ummanteln. Dazu jeweils auf ein Stück Frischhaltefolie etwas Kartoffelmasse geben, Fisch darauf legen und mit Hilfe der Folie mit Kartoffelmasse ummanteln. Dann Folie vorsichtig entfernen. Den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. In einer beschichteten backofengeeigneten Pfanne 2-3 EL Butterschmalz erhitzen und die Fischstücke darin rundherum goldbraun braten, dann im vorgeheizten Ofen noch ca. 10 Minuten fertig garen. In der Zwischenzeit Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen. Schalotte und Knoblauch schälen und fein hacken. Übrige Kartoffel fein reiben. In einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz Schalotte und eine gehackte Knoblauchzehe mit geriebener Kartoffel farblos anschwitzen, Gemüsebrühe zugeben und ca. 8 Minuten köcheln lassen. In einer Pfanne mit 1 EL Butter eine gehackte Knoblauchzehe anschwitzen, Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Von der Zitrone etwas Saft auspressen. Den Kartoffel-Saucenansatz pürieren und durch ein Sieb passieren, mit Salz und etwas Zitronensaft abschmecken. Den Fisch mit Spinat anrichten, etwas Sauce angießen und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 13. November 2013



**Wild**

## Wachtel-Brust mit Pflaumen und Pfeffer-Püree

### Für 4 Personen

7 Schalotten	6 Pflaumen	4 Stiele Thymian
4 Wachteln (à ca. 300 g)	1 EL Olivenöl	500 ml Geflügelbrühe
7 EL Butter	80 ml Milch	6 Körner Pfeffermischung
800 g mehligk. Kartoffeln	Salz,Pfeffer	2 EL Butterschmalz
1 EL Honig	2 EL Zucker	

Schalotten schälen. Pflaumen waschen, trockenreiben, vierteln und entsteinen. Thymian abspülen und trockenschütteln. Das Wachtelfleisch auslösen (oder vom Geflügelhändler vorbereiten lassen). Knochen grob zerteilen. Knochen und 1 Schalotte grob hacken. Mit 1 Pflaume und 1 Stiel Thymian in 1 EL Öl anbraten. Mit Brühe ablöschen und ca. 40 Minuten kochen lassen. Inzwischen 2 Schalotten fein hacken. 3 EL Butter und Milch in einem Topf erhitzen. Thymianblättchen abzupfen und unter die Milch mischen. Alle Pfeffersorten fein mörsern und ebenfalls unterrühren. Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Die Kartoffeln abgießen, durch die Presse drücken und mit der Pfefferbutter cremig rühren (falls nötig noch etwas Butter zugeben). Saucenfond durch ein Sieb passieren und etwa um die Hälfte einkochen lassen, bis die Flüssigkeit eine saucenartige Konsistenz hat. Mit 1 EL kalter Butter binden und abschmecken. Wachtelfleisch abspülen und trockentupfen. Wachtelbrüste und -keulen salzen. Von beiden Seiten in Butterschmalz anbraten, auf der Hautseite ca. 3-5 Minuten fertig braten, am Ende 2 EL Butter und 1 EL Honig mit in die Pfanne geben. Schmelzen lassen und das Fleisch damit beträufeln. Übrige Schalotten schälen und längs vierteln. Und mit den restlichen Pflaumenviertel in 1 EL Butter anbraten. Zucker darüber streuen, etwas karamellisieren lassen und ca. 5 Minuten schmoren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Pflaumen-Schalotten mit Wachtelbrust und Keule sowie Kartoffelpüree anrichten. Dazu passen Romanesco oder Broccoli.

Jacqueline Amirfallah am 25. September 2013

## Wachteln mit Mole-Soße und Rosenblüten

### Für 4 Personen

2-3 getr. Chilis	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
2 Fleischtomaten	1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
1 Gewürznelke	1/4 TL Anissamen	1 TL Zimt
2 TL Sesam	70 g Mandeln	70 g Erdnüsse, ungesalzen
70 g Rosinen	2 Limetten	750 ml Geflügelbrühe
100 g Bitterschokolade	1TL getr. Rosenblütenblätter	6 Wachteln
3 EL Butterschmalz	1 EL Honig	1/2 TL Butter
frische Rosenblütenblätter		

Für die Molesauce die Chilis längs halbieren, die Kerne und Scheidewände entfernen, das Fruchtgrob kleinschneiden. In einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten, dann in einer Schüssel mit 1 Liter warmen Wasser einweichen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden. Tomaten am Stielansatz einritzen, kurz blanchieren, abschrecken, schälen und grob schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl Zwiebel und Knoblauch andünsten. Tomaten zugeben, mit Salz und schwarzem Pfeffer abschmecken. Die Chilis abgießen. Nelke, Anissamen, Zimt und Sesam grob mörsern und leicht anrösten. Mandeln, Erdnüsse, Rosinen und Chilis zugeben. Von den Limetten den Saft auspressen. Die gedünsteten Tomaten mit der Gewürz-Nuss-Mischung zusammen sehr glatt pürieren., den Saft von den Limetten zugeben, in einen Topf geben und mit der Brühe aufgießen. Die Schokolade raspeln, zugeben und die Molesauce ca. 30 Minuten köcheln lassen, dabei immer wieder umrühren. Die getrockneten Rosenblütenblätter in Wasser einweichen. Von den Wachteln Brüste und Keulen auslösen. Die Rosenblütenblätter abgießen und ausdrücken. Wachtelteile salzen und auf der Hautseite in einer Pfanne mit 3 EL Butterschmalz anbraten, wenn die Hautseite schön braun ist, umdrehen und von der Fleischseite kurz Farbe nehmen lassen, wieder auf die Hautseite drehen. Überschüssiges Fett aus der Pfanne gießen, Honig, die Rosenblätter und Butter in die Pfanne geben und leicht karamellisieren lassen. Molesauce noch einmal abschmecken und mit den Wachteln anrichten, mit frischen Rosenblättern bestreuen und servieren. Dazu passt Reis.

Jacqueline Amirfallah am 14. Mai 2014

## Wildschwein-Ragout mit Kartoffel-Nocken

### Für 4 Personen

3 rote Zwiebeln	800 g Wildschweinschulter	Salz, Pfeffer
$\frac{1}{2}$ TL Zimt	Paprikapulver	3 EL Butterschmalz
2 Lorbeerblätter	500 ml Wildbrühe	800 g mehligk. Kartoffeln
3 Birnenquitten	1 EL Zucker	3 Pimentkörner
2 Eigelbe	30 g Butter	2 EL Mehl

Zwiebeln schälen und würfeln. Wildschweinschulter abtupfen und in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Mit Salz, Zimt und Paprikapulver würzen. 1 EL Butterschmalz in einem Schmortopf erhitzen. Wildschweinwürfel darin anbraten. Zwiebeln und Lorbeerblatt zugeben und ebenfalls anbraten. Brühe nach und nach zugeben. (nicht zu viel auf einmal, lieber immer wieder angießen). Zugedeckt etwa 1, 5 Stunden schmoren lassen. Dabei immer wieder umrühren und Brühe zugeben. Kartoffeln waschen, schälen und in Salzwasser garen. Quitten schälen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und die Quitten in Spalten schneiden. Etwa 300 ml Wasser mit Zucker, Lorbeerblatt und Pimentkörnern aufkochen, Quittenspalten zugeben und weich dünsten. Die gegarten Kartoffeln abgießen und durch eine Kartoffelpresse drücken oder stampfen. Eigelbe, Butter und Mehl unterkneten und salzen. Kartoffelmasse mit zwei Löffeln zu Nocken formen und portionsweise in 2 EL Butterschmalz goldbraun braten. Wenn das Fleisch weich ist, etwas Quittenfond untermischen und erneut abschmecken. Gulasch ebenfalls abschmecken und mit Kartoffelnocken und Quitten anrichten. Dazu passt Rosenkohl.

Jacqueline Amirfallah am 30. Oktober 2013

# Wurst-Schinken

## Bauernfrühstück mit neuen Kartoffeln

### Für 4 Personen

800 g neue Kartoffeln, fest	Salz	1 kl. Glas Gewürzgurken
3 Blatt Gelatine	100 g durchwachsener Speck	200 ml Hühnerbrühe
1 Zwiebel	150 g Sauerrahm	2 EL Butterschmalz
100 g Sahne	4 Eier	1 EL Butter
1 Bund Schnittlauch		

Die Kartoffeln gründlich abscrubben und in Salzwasser garen. Abkühlen lassen. Von den sauren Gurken 200 ml Sud abmessen und aufkochen. 3 Blatt Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken und im heißen Sud auflösen. Die Gewürzgurken in Würfel schneiden und mit dem Sud mischen. In eine kleine Terrinenform geben und kalt stellen. Von dem Speck die Hälfte in kleine Stücke schneiden und mit der Hühnerbrühe aufsetzen, 20 Minuten kochen pürieren und durch ein Sieb geben. Den restlichen Speck in feine Scheiben schneiden und braten. Zwiebel schälen, fein reiben und mit dem Sauerrahm mischen, mit Salz abschmecken. Die gekochten Kartoffeln klein schneiden und in einer Pfanne mit Butterschmalz braten. Die Sahne steif schlagen, mit dem Specksud mischen und mit dem Pürierstab aufschlagen. Die Eier in heißer Butter braten. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden. Gurkengelee, Kartoffeln und Eier mit Sauerrahm und Specksud auf einem Teller arrangieren und mit Schnittlauch garnieren.

Jacqueline Amirfallah am 05. Juni 2013

## Feijoada

### Für 4 Personen

250 g schwarze getr. Bohnenkerne	3 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe
1 Chilischote	3 EL Pflanzenöl	ca. 250 ml Gemüsebrühe
150 g geräucherter Speck	150 g Kasseler Nacken	100 g Mettenden
100 g Chorizo	500 ml Fleischbrühe	200 g Schweinerippchen
Salz	150 g Langkornreis	100 g Maniokmehl
2 EL Rosinen	2 Orangen	

Die Bohnen über Nacht in reichlich Wasser (mindestens die 3 fache Menge Wasser ) einweichen. Zwei Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein schneiden. Chili der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein schneiden. In einem Topf mit 2 EL Öl Zwiebel, Knoblauch und Chili anschwitzen. Die Bohnen mit dem Einweichwasser zugeben, Gemüsebrühe angießen und die Bohnen ca. 50 Minuten kochen. Speck, Kasseler, Mettenden und Chorizo in ca. 3 cm große Würfel schneiden. In einen Topf den Speck anschwitzen, Fleischbrühe angießen, Kasseler, Mettenden, Chorizo und die Rippchen dazugeben und ca. 40 Minuten köcheln. Anschließend die Rippchen vom Knochen lösen, das Fleisch klein schneiden und wieder in den Topf geben. Die Bohnen komplett in den Fleischtopf geben und alles nochmal ca. 20 Minuten köcheln bis die Bohnen weich sind. (Evtl. noch etwas Gemüsebrühe zugeben.) Den Eintopf mit Salz abschmecken. In der Zwischenzeit den Reis in Salzwasser weich kochen. Übrige Zwiebel schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit 1 EL Pflanzenöl anschwitzen. Das Maniokmehl zugeben und mitrösten, mit Salz würzen und die Rosinen untermischen. Die Orangen mit einem Messer schälen, dass keine weiße Haut mehr am Fruchtfleisch haftet. Orangen dann in Scheiben schneiden. Den Eintopf mit Reis, Rosinenmaniok und Orangen servieren.

Jacqueline Amirfallah am 28. Mai 2014

# Kartoffel-Speck-Ravioli mit geschmortem Rosenkohl

## Für 4 Personen

1 kg mehligk. Kartoffeln	600 g Rosenkohl	2 Zwiebeln
100 g durchwachsener Speck	2 Stiele Majoran	2 EL Sahne
2 Eier	50 g Speisestärke	Salz
4 EL Butterschmalz		

Backofen auf 180 Grad vorheizen. Kartoffeln waschen, trocken reiben und auf einem Backblech verteilen. Kartoffeln ca. 1 Stunde backen, bis sie weich sein (alternativ, Kartoffeln in wenig Wasser weich dünsten). In der Zwischenzeit Rosenkohl waschen, putzen und vierteln. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Speck ebenfalls fein würfeln. Majoran abspülen und trockenschütteln. Die Blättchen von den Stielen zupfen. Ein Viertel Rosenkohl sehr klein schneiden. Speck in einer Pfanne knusprig auslassen. Zwiebeln und Majoran zugeben und kurz andünsten. Die Hälfte der Speckmischung beiseite stellen. Rosenkohl zugeben und 2 EL Sahne zugeben. Alles weich schmoren und lauwarm abkühlen lassen. Kartoffeln pellen und noch heiß, zweimal durch eine Kartoffelpresse drücken. Eier, Stärke und Salz unterkneten. Etwas abkühlen lassen. Den Teig halbieren. Teighälften nacheinander auf einer mit etwas Stärke bestreuten Arbeitsfläche ca. 3 mm dünn ausrollen (am besten zwischen zwei Lagen Backpapier). Backpapier entfernen und aus dem Teig Vierecke von ca. 7 cm Kantenlänge ausschneiden. Jeweils ca. 1 TL lauwarme Rosenkohlfüllung in die Mitte der Teigquadrate geben. Mit jeweils einem zweiten Quadrat abdecken. Teigränder dabei fest andrücken. Butterschmalz portionsweise erhitzen. Kartoffel-Ravioli darin von beiden Seiten goldbraun braten. Währenddessen, die übrige Speck-Zwiebel-Mischung und übrigen Rosenkohl braten, bis er weich ist. Mit den Kartoffelravioli anrichten.

Jacqueline Amirfallah 02. Januar 2013

## Servietten-Knödel mit Rahm-Porree

### Für 2 Personen

300 g Weißbrot vom Vortag	4 EL Butter	2 -3 Scheiben Pumpernickel
2 Zwiebeln	100 g Speck	$\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel
1 Bund Majoran	4-5 Datteln	3 Eier
1 TL Salz	200 ml Milch	2 EL Mehl
250 ml Sahne	1 Lorbeerblatt	1-2 Stangen Porree

Das Weißbrot entrinden und in Würfel schneiden, die Hälfte der Würfel in 1 EL Butter goldbraun braten. Den Pumpernickel in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen und würfeln. 2 EL Zwiebelwürfel bei Seite stellen. Speck fein würfeln und mit den Zwiebeln in einer Pfanne mit 1 EL Butter glasig dünsten. Mit Kreuzkümmel würzen. Den Majoran abspülen, trocken schütteln und abrebeln. Die Datteln entkernen und in Stücke schneiden. Die Eier mit einem Teelöffel Salz verschlagen. Dann mit gebratene Brotwürfel, Pumpernickel, gedünstete Zwiebeln, Majoran und Datteln in einer großen Schüssel locker vermengen und mit ca.200 ml lauwarmer Milch übergießen, nochmal vermengen und 5 Minuten ziehen lassen. Ein sauberes, gut ausgespültes Geschirrtuch auslegen (oder hitzefeste Klarsichtfolie) und die Masse in walzenform darauf geben. Zusammenrollen, die Enden mit Küchengarnt zubinden und in Salzwasser ca. 30 Minuten pochieren. Für den Rahmporree die restlichen Zwiebelwürfel und das Mehl in einem Topf mit 1 EL Butter hell anbraten, mit der Sahne ablöschen. Mit Salz abschmecken, Lorbeerblatt zugeben und bei kleiner Hitze 10 Minuten köcheln lassen, dabei immer wieder umrühren. Lorbeerblatt herausnehmen und die Sauce mit dem Pürierstab aufmixen, falls die Sauce zu dickflüssig ist noch etwas Sahne zugeben. Porree waschen und den oberen harten oberen grünen Teil entfernen. Porree in Rauten schneiden, dabei weißen und grünen Anteil getrennt halten. Den weißen Porree zuerst in 1 EL Butter anbraten, wenn dieser weich ist den grünen Teil zugeben, kurz durch schwenken, dann alles in die Sauce geben. Den Serviettenknödel aus dem Wasser nehmen, auspacken und in Scheiben schneiden. Knödelscheiben mit dem Rahmporree servieren.

Jacqueline Amirfallah am 23. Oktober 2013



# Index

- Apfel, 4
- Aprikosen, 5
- Artischocke, 104
- Aubergine, 19, 49, 67
- Austern, 119
- Avocado, 86, 99
  
- Bällchen, 48
- Biskuit, 5
- Blumenkohl, 31
- Bohnen, 21, 28, 66, 82, 134
- Brathähnchen, 34
- Bratklops, 49
- Brokkoli, 35
- Brot, 116, 123
- Brust, 55
- Bulgur, 123
- Burger, 93
- Butter, 114
  
- Carpaccio, 120
- Chicoree, 37, 71
- Cordon-bleu, 35
- Couscous, 45, 92, 110, 123
- Crème, 8, 14
- Crepes, 96
- Curry, 88, 106
  
- Dorade, 19
  
- Eier, 88, 96–98, 108
- Eintopf, 82
- Enten-Brust, 36, 41
- Enten-Keule, 37
- Erbsen, 18, 36, 89, 108, 117, 123
- Erdbeeren, 13
  
- Feld-Salat, 122
- Fenchel, 38
- Filet, 64, 74
- Filoteig, 88, 89
- Fisch, 30, 83, 124
- Fisch-Filet, 120, 128
- Fleisch, 67, 79, 82, 118, 123
- Fleisch-Filet, 116
- Forellen, 121
- Früchte, 10, 12, 14
- Frühlingsrolle, 121
- Frischkäse, 88, 89, 101
  
- Garnelen, 71, 72, 83
- Geflügel, 52, 79, 82, 121
- Geschmnetzeltes, 54
- Gnocchi, 102
- Grapefruit, 12
- Grillenkäse, 93, 94
- Gulasch, 55
- Gurke, 28, 65, 67, 74, 94, 110, 117, 126, 127, 134
  
- Hähnchen-Brust, 35, 38, 39, 42–44
- Hähnchen-Schenkel, 44, 45
- Hühner-Brust, 35, 36, 39, 41, 43
- Himbeeren, 8
- Huhn, 37, 40
  
- Johannisbeeren, 8
  
- Käse, 79, 91, 94, 96, 110, 118, 121, 125, 127
- Kürbis, 23, 125
- Kabeljau-Filet, 24, 25
- Kartoffel, 90, 91, 98, 101, 102, 108
- Kartoffeln, 83, 128
- Knödel, 136
- Kohlrabi, 22, 55
- Kokos, 5
- Kuchen, 89, 127, 128
  
- Labskaus, 74
- Lachs, 27
- Lachs-Filet, 20, 22, 26, 29
- Lasagne, 98
- Lauch, 83, 93, 109, 125
- Linsen, 2, 86, 95, 96, 99, 103, 106
  
- Möhren, 26, 34, 44, 60, 65, 70, 75, 82, 83, 87, 95–97, 101
- Mandeln, 5, 6, 10

Mangold, 91  
 Maronen, 58, 100  
 Mascarpone, 10  
 Matjes, 28  
 Melone, 83  
 Mett, 134  
 Miesmuscheln, 70  
 Mousse, 6, 10, 11, 15  
 Mozzarella, 88  
  
 Nüsse, 114  
 Nougat, 4  
 Nudeln, 44, 54, 55, 70, 97, 104, 105  
  
 Obst, 114, 121, 122  
 Orangen, 8, 12  
  
 Püree, 2  
 Paprika, 29, 43, 64, 92, 94, 99  
 Pastinaken, 83, 95, 106  
 Pfannkuchen, 4, 12  
 Pilze, 44, 55, 56, 87, 107  
 Polenta, 109  
 Porree, 2, 23, 34, 75, 136  
 Pudding, 6, 9, 12  
  
 Quark, 13  
  
 Rüben, 108, 118  
 Rücken, 54, 56–61, 66  
 Radicchio, 66  
 Radieschen, 87, 127  
 Ragout, 65, 105, 108, 109  
 Ravioli, 91, 135  
 Reis, 26, 43, 48, 65, 70, 103, 110, 134  
 Rettich, 75  
 Rhabarber, 15  
 Rind, 48  
 Roastbeef, 74  
 Rosenkohl, 135  
 Rote-Bete, 25, 29, 74, 90, 121  
 Rotkraut, 41  
 Roulade, 56  
  
 Saibling, 18  
 Sauerampfer, 35  
 Sauerkraut, 24  
 Schafskäse, 92, 110  
 Schinken, 78, 122, 127  
 Schnitzel, 59  
 Schoko, 4, 5  
 Scholle, 21  
  
 Schoten, 82  
 Schwarzwurzeln, 78, 90, 105, 109  
 Schwein, 50  
 Seeteufel, 29  
 Sellerie, 34, 40, 70, 75, 82, 114  
 sonstige, 111  
 Sorbet, 14  
 Spargel, 61, 89, 110  
 Speck, 82, 134–136  
 Spinat, 27, 32, 39, 56, 66, 89, 92, 102, 105,  
 128  
 Spitzkohl, 24  
 Steak, 66  
 Steckrübe, 122  
 Strudel, 11  
 Suppe, 7  
  
 Tafelspitz, 75  
 Tatar, 49, 116, 124  
 Teig-Taschen, 91, 135  
 Topinambur, 87  
  
 Vanille-Soße, 12  
 Vegan, 99, 103  
  
 Wachteln, 130, 131  
 Waffeln, 13  
 Wildschwein, 132  
 Wirsing, 22  
 Wurst, 82  
  
 Zander-Filet, 23, 31, 32  
 Ziegenkäse, 101  
 Zucchini, 72, 118, 120