

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Rainer Klutsch

2023

32 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 1. Januar 2024.

Inhalt

Geflügel	1
Caesar Salad mit gebratener Hähnchen-Brust	2
Hack	3
Hackbraten mit Kartoffel-Salat	4
Hackbraten mit Kohlrabi	5
Nudel-Schnecken mit Hackfleisch und Salat	6
Rind	7
Steak-Pfanne mit Kartoffeln, Zucchini und Tomaten	8
Salat	9
Griechischer Salat	10
Schwein	11
Gyros aus der Pfanne mit griechischem Salat	12
Rosenkohl-Auflauf mit Kassler	13
Schnitzel in Ei-Hülle mit Tomaten-Soße	14
Schnitzel Wiener Art mit Krautsalat	15
Szegediner Gulasch mit Kartoffel-Nudeln	16
Vegetarisch	17
Flammkuchen-Taschen mit Lauchzwiebeln und Gouda	18
Gebratene Reiswürfel mit Pak Choi	19
Gefüllte Kräuter-Kartoffel-Klößchen mit Parmesan-Soße	20
Gefüllte Tomaten	21
Gemüse-Striezel	22

Gemüse-Strudel mit Senf-Dip	23
Gratinierter Spargel mit Parmesan	24
Käse-Spätzle mit Feldsalat	25
Moussaka mit buntem Salat	26
Überbackener Pilz-Toast	27
Walnuss-Ravioli mit Rotkohl-Salat	28
Weißer Bohnen-Salat mit Tomaten und Rucola	29
Verschiedenes	31
Brennnessel-Pesto	32
Wurst-Schinken	33
Bratwurst im Blätterteig mit Wirsing	34
Brezenknödel auf Pilzragout	35
Brot-Pfanne mit Endivien-Salat	36
Kürbis-Torte mit Speck	37
Leberkäse-Geschnetzeltes mit Spiegelei	38
Maultaschen-Auflauf mit Spinat	39
Schweizer Wurst-Salat mit Bratkartoffeln	40
Weißwurst-Spieße mit Laugenstange, Senf-Dip	41
Index	42

Geflügel

Caesar Salad mit gebratener Hähnchen-Brust

Für 4 Personen:

2 Zweige Thymian	2 Hähnchenbrustfilets	Salz
Pfeffer	1 EL Pflanzenöl	3 EL Butter
2 Römersalat-Herzen	80 g Baguette	50 ml Gemüsebrühe
1 Knoblauchzehe	100 g Parmesan	100 g Mayonnaise
1 EL Naturjoghurt	1 Sardellenfilet	1 EL Kapern
20 ml Weißweinessig	Worcestershiresauce	1 Prise Zucker
8 Kirschtomaten		

Den Backofen auf 130 Grad Ober- und Unterhitze (Umluft 120 Grad) vorheizen.

Thymianzweige abbrausen und trocken schütteln.

Die Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen, salzen und pfeffern.

In einer backofengeeigneten Pfanne das Öl erhitzen. Hähnchenbrustfilets darin von beiden Seiten goldbraun anbraten. Dann die Thymianzweige und 1 TL Butter zugeben und alles im vorgeheizten Ofen ca. 8-10 Minuten gar ziehen lassen.

In der Zwischenzeit Salat putzen, waschen und trockenschleudern, nach Belieben in 1-2 cm breite Streifen schneiden, in eine Schüssel geben und mit einem feuchten Tuch abdecken.

Das Weißbrot in Würfel schneiden.

In einer Pfanne die restliche Butter schmelzen und die Brotwürfel darin knusprig braten, dann auf Küchenpapier geben und das Fett etwas abtropfen lassen.

Für das Dressing Gemüsebrühe in einem Topf leicht erhitzen. Knoblauch schälen und grob schneiden, Parmesan reiben.

Den Topf vom Herd nehmen und mit einem Pürierstab Knoblauch und 2/3 vom Parmesan unter die Brühe mixen.

Dann Mayonnaise, Joghurt, Sardellenfilet, Kapern, Essig, etwas Pfeffer, Worcestershiresauce zugeben und kurz pürieren. Die Sauce mit Salz und 1 Prise Zucker abschmecken.

Die Tomaten waschen, abtrocknen und halbieren.

Die Salatblätter mit der Sauce vermischen und in tiefen Salattellern anrichten.

Gegarte Hähnchenbrustfilets in Tranchen aufschneiden, auf dem Salat anrichten. Mit Tomatenhälften und Brotwürfeln garnieren, restlichen Parmesan überstreuen und alles servieren.

Rainer Klutsch am 09. August 2023

Hack

Hackbraten mit Kartoffel-Salat

Für 6 Personen

Für den Kartoffelsalat:

40 ml Branntweinessig
60 ml Sonnenblumenöl

1 kg Kartoffeln, festk.
1 Prise Zucker
Pfeffer

Salz, Zwiebel
125 ml Gemüsebrühe

Für Hackbraten, Röstgemüse:

5 Eier
150 g Karotten
1 Knoblauchzehe
2 EL Paprikapulver, scharf
100 g Pancobrösel

2 Zwiebeln
150 g Knollensellerie
Salz
Pfeffer
20 g Zucker

200 ml Frittier-Öl
1 Bund glatte Petersilie
1 kg Hackfleisch, gemischt
100 ml Wasser, lauwarm

Für den Kartoffelsalat die Kartoffeln gut waschen und in leicht gesalzenem Wasser 20-30 Minuten garen.

Kartoffeln abgießen und ausdampfen lassen. Kartoffeln heiß pellen.

Die Zwiebel abziehen und fein schneiden. Mit Essig und Zucker verrühren und in eine Salatschüssel geben.

Die Kartoffeln in Scheiben schneiden und zur Essigmischung in die Schüssel geben.

Brühe in einem Topf aufkochen lassen und mit Salz abschmecken. Ein Viertel der Brühe über die Kartoffeln geben und vorsichtig mischen. Alles ca. 5 Minuten ziehen lassen, bis die Kartoffeln die ganze Flüssigkeit aufgesogen haben.

Den Vorgang mit der restlichen Brühe wiederholen. Öl untermischen, den Kartoffelsalat mit Salz und Pfeffer würzen. Abdecken und bis zum Servieren ziehen lassen.

Für den Hackbraten in einem Topf Wasser aufkochen. 4 Eier darin ca. 10 Minuten hart kochen. Herausnehmen, kalt brausen und schälen.

Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. Öl in einem kleinen Topf erhitzen, die Zwiebelwürfel darin kurz goldbraun frittieren. Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

Karotten und Sellerie putzen, schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden.

Die Petersilie abbrausen, trockenschütteln und fein schneiden.

Knoblauch schälen, fein würfeln und mit etwas Salz zu einer feinen Paste zerreiben.

Das Hackfleisch mit dem übrigen Ei, Knoblauch, frittierten Zwiebeln, Paprikapulver, Petersilie, Salz und Pfeffer zu einer geschmeidigen Masse verarbeiten. Nach und nach 100 ml lauwarmes Wasser zugeben und gründlich unterarbeiten, bis eine weiche und luftige Hackmasse entsteht.

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze (Umluft 180 Grad) vorheizen.

Die Hälfte der Hackmasse in eine Kastenform (ca. 30 cm lang) geben. Längs in die Mitte eine Vertiefung drücken und die hartgekochten Eier hineinlegen. Die übrige Hackmasse darauf geben und andrücken.

Die Weißbrotbrösel auf einer Platte verteilen. Den Hackbraten vorsichtig aus der Form stürzen auf die Weißbrotbrösel stürzen und darin wenden.

Zucker in eine Auflaufform streuen. Karotten- und Selleriewürfel darin wenden, beiseiteschieben.

Den Hackbraten mittig in die Auflaufform setzen, Gemüsewürfel darum verteilen. Auflaufform auf die mittlere Schiene in den vorgeheizten Ofen geben und den Hackbraten ca. 35 Minuten braten, bis er durchgegart ist. Das Gemüse in der Form ab und zu wenden.

Den Hackbraten aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden.

Kartoffelsalat nochmals abschmecken. Hackbraten und Röstgemüse anrichten, dazu den Kartoffelsalat servieren.

Rainer Klutsch am 22. Dezember 2023

Hackbraten mit Kohlrabi

Für 4 Personen

Für Hackbraten, Röstgemüse:

2 Zwiebeln	200 ml Sonnenblumenöl	100 g Karotten
100 g Knollensellerie	1 Bund glatte Petersilie	1 Knoblauchzehe
Salz	1 kg Hackfleisch, gemischt	1 Ei
2 EL Paprikapulver, scharf	Pfeffer	100 ml Wasser, lauwarm
100 g Semmelbrösel	1 EL Zucker	

Für das Kohlrabigemüse:

600 g Kohlrabi	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
2 EL Butter	150 ml Gemüsebrühe	150 g Sahne
Salz	Pfeffer	1 EL scharfer Senf

Für den Hackbraten die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden.

Sonnenblumenöl in einem kleinen Topf erhitzen, die Zwiebelwürfel darin kurz goldbraun frittieren. Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

Karotten und Sellerie putzen, schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden.

Die Petersilie abbrausen, trockenschütteln und fein schneiden.

Knoblauch schälen, fein würfeln und mit etwas Salz zu einer feinen Paste zerreiben.

Das Hackfleisch mit dem Ei, Knoblauch, frittierten Zwiebeln, Paprikapulver, Petersilie, Salz und Pfeffer zu einer geschmeidigen Masse verarbeiten. Nach und nach lauwarmes Wasser zugeben und gründlich unterarbeiten, bis eine weiche und luftige Hackmasse entsteht.

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze (Umluft 180 Grad) vorheizen.

Die Hackmasse in eine Kastenform (ca. 30 cm lang) geben und eindrücken.

Die Weißbrotbrösel auf einer Platte verteilen. Den Hackbraten aus der Form vorsichtig auf die Platte stürzen und rundum in den Weißbrotbröseln wenden.

Eine Auflaufform mit dem Zucker austreuen. Karotten- und Selleriewürfel darin wenden, das Gemüse etwas an den Rand der Form schieben. Den Hackbraten mittig in die Auflaufform setzen. Form auf die mittlere Schiene in den vorgeheizten Ofen setzen und den Hackbraten ca. 40 Minuten braten, bis er durchgegart ist. Das Gemüse in der Form gelegentlich wenden.

Für das Kohlrabigemüse Kohlrabi schälen und in Würfel schneiden.

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen, fein würfeln.

In einem Topf Butter erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin glasig anschwitzen.

Kohlrabi zugeben und mit Brühe und Sahne ablöschen. Solange einkochen, bis der Kohlrabi gar ist und eine sämige Sauce entstanden ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den gegarten Hackbraten aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden.

Kurz vor dem Servieren den Senf unter das Kohlrabigemüse rühren.

Hackbraten und Röstgemüse anrichten, dazu das Kohlrabigemüse servieren.

Rainer Klutsch am 12. April 2023

Nudel-Schnecken mit Hackfleisch und Salat

Für 4 Personen:

Für den Nudelteig:

200 g Hartweizenmehl	Salz	1 Eigelb
2 EL Olivenöl	80 ml Wasser	

Für das Hackfleischsugo:

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	150 g Karotte
150 g Sellerie	1 Chilischote	2 Zweige Thymian
2 EL Olivenöl	500 g Rinderhackfleisch	1 EL Tomatenmark
150 ml Rotwein (nach Belieben)	500 ml Fleischbrühe	Salz
Pfeffer	100 g Parmesan	

Für den Chicorée-Salat:

3 Chicoréekolben	1 rote Zwiebel	1 EL Mayonnaise
2 EL Olivenöl	2 EL Essig	Salz
Pfeffer		

Für den Nudelteig das Mehl in eine Schüssel geben, in der Mitte eine Mulde eindrücken. 1 Prise Salz, Eigelb, Öl und Wasser zugeben und zu einem Teig kneten. Es empfiehlt sich das Wasser nicht auf einmal, sondern nach und nach zuzugeben. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und ca. 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Zwiebel, Knoblauch, Karotte und Sellerie schälen. Zwiebel und Knoblauch fein schneiden. Karotte und Sellerie sehr fein würfeln (ca. 3 mm).

Chilischote der Länge nach halbieren, der Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch fein schneiden. Thymian abrausen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen.

In einem Schmortopf das Olivenöl erhitzen, das Hackfleisch darin anbraten.

Gemüsewürfel, Zwiebel und Knoblauch hinzugeben, anschwitzen, Tomatenmark untermischen, unter Rühren kurz anrösten, mit Rotwein ablöschen, die Flüssigkeit fast vollständig einkochen. Dann mit der Brühe auffüllen, Chili, Thymianblättchen zugeben und bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten köcheln lassen.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Mit einer Nudelmaschine oder einem Nudelholz den Teig sehr dünn ausrollen. Beim Ausrollen mit Hartweizenmehl bestreuen.

Hacksugo mit Salz und Pfeffer abschmecken, ist es zu flüssig, auf einem Sieb abtropfen lassen, dabei die Flüssigkeit auffangen.

Den ausgerollten Teig mit dem Hackfleischsugo bestreichen und von der kurzen Seite einrollen. Die Rolle in ca. 6 cm starke Stücke schneiden und in eine Auflaufform legen. Mit der restlichen Flüssigkeit (Hacksugo) übergießen und im vorgeheizten Ofen 30 Minuten garen.

Währenddessen vom Chicorée unschöne Außenblätter entfernen. Die Kolben halbieren und den Strunk abschneiden. Danach den Salat in lauwarmen Wassern waschen, trockenschleudern und in feine Scheiben schneiden und in eine Salatschüssel geben.

Die Zwiebel schälen und fein würfeln und in eine kleine Schüssel geben.

Die Mayonnaise, das Öl und den Essig zu den Zwiebeln geben. Die Salatsauce gut vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Danach die Sauce zum Salat geben und alles gut mischen. Parmesan fein reiben, nach 30 Minuten Garzeit über den Auflauf streuen und alles nochmals ca. 10 Minuten in den Ofen geben.

Pro Teller 1-2 Nudelschnecken aufsetzen. Salat dazu reichen.

Rainer Klutsch am 16. März 2023

Rind

Steak-Pfanne mit Kartoffeln, Zucchini und Tomaten

Für 4 Personen

350 g Kartoffeln, festk.	Salz	2 Zwiebeln
250 g Zucchini	1/2 rote Chilischote	3 Tomaten
600 g Rinderhüftsteak	Pfeffer	3 EL Pflanzenöl
1 Bund Schnittlauch	250 g Sahnequark, 20%	50 g Natur-Joghurt
1 Prise Cayennepfeffer		

Die Kartoffeln waschen und in einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser nahezu garkochen. Anschließend abgießen, ausdampfen lassen und pellen.

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden.

Zucchini abwaschen, die Enden abschneiden und Zucchini in Würfel oder Scheiben schneiden.

Chili abwaschen, der Länge nach halbieren, die Kerne austreichen, Chili in feine Würfel schneiden.

Die Tomaten abwaschen, halbieren, den Strunkansatz entfernen. Tomaten in etwa 2 cm große Würfel schneiden.

Die geschälten Kartoffeln in etwa 2 cm große Würfel schneiden.

Das Fleisch in ca. 1,5 cm breite Streifen schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer Pfanne die Hälfte vom Öl erhitzen und die Fleischstreifen darin kurz und kräftig von allen Seiten anbraten. Dann aus der Pfanne nehmen.

Restliches Öl in der Pfanne erhitzen und die Kartoffeln, Zucchini und Zwiebelstreifen darin goldbraun anbraten.

In der Zwischenzeit Schnittlauch abrausen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden.

Quark und Joghurt verrühren, Schnittlauch untermischen und mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Das Gemüse in der Pfanne mit Salz und Pfeffer würzen, Chili- und Tomatenstücke dazugeben, untermischen und ca. 2 Minuten mit anbraten.

Die Fleischscheiben wieder zum Gemüse in der Pfanne geben, nochmals kurz durchschwenken und auf Tellern anrichten. Jeweils einen Klecks Quarkdip dazu geben und genießen.

Rainer Klutsch am 21. September 2023

Salat

Griechischer Salat

Für 4 Personen:

1 Salatgurke	2 Fleischtomaten	60 g grüne Oliven
2 Lauchzwiebeln	1 Bio-Zitrone	150 g fester Schafskäse
3 EL Olivenöl	1 Prise Zucker	

Die Gurke waschen, schälen und in Stücke schneiden.

Die Tomaten waschen und in Stücke schneiden, die Oliven grob hacken.

Die Lauchzwiebeln waschen, trocknen und kleinschneiden.

Die Zitrone heiß abwaschen und trockenreiben. Etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.

Den Schafskäse in Würfel schneiden.

Tomaten und Gurken in eine Schüssel geben, mit Salz und Zucker würzen, grob gehackte Oliven und fein geschnittenen Zwiebellauch zugeben.

Aus Zitronenschale, -saft, und etwa 3 EL Olivenöl ein Dressing rühren und mit den Tomaten und Gurken vermengen.

Zuletzt den gewürfelten Schafskäse daruntermischen.

Rainer Klutsch am 13. Juli 2023

Schwein

Gyros aus der Pfanne mit griechischem Salat

Für 4 Personen:

2 rote Zwiebeln	6 EL Olivenöl	350 g Schweinefleisch (Oberschale)
Salz	2 Stängel Oregano	2 Stängel Majoran
1 Zweig Rosmarin	1 Knoblauchzehe	1 Salatgurke
2 Fleischtomaten	60 g grüne Oliven	2 Lauchzwiebeln
1 Bio-Zitrone	150 g fester Schafskäse	1 Prise Zucker

Für das Pfannengyros die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und die Zwiebelstreifen darin anschwitzen, anschließend aus der Pfanne nehmen.

Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen.

Oregano, Majoran und Rosmarin abbrausen, trocken schütteln. Vom Oregano und Majoran die Blättchen abstreifen und fein schneiden.

Knoblauch schälen und fein schneiden.

In der Zwiebelpfanne etwas Olivenöl erhitzen und das Fleisch portionsweise anbraten. Rosmarinweig zum Fleisch in die Pfanne geben, 2/3 vom gehackten Majoran und Oregano sowie Knoblauch zugeben. Danach die Pfanne zur Seite stellen und die Zwiebelstreifen darauf geben.

Für den Salat die Gurke waschen, schälen und in Stücke schneiden.

Die Tomaten waschen und in Stücke schneiden, die Oliven grob hacken.

Die Lauchzwiebeln waschen, trocknen und kleinschneiden.

Die Zitrone heiß abwaschen und trockenreiben. Etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.

Den Schafskäse in Würfel schneiden.

Tomaten und Gurken in eine Schüssel geben, mit Salz und Zucker würzen, grob gehackte Oliven und fein geschnittenen Zwiebellauch zugeben.

Aus Zitronenschale, -saft, und etwa 3 EL Olivenöl ein Dressing rühren und mit den Tomaten und Gurken vermengen.

Zuletzt den gewürfelten Schafskäse daruntermischen.

Das Fleisch in der Pfanne kurz vor dem Servieren durchmischen und auf vorgewärmte Teller geben. Den Salat dazu reichen. Dazu Fladenbrot oder Baguette servieren.

Rainer Klutsch am 13. Juli 2023

Rosenkohl- Auflauf mit Kassler

Für 4 Personen:

600 g Kassler	2 EL Pflanzenöl	800 g Rosenkohl
Salz	300 g Kartoffeln, festk.	1 Zwiebel
1 EL Butter	250 ml Milch	50 g Sahne
3 Eier	Pfeffer	Muskatnuss, frisch gerieben
100 g Emmentaler oder Gouda		

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Das Kassler mit dem Öl bepinseln, in einen Bräter geben und im Ofen ca. 40 Minuten braten. Gelegentlich mit dem austretenden Saft bepinseln und falls nötig etwas Wasser zugießen.

Währenddessen Rosenkohlröschen putzen, dafür den Strunk abschneiden und die äußeren Blätter entfernen.

Anschließend Kohlröschen waschen und am Strunkende kreuzweise einschneiden.

Rosenkohlröschen in einem Topf mit kochendem Salzwasser ca. 3 Minuten blanchieren.

Anschließend in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen.

Die Kartoffeln waschen, schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden.

Zwiebel schälen und fein schneiden.

Eine Auflaufform mit Butter ausfetten.

Rosenkohl und Kartoffeln in der Auflaufform verteilen. Zwiebelwürfel darüber streuen.

Milch mit der Sahne und den Eiern verquirlen, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und über das Gemüse in der Form gießen.

Die Auflaufform ebenfalls zunächst für 20 Minuten in den Ofen geben.

Den Käse reiben, nach 20 Minuten über das Gemüse streuen und nochmals ca.10 Minuten garen, bis der Käse goldbraun und geschmolzen ist.

Das Kassler in Scheiben aufschneiden und mit dem Rosenkohl-Auflauf servieren.

Rainer Klutsch am 16. Januar 2023

Schnitzel in Ei-Hülle mit Tomaten-Soße

Für 4 Personen

Für die Tomatensauce:

30 g getrock. Tomaten	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
500 g reife Tomaten	2 EL Olivenöl	1/2 TL brauner Zucker
Salz	Pfeffer	2 Zweige Basilikum

Für die Schnitzel:

80 g Parmesan	4 Eier	8 Schweineschnitzel à 70 g
Salz	Pfeffer	2 EL Mehl
2 EL Butterschmalz		

Für die Tomatensauce die getrockneten Tomaten ca. 15 Minuten in kaltem Wasser einweichen. Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden.

Die frischen Tomaten waschen, abtrocknen, halbieren, den Stielansatz entfernen und die Kerne austreichen. Fruchtfleisch würfeln.

Eingeweichte getrocknete Tomaten abtropfen lassen und fein hacken.

In einem Topf Olivenöl erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin anschwitzen, mit Zucker bestreuen und karamellisieren lassen.

Getrocknete Tomaten und Tomatenwürfel zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 20 Minuten köcheln lassen.

Basilikum abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

Für die Schnitzel den Parmesan fein reiben. Die Eier verquirlen und geriebenen Parmesan untermischen.

Die Schnitzel plattieren.

Schnitzel mit Salz und Pfeffer würzen. Dann die Schnitzel im Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen und durch die Ei-Parmesan-Mischung ziehen.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Schnitzel darin goldgelb von beiden Seiten braten.

Die Tomatensauce abschmecken.

Schnitzel auf Teller geben, die Tomatensauce angießen, mit Basilikumblättchen garnieren. Dazu passen Spaghetti.

Rainer Klutsch am 20. April 2023

Schnitzel Wiener Art mit Krautsalat

Für 4 Personen:

Für den Krautsalat:

600 g Weißkohl	Salz	150 g Mayonnaise
100 g saure Sahne	1 EL scharfer Senf	2 TL gerieb. Meerrettich
2 Möhren	1 Prise Zucker	Pfeffer

Für die Schnitzel:

4 Schweineschnitzel	300 g altback. Weizenbrot	50 g Mehl
3 Eier	Salz	Pfeffer
350 g Butterschmalz	1 Bio-Zitrone	

Für den Salat vom Kohlkopf die äußeren unschönen Blätter entfernen, dann Kohl abbrausen und abtropfen lassen.

Den Kohlkopf halbieren, Strunk und dicke Blattrippen ausschneiden. Den Kohl in sehr feine Streifen hobeln oder schneiden.

Ca. 1 TL Salz und Kohlstreifen in einer Schüssel mischen. Mit Händen weich kneten, dann zugedeckt beiseite stellen und mindestens 30 Minuten ziehen lassen.

In der Zwischenzeit die Schnitzel trocken tupfen, mit einem aufgeschnittenem Gefrierbeutel belegen und mit einem Plattiereisen gleichmäßig etwa 3-4 mm dünn plattieren.

Die Schnitzel nebeneinander auf ein sauberes Geschirrtuch legen und fest einrollen. Schnitzelrolle in den Kühlschrank legen und ca. 30 Minuten ruhen lassen.

Möhren putzen, schälen und in feine Streifen/Stifte schneiden.

Für den Salat Mayonnaise, saure Sahne, Senf und Meerrettich glatt verrühren.

Die Kohlstreifen abtropfen lassen und gut ausdrücken. Möhren und Mayonnaise-Mischung mit den Weißkohlstreifen gründlich vermischen.

Den Salat mit Salz, etwas Zucker, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Für die Panade das Brot in einem Mixer sehr fein zerkleinern. Brotbrösel in ein Sieb geben und auf einen flachen Teller sieben.

Mehl auf einen großen flachen Teller geben. Eier in eine flache Schale aufschlagen.

Die aufgerollten Schnitzel wieder auswickeln, mit Salz und Pfeffer würzen und panieren. Dazu die Schnitzel zunächst einzeln, ohne Druck, im Mehl wenden. Überschüssiges Mehl sacht abklopfen. Dann durch das Ei ziehen, abtropfen lassen. Fleischscheiben zum Schluss in den Bröseln wenden.

Zum Braten das Butterschmalz in einer großen, tiefen Pfanne erhitzen. Mit einem Holzlöffelstiel die Fetttemperatur prüfen. Dazu Stiel ins heiße Butterschmalz halten. Bilden sich am Holz kleine Blasen, ist das Fett heiß genug. Die Schnitzel ins heiße Butterschmalz geben und durch Schwenken der Pfanne die Oberseite des Schnitzels mit heißem Butterschmalz überschwemmen. Schnitzel von beiden Seiten goldbraun braten.

Schnitzel auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen.

Zitrone heiß waschen, trockenreiben und in Spalten schneiden. Schnitzel auf Teller geben, Zitronenspalten dazulegen und den Krautsalat dazu reichen.

Rainer Klutsch am 15. Februar 2023

Szegediner Gulasch mit Kartoffel-Nudeln

Für 4 Personen

Für die Kartoffelnudeln:

500 g Kartoffeln, mehligk.	1/2 TL Kümmel	Salz
250 g Weizenmehl (405)	1 Ei	Muskatnuss
2 EL Butterschmalz		

Für das Gulasch:

500 g Sauerkraut	600 g Schweineschulter	Salz
Pfeffer	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
5 EL Butterschmalz	1 EL Tomatenmark	1 TL Kümmelsamen
1 EL Paprikapulver, edelsüß	1 TL Paprikapulver, scharf	500 ml Fleischbrühe
1 EL Mehl	1 Lorbeerblatt	3 Pimentkörner
2 Wacholderkörner	1 Bund glatte Petersilie	150 g saure Sahne

Am Vortag die Kartoffeln waschen und in Salzwasser mit den Kümmelsamen ca. 20 Minuten garkochen. Dann Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und schälen.

Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse drücken und abkühlen lassen. Kartoffeln abgedeckt kaltstellen.

Am folgenden Tag für das Gulasch Sauerkraut in ein Sieb geben, kurz mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen.

Die Schweineschulter parieren, trockentupfen und in ca. 3 cm große Stücke schneiden.

Die Fleischwürfel mit Salz und Pfeffer würzen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen. Zwiebel in feine Würfel schneiden, Knoblauch hacken.

Butterschmalz in einem Bräter erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin anbraten.

Tomatenmark und Kümmel zugeben und anrösten.

Fleisch und Sauerkraut in Wechsel in den Bräter einschichten. Beide Paprikasorten jeweils darüber stäuben.

Etwa 375 ml Brühe oder Wasser zugeben. Nach Belieben Mehl darüber stäuben.

Lorbeerblatt, Piment, Wacholderkörner, Salz und Pfeffer ebenfalls zugeben. Das Gulasch zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 2,5 Stunden schmoren.

Inzwischen die Kartoffeln, Mehl und Ei in eine große Schüssel geben, mit etwas Muskatnuss und Salz würzen und mit den Knethaken des Handrührers oder in der Küchenmaschine kurz zu einem glatten Teig kneten.

Teig auf die leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, vierteln und jeweils zu 2 cm dicken Rollen formen. Rollen in 2 cm dicke Stücke schneiden, zwischen den Händen zu länglichen dicken Nudeln / Würstchen formen und auf ein bemehltes Blech legen.

In einem Topf reichlich Salzwasser aufkochen und die Kartoffelrollen ins kochende Wasser geben. Temperatur reduzieren und die Kartoffelrollen bei milder Hitze gar ziehen lassen.

Die Kartoffelnudeln sind gar, wenn sie an der Oberfläche schwimmen. Kartoffelnudeln mit einer Schaumkelle herausheben, abschrecken und abtropfen lassen.

Die Kartoffelnudeln zum Servieren in einer Pfanne in heißem Butterschmalz leicht anbraten und eventuell leicht salzen.

Petersilie abrausen, trockenschütteln, Blättchen abzupfen und nicht zu fein hacken Gulasch vor dem Servieren nochmal abschmecken und jeweils mit einem Klecks saurer Sahne und Petersilie bestreut anrichten. Die Kartoffelnudeln dazu reichen.

Rainer Klutsch am 23. November 2023

Vegetarisch

Flammkuchen-Taschen mit Lauchzwiebeln und Gouda

Für 4 Personen

Für den Teig:

300 g Weizenmehl	405	5 EL Olivenöl	200 ml Wasser
Salz		1 Eigelb (M)	2 EL Milch

Für die Füllung:

4 Lauchzwiebeln	1 Bund Schnittlauch	8 Tomaten, getrocknet
1 EL Rapsöl	Salz	Pfeffer
200 g Schmand	125 g Gouda, gerieben	Paprikapulver, edelsüß

Für den Salat:

1 Salatgurke	Salz	$\frac{1}{2}$ Bund Dill
1 Zitrone	200 g Naturjoghurt	$\frac{1}{2}$ TL Honig

Außerdem:

Butterschmalz

Für den Teig Mehl, Öl, Wasser und 2 Prisen Salz in einer Schüssel mischen. Mit den Knethaken eines Handrührgerätes zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten und kurz ruhen lassen (sollte der Teig zu fest sein, noch etwas Wasser, ist er zu weich, noch etwas Mehl unterkneten).

Für die Füllung Lauchzwiebel putzen, waschen und kleinschneiden.

Schnittlauch abbrausen, trockenschütteln und in Röllchen schneiden.

Getrocknete Tomaten fein würfeln.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Lauchzwiebeln darin ca. 2-3 Minuten andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen, etwas abkühlen lassen.

Für den Salat die Gurke schälen, in dünne Scheiben schneiden oder hobeln, leicht salzen und etwas ziehen lassen.

Dill abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Von der Zitrone den Saft auspressen. Joghurt mit Honig und Dill mischen.

Die Gurkenscheiben etwas ausdrücken, um überschüssige Flüssigkeit zu entfernen und unter den Dilljoghurt mischen. Mit Zitronensaft und Salz abschmecken.

Abgekühlte Lauchzwiebeln, Schnittlauch, getrocknete Tomaten, Schmand und die Hälfte vom Käse in einer Schüssel gut verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.

Teig in zwei Portionen teilen und ca. 2 mm dünn ausrollen.

Die Lauchzwiebelmasse auf einem der beiden ausgerollten Teige in Portionen verteilen, dabei zwischen den Portionen und zum Rand jeweils etwas Platz (ca. 1 cm) lassen. Freie Teigstreifen dünn mit Wasser bestreichen.

Die zweite ausgerollte Teigplatte passgenau auflegen und zwischen den Füllungen und an den Rändern gut festdrücken.

Dann an den Rändern entlang in Portionen schneiden, Rändern nochmal gründlich zusammendrücken.

Eigelb und Milch verquirlen und Teigtaschen damit bestreichen.

Jeweils etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Teigtaschen darin von beiden Seiten ca. 3-4 Minuten braten.

Zuletzt übrigen Käse auf die Teigtaschen streuen, Pfanne mit einem Deckel schließen und den Käse kurz anschmelzen lassen.

Teigtaschen aus der Pfanne nehmen, sofort anrichten und den Gurkensalat dazu servieren.

Rainer Klutsch am 08. Mai 2023

Gebratene Reiswürfel mit Pak Choi

Für 4 Personen:

Für die Reiswürfel:

250 g Sushi Reis	Salz	3 EL Reissessig
2 TL flüssiger Honig	100 g gemahlene Mandeln	3 EL

Für den Pak Choi:

1 Knoblauchzehe	5 g frischer Ingwer	1 rote Chilischote
1 Limette	4 Baby-Pak-Choi	2 EL helle Sesamsamen
2 EL Rapsöl	2 EL Teriyaki-Sauce	1 TL Honig
1 Spritzer geröstetes Sesamöl	Salz	

Der Reis sollte am Vortag gekocht und vorbereitet werden.

Am Vortag den Reis vorkochen. Dafür den Reis in einer Schüssel mit kaltem Wasser bedecken und mit den Händen 1-2 Minuten waschen. Anschließend das Wasser abgießen und den Vorgang wiederholen, bis das Wasser klar bleibt. Den Reis in einem Sieb abtropfen lassen.

Gewaschenen Reis mit 400 ml Wasser und 1 TL Salz in einem Topf aufkochen. Ein sauberes Geschirrtuch um den Topfdeckel wickeln und den Topf damit abdecken. Reis so bei schwacher Hitze etwa 20 Minuten quellen lassen.

In der Zwischenzeit eine rechteckige Form mit Frischhaltefolie auslegen.

Reissessig und Honig so lange verquirlen, bis sich der Honig gelöst hat. Diese Marinade über den gequollenen Reis träufeln und mit einem Holzlöffel locker unterheben. Den Reis etwa 4 cm hoch in die vorbereitete Form füllen und gut festdrücken, die Masse sollte dann noch 3 cm hoch sein und eine glatte Oberfläche haben. Die Form mit Frischhaltefolie abdecken und den Reis über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Am folgenden Tag den ausgekühlten Reis mithilfe der Folie aus der Form heben und in etwa 3 cm große Würfel schneiden.

Für das Gemüse Knoblauch und Ingwer schälen und fein reiben.

Chili längs halbieren, entkernen, waschen und fein hacken.

Limette halbieren und den Saft auspressen.

Pak Choi putzen, waschen und jeweils längs halbieren.

Sesam in einer Pfanne ohne Fett rösten, dann aus der Pfanne nehmen.

In einen tiefen Teller die gemahlene Mandeln geben und die Reiswürfel darin wenden.

In einer beschichteten Pfanne Rapsöl erhitzen und die Reiswürfel darin bei mittlerer Hitze langsam rundum goldbraun braten.

Zeitgleich in einer weiteren Pfanne Rapsöl erhitzen und Pak Choi darin kurz anbraten, Knoblauch, Ingwer und Chili kurz mitbraten. Mit Teriyaki-Sauce, Limettensaft und Honig ablöschen. Mit geröstetem Sesamöl aromatisieren und mit Salz abschmecken.

Die Reiswürfel und Pak Choi auf Tellern anrichten. Würzsud aus der Pfanne darüber träufeln und mit Sesam garnieren.

Rainer Klutsch am 13. Februar 2023

Gefüllte Kräuter-Kartoffel-Klößchen mit Parmesan-Soße

Für 4 Personen

Für den Klößchen-Teig:

700 g Kartoffeln, mehligk. Salz 1 Prise Muskatnuss
1 Ei 100 g Weizenmehl 405

Für die Füllung:

1 Zwiebel 1 Knoblauchzehe 1 EL Olivenöl
1 Bund Basilikum 1 Bund Schnittlauch 20 g Parmesan
200 g Ricotta Salz Pfeffer

Für die Sauce:

125 g Parmesan 200 g Sahne Salz
Pfeffer 1 Prise Muskatnuss

Kartoffeln schälen und in Salzwasser ca. 25-30 Minuten weichkochen.

In der Zwischenzeit für die Füllung Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln und den Knoblauch darin anschwitzen.

Basilikum abwaschen, trocken schütteln und die Blätter von den Stielen zupfen, für die Deko einige Blätter zur Seite legen, die restlichen Blätter klein schneiden. Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Parmesan fein reiben.

In einer Schüssel Ricotta, Parmesan, geschnittenes Basilikum, Schnittlauch, angeschwitzte Zwiebeln und Knoblauch vermischen und die Masse mit wenig Salz und Pfeffer abschmecken.

Die weich gekochten Kartoffeln abgießen, gut abtropfen und ausdampfen lassen.

Dann die Kartoffeln durch die Kartoffelpresse drücken, mit Salz und Muskatnuss würzen.

Das Ei und das Mehl hinzugeben und mit den Händen zu einer glatten Masse kneten. Sollte der Teig zu klebrig sein, noch etwas Mehl hinzugeben.

Aus dem Teig eine Rolle von ca. 5 cm Durchmesser formen.

Von der Rolle jeweils ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Teigscheiben in die bemehlte Hand legen. Einen Teelöffel der Füllung in die Mitte geben, mit dem Teig umschließen und zu einer Kugel formen. Das Klößchen auf eine leicht bemehlte Unterlage legen und aus dem restlichen Teig und Füllung weitere Klößchen formen.

In einem breiten Topf Salzwasser zum Kochen bringen, dann die Hitze reduzieren.

Die Klößchen im siedend heißen Salzwasser garen, bis sie an die Oberfläche steigen.

Dann herausnehmen und abtropfen lassen.

Für die Sauce den Parmesan fein reiben.

Die Sahne in einem flachen Topf aufkochen. Die Hitze reduzieren, die Sahne darf nicht mehr kochen und den Parmesan unter Rühren hineingeben. Mit wenig Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Die gegarten Klößchen in der heißen Sauce schwenken, dann direkt auf Teller geben.

Mit den restlichen Basilikumblättern dekorieren.

Rainer Klutsch am 04. Mai 2023

Gefüllte Tomaten

Für 4 Personen:

8 mittelgroße Tomaten	Salz	Zucker
Gemüsebrühe	1 rote Zwiebel	1 kleine Zucchini
2 Knoblauchzehen	Olivenöl	Pfeffer
200 g Instant-Couscous	1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Basilikum
1/2 Bio-Zitrone	250 g Feta	

Tomaten kurz in kochendes Wasser geben, rasch wieder herausheben. Die Tomaten abziehen, dabei darauf achten, dass der grüne Stiel dranbleibt. Von den Tomaten jeweils das obere Viertel waagrecht abschneiden. Die Tomaten aushöhlen, das ausgehöhlte Fruchtfleisch zur Seite stellen. Für die Füllung das ausgelöste Tomateninnere pürieren. Mit Salz und Zucker abschmecken und passieren. Die Flüssigkeit sollte in etwa der Couscousmenge entsprechen, evtl. noch etwas Gemüsebrühe zugeben.

Zwiebeln schälen, fein würfeln. Zucchini waschen, die Enden abschneiden und Zucchini in 5 mm große Würfel schneiden. Knoblauch schälen und fein schneiden.

2 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel darin anschwitzen, Zucchini und Knoblauch zugeben und mitanbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Wenn alles schön angebraten ist, die Tomatenflüssigkeit angießen, erhitzen und Couscous untermischen. Den Topf vom Herd ziehen. Petersilie und Basilikum abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen fein schneiden.

Kräuter unter den Couscous mischen. Ca. 15 Minuten quellen lassen. Zwischendurch öfter umrühren.

Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.

Couscous-Füllung mit Zitronenschale, -saft und etwas Olivenöl abschmecken. Feta etwas zerbröseln, 2/3 davon locker unter den Couscous mischen.

Tomaten von innen mit Olivenöl auspinseln, mit Salz und Zucker würzen. Die Couscous-Füllung darin verteilen.

Grillfunktion oder Oberhitze des Backofens auf 180 Grad vorheizen.

Gefüllte Tomaten in eine Auflaufform geben, mit restlichem Käse bestreuen.

Die Tomaten im Ofen ca. 5 Minuten erwärmen, dann die Tomatendeckel aufsetzen und alles servieren.

Rainer Klutsch am 27. Juli 2023

Gemüse-Striezel

Für 4 Personen:

1 rote Paprika	1 gelbe Paprika	4 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	200 g Zucchini
3 Zweige Thymian	2 Zweige Salbei	1 Knoblauchzehe
400 g frischer Pizza-Hefeteig	3 EL Sonnenblumen-Kürbiskernmix	

Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Paprika waschen, vierteln, entkernen und mit den Schalenseiten nach oben auf einem Backblech oder in einer großen Auflaufform verteilen.

Im heißen Backofen ca. 15 Minuten rösten, bis die Haut an den meisten Stellen dunkel wird und Blasen wirft, dabei den Röstzustand immer wieder kontrollieren.

Anschließend das Blech aus dem Ofen nehmen. Backofen zunächst wieder ausschalten.

Die Paprika mit einem nassen Küchentuch bedecken und abkühlen lassen. Dann die Schalen der Paprika abziehen.

Geschälten Paprika mit 1 EL Olivenöl mischen, leicht mit Salz und Pfeffer würzen.

Zucchini putzen, waschen, trockenreiben und in dünne Scheiben schneiden.

Thymian abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abstreifen. Salbei abbrausen, trocken tupfen, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Knoblauch schälen.

In einer Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen und die Zucchinischeiben darin goldbraun anbraten. Eine angedrückte Knoblauchzehe mitbraten. Zucchini mit Salz und Pfeffer würzen, Thymian untermischen.

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Den Teig direkt aus dem Kühlschrank verarbeiten und inklusive Backpapier auf dem Backblech entrollen und längs halbieren.

Die obere Teighälfte mit Paprika und Salbei belegen, dabei rundum einen Rand von ca. 2 cm freilassen.

Gebratene Zucchini auf der unteren Teighälfte verteilen und dabei ebenfalls einen Rand von ca. 2 cm aussparen.

Beide Teige von der langen Seite aus fest aufrollen.

Die beiden Teigstränge dann auf dem Blech miteinander verschlingen. Ende beider Streifen etwas andrücken.

Striezel mit etwas Olivenöl bestreichen. Kernmix grob hacken, überstreuen und leicht andrücken. Striezel im heißen Backofen auf unterster Schiene ca. 30 Minuten goldbraun backen.

Gemüsestriezel aus dem Backofen nehmen. Nach Belieben ofenwarm oder ausgekühlt in Stücke schneiden und servieren. Dazu passt ein frischer Blattsalat.

Rainer Klutsch am 14. August 2023

Gemüse-Strudel mit Senf-Dip

Für 4 Personen:

Für den Teig:

250 g Weizenmehl Type 550 125 ml Wasser, lauwarm Salz
3 EL Rapsöl 60 g Butter

Für die Füllung:

300 g Champignons 300 g Karotten 300 g Petersilienwurzeln
180 g Lauch 2 Knoblauchzehen 4 EL Rapsöl
Pfeffer Salz Wacholder, gemörsert
150 g Emmentaler 100 g Röstzwiebeln, gekauft 1 Bund Petersilie
2 EL Semmelbrösel 2 EL Röstzwiebeln, gekauft

Für den Senf-Dip:

200 g Schmand 2 EL Senf, körnig 1 EL Senf, scharf
Honig Salz Pfeffer

Für den Teig Mehl, Wasser, Salz und Öl zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig abdecken und ca. 30 Minuten ruhen lassen.

Für die Füllung Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Karotten, Petersilienwurzeln schälen, abbrausen, trocknen. Wurzeln längs halbieren, schräg in 1 cm breite Scheiben schneiden.

Lauch putzen, längs halbieren und abbrausen. Lauch in 1 cm breite Halbringe schneiden.

Knoblauch abziehen und hacken.

In einer Pfanne 2 EL Öl erhitzen, die Wurzeln portionsweise darin bei mittlerer Hitze etwa 3 Minuten anbraten. Mit Pfeffer, Salz und Wacholder würzen und beiseitestellen.

Pilze in 2 EL Öl ebenso 2 min. anbraten. Lauch zugeben, 2 min. braten. Knoblauch zugeben, mit Pfeffer, Salz würzen. Wurzeln untermischen und alles etwas abkühlen lassen.

Emmentaler reiben, Petersilie abbrausen, trockenschütteln, fein schneiden. Butter in einem kleinen Topf schmelzen lassen.

Gemüsemischung evtl. etwas abtropfen lassen. Mit Semmelbröseln, Petersilie, Röstzwiebeln und Käse mischen.

Den Strudelteig auf einem leicht mehlierten Küchentuch etwa 2 mm dünn ausrollen und dann ganz dünn über die gesamte Arbeitsfläche ziehen.

Die Füllung auf der unteren Hälfte gleichmäßig verteilen, dabei eine Rand, ca. 1 cm frei lassen.

Den Teig mit Hilfe des Tuchs aufrollen und die Ränder andrücken.

Strudel mit der Naht nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. Strudel mit der flüssigen Butter bestreichen.

Strudel auf der mittleren Schiene, bei 200 Grad Ober- und Unterhitze (nach ca. der Hälfte der Backzeit auf 180 Grad herunterschalten) ca. 30-40 Minuten goldbraun backen.

Inzwischen für den Senf-Dip Schmand, beide Senfsorten, Honig, Salz und Pfeffer verrühren.

Strudel aus dem Ofen nehmen, kurz ruhen lassen und mit dem Senf-Dip anrichten und servieren.

Tipp: Röstzwiebeln selbst zubereiten ist ganz einfach: 2-3 Zwiebeln abziehen und in Würfel oder dünne Spalten schneiden. 200 ml Rapsöl erhitzen. Zwiebeln darin goldbraun frittieren. Herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Für den Strudel sind 2 EL Röstzwiebeln vorgesehen. Wer Röstzwiebeln liebt, kann auch gerne 3 oder 4 EL Röstzwiebeln zugeben.

Übrige Röstzwiebeln halten sich luftdicht verschlossen ca. 1-2 Wochen.

Rainer Klutsch am 15. November 2023

Gratinierter Spargel mit Parmesan

Für 4 Personen

180 g Parmesan	1 Bund Schnittlauch	150 g weiche Butter
1 Kopfsalat (oder Bataviasalat)	1 kg weißer Spargel	Salz
1 TL Zucker	1/2 Bio-Zitrone	2 EL weißer Balsamico
Pfeffer	3 EL Olivenöl	1/2 Bund Kerbel

Den Parmesan fein reiben. Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln. Schnittlauch fein schneiden.

Weiche Butter mit Parmesan und der Hälfte vom Schnittlauch vermischen. Die Würzbuttermischung zu einer Rolle formen und zugedeckt kalt stellen.

Den Salat putzen, waschen und vorsichtig trockenschleudern.

Den Spargel schälen und eventuell holzige oder trockene Enden abschneiden.

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

In einem Topf Wasser aufkochen, mit etwas Salz und Zucker aromatisieren und den Spargel darin ca. 4 Minuten bissfest garen. Dann herausnehmen, abtropfen und in eine flache Auflaufform oder auf ein Backblech legen.

Tipp:

Wer mag kann ca. 60 g gekochten Schinken in feine Würfel schneiden, über den Spargel streuen und darauf die Parmesanbutter verteilen.

Die kalte Parmesanbutter in dünne Scheiben schneiden und diese auf den Spargel legen.

Im vorgeheizten Backofen auf der obersten Schiene den Spargel ca. 10 Minuten goldbraun backen.

In der Zwischenzeit für das Salatdressing Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und etwas Schale abreiben.

Zitronenschale mit Balsamico, einer Prise Salz und Pfeffer in einer Schüssel verrühren, dann das Olivenöl unterrühren und restlichen Schnittlauch untermischen.

Kurz vor dem Servieren den Salat mit dem Dressing vermischen.

Kerbel abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

Gratinierten Spargel mit Kerbel bestreuen, anrichten und den Salat dazu servieren.

Rainer Klutsch am 02. Juni 2023

Käse-Spätzle mit Feldsalat

Für 4 Personen

Für die Käsespätzle:

400 g Weizenmehl, 405	6 Eier	Salz
2 Zwiebeln	250 g Bergkäse	50 g Butter
Pfeffer	150 ml Milch	60 g Sahne

Für den Salat:

100 g Feldsalat	2 EL Apfelessig	1 Prise Zucker
Salz	Pfeffer	3 EL Rapsöl
1 EL Walnussöl		

Für die Spätzle das Mehl in eine Schüssel geben, die Eier aufschlagen und zugeben. 1 Prise Salz aufstreuen. Alles mit einem Kochlöffel vermengen und so lange schlagen, bis ein glatter Teig entstanden ist. Die Teigschüssel abdecken und den Teig 30 Minuten ruhen lassen.

Einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Ein Spätzlebrett kurz ins kochende Wasser tauchen, darauf ca. 2 EL Teig geben. Den Teig mit einem ebenfalls angefeuchteten Teigschaber zuerst flach streichen und dann dünne Streifen ins kochende Wasser schaben. Sobald die Spätzle gar sind, steigen sie an die Wasseroberfläche.

Die Spätzle mit einem Sieblöffel/Schaumkelle aus dem kochenden Wasser herausnehmen und kurz in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben. Anschließend absieben. Das Ganze so lange wiederholen, bis der gesamte Teig zu Spätzle verkocht ist.

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden.

Käse reiben.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen oder Grillfunktion auf mittlere Stufe einschalten.

Zwiebeln in einer Pfanne in 40 g heißer Butter goldbraun rösten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Eine Auflaufform mit Butter einfetten.

Milch und Sahne in einen Topf geben, erhitzen und die Hälfte der gebratenen Zwiebeln zugeben. Eine Schicht Spätzle in die Auflaufform geben, etwas gerieben Käse darauf verteilen und etwas von der Zwiebelmilch angießen. Dann eine zweite Schicht Spätzle, etwas Käse und etwas Zwiebelmilch in die Form geben und eine letzte Schicht Spätzle und die restliche Zwiebelmilch einschichten.

Alles mit übrigem Käse bestreuen und in den vorgeheizten Ofen geben. Die Käsespätzle ca. 20 Minuten im Ofen garen, bis der Käse goldgelb geschmolzen ist.

Feldsalat putzen, waschen und gut abtropfen lassen.

Die restlichen Zwiebeln nochmals kurz in der Pfanne erwärmen und knusprig braten.

Für die Salatsauce in einer Schüssel Essig, Zucker, etwas Salz und Pfeffer verrühren, das Raps- und Walnussöl zugeben, mit einem Schneebesen verrühren, den Salat dazugeben und vermengen. Käsespätzle aus dem Ofen nehmen, die Zwiebeln darauf anrichten und servieren. Dazu den Salat servieren.

Rainer Klutsch am 06. Dezember 2023

Moussaka mit buntem Salat

Für 4 Personen:

300 g Kartoffeln, festk.	Salz	600 g Auberginen
8 EL Olivenöl	4 Fleischtomaten	1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen	1 EL Mehl	350 ml Milch
1 Lorbeerblatt	1 Zweig Rosmarin	500 g mageres Hackfleisch
1 Prise Zimt	Pfeffer	150 g Feta
50 g griech. Joghurt (10 %)	1 Zitrone	1 TL flüssiger Honig
1 rote Zwiebel	1 Salatgurke	100 g schwarze Oliven

Die Kartoffeln waschen und in einem Topf in kochendem Salzwasser knapp garen. Kartoffeln abgießen und pellen.

Die Auberginen waschen, der Länge nach in 5 mm dünne Scheiben schneiden. Auberginenscheiben salzen und 10- 15 Minuten ziehen lassen.

Die Auberginenscheiben trocken tupfen. In einer Pfanne 3 EL Olivenöl portionsweise erhitzen. Die Auberginenscheiben darin von beiden Seiten braun anbraten (oder die Scheiben mit Olivenöl bepinseln, auf ein Backblech geben und im Backofen bei 180 Grad garen).

Von den Tomaten 2 Stück am Stielansatz einritzen, mit kochendem Wasser überbrühen, häuten, entkernen und würfeln. Die Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden.

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln.

In einem Topf 1 EL Olivenöl erhitzen. Das Mehl einstreuen und anschwitzen. Unter Rühren mit Milch aufgießen.

Leicht salzen und Lorbeerblatt zugeben. Die Sauce ca. 5 Minuten köcheln lassen, zwischendurch öfter umrühren.

Rosmarin abbrausen und trocken schütteln, Nadeln abzupfen und fein hacken.

In einer Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen. Das Hackfleisch darin unter Wenden krümelig braun anbraten. Mit Zimt, Salz, Pfeffer und Rosmarin würzen. Zwiebel und Knoblauch zugeben und einige Minuten mitbraten. Dann die Tomatenwürfel zugeben.

Feta zerbröseln. Die Sauce mit Joghurt und der Hälfte vom Feta verrühren und abschmecken.

Den Backofen auf 250 Grad Oberhitze vorheizen.

Eine feuerfeste Form mit etwas Olivenöl ausgepinseln. Im Wechsel Kartoffel-, Auberginenscheiben und Hackfleisch einschichten. Die Sauce darüber gießen und restlichen, zerbröselten Käse darauf verteilen. Moussaka im heißen Backofen ca. 15 Minuten überbacken.

Inzwischen für den Salat von der Zitrone den Saft auspressen. Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Honig und übriges Olivenöl zu einem Dressing verquirlen.

Rote Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Übrige Tomaten waschen, trockenreiben, putzen und in grobe Würfel schneiden. Gurke waschen, trockenreiben, putzen und ebenfalls grob würfeln.

Zwiebelringe, Tomaten- und Gurkenwürfel unter das Dressing mischen. Oliven zugeben.

Die Moussaka in Portionen teilen und auf Tellern anrichten. Den Garten-Salat dazu servieren.

Rainer Klutsch am 01. August 2023

Überbackener Pilz-Toast

Für 4 Personen

1 Kopfsalat	Olivenöl	8 Scheiben Toastbrot
1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	500 g gemischte Speisepilze
1 Bund glatte Petersilie	Salz	Pfeffer
70 g Butter	40 g Parmesan	1 Bund Schnittlauch
80 ml Weißwein	3 Eigelb	3 Tomaten
2 EL Apfelessig	1 Prise Zucker	

Salat putzen, waschen und abtropfen lassen.

Etwas Olivenöl portionsweise in einer Pfanne erhitzen, die Toastbrotsscheiben darin nach und nach von beiden Seiten goldgelb anrösten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Schalotte und Knoblauch schälen und fein schneiden.

Pilze putzen und in dünne Scheiben schneiden.

Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen. Die Schalottenwürfel darin andünsten. Knoblauch und Pilze zugeben und mit anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und Petersilie untermischen.

Für die Sauce die Butter in einem Topf schmelzen und bräunen. Den Parmesan fein reiben. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden.

Weißwein und Eigelbe in einen Schlagkessel geben und mit einem Schneebesen über einem heißen Wasserbad schaumig aufschlagen, bis die Mischung dicklich wird.

Schüssel vom Wasserbad nehmen. Die braune flüssige Butter langsam unter den Eischaum rühren. Parmesan und Hälfte Schnittlauch untermischen. Die Sauce mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Höchste Stufe Oberhitze oder Grillfunktion des Backofens vorheizen.

Brotsscheiben nebeneinander auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und die Pilze darauf verteilen.

Sauce auf die Pilzmasse geben und im heißen Backofen kurz gratinieren.

Tomaten waschen, trockenreiben, den Stielansatz ausschneiden und die Tomaten in sehr dünne Scheiben schneiden.

Tomaten mit Essig, 3 EL Olivenöl, etwas Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker marinieren.

Salatblätter und restlichen Schnittlauch vorsichtig untermischen.

Die Pilztoasts und Salat anrichten.

Rainer Klutsch am 09. November 2023

Walnuss-Ravioli mit Rotkohl-Salat

Für 4 Personen:

Für den Nudelteig:

200 g Weizenmehl (Type 405)	100 g Hartweizengrieß	1 Prise Salz
3 Eier	2 EL Wasser	1 EL Olivenöl

Für den Salat:

650 g Rotkohl	1 Schalotte	1 Bio-Orange
1 TL Johannisbeerkonfitüre	60 ml dunkler Balsamico-Essig	50 ml Sonnenblumenöl
50 ml Walnussöl	Salz	Pfeffer
Muskatnuss, frisch gerieben	1 Prise Zucker	

Für die Füllung:

1 Apfel	1 Zwiebel	4 EL Butter
100 g Walnusskerne	150 g Gouda	Salz, Pfeffer
1 Bund glatte Petersilie		

Für den Nudelteig Mehl und Grieß mischen. Salz, die Eier, Wasser und das Öl zugeben und alles zu einem glatten und geschmeidigen Teig verkneten. Falls der Teig zu fest ist, löffelweise noch etwas Wasser unterkneten.

Den Teig zu einer Kugel formen und zugedeckt 30 Minuten ruhen lassen.

In der Zwischenzeit für den Salat vom Rotkohl evtl. unschöne Außenblätter entfernen, Kohl waschen, gut abtropfen, vierteln, den Strunk entfernen und den Kohl in hauchdünne Streifen schneiden oder hobeln.

Schalotte schälen und in feine Streifen schneiden.

Die Orange heiß abwaschen, abtrocknen, von etwa der Hälfte die Schale abreiben und anschließend den Saft der Orange auspressen.

Rotkohl- und Schalottenstreifen in ein Schüssel geben und vermengen. Dann Orangenabrieb, -saft, Johannisbeerkonfitüre, Balsamico, Sonnenblumen- und Walnussöl zugeben. Mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und einer Prise Zucker würzen und alles gut durchkneten.

Den Salat mindestens 30 Minuten ruhen lassen und dann nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Füllung Apfel waschen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und das Apfelfruchtfleisch fein würfeln.

Die Zwiebel schälen und fein würfeln.

Die Hälfte der Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel- und Apfelwürfel darin anbraten. Einige Walnusskerne zur Dekoration beiseitestellen. Restliche Walnüsse sehr fein hacken.

Den Käse fein würfeln oder reiben, mit den gehackten Walnüssen und dem Apfel-Zwiebel-Mix vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Nudelteig mit der Nudelmaschine oder dem Nudelholz in dünne Bahnen ausrollen, jeweils 1 TL Füllung mit etwas Abstand auf die Nudelbahn setzen. Die Teigränder mit Wasser einpinseln, den Teig überklappen und Ravioli ausschneiden. In einem Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.

Ravioli im kochenden Salzwasser ca. 3 Minuten garen. Die gegarten Ravioli mit einer Siebkelle aus dem Wasser heben und abtropfen lassen.

Restliche Butter in einer Pfanne schmelzen. Ravioli darin direkt vor dem Servieren warm schwenken und Petersilie darüber streuen.

Rainer Klutsch am 09. Januar 2023

Weißer Bohnen-Salat mit Tomaten und Rucola

Für 4 Personen:

150 g dicke Bohnenkerne, getrocknet	1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen
7 EL Olivenöl	1 Zweig Rosmarin	Salz
Pfeffer	2 rote Zwiebeln	20 ml Himbeeressig
1 Prise Zucker	2 Stangen Staudensellerie	3 Strauchtomaten
200 g Weißbrot	1 Bund Rucola	1 Bund glatte Petersilie
1 Bund Basilikum	2 EL heller Balsamico	

Die Bohnen in einer Schüssel mit reichlich Wasser (ca. 1 l) über Nacht einweichen.

Vor dem Kochen die Bohnen abgießen.

Zwiebel und eine Knoblauchzehe schälen und sehr fein schneiden.

In einem Topf mit 1 EL Olivenöl Zwiebeln und Knoblauch andünsten. Die eingeweichten Bohnen zugeben und mit ca. 700 ml Wasser auffüllen, aufkochen. Rosmarinzweig zugeben und die Bohnen zugedeckt bei milder Hitze weichkochen (dauert ca. 1,5 Stunden).

Dann die weich gekochten Bohnen abschütten. Rosmarin entfernen. Bohnenkerne mit Salz und Pfeffer würzen und lauwarm abkühlen lassen.

Rote Zwiebeln abziehen und in feine Ringe schneiden.

Himbeeressig und 1 Prise Zucker in einer Schüssel verrühren, bis sich der Zucker gelöst hat. Die Zwiebelringe untermischen und ziehen lassen.

Staudensellerie waschen, putzen und in 1 cm große Stücke schneiden.

Die Tomaten vierteln, den Strunkansatz und die Kerne entfernen. Dann die Tomatenstücke nochmals halbieren.

Das Brot in etwa 23 cm große Würfel schneiden.

In einer Pfanne 3 EL Olivenöl erhitzen. Die Brotwürfel darin unter Wenden etwas anrösten, eine angedrückte Knoblauchzehe mit in die Pfanne geben.

Geröstetes Brot auf einen Teller geben und leicht salzen.

Rucola abrausen, trocken schütteln und evtl. grobe Stiele entfernen.

Petersilie und Basilikum abrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen, nach Belieben grob hacken.

Rucola, Kräuter, rote Zwiebeln, Staudensellerie, Tomaten und Bohnen in einer großen Salatschüssel vorsichtig miteinander vermengen.

Aus Balsamico, Salz, Pfeffer und restlichem Öl ein Dressing mixen, abschmecken.

Das Dressing über die Salatzutaten träufeln. Die Brotwürfel über den Salat streuen und den Salat servieren.

Rainer Klutsch am 08. Juni 2023

Verschiedenes

Brennnessel-Pesto

20 g Walnusskerne 20 g Sonnenblumenkerne 80 g zarte Brennnesseltriebe
1 Knoblauchzehe 50 g Parmesan 100 ml Olivenöl
Salz

Walnuss- und Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Fett kurz rösten und abkühlen lassen. Brennnesseltriebe verlesen, gut waschen, abtropfen lassen und mit einem Küchenpapier trocken tupfen.

Knoblauch schälen und vierteln.

Parmesan fein reiben.

Parmesan, Brennnesseln, Walnuss- und Sonnenblumenkerne, Knoblauch, Olivenöl und 1 Prise Salz in einen Mixbecher geben und mit dem Pürierstab zu einem feinen Pesto verarbeiten.

Hinweis:

Damit man die Brennnesseln ohne Irritationen im Mund genießen kann, müssen die Brennhaare abgebrochen werden. Beim Pürieren werden diese mechanisch abgebrochen.

Das Pesto in saubere verschließbare Gläser füllen. Es hält sich ca. 2-3 Wochen im Kühlschrank.

Rainer Klutsch am 20. April 2023

Wurst-Schinken

Bratwurst im Blätterteig mit Wirsing

Für 4 Personen:

Für die Würste:

350 g Blätterteig 2 EL Pflanzenöl 4 grobe Schweinsbratwürste, (80 g)
1 Ei

Für den Wirsing:

400 g Wirsing 1 EL Butterschmalz 200 g Sahne
Salz Pfeffer 1 Prise Muskat

Für die Sauce:

1 Zwiebel 2 EL Butter 1 EL Weizenmehl, (405)
200 ml Gemüsebrühe Salz, Pfeffer 1/2 Bund glatte Petersilie

Blätterteig gegebenenfalls auftauen lassen.

In einer Pfanne das Öl erhitzen und die Bratwürste darin kurz von allen Seiten anbraten, bis sie etwas Farbe angenommen haben. Dann aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Den Blätterteig dünn ausrollen, so zurechtschneiden, dass man die Würste darin gut einwickeln kann.

Die Würste einzeln, wie kleine Päckchen, in den Blätterteig einwickeln und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.

Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Das Ei verquirlen und die Wurstpäckchen damit bepinseln. Das Blech in den vorgeheizten Ofen geben und die Wurst-Päckchen ca. 20 Minuten goldbraun backen.

In der Zwischenzeit vom Wirsing den Strunk ausschneiden, die Blätter waschen, abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden.

In einer tiefen Pfanne Butterschmalz erhitzen. Wirsingstreifen darin kurz andünsten, dann Sahne angießen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Sahne bei mittlerer Hitze einkochen lassen und den Wirsing dabei weichkochen.

Für die Sauce die Zwiebel schälen und fein schneiden.

In einem Topf die Butter erhitzen. Zwiebel darin anschwitzen, mit Mehl bestäuben. Gemüsebrühe unter Rühren zugießen und alles gut verrühren. Unter Rühren die Sauce ca. 6 Minuten köcheln lassen.

Die Sauce mit einem Pürierstab leicht pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Petersilie abspülen, trockenschütteln, fein schneiden und unter die Sauce mischen.

Die Bratwurstpäckchen aus dem Ofen nehmen.

Zum Anrichten die Blätterteigwürste schräg anschneiden, auf Teller geben, mit der Sauce umgießen und den Wirsing dazugeben.

Tipp:

Wer seine eigenen Bratwürste machen will braucht dafür einen Fleischwolf mit Wurstaufsatz und ca. 1 m Naturdarm (für Würste). Und so werden sie gemacht: Für 10 selbst gemachte Bratwürste 3 Knoblauchzehen schälen und mit etwas Salz bestreuen. Mit einem Messerrücken den Knoblauch zu einem Mus zerdrücken. 1 kg gemischtes Hackfleisch mit dem zerdrückten Knoblauch und 125 ml lauwarmen Wasser zu einem luftigen lockeren Brät verkneten. Die Masse mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen. Den Fleischwolf mit dem Wurstaufsatz an eine Tischkante montieren, ca. 1 m Naturdarm auf den Wurstaufsatz ziehen. Das Ende des Naturdarms gut verknoten. Das Brät durch den Fleischwolf in den Wurstdarm drücken, in der gewünschten Länge die Wurst abdrehen. Dann die nächste Wurst durch den Fleischwolf drücken. Diese nun in der anderen Richtung abdrehen. So weiter verfahren, bis das Brät aufgearbeitet ist. Anschließend den Darm vom Wurstaufsatz abziehen und am Ende der letzten Wurst wieder verknoten. Den

Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Würste in eine Auflaufform mit etwas Wasser geben, und im vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten garen.

Rainer Klutsch am 01. März 2023

Brezelknödel auf Pilzragout

Für 4 Personen

Für die Knödel:

300 g Brezeln	1 Zwiebel	50 g Speck
1 EL Butter	150 ml Milch	Salz
Pfeffer	1/2 Bund glatte Petersilie	2 Eier
Muskat	Semmelbrösel	

Für das Pilzragout:

300 g Speisepilze	1 Knoblauchzehe	1 Zwiebel
2 EL Butter	Salz	Pfeffer
250 ml Gemüsebrühe	1 TL Speisestärke	200 g Sahne
1 Bund Schnittlauch	1/2 Bund glatte Petersilie	

Für die Knödel das Salz von den trockenen Brezeln entfernen. Die Brezeln in grobe Stücke schneiden und in eine Schüssel geben.

Die Zwiebel schälen und fein würfeln.

Den Speck in feine Würfel schneiden.

In einer Pfanne die Butter schmelzen, Zwiebel- und Speckwürfel zugeben und sacht glasig dünsten.

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

Petersilie abspülen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.

In einem weiten Topf leicht gesalzenes Wasser aufkochen.

Die Eier verquirlen und mit der Petersilie zur Brezelmasse geben. Alles mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und gut vermengen.

Aus der Masse mit angefeuchteten Händen Knödel formen und diese im Topf in siedendem Salzwasser ca. 15 Minuten garen.

Tipp: Es empfiehlt sich zunächst einen Probeknödel zu machen. Zerfällt dieser im Wasser, noch etwas Semmelbrösel unter die Masse mischen.

Für das Pilzragout die Pilze ggf. abbürsten, putzen und dann in Scheiben schneiden.

Knoblauch schälen und fein durchpressen. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden.

In einem breiten Topf oder einer tiefen Pfanne die Butter schmelzen, Zwiebeln darin glasig andünsten. Die Pilze zugeben und alles anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Knoblauch würzen. Mit der Gemüsebrühe ablöschen.

Die Stärke und 1 EL Wasser glatt verrühren, unter die Pilze mischen, sacht köchelnd leicht abbinden lassen.

Die Sahne halbfest aufschlagen und unter die Pilze ziehen.

Schnittlauch und Petersilie abrausen und trocken schütteln. Schnittlauch in feine Röllchen, Petersilie fein schneiden. Die Kräuter unter das Pilzragout mischen.

Das Pilzragout auf Teller geben und die gegarten Knödel darauf anrichten.

Rainer Klutsch am 26. Oktober 2023

Brot-Pfanne mit Endivien-Salat

Für 4 Personen:

Für den Salat:

1 Endiviensalat	1/2 Bund Schnittlauch	3 EL Weißweinessig
2 TL scharfer Senf	50 ml Rapsöl	Salz
Pfeffer	1 Prise Zucker	

Für die Brot-Pfanne:

3 Zwiebeln	1 Bund glatte Petersilie	4 EL Butterschmalz
1 TL Kümmel	300 g Roggenbrot	5 Eier
50 g Schlagsahne	Salz	Pfeffer
150 g gekochter Schinken	100 g Bergkäse	

Vom Salat die Blätter ablösen, diese waschen und gut abtropfen lassen. Anschließend die Salatblätter in feine Streifen schneiden.

Für die Brotpfanne die Zwiebeln schälen und fein schneiden.

Petersilie abbrausen, trockenschütteln, Blätter abzupfen und fein schneiden.

In einer Pfanne 1 EL Butterschmalz erhitzen und die Zwiebeln darin braun rösten. Petersilie und Kümmel dazugeben, Pfanne vom Herd ziehen.

Das Brot in ca. 1 cm dicke Scheiben, diese in etwa 2 cm große Würfel schneiden.

In einer großen Pfanne 1 EL Butterschmalz erhitzen und die Brotwürfel darin ca. 5 Minuten knusprig rösten.

In der Zwischenzeit die Eier aufschlagen und mit der Sahne verquirlen.

Zwiebel-Petersilien-Mischung dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Restliches Butterschmalz in die Pfanne mit den Brotwürfeln geben und alles mit der Eiermasse übergießen.

Zugedeckt bei kleiner Hitze die Eier zunächst ca. 6 Minuten stocken lassen.

Währenddessen den Schinken klein würfeln. Den Bergkäse fein reiben.

Schinken und Käse über die Brotpfanne streuen und zugedeckt bei schwacher Hitze weitere ca. 6 Minuten garen, bis die Eiermasse gestockt ist.

Für das Salatdressing den Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Aus Essig, Senf, Rapsöl, etwas Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker ein Dressing rühren. Salat und Dressing mischen.

Zum Servieren die Brotpfanne in 4 Portionen teilen und auf Teller geben. Den Salat dazu reichen.

Rainer Klutsch am 23. Januar 2023

Kürbis-Torte mit Speck

Für 4 Personen

600 g Hokkaido-Kürbis	1 mittelgroße Zwiebel	100 g Speck in Scheiben
1 EL Pflanzenöl	50 ml Gemüsebrühe	Salz
Pfeffer	Paprikapulver, edelsüß	Butter
2 EL Semmelbrösel	20 g Kürbiskerne, geschält	100 g Emmentaler am Stück
3 Stiele Salbei	5 Zweige Thymian	5 Eier
250 g Magerquark		

Außerdem:

1 Torten-Springform

Den Hokkaido-Kürbis waschen, trockenreiben, halbieren und das Kerngehäuse auskratzen. Kürbishälften nochmals halbieren und dann auf der Küchenreibe grob raspeln.

Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden.

Die Speckscheiben in feine Streifen schneiden.

In einer großen Pfanne oder einem Topf das Öl erhitzen und die geschnittene Zwiebel mit dem Speck darin anschwitzen. Die Kürbisraspel dazugeben, mit Gemüsebrühe ablöschen und ca. 4 Minuten köcheln lassen.

Dann die Pfanne vom Herd nehmen, die Kürbismischung mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken und abkühlen lassen.

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

In der Zwischenzeit eine Torten-Springform (26 -28 cm Durchmesser) mit Butter einfetten und mit Semmelbröseln ausstreuen.

Die Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten.

Emmentaler fein reiben.

Salbei und Thymian abbrausen, trockenschütteln, die Blätter abnehmen und grob schneiden.

Die Eier in einer Schüssel aufschlagen und verquirlen.

Unter die abgekühlte Kürbismischung den Quark, Eier, geriebenen Käse, Kräuter, geröstete Kürbiskerne mischen und anschließend in die Springform geben.

Anschließend die Torte für ca. 45 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben.

Die Torte in Stücke schneiden und nach Belieben mit Salat servieren.

Rainer Klutsch am 02. November 2023

Leberkäse-Geschnetzeltes mit Spiegelei

Für das Geschnetzelte:

400 g Champignons	1 rote Paprika	2 Zwiebeln
500 g Leberkäse	2 EL Butterschmalz	1 EL Butter
Salz	Pfeffer	1 TL Mehl
300 ml Fleischbrühe	200 g Sahne	1 Bund glatte Petersilie

Für die Spiegeleier:

2 EL Butterschmalz	4 frische Eier	Salz , Pfeffer
--------------------	----------------	----------------

Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden.

Paprika waschen, putzen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und Paprika in feine Streifen schneiden.

Zwiebeln abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden.

Leberkäse zunächst in 1 cm dicke Scheiben, dann diese in 1 cm breite Streifen schneiden.

Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Die Leberkäsestreifen darin portionsweise kurz und kräftig anbraten, dann aus der Pfanne nehmen, in eine flache Form geben und beiseite stellen.

Dann die Pilze direkt ins Bratfett der Pfanne geben, die Butter zugeben und die Pilze anbraten.

Die Zwiebeln und Paprikastreifen zugeben, alles anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Dann das Gemüse mit Mehl bestäuben. Mit Brühe ablöschen und unter gelegentlichem Rühren die Flüssigkeit um etwa ein Viertel einkochen lassen.

Anschließend die Sahne zugeben und alles leicht sämig einkochen.

Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Für die Spiegeleier in einer zweiten Pfanne Butterschmalz erhitzen, die Eier hineinschlagen und zu Spiegeleiern braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Leberkäsestreifen in die heiße, nicht mehr kochende Sauce geben und nochmals erwärmen. Petersilie untermischen.

Geschnetzeltes und Sauce anrichten, jeweils ein Spiegelei darauf geben. Dazu passt frisches Bauernbrot.

Rainer Klutsch am 27. Juni 2023

Maultaschen-Auflauf mit Spinat

Für 6 Personen

Für den Maultaschenteig:

250 g Weizenmehl, 405 2 Eier 1 Prise Salz
Mehl

Für die Maultaschenfüllung:

100 ml Milch	2 Brötchen vom Vortag	150 g Blattspinat
Salz	1 Zwiebel	100 g durchw. Speck
1 Bund glatte Petersilie	2 EL Butterschmalz	250 g Hackfleisch
200 g Bratwurstbrät	1 Ei	Pfeffer
1 Prise Muskatnuss	1 Ei	1 EL weiche Butter
500 g Blattspinat	2 rote Zwiebeln	2 EL Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	1 Prise Muskatnuss
250 ml Gemüsebrühe	150 g Sahne	200 g Bergkäse

Für den Teig das Mehl auf ein Brett häufen oder in eine Schüssel geben, in der Mitte eine Mulde eindrücken. Die Eier und eine Prise Salz zugeben und alles zu einem festen Teig kneten. Den Teig abgedeckt ca. 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Für die Füllung Milch erhitzen. Brötchen in Scheiben schneiden, in eine Schüssel geben.

Milch überträufeln und zugedeckt einweichen (Schüssel z. B. mit einem Teller bedecken).

Spinat waschen, putzen. In einem Topf leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen, den Spinat darin ca. 3 Minuten blanchieren. Dann herausnehmen, kurz in kaltem Wasser abschrecken, gut ausdrücken und fein hacken.

Zwiebel schälen und fein schneiden, Speck fein würfeln. Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein hacken.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen, Zwiebel und Speck darin gut anschwitzen, Petersilie untermischen. Dann zu den eingeweichten Brötchen geben. Spinat, Hackfleisch, Brät und das Ei hinzufügen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und alles gut durchmengen, damit die Farce eine gute Bindung bekommt.

Mit einer Nudelmaschine oder einem Nudelholz den Teig sehr dünn ausrollen und in 10 cm lange Rechtecke schneiden.

Auf der Hälfte der Rechtecke mittig die Fleischfarce verteilen. Die Ränder mit etwas verquirltem Ei bepinseln und mit einem weiteren Teigstück abdecken.

Die Ränder gut andrücken und mit der Hand die Maultaschen flach drücken, sodass sich die Füllung gut verteilt.

Tipp: Man kann den Nudelteig auch zu größeren Rechtecken von ca. 40 x 25 cm ausrollen, dann die Fleischfarce dünn aufstreichen und wie eine Roulade von der breiten Seite her aufrollen. Den oberen Rand mit etwas verquirltem Ei bepinseln und fest zusammendrücken.

Von der Roulade dann ca. 6 cm breite Maultaschen abschneiden.

Maultaschen in leicht kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten gar ziehen, dann aus dem Topf nehmen und abtropfen lassen (die Maultaschen können auch schon am Vortag zubereitet werden).

Maultaschen abtropfen lassen.

Für den Auflauf Maultaschen in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden.

Eine Auflaufform mit Butter ausfetten und die Maultaschenscheiben mit der Schnittfläche nach oben einlegen.

Spinat putzen, gut waschen und abtropfen lassen.

Rote Zwiebeln schälen und fein schneiden.

Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin anschwitzen. Spinat dazugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Dann Gemüsebrühe und Sahne angießen und alles einmal aufkochen.

Anschließend die Spinatsauce über die Maultaschen in der Auflaufform gießen. Spinat gleichmäßig zwischen den Maultaschenscheiben verteilen.

Käse reiben und gleichmäßig über Maultaschen und Spinat in der Form streuen. Im vorgeheizten Backofen den Auflauf ca. 15 Minuten garen, bis der Käse goldbraun geschmolzen ist.

Auflauf auf Teller verteilen und genießen. Dazu passt ein Karottensalat.

Rainer Klutsch am 19. Oktober 2023

Schweizer Wurst-Salat mit Bratkartoffeln

Für 4 Personen:

Für die Bratkartoffeln:

800 g Kartoffeln, vorw. festk.	Salz	1 Bund glatte Petersilie
1 Zwiebel	3 EL Butterschmalz	Salz, Pfeffer

Für den Wurstsalat:

400 g Schinkenwurst	350 g Schweizer Käse	2 rote Zwiebeln
1 EL scharfer Senf	60 ml Apfelessig	80 ml Pflanzenöl
Pfeffer	Zucker	Salz
1 Bund Schnittlauch	100 g roter Rettich	0,52 Kopfsalat

Die Kartoffeln abwaschen und in einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser weich kochen. Dann abgießen, pellen und auskühlen lassen.

Für den Wurstsalat die Wurst und den Käse zunächst in dünne Scheiben, dann in feine Streifen schneiden.

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden.

Senf mit der Hälfte Essig und der Hälfte vom Öl gut vermischen. Wurst, Käse und Zwiebeln darunter geben, gut vermischen, mit etwas schwarzem Pfeffer würzen und 10 Minuten ziehen lassen.

Restlichen Essig und Öl, eine Prise Zucker, etwas Pfeffer und Salz in ein verschließbares Glas geben und schütteln, fertig ist das Dressing.

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

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

Den Salat putzen, waschen und abtropfen lassen.

Für die Bratkartoffeln Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Zwiebel schälen und fein schneiden.

Die ausgekühlten Kartoffeln in ca. 2 mm dicke Scheiben schneiden.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, die Kartoffeln darin bei starker Hitze schwenken, bis sie Farbe angenommen haben.

Fein geschnittene Zwiebel zugeben und so lange braten, bis sie goldgelb und knusprig sind. Mit Salz und Pfeffer würzen und gehackte Petersilie untermischen.

Die Salatblätter ringförmig auf Tellern anrichten und mit dem Rettich-Dressing beträufeln.

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

Rainer Klutsch am 17. Juli 2023

Weißwurst-Spieße mit Laugenstange, Senf-Dip

Für 4 Personen:

Für die Spieße:

2 kleine Zucchini á 180 g 2 Laugenstangen 4 Weißwürste, gebrüht
2 EL Pflanzenöl

Für den Dip:

1 Schalotte 200 g Doppelrahmfrischkäse 2 TL süßer Senf
Salz Pfeffer

Außerdem:

Holz-Schaschlikspieße

Die Schaschlik-Holzspieße in kaltem Wasser einweichen.

Zucchini waschen, die Enden abschneiden und Zucchini in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.

Die Laugenstange längs halbieren, dann quer in 1 cm breite Stücke schneiden.

Die Weißwürste längs einritzen, pellen und in etwa 1 cm breite Scheiben schneiden.

Die Spieße aus dem Wasser nehmen und abwechselnd Wurst-, Laugen- und Zucchinischeiben aufspießen.

Für den Dip die Schalotte schälen und sehr fein schneiden.

Frischkäse und Senf glatt rühren. Schalotte untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Eine Grillpfanne (oder normale Pfanne) erhitzen, die Grillspieße mit dem Öl bepinseln und in der Pfanne von allen Seiten goldbraun anbraten.

Die Spieße auf Teller geben und den Dip dazu servieren.

Rainer Klutsch am 07. September 2023

Index

Aubergine, 26
Auflauf, 13, 39

Bohnen, 29
Bratkartoffeln, 40
Bratwurst, 34, 39

Chicoree, 6
Couscous, 21

Flammkuchen, 18
Fleisch, 10, 12

Gratin, 24
Gulasch, 16
Gurke, 10, 12, 18, 26
Gyros, 12

Hähnchen-Brust, 2
Hüfte, 8
Hüftsteak, 8
Hackbraten, 4, 5

Käse, 10
Kürbis, 22
Knödel, 35
Kohlrabi, 5
Kraut, 15
Kuchen, 18

Leberkäse, 38

Möhren, 4–6, 15, 23

Nudeln, 6, 25, 39

Pak-Choi, 19
Paprika, 22, 38
Pesto, 32
Pilze, 23, 27, 35, 38
Pizza, 22

Rettich, 15, 40
Rinder-Hack, 6
Rosenkohl, 13

Rotkraut, 28
Rucola, 29

Salat, 36, 40
Sauerkraut, 16
Schinken, 36, 40
Schnitzel, 14, 15
Sellerie, 4–6, 29
sonstige, 20
Spätzle, 25
Spargel, 24
Speck, 35, 37, 39
Spinat, 39
Strudel, 23

Teig-Taschen, 28, 39

Vegan, 22, 29

Weißkohl, 15
Weißwurst, 41
Wirsing, 34

Zucchini, 8, 21, 22, 41