

Die Rezepte zur Folge: Futtern wie bei Müttern mit Gast Frank Buchholz

Zutaten für 4 Personen

Rote Bete-Carpaccio mit Matjes

Zutaten:

- 4 Matjes-Filets
- 2 Rote Bete (bissfest in Salzwasser mit einem Schuss Essig vorgegart)
- 1 rote Zwiebel
- 2 EL grüne Kürbiskerne
- ½ Bund Dill
- 1 Becher Saure Sahne
- 2 EL Weißer Balsamico
- 1 Zitrone
- Olivenöl
- 2-3 EL Rohrzucker
- Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

1. Rote Bete schälen und mit einer Mandoline in dünne Scheiben schneiden, wie ein Carpaccio auf Tellern anrichten, leicht salzen und mit etwas Olivenöl und ein paar Spritzern Zitronensaft marinieren.
2. Zwiebeln in halbe Ringe schneiden, in einer Pfanne 2 EL Rohrzucker karamellisieren, Zwiebel hineingeben und glasieren, mit einer Prise Salz und etwas Pfeffer würzen und dem weißen Balsamico ablöschen.
3. Matjes in mundgerechte Stücke schneiden, mit etwas Pfeffer und Zitronensaft würzen und mit den Zwiebeln vermischen. Eventuell noch einmal mit Zitronensaft und/oder Essig abschmecken.
4. Parallel: Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett sanft anrösten, zum Schluss etwas salzen.
5. Saure Sahne mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und etwas Zitronensaft abschmecken, gehackten Dill unterheben.
6. Die marinierten Matjes auf der Roten Bete anrichten, die Saure Sahne auf die Teller nappieren, mit den Kürbiskernen und Dillzweigen garnieren.

Wiener Schnitzel mit Kartoffel-Gurkensalat

Zutaten:

Wiener Schnitzel:

4 Kalbsschnitzel, à 180 g, aus der Oberschale
Mehl
3 Ei, verquirlt
100 g Paniermehl vom Bäcker
100 g Mehl
ca. 250 g Butterschmalz zum Ausbacken

Kartoffel-Gurken-Salat:

1 Salatgurke
800 g festkochende Kartoffeln
250 ml Kalbsfond
3 Schalotten, fein gewürfelt
1 Zwiebellauch
1 Stk. Ingwer
1 Knoblauchzehe
100 g Bauchspeck, gewürfelt
2 EL körnigen Senf
mehrere EL Gewürzgurkensud
1-2 EL weißer Balsamicoessig
5-6 EL Rapsöl
Meersalzflöcken
Schwarzer und weißer Pfeffer aus der Mühle
1 Bund krause Petersilie

Garnitur:

1 Zitrone
4 Sardellen
12 Kapern
4 TL Preiselbeermarmelade

Zubereitung:

Schnitzel:

1. Schnitzel mit etwas Salz und Pfeffer würzen und anschließend zwischen Gefrierbeutel legen und mit dem Fleischklopfer plattieren.
2. Panierstraße einrichten: je eine flache Schale mit Mehl, verquirlten Eiern (mit Salz und Pfeffer leicht würzen) und Paniermehl bereitstellen. Schnitzel ganz leicht mehlieren, durchs Ei ziehen und dann ins Paniermehl geben und von beiden Seiten das Paniermehl nur ganz leicht andrücken.
3. Parallel in einer großen Pfanne reichlich Butterschmalz erhitzen und die Schnitzel (je nach Größe nach und nach) darin von beiden Seiten kross ausbacken. Dabei die Pfanne immer wieder mal vorsichtig bewegen, damit das Fett über die Schnitzel „schwappt“.
Auf Küchenkrepp geben und kurz ruhen lassen.

Kartoffel-Gurken-Salat:

1. Kartoffeln nicht zu weich kochen, noch warm pellen und dann etwas auskühlen lassen.
2. Speck würfeln und in einer Sauteuse anschwitzen, dabei etwas Rapsöl mit in den Topf geben und vorsichtig kross braten.
3. Gurken in Streifen schälen, halbieren, entkernen und in halbe Ringe schneiden, zum Abtropfen in ein Sieb geben, dabei salzen und pfeffern. Frühlingslauch in Ringe schneiden und zu den Gurken geben, Ingwer und Knoblauch darüber reiben, ruhen lassen.
4. Parallel Schalotten fein würfeln, in einen Stieltopf geben, mit weißem Pfeffer würzen, mit der Kalbsbrühe aufgießen, den Senf dazugeben und erwärmen, dabei gut durchrühren.
Anschließend 3 Kartoffeln würfeln, in die Brühe geben, 4 EL Rapsöl, einige Spritzer Balsamico und mehrere EL Gurkenwasser hinzufügen und alles mit dem Mixstab pürieren. Dabei mit Salz abschmecken.
5. Kartoffeln in Scheiben schneiden und in eine Salatschüssel geben, die gewürzten Gurken dazugeben, das Dressing darüber gießen, als gut durchmischen. Speck und zum Schluss gehackte Petersilie unterheben und bei Bedarf noch einmal mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken

Garnitur:

1. 4 Zweige Petersilie im heißen Butterschmalz (direkt nach dem Schnitzel backen) frittieren, auf Küchenpapier abtropfen lassen.
2. Parallel: 4 schöne Scheiben von der Zitrone schneiden, jeweils eine Sardelle als Ring auf die Scheiben legen, die Kapern darin verteilen, jeweils einen TL Preiselbeermarmelade und zum Schluss einen frittierten Petersilienzweig darauf geben.

Schnitzel mit der Garnitur und dem Kartoffel-Gurken-Salat auf Tellern anrichten.

Kohlroulade vom Wirsing mit Salzkartoffeln

Zutaten:

1 Wirsing
300 g Rinderhack
300 g Schweinehack
1 gehäufte EL Senf
1 Ei
ca. 3 EL Paniermehl
2 Brötchen vom Vortag, in Wasser eingeweicht
100 g Feta
8 Kartoffeln, festkochend
Salz, Pfeffer aus der Mühle
Butterschmalz
Küchengarn
3 gelbe Zwiebeln
150 ml Kalbsfond
100 ml Sahne
ein guter Schuss trockener Weißwein
1 TL Kümmel
2 Lorbeerblätter
2 Zweige Thymian
Salz
Butterschmalz
1-2 TL Butter

Zubereitung:

1. Beide Hackfleischsorten in eine Schüssel geben, Ei, Senf, ausgedrückte Brötchen und Paniermehl dazugeben, Feta in die Masse bröseln, alles gut durchmischen, dabei mit wenig Salz und Pfeffer würzen.
2. Vom Wirsing die äußeren Blätter abbrechen und in Salzwasser kurz blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Anschließend auswringen und wo nötig dicke Rippen herausschneiden und mit der glatten Seite nach unten zwischen Küchentüchern mit dem Nudelholzen plätten.
3. Hackfleischmasse auf der glatten Seite verteilen, zu Bratlingen formen, mit den Wirsingblättern einwickeln und mit Küchengarn verschnüren.
4. Zwiebeln grob schneiden, in einer großen Pfanne mit Butterschmalz anschwitzen, Rouladen in die Pfanne geben und heiß anbraten bis sie gut gebräunt sind, dann wenden und weiter braten.
5. Dann Thymian, Kümmel und Lorbeerblätter in die Pfanne geben, mit Weißwein, Kalbsfond, und Sahne ablöschen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und im Ofen bei 200°C Umluft mit Grillfunktion für weitere 20 – 25 Minuten backen.

einfach & köstlich

6. Parallel geschälte Kartoffeln halbieren oder je nach Größe vierteln und als Salzkartoffeln zubereiten, dann abschütten und mit etwas Butter durchschwenken.
7. Rouladen aus der Pfanne nehmen, Sauce mit einem Sieb in eine Sauteuse filtern, etwas einkochen und dabei nochmal mit etwas Weißwein, Salz und Pfeffer abschmecken, ggfs. mit etwas Butter abbinden.
8. Rouladen vom Garn befreien, mit den Salzkartoffeln und der reduzierten Sauce auf Tellern anrichten.

Guten Appetit!