

## Fliederbeerblüten-Saft mit Sekt

### Zutaten (für 6 Gläser):

- 5-6 Dolden Fliederbeer-Blüten
- 3 l heißes Wasser
- 500 g Zucker
- 1 Zitrone
- ½ EL Weinsteinsäure
- 1 Stange Zimt
- 1 Flasche Sekt
- Minzblätter
- 100 g Blaubeeren

Die Zitrone waschen und in Scheiben schneiden. Die Dolden mit heißem Wasser, Zucker, Zitronenscheiben, Weinsteinsäure und Zimt in einem großen Topf mischen, zudecken und 48 Stunden ruhen lassen. Anschließend durch ein Sieb gießen und den Saft in Flaschen füllen. Kalt gestellt hält er etwa 1 Woche.

Sechs Weingläser bis zur Hälfte mit kaltem Fliederbeerblüten-Saft füllen und anschließend mit gut gekühltem Sekt auffüllen. Jedes Glas mit 1-2 Minzblättern und ein paar Blaubeeren dekorieren. Vor allem an warmen Tagen sehr erfrischend!

Sendung/Quelle: Heimatküche

Letzter Sendetermin: 14.08.2019

Koch/Köchin: Wiebke Icken

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)

## Rhabarber-Erdbeerkompott mit Panna cotta

### Zutaten für das Rhabarberkompott (für 6 Personen):

- 350 g Wasser
- 600 g Rhabarber
- 250 g Erdbeeren
- 1 TL flüssiger Honig
- 1 Päckchen Vanille-Puddingpulver
- 1 Spritzer Zitrone

Rhabarber waschen, putzen, schälen und in 2 cm breite Stücke schneiden. Etwa 6-8 Minuten in Wasser kochen. Die Erdbeeren waschen, halbieren und 3 Minuten zu dem kochendem Rhabarber geben. Danach das Vanille-Puddingpulver einrühren und die Masse aufkochen lassen. Sobald eine gute Bindung entstanden ist, den Topf von der Herdplatte nehmen, das Kompott mit Honig süßen und mit 1 Spritzer Zitrone abrunden. Das Kompott etwas abkühlen lassen.

### Zutaten für die Panna cotta:

- 600 g Sahne
- 1 Schote Vanille
- 90 g Zucker oder Honig
- 4 Blatt weiße Gelatine

Die Sahne mit dem Zucker oder Honig, dem Mark der Vanille und der ausgekratzten Schote in einen Topf geben, aufkochen lassen und unter Rühren etwa 15 Minuten köcheln lassen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Vanille-Schote aus der Sahne nehmen und die ausgedrückte Gelatine in der Sahne auflösen. Sechs kleine Förmchen (à circa 150 ml) mit kaltem Wasser ausspülen und die Sahnemasse hineinfüllen. Die Panna cotta etwa 2-3 Stunden kalt stellen, bis sie fest ist.

### Zutaten für den Krollkuchen:

- 250 g Kandis
- 250 g Butter
- 750 ml heißes Wasser
- 500 g Mehl
- 2 Eier
- 2 EL Anis
- für die Füllung: 250 ml Schlagsahne

Kandis und Butter in heißem Wasser auflösen, zu einer gleichmäßigen Masse verrühren und etwas abkühlen lassen. Mehl und Eier hinzufügen, alles zu einem Teig verarbeiten und circa 1 Stunde zugedeckt quellen lassen. Anschließend den Anis dazugeben und den Teig verrühren.

Ein Krollkucheneisen (alternativ: Waffeleisen) erhitzen und den Teig esslöffelweise hineingeben. So lange backen, bis er eine hellbraune Farbe angenommen hat. Den noch heißen Krollkuchen aus dem Eisen nehmen und sofort zu Tüten aufrollen. Vorsicht, der hauchdünne Teig ist sehr heiß! Den aufgerollten Krollkuchen etwas abkühlen lassen und mit Schlagsahne füllen.

Bei Bedarf kann man den Krollkuchen in einer Blechdose lagern, so bleibt er lange frisch.

### Anrichten:

- 100 g gemischte Beeren
- 6 EL Schokoladen-Soße
- 6 EL Nüsse

Die Panna cotta aus den Förmchen stürzen. 6 Teller bereitstellen. Auf jeden Teller etwas Kompott geben und die gestürzte Panna cotta darauf platzieren. 1-2 Krollkuchen daneben legen. Die Teller mit Beeren, Nüssen und Schokoladen-Soße dekorieren.

Sendung/Quelle: Heimatküche  
Letzter Sendetermin: 14.08.2019  
Koch/Köchin: Wiebke Icken

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)

## Gefülltes Schweinerückensteak mit Röhrkohl

### Zutaten für das Cordon bleu (für 6 Personen):

- 6 Schweinerückensteaks
- 6 Scheiben Rohmilchkäse
- alternativ: 6 Scheiben Gouda
- 6 Scheiben geräucherter Lachsschinken
- Salz
- Pfeffer
- 3 Eier
- 6 EL Milch oder Sahne
- 400 g Paniermehl
- 400 g Mehl
- 9 EL Butter

Die Schweinerückensteaks mit einem scharfen Messer halb einschneiden und nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen. Jeweils mit 1 Käsescheibe und 1 Scheibe Lachsschinken füllen und zuklappen.

Mehl, Paniermehl und Ei getrennt in tiefe Schalen geben. Milch oder Sahne zum Ei geben, etwas salzen und pfeffern und mit einer Gabel verquirlen. Die gefüllten Schweinerückensteaks im Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen und durch die Eiersahne ziehen. Anschließend die Steaks im Paniermehl wenden und die Brösel mit den Händen leicht andrücken.

Butter in einer Pfanne erhitzen und die panierten Steaks circa 6 Minuten goldbraun braten. Bei Bedarf auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen. Mit Röhrkohl, Kartoffeln und Sauce hollandaise servieren.

### Zutaten für Röhrkohl und Kartoffeln:

- 900 g frisch gestochener Röhrkohl
- alternativ: blanchierter Grünkohl, Spargel oder Queller
- 2-3 l Spargelsud
- alternativ: Wasser mit 1 TL Zucker
- 24 kleine Kartoffeln
- Salz

Den Röhrkohl gut waschen und in 1,5 cm große Stücke schneiden. 5-8 Minuten in Spargelsud oder alternativ in Wasser blanchieren. Den Röhrkohl aus dem Topf nehmen, abtropfen lassen und heiß servieren.

Die Kartoffeln gut abwaschen und mit Schale in Salzwasser kochen, bis sie gar sind.

### Zutaten für die Sauce hollandaise:

- 125 g Butter
- 4 Eigelb
- 1 EL Wasser
- 20 ml trockener Weißwein
- ½ TL Salz
- ½ TL Pfeffer
- 1 Prise Zucker

· etwas Zitronensaft

Die Butter zerlassen und lauwarm abkühlen lassen. Eigelb und 1 EL Wasser in einer Metallschüssel kräftig mit dem Handmixer aufschlagen. Den Weißwein unter Rühren dazugeben. Die Schüssel über ein heißes Wasserbad stellen und die Masse so lange schlagen, bis eine cremige Soße entsteht. Danach aus dem Wasserbad nehmen.

Die Butter vorsichtig erst tropfenweise, dann mit dünnem Strahl unterrühren. Die Soße mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft und nach Geschmack mit 1 Prise Zucker abschmecken.

Sendung/Quelle: Heimatküche

Letzter Sendetermin: 14.08.2019

Koch/Köchin: Wiebke Icken

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)

## Rhabarber-Erdbeerkompott mit Panna cotta

### Zutaten für das Rhabarberkompott (für 6 Personen):

- 350 g Wasser
- 600 g Rhabarber
- 250 g Erdbeeren
- 1 TL flüssiger Honig
- 1 Päckchen Vanille-Puddingpulver
- 1 Spritzer Zitrone

Rhabarber waschen, putzen, schälen und in 2 cm breite Stücke schneiden. Etwa 6-8 Minuten in Wasser kochen. Die Erdbeeren waschen, halbieren und 3 Minuten zu dem kochendem Rhabarber geben. Danach das Vanille-Puddingpulver einrühren und die Masse aufkochen lassen. Sobald eine gute Bindung entstanden ist, den Topf von der Herdplatte nehmen, das Kompott mit Honig süßen und mit 1 Spritzer Zitrone abrunden. Das Kompott etwas abkühlen lassen.

### Zutaten für die Panna cotta:

- 600 g Sahne
- 1 Schote Vanille
- 90 g Zucker oder Honig
- 4 Blatt weiße Gelatine

Die Sahne mit dem Zucker oder Honig, dem Mark der Vanille und der ausgekratzten Schote in einen Topf geben, aufkochen lassen und unter Rühren etwa 15 Minuten köcheln lassen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Vanille-Schote aus der Sahne nehmen und die ausgedrückte Gelatine in der Sahne auflösen. Sechs kleine Förmchen (à circa 150 ml) mit kaltem Wasser ausspülen und die Sahnemasse hineinfüllen. Die Panna cotta etwa 2-3 Stunden kalt stellen, bis sie fest ist.

### Zutaten für den Krollkuchen:

- 250 g Kandis
- 250 g Butter
- 750 ml heißes Wasser
- 500 g Mehl
- 2 Eier
- 2 EL Anis
- für die Füllung: 250 ml Schlagsahne

Kandis und Butter in heißem Wasser auflösen, zu einer gleichmäßigen Masse verrühren und etwas abkühlen lassen. Mehl und Eier hinzufügen, alles zu einem Teig verarbeiten und circa 1 Stunde zugedeckt quellen lassen. Anschließend den Anis dazugeben und den Teig verrühren.

Ein Krollkucheneisen (alternativ: Waffeleisen) erhitzen und den Teig esslöffelweise hineingeben. So lange backen, bis er eine hellbraune Farbe angenommen hat. Den noch heißen Krollkuchen aus dem Eisen nehmen und sofort zu Tüten aufrollen. Vorsicht, der hauchdünne Teig ist sehr heiß! Den aufgerollten Krollkuchen etwas abkühlen lassen und mit Schlagsahne füllen.

Bei Bedarf kann man den Krollkuchen in einer Blechdose lagern, so bleibt er lange frisch.

### Anrichten:

- 100 g gemischte Beeren
- 6 EL Schokoladen-Soße
- 6 EL Nüsse

Die Panna cotta aus den Förmchen stürzen. 6 Teller bereitstellen. Auf jeden Teller etwas Kompott geben und die gestürzte Panna cotta darauf platzieren. 1-2 Krollkuchen daneben legen. Die Teller mit Beeren, Nüssen und Schokoladen-Soße dekorieren.

Sendung/Quelle: Heimatküche  
Letzter Sendetermin: 14.08.2019  
Koch/Köchin: Wiebke Icken

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)