

Land und Lecker - Alter Herd ist Goldes wert

sr.de/sr/fernsehen/sendungen_a_-_z/uebersicht/kochen/20180630_land_und_lecker_alter_herd100.html

Vorspeise: Salat mit Wachteleiern und Schinken

Zutaten:

Für den Salat:

- 8 Wachteleier
- 1 kleine Möhre
- 1 gelbe Paprikaschote
- 4 Radieschen
- 250 g gemischter Blattsalat (z. B. roter Batavia, Romanasalat)
- 8 Scheiben roher Schinken (dünn geschnitten)

Für die Croûtons:

- 4 Scheiben Roggenbrot
- 3 EL Butter

Für die Vinaigrette:

- 5 EL Rapsöl
- 2 EL Himbeeressig
- 1/2 TL Dijon-Senf
- 1/2 EL Zucker
- Salz,
- Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Für den Salat die Wachteleier in einem Topf mit kochendem Wasser 5 Minuten garen. Die Eier abgießen, kalt abschrecken und pellen. Die Möhre putzen, schälen und längs in feine Streifen schneiden. Die Paprikaschote längs halbieren, entkernen, waschen und ebenfalls in feine Streifen schneiden. Die Radieschen putzen, waschen und in feine Scheiben schneiden.

Den Salat putzen, waschen und trocken schleudern. Die Blätter in mundgerechte Stücke zupfen. Alles in eine Schüssel geben. Für die Croûtons das Brot entrinden und in kleine Würfel schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Brotwürfel darin goldbraun braten. Für die Vinaigrette das Öl, den Essig, den Senf und den Zucker verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Vinaigrette mit dem Salat vermischen. Die Eier halbieren. Den Salat auf Teller verteilen und mit den Eiern, dem Schinken und den Croûtons garnieren.

Hauptgang: Schweinefilet in Senfkruste mit glasierten Möhren und Kartoffelpüree

Zutaten:

Für das Schweinefilet:

4 Schweinefilets (à 250 g)
2 EL Senf 4 – 5
EL Öl
1 EL Weinessig
Salz, Pfeffer aus der Mühle
Öl für die Form
1 Scheibe Roggenbrot

Für das Kartoffelpüree:

750 g mehligkochende Kartoffeln
Salz
125 g Sahne
1 – 2 EL Butter
Pfeffer aus der Mühle
frisch geriebene Muskatnuss

Für die Sauce:

1 kleine Zwiebel
250 g Champignons
100 ml Fleischbrühe
1 EL Crème fraîche
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Für das Möhrengemüse:

750 g junge Bundmöhren
Salz
75 g Butter
1 TL Puderzucker

Zubereitung:

Für das Schweinefilet den Backofen auf 200 °C vorheizen. Die Schweinefilets von Sehnen und Fett-Resten befreien. Den Senf, 2 EL Öl und den Essig mit Salz und Pfeffer verrühren. Die Filets in der Marinade wenden und zugedeckt darin einige Stunden ziehen lassen. Die Senfmarinade von den Filets abstreichen. In einer Pfanne 2 EL Öl erhitzen und die Filets darin rundum anbraten. Die Filets aus der Pfanne nehmen und in eine gefettete Auflaufform legen, die Pfanne mit dem Bratensatz beiseitestellen.

Das Roggenbrot entrinden, grob in Würfel schneiden, zu der Senfmarinade geben und alles mit dem Stabmixer pürieren. Nach Bedarf noch das restliche Öl dazugeben bis eine

streichfähige Masse entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Filets mit dieser Senfmischung bestreichen. Die Schweinefilets im Ofen auf der mittleren Schiene 20 bis 25 Minuten überbacken. Inzwischen für das Kartoffelpüree die Kartoffeln schälen, waschen, in Stücke schneiden und in Salzwasser etwa 20 Minuten weich garen. Für die Sauce die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Champignons putzen, in Scheiben schneiden. Die Zwiebelwürfel im Bratensatz der Schweinefilets andünsten. Die Champignons zu den Zwiebeln geben und 5 bis 10 Minuten dünsten.

Die Brühe angießen und etwas einkochen lassen. Die Crème fraîche hinzufügen, und die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen. Für das Möhrengemüse die Möhren putzen, dabei vom Grün etwa 2 cm stehen lassen. Die Möhren schälen und in kochendem Salzwasser 5 bis 10 Minuten bissfest garen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Die Butter in einem Topf zerlassen. Den Puderzucker hinzufügen und unterrühren. Die Möhren dazugeben und unter Wenden etwa 2 Minuten glasieren. Die Kartoffeln in ein Sieb abgießen, ausdampfen lassen und zurück in den Topf geben.

Die Kartoffeln mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken. Die Sahne und die Butter dazugeben und mit dem Schneebesen unterschlagen bis das Püree schön locker ist. Das Püree mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Muskatnuss würzen. Warm halten. Die Schweinefilets noch 10 Minuten im ausgeschalteten Ofen ruhen lassen. Das Püree in einen Spritzbeutel mit großer Sterntülle füllen und auf Teller spritzen. Die Schweinefilets in Scheiben schneiden, mit der Pilzsauce, dem Kartoffelpüree und den glasierten Möhren auf Tellern anrichten.

Dessert: Mandelpudding mit Orangenlikörsauce

Zutaten:

Für den Pudding:

Butter und Zucker für die Form

1 Vanilleschote

100 g Sahne

50 g Butter

50 g Mehl

3 Eier

3 EL Zucker

3 EL geröstete Mandelblättchen

Puderzucker zum Bestäuben

Für die marinierten Erdbeeren:

250 g Erdbeeren (geputzt und gewaschen)

3 EL Orangenlikör (z. B. Grand Marnier)

1 EL Puderzucker

Für die Sauce:

2 Eigelb

50 g Zucker

150 g Sahne
1 EL Orangenlikör

Zubereitung:

Für den Pudding vier Förmchen (à ca. 150 ml Inhalt) einfetten, mit Zucker ausstreuen. Die Vanilleschote längs aufschneiden, das Mark herauskratzen. Beides mit der Sahne in einem Topf aufkochen. Den Backofen auf 175 °C vorheizen. Die Butter in einem Topf erhitzen, das Mehl einrühren. Die Vanillesahne (ohne Schote) dazugießen und rühren bis sich die Masse vom Topfboden löst. Vom Herd nehmen. Die Eier trennen. Zuerst 1 Eiweiß, dann nach und nach die Eigelbe unter die Masse rühren. Die restlichen Eiweiße mit dem Zucker zu steifem Schnee schlagen, unter den Teig ziehen.

Die gerösteten Mandelblättchen unterheben. Den Teig in die Förmchen füllen und mit etwas Abstand in ein tiefes Backblech stellen. Etwa 2 l kochendes Wasser angießen, und den Pudding im Ofen auf der untersten Schiene 30 bis 35 Minuten garen. Herausnehmen und etwas abkühlen lassen. 150 g Erdbeeren vierteln, mit Orangenlikör und Puderzucker mischen und beiseitestellen. Die restlichen Erdbeeren mit dem Stabmixer pürieren. Für die Sauce die Eigelbe mit dem Zucker verrühren. Die Sahne in einem Topf aufkochen, und die Eiercreme mit dem Schneebesen unterschlagen bis eine dickliche Sauce entsteht. Den Orangenlikör unter die abgekühlte Sauce rühren. Den Pudding auf Dessertteller stürzen. Mit Puderzucker bestäuben und mit einem Erdbeerpüree-Saucenspiegel und den marinierten Erdbeeren anrichten. Nach Wunsch mit einem Ornament aus Kuvertüre verzieren.