

Kochen mit Martina und Moritz vom 08.08.2020

Redaktion: Klaus Brock

Küchenparty mit Martina und Moritz: Lieblingsgerichte aus der Kindheit

Gäste: ChrisTine Urspruch, Joe Bausch und Henning Krautmacher

Rievkooche	2
Cremesüppchen aus Dicken Bohnen	3
Döppekooche mit Gartengemüse	5
Sauerbraten vom Kalb	6
Gefüllte Pfirsiche	8

URL: <https://www1.wdr.de/fernsehen/kochen-mit-martina-und-moritz/sendungen/kuechenparty-liebblingsgerichte-100.html>

Küchenparty mit Martina und Moritz: Lieblingsgerichte aus der Kindheit

Gäste: ChrisTine Urspruch, Joe Bausch und Henning Krautmacher

Von Martina Meuth und Bernd Neuner-Duttenhofer

Die WDR-Fernsehköche Martina und Moritz laden wieder Gäste ein und bitten zur Küchenparty. Gleich nach den Sommerferien starten sie mit den ersten beiden Folgen und zwar eine ganze Stunde lang – und jeweils unter einem bestimmten Motto. Auf die Gäste dürfen Sie gespannt sein – Sie kennen sie garantiert: Gleich in der ersten Sendung werden Henning Krautmacher, der Sänger von den "Höhnern", die Tatort-Pathologin ChrisTine Urspruch und ihr Kölner Tatort-Kollege Joe Bausch zu Gast sein. Auch sie kochen und essen für ihr Leben gern. Es dreht sich alles um ihre Lieblingsgerichte aus der Kindheit. Da wird miteinander gekocht, im Garten Gemüse geerntet, am Tisch schnabuliert und geschwätzt – und alle drei bringen ihre Lieblingsrezepte und Überraschungen mit.



Rievkooche

Rievkooche isst der Kölner gerne auf Schwarzbrot. Bei Henning darf gerne auch noch etwas Rübekraut dazu.

Zutaten für 4 bis 6 Personen (als Begleitung zum Aperitif):

- 4 große Kartoffeln
- 1 dicke Zwiebel
- 1 EL Speisestärke
- Muskat
- Salz
- Pfeffer
- Öl oder Butterschmalz zum Braten



Zubereitung:

- Kartoffeln und Zwiebeln fein reiben, mit der Speisestärke mischen, dabei auch mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.
- In einer beschichteten Pfanne kleine Küchlein backen: Immer nur esslöffelweise Kartoffelteilig im heißen Fett zu kleinen Küchlein glatt und rund streichen und von beiden Seiten langsam knusprig braten.
- Für eine besondere Gaumenfreude: Frischkäse mit Salz, Pfeffer, Zitronenschale und einigen Tropfen Saft und einem Löffel Olivenöl glatt rühren. Nach Belieben Dill oder Schnittlauchröllchen unterrühren. Einen Klecks davon auf dem Rievkooche verstreichen, darauf einen Löffel Forellenkaviar oder Lachswürfel verteilen.

Getränk: Der Begrüßungschampagner, Cidre oder ein Kölsch! Wir hatten außerdem einen Müller-Thurgau aus Franken dazu probiert.

Creμεςüppchen aus Dicken Bohnen

Ein elegantes Süppchen wird aus dem derben Gemüse, wenn man die Bohnenkerne aus ihrer ledrigen Hülse löst. Dann ist es nämlich im Gegenteil zart und fein und selbst die, die vorher keine Dicken Bohnen mochten, werden sie so garantiert lieben. Hübsch und wohlschmeckend dazu: frisch gebratene Garnelen als Einlage.



Zutaten für 4 Personen:

- 1 weiße Zwiebel
- 1 grüne Chilischote (nach Gusto)
- 2 EL Olivenöl
- 200 g ausgelöste Dicke Bohnenkerne (ohne Haut)
- ca. 300 ml Brühe
- Salz
- Pfeffer
- 50-100 ml Sahne
- etwas abgeriebene Zitronenschale (nach Gusto)
- frische Kräuter

Für die Garnelenspieße:

- 8 Garnelenschwänze (mit Schale und Kopf)
- 2 EL Olivenöl
- Salz (am besten grobes Meersalz)
- Pfeffer

Zubereitung:

- Die Zwiebel würfeln, Knoblauch zerdrücken, Chili entkernen und grob hacken. Im heißen Öl andünsten. Die Dicken Bohnenkerne zufügen, Brühe auffüllen, salzen und pfeffern. Zugedeckt weich kochen, Sahne angießen und Zitronenschale nach Gusto zufügen. Mit dem Pürierstab absolut glatt mixen, dabei auch die Minzeblätter mitmischen. Eventuell mit einem Schuss Brühe auf die gewünschte Konsistenz bringen.
- Die Garnelen unterdessen waschen. Ein Bambusstäbchen vom Schwanzende das Rückgrat entlang bis zum Kopf hochschieben – so bleibt die Garnele in Form und kringelt sich nicht zusammen, wenn sie gebraten wird. Im heißen Öl langsam auf beiden Seiten jeweils zwei Minuten braten, bis sie sich rot gefärbt haben. Am Ende fein gehackte Petersilie darüberstreuen und zugedeckt neben dem Herd noch eine Minute durchziehen lassen.

- Zum Servieren die Suppe mit dem Mixstab aufschlagen, in Suppentassen verteilen, die Garnelen auf dem Bambusspieß quer über den Tassenrand legen.

Getränk: ein frischer, junger Wein, z.B. eine trockene Scheurebe aus der Pfalz

Döppekooche mit Gartengemüse

Der Dibbekuchen hat viele Namen, Dibbe = Topf, ist also eine Art Topfkuchen. Kartoffeln sind Hauptzutat und dann kann alles rein, was die Vorratskammer zu bieten hat. Puristen machen es so:



Zutaten für 4 bis 6 Personen:

- 1 kg mehligere Kartoffeln
- 1-2 Äpfel (z.B. Elstar oder RubINETTE)
- 2-3 Zwiebeln
- 100 g durchwachsener Bauchspeck
- 1 EL Öl oder Schweineschmalz
- Salz
- Pfeffer
- 1-2 EL getrockneter Majoran
- 30 g Butter für Flöckchen

Zubereitung:

- Die Kartoffeln schälen, roh auf der nicht zu groben Reibe raffeln, ebenso den Apfel, ruhig mit Schale, aber natürlich ohne Kerngehäuse, und die Zwiebeln. Den Knoblauch durch die Presse dazu drücken.
- Speck in feine Würfel schneiden und in einem gusseisernen Bräter in einem Löffel Öl oder Schmalz auslassen. Die geriebenen Zutaten mit Salz, Pfeffer und zerriebenem Majoran vermischen. Im Bräter verteilen, glatt streichen, Butterflöckchen obenauf und dann im Backofen bei 180 Grad Heißluft oder 200 Grad Ober- und Unterhitze backen. Für etwa eine Stunde, bis die Oberfläche schön knusprig ist. Wenn die Oberfläche droht, zu dunkel zu werden, einen Deckel auflegen.
- Am Ende sind die Kartoffeln weich, haben sich mit dem Geschmack der anderen Zutaten vollgesogen, duften herrlich und zeigen eine köstlich knusprige Oberfläche.

Servieren: Dazu passt Gurkensalat (im Sommer), Endiviensalat (im Winter) oder Apfelmus (rund ums Jahr) oder als **Tipp: gefüllte Zucchini Blüten!**

Dafür die weiblichen Zucchini Blüten (zu erkennen an der Frucht) vorsichtig öffnen und den Blütenstempel abknipsen. Frischkäse mit einem Eiweiß, Eigelb oder einem ganzen Ei, etwas Salz, Pfeffer und Kräutern oder der fein gewürfelte Zucchini Frucht vermischen und die Blüten damit füllen. Für 10 Minuten in den Dampfgarer – fertig!

Getränk: ein kraftvoller, mineralischer Riesling

Sauerbraten vom Kalb

Sauerbraten ist bei all unseren Gästen ein absolutes Lieblings-Sonntagsessen! Wir haben uns eine leichte Variante ausgedacht. Statt Rinderbraten verwenden wir ein Hüftstück vom Kalb – das zartere Fleisch muss nicht so lange beizen (aber Achtung: 2 bis 3 Tage sind schon notwendig) und es ist auch schneller gar.



Zutaten für 6 Personen:

- 1 Bratenstück aus der Hüfte vom Kalb (ca. 1 kg)
- ¼ l Weißwein
- ⅛ l Apfelessig
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Wacholderbeeren
- ½ TL Pfefferkörner
- ½ TL Piment
- 2 Thymianzweige
- 2 Lorbeerblätter

Zum Braten:

- 1 Selleriestange
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 kleine Möhre
- 1 frische Tomate oder 1 gehäufte EL Tomatenpüree (und nach Gusto etwas Tomatenmark)
- 2 EL Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

Außerdem:

- einen Schuss Apfelbalsam
- Petersilie

Zubereitung:

- Das Fleisch in einen Gefrierbeutel geben. Zwiebel und Knoblauch in Ringe beziehungsweise Scheibchen schneiden. Wein und Essig aufkochen, Gemüse und alle Ge-

würze zufügen. Eine Minute kochen, dann abkühlen und zum Fleisch geben. Gut verschließen und darauf achten, dass das Fleisch rundum von Flüssigkeit umgeben ist. Nun zwei bis drei Tage beizen.

- Zum Braten das Fleisch herausnehmen, gut abtropfen und mit Küchenpapier abtrocknen. Im Schmortopf rundum im heißen Öl schön golden anbraten, dabei salzen und pfeffern. Herausheben und beiseitestellen, im Bratfett die sehr fein gewürfelte Selleriestange, Zwiebel und Knoblauch etwa 10 Minuten weich dünsten. Eventuell das Tomatenmark mitrösten und schließlich mit der Marinade ablöschen, dabei auch die halbierte Tomate oder das Tomatenpüree sowie die Gewürze zufügen. Nochmals aufkochen, den Topf mit einem Deckel gut verschließen und in den 120 Grad vorgeheizten Backofen stellen (Heißluft/ 140 Grad Ober- & Unterhitze). Nach einer Stunde den Braten herausheben und auf einer Platte zurück in den ausgeschalteten Ofen stellen.
- Den Schmorsud zwei bis drei Minuten einkochen. Alles mit dem Mixstab glatt mixen. Mit Salz und einem Spritzer Apfelbalsam abschmecken. Am Ende fein gehackte Petersilie unterrühren.
- Das Bratenstück quer zur Faser in dünne Scheiben aufschneiden, auf einer mit Salatblättern ausgelegten Platte anrichten und dort mit etwas Sauce beklecksen. Restliche Sauce getrennt dazureichen.

Beilage: entweder Dippekuchen, Kartoffelpüree oder bunt gemischtes Gartengemüse – oder einfach Brot

Gefüllte Pfirsiche

Plüschprumme sind Pfirsiche, (übersetzt: plüschige Pflaumen) – so wird mit wenig Aufwand ein wundervoller Nachtisch daraus.

Zutaten für 4 bis 6 Personen:

- 6 reife, große, möglichst weißfleischige Pfirsiche



Für die Füllung:

- 2-3 EL Semmelbrösel (oder zerriebene Kekse)
- 2 EL Zitronen- oder Orangenlikör
- 2 Eiweiße
- 1 Salzprise
- 2 Eigelbe
- 3 EL Zucker
- 4 EL geriebene Mandeln (oder Haselnüsse oder Walnüsse)

Zubereitung:

- Die Pfirsiche lassen sich mühelos häuten, wenn sie reif sind. Wenn nicht, muss man sie dafür mit kochendem Wasser überbrühen. Dann abschrecken, richtig abkühlen und die Haut abziehen. Die Pfirsiche halbieren, den Stein entfernen, die Früchte mit der Höhlung nach oben nebeneinander in eine feuerfeste flache Form setzen.
- Für die Füllung das Eiweiß mit einer Salzprise und 2 Esslöffeln Zucker steif schlagen (dies am besten die Küchenmaschine erledigen lassen, die hat mehr Ausdauer und Geduld). Die Semmelbrösel mit dem Likör benetzen und einweichen. Eigelbe mit dem Handrührer cremig schlagen, dabei den restlichen Zucker zufügen. Walnüsse und eingeweichte Brösel untermischen und schließlich auch den steifen Eischnee.
- Diese Masse in die Pfirsichhälften verteilen, dabei schön aufhäufen. In den 200 Grad heißen Backofen schieben (Heißluft / 220 Ober- & Unterhitze) und 10 Minuten golden überbacken.
- Je zwei Pfirsichhälften auf Desserttellern anrichten und wenn man mag, eventuell mit Klecksen von Granatapfelsirup oder Apfelbalsam dekorativ umgeben.