



## Unsere Lieblingsrezepte

**"Unser Westen" schmeckt außerordentlich abwechslungsreich: da gibt es „de Halve Hahn“ aus dem Kölner Brauhaus oder den Pfefferpotthast auf dem Alten Markt in Dortmund, vergessene Traditionsgerichte wie dem Eifler Rand oder einer leckeren Potthucke aus Südwestfalen. Und zum Abschluss darf es sicher noch eine Bergische Tafel sein, mit allem was die Küche im Bergischen so hergibt!**

Eine Auswahl an Rezeptvorschlägen – in alphabetischer Reihenfolge.

### **Bergischen Kaffeetafel**

Dazu gehören:

Natürlich Kaffee, traditionell aus einer Dröppelminna (einer dreibeinigen Kaffeekanne)

Hefebrot oder Rosinenstuten

verschiedene Brotsorten (Schwarz- und Graubrot)

Honig, Birnen-, Apfel- oder Rübenkraut, Konfitüre

Butter, Quark, Käse

Wurst und Schinken

Milchreis mit Zucker und Zimt

Bergische Waffeln

Zum Schluss: Korn oder Magenbitter ...

### **Blindhuhn**

#### **Zutaten:**

¾ l Wasser

375 g durchwachsenen Speck

500 g grüne Bohnen

250 g Möhren

3 Äpfel

3 Birnen

500 g Kartoffeln

Salz

#### **Zubereitung:**

Das Gemüse und das Obst waschen, putzen und in kleine Stücke schneiden.

Den Speck würfeln und kurz anschwitzen. Das Wasser, die Kartoffeln und das Gemüse dazugeben.

Ca. 1 Stunde kochen lassen, dabei nach einer ½ Stunde das Obst dazugeben. Mit Salz abschmecken.



## **Buchweizenpfannkuchen**

### **Zutaten** (für 4 Personen):

375 g Buchweizenmehl

425 ml Getreidekaffee

2 Eier

16 Streifen Speck (vier Streifen pro Person und Pfannkuchen)

Pfeffer

1 Prise Salz

Öl

Zuckerrübensirup

### **Zubereitung:**

Mehl, Eier, Getreidekaffee, Pfeffer und Salz zu einem glatten Teig verrühren und ein paar Stunden ruhen lassen.

Vier Speckstreifen in etwas Öl in der Pfanne kurz anbraten lassen und dann eine Kelle Teig darüber gießen. Den Pfannkuchen vorsichtig wenden, auf einen Teller gleiten lassen und mit Zuckerrübensirup servieren.

## **Currywurst-Sauce**

### **Zutaten:**

300 g Ketchup oder passierte Tomaten

1 Baby-Ananas

6 TL Currypulver

1 EL Honig

5 EL Öl

2 TL Tomatenmark

Salz, Pfeffer, Paprikapulver

### **Zubereitung:**

Die Ananas fein pürieren und mit allen weiteren Zutaten zu einer Sauce verrühren. Sauce erhitzen und warm zu guter Bratwurst servieren!



## Düsseldorfer Senfrostbraten

### Zutaten (für vier Personen):

4 Rumpsteaks à 200 g  
1 große Gemüsezwiebel  
3 EL Düsseldorfer Löwensenf, scharf  
1 EL frischen, gehackten Majoran  
2 EL Paniermehl  
1 EL Butterschmalz  
Salz und schwarzer Pfeffer

### Zubereitung:

Die Rumpsteaks in der heißen Pfanne anbraten, dann beiseitestellen und 10 Minuten ziehen lassen, dann die in kleine Würfel geschnittenen Zwiebel in einer Pfanne ohne Farbe andünsten. Anschließend die Zwiebeln kalt stellen.

Senf, Paniermehl, Majoran, Salz und Pfeffer mischen und auf eine Seite der Rumpsteaks streichen, mit Paniermehl bestäuben und mit dieser Seite nach unten vorsichtig in die Pfanne legen. Bei kleiner Hitze goldbraun braten.

Dazu schmecken Bratkartoffeln und Salat.

## Halver Hahn

### Zutaten:

Röggelchen  
1 TL Butter  
2 dickere Scheiben Gouda (ca. 80 g)  
1-2 EL grober Senf  
1 Schalotte  
2 Cornichons

### Zubereitung:

Brötchen mit Butter bestreichen und mit Goudascheiben belegen.  
Groben Senf dünn auf dem Käse verstreichen.  
Cornichons und Schalotte in Scheibchen schneiden und abwechselnd darauf anrichten.



## Himmel und Äd

### **Zutaten für das Kartoffelpüree (2 Portionen):**

450 g mehligkochende Kartoffeln  
Salz  
200 ml Milch  
100 g Butter  
1 Prise frisch geriebene Muskatnuss  
Pfeffer

### **Zutaten für das Apfelkompott:**

2 große Boskoopäpfel  
1 Spritzer Zitronensaft  
1 Prise Zucker  
50 ml Apfelsaft  
abgeriebene Schale von ½ Bio-Zitrone

### **Zutaten für die Röstzwiebeln:**

2 Zwiebeln  
Mehl  
1 Prise Salz  
Butterschmalz

### **Außerdem:**

4 Scheiben Blutwurst, schräg geschnitten  
2 EL Mehl  
Butterschmalz

### **Zubereitung:**

Für das Kartoffelpüree die Kartoffeln schälen, waschen und in Stücke schneiden.

Mit Salzwasser bedeckt und in einem Topf aufkochen und bei schräg aufgelegtem Deckel und mittlerer Hitze weichkochen, etwa 25 Minuten.

Milch und Butter in einen Topf geben, mit Muskatnuss und etwas Pfeffer würzen und bei mittlerer Hitze erwärmen, bis die Butter geschmolzen ist.

Weiche Kartoffeln abgießen, die Milchmischung hinzufügen und mit einem Kartoffelstampfer zu einem feinen Püree verarbeiten.

Nochmals abschmecken und warmhalten.

Für das Apfelkompott Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden.

Apfelwürfel, Zitronensaft, Zucker und Apfelsaft in einem kleinen Topf aufkochen und die Äpfel bei mittlerer Hitze weich dünsten, etwa 15 Minuten. Dabei immer wieder umrühren, damit das Apfelkompott nicht ansetzt.

Vom Herd nehmen, abgeriebene Zitronenschale unterrühren und beiseite stellen.

Für die Röstzwiebeln Zwiebeln schälen, halbieren und in Halbringe schneiden. In einer kleinen Schale gründlich mit dem Mehl mischen.

Reichlich Butterschmalz erhitzen und die Zwiebeln unter regelmäßigem Rühren



goldbraun braten.

Mit einem Schaumlöffel aus der Pfanne nehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Mit Salz bestreuen.

Blutwurst von der Pelle befreien, in Mehl wenden und überschüssiges Mehl abklopfen. Ebenfalls in Butterschmalz von beiden Seiten knusprig anbraten, aus der Pfanne heben und kurz auf Küchenkrepp entfetten lassen.

Kartoffelpüree und Apfelmus auf Teller portionieren. Gebratene Blutwurst darauf anrichten, mit Röstzwiebeln bestreuen und gleich servieren.

## **Kottenbutter**

### **Zutaten für 2 Personen:**

4 Scheiben Schwarzbrot

2 EL Butter

1 Zwiebel

1 EL Mehl

Rapsöl zum Frittieren

1 TL körniger Senf

1 TL Senf

4 EL Crème fraîche

1 TL Honig

Paprikapulver (edelsüß)

Salz und Pfeffer

200 – 300 g geräucherte Schweinemettwurst (wenn möglich: Original-Kottenwurst aus dem Bergischen Land)

### **Zubereitung:**

Aus dem Senf, Honig und Crème fraîche eine Paste anrühren und mit Paprikapulver (edelsüß), Salz und Pfeffer abschmecken.

Zwiebel pellen, in dünne Scheiben schneiden und mit Mehl bestäuben.

Öl in einer kleinen Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin goldbraun frittieren. Aus dem Fett nehmen und gut verteilt auf Küchenkrepp abkühlen lassen.

Anrichten: Brotscheiben mit Butter bestreichen und mit Mettwurst-Scheiben belegen. Wurst mit Senfsoße beträufeln, geröstete Zwiebeln darauf anrichten. Zweite Brotscheibe aufsetzen und halbieren.



## **Pfefferpotthast**

### **Zutaten für 8 Portionen:**

2 kg Rindfleisch (Zungenstück)  
1 kg Zwiebeln  
6 Lorbeerblätter  
18 Nelken  
18 Pimentkörner  
1 EL Margarine  
3 Tassen Wasser  
Salz  
Pfeffer  
1 EL Mehl

### **Zubereitung:**

Das Zungenstück in Würfel schneiden. Evtl. von Sehnen befreien, jedoch nicht komplett das Fett wegschneiden.

Die Zwiebeln in Würfel schneiden. Piment und Nelken in ein kleines Teesieb verpacken.

Die Margarine in einem großen, hohen Topf erhitzen und das Fleisch zufügen. Einmal kurz von allen Seiten scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Dann die Zwiebeln zufügen, kurz mitschmoren lassen und anschließend mit Wasser ablöschen. Die Gewürze hinzufügen.

Das Ganze dann ca. 3 bis 4 Stunden köcheln lassen. Zwischendurch immer wieder mit Wasser auffüllen, so dass das Fleisch immer komplett bedeckt ist. Wenn das Fleisch zerfällt, ist der Pfefferpotthast gut.

Um evtl. eine große Menge Soße zu bekommen, noch einmal Wasser auffüllen. Mehl mit Wasser in einer Tasse verrühren und langsam einrühren. Die Gewürze entnehmen. Mit Salz und Pfeffer noch einmal nachwürzen.

## **(Lappen-) Pickert**

### **Zutaten für vier bis sechs Personen:**

1 kg Kartoffeln  
3 Eier  
3 EL saure Sahne (10 Prozent)  
Salz  
125 g Mehl  
0,1 l Milch  
Butter- oder Schweineschmalz zum Backen



### **Zubereitung:**

Kartoffeln schälen, auf einer feinen Reibe zerkleinern. Direkt in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben, damit sie sich nicht dunkel färben.

In einem Sieb gründlich abtropfen und ausdrücken. Wer mag, kann die Kartoffeln zusätzlich noch in ein sauberes Tuch geben und dieses dann ausdrücken. Die Stärke setzt sich im Wasser ab. Das Wasser abgießen und die Stärke unter die geriebenen Kartoffeln mischen.

Alles mit den übrigen Zutaten zu einem Teig glatt rühren.

**Tipp:** Man kann übrigens geriebene und ausgedrückte Kartoffeln ohne jegliche weitere Zutaten in Plastik abgepackt kaufen. Tiefgefroren hält sich das ewig und es erspart sehr viel Mühe.

Eine gusseiserne Pfanne speichert die Hitze besonders gut. Diese zunächst leer erhitzen, dann etwas Schmalz darin zerlaufen lassen. So viel Teig eingießen, dass ein dünner Pfannkuchen entsteht.

Langsam, also auf kleiner Hitze, auf beiden Seiten bräunen und innen richtig durchgaren.

## **Potthucke**

### **Zutaten:**

800 g rohe Kartoffeln  
400 g gekochte Kartoffeln  
¼ l Sahne oder 2 EL creme fraiche  
4 Eier  
Pfeffer  
Salz  
Muskat  
2 Mettwürste

### **Zubereitung:**

Die rohen Kartoffeln reiben, und die gekochten Kartoffeln stampfen. Beides mit Sahne und Eiern verrühren.

Mit den Gewürzen abschmecken.

Die Hälfte der Kartoffelmasse in eine feuerfeste Form füllen. Zwei Mettwürste längs darauf legen und mit der zweiten Hälfte des Teigs auffüllen.

Im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad ca. 1 Stunde backen.

Die Form etwas auskühlen lassen und stürzen.

Wahlweise kann die Potthucke noch in Scheiben geschnitten und von beiden Seiten in der Pfanne angebraten werden.

Dazu passt Salat.



## **Pumpernickel**

### **Zutaten:**

750 g Roggenschrot, fein  
750 g Roggenschrot, mittel  
500 g Sauerteig ( vom Bäcker)  
 $\frac{3}{4}$  l lauwarmes Wasser  
25 g Salz  
160 g Rübenkraut (Sirup)

### **Zubereitung:**

Den Roggenschrot in eine Schüssel geben und vermischen.  
In der Mitte eine Vertiefung eindrücken, den Sauerteig hinzugeben. Von der Mitte her vermengen.  
Nach und nach das Wasser, Salz und Rübenkraut dazugeben.  
Wenn sich der Teig von der Schüssel löst, herausnehmen.  
Die Schüssel mit Mehr ausstäuben, den Teig wieder hineinlegen, mit Mehl bestäuben und ca 3-4 Stunden an einem warmen Ort gehen lassen.  
Hat der Teig um die Hälfte zugenommen, auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben. Noch einmal kräftig durchkneten und zu einer Rolle (32 cm) formen.  
In eine ausgemehlte Form (32x11cm) legen, warmstellen und 20 Minuten gehen lassen.  
  
Den Teig mit etwas Wasser bestreichen, die Form fest mit Aluminiumfolie umwickeln. In den vorgeheizten Ofen bei 125 Grad – unterste Schiene- schieben.  
Der Pumpernickel muss 10-12 Stunden, am besten über Nacht backen.  
Dann noch ca. 60 Minuten im ausgekühlten Backofen lassen.

## **Rheinischer Sauerbraten**

### **Zutaten:**

1,2-1,5 kg aus der Oberschale (Pferd oder Rind), küchenfertig

### **Zutaten für die Bratenmarinade:**

300 ml Rotwein  
50 ml Balsamico Essig  
25 ml roter Portwein  
15 ml Bio Apfel Essig  
10 g Honig  
70 g Zuckerrübensirup  
8 g Pfeffer  
10 g Senfsaat  
2 g Nelke  
20 g Salz





20 g Zucker  
4 g Piment  
4 g Selleriesaat  
4 g Wacholder  
150 g Sellerie gewürfelt  
  
150 g Möhren gewürfelt  
Zwei Schalotten grob gewürfelt  
100 g Staudensellerie gewürfelt  
2 Äpfel gewürfelt

**Zutaten für die Sauce:**

100 g Rheinisches Schwarzbrot  
50 g Rosinen in etwas Marinade eingelegt

**Zubereitung:**

Für die Marinade das Gemüse waschen und würfeln. Alle Zutaten in eine große Schüssel geben und mit einem Löffel vermengen. Das küchenfertige Fleisch in die Marinade legen und für mindestens vier Tage im Kühlschrank ziehen lassen. Je länger desto besser!

Dann das Fleisch aus der Marinade nehmen. Die Marinade durch ein Sieb in eine Schüssel geben. Gemüse und Flüssigkeit aufheben. Öl in einem Bräter erhitzen und das Fleisch darin rundum knusprig anbraten. Herausnehmen. Das Gemüse ebenfalls goldbraun anbraten bis es goldbraun ist, dann das Fleisch zugeben und mit der Marinade ablöschen. Den Braten alle 15 Minuten wenden und nur köcheln lassen. Der Braten braucht anderthalb bis zwei Stunden bis er gar ist. Wenn er fertig ist, herausnehmen und die Sauce mit einem Passierstab pürieren. Zum Schluss die Sauce mit Zuckerrübensirup abschmecken. Fertig und genießen!



## Töttchen

### Zutaten:

500 g Kalbsschulter oder -brust  
500 g Rindfleisch von der Hohen Rippe  
1 Zwiebel  
1 Stange Lauch  
1/2 Sellerieknolle  
2 Lorbeerblätter  
2 Nelken  
8-10 weiße Pfefferkörner  
1 Zwiebel, gewürfelt  
2 EL Butter  
2 EL Mehl  
1 TL Salz  
2 EL scharfer Senf  
Saft von 1/2 Zitrone  
einige Kapern  
Zucker  
Worcestershiresauce  
Salz und Pfeffer

### Zubereitung:


Das Fleisch mit dem gewaschenen und geputzten Suppengrün, den Lorbeerblättern, der mit Nelken gespickten Zwiebel, den Pfefferkörnern und etwas Salz etwa 1,5 Stunden bei mittlerer Hitze in 1 ¼ l Salzwasser weich kochen.

Das Fleisch aus der Brühe nehmen, etwas abkühlen lassen, evtl. Fett und Sehnen entfernen und in Würfel schneiden.

Die Brühe durch ein feines Sieb gießen.

Zwiebel abziehen und in Würfel schneiden, dann in der Butter goldgelb braten. Das Mehl darüber stäuben, leicht anbräunen lassen und mit etwas Brühe ablöschen. Dann so viel von der Brühe dazu gießen, dass eine dickliche Sauce entsteht.

Die Sauce etwa 15 Minuten köcheln lassen, die Kapern dazugeben dann mit dem Zitronensaft bzw. Essig, etwas Zucker und dem in drei Esslöffeln Brühe verrührten Senf pikant und leicht säuerlich abschmecken.

Die Fleischwürfel in die Sauce geben und einige Minuten darin erhitzen.  Vor dem Servieren einen Spritzer Worcestershiresauce darüber geben.

Dazu gibt es saure Gurken und ein kräftiges Bauernbrot (Stuten).