

Kochen mit Martina und Moritz vom 08.02.2020

Redaktion: Klaus Brock

## So kochen die anderen! Den Nachbarn auf den Tisch geschaut

Griechische Zitronensuppe	2
Pasta mit Radicchio und Salsiccia	4
Daube de joues de porc braisées (Geschmorte Schweinebäckchen)	5
Gefüllte Kartoffelknödel mit Speck und Zwiebeln	7
Bramborak - Rösti aus rohen Kartoffeln	9
Liwanzen	10

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

## So kochen die anderen! Den Nachbarn auf den Tisch geschaut

Von Martina Meuth und Bernd Neuner-Duttenhofer

Multi-Kulti-Küche macht auch in den eigenen vier Wänden Spaß. Und man muss schon lange nicht mehr in andere Länder reisen, um internationale Speisen genießen zu dürfen. Das wissen die beiden WDR-Fernsehköche Martina und Moritz nur zu gut, die sich trotzdem vor Ort in einigen unserer Nachbarländern Inspirationen geholt haben, um den heimischen Speiseplan bunt und vielfältig zu gestalten. Die griechische Küche bereichert ihr heutiges Menü mit einer erfrischenden Suppe aus milden Zitronen. Aus Italien kommt ein leckeres Pasta-Rezept und bei unseren französischen Nachbarn haben sie einen köstlichen Schmortopf entdeckt. Und auch in Tschechien sind sie fündig geworden und bereiten gleich drei traditionell böhmische Spezialitäten zu.



## Griechische Zitronensuppe

Avgolemono" heißt sie in ihrer Heimat. Sie schmeckt unglaublich erfrischend, einfach umwerfend, wenn man milde Zitronen verwendet.



### Zutaten für vier bis sechs Personen:

- 3 Hühnerschenkel
- 1 Möhre
- 1 Zwiebel
- 1 Lauchstange
- 1 Stück Sellerie (oder 2 Selleriestangen)
- 3-4 Petersilienstiele
- 2-3 Lorbeerblätter
- 1 TL Pfefferkörner
- 1 TL Korianderbeeren
- ½ TL Salz
- 1 kleine Tasse Reis
- 3 Zitronen
- 3 Eigelbe

### Zubereitung:

- Die Hähnchenschenkel in einen Suppentopf betten, das Wurzelwerk putzen, waschen, grob zerschneiden (von jedem jeweils ein Stück aufbewahren) und hinzufügen. Alles mit gut 2 Litern Wasser bedecken. Die abgezupften Petersilienstiele (Blätter beiseite legen), Lorbeerblätter, Gewürze und Salz hinzufügen. Langsam zum Kochen bringen, den Deckel auflegen, auf kleinster Hitze die Hühnerschenkel eine Stunde sanft gar ziehen lassen.
- Schenkel dann herausheben, das Fleisch vom Knochen lösen, Haut und Knochen jedoch zurück in den Topf füllen und nochmals eine weitere Stunde auskochen, um die Brühe zu konzentrieren. Schließlich alles durch ein Sieb filtern, ausgekochtes Gemüse und Knochen wegwerfen.
- Die Brühe zurück in den Topf gießen. Dann den Reis hineinschütten, ebenso die aufbewahrten Gemüsestücke, die inzwischen sehr fein (reiskorngroß) gewürfelt wurden. Auch ein gutes Stück Zitronenschale für den Geschmack mitziehen lassen. Auf kleiner Hitze leise 15 Minuten ziehen lassen, bis der Reis gar ist.
- Inzwischen das Hähnchenfleisch zentimeterklein würfeln und die Petersilienblätter fein hacken.
- Den Saft der Zitronen mit den Eigelben verquirlen und etwas von der heißen Suppe hineinrühren. Erst dann alles in den Suppentopf rühren und nun die Suppe unter stetem Rühren so lange erhitzen, bis sie cremig gebunden und schön dicklich ist. Sie darf

nicht richtig ins Kochen geraten, weil sie sonst gerinnt und ausflockt und keinen schönen Anblick mehr bietet.

- Schließlich das klein geschnittene Hähnchenfleisch und die gehackten Petersilienblätter und das Selleriegrün in die Suppe rühren – nochmals sehr kräftig abschmecken: Sie soll schön säuerlich schmecken und muss ausreichend gesalzen sein. Eventuell noch eine Prise Zucker zum Ausgleich der Säure zufügen. Dann ist es eine fabelhafte, wunderbar sättigende Suppe, elegant und herzhaft zugleich, die sofort Sonne ins Herz bringt.

**Beilage:** frisches, knuspriges Weißbrot

**Getränk:** Es muss nicht unbedingt ein griechischer Wein sein – ein kraftvoller Riesling, zum Beispiel von der Mosel, passt mindestens ebenso gut.

## Pasta mit Radicchio und Salsiccia

Passen glänzend zusammen, die fenchelwürzige Wurst und das bittere Salatgemüse. Bitterkeit macht die Wurst besser bekömmlich. Und alles geht blitzschnell, das Essen steht im Nu auf dem Tisch!



### Zutaten (Für zwei sehr hungrige Personen):

- 250 g Pasta (Spaghetti, Penne, Fettuccine, Orecchiette – ganz nach Gusto)
- 1-2 EL Salz
- 1 kleine Zwiebel
- 1-2 Knoblauchzehen
- ½ bis ganze Chilischote (wie man es mag)
- 1 Handvoll Pinienkerne
- 2 EL Olivenöl
- 2 Salsicce (fenchelgewürzte grobe Bratwurst)
- Pfeffer
- 1 Radicchiokopf (ca. 200 g)
- ca. 200 ml Rotwein
- Petersilie
- 1 Handvoll frisch geriebener Parmesan

### Zubereitung:

- Zwiebel und Knoblauch fein würfeln, auch die Chilischote – diese entkernen! Das Brät aus dem Darm lösen, zerpfücken und in einer Pfanne im heißen Öl anbraten, auch die gewürfelten Zutaten dazugeben und mitbraten, salzen und kräftig pfeffern. So lange unter Rühren braten, bis das Fleisch krümelig geworden ist.
- Einen Topf mit Nudelwasser aufsetzen; sobald es sprudelnd kocht, kräftig salzen (auf 1 Liter mindestens einen gehäuften Esslöffel), die Pasta hineinwerfen, nach Packungsaufschrift bissfest kochen.
- Den Radicchiokopf halbieren, den Strunk herausschneiden und fein würfeln oder auf der Reibe zerkleinern, die Blätter quer in Streifen schneiden, beides in die Pfanne geben. Jetzt kommen auch die Pinienkerne dazu. Ohne Deckel schmurgeln lassen, dabei immer wieder einen guten Schuss Rotwein angießen – sobald Bratensatz am Boden zu sehen ist – und verkochen lassen.
- Die tropfnasse Pasta zufügen und alles innig mischen, dabei zusammen mit der fein gehackten Petersilie den geriebenen Käse einarbeiten. Falls der Sugo zu trocken wirkt, einen Schuss Nudelwasser angießen. In tiefen Tellern anrichten und servieren.

**Beilage:** mehr Parmesan und einen Faden von einem guten Olivenöl

**Getränk:** Ein kräftiger Rotwein, ideal passt zum Beispiel ein Chianti Classico.

## Daube de joues de porc braisées (Geschmorte Schweinebäckchen)

Die rundlichen, schmal zulaufenden fleischigen Stücke aus der Schweinebacke bestehen aus kernigem Fleisch, umhüllt von Gallerte, die das Fleisch besonders saftig hält. Leider gibt sie der Metzger bei uns nicht gern heraus, er braucht das hochwertige, aber günstige Fleisch für seine Würste. Die Stücke sind aber auch perfekt fürs Schmoren geeignet. Und Schmorgerichte sind einfach ideal für Gäste. Sie lassen sich bequem vorbereiten



und werden vor dem Servieren nur noch aus dem Ofen geholt. Das Fleisch ist zart und zergeht auf der Zunge, wenn man es richtig gemacht hat. Außerdem kostet es nicht viel – was ja schließlich auch nicht ganz unwichtig ist. Hinzu kommt: Ein Tier besteht ja nicht nur aus Filet, Kotelett und Schnitzel – auch die anderen Stücke wollen genutzt sein. Sie lassen sich ja eigentlich noch vielfältiger zubereiten. Deshalb verarbeiten wir immer schon gern ein Tier "from nose to tail", also von der Nase bis zum Schwanz.

### Zutaten für sechs bis acht Personen:

- 1 kg Schweinebäckchen
- 2 EL Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- 3 Möhren
- 1 große Zwiebel
- 2-3 Selleriestange
- 1 Lauchstange
- 1 Bouquet garni (siehe Anmerkung)
- ca. ½ l Kalbsfond
- ½ l Weißwein
- 1 kg kleine Kartoffelchen
- ein guter Schuss Weißwein- oder Sherryessig

### Zubereitung:

- Die Schweinebäckchen im heißen Öl rundum anbraten, dabei salzen und pfeffern. Herausheben und beiseite stellen.
- Stattdessen die zweizentimetergroß gewürfelten Möhren, Zwiebeln, Sellerie und Lauch im Bratfond andünsten.
- Danach die Bäckchen und das Bouquet garni obenauf betten, Kalbsfond angießen und den Wein dazu. Hier nehmen wir einen Weißwein, der passt hervorragend zum Schweinefleisch.

- Nochmals aufkochen, dann auf ganz milder Hitze oder im Backofen bei 130 Grad (Ober- & Unterhitze; 110 Grad Heißluft) zwei bis drei gute Stunden schmoren. Nach einer Stunde die geschälten Kartoffeln dazwischen verteilen.
- Am Ende den Bratenfond in einen Mixbecher abgießen, mit der Schaumkelle einen Löffel vom Schmorgemüse herausfischen und zufügen.
- So lange mixen, bis eine angenehme, cremige Saucenkonsistenz entstanden ist. Nochmals abschmecken, vor allem mit Salz, Pfeffer und einem Schuss Essig. Wieder in den Topf über die Bäckchen gießen und sie darin erwärmen, wenn Sie nicht gleich alles zu Tisch bringen.
- Zum Servieren die Bäckchen quer zur Faser in fingerdicke Scheiben schneiden und mit den Kartoffeln auf einer Platte anrichten. Das Schmorgemüse daneben verteilen und mit etwas Sauce überziehen. Restliche Sauce auf jeden Fall dazu reichen, die schmeckt köstlich. Wer vorher die Blätter der Selleriestangen beiseite gelegt hat, kann diese fein gehackt ganz zum Schluss noch darüberstreuen.

**Anmerkung:** Ein Bouquet garni, ein klassisches Kräutersträußchen, darf in keinem französischen Schmorgericht fehlen. Man bindet dafür die zwei bis drei äußeren Blätter einer Lauchstange, ein Sträußchen Thymian, einige Petersilienstängel und ein bis zwei Lorbeerblätter zusammen (wer es pikant mag, gibt auch gerne eine Chili dazu, ist aber kein Muss) – so lässt sich das Sträußchen vor dem Servieren bequem wieder herausfischen und entfernen.

**Getränk:** ein kräftiger Rotwein aus der Provence, zum Beispiel von den Côtes-de-Nîmes

## Gefüllte Kartoffelknödel mit Speck und Zwiebeln

Sie sind rund, aus gekochten Kartoffeln, zu einem Teig verarbeitet und werden vielfältig gefüllt. Man liebt sie süß, aber auch herzhaft, und sie werden somit entweder als Hauptgericht oder auch als Nachspeise serviert. Wir haben uns für eine herzhaftere, klassische Füllung mit Zwiebeln und Kassler entschieden, und obenauf kommen herrlich knuspriger Speck und Zwiebeln.



### Rezept für vier bis sechs Personen:

- 1 kg Kartoffeln
- Salz
- 150 g Weichweizengrieß
- 200 g Mehl
- 1 Ei
- Muskat

### Füllung:

- 300 g Kassler oder gekochter Schinken
- 1 große Zwiebel
- 2 EL Butterschmalz oder Öl
- 1 TL Kümmel
- Petersilie

### Zum Servieren:

- 1 große Zwiebel
- 100 g Speck in feinen Scheiben
- Petersilie oder Schnittlauch
- 30 g Butter

### Zubereitung:

- Die Kartoffeln in der Schale weich kochen, abgießen und noch heiß pellen. Durch die Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken. Salzen, zunächst die Hälfte von Grieß und Mehl darüberstreuen. Das Ei zufügen und alles rasch zu einem festen Teig kneten. Falls er klebt, noch etwas mehr Grieß als Mehl darüberstäuben (Grieß verhält sich anders als Mehl) und einarbeiten.

- Für die Füllung das Kassler oder den Schinken in feine Streifen schneiden. Die Zwiebel fein würfeln und im heißen Fett weich dünsten. Das Fleisch zufügen, auch Kümmel und die fein gehackte Petersilie. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Für die gefüllten Knödel den Teig zu einer dicken Rolle formen, Scheiben davon abschneiden, auf der Handfläche flachdrücken. Je einen Löffel Füllung in die Mitte setzen und den Teig darüber verschließen. In einem großen Topf mit Salzwasser leise gar ziehen lassen. Nach etwa 10 bis 15 Minuten, wenn die Knödel oben schwimmen, sind sie gar.
- Zum Servieren die Zwiebel sehr fein würfeln. Den Speck in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne in der Butter oder vom Speck austretendem Fett auslassen. Die Zwiebeln zufügen und sanft bräunen. Zum Schluss fein gehackte Petersilie oder Schnittlauchröllchen zufügen.
- Die gefüllten Kartoffelknödel gut abtropfen lassen und auf einer vorgewärmten Platte anrichten. Jeweils ein Häufchen Zwiebeln und Speck daraufsetzen.

**Tipp:** Für die Füllung kann man auch jeden Bratenrest, Wurstwürfel, sogar Käse verwenden. In jedem Fall wichtig: Die Kartoffelhülle soll möglichst dünn sein.

**Beilage:** Eigentlich isst man dazu Sauerkraut. Dieses in einem Topf mit ordentlich Kümmel und einem Gewürzstrauß und etwas Wasser ansetzen. Gut passt aber auch ein schöner feinnudelig geschnittener Endiviansalat dazu – der gibt Farbe und Frische, und die säuerliche Salatmarinade dient als Sauce.

**Und noch ein Tipp:** Man kann diese Kartoffelknödel auch süß füllen mit Zwetschgen oder Aprikosen, dann den Stein durch ein Zuckerstück ersetzen. Und obenauf kommen am Ende in Butter geröstete Semmelbrösel und/oder Mohn sowie gut abgetropfter Quark oder einfach ein Löffel Sauerrahm.

## Bramborak - Rösti aus rohen Kartoffeln

Eine Art Kartoffelpuffer oder kleine Rösti aus rohen Kartoffeln. Sie werden fein gerieben, mit Ei und etwas Mehl sowie Milch zu einem flüssigen Teig gerührt. Daraus werden in einer normalen Pfanne esslöffelweise oder in einer Liwanzenpfanne (die kennen wir hierzulande auch, als Setzeipfanne oder Pföttchenpfanne – je nach Region) kleine Küchlein gebacken. Man isst sie entweder einfach direkt aus der Pfanne oder mit Apfelmus, einem Kompott oder auch zusammen mit einem Salat.



### Zutaten für vier bis sechs Personen:

- 1 kg Kartoffeln
- 100 g Mehl
- 2 Eier
- Salz
- Pfeffer
- 1 EL getrockneter Majoran
- 1 TL Kümmel
- 1 kleine geriebene Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 3-4 EL Milch
- Schmalz oder Butter zum Braten

### Zubereitung:

- Die Kartoffeln schälen, auf der feinen Reibe raffeln, mit der Hand fest ausdrücken und die austretende Flüssigkeit abschütten. Mit Mehl, Eiern, Salz, Pfeffer, Majoran, geriebener Zwiebel, durchgepresstem Knoblauch und einem guten Schuss Milch zu einem dickflüssigen Teig rühren.
- In einer beschichteten Pfanne esslöffelweise kleine Küchlein formen und auf beiden Seiten sehr langsam auf ganz milder Hitze golden backen. Das dauert insgesamt mindestens 15 bis 20 Minuten. Noch besser gelingt das in einer Pföttchen- oder Setzeipfanne (wie oben beschrieben). Man kann natürlich auch pfannengroße Reibekuchen daraus backen.

**Tipp:** Eine pfiffige Idee ist, den Bramborak zu füllen. Dafür zwei Esslöffel Teig in die Pfanne setzen, dabei rund und flach streichen, eine Scheibe Schinken (Prager Schinken, auch eine böhmische Spezialität), eventuell sogar zusätzlich eine Scheibe Käse darauf legen, mit etwas Teigmasse abdecken und wieder schön rund formen. Auch auf der anderen Seite knusprig braten. Dazu passt ein Salat.

## Liwanzen

Selbstverständlich darf hier eine der typischen Mehlspeisen nicht fehlen, für die die böhmische Küche berühmt ist. Liwanzen, auch Dalken, sind kleine Küchlein aus Hefeteig. Anders als für die böhmischen Knödel braucht man hierfür allerdings mehr Eigelb, mehr Milch und mehr Butter. Der Teig ist fast schon flüssig. Die Küchlein werden ganz einfach in der Liwanzenpfanne gebacken.



Sie werden heiß gegessen, mit Zimtucker und Mohn bestreut, mit Marmelade (Marillenkönfitüre!) bestrichen, oder man serviert dazu Topfencreme, Apfelkompott, Schlagsahne oder Schmand und Powidl – also Zwetschenmus.

### Zutaten für vier bis sechs Personen:

- 300 g Mehl
- knapp ½ l lauwarme Milch
- ½ Würfel Hefe
- 2 gehäufte EL Zucker
- 2 Eigelbe
- 2 EL geschmolzene Butter
- abgeriebene Schale einer Orange
- 2 Eiweiße
- 1 Prise Salz
- außerdem Butter zum Backen
- Puderzucker zum Bestäuben

### Zubereitung:

- Mehl in die Schüssel der Küchenmaschine sieben. In einer Tasse mit lauwarmer Milch die Hefe auflösen, etwas Zucker zufügen und zugedeckt 10 Minuten gehen lassen. Dann zum Mehl gießen, die Maschine einschalten und nacheinander den restlichen Zucker, die Eigelbe, geschmolzene Butter und langsam so viel Milch zufügen, bis ein dünner, glatter Teig entstanden ist. In eine Teigschüssel umbetten und eine Stunde an einem warmen Ort zugedeckt gehen lassen.
- Erst kurz vor dem Ausbacken die Eiweiße zu steifem Schnee schlagen und unter den Hefeteig ziehen.
- Esslöffelweise in die gut gebutterten Vertiefungen einer Liwanzenpfanne (natürlich geht auch eine beschichtete, normale Pfanne!) setzen und auf dem Herd backen, bis die Unterseite golden ist.
- Dann umdrehen und auch auf der anderen Seite golden backen. Am Ende so wie oben beschrieben servieren, einen Kaffee dazu und fertig ist ein herrliches Dessert.