

# Krabben, Katenschinken und Wagyuschmalz auf Brot

## Zutaten (für 4 Personen):

- 1 Landbrot
- 4 Scheiben Holsteiner Katenschinken
- etwas Butter
- 1 Töpfchen Wagyuschmalz
- etwas Rauchsatz
- 3 Eier
- 1 Schuss Milch
- 0.5 Bund Dill
- 100 g frische Nordseekrabben
- nach Geschmack: Mayonnaise
- Salz

Landbrot in Scheiben schneiden. Für die Schinkenbrote je 1 Scheibe Brot mit Butter bestreichen und mit 1 Scheibe Schinken belegen. Weitere Brote mit Schmalz bestreichen und mit etwas Rauchsatz bestreuen.

Eier, Milch und gehackte Kräuter gut vermischen und salzen. In eine Pfanne geben und zu Rührei verarbeiten. Das Rührei auf Brote verteilen und mit Nordseekrabben belegen. Wer mag, gibt je 1 Klecks Mayonnaise dazu.

Alle Brote nach Geschmack garnieren, die Krabben und den Schinken etwa mit Kräutern, das Schmalz mit Apfelspalten und servieren.

Sendung/Quelle: Heimatküche

Sendetermin: 06.06.2021

Koch/Köchin: Marisa Marquardt

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

# Wagyu-Heubraten mit Wasabi-Kartoffelpüree und Bohnen

## Zutaten für den Braten (für 6 Personen):

- 2.5 kg (vom Wagyu-Rind) Tafelspitz
- etwas Rauchsatz
- 5 Zehen Knoblauch
- 150 g Möhren
- 150 g Petersilienwurzeln
- 150 g Knollensellerie
- 1.5 EL Tomatenmark
- 1 große Zwiebel
- 2 Hände Wiesenheu
- 1.5 EL Rapsöl
- 6 kleine Tomaten
- 750 ml Rotwein
- 1.5 Sternanis
- 2 Lorbeerblätter
- einige Pimentkörner
- nach Geschmack: Kräuter der Provence
- Wagyuschmalz
- alternativ: Butterschmalz
- 3 TL Speisestärke
- 6 TL Wasser

Wer kein Fleisch vom Wagyu-Rind bekommt, kann für dieses Gericht auch normales Rindfleisch verwenden. Neben Tafelspitz ist auch Fleisch aus Schulter oder Hüfte geeignet.

Sämtliches Gemüse waschen, schälen und in etwa 1 x 1 cm große Stücke schneiden. Heu in eine Schüssel geben und kurz in warmen Wasser quellen lassen.

Das Fleisch unter fließendem Wasser abwaschen und mit einem Küchentuch trocken tupfen. Auf der Fettseite circa 0,5 cm tief einschneiden und mit Rauchsatz einreiben. Rapsöl im Bräter erhitzen und das Fleisch von allen Seiten scharf anbraten. Das Gemüse dazugeben und kurz mit anbraten. Tomatenmark hinzugeben und alles mit Rotwein ablöschen.

Gewürze hinzufügen und mit Heu abdecken. Mit 0,5 l Heu-Sud übergießen und den Braten etwa 3 Stunden bei 160 Grad Umluft und geschlossenem Deckel im Ofen schmoren.

Braten aus dem Bräter nehmen, mit etwas Schmalz bestreichen und bei 80 Grad im Ofen warmhalten. Den Bratenfond durch ein Sieb gießen und aufkochen. Gegebenenfalls mit Heu-Sud auffüllen. Die Stärke mit der doppelten Menge kaltem Wasser anrühren und in die kochende Soße geben, aufkochen und gelegentlich umrühren. Mit Kräutern der Provence und Schmalz abschmecken.

Den Braten gegen die Faser in dünne Scheiben schneiden und mit Soße anrichten.

## Zutaten für das Wasabi-Kartoffelpüree:

- 800 g vorwiegend festkochende Kartoffeln
- 250 ml Milch
- 50 g Butter
- Salz
- Pfeffer

- Muskat
- nach Geschmack: Wasabi-Paste

Kartoffeln schälen, waschen und grob in Stücke schneiden. Etwa 20 Minuten in Salzwasser garen. Abgießen und mit Butter und Milch zu einer geschmeidigen Masse stampfen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Wasabi bis zur gewünschten Schärfe abschmecken.

#### Zutaten für die Bohnen im Speckmantel:

- 600 g Grüne Bohnen
- 4 Scheiben Speck

Bohnen putzen und waschen. Die Spitzen abschneiden. Salzwasser zum Kochen bringen und die Bohnen darin leicht vorgaren. Sie sollen noch leicht bissfest sein. Danach direkt in kaltem Wasser abschrecken. Jeweils mehrere Bohnen mit dem Speck umwickeln und in den Backofen geben, bis der Speck knusprig ist.

Sendung/Quelle: Heimatküche

Sendetermin: 06.06.2021

Koch/Köchin: Marisa Marquardt

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

# Fliederbeersuppe mit Grießklößchen

## Zutaten für den Saft (für 1,5 l) (für 4 Personen):

- 1.2 kg Fliederbeeren
- 500 ml Wasser
- 250 g Zucker
- 40 g Vanille-Zucker
- 1 TL Zitronensäure
- 0.5 Limette

Fliederbeeren waschen und etwas abtropfen lassen. Beeren im Topf leicht anquetschen, Wasser dazugeben und kurz aufkochen lassen. Durch ein Sieb in einen zweiten Topf gießen. Saft nochmals aufkochen und Zucker, Vanille-Zucker, Zitronensäure und den Saft der Limette hinzugeben. Fertigen Saft in heiß ausgespülte Flaschen geben.

## Zutaten für die Grießklößchen:

- 500 ml Milch
- 200 g Weichweizengrieß
- 40 g Zucker
- 1 Päckchen Vanille-Zucker
- 1 Ei
- 500 ml Fliederbeersaft
- 500 ml Wasser
- 4 EL Zucker
- 1 Päckchen Vanille-Puddingpulver
- etwas Butter
- etwas Zimt

Die Milch mit Zucker und Vanille-Zucker aufkochen. Den Herd ausschalten, aber den Topf auf der warmen Platte stehen lassen. Den Grieß zügig einrühren und solange auf der heißen Platte stehen lassen, bis die Masse zum Kloß abbrennt, das heißt, sich am Topfboden eine weißliche Masse bildet. Das Ei aufschlagen, verrühren und in die Masse einarbeiten. 30 Minuten quellen lassen. Wer Figuren ausstechen möchte, streicht den Grießbrei auf ein Backblech.

Derweil die Suppe zubereiten. Dafür den Saft mit Wasser, Vanille-Puddingpulver und Zucker in einen Topf geben, gründlich rühren und bis zur gewünschten Sämigkeit aufkochen.

Kurz vor dem Servieren die Butter in einer Pfanne erhitzen. Die abgestochenen Grießklößchen oder ausgestochenen Grießfiguren mit Zimt und Zucker bestreuen und in der Pfanne anbraten, dabei leicht karamellisieren lassen.

Die Suppe kalt oder warm in tiefen Tellern mit den Klößchen servieren.

Sendung/Quelle: Heimatküche  
Sendetermin: 06.06.2021  
Koch/Köchin: Marisa Marquardt

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