

Zu Tisch: Rheinland

 arte.tv/de/articles/cuisine-des-terroirs-la-rhenanie

Die Rezepte zur Sendung

Gänsebraten mit Rotkohl

4 Portionen

Zubereitungszeit: 60 Minuten (plus ca. 4 Stunden zum Garen)

Die ersten Gänse im Jahr werden im November zu Sankt Martin zubereitet. Kross gebraten und mit Beilagen wie Rotkohl und Klößen ein richtiges Festessen. Ob ein Gänsebraten gelingt, hängt auch von der Fleischqualität ab. Deswegen sollten es artgerecht gehaltene Tiere in Freilandhaltung und von Erzeugern aus der Region sein.

Tipp: Die Gans zu würzen und zu füllen, kann auch am Vortag erledigt werden, dann zieht das Aroma noch besser ins Fleisch. Statt Majoran wird für Gänsebraten auch oft Beifuß verwendet. Eine Gewürzpflanze, deren Bitterstoffe bei der Verdauung unterstützend helfen sollen.

Wenn auch die Innereien der Gans beilagen, können diese in der Pfanne mit gebraten werden. Beides, die fruchtige Füllung und die Innereien, geben so der Soße später einen intensiveren Geschmack.

Als Flomen bezeichnet man das Fett im Inneren des Bauchfells.

Zutaten

- 1 Gans (4 kg, küchenfertig)
- 1 kg säuerliche Äpfel (z.B. Boskop oder Braeburn)
- 3 große Zwiebeln
- 200 g Backpflaumen, entsteint
- 60 g Majoran
- 500 ml Wasser
- 100 g Honig
- Salz
- Pfeffer
- Küchengarn
- Stärkemehl

Für den Rotkohl:

- 1 kg Rotkohl
- 300 g Äpfel
- 150 g Speckschwarten
- 50 g Zucker
- 4 Lorbeerblätter

- 6 Nelken
- Ca.300 ml Gemüsebrühe
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung

Backofen auf 120 Grad vorheizen.

Den Beutel mit den Innereien aus der Gans entfernen, dann den Flomen. Das Geflügel unter fließendem Wasser von innen und außen abbrausen und trocken tupfen. Die Gans dann von innen und außen mit Salz und Pfeffer einreiben.

Äpfel schälen, entkernen und achteln. Zwiebel abziehen und in grobe Stücke schneiden. Backpflaumen, wenn nötig entkernen und klein schneiden. Majoran unter kaltem Wasser abbrausen, trockenschütteln und die Blättchen von den Stängeln zupfen. Mit den Äpfeln, Zwiebeln und Pflaumen vermengen. Die Gans mit 2/3 der Mischung füllen und anschließend mit Küchengarn zunähen. Nun die Gans dressieren, das heißt, die Keulen und Flügel mit Küchengarn am Körper festbinden. Die Gans mit der Brust nach unten in einen Bräter oder in eine Fettpfanne legen und die restliche Füllung darin verteilen.

Soviel heisses Wasser angießen, dass die Gans ca. 4 cm in der Flüssigkeit liegt. Pro Kilo Fleisch rechnet man mit ungefähr 1 Std. Garzeit. Während des Bratens das Geflügel immer wieder mit dem Bratensatz begießen. Dabei einige Male unterhalb der Flügel und Keulen in einstecken, damit das Fett besser austreten kann. Eventuell Wasser nachgießen.

In der Zwischenzeit vom Rotkohl die äußeren Blätter entfernen. Danach den Kohl vierteln, den Strunk herausschneiden und anschließend in feine Streifen schneiden. Die Äpfel, schälen, entkernen und achteln. Auf dem Boden eines Topfes die Speckschwarten auslegen und darauf den Rotkohl und die Äpfel verteilen. Gewürze dazugeben, zuckern, salzen, pfeffern und die Brühe angießen. Den Kohl ca. 1,5 Stunden bei mittlerer Hitze köcheln lassen und nochmals abschmecken.

Etwa 20 min vor Ende der Garzeit den Bratenfond abgießen und beiseitestellen. Die Gans für die restliche Zeit auf den Rücken legen und die Haut mit in Wasser aufgelöstem Honig bestreichen. So wird die Haut knuspriger. Die Gans wieder in den Ofen stellen und die Temperatur auf 200 Grad hochdrehen.

Statt der süßlichen Nuance mit Honig kann dafür auch Salzwasser verwendet werden. Das Geflügel ist gar, wenn beim Anstechen klarer Saft aus den Keulen tritt oder wenn sich die Flügel leicht herausziehen lassen.

Den Bratenfond abseihen und überschüssiges Fett abschöpfen. Dafür am besten eine Fettkanne benutzen. Die Füllung aus der Gans nehmen und einen Teil davon mit dem Bratenfond in einem Topf pürieren, aufkochen und mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken. Die Soße je nach Konsistenz und Geschmack entweder mit Stärkemehl binden oder noch etwas von der Füllung zugeben und erneut pürieren.

Als Beilage zum Gänsebraten mit Rotkohl passen Salzkartoffeln oder Klöße.



Gänsebraten mit Rotkohl.

Gänseschmalz

3 kleinere Schraubgläser

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Gänseschmalz ist lecker als Brotaufstrich, aber auch zum Anbraten und Verfeinern von Speisen geeignet.

Tipp: Damit das Schmalz fester wird, kann Schweinefett mitgekocht werden. Auf 500 Gramm Gänseflomen sollten es nicht mehr als 100 Gramm Schweinefett sein. Das Schmalz dann entsprechend mehr salzen und pfeffern.

Zutaten

- 400 g Gänsefett (Flomen)
- 100 g Schweineschmalz
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 2 Äpfel
- 15 g frischer Majoran (oder 5 g getrockneter Majoran)
- Salz
- Weißer Pfeffer

Zubereitung

Gänseflomen entweder in einem Küchenwolf durchdrehen oder grob zerkleinern. Dabei darauf achten, eventuell vorhandene Sehnen zu entfernen. Das Fett anschließend mit Schweineschmalz in einem Topf bei geringer Hitze auslassen.

Äpfel und Zwiebeln schälen, sehr klein würfeln, zum Schmalz dazugeben und ca. 10 Minuten leicht köcheln lassen, bis die Zwiebelstückchen goldgelb sind. Majoran unter kaltem Wasser abbrausen, trockenschütteln und die Blätter von den Stängel zupfen. Zum Schmalz geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Schmalz etwas abkühlen lassen und in Schraubgläser füllen. Kühl aufbewahrt hält sich Gänseschmalz so mehrere Monate.



Der Gänseschmalz kann als Brotaufstrich aber auch zum Kuchen verwendet werden!

Weckmänner

6-8 Stück

Zubereitungszeit: 120 Minuten

Wenn am Martinstag die Kinder mit bunten Laternen durch die Straßen ziehen, darf der Mann aus Hefeteig nicht fehlen. Im Rheinland wird gesüßtes Brot als Wecken bezeichnet, so dass der Name Weckmann wohl daher stammt.

Tipp: Werden die Rosinen zuvor in Apfelsaft eingeweicht, sind sie nach dem Backen nicht so hart. Statt einer Pfeife, könnte dem Weckmann auch ein Lolli in die Hand gegeben werden.

Zum Einschneiden der Armstränge und der Beine ein scharfes Messer benutzen. Das sollte vorher in neutrales Öl getaucht werden, damit der Teig nicht kleben bleibt.

Zutaten

- 1 Würfel frische Hefe (42g)
- 500 g Mehl
- 250 ml lauwarme Milch
- 100 g Butter
- 80 g Zucker
- 2 TL Salz
- Milch zum Bestreichen
- Tonpfeifen

Zubereitung

In einer Rührschüssel die Hälfte des Mehls mit Zucker und Salz vermengen und in die Mitte eine Mulde drücken. Die zerbröselte Hefe hinein geben. Butter in einem Topf erhitzen und die kalte Milch dazu gießen. Diese warme, flüssige Mischung über die Hefe gießen alle Zutaten miteinander verrühren. Anschließend das restliche Mehl darüber sieben und das Ganze zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig an einem warmen Ort ca. 45 min gehen lassen.

Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben.

Wenn sich die Teigmasse verdoppelt hat, den Teig in gleich große Portionen teilen und jeweils zu einer Kugel rollen.

Ein Backblech mit Backpapier auslegen.

Von der Kugel dann das obere Drittel zum runden Kopf und den Rest zu einem Kegel formen. Aus dem unteren Drittel des Teiges die Beine des Weckmanns einschneiden. Im mittleren Teil links und rechts Teigstränge für die Arme einschneiden und einen über die Pfeife legen. Das Gebäck auf das Backblech legen. Die Weckmänner mit Rosinen verzieren und nochmals für etwa 20 Minuten abgedeckt ruhen lassen.

Im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten bei 180 Grad goldbraun backen. Damit die Weckmänner glänzen, das noch warme Gebäck mit Milch bestreichen.



Die Weckmänner zum Martinstag.

Pillekuchen und Endiviensalat mit Kartoffeldressing

4 Portionen

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Geraspelte Kartoffelstifte werden im Rheinland auch Pille genannt. Der Pillekuchen ist durch die Zugabe von Eiern halb Kartoffelpuffer, halb Pfannkuchen. Sehr gut schmeckt dazu ein kräftiger Salat wie Endivie.

Tipp: Um das leicht Bittere des Endiviensalats zu mildern, sollten die Blätter sehr klein geschnitten werden, so dass sie sich gut mit dem süß-sauren Dressing verbinden. Auch das Waschen in warmem Wasser soll helfen die Bitterstoffe zu entfernen.

Zutaten

Für die Pillekuchen:

- 1 kg Kartoffeln, vorwiegend festkochend
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 150 g durchwachsener Speck
- 4 Eier
- Ca. 50 g Mehl
- Salz
- Pfeffer
- Öl zum Braten

Für den Salat:

- 1 Endivie
- 250 g Joghurt
- 100 g mehlig kochende Kartoffeln
- 1 mittelgroße Zwiebel
- 100 ml Sonnenblumenöl
- 30 ml Essig
- 20 g Zucker
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung

Kartoffeln schälen, waschen und raspeln. Zwiebeln abziehen und wie den Speck klein würfeln. Beides zu den Kartoffelstiften geben. Mehl und Eier unter die Masse rühren und mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Wenn der Teig zu feucht ist, noch etwas Mehl dazugeben. Reichlich Öl in einer Pfanne erhitzen und den Teig bei mittlerer Temperatur portionsweise darin backen. Wenn eine Seite des Pillekuchens goldbraun ist, vorsichtig wenden und die andere Seite backen bis sie schön knusprig ist.

Für die Salatsoße die gekochten und lauwarm abgekühlten Kartoffeln zerdrücken und mit dem Joghurt mischen. Zwiebel abziehen, klein hacken und untermengen. Öl und Essig dazugeben und mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Den gewaschenen und fein geschnittenen Endiviensalat unter die Soße heben.

Den Salat zum Pillekuchen servieren.



Rheinischer Pillekuchen.

Rheinischer Sauerbraten vom Wildschwein mit Kartoffel-Sellerie-Püree

4 Portionen

Zubereitungszeit: 120 Minuten (plus Zeit zum Marinieren)

Für einen Rheinischen Sauerbraten nahm man früher auch Pferdefleisch. Heute wird hauptsächlich Rindfleisch verwendet. Doch mit Schwein- oder Wildfleisch lässt sich das Gericht ebenso zubereiten. Wichtig sind ausreichend Zeit zum Marinieren und eine mit Rosinen und Rübensirup abgeschmeckte Soße.

Tipp: Das Kartoffel-Sellerie-Püree ist eine Beilage, die geschmacklich hervorragend zum Wildschwein passt. Traditionell werden zum Rheinischen Sauerbraten Kartoffelklöße und Apfelmus oder Rotkohl serviert.

Zutaten

Ca 1,5 kg Wildschwein (ohne Knochen, aus der Keule)

Für die Marinade (Beize)

- 400 ml Rotwein
- 400 ml Rotweinessig
- 400 ml Wasser oder Wildfond
- 1 Bund Suppengrün
- 1 mittelgroße Zwiebel

- 4 Wacholderbeeren
- 3 Pimentkörner
- 6 Pfefferkörner
- 4 Nelken
- 4 Lorbeerblätter

Für den Braten und die Soße:

- 60 g Rosinen
- 250 ml Rotwein
- 40 g Tomatenmark
- 60 g Rübenkraut (Zuckerrübensirup)
- 10 g Speisestärke
- Salz
- Pfeffer
- Öl zum Braten

Für das Püree:

- 700 g mehlig kochende Kartoffeln
- 300 g Knollensellerie
- 250 ml Sahne
- 50 g Butter
- Salz
- Pfeffer
- Muskatnuss

Zubereitung

Mindestens 2-3 Tage im Voraus die Essigbeize herstellen. Dafür das Gemüse putzen, die Zwiebel abziehen und alles in grobe Stücke schneiden. Die Beeren und Körner im Mörser grob zerkleinern. Rotwein, Rotweinessig, Wasser, das Gemüse und die Gewürze aufkochen und abkühlen lassen. Das Fleisch waschen und in der Beize vollständig bedeckt an einem kühlen Ort marinieren, dabei täglich wenden.

Am Tag der Zubereitung den Rotwein für die Soße in einem Topf aufkochen. Die Rosinen dazugeben, die Hitze abstellen und ca. 20 min quellen lassen. Das Fleisch aus der Beize nehmen und mit einem Küchentuch trocken tupfen. Öl in einem Bräter erhitzen und das Fleischstück von allen Seiten kräftig anbraten, dabei das Tomatenmark mit anrösten. Rosinen abgießen, zur Seite stellen und den Rotwein auffangen. Rotwein und einen Teil der Beize mit Gemüse zum Fleisch geben. Bei mittlerer Hitze ungefähr 1 ½ Stunden schmoren. Den Braten währenddessen immer wieder wenden und bei Bedarf noch etwas Beize zugeben.

Für das Püree die Kartoffeln und den Sellerie schälen, waschen und in grobe Stücke schneiden. Beides zusammen in Salzwasser ca. 25 min garkochen. Abgießen, im offenen Topf ausdampfen lassen und mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken. Sahne in einem Topf erwärmen und die Butter darin schmelzen.

Diese Mischung zum Püree geben und alles gut verrühren, bis die Masse geschmeidig und glatt ist. Mit Salz und geriebener Muskatnuss abschmecken.

Fleisch aus der Soße nehmen, in Scheiben schneiden und warm stellen. Den Bratenfond durchsieben und die Rosinen untermischen. Die Soße mit Rüberrkraut, Salz und Pfeffer abschmecken und nach Bedarf mit Speisestärke binden.

Die Bratenscheiben zum Aufwärmen in die Soße legen und am Tisch mit dem Püree servieren.



Der Wildschweinbraten wird angerichtet.