

Walnüsse, Senf und Kürbis neu entdeckt

[SR* sr.de/sr/fernsehen/sendungen_a_-_z/uebersicht/genuss_mit_zukunft/20200926_genuss_mit_zukunft_walnuesse_senf_100~_seite-3.html](https://www.sr.de/sr/fernsehen/sendungen_a_-_z/uebersicht/genuss_mit_zukunft/20200926_genuss_mit_zukunft_walnuesse_senf_100~_seite-3.html)

Senf

Rieslingsenf

Für den Rieslingsenf habe ich mir einen Riesling Kabinett halbtrocken von der Winzergenossenschaft „Vier Jahreszeiten“ in Bad Dürkheim ausgesucht. Das ausgewogene Frucht/Säure Verhältnis harmoniert gut mit dem Senf. Um geschmacklich noch mehr Fruchtanteil abzubilden, verwende ich auch noch den weißen Traubensaft von den „Vier Jahreszeiten“. Das Ganze wird mit bestem Bio Kurkuma und Bad Dürkheimer Salinensalz abgeschmeckt.

Feigensenf

Für den Feigensenf verarbeite ich die frisch gepflückten Feigen zunächst zu einer Marmelade. Nur solange ich Marmelade habe, kann ich Feigensenf herstellen. Danach muss ich bis zur neuen Ernte warten. Der Feigensenf, den ich aus der angesetzten Senfmaische und der Marmelade weiterverarbeite, passt z.B. perfekt zu Käse.

Süßspeise aus Acorn-Kürbis

Zutaten:

1 ACORN-Kürbis

Je Kürbishälfte:

20-40 g Butter

3 Esslöffel brauner Zucker

Zubereitung:

Den Acorn halbieren und die Kerne entfernen. In jede Hälfte Butter und Zucker hineingeben und 40-50 Minuten im vorgeheizten Backofen bei 200°C vorsichtig backen, eventuell Hitze reduzieren (Zucker verbrennt schnell).

Kürbiseis

Zutaten:

400 g Kürbismus

400 ml Milch

100 g Zucker

2 Eigelb

100 g Sahne

Gewürze: jeweils einen viertel Teelöffel Muskatnuss und Ingwer sowie 0,125 TL gemahlene Nelken. Und 1 TL Vanille-Extrakt.

Zubereitung:

Kürbisfleisch mit der Milch und dem Abtropfsaft vom Kürbismus in einen Mixer geben und auf niedriger Stufe laufen lassen. Sahne und die Hälfte des Zuckers in einem Topf erwärmen.

Die beiden Eigelbe mit den Gewürzen und dem restlichen Zucker aufschlagen, die Sahne langsam zu den Eigelben schütten und langsam weiterrühren. Die Masse wieder zurück in den Topf geben und zu einer dicklichen Creme aufschlagen. Die Creme in den immer noch laufenden Mixer geben. Anschließend die Eismasse durchkühlen lassen und in der Eismaschine gefrieren.

Walnussnudeln

Zutaten:

900 g Hartweizengrieß (feiner ausgemahlen als für Pizza oder Nudeln)

100 g Walnussmehl

5 ganze Eier

Ca. 100 ml Wasser (für Handarbeit mehr Wasser)

Zubereitung:

Die Zutaten mit der Hand zum Teigballen kneten oder in die Nudelmaschine geben. 30 min. ruhen lassen. Teig ausrollen zu einer dünnen Platte von ca. 2mm. Platte in Streifen schneiden und die Streifen dann ins Kochwasser geben

Ihre Tipps:

Beim Kneten mit der Nudelmaschine: Die Zutaten werden zu einer krümeligen/streuseligen Masse verrührt und durch die Schnecke oder eine beliebige Matrize gedrückt.

Beim Kneten des Teiges mit der Hand: Dafür benötigt man etwas mehr Wasser, da die Masse nicht krümelig/streuselig werden darf, sondern zu einem weichen und geschmeidigen Teig verknetet wird.

Das Rezept für rustikales Landbrot hat Elke Rapp folgendem Buch entnommen:
Faszination Brot – Grundlagen, Tipps und Rezepte aus dem Häussler Backdorf. Autor ist
Werner Kräling in Kooperation mit Häussler.

Landbrot Rustikal mit Walnüssen

Roggensauerteig:

1200 g Roggenmehl T 1370

120 g Anstellgut

1200 ml Wasser

Soll Temp. 24-24°C

Weizenhefevorteig:

1440 g Weizenmehl T 1050 oder Weizenvollkorn

1140 ml Wasser

6 g Frischhefe

Soll Temp.: 24 °C

1-5 Stunden reifen lassen bei 20-25°C, dann in den Kühlschrank stellen.

Teig (diesen endgültigen Brotteig macht Elke Rapp dann am Haupt-Backtag)

Roggensauerteig

Weizenhefevorteig

3360g Weizenmehl T 812

120 g Salz

60 (40) g Frischhefe

2100 g Buttermilch oder Wasser

Alle Zutaten vom Teig in der gegebenen Reihenfolge in die Maschine geben, 6 min.
langsam kneten. Temp.: 24°C

Die Walnüsse hinzugeben. Elke Rapp empfiehlt bezüglich der Walnüsse Folgendes: Am
Tag vorher pro Brot 100 Gramm Nüsse rösten, 75 g Wasser dazu geben (variiert je nach
Mehltyp) und über Nacht quellen lassen. So macht sie es mit allen Saaten. Dadurch wird
der Teig nicht trocken.

Teigruhe: 3 Std., 1-2 mal zusammenschlagen. In 12 Stücke zu je 910 g teilen und wirken.

Stückgare: 20 min. bei 25-30°C

Backen: 270°C im Holzofen, 55 Minuten

Gesamtmehlmenge: 6060 g

Gesamtflüssigkeit: 4500 g

Gesamtgewicht: 10746 g

TA: 175