

Die Rezepte zur Folge: Björns Feierabendküche

Zutaten für 4 Personen

Caesar-Salad

Zutaten:

2 Römersalat-Herzen
50 g Roquefort-Käse
5-8 Sardellenfilets (nach Geschmack)
2-3 EL Kapern (nach Geschmack)
2 Eier
ca. 25 ml Gemüsefond
einige Spritzer Weißer Balsamico
1 Prise Zucker
4 Scheiben Weißbrot
2 EL Butter
1 Knoblauchzehe
ca. 50 ml Olivenöl
Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle
je 4 Zweige grünes und rotes Basilikum
½ Weißbrot
2 Zweige Thymian

Zubereitung:

1. Eier für ca. 6 Minuten wachsw weich kochen.
2. Weißbrot würfeln, Knoblauchzehe quetschen (später entfernen) und mit der Butter in einer großen Pfanne bei mittlerer Temperatur als Croutons ausbacken, dabei mehrmals wenden.
3. Eier schälen, vierteln und in ein schmales Gefäß geben. Kapern und Sardellen hinzugeben, mit ganz wenig Salz, Prise Zucker und weißer Pfeffer würzen, Gemüsefond, Balsamicoessig und Olivenöl hinzugeben, mit dem Pürrierstab zu einer halbflüssigen Mayonnaise verarbeiten. Bei Bedarf mehr Gemüsefond und Olivenöl hinzugeben und abschmecken.
4. Gewaschenen Römersalat mundgerecht zerlegen und in eine Schüssel geben.
5. Basilikum in Streifen schneiden und zum Salat geben.
6. Römersalat mit dem Dressing marinieren, durchmischen und auf Teller geben. Roquefort würfeln und zusammen mit den Croutons auf dem Salat anrichten und nach Wunsch noch mit einigen Basilikumblättern garnieren.

Quiche von Spinat & Ricotta mit Tomatenconfit

Zutaten 8 Personen:

1 Rolle fertiger Quiche-Teig
800 g TK-Blattspinat, aufgetaut
500 g Ricotta
100 g Parmesan
1 Brötchen vom Vortag
75 ml Milch
2 Eier
1-2 TL Butter
Muskatnuss
Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle
400 g bunter Wildtomaten-Mix
1 kleines Stück frische Chilischote
ca. ml 200 Olivenöl
2 Zehen Knoblauch
4 Zweige Thymian
Prise Zucker
Spritzer weißer Balsamico
8 kleine Quicheförmchen oder große Quiche- bzw. Springform

Backofen auf 180° Umluft vorheizen

Zubereitung:

1. In einer Schüssel Ricotta, Spinat, Eier und ein eingeweichtes Brötchen zusammen mit der Milch durchmischen, die Hälfte des Parmesans dazu reiben, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.
2. Quicheförmchen buttern, Teig in der Form ausbreiten, so dass die Ränder überlappen, evtl. zurechtschneiden.
3. Ricotta-Masse hineingeben, glatt streichen und den restlichen Parmesan darüber reiben. Im Ofen für ca. 20 Minuten (große Quiche für ca. 40 Minuten) backen.
4. Tomaten halbieren, in eine Schüssel geben, Chili in dünne Ringe schneiden und zu den Tomaten geben. Knoblauch darüber reiben, Thymian hacken und ebenfalls dazugeben. Olivenöl in einem Stieltopf auf ca. 120° C erwärmen, Tomatenmischung hineingeben und für ca. 2-3 Minuten confieren. Anschließend Tomaten mit der Schaumkelle in eine Schüssel geben, mit Pfeffer, Spritzer Balsamico, Salz und Zucker abschmecken.
5. Quiche auf Teller geben (große Quiche portionieren) und die confierten Tomaten separat in kleinen Glasschalen anrichten, mit Thymian garnieren.

Schweinekotelett mit grünen Bohnen

Zutaten:

4 Koteletts vom Bunten Bentheimer Landschwein
500 g grüne Buschbohnen
4 Zweige Salbei
0,2 l Weißwein
1 Zweig frisches Bohnenkraut
1-2 EL Butterschmalz
2 EL Butter
1 EL Olivenöl
3-4 Zweige Petersilie
1- 2 TL Meersalzflocken
Salz, weißer und schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Backofen auf 80°C Umluft vorheizen

Zubereitung:

1. Bohnen putzen und in Salzwasser bissfest blanchieren, in Eiswasser abschrecken, kurz zur Seite stellen.
2. Den Fettrand der Koteletts einschneiden. Große Edelstahl-Pfanne erhitzen, Koteletts hineinlegen und dann noch etwas Butterschmalz mit in die Pfanne geben und die Koteletts von beiden Seiten für ca. je 2 Minuten heiß anbraten und anschließend in einer Backform geben, das überschüssige Fett darüber gießen, dann im Ofen warm stellen (80°C Umluft) und für 8-10 Minuten gar ziehen lassen.
3. Salbei in die Pfanne geben, etwas Butter dazu, mit dem Weißwein ablöschen, mit Salz und weißem Pfeffer würzen, etwas reduzieren und dann zum Schluss unter Rühren mit der restlichen Butter abbinden.
4. Parallel in einer zweiten Pfanne mit etwas Olivenöl die Bohnen mit dem Bohnenkraut durchschwenken, dabei mit Salz und weißem Pfeffer würzen und zum Schluss gehackte Petersilie unterheben.
5. Bohnen ohne Bohnenkraut auf Tellern anrichten, die Koteletts darauf platzieren, mit schwarzem Pfeffer und Meersalzflocken würzen und die Sauce mit Salbei darüber geben.

Crêpe mit geschmorten Birnen & Nougatcreme

Zutaten:

250 ml Milch
100 ml Wasser
2 Eier
125 g Mehl
25 g flüssige Butter
2 feste Birnen (z.B. Williams)
0,1 l Birnensaft
4 EL Rohrzucker
1-2 TL Butter
1 Tafel (Zartbitter-) Nougatschokolade
5 Zweige Rosmarin
Salz
Etwas Bratöl

Crêpepfanne oder möglichst flache, beschichtete Pfanne

Zubereitung:

1. Eier in eine Schüssel schlagen, verquirlen und dann das Mehl hineinsieben und verrühren. Dann nach und nach Milch, Wasser und flüssige Butter sowie eine Prise Salz dazugeben und mit dem Schneebesen zu einem glatten Teig verrühren und 10 Minuten quellen lassen.
2. Crêpepfanne erhitzen, mit dem Bratöl unter Hilfe von Küchenpapier leicht einfetten und 8 dünne Crêpes ausbacken.
3. Nougatschokolade im Wasserbad zum Schmelzen bringen.
4. Birnen in Spalten schneiden, dabei Kerngehäuse entfernen. Rohrzucker in einer großen Pfanne schmelzen, die Birnen darin karamellisieren, mit Birnensaft ablöschen und dabei einen Zweig Rosmarin mit in die Pfanne geben und später entfernen. Sauce leicht reduzieren und mit der Butter abbinden.
5. Birnen in der Pfanne etwas zur Seite schieben, nach und nach die Crêpes in die Pfanne geben und dabei mit zwei Löffeln zu Dreiecken falten.
6. Crêpes mit den Birnen auf Tellern anrichten, die Nougatcreme darüber träufeln und mit Rosmarinzweigen garnieren.

Guten Appetit!

einfach & köstlich