

„Bunte Gartenheimat“ zum Finale in Freiburg

Rezepte von **Eva Schüle**

Zutaten für 4 Personen

Gruß aus der Küche

Popcorn mit japanischen Brennesselsamen-Gomasio, frittierte Salbeiblätter, kolumbianische Kürbiskrapfen

Zutaten:

Popcorn

2 EL Popcornmais
2 EL Brennesselsamen
2 TL Meersalz, grob
1 EL Butter oder Kokosfett, geschmolzen
1 TL Togarashi Gewürz

Frittierte Salbeiblätter

125 g Mehl
125 ml Cidre
2 Eier
3 EL Olivenöl
25 Blätter Salbei, frisch gepflückt Öl zum Ausbacken

Kürbiskrapfen

300 g Hokkaido-kürbis, geschält 140 g Mehl
3 EL Joghurt
2 TL Trockenhefe
Prise Salz Öl zum Frittieren

Tomatillosalsa

2 Tomatillos
1 Roma-Tomaten
1 Jalapeño
1 Knoblauchzehe
¼ rote Zwiebel
2 EL Koriander, gehackt 2 TL Rotweinessig Saft einer ½ Limette

Zubereitung:

Popcorn

Popcorn in einer Popcornmaschine oder einer Pfanne mit geschlossenem Deckel poppen. Brennesselsamen, Salz und Togarashi vermischen und mit der geschmolzenen Butter über das Popcorn geben. Gut vermischen.

Frittierte Salbeiblätter

Mehl, Eier, Öl und Cidre zu einem Ausbackteig verrühren. Das Öl in einem Kochtopf erhitzen. Die Salbeiblätter waschen, trocken tupfen und in den Teig tauchen. Schwimmend im Öl etwa 4 Minuten goldgelb ausbacken.

Tomatillosalsa

Tomatillos und Tomaten vierteln. Jalapeño und Zwiebeln würfeln, Knoblauch fein hacken. Tomatillos unter dem Backofengrill für 10 Minuten grillen, Tomaten und Zwiebeln hinzufügen und weitere 5 Minuten grillen. Tomatillos und Tomaten würfeln. Abkühlen lassen und mit Zwiebel, Knoblauch, Limettensaft, Essig und Koriander mischen.

Kürbiskrapfen

Kürbis waschen, putzen und würfeln. In einem Dämpfeinsatz über kochendem Wasser 8-10 Minuten dämpfen. Abkühlen lassen und mit einer Gabel fein zerdrücken. Mit Mehl, einer Prise Salz, Hefe und Joghurt zu einem klebrigen Teig vermengen und zugedeckt 45 Minuten gehen lassen. Öl in einem Topf erhitzen und die Krapfen im Öl goldbraun ausbacken

Vorspeise Tomatensalat Schwarze Nüsse, Basilikum- und Tomatensorbet, Tomatenpralinen

Zutaten:

Tomatensalat

1 Pfund frische, reife Tomaten
z.B. alte Sorten
1 kleine Schalotte, gehackt
3 süß-sauereingelegte schwarze
Nüsse

Vinaigrette

3 EL natives Olivenöl extra oder
Öl nach Wahl
2 EL Balsamico Essig
1 EL Sirup der schwarzen Nüsse
¼ TL Salz
¼ TL schwarzer Pfeffer, frisch
gemahlen

Schwarze Nüsse

1 kg grüne Walnüsse
1 kg Zucker
500 ml Wasser
250 ml Balsamico Essig, weiß
1 Zimtstange
1 Sternanis

Tomatenpralinen

600 g Kirschtomaten
500 ml Wasser
250 g Zucker
100 g Crutomat (dehydrierte
Tomatenflocken)
6 Lorbeerblätter
6 schwarze Pfefferkörner
1 Knoblauchzehe Abrieb von
einer Zitrone

Gebackene Erde

100 g gekochter Buchweizen
oder ungekochter
Hartweizengries
100 g neutrale Tapenade
2 EL Minze, getrocknet

Basilikumsorbet

50 ml Wasser
250 g Zucker
150 g Basilikum
2 Blatt Gelatine
Saft von 3 Zitronen
2 Eiweiß
1 EL Balsamico, weiß
1 EL Zitronenolivenöl, optional 1
Prise Salz

Sorbet von gelben Tomaten

500 g gelbe Tomaten
50 ml Wasser
50 g Zucker
2 EL Weißweinessig
2 EL Olivenöl
2 EL Weißwein
1 Blatt weiße Gelatine
5 Stiele Basilikum
1 Nelke, angedrückt
Salz & Pfeffer nach Geschmack
Safranfäden nach Geschmack

Zubereitung:

Tomatensalat/Vinaigrette

Tomaten in Scheiben schneiden. Nüsse in Scheiben schneiden. Schalotte klein hacken. Alles zusammen anrichten und mit etwas Vinaigrette beträufeln.

Schwarze Nüsse

Die unreifen grünen Walnüsse vor dem Johannistag Anfang Juni ernten. Mit einer Nadel mehrere Male durchstechen. Dabei Handschuhe tragen, da die Nüsse abfärben. Die Nüsse in Wasser geben und an einem kühlen Ort für 2 Wochen wässern. Das Wasser täglich wechseln. Zucker, Wasser und Gewürze 5 Minuten zu einem Sirup verkochen. Nüsse dazugeben und für 25 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen. Balsamico dazugeben und für weitere 5 Minuten ziehen lassen. In sterilisierte Einmachgläser füllen. Vor dem Verzehr mindestens 3 Monate an einem dunklen, kühlen Ort stehen lassen.

Tomatenpralinen

Kirschtomaten am Ende über Kreuz einritzen und 30 Sekunden in kochendes Wasser tauchen und dann sofort in Eiswasser abschrecken. Dann die Schale abziehen. Das Wasser mit dem Zucker, der geschälten und fein geschnittenen Knoblauchzehe, dem Lorbeer und Pfeffer und dem Zitronenabrieb aufkochen und abkühlen lassen. Die Tomaten in den abgekühlten Sud geben und mindestens 12 Stunden darin marinieren. Dann Tomaten im Crutomat wälzen und anrichten.

GARTEN & Lecker

Gebackene Erde

Kirschtomaten am Ende über Kreuz einritzen und 30 Sekunden in kochendes Wasser tauchen und dann sofort in Eiswasser abschrecken. Dann die Schale abziehen. Das Wasser mit dem Zucker, der geschälten und fein geschnittenen Knoblauchzehe, dem Lorbeer und Pfeffer und dem Zitronenabrieb aufkochen und abkühlen lassen. Die Tomaten in den abgekühlten Sud geben und mindestens 12 Stunden darin marinieren. Dann Tomaten im Crutomat wälzen und anrichten.

Basilikumsorbet

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Wasser und Zucker in einem Topf köcheln, bis sich der Zucker gelöst hat, vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Gelatine ausdrücken, im noch warmen Zuckerwasser auflösen und weiter abkühlen lassen. Basilikum waschen, trocken tupfen, Blätter von den Stielen zupfen, mit Zuckerwasser, Balsamico und Zitronensaft ca. 3 Minuten fein pürieren. Eiweiß und Salz steif schlagen und vorsichtig unter das höchstens handwarme Püree heben. Sorbetmasse in einer Eismaschine gefrieren.

Sorbet von gelben Tomaten

Zucker und Nelke mit 50 ml Wasser erwärmen, bis sich der Zucker gelöst hat. Basilikum zugeben, von der Kochstelle nehmen und 20 Minuten ziehen lassen. Sirup durch ein feines Sieb gießen und Basilikum fest ausdrücken. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Enthäutete und gewürfelte Tomaten mit Essig und Öl fein pürieren. Durchsieben, salzen und pfeffern. Wein und Safranfäden erwärmen und die Gelatine darin auflösen. Schnell mit der Tomatenmasse verrühren und 12 Stunden kühlen. Dann die Tomatenmasse in der Eismaschine gefrieren lassen.

Hauptgang

Zwei Sorten Flammkuchen, Bohnensalat, fermentierte Rote Beete, Ziegenfrischkäsepralinen

Zutaten:

Flammkuchen-Teig

250 g Mehl
125 ml Wasser
2 EL Öl
1 Prise Salz

Kartoffel-Rosmarin-Belag

150 g alte Kartoffelsorten
3 EL (vegane) Hollandaise
1 Zweig Rosmarin
1 Zehe Knoblauch
Salz & Pfeffer nach Geschmack

Honig, Weintrauben, Thymian-Belag

150 g Weintrauben, halbiert
2 EL Oliven
2 EL Honig
2 EL Thymian

Ziegenfrischkäsepralinen 125

g Ziegenfrischkäse
50 g Kürbiskerne
¼ TL Tonkabohne, gerieben ¼
TL Salz
¼ TL Pfeffer

Bohnensalat

250 g Brechbohnen
100 ml Gemüsebrühe
50 g gemischte essbare Blüten
z.B. Kapuzinerkresse,
Königskerze, etc.
50 g Speck
8 EL Weißweinessig
2 EL Olivenöl
1 kleine Gemüsezwiebel
½ Bund Petersilie
Salz & Pfeffer nach Geschmack
etwas Zucker

fermentierte Rote Beete 100 g

Rote Beete, kleine
10 g Zucker
Rote Beete in Scheiben
schneiden. Mit Zucker im
Vakuumbutel vakuumieren und
3 Tage auf der Heizung
vergären.

GARTEN & Lecker

Zubereitung:

Flammkuchen-Teig

Backofen auf 250 °C vorheizen. Alle Zutaten vermischen und einen Knetteig zubereiten. Den Teig ganz dünn ausrollen.

Kartoffel-Rosmarin-Belag

Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden, Knoblauch und Rosmarin in einer Pfanne für 2 Minuten anschwitzen. Mit Hollandaise auf dem Flammkuchen verteilen und für 8 - 12 Minuten backen.

Honig, Weintrauben, Thymian-Belag

Weintrauben waschen und halbieren. Thymian hacken. Den Flammkuchen mit dem gewünschten Belag belegen und für 8 - 12 Minuten backen.

Bohnensalat

Die Bohnen blanchieren. Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden, den Speck ebenfalls würfeln. Petersilie waschen und klein schneiden bzw. hacken. Das Öl in der Pfanne erhitzen, Speck und Zwiebeln darin anschwitzen. Mit Weißweinessig und Brühe ablöschen. Etwas abkühlen lassen. Bohnen in eine Salatschüssel geben. Salz, Pfeffer und Zucker verrühren und zu den Bohnen geben. Danach die Zutaten aus der Pfanne dazugeben. Alles mischen und eine halbe Stunde lang ziehen lassen. Vorsichtig die Blüten untermischen.

Fermentierte Rote Beete

Rote Beete in Scheiben schneiden. Mit Zucker im Vakuumbbeutel vakuumieren und 3 Tage auf der Heizung vergären.

Ziegenfrischkäsepralinen

Ziegenfrischkäse mit Gewürzen mischen und zu kleinen Kugeln formen. Kürbiskerne grob zerstoßen und in einer Pfanne kurz anrösten. Ziegenkäsekugeln in den Kürbiskernen rollen.

Dessert

Birnentarte, Gorgonzolaeiscreme, marokkanisches Mandel-Gebäck

Zutaten:

Birnentarte:

200 g Blätterteig
3 kleine Birnen
2 EL brauner Rohrzucker
1 EL Butter

Gorgonzola-Creme:

500 ml Sahne
125 g Zucker
125 g Gorgonzola-Käse
4 Eigelb

Rosensirup:

1000 ml Wasser
1000 g Zucker
80-100 g frische
Rosenblütenblätter,
ungespritzt
1 Päckchen Zitronensäure (5 g)
oder 6 – 7 EL Zitronensaft

Mandel-Gebäck (Ghriba):

500 g Mandeln, blanchiert 200
g Zucker
80 g Butter
3 Eigelbe
1 Ei
9 g Vanillezucker
8 g Backpulver Abrieb einer Bio-
Zitrone
1 EL Rosenblütensirup etwas
Puderzucker zum Bestäuben

GARTEN & Lecker

Zubereitung:

Birnentarte

Blätterteig auf die Größe der Tarteform ausrollen. Birnen schälen und in Scheiben schneiden. Den Zucker mit der Butter in einen Topf geben, sehr langsam schmelzen und karamellisieren lassen. Den Karamell in die Tarteform gießen. Die Birnenscheiben auflegen und mit dem Teig abdecken. Im Backofen für 18 Minuten bei 220 Grad backen. Tarte stürzen und in Stücke schneiden. Etwas abkühlen lassen und mit dem Eis servieren.

Gorgonzola-Creme Sahne erhitzen und Gorgonzola darin schmelzen. Nicht kochen. Eigelb und Zucker schaumig schlagen. Heiße Sahne-Käsemasse unter ständigem Rühren vorsichtig unter die Eigelbzuckermasse rühren bis sich eine Creme ergibt. Über Nacht kaltstellen und dann nach Anleitung in einer Eismaschine weiterverarbeiten

Mandel-Gebäck (Ghriba)

Blanchierte Mandeln mit dem Zucker sehr fein mahlen. Mit den restlichen Zutaten zu einem glatten Teig kneten. Aus dem weichen Mandelteig ca. 20-30 g schwere Kügelchen formen und sofort in Puderzucker wälzen. Auf ein Backblech legen und leicht andrücken. Im vorgeheizten Ofen bei 150 Grad Umluft 20-25 Minuten backen.

Rosensirup Die Rosenblüten im Wasser einmal aufkochen und noch etwa 2 Minuten langsam weiter köcheln lassen. Die Kochplatte abschalten und die Rosenblüten noch 15-20 Minuten im heißen Wasser ziehen lassen. Ein zweites Mal aufkochen und wieder ziehen lassen. Die Rosenblüten durchsieben und den Rosenkochsud auffangen. Diesen Kochsud nun erneut durch ein sehr dünnmaschiges Sieb mit Mulltuch durchsieben. Den Rosenblütensud nun wieder in den sauber ausgespülten Kochtopf einfüllen. Zucker und Zitronensäure oder Zitronensaft einrühren und ein letztes Mal aufkochen lassen. In sterile Flaschen abfüllen.

Extra-Tipp
Zum Aperitif gab es:
Kräuterbowle
von Ursel Bühring

Zutaten:

2-3 Bio-Zitronen

2 l Apfelsaft

1 dicken Strauß aromatisch duftende Wild- und Gartenkräuter, je nach Vorliebe und Jahreszeit (Gierschblätter und -Blüten, Holunder- und Lindenblüten, Dost, Pfefferminze, Melisse, Thymian, Bohnenkraut, Rosenblütenblätter, Zitronenverbene, Rosmarin, Gundelrebe, blühendes Wiesenlabkraut..., was Garten und Natur eben hergeben

1-2 l Mineralwasser oder auch Sekt

Zubereitung:

Die Zitrone mit Schale in Scheiben schneiden, in einem Bowlegefäß mit dem Apfelsaft übergießen.

Die Kräuter zum Strauß binden, kurz mit einem Nudelholz oder Ähnlichem anwalken, damit der Pflanzensaft austritt. Mehrere Stunden im Apfelsaft ziehen lassen (je mehr die Sonne scheint, desto schneller entfaltet sich das Aroma und desto kürzer die Ausziehzeit). Dann den Strauß mit sauberen Händen kurz und kräftig ausdrücken und entfernen.

Mit eisgekühltem Mineralwasser (oder Sekt) übergießen und gekühlt genießen, am besten mit einigen Blüten-Eiswürfeln darin.