

Meisterküche

Gerichte zum Verwöhnen – ein Fest für Leib und Seele

Die „Meisterküche“ weiß zu verwöhnen – mit leckersten Festtagsgerichten! Jedes einzelne Rezept, das Gastgeberin Yvonne Willicks in dieser Folge präsentiert, ist ein rauschendes Fest für Leib und Seele!

Spitzenkoch Björn Freitag verwöhnt seine Gäste gerne mit regionalen Gerichten und widmet sich diesmal dem feinsten Wildbret aus NRW. Seine Kreation: Eine saftige Rehkeule mit Bratkartoffeln und weißem Schmorkohl.

Ein Klassiker mit Geflügel kommt bei den WDR-Kultköchen Martina Meuth und Bernd „Moritz“ Neuner-Duttenhofer auf den Tisch. Ihr ‚Coq au Vin‘ wird in einer edlen Riesling-Sauce serviert und auf diese Weise zollen sie der elsässischen Küche Tribut.

Das Dreier-Team der Heimathäppchen - Anja Tanas, Claudia Lodorf und Johanna Schnüpke - weiß, was im Westen ganz traditionell auf eine Festtafel gehört: Rouladen! Die deftigen Fleischwickel gehören garantiert an die Spitze der beliebtesten Verwöhn-Gerichte.

Dazu mixt Bartender Nic Shanker mit Yvonne Willicks im Ortskern von Hattingen die passenden Drinks, damit die Gäste so richtig in Weihnachtsstimmung kommen. Egal ob mit oder ohne Alkohol – die Kreationen im Shaker sind etwas ganz Besonderes. Nics ‚Herbes Vergnügen‘ ist ein erfrischender Aperitif auf Rosmarin-Basis. Mit süß-sauren Aromen kommt hingegen der ‚Reds N Blues‘ daher – der auch noch ein echter Hingucker ist.

Alle Rezepte aus der Sendung:

Coq au Riesling	2
Rehkeule mit Bratkartoffeln und Schmorkohl	4
Rinderrouladen mit Schmorkohl	7
Drink 1: "Herbes Vergnügen" (alkoholfrei)	10
Drink 2: "Reds N Blues"	11

Coq au Riesling

Rezept von Martina und Moritz

Hühner liebt man überall in Frankreich, und man lässt sie gern auf der Wiese laufen, Freilandhaltung ist dort fast überall selbstverständlich. Übrigens kann man solche Freilandhühner auch bei uns in Supermärkten kaufen – sie sind natürlich ein bisschen teurer als die Hühner aus der Quälzucht, die man in der Tiefkühltruhe findet. Dafür hat man davon mehr, sie liefern nicht nur mehr Gewicht, sondern auch kernigeres Fleisch. Die Mehrausgabe lohnt sich also für alle, nicht nur für die Tiere und die Umwelt! Der Unterschied zum Coq au vin aus Burgund: Im Elsass wird nicht mit Rot-, sondern mit Weißwein angegossen. Der säurefrische Riesling macht das Fleisch besonders mürbe und ergibt eine kräftige Sauce. In manchen elsässischen Rezepten wird auch Weißburgunder verwendet, der milder, aber dafür vielleicht aromatischer ist.



Zutaten für 4 Personen:

- 1 großes Huhn (oder ein Hahn) von mindestens 1.500 g
- 2 EL Öl und 2 EL Butter oder 3-4 EL Butterschmalz
- Salz und Pfeffer
- 2-3 EL Speisestärke
- 1 große Zwiebel
- 3-4 Knoblauchzehen
- 1 Lauchstange
- 1-2 Selleriestangen
- 1 Möhre
- 1 Thymiansträußchen
- ½ l Riesling
- 200 g Crème fraîche

Zubereitung:

- Das Huhn in acht bis zehn Teile zerlegen: Zunächst in zwei Hälften, davon jeweils die Schenkel abtrennen. Diese im Gelenk in Ober- und Unterschenkel teilen. Die Flügelspitzen und den Hals abtrennen; sie wandern mit der Haut und allen Abschnitten, die beim Zerlegen anfallen, in den Suppentopf. Die Brust auf dem Knochen lassen, aber vom Rücken abschneiden. Von einem großen Huhn die Brust schräg in zwei Portionsstücke schneiden. Das Rückenteil kommt zusammen mit dem Hals in einen Suppentopf. Überall die Haut abziehen und ebenfalls in den Suppentopf geben, sie bleibt nicht kross, sondern wird beim Schmoren weich und ist so kein Genuss, gibt aber der Brühe Kraft.
- Vom Wurzelwerk die äußeren Teile grob hacken und in den Suppentopf geben (siehe Tipp). Die schönen, zarten Teile möglichst gleichmäßig etwa 2 cm würfeln und für das Huhn vorsehen.
- Die Hühnerteile in der Speisestärke wenden, sodass sie mit einem leichten Mehlfilm überzogen sind. Schließlich sorgsam in einem breiten Schmortopf, der sie möglichst nebeneinander aufnehmen kann, anbraten – sonst muss man portionsweise arbeiten. In einem Gemisch aus Öl und Butter oder Butterschmalz rundum schön bräunen, dabei gleich salzen und pfeffern. Wenn alle Teile Farbe haben, herausheben und beiseitestellen.
- Das Wurzelgemüse im Bratfett andünsten, mit einer Tasse Brühe oder Wasser bedecken und zugedeckt circa 10 Minuten garen. Das ist wichtig, weil sonst die Säure des Weins, der dann zugefügt wird, den Garprozess stoppt und das Gemüse hart bleibt.
- Die Hühnerteile wieder zufügen, Riesling angießen und alles aufkochen. Deckel auflegen und jetzt etwa eine gute Stunde auf kleinem Feuer oder im Backofen bei 130 Grad (Heißluft/150 Grad Ober- & Unterhitze) gar schmoren. Für die letzte Viertelstunde den Deckel entfernen, damit der Schmorsud etwas einkochen kann.
- Am Ende Lorbeer und Thymian entfernen. Crème fraîche einrühren, 5 Minuten köcheln lassen. Die Sauce nochmals abschmecken.

Tipp: Alle anfallenden Anschnitte vom Gemüse oder Fleisch in einen Topf geben; somit hat man am Ende noch eine wunderbare Brühe gewonnen, die man immer in einer guten Küche gebrauchen kann. Für die Suppe alles mit Wasser bedecken, Lorbeer zufügen, auch die Stiele von Petersilie, ein paar Thymianzweiglein. Aufkochen und dann zugedeckt mindestens 2 bis 3 Stunden, ruhig auch länger, auskochen – dabei aber nicht richtig ins Wallen geraten lassen, sonst wird die Brühe trüb.

Beilage: In Frankreich würde man einfach Baguette dazu essen, das krumige Brot, mit dem man die Sauce schön aufwischen kann. Im Elsass allerdings, wo man es gern üppig hat, liebt man dazu feine Nüdele, Spätzle oder Salzkartoffeln.

Getränk: Natürlich ein kraftvoller elsässischer Riesling – zu diesem Sonntagsessen darf es mal ein ganz besonderer Wein sein, ein gut gereifter Riesling "Réserve" oder noch besser "Grand Cru"...

Rehkeule mit Bratkartoffeln und Schmorkohl

Rezept von Martina und Moritz

Was gibt es bei Ihnen zu Weihnachten? Kartoffelsalat mit Würstchen? Gans, Karpfen? Unser Spitzenkoch Björn Freitag denkt eher an Wild. Er bereitet eine Rehkeule mit ganz traditionellem Schmorkohl zu – wie von Oma.



Die Mengenangaben des Rezeptes sind zugeschnitten auf eine Mahlzeit für 4 Personen.

Zutaten für die Soße:

- 1 Scheibe Knollensellerie
- 2 Zwiebel
- ½ Porree
- 1 Möhre
- 4 Lorbeerblätter
- 5 Wachholderbeeren
- 1 TL schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
- 50 g fetter, geräucherter Speck
- 300 ml Rotwein
- Wasser
- Stärke

Zutaten für die Bratkartoffeln:

- 600 g Kartoffeln (vorw. festkochend)
- 3 EL Rapsöl

- 1 TL Paprikapulver
- 1 TL Kümmel, gemahlen
- Salz

Zutaten für den Schmorkohl:

- 800 g Weißkohl
- 2 EL Rapsöl
- 1 TL Salz
- 3 EL Weißweinessig
- 3 Zweige frischer Majoran
- 1 TL Kümmel
- Salz und Pfeffer
- Besondere Utensilien:
- Bräter mit Deckel
- Küchengarn
- Passiersieb

Zubereitung:

- Rehkeule mit einem scharfen Tranchiermesser von der Silberhaut befreien.
- Fleisch mit Küchengarn kompakt zusammenbinden.
- Fett in den Bräter geben und die Rehkeule darin rundherum anbraten. Dann aus dem Schmortopf nehmen.
- Röstgemüse schälen und grob kleinschneiden und in dem gleichen Fett kräftig anbraten.
- Wacholder, Lorbeeren, Pfeffer und grob gewürfelte Speck zugeben.
- Mit Rotwein ablöschen. Alles ca. 10 Minuten schmoren lassen bei offenem Deckel.
- Für den Schmorkohl den Weißkohl in dünne Streifen schneiden.
- Öl in einem Topf erhitzen, Kohlstreifen darin anbraten, dabei wenden.
- Salz und Essig zufügen.
- Majoranblättchen von den Stielen ziehen und hacken. Zum Kohl geben.
- Kohl ca. 2 Stunden bei geschlossenem Deckel und wenig Hitze schmoren. Zwischendurch kontrollieren, ob der am Boden ansetzt, immer wieder umrühren und ggf. etwas Wasser zufügen
- Backofen auf 130 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.
- Wenn der Rotwein gut eingekocht ist, 400 ml Wasser zum Röstgemüse geben – es sollte gerade mit Wasser bedeckt sein.
- Rehkeule auf dem Gemüse platzieren – es sollte nicht im Wasser liegen – Sud einmal aufkochen lassen, Deckel schließen und den Bräter dann für 2 Stunden in den Ofen stellen.

- **Hinweis:** Je nach Größe der Rehkeule, kann es auch länger dauern, bis das Fleisch gar ist. Prüfen Sie, ob das Fleisch zart ist und sich gut von den Knochen löst. Falls nicht, nochmals in den Ofen schieben und noch etwas weiter schmoren lassen.
- Die Bratkartoffeln ca. 30 Minuten vor dem Servieren zubereiten.
- Kartoffeln kräftig waschen oder schälen, ggf. abtrocknen und in Spalten schneiden.
- Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln bei mittlerer Hitze rösten, dabei immer wieder wenden.
- Rehkeule aus dem Ofen nehmen, auf ein Brett legen und einige Minuten ruhen lassen.
- Für die Soße den Bratensud durch ein Spitzsieb in einen kleinen Topf passieren. Röstgemüse gut mit einer Kelle ausdrücken, dann entsorgen.
- Soße kräftig aufkochen und auf die Hälfte reduzierten lassen.
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken und nach Belieben mit in kaltem Wasser angerührter Stärke abbinden.
- Küchengarn von der Keule entfernen und den Knochen auslösen. Fleisch in Scheiben schneiden und in die Soße legen.
- Die Bratkartoffeln - wenn sie nach 20 bis 30 Minuten gar und schön kross sind - mit gemahlenem Kümmel, Paprikapulver und Salz würzen und dabei in der Pfanne schwenken.
- Kohl und Kartoffeln auf den Tellern anrichten und daneben den Braten in Soße platzieren.

Rinderrouladen mit Schmorkohl

Heimathäppchen-Rezept

Gutes wird gefüllt und geschmort, so kann man es auf den Punkt bringen, wenn es um Rouladen geht. Wir haben die klassische Variante mit Speck, Zwiebeln und Gurken in einer köstlichen Soße zubereitet. Dazu servieren wir Schmorkohl und Salzkartoffeln.



Vorbereitung: 30 min

Zubereitung: ca. 2 h 30 min

Zeit gesamt: ca. 3 h

Zutaten für die Rouladen:

- 6 Gewürzgurken
- 3 Schalotten
- 6 Rouladen
- Salz und Pfeffer
- 6 gehäufte TL scharfer Senf
- 12 Scheiben Frühstücksspeck
- Etwas Butterschmalz zum Anbraten

Zutaten für die Soße:

- 25 g zimmerwarme Butter
- 25 g Mehl
- 1 große Möhre
- ½ Stange Lauch

- ¼ Knolle Knollensellerie
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Tomatenmark
- ¼ l Rotwein (alternativ mehr Rinderfond)
- ½ l Rinderfond
- 1 Lorbeerblatt
- 2 Pimentkörner
- Salz und Pfeffer

Zutaten für den Schmorkohl:

- 1 kleiner Weißkohl
- 2 große Zwiebeln
- 50 g Butterschmalz
- Salz und Pfeffer
- ½ TL Kümmelkörner
- 30 ml Weißweinessig
- Zucker
- ½ l Rinderfond
- 4 Zweige Estragon

Besondere Utensilien:

- Küchengarn oder Rouladennadeln bzw. -klammern
- Gemüsehobel

Zubereitung:

- **Für Rouladen** die Gewürzgurken fein würfeln.
- Die Schalotten schälen und ebenfalls fein würfeln.
- Das Rouladenfleisch plattieren: Zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie oder einen aufgeschnittenen Gefrierbeutel legen und mit einem Fleischhammer oder einer kleinen Stielkasserole gleichmäßig dünn klopfen.
- Rouladen von beiden Seiten salzen und pfeffern und die Oberseite gleichmäßig mit dem Senf bestreichen.
- Mit jeweils zwei Scheiben Bauchspeck belegen und gleichmäßig mit je einem Sechstel der Gemüsewürfel bestreuen.
- Rouladen seitlich einklappen und fest aufrollen. Mit Küchengarn zusammenbinden oder Rouladennadeln oder -klammern nutzen, um die Rouladen am Aufrollen zu hindern.
- Etwas Butterschmalz in einem Bräter oder einer tiefen Pfanne erhitzen und die Rouladen darin rundherum scharf anbraten.
- Aus dem Bräter nehmen und kurz beiseite stellen.

- **Für die Soße** die Butter mit dem Mehl verkneten und in Frischhaltefolie gewickelt in den Kühlschrank legen.
- Die Möhre waschen und in Scheiben schneiden.
- Den Lauch gut waschen und ebenfalls in Scheiben schneiden.
- Den Knollensellerie schälen und grob würfeln.
- Die Zwiebel schälen und achteln.
- Die Knoblauchzehe ebenfalls schälen.
- Alles Gemüse im Bratfett der Rouladen kräftig anbraten.
- Tomatenmark unterrühren und unter Rühren eine weitere Minute braten.
- Mit Rotwein und Rinderfond ablöschen – essen Kinder mit, wird der Rotwein durch mehr Rinderfond ersetzt –, Lorbeer und Piment sowie Salz und Pfeffer hinzufügen und aufkochen.
- Rouladen in den Sud einlegen und bei aufgelegtem Deckel und niedriger Hitze etwa zwei Stunden schmoren, dabei gegebenenfalls etwas Wasser nachgießen.
- In der Zwischenzeit **für den Schmorkohl** den Weißkohl vierteln und die äußeren Blätter entfernen.
- Mit dem Gemüsehobel in feine Streifen hobeln.
- Die Zwiebeln schälen und fein würfeln.
- Den Butterschmalz in einem Topf zerlassen und Zwiebeln darin anbraten, bis die Zwiebeln glasig sind.
- Kohl hinzufügen und unter Rühren einige Minuten anbraten.
- Mit Salz, Pfeffer, Kümmel, Weißweinessig und einer Prise Zucker würzen und den Rinderfond angießen.
- Aufkochen und bei aufgelegtem Deckel schmoren, bis der Kohl weich ist, etwa 25 Minuten. Dabei regelmäßig umrühren.
- Die Estragon waschen und trockenschütteln.
- Grobe Stiele entfernen und den Rest fein hacken.
- Unter den Schmorkohl rühren und warmhalten.
- Rouladen aus dem Schmorsud nehmen und warmhalten.
- Schmorsud durch ein feinmaschiges Sieb in einen kleinen Topf gießen und den Siebinhalt entsorgen.
- Aufkochen und mit der Mehlbutter binden – hierfür stückchenweise kalte Mehlbutter mit einem Schneebesen einrühren, bis die gewünschte Sämigkeit erreicht ist.
- Nochmals abschmecken.
- Rouladen mit der Soße und dem Schmorkohl servieren. Dazu schmecken Salzkartoffeln – **Mahlzeit!**

Tipp: Natürlich ist der Klassiker unerreicht. Aber wer etwas Abwechslung, mag kann die Rouladen auch mal mit einer herbstlichen Maronen-Pilz-Zwiebel-Füllung oder mediterran mit Olivenpaste, getrockneten Tomaten und Kapern füllen.

Drink 1: "Herbes Vergnügen" (alkoholfrei)

Rezept von Nic Shanker



Rosmarin-Sirup

500 ml Wasser und 500 g Zucker mit 50 g frischem Rosmarin und den Schalen von zwei Bio-Zitronen aufkochen und dann abkühlen lassen. Sirup durch ein Sieb in eine sterile Flasche abfüllen und gut verschließen. Der Sirup hält im Kühlschrank ca. zwei Monate.

Zutaten für ein Rotweinglas :

- 5 cl alkoholfreies Destilat ("Wermut")
- 6 cl Quittensaft
- 2,5 cl frisch gepresster Zitronensaft
- 2 cl Rosmarin-Sirup s.o.
- 8-10 cl alkoholfreies Bier z.B. Pale Ale oder Weizenbier
- Eiswürfel

Zubereitung im Shaker:

- Drei bis vier Eiswürfel in ein größeres Weinglas geben.
- Alle Zutaten bis auf das alkoholfreie Bier auf Eis shaken.
- Drink durch das Barsieb in das Glas abseihen.
- Bier hinzufügen und alles kurz mit einem Barlöffel umrühren.

Deko: Rosmarinzweig und ein Streifen Bio-Zitronenzeste

Drink 2: "Reds N Blues"

Rezept von Nic Shanker



Zutaten für ein Longdrink-Glas (ca. 0,3 l):

- 4 cl Campari
- 2 cl roter Portwein
- 1 kleiner Zweig frischer Thymian
- 1,5 cl Himbeeressig
- 2 Barlöffel Wildpreiselbeeren Konfitüre
- 2 cl frisch gepresster Limettensaft
- 1 cl Fernet Branca
- 6 cl Sodawasser oder kohlenensäurehaltiges Mineralwasser
- Eiswürfel

Zubereitung im Shaker:

- Drei bis vier Eiswürfel in ein Longdrink-Glas geben.
- Alle Zutaten bis auf das Sodawasser auf Eis sehr kräftig shaken.
- Anschließend in das Glas „doppelt“ abseihen – durch das Barsieb und zusätzlich durch ein feines Teesieb.
- Sodawasser hinzugießen und alles einmal kurz mit dem Barlöffel umrühren.

Deko: Blaue, essbare Blüte oder blaues Schleierkraut.