

ARD Buffet Rezepte Januar 2000

Wochenthema: Ideenreich ins neue Jahr

Rainer Strobel

Montag, 03.01.2000

Rinderrouladen 2000

500 g	Roastbeef
1	Zwiebel
30 g	Gewürzgurken
30 g	Porree
30 g	Sellerie
30 g	Möhren
30 g	Frühstücksspeck
30 g	Kochschinken
3 EL	grober Senf
20 g	Butterschmalz
100 ml	Sahne
	Salz, Pfeffer

Das Roastbeef von allen Sehnen befreien und in ca. 80 g schwere Scheiben schneiden. Die Scheiben zwischen einer Folie oder einem Gefrierbeutel ganz dünn plattieren. Dann mit Salz und Pfeffer würzen und mit Senf bestreichen.

Porree, Sellerie und Möhren in dünne Streifen schneiden und auf 2 Fleischscheiben legen.

Diese aufrollen und mit einem Zahnstocher fixieren.

Kochschinken und Gewürzgurken in dünne Streifen schneiden und auf 2 Fleischscheiben legen.

Diese aufrollen und mit einem Zahnstocher fixieren.

Frühstücksspeck und Zwiebel ebenfalls in feine Streifen schneiden und auf 2 Fleischscheiben legen. Diese aufrollen und mit einem Zahnstocher fixieren.

Die Rouladen in heißem Butterschmalz rundum anbraten. Mit Sahne ablöschen und 12 - 15 Minuten schmoren. Den entstandenen Fond abschmecken und alles anrichten. Dazu passen gut Butternudeln.

Wochenthema: Ideenreich ins neue Jahr
Doris Hessler Dienstag, 04.01.2000

Garnelen im Glasnudelmantel

10 Stück	Garnelen
150 g	Zanderfilet
1 Bund	frischer Koriander
1	frische rote Chilischote
100 g	frischer Ingwer
1	kleines Paket Glasnudeln
2 Stangen	Lauch
1/4 l	Sahne
20 g	Szetschuanpfeffer
2	Schalotten, fein geschnitten
¼ l	Rinderbrühe
1/8 l	Rotwein
	Oystersauce
	etwas Pfeilwurzelmehl (Speisestärke)
	etwas Pflanzenfett
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Frittieröl

Das Zanderfilet in kleine Stücke schneiden und im Tiefkühler leicht anfrieren lassen. Anschließend mit ca. 1/8 l Sahne mischen, in einen Cutter geben und zerkleinern. Die Garnelen schälen und in kleine Stücke schneiden. Chili und Ingwer in kleine Würfel schneiden. Koriander zupfen und klein hacken. Alles bis auf 50 g Ingwer mischen und mit Salz, Pfeffer und Oystersauce würzen. Die Masse zu kleinen Bällchen formen. Die Glasnudeln mit einer scharfen Schere klein schneiden. Die Bällchen in den Glasnudeln wälzen.

Für die Sauce den Szetschuanpfeffer mit den Schalotten und dem restlichen Ingwer anschwitzen, mit Brühe, Rotwein und etwas Oystersauce ablöschen und um 1/3 reduzieren. Anschließend die Sauce passieren und mit etwas Pfeilwurzelmehl binden.

Den Lauch in kleine Stücke schneiden und in Pflanzenfett anschwitzen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und mit der restlichen Sahne ablöschen. So lange köcheln, bis der Lauch gar ist.

Das Frittierfett für die Bällchen erwärmen. Die Glasnudelbällchen 1-2 Minuten frittieren. Die Bällchen auf dem Lauch anrichten und mit der Sauce umgießen.

Wochenthema: Ideenreich ins neue Jahr
Vincent Klink Mittwoch, 05.01.2000

Rotkohlsuppe mit Schillerlocken

150 g	Schillerlocken
80 g	Rotkraut, dünn geschnitten
50 g	Speck, in dünnen Scheiben
1	Zwiebel, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1/2 l	Fleischbrühe
1/4 l	trockener Rotwein
1 TL	frisch gestoßener Koriander
1 Msp	Piment
1 Msp	Zimt
1 Msp	Nelke
1	Lorbeerblatt
1 TL	Mehl
	etwas Butter
	grober schwarzer Pfeffer, Salz

Die Schillerlocken in 3 cm lange Stücke schneiden und mit Speckscheiben umwickeln. Mit einem Zahnstocher fixieren. Die Röllchen in einer Pfanne mit etwas Butter rundum ca. 3-4 Minuten anbraten und warmstellen.

Zwiebeln und Knoblauch in einem Topf mit Butter goldbraun rösten. Mit Mehl bestäuben und untermischen. Das Rotkraut zugeben und mit Brühe und Rotwein aufgießen. 1/2 TL Koriander, Piment, Zimt, Nelke, Lorbeerblatt und etwas Pfeffer zugeben und alles 15 Minuten durchkochen. Die Speck-Schillerlocken einlegen, kurz erwärmen und mit etwas Pfeffer und Salz abschmecken. Mit dem restlichen Koriander bestreuen.

Wochenthema: Ideenreich ins neue Jahr
Vincent Klink Donnerstag, 06.01.2000

Sherryhähnchen mit Hagebutten und gebratenem Chicorée

2	Hähnchenbrüste
3	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
6	Hagebutten
2	Chicorée
6 EL	Sherry
1 EL	Sherryessig
1 TL	Ingwerpulver
1/8 l	Hühnerbrühe
2 EL	Sahne
1 TL	Speisestärke
1 EL	Puderzucker
1 Prise	Cayennepfeffer
	etwas Butter
	Salz, Pfeffer

Chicorée in feine Längsstreifen schneiden. Hagebutten halbieren, von den Kernen befreien und in kleine Würfelchen schneiden.

Die Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und von beiden Seiten in etwas Butter goldbraun braten. 1/3 der Schalotten und den Knoblauch zugeben und dünsten. Mit Brühe und Sherry ablöschen. Ingwer und Hagebutten dazugeben und bei geschlossenem Deckel zehn Minuten dünsten. Anschließend die Brüstchen herausnehmen und warm stellen.

In der Zwischenzeit die Chicoréestreifen mit den restlichen Schalotten in einer separaten Pfanne mit Butter goldbraun braten. Mit dem Puderzucker bestäuben und karamelisieren lassen.

Den Sherryessig mit dem Stärkepulver vermischen und mit dem Schneebesen in den Fond geben. Der Fond sollte ziemlich dick sein. Kurz aufkochen, die Hähnchenbrüste und die Sahne zugeben. Mit Pfeffer, Cayennepfeffer und Salz abschmecken.

Die Hähnchenbrüste mit dem Chicorée anrichten und mit Sauce umgießen.

Wochenthema: Ideenreich ins neue Jahr
Otto Koch Freitag, 07.01.2000

Rosarote Raviolibrille

150 g Mehl
50 g Hartweizengrieß
2 Eier
50 g Rote-Bete-Saft
300 g Spinat
1 Schalotte, fein geschnitten
50 g Sahne
1/4 l Gemüsebrühe
1/4 l Milch
100 g Ricotta
1 Eigelb
Olivenöl
Salz, Pfeffer

Mehl, Grieß, Eier, 1 EL Olivenöl und Rote-Bete-Saft zu einem festen Nudelteig kneten. Diesen Teig 2 - 3 Mal durch die Nudelmaschine ausrollen. Am Schluss sollte der Teig möglichst dünn sein. Runde oder ovale Scheiben mit einem Durchmesser von ca. 15 cm ausstechen.

Den Spinat in Salzwasser blanchieren. Abtropfen lassen und fein schneiden. Die Schalotten mit etwas Olivenöl anschwitzen. 1/3 des Spinats mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit den angeschwitzten Schalotten vermischen.

Davon einen Löffel in die Mitte der Teigscheiben geben und den Rand mit etwas Eigelb bepinseln. Dann zusammenklappen, so dass eine halbkreisförmige Teigtasche entsteht. In Salzwasser ca. 2 Minuten abkochen.

Für die Sauce Gemüsebrühe mit Milch um 1/3 einkochen. Ricotta in kleinen Mengen mit dem Schneebesen unterrühren. Abschmecken mit Salz und Pfeffer. Zum Schluß mit dem Mixstab nochmals aufrühren.

Den restlichen Spinat in einem Topf mit Sahne erwärmen und abschmecken.

Mit dem Rahmspinat eine Linie im oberen Drittel des Tellers ziehen, ähnlich einem Brillengestell. Darunter zwei rosarote Raviolibrillengläser anrichten und mit der Sauce umgießen.

Wochenthema: Herzhaftes in Teig gehüllt
Iris Precht-Hallé Montag, 10.01.2000

Grünkohl im Strudelteig

1 Blatt	Strudelteig, fertig gezogen
20 g	flüssige Butter
200 g	Grünkohl
20 g	geriebener Parmesan
1/4	gehackte Knoblauchzehe
1	Eigelb
20 g	Quark
50 g	Speckwürfel
20 g	Butter
	Kräutersalz, Muskat, Salz, Pfeffer aus der Mühle

Den fertig gezogenen Strudelteig auf ein Tuch legen. 1/4 l Salzwasser aufsetzen und den Grünkohl darin kochen. In Eiswasser abschrecken und auf ein Sieb geben. Mit den Händen auspressen und fein hacken.

Den Grünkohl mit Eigelb, Parmesan, Quark und Knoblauch vermischen. Mit Kräutersalz, Pfeffer, etwas Muskat und Salz würzen.

Den Strudelteig damit belegen und mit Hilfe des Tuches aufrollen. Auf ein trockenes Backblech legen, mit flüssiger Butter bepinseln und mit Pfeffer aus der Mühle würzen. Im 200 Grad heißen Ofen 20 Minuten backen.

Die Speckwürfel in einer heißen Pfanne auslassen, die Butter dazugeben.

Den Grünkohlstrudel aus dem Ofen nehmen. Etwas ruhen lassen.

Den Strudel aufschneiden, auf Tellern anrichten und die Speckstippe dazugeben.

Zusatzrezept Strudelteig für 2 Platten:

250 g	Mehl
1	Prise Salz
1 - 2 EL	Öl oder zerlassene Butter
2	Eigelb
ca. 1/8 l	lauwarmes Wasser
	Öl oder flüssige Butter zum Bestreichen

Das Mehl mit dem Salz in eine Rührschüssel sieben. In die Mitte eine Vertiefung drücken, das Öl oder die Butter reinträufeln. Die Eigelbe zufügen und mit den Knethaken des Handrührers schlagen. Dabei soviel Wasser zugießen wie nötig, dass ein weicher und geschmeidiger Teig entsteht. Weiterschlagen, bis der Teig sich vom Schüsselrand löst.

Den Teig zu einer glatten Kugel formen, mit Öl oder flüssiger Butter bestreichen, damit sich keine Haut bildet. Am besten eine halbe Stunde ruhen lassen.

Den Teig auf einem Tuch über den Handrücken hauchdünn ausziehen, die Form sollte rechteckig oder quadratisch sein.

Wochenthema: Herzhaftes in Teig gehüllt
Frank Bundschu Dienstag, 11.01.2000

Pastete von Lachs und Blattspinat mit Meerrettichsauce

200 g	Mehl
100 g	Butter
1	Eiweiß
25 ml	Wasser
200 g	Lachs
100 g	Blattspinat
100 g	gewürfelter Räucherlachs
1	Zitrone
1	Ei
1	kleine Zwiebel, fein geschnitten
100 ml	Weißwein
200 ml	flüssige Sahne
30 g	Butter
	etwas Mehl
	etwas frischer Meerrettich
	Salz, Pfeffer
	Speiseöl
	Frischhaltefolie

Für den Teig das Mehl in eine Schüssel geben. In die Mitte eine Mulde machen und die weiche Butter, 1 Eiweiß, Wasser und eine Prise Salz hineingeben. Alles gut durchkneten. Den Teig in eine Frischhaltefolie einpacken und im Kühlschrank 3 Stunden ruhen lassen.

Den Teig einen halben Zentimeter dünn ausrollen. 4 Rechtecke oder mit einer Schablone 4 Teigfische ausschneiden.

Den Blattspinat kurz in Wasser abkochen, abtropfen lassen und grob hacken. Den gewürfelte Räucherlachs darunter mischen. Den frischen Lachs in zwei Längsstreifen schneiden und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Die Hälfte des Spinats dünn auf zwei Pastetenböden verteilen, jeweils einen Lachsstreifen darauflegen und mit dem restlichen Spinat bedecken. Die beiden übrigen Teigplatten auf den Spinat legen und die Teigränder gut aneinanderdrücken. Die gefüllten Teigtaschen mit Ei bepinseln. Die Lachspasteten im Ofen bei 180 Grad 20 Minuten backen.

Für die Sauce die Zwiebeln in etwas Öl andünsten und mit Weißwein ablöschen. Wenn dieser eingekocht ist, die Sahne zugeben. Butter und Mehl verkneten und damit die Sauce leicht binden. Mit frisch geriebenem Meerrettich, Salz und Pfeffer je nach Belieben abschmecken. Die Pasteten mit der Sauce anrichten.

Wochenthema: Herzhaftes in Teig gehüllt

Vincent Klink Donnerstag, 13.01.2000
Lammfilets in Kräuterhefeteig

6	Lammfilets à 50 g
3	große Zwiebeln, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 TL	Sambal Manis
1 Zweig	Rosmarin
1 EL	Tomatenmark
1/4 l	kräftige Fleischbrühe
250 g	Mehl
1/2	Hefewürfel
ca. 1/8 l	lauwarmes Wasser
2 EL	Kräuter der Provence
1	Eigelb
3 EL	Milch
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl

Die Lammfilets von allen Seiten pfeffern und salzen, in Olivenöl rundum goldbraun braten. Aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

In derselben Pfanne Zwiebeln und Knoblauch mit etwas Olivenöl dunkel rösten. Mit Fleischbrühe auffüllen, Tomatenmark, Sambal Manis und den fein gehackten Rosmarin dazugeben. So lange kochen, bis die Flüssigkeit eingekocht ist.

Für den Teig Hefe im Wasser auflösen und zum Mehl geben. Ebenfalls 1 EL Olivenöl und eine Prise Salz zugeben. Alles miteinander vermengen und zu einem Teig kneten. Diesen an einem zugfreien warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen.

Den Teig ausrollen und mit 1 EL Kräuter bestreuen. Ca. 10 cm große Quadrate ausschneiden und mit der Zwiebelpaste bestreichen. Darauf die Lammfilets legen und einwickeln. Alles nochmals ca. 30 Minuten ruhen lassen.

Den Ofen auf 170 Grad vorheizen. Die Teigtaschen 15 Minuten backen. Dann mit in Milch verquirltem Eigelb einstreichen und mit den restlichen Kräutern bestreuen. Nochmals 5 Minuten weiterbacken.

Dazu passt gut ein Ratatouille.

Wochenthema: Herzhaftes in Teig gehüllt
Otto Koch Freitag, 14.01.2000

Schweinsbratwurst in Blätterteig mit Wirsingpüree

2	grobe rohe Schweinsbratwürste
200 g	Blätterteig
1	Eigelb
250 g	Wirsing
20 g	Butter
ca. 50 g	Sahne
1	Schalotte, fein geschnitten
1/4 l	brauner Fond
	etwas trockener Rotwein
	Speiseöl
	Salz, Pfeffer

Die Schweinsbratwürste kurz und heiß in etwas Öl anbraten, bis sie etwas Farbe angenommen haben. Mit einem Küchenpapier abtrocknen. Den Blätterteig ausrollen. Die Würste einzeln in den Blätterteig einschlagen und mit Eigelb bepinseln.

Auf ein Backblech legen und im Ofen bei 210 Grad etwa 20 Minuten backen.

Den Wirsing blanchieren, abtropfen lassen und durch die grobe Scheibe des Fleischwolfs drehen. Die Schalotten in Butter anschwitzen und das Wirsingpüree zugeben. Soviel Sahne unterrühren, bis ein cremiges Püree entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

In einem separaten Topf den braunen Fond mit dem Rotwein auf die Hälfte einkochen lassen und abschmecken.

Zum Anrichten die Blätterteigwürste schräg anschneiden, mit der Sauce umgießen und das Wirsingpüree dazugeben.

Wochenthema: Wintergenüsse

Rainer Strobel

Montag, 17.01.2000

Großmutter's Teltower Rübchen

500 g Teltower Rübchen

1 EL Zucker

50 g Butter

1 EL Mehl

¼ l Fleischbrühe

Salz, Pfeffer

Die Rübchen waschen und sorgfältig schaben oder schälen. Die daumengroßen Rübchen ganz lassen, die etwas größeren halbieren.

In einem Topf den Zucker karamelisieren lassen.

Wenn sich der Zucker bräunt, den Topf vom Herd nehmen und die Butter darin zerlaufen lassen.

Die Rübchen hineingeben. Den Topf wieder auf den Herd ziehen. Unter häufigem Schwenken leicht bräunen lassen und danach mit Mehl bestäuben. Dann die Brühe zugeben.

Den Topf schließen und die Rübchen ca. 15 - 20 Minuten schmoren, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Rübchen passen gut zu Ente, Schweinebraten und Kasseler.

Wochenthema: Wintergenüsse
Vincent Klink Dienstag, 18.01.2000

Geschnetzeltes Hasenfilet mit Rosenkohl

1	Hasenrücken
100 g	Champignons
1 EL	Cognac
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 EL	frische Preiselbeeren
1 TL	zerriebene Wacholderbeeren
1/8 l	Fleischbrühe
1/8 l	kräftigen Rotwein
2 EL	Crème Fraîche oder saure Sahne
1 TL	Mehl
1 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
500 g	Rosenkohl
	Butter
	Muskat, Salz, Pfeffer

Rosenkohlröschen von unschönen Blättern befreien, sauber waschen und am Stielansatz einschneiden. In einem Liter kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten gar kochen. In kaltem Wasser kurz abschrecken. In einer Pfanne mit Butter ein paar Minuten anrösten und mit Muskat und Salz abschmecken.

Den Hasenrücken enthäuten und entbeinen. Das Fleisch und die Champignons in feine Blättchen schneiden und von allen Seiten bei großer Hitze mit etwas Butter anrösten. Pfeffern und salzen und auf eine Platte geben.

In der gleichen Pfanne die Schalotten in Butter so lange rösten, bis sie goldbraun sind. Knoblauch dazugeben. Bevor alles zu dunkel wird, mit Brühe, etwas Rotwein und Cognac ablöschen. Die Flüssigkeit um die Hälfte reduzieren.

Den Fleischsaft, der aus dem geschnetzelten Hasen austrat, in die Pfanne geben. Preiselbeeren und Wacholderbeeren untermischen. Mit dem restlichen Rotwein das Mehl anrühren und damit die Sauce binden. Nicht alles auf einmal einrühren, sondern nach und nach, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Vor dem Anrichten die Petersilie und das Fleisch in die Sauce geben, Crème Fraîche unterziehen und kurz aufkochen. Abschmecken mit Pfeffer und Salz.

Wochenthema: Wintergenüsse
Vincent Klink **Mittwoch, 19.01.2000**

Krautspätzle mit Kasseler

2	Kasseler Rippchen à 150 g
200 g	Mehl
4	Eier
2	Zwiebeln, fein geschnitten
200 g	Sauerkraut, frisch aus dem Faß
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 TL	Bio-Gemüsebrühenpulver
¼ l	trockener Weißwein
1	Lorbeerblatt
1 TL	zerdrückte Wacholderbeeren
	Butter
	Salz, Pfeffer

Das Mehl in eine Schüssel geben, in der Mitte des Mehlbergs eine Kuhle eindrücken. Die Eier einschlagen und eine Prise Salz zugeben. Alles mit einem Kochlöffel vermengen und so lange schlagen, bis ein glatter Teig entstanden ist. Die Teigschüssel mit einer Klarsichtfolie verschließen und den Teig eine halbe Stunde ruhen lassen. In der Zwischenzeit einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Ein Spätzlebrett kurz in kochendes Wasser tauchen, darauf ca. 2 Esslöffel Teig streichen. Den Teig mit einem ebenfalls angefeuchteten Teigschaber zuerst flach streichen und dann dünne Streifen ins kochende Wasser schaben. Wenn die Spätzle gar sind, steigen sie nach oben. Mit einem Sieblöffel die Spätzle aus dem kochenden Wasser herausnehmen und kurz in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben. Anschließend absieben. Das Ganze so lange wiederholen, bis der Teig aufgebraucht ist.

Die Schalotten mit etwas Butter in einer Pfanne bei mäßiger Hitze glasig dünsten, den Knoblauch etwas später dazugeben. Dann mit Wein ablöschen, Sauerkraut, Gemüsebrühenpulver, Lorbeerblatt und Wacholderbeeren zugeben. Mit etwas Pfeffer würzen. Bei geschlossenem Deckel ca. 15 Minuten kochen, bis die Flüssigkeit restlos verdampft ist. Evtl. nach 15 Minuten den Deckel abnehmen und bei großer Hitze die restliche Flüssigkeit reduzieren lassen. Abschmecken und das Lorbeerblatt herausnehmen.

Die Zwiebeln in etwas Butter rösten.

Eine gebutterte Auflaufform abwechselnd mit Weinkraut und Spätzle je 2 cm hoch schichten. Ist die Form zur Hälfte gefüllt, die zwei Kasseler Rippchen einlegen. Dann wieder abwechselnd Spätzle und Kraut schichten. Obenauf kommen die gerösteten Zwiebeln. Die Auflaufform für ca. 20 Minuten bei 160 Grad in den Ofen schieben.

Wochenthema: Wintergenüsse

Doris Hessler Donnerstag, 20.01.2000

Kartoffelsuppe mit Wintergemüsen und Linsen

100 g	grüne Linsen
2	dicke Kartoffeln
1	Gemüsezwiebel
je 50 g	Steckrübe, in Würfel geschnitten
	Sellerie, in Würfel geschnitten
	Karotte, in Würfel geschnitten
	Topinambur, in Würfel geschnitten
1 Bund	frischer Majoran
1½ Liter	Gemüse-, Fleisch-oder Geflügelbrühe
	etwas Sherryessig
	Pflanzenfett
	Salz, Pfeffer

Die Linsen in ungesalzenem Wasser nach Packungsangabe bissfest kochen.

Die rohen Kartoffeln schälen und in gleichgroße Würfel schneiden, ebenso die Gemüsezwiebel würfeln. Zwiebeln mit den Kartoffeln in Pflanzenfett anschwitzen. Mit der Brühe ablöschen und 5 Minuten köcheln lassen.

Das restliche gewürfelte Gemüse roh in die kochende Suppe geben und weitere 10 Minuten mitkochen lassen.

Die Linsen abtropfen lassen und in einer Pfanne mit Pflanzenöl anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen und ebenfalls in die Suppe geben. Einmal aufkochen lassen.

Zum Schluß den Essig und den gehackten Majoran dazugeben, evtl. nochmals abschmecken.

Nach Belieben klein geschnittene Rindswurst dazugeben.

Wochenthema: Klöße und andere runde Köstlichkeiten
Rainer Strobel Montag, 24.01.2000

Gefüllte Karoffelklöße in 3 Variationen

600 g mehlig kochende Kartoffeln
2 Eigelb
2 EL Kartoffel- oder Speisestärke
50 g Frühstücksspeck, fein gewürfelt
1 Zwiebel, fein geschnitten
50 g Champignons, fein gewürfelt
½ Bund Schnittlauch, fein geschnitten
50 g Backpflaumen
20 g Zucker
Muskat, Salz, Pfeffer
etwas Butter zum Anschwitzen

Die Kartoffeln schälen und weich kochen. Danach heiß durchpressen und mit Salz und frisch geriebener Muskatnuss würzen. Die Masse mit den Eigelben und etwas Kartoffelstärke gut durchrühren.

Für die erste Füllung den Frühstücksspeck und ein paar Zwiebelwürfel hellbraun anrösten, das Fett abgießen und etwas Schnittlauch dazugeben.

Für die zweite Füllung Champignons mit ein paar Zwiebelwürfel anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen und frischen Schnittlauch zugeben.

Für die dritte Füllung die Backpflaumen ca. 1 Stunde in lauwarmen Wasser einweichen und dann von allen Seiten in Zucker wenden.

Aus der Kloßmasse Klöße formen. Die verschiedenen Füllungen in die Mitte der einzelnen Klöße geben. Die Klöße gut abdrehen und in Salzwasser ca. 10 Minuten leise sieden lassen.

Wochenthema: Klöße und andere runde Köstlichkeiten
Doris Hessler Dienstag, 25.01.2000

Kräutergrießknödel mit Kalbsgeschnetzeltem

¼ l	Milch
100 g	Hartweizengrieß
1	Ei
50 g	gehackte Kräuter (Petersilie, Kerbel, Schnittlauch)
200 g	Kalbsfilet
200 g	frische Shiitakepilze
1	Schalotte, fein gewürfelt
1 Bund	Petersilie, fein gehackt
¼ l	Kalbsfond
¼ l	Sahne
2 cl	weißen Portwein
	etwas Sherryessig
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Pflanzenfett

Die Milch mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und aufkochen lassen. Dann den Grieß einrühren und wie eine Brandteigmasse rühren. Abkühlen lassen und das Ei untermischen. Dann nochmals den Teig ca. eine Stunde kühl stellen.

Die Kräuter unter den gekühlten Teig ziehen und aus der Masse kleine Knödel formen. Diese in kochendem Salzwasser ziehen lassen.

Das Kalbfleisch in Würfel schneiden. Die Pilze putzen und ebenfalls klein schneiden. Das mit Salz und Pfeffer gewürzte Kalbfleisch in heißem Pflanzenfett anbraten und danach aus der Pfanne nehmen. In der gleichen Pfanne die Pilze zusammen mit der Schalotte anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ebenfalls aus der Pfanne nehmen und den Bratensatz mit Fond, Essig und Portwein ablöschen, aufkochen lassen und durch ein Sieb in einen Saucetopf geben. Die Sahne dazugeben und um ein Drittel einkochen lassen. Sollte die Sauce noch zu dünn sein, mit Pfeilwurzelmehl binden. Kurz vor dem Servieren die Pilze und das Fleisch dazugeben.

Die Klöße nochmals kurz in einer Pfanne mit Pflanzenfett schwenken und mit Salz und Pfeffer würzen. Die gehackte Petersilie zum Geschnetzelten geben und mit den Klößen anrichten.

Wochenthema: Klöße und andere runde Köstlichkeiten
Vincent Klink Mittwoch, 26.01.2000

Hechtklößchen mit Würfelkartoffeln

300 g	Hechtfilet ohne Haut
¼ l	Sahne
½ TL	gemahlener Koriander
1 Zweig	Salbei
1 EL	Butter
1 EL	geriebenes Weißbrot
300 g	mehlige Kartoffeln
1	Schalotte, fein geschnitten
ca. ¼ l	Fischbrühe
1 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
	Salz und weißen Pfeffer aus der Mühle
	etwas Olivenöl

Die Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in Olivenöl mit den Schalotten rundum braten. Bevor die Kartoffeln Farbe annehmen, mit der Fischbrühe ablöschen. Die Kartoffeln ca. 20 Minuten köcheln lassen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken und mit Schnittlauch bestreuen. Zu beachten ist, dass der Fisch und die Sahne sehr kalt sein sollen.

Das Hechtfilet in Streifen schneiden und mit dem Pfeffer, dem Koriander und etwas Salz in den Cutter geben und so lange laufen lassen, bis alles zerkleinert ist.

Dann die Sahne hinzugeben und die Maschine so lange laufen lassen, bis der Inhalt glatt glänzt. Befinden sich noch einige gröbere Stückchen in der Masse, so macht das nichts. Es ist wichtig, dass alles schnell geschieht und man den Cutter nicht länger laufen lässt als nötig. Denn je wärmer die Masse wird, desto größer ist die Gefahr des Gerinnens.

Ist die Farce zu dick, so gibt man etwas Sahne hinzu, ist sie zu dünn, so muss man den Cutter ein bisschen länger laufen lassen.

In einem flachen Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Mit einem Suppenlöffel, der zuvor in Wasser getaucht wurde, aus dem Fischbrät eiförmige Klöße ausstechen. Diese ins siedende Wasser geben und eine Viertelstunde ziehen lassen.

Die Klößchen mit Salbeistreifen belegen, mit Semmelbrösel bestreuen, Butterflocken daraufgeben und im Backofen oder unter dem Grill gratinieren lassen.

Die Würfelkartoffeln in der Mitte des Tellers anrichten, eine Mulde machen und darauf die Hechtklößchen legen.

Wochenthema: Klöße und andere runde Köstlichkeiten
Vincent Klink Donnerstag, 27.01.2000

Feurige Meatballs in Paprikasauce

300 g	Schweinehack
1	altbackenes Brötchen
	etwas Milch
1	Ei
2	Zwiebeln, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
2	Peperoni, fein geschnitten
2 Stangen	Bleichsellerie, fein gewürfelt
2	rote Paprika, klein gewürfelt
2	Fleischtomaten, gewürfelt
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 EL	Estragonessig
1/8 l	Fleischbrühe
1/8 l	Weißwein
1 TL	Kastanienhonig
1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
1 Msp	Cayennepfeffer
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl zum Anbraten

Zwiebeln, Bleichsellerie, Knoblauch und Peperoni in Olivenöl bräunen und unter das Hackfleisch mischen. Brötchen in feine Scheiben schneiden und in heißer Milch einweichen. Alles mit dem Ei unter das Hackfleisch mischen. Mit Pfeffer und Salz würzen. Aus der Masse kleine Bällchen formen. Diese in einer Pfanne mit Olivenöl rundum bräunen und dann im Ofen bei 150 Grad ca. 15 Minuten weitergaren. (Achtung: Griff der Pfanne muss feuerfest sein)

Paprika, Schalotten und Knoblauch in einer Pfanne in Olivenöl so lange rösten, bis alles etwas Farbe annimmt. Mit Fleischbrühe ablöschen, den Kastanienhonig und die Tomatenwürfel dazugeben und bei geschlossenem Deckel weich dünsten.

Die Flüssigkeit in der Pfanne reduzieren. 2 EL Olivenöl, Weißwein, Estragonessig, Petersilie und Cayennepfeffer untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Sauce kurz erhitzen und die Meatballs einlegen.

Wochenthema: Klöße und andere runde Köstlichkeiten
Otto Koch Freitag, 28.01.2000

Spinatknödel mit Käsesauce

- 3 altbackene Semmeln
- 2 Schalotten, fein geschnitten
- 2 EL Petersilie, fein geschnitten
- 100 g Spinat
- 1 Ei
- 1 TL Mehl
- 1 dl Geflügelfond
- ¼ l Sahne
- 1 EL geriebener Emmentaler
- 1 EL geriebener Parmesan
- 1 Bund Schnittlauch, fein geschnitten
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Butter zum Andünsten
- etwas Milch

Die Semmeln in feine Scheiben schneiden und in etwas Milch einweichen.

Den Spinat blanchieren, abtropfen lassen und fein hacken.

Eine halbe Schalotte in Butter anschwitzen, anschließend zu den Semmeln geben. Das Ei ebenfalls zugeben und alles locker mischen. Darauf Petersilie und Spinat geben und mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Masse zu Knödeln formen und in Salzwasser etwa 20 Minuten sieden lassen.

Für die Sauce die restlichen Schalotten in Butter anschwitzen, mit Mehl bestäuben und mit dem Fond ablöschen. Dann die Sahne dazugießen und bei starker Hitze um etwa ein Drittel einkochen. Dann den geriebenen Käse dazugeben und noch einen Moment kochen lassen. Mit dem Mixstab aufmontieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zusammen mit den Knödeln anrichten, mit der Sauce umgießen und mit dem Schnittlauch bestreuen.

ARD Buffet Rezepte Februar 2000

Wochenthema: Schmackhaftes aus Getreide
Rainer Strobel Montag, 31.01.2000

Buchweizenblinis mit gebeiztem Lachs

150 g	Buchweizenmehl
150 g	Roggenmehl
4	Eier
200 ml	Milch
20 g	Hefe
100 ml	Bier
200 g	Crème Fraîche
200 g	gebeizter Lachs, in dünnen Scheiben
30 g	Butterschmalz
	Salz

Zusatzrezept: Gebeizter Lachs:

für 1 kg Lachsfilet:

1 Tasse	Meersalz
1 Tasse	brauner Zucker
1 Tasse	weißer Pfeffer, gestoßen
3 Bund	Dill, fein geschnitten

Hefe in der Milch auflösen. Eier trennen und das Eiweiß steif schlagen. Beide Mehle in eine Schüssel geben, Eigelbe, eine Prise Salz und die Hefe-Milch darüber geben. Zu einem Teig kneten und diesen eine Stunde ruhen lassen. Danach das steif geschlagene Eiweiß unterheben. Mit dem Bier die gewünschte Konsistenz des Teiges herstellen. Er sollte dickflüssig sein. In einer kleinen Pfanne mit Butterschmalz ca. 2 cm dicke Blinis ausbacken. Auf die warmen Blinis die Lachsscheiben legen und Crème Fraîche dazugeben.

Gebeizter Lachs:

Aus Salz, Zucker, Pfeffer und Dill eine Beize herstellen. Das Lachsfilet in eine ca 4 cm tiefe Glasform legen, die Beize darauf geben, gut abdecken, kalt stellen und am nächsten Tag wenden. Wieder abdecken und kalt stellen. Der Lachs muss insgesamt mindestens 2 Tage in der Beize ziehen. Dann in dünne Scheiben schneiden und nach Wunsch servieren.

Wochenthema:Schmackhaftes aus Getreide
Doris Hessler Dienstag, 01.02.2000

Dinkelfischburger

150 g	Dinkelmehl
50 g	Weizenmehl
250 ml	Sahne
5	Eier
2	altbackene Brötchen
etwas	Milch
400 g	Zanderfilet
1	Zwiebel
2 Bund	Dill
200 g	Crème Fraîche
2 cl	Sherryessig
2 cl	Traubenkernöl
1 TL	Senf
einige	Salatblätter
2-3	Tomaten
1	Gurke
1-2	Fenchelknollen
100 g	Kapern
	Salz, Pfeffer
	Pflanzenfett zum Anbraten

Für die Burger Dinkelmehl, Weizenmehl, Sahne und 3 Eier zu einem glatten Teig verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Frikadellen die Brötchen in etwas Milch einweichen, zusammen mit dem Zanderfilet und der geschälten Zwiebel durch die mittelfeine Scheibe des Fleischwolfes drehen. Einen Bund Dill fein hacken und bis auf 2 EL zur Fisch-Brötchen-Masse geben. 2 Eier zur Masse geben und zu einer Farce verarbeiten und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit nassen Händen 8 Frikadellen formen.

Für die Sauce Crème Fraîche mit Essig, Öl, 2 EL gehacktem Dill, Senf, Pfeffer und Salz verrühren und abschmecken. Tomaten, Gurke und Fenchel putzen, waschen und für die Garnitur in Scheiben schneiden.

Pflanzenfett erhitzen, und aus dem Burgerteig 12 kleine Pfannkuchen backen.

Die 8 Fischfrikadellen ebenfalls in Pflanzenfett von jeder Seite 2 - 3 Minuten braten.

Zum Anrichten einen Pfannkuchen mit Salatblättern bedecken und mit Sauce überziehen.

Darauf kommt eine Frikadelle, gefolgt von Sauce, Tomate, Gurke, Fenchel, Kapern und wieder Sauce, mit einem Pfannkuchen bedecken und die ganze Reihenfolge wiederholen bis zum dritten Pfannkuchen. Mit Salatblättern, Tomate, Gurke, Fenchel und Sauce abschließen, zum Schluss ein kleines Dillsträußchen daraufsetzen.

Wochenthema: Schmackhaftes aus Getreide
Vincent Klink Mittwoch, 02.02.2000

Grünkernrisotto mit Rote-Bete-Gemüse

80 g	Grünkern
50 g	getrocknete Morcheln
1 l	Fleisch-, Hühner- oder Gemüsebrühe
1/8 l	kräftige Gemüsebrühe
3	Rote Bete
3	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
100 g	Butter
1 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
1 TL	Pfeilwurzelmehl (Speisestärke)
2 TL	Koriander
	Pfeffer, Salz

Die Rote Bete in kochendem Salzwasser 50 - 60 Minuten garen (Stielansatz nicht abschneiden, damit die Rüben nicht ausbluten). Anschließend unter kaltem Wasser die Haut abziehen und die Rote Bete in haselnussgroße Stücke schneiden. Koriander im Mörser zerstoßen.

Grünkern mit einem Teelöffel Butter und 2 fein geschnittenen Schalotten in einen Topf geben und scharf anrösten. Mit $\frac{3}{4}$ l Fleischbrühe ablöschen und bei geschlossenem Deckel und geringer Hitze köcheln lassen. Die Morcheln unter fließendem Wasser waschen und nach 5 Minuten mit in den Topf geben. Das Risotto immer wieder umrühren, damit nichts anbrennt, und nach ungefähr 15 Minuten noch etwas Fleischbrühe zugeben. Es sollte immer so viel Flüssigkeit beigegeben werden, dass der Brei im Topf flüssig ist.

Wenn der Grünkern weich ist, aber innen noch einen festen Kern hat, ist das Risotto fertig (ungefähr nach 15 - 20 Minuten). Dann den Topf vom Herd ziehen und die restliche Butter in großen Flocken mit einem Kochlöffel unter das Risotto arbeiten.

Für das Rote-Bete-Gemüse eine fein geschnittene Schalotte in einem Topf mit etwas Butter dünsten. Knoblauch zugeben und mit der kräftigen Gemüsebrühe ablöschen. Gewürfelte Rote Bete und Koriander zugeben und mit etwas Pfeffer und Salz würzen. Das ganze etwa 5 Minuten köcheln lassen. Mit etwas Wasser das Pfeilwurzelmehl anrühren, über das Gemüse träufeln und untermischen. So lange köcheln lassen, bis eine leichte Sämigkeit erreicht ist. Dann die Petersilie untermischen. Das Gemüse zum Risotto servieren.

Wochenthema: Schmackhaftes aus Getreide
Vincent Klink Donnerstag, 03.02.2000

Engadiner Perlgraupensuppe

2 EL	Graupen
200 g	Rinderbrustkernknochen
1	Zwiebel, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, ganz
je 2 EL	Karotten, Sellerie, Lauch, sehr fein geschnitten
2 EL	Speck, fein gewürfelt
1 l	Fleischbrühe
1 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
1 TL	getrockneter Majoran
	einige Scheiben Schwarzbrot
	etwas Butter zum Anbraten
	Pfeffer, Salz

Zwiebel, Knoblauch und Speck in einem Topf mit etwas Butter dünsten. Mit Brühe auffüllen. Die Brustkernknochen dazugeben und 20 Minuten köcheln lassen. Anschließend die Graupen zugeben und alles nochmals 15 Minuten köcheln lassen. Dann das Suppengemüse und Majoran zugeben und 5 Minuten durchkochen. Vor dem Anrichten die Knochen aus der Suppe nehmen, die Petersilie untermischen, mit Pfeffer und Salz abschmecken und die Suppe servieren. Schwarzbrot unter dem Grill oder im Toaster rösten. Die Knoblauchzehe halbieren, damit das Brot einreiben und mit etwas Salz bestreuen. Das Brot zur Suppe servieren.

Wochenthema: Schnitzelküche
Rainer Strobel Montag, 07.02.2000

Wiener Schnitzel

2	Kalbsschnitzel à 150 g
2 EL	Mehl
1	Ei
100 g	Semmelbrösel
100 g	Butterschmalz
	Salz, Pfeffer

Das Schnitzelfleisch sollte aus der Kalbsnuss sein, da diese besonders saftig ist. Die Scheiben beim Metzger auf die gewünschte Größe schneiden lassen. Die Schnitzel nicht zu dünn klopfen (sie sollen etwa 4 mm dick sein). Die Hautränder ganz leicht einschneiden, damit sich das Schnitzel beim Braten nicht wölbt.

Für die Panade einen Teller mit Mehl, einen Teller mit dem verquirlten Ei (man kann etwas Wasser oder Sahne dazugeben) und einen Teller mit Semmelbröseln bereitstellen.

Die Schnitzel auf beiden Seiten salzen und pfeffern, in Mehl wenden und leicht abklopfen. Das Fleisch sollte nur eine hauchdünne Schicht Mehl annehmen. Die bemehlten Schnitzel durch das Ei ziehen, abtropfen lassen und sofort in den Semmelbröseln wenden. Das Schnitzel dabei immer leicht andrücken. Die panierten Schnitzel sofort in einer Pfanne mit Butterschmalz braten.

Auf der Unterseite nur 1½ Minuten braten. Die Schnitzel sollen goldgelb bis hellbraun sein. Dann die Schnitzel wenden und auf der anderen Seite ebenso anbraten.

Der ganze Bratprozess sollte sehr zügig vor sich gehen, damit die Schnitzel saftig bleiben. Die Schnitzel danach abtropfen lassen und anrichten. Als Beilage passt frischer grüner Salat und Kartoffelsalat.

Wochenthema: Schnitzelküche
Doris Hessler Dienstag, 08.02.2000

Hähnchenschnitzel im Kokosmantel mit Mangoreis

2	Hähnchenbrüste
150 g	Kokosraspeln
200 g	schwarzer Klebereis
200 ml	Geflügelbrühe
¼ l	Sahne
1	Mango
1	Schalotte, fein geschnitten
2 Halme	Zitronengras
1	Ei
etwas	Mehl
	Curry, Salz, Pfeffer
	Pflanzenfett zum Anbraten

Den Reis nach Packungsangabe bissfest garen. Das Ei verquirlen und mit Salz, Pfeffer und Curry würzen. Die Hähnchenbrüste leicht plattieren und in Mehl wenden, durch das verquirlte Ei ziehen und in den Kokosraspeln wenden. Dann in einer feuerfesten Pfanne mit reichlich Pflanzenfett von beiden Seiten goldbraun anbraten und im Backofen bei 200 Grad noch etwa 5 Minuten weitergaren.

Für die Sauce Brühe, Sahne, Zitronengras und Schalotten in einen Topf geben und ein paar Minuten aufkochen, mit Curry würzen. Anschließend passieren.

Die Mango schälen, vom Kern befreien und in Würfel schneiden. Mangowürfel mit dem gekochten Reis in einer Pfanne erwärmen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Hähnchenbrüste mit Mangoreis und Sauce anrichten.

Wochenthema: Schnitzelküche
Vincent Klink Mittwoch, 09.02.2000

Scaloppini Marsala

300 g	Kalbsrücken
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1/8 l	Marsala
¼ l	Fleischbrühe
1 EL	Karotte, sehr fein gewürfelt
1 EL	Lauch, sehr fein gewürfelt
2 EL	Butter
	Salz, grober schwarzer Pfeffer

Das Fleisch in dünne Schnitzelchen schneiden, leicht plattieren und mit Salz und Pfeffer würzen und Schnitzelchen in einer Pfanne mit Butter von beiden Seiten je 3 Minuten anbraten und anschließend warm stellen. In derselben Pfanne die Schalotten und den Knoblauch mit etwas Butter anrösten. Mit Brühe ablöschen und diese fast vollständig einkochen lassen. Dann Lauch und Karotte zugeben, Marsala und den aus den Schnitzeln ausgetretenen Fleischsaft dazugießen. Drei Minuten gut durchkochen und mit ein paar Butterflöckchen binden. Die Schnitzel auf Tellern anrichten und mit der Sauce übergießen.

Wochenthema: Schnitzelküche
Vincent Klink Donnerstag, 10.02.2000

Jägerschnitzel

2	Schweinehalsschnitzel à 200 g
180 g	Champignons, in feine Scheiben geschnitten
1	Zwiebel, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 TL	Tomatenmark
1 TL	Bio - Gemüsebrühenpulver
¼ l	Rotwein
1 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
1 Zweig	Thymian
2 EL	Sahne
1 TL	Mehl
	etwas Butter
	Pfeffer, Salz

Die Schnitzel plattieren und mit Pfeffer und Salz würzen. In einer Pfanne mit etwas Butter bei mittlerer Hitze von beiden Seiten je 3 Minuten braten. Anschließend warm stellen.

Ein Drittel der fein geschnittenen Zwiebel mit den Champignons in etwas Butter dünsten. Mit Pfeffer und Salz würzen und Thymian zugeben. Dann warm stellen.

In derselben Pfanne die restlichen Zwiebeln mit etwas Butter braun rösten, das Tomatenmark zugeben und rösten, bis alles fast anbrennt. Dann mit etwas Wein ablöschen. Knoblauch und Gemüsebrühenpulver zugeben und mit dem restlichen Wein auffüllen. Das Ganze auf ungefähr 5 Esslöffel Flüssigkeit reduzieren lassen. Den aus den Schnitzeln ausgetretenen Fond dazugeben. Mehl mit etwas Wasser anrühren und mit einem Schneebesen unter die Sauce rühren. Sahne und die Champignons dazugeben und alles gut durchkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Schnitzel zugeben und in der Sauce aufwärmen. Die Schnitzel anrichten, zur Hälfte mit Champignons bedecken und mit der Sauce umgießen. Mit Petersilie bestreuen. Dazu passen gut Nudeln oder Spätzle.

Wochenthema: Schnitzelküche
Susanne Hornikel Freitag, 11.02.2000

Seeteufel-Schnitzelchen

400 g	Seeteufelfilet
50 g	geraucher Bauchspeck am Stück
12	frische Perlzwiebeln
4	kleine Pellkartoffeln, gekocht und geschält
1 Stück	Ingwer
4 EL	Fischfond
4 EL	Weißwein
	Salz, Pfeffer, Zucker
	Butter zum Anbraten

Die Perlzwiebeln einritzen und 3 Minuten in kochendem Wasser garen. Abgießen, mit kaltem Wasser abschrecken und die Haut abziehen. Den Speck fein würfeln, den Ingwer schälen und in Streifen schneiden. Perlzwiebeln, Speck und Ingwer mit 1 TL Zucker und etwas Butter in einer Pfanne braten. Die geviertelten Kartoffeln zufügen und mitbraten, bis sie leicht gebräunt sind. Die Seeteufelfilets in 4 Stücke schneiden. Diese nochmals bis zur Mitte einschneiden, auseinanderklappen und plattieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und in einer separaten Pfanne mit Butter von beiden Seiten braten. Mit Weißwein und Fischfond ablöschen. Die Schnitzel auf einem Teller anrichten, mit dem Fond beträufeln und die Speck-Zwiebel-Kartoffeln dazugeben.

Wochenthema: Tolle Knolle: Kartoffelgerichte
Rainer Strobel Montag, 14.02.2000

Apfelkartoffelpuffer

500 g	Kartoffeln
½	Zwiebel
1	Ei
2 EL	Mehl
2	Äpfel
	Speiseöl zum Ausbacken
	Salz, Zucker, Zimt

Kartoffeln schälen und reiben. Zwiebel ebenfalls reiben. Ei, Mehl und eine Prise Salz dazugeben. Alles schnell zu einem Teig vermischen. Die Äpfel schälen und in Spalten schneiden. In einer Pfanne Öl erhitzen, ein paar Apfelspalten ringförmig einlegen. Darauf etwas von der Kartoffelmasse geben. Die Puffer, goldbraun backen, wenden und die andere Seite ebenfalls goldbraun ausbacken. Wiederholen, bis alle Äpfel und die Kartoffelmasse aufgebraucht sind. Auf Tellern anrichten und mit Zucker und Zimt bestreuen.

Wochenthema: Tolle Knolle: Kartoffelgerichte
Doris Katharina Hessler **Dienstag, 15.02.2000**
Kartoffelspießchen

250 g	kleine Kartoffeln, gekocht und geschält
2	Gemüsezwiebeln
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1	grüner Paprika
1	roter Paprika
100 g	getrocknete und in Öl eingelegte Tomaten
1 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl
	Schaschlikspieße

Eine halbe Zwiebel in grobe Stücke schneiden. Die restlichen Zwiebeln fein schneiden. Paprika in 2 - 3 cm große Stückchen schneiden. Die Tomaten aus dem Öl nehmen und halbieren. Die Kartoffeln ebenfalls halbieren. Kartoffeln, grobe Zwiebelwürfel, Paprika und Tomatenabwechselnd auf Schaschlikspieße aufziehen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die fein geschnittenen Zwiebeln in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen, Knoblauch zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer separaten Pfanne mit Olivenöl die Spießchen von allen Seiten knusprig anbraten. Kurz vor dem Anrichten Petersilie unter die Zwiebeln mischen und zusammen mit den Spießchen anrichten.

Wochenthema: Tolle Knolle: Kartoffelgerichte

Vincent Klink Mittwoch, 16.02.2000

Römische Gnocchi mit Bechamelsauce

500 g	mehlige Kartoffeln
5	Eigelbe
50 g	geriebener Parmesan
50 g	gekochter Schinken, gewürfelt
1	Schalotte, fein geschnitten
¼ l	Milch
	etwas Mehl
	etwas braune Butter
1 EL	Butter
2 EL	Petersilie, fein geschnitten
	Muskat, Pfeffer, Salz

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser kochen. Nach dem Abschütten im Topf schütteln, so dass sie gut ausdampfen.

Die Kartoffeln noch heiß durch eine Pürierpresse drücken. Sofort die Eigelbe unterrühren. Anschließend den Parmesan unterziehen und wenig Mehl beifügen.

Mit Pfeffer, Salz und Muskat würzen. Den Teig zu Würstchen formen, davon Stückchen abschneiden und mit einer Gabel an einer Seite Rillen hineindrücken.

Die Gnocchi in schwach kochendem Salzwasser ein paar Minuten kochen, abtropfen lassen und anschließend mit etwas brauner Butter überschmelzen.

Für die Sauce die Schalotten in der Butter anschwitzen, mit einem Esslöffel Mehl bestäuben und die Milch dazugießen. Mit dem Schneebesen glatt rühren und 5 Minuten durchkochen. Dann Schinken und Petersilie untermischen und mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Gnocchi mit der Sauce anrichten.

Wochenthema: Tolle Knolle: Kartoffelgerichte
Vincent Klink Donnerstag, 17.02.2000

Röstimit Champignon-Hackfleischfüllung

300 g	Kartoffeln
100 g	Champignons
100 g	Hackfleisch
ca. 1/8 l	Sahne
1	Ei
1 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
1	kleine Zwiebel, fein geschnitten
	etwas Butter
	Salz, Pfeffer

Die Champignons in Würfel schneiden und mit der Zwiebel in einer Pfanne mit etwas Butter so lange braten, bis die Pilze trocken und etwas rösch sind.

Pilze, Hackfleisch, Sahne, Ei und die Hälfte des Schnittlauchs in eine Schüssel geben und gut vermischen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Kartoffeln schälen und grob raspeln. Die Kartoffelspäne in ein Küchentuch schlagen und gut ausdrücken.

Die Hälfte der Kartoffeln in eine große beschichtete Pfanne mit etwas zerlaufener Butter geben und gleichmäßig auf dem Pfannenboden verteilen. Darauf die Hackfleisch-Pilz-Masse geben.

Alles mit den restlichen Kartoffeln locker bedecken, die Kartoffeln nicht fest zusammendrücken.

Die untere Röstiseite goldbraun braten, dann wenden und ebenfalls die andere Seite goldbraun braten. Mit Pfeffer und Salz würzen. Mit dem restlichen Schnittlauch bestreuen und anrichten.

Wochenthema: Tolle Knolle: Kartoffelgerichte
Otto Koch Freitag, 18.02.2000

Kartoffel-Lachsgratin

500 g	Pellkartoffeln
ca. 300 ml	Sahne
150 g	Räucherlachs, in Scheiben
1 TL	Meerrettich, frisch gerieben
2 EL	Petersilie, fein geschnitten
	etwas Butter
	Salz, Pfeffer

Die Kartoffeln abkochen, schälen und abkühlen lassen. Dann in dünne Scheiben schneiden. Die Sahne mit Salz, Pfeffer und Meerrettich abschmecken. Die Hälfte der Kartoffeln in eine gebutterte Backform rosettenartig einschichten. Mit der Hälfte der gewürzten Sahne begießen. Darauf gleichmäßig den Lachs legen. Dann die restlichen Kartoffeln darauf schichten und mit der restlichen Sahne übergießen. Einige Butterflöckchen darüber streuen und im Backofen bei 220 Grad ca. 25 Minuten backen. Das Gratin mit der Petersilie bestreuen und servieren. Dazu passt gut Feldsalat.

Wochenthema: Geschwisterliebe: Lasagne, Ravioli & Co
Rainer Strobel Montag, 21.02.2000

Blutwurstravioli mit Sauerkrautsauce

500 g	Mehl
4	Eier
3	Eigelbe
1 EL	Speiseöl
200 g	Blutwurst
2	Schalotten, fein geschnitten
½	Apfel, fein gewürfelt
100 ml	Weißwein
100 ml	Sahne
200 g	Sauerkraut
20 g	Butter
	Zucker
	Muskat
	Salz, Pfeffer

Aus Mehl, Eiern, 2 Eigelben, Öl, etwas Muskat und Salz einen festen Teig kneten. Diesen eine Stunde ruhen lassen.

In einer Pfanne eine fein gewürfelte Schalotte und die Apfelwürfel in etwas Butter anschwanken. Die Blutwurst zugeben und schmelzen lassen.

Den Teig dünn ausrollen, in zwei Hälften teilen und mit einem Eigelb bestreichen. Auf eine Hälfte mit einem Teelöffel kleine Blutwurstportionen geben. Die zweite Hälfte des Teiges darüber-

legen, die Zwischenräume andrücken und mit einem Ausstecher Raviolis ausstechen. In sprudelndem Salzwasser vier Minuten kochen.

Für die Sauce die restlichen Schalottenwürfel in Butter anschwanken, Sauerkraut zugeben, mit Salz und Zucker abschmecken. Weißwein und Sahne zugeben und 15 Minuten köcheln lassen. Danach alles gut durchmischen, bis die Sauce schaumig ist. Mit Pfeffer abschmecken.

Die Sauce auf Teller geben und die abgetropften Ravioli darauf anrichten.

Wochenthema: Geschwisterliebe: Lasagne, Ravioli & Co
Doris Hessler Dienstag, 22.02.2000

Offene Lasagne mit Lauch und Krabben

5	Lasagneblätter
3 Stangen	Lauch
200 g	Krabben oder Shrimps
¼ l	Sahne
2 cl	weißer Portwein
2 cl	Sherryessig
1 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Pflanzenfett

Die Lasagneblätter in kochendem Salzwasser bissfest kochen. Den Lauch in Rauten schneiden, gut waschen und trocknen.

Die Lauchrauten in einer Pfanne mit Pflanzenfett anschwitzen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Mit Portwein, Sherryessig und Sahne ablöschen und so lange köcheln lassen, bis der Lauch gar ist. Anschließend die Krabben und den Schnittlauch untermischen.

Die warmen Lasagneblätter halbieren. Jeweils 5 halbe Lasagneblätter abwechselnd mit dem Krabben-Lauch auf 2 Tellern anrichten. Mit Lauch abschließen.

Wochenthema: Geschwisterliebe: Lasagne, Ravioli & Co
Vincent Klink Mittwoch, 23.02.2000

Ricottatortellini

150 g	Mehl
30 g	Hartweizengrieß
7	Eigelbe
1	Ei
1/8 l	Milch
150 g	Ricotta
1	Schalotte, fein geschnitten
1 TL	frischer Kerbel oder Rucola, fein geschnitten
1 EL	Blattpetersilie, fein geschnitten
1 TL	Olivenöl
	etwas frisch geriebener Parmesan oder braune Butter
	Butter zum Anbraten
	Salz, Pfeffer

Aus Mehl, Grieß, einem Ei, 3 Eigelben, Olivenöl und 1 Msp Salz einen festen Nudelteig kneten. Diesen Teig ein paar mal durch die Nudelmaschine dünn ausrollen.

Die Schalotte in einer Pfanne mit Butter dünsten. Ricotta in ein Küchentuch geben und gut auspressen. Dann in eine Schüssel geben und mit 3 Eigelben, der Schalotte und den Kräutern vermischen, mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Milch mit einem Eigelb vermischen. Eine Teigbahn auf der Arbeitsplatte ausbreiten und mit etwas Ei-Milch-Mischung bestreichen. Mit einem Teelöffel im Abstand von 2 cm kleine Häufchen der Käse-Kräutermasse auf den Teig setzen. Das Ganze mit einer weiteren Teigbahn bedecken. Die Teigränder gut festdrücken und mit einem Ausstecher oder einem Teigrädchen die einzelnen Tortellini ausstechen. In reichlich Salzwasser die Tortellini ungefähr 4 Minuten weichkochen. Dann abtropfen lassen und in einer Pfanne mit etwas Butter schwenken. Die Tortellini auf Tellern anrichten und nach Belieben mit geriebenem Parmesan bestreuen oder mit brauner Butter beträufeln.

Wochenthema: Geschwisterliebe: Lasagne, Ravioli & Co
Vincent Klink Donnerstag, 24.02.2000

Cannelloni

100 g	Blattspinat
50 g	getrocknete Herbsttrompeten oder andere getrocknete Pilze
150 g	Champignons
2	Schalotten, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen, fein geschnitten
ca. 1/8 l	Sahne
1/8 l	Milch
1 EL	Mehl
1 TL	Bio-Gemüsebrühenpulver
2 EL	Lauch, sehr fein gewürfelt
2 EL	frisch geriebener Parmesan
½ Bund	Petersilie, fein geschnitten
150 g	Mehl
30 g	Hartweizengrieß
4	Eigelbe
1	Ei
1 TL	Olivenöl
	etwas Butter
	Pfeffer, Salz

Aus Mehl, Grieß, einem Ei, 3 Eigelben, Olivenöl und 1 Msp Salz einen festen Nudelteig kneten. Diesen Teig ein paar Mal durch die Nudelmaschine dünn ausrollen.

Den Teig in postkartengroße Rechtecke teilen und ca. 2 Minuten in Salzwasser bissfest kochen. Die Herbsttrompeten in kaltem Wasser 15 Minuten einweichen, abtropfen lassen und in grobe Stückchen schneiden. Die Champignons fein würfeln. Für die Füllung eine fein geschnittene Schalotte, eine Knoblauchzehe und Spinat in einer Pfanne mit etwas Butter dünsten. Die Herbsttrompeten und die Champignons zugeben. 2 Esslöffel Sahne darunter mischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Für die Sauce eine fein geschnittene Schalotte und Knoblauchzehe in einem Topf mit etwas Butter andünsten. Mit 1 EL Mehl bestäuben und mit Milch und der restlichen Sahne auffüllen. Mit Gemüsebrühenpulver und Pfeffer würzen. Lauch und Petersilie untermischen und kurz aufkochen lassen. Den Topf vom Herd ziehen und ein Eigelb unterziehen.

Auf die gekochten Teigrechtecke die Füllung geben und zusammenrollen. Diese in eine gebutterte Auflaufform geben und mit der Sauce übergießen. Im Backofen oder unter dem Grill so lange gratinieren, bis die Cannelloni zu bräunen beginnen. Aus dem Ofen nehmen, mit Parmesan bestreuen und anrichten.

Wochenthema: Geschwisterliebe: Lasagne, Ravioli & Co
Otto Koch Freitag, 25.02.2000

Gefüllte Rigatoni mit jungem Gemüse

200 g	Rigatoni
100 g	feines Kalbsbrät
50 g	kleine Karotten
50 g	Frühlingszwiebeln
50 g	grüne Bohnen
evtl.	Spargel oder Maiskölbchen
2	Tomaten, entkernt und enthäutet
8	schwarze Oliven
1	Schalotte, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen, fein geschnitten
8	Salbeiblätter, in Olivenöl gebraten
8	Basilikumblätter
	Olivenöl
	Butter
	Parmesan, frisch gehobelt
	Salz, Pfeffer

Karotten, Frühlingszwiebeln und grüne Bohnen putzen und blanchieren. Evtl. in kleinere Stückchen schneiden. Das Gemüse sollte ungefähr so groß wie die Rigatoni sein. Die Rigatoni bissfest kochen. Das Kalbsbrät mittels einer Spritztüte mit einer kleinen spitzen Tülle in die Rigatoni füllen. Dann kurz in Olivenöl anbraten und warm stellen. Die Schalotte in Olivenöl anschwitzen. Tomaten, Oliven und Knoblauch dazugeben und so lange köcheln lassen, bis die Tomaten geschmolzen sind. Mit den Rigatoni mischen und warm stellen. Das restliche Gemüse in Butter anschwanken und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Zuerst die Rigatoni anrichten und mit dem Gemüse garnieren. Mit den gebackenen Salbeiblättern und dem Basilikum verzieren und am Schluss noch frisch gehobelten Parmesan darüber geben.

ARD Buffet Rezepte März 2000

Wochenthema: Klassiker aus Omas Küche

Rainer Strobel

Montag, 28.02.2000

Stockfischpfanne

200 g	Stockfisch
40 g	Speck
1	Zwiebel
2	Brötchen
100 ml	Sahne
100 ml	Milch
3	Eier
30 g	Butter
2 EL	Dill, fein geschnitten
2 EL	Petersilie, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer

Den Stockfisch mindestens 24 Stunden wässern, dabei das Wasser öfters wechseln. Nach dem Wässern die Haut abziehen und den Fisch in Portionsstücke schneiden.

Die Brötchen in 5 mm starke Scheiben schneiden und in Butter goldgelb anbraten.

Speck und Zwiebeln in würfeln und ebenfalls goldgelb anbraten. In eine gebutterte feuerfeste Form den Stockfisch mit Brötchen, Zwiebel, Speck und Kräutern schichtweise einlegen. Mit einer Schicht Brötchen abschließen. Milch, Sahne und Eier verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen und über den Fisch und die Brötchen gießen. Bei 200 Grad im Ofen 20 Minuten backen. Als Beilage Salzkartoffeln servieren.

Wochenthema: Klassiker aus Omas Küche
Doris Hessler Dienstag, 29.02.2000

Erbsensuppe

600 g	Erbsen (tiefgekühlt)
1 Bund	Lauchzwiebeln
100 g	Karotten, fein gewürfelt
100 g	Sellerie, fein gewürfelt
100 g	Kartoffeln, fein gewürfelt
1 Stange	Lauch
1 l	Gemüsebrühe
2 cl	Essig
1 Paar	Rindswürste
1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer
	Pflanzenfett

Die Lauchzwiebeln klein schneiden und den Lauch fein würfeln. Die Erbsen auftauen lassen. Karotten, Sellerie, Lauch, Kartoffeln und 200 g Erbsen in Salzwasser bissfest kochen. In einem Topf mit etwas Pflanzenfett die restlichen Erbsen anschwitzen, mit der Brühe ablöschen und ca. 5-10 Minuten köcheln lassen. Dann die Suppe mit einem Mixstab pürieren und durch ein Sieb streichen. Dazu das gekochte Gemüse geben, mit Essig, Pfeffer und Salz abschmecken und kurz aufkochen lassen. Petersilie und kleingeschnittene Rindswurst untermischen und die Suppe servieren.

Wochenthema: Klassiker aus Omas Küche
Vincent Klink Mittwoch, 01.03.2000

Saure Nierle mit Kartoffelpüree

300 g	Kalbsnierchen
400 g	mehlig kochende Kartoffeln
¼ l	Milch
50 g	flüssige Butter
2	Zwiebeln, fein geschnitten
1 EL	Essig
¼ l	Rotwein
1/8 l	kräftige Fleischbrühe
1 TL	Rosmarin, fein geschnitten
1 TL	scharfer Senf
1 TL	Mehl
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Butter zum Anbraten

Für das Püree die Kartoffeln schälen, vierteln und in reichlich Salzwasser gar kochen. Nach dem Abschütten die Kartoffeln im Topf schütteln, so dass sie gut ausdampfen, dann sofort durch eine Presse drücken. Die heiße Milch dazugießen und mit dem Schneebesen unterrühren. Zum Schluß die flüssige Butter unterarbeiten und mit Salz und Muskat abschmecken.

Nierchen enthäuten, evtl. entfetten, Sehnen oder Röhren herauslösen und klein schnetzeln. In einer Pfanne mit Butter rundum anbraten. Aus der Pfanne nehmen und warm stellen. In derselben Pfanne die Zwiebeln mit etwas Butter so lange rösten, bis sie dunkelbraun sind. Mit Mehl bestäuben, Senf dazu geben und mit Essig, Rotwein und Fleischbrühe ablöschen. Alles gut durchkochen und etwas reduzieren lassen. Ausgetretener Fleischsaft der Nierchen und Rosmarin dazugeben. Die Nierchen zur Sauce geben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nierchen mit dem Kartoffelpüree servieren.

Wochenthema: Klassiker aus Omas Küche
Vincent Klink Donnerstag, 02.03.2000

Eingemachtes Kalbfleisch

500 g	Kalbsschulter
1	Zwiebel, fein geschnitten
1	Karotte, fein gewürfelt
½ Stange	Lauch, fein gewürfelt
¼	Sellerieknolle, fein gewürfelt
½ l	Weißwein
½ l	Kalbsfond
¼ l	Sahne
2	Nelken
1	Lorbeerblatt
1 EL	Mehlbuter
1 Prise	Curry
	Salz, Pfeffer
	Butter

Die Kalbsschulter grob würfeln und in einer Kasserolle mit etwas Butter von allen Seiten anbraten. Nicht gleichzeitig alle Fleischwürfel in die Kasserolle geben, sondern nach und nach, da sie sonst zuviel Wasser ziehen und nicht richtig braun werden.

Das Fleisch aus dem Topf nehmen und darin mit etwas Butter, Zwiebeln, Karotte, Sellerie und Lauch anrösten. Das Fleisch wieder zugeben, mit Pfeffer und Salz würzen und mit Wein und Fond ablöschen. Lorbeerblatt, Nelke und Curry dazu geben und bei geschlossenem Deckel und geringer Hitze ca. 45 Minuten schmoren lassen. Dann Sahne dazu geben und mit Mehlbuter binden, die Sauce im offenen Topf sämig einkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die klassische Beilage dazu sind mit etwas Butter abgeschmälzte breite Nudeln.

Wochenthema: Klassiker aus Omas Küche
Otto Koch Freitag, 03.03.2000

Grammelknödel auf Sauerkraut

750 g	fester, roher Schweinerückenspeck
50 g	geräucherter Speck
150 g	Mehl
1 dl	Wasser, lauwarm
1 EL	Öl
500 g	Sauerkraut
¼ l	heller Kalbsfond, oder eine andere kräftige Brühe
3	Wacholderbeeren
1	Lorbeerblatt
1	kleine rohe Kartoffel
	Pfeffer, Salz

Mehl, Wasser, Öl und eine Prise Salz zu einem festen Teig verarbeiten, gut durchkneten und 2 Stunden ruhen lassen. Den rohen Speck fein würfeln und in einer Pfanne unter ständigem Rühren goldgelb anbraten. Auf ein Sieb geben und das überschüssige Fett abtropfen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Aus den abgekühlten Speckwürfeln kleine Kugeln formen. Den Teig einen halben Zentimeter dick ausrollen und in kleine Vierecke schneiden. Auf jedes Viereck eine Speckkugel legen, mit dem Teig einrollen und zudrücken. Es dürfen keine Löcher in den Knödeln sein, sonst weicht der Inhalt auf und wird geschmacklos. Die Knödel in kochendes Salzwasser legen und ???Minuten ziehen lassen.

Den geräucherten Speck fein würfeln. Das Kraut in einem Topf erhitzen und mit dem Kalbsfond oder Brühe auffüllen. Geräucherten Speck, Wacholderbeeren und Lorbeerblatt zufügen und ca. eine halbe Stunde zugedeckt leicht köcheln lassen.

Zur Bindung die rohe Kartoffel über das Kraut reiben, noch einige Minuten kochen lassen. Dabei immer wieder gut umrühren. Mit Pfeffer und Salz abschmecken und auf Tellern anrichten. Die Knödel auf das Kraut legen.

Wochenthema: Traditionelles für die Fast(en)nachtswoche
Doris Hessler Dienstag, 07.03.2000

Frankfurter Fasnachtskreppe

250 g	Mehl
125 ml	Milch
20 g	Hefe
40 g	Zucker
3	Eigelb
50 g	weiche Butter
200 g	Marmelade
1 Prise	Salz
	Puderzucker
	Fritierfett

Die Milch leicht erwärmen. Mehl und eine Prise Salz in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde eindrücken, die Hefe hineinbröckeln, Zucker und etwas Milch darüber geben. Alles ein paar Minuten ruhen lassen. Dann weiche Butter, Eigelbe und die restliche Milch zugeben und mit dem Knethaken des Handrührgerätes zu einem glatten Teig rühren. Diesen zugedeckt 40 Minuten ruhen lassen.

Aus dem Teig runde Kreppel formen, diese nochmals 15 Minuten gehen lassen. Das Fritierfett auf 160 Grad erhitzen und die Kreppel darin 5-6 Minuten ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Marmelade in einen Spritzsack mit spitzer Tülle geben und die Kreppel damit füllen. Mit Puderzucker bestäuben und servieren.

Wochenthema: Wochenthema: Traditionelles für die Fast(en)nachtswoche
Vincent Klink Mittwoch, 08.03.2000

Saure Heringe mit gebratenen Dillgurken

4	grüne Heringe
1	Salatgurke
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 Bund	Dill, fein geschnitten
1/8 l	Weißwein
1 EL	Essig
1 TL	Bio-Gemüsebrühenpulver
1 TL	Koriander, geschrotet
1 EL	Mehl
1 Prise	Zucker
	Salz, Pfeffer
	Butter

Die Gurke schälen und in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne mit Butter weichbraten und mit Pfeffer, Salz und Gemüsebrühenpulver würzen. Kurz vor dem Anrichten den Dill untermischen.

Die Heringe putzen und den Kopf abtrennen. Mit Pfeffer und Salz würzen, mit Mehl bestäuben und in einer Pfanne mit etwas Butter von beiden Seiten je 3 Minuten anbraten und warm stellen. In derselben Pfanne mit etwas Butter Schalotte und Knoblauch anschwitzen. Mit Wein und Essig ablöschen und mit Zucker und Koriander würzen. Die Flüssigkeit um die Hälfte einkochen. Mit etwas Butter die Sauce binden. Die Heringe dazugeben, alles mit Pfeffer und Salz abschmecken und mit den Gurken servieren.

Wochenthema: Wochenthema: Traditionelles für die Fast(en)nachtswoche
Vincent Klink Donnerstag, 09.03.2000

Pariser Zwiebelsuppe

3	Zwiebeln
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
½ l	Gemüsebrühe
½ l	Weißwein
2 cl	Cognac
4 Scheiben	Weißbrot
6 - 8 EL	geriebener Käse (Comté, Schweizerkäse oder Bergkäse)
3 Zweige	Thymian
1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
	Salz, grober Pfeffer
	Butter

Die Zwiebeln in feine Scheiben schneiden und in einem Topf mit etwas Butter anschwitzen. Knoblauch dazu geben und mit Cognac flambieren. Dann mit Wein und Brühe auffüllen, Thymian zugeben und ca. 30 Minuten köcheln lassen. Die Thymianzweige heraus nehmen, Petersilie untermischen und die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. In feuerfesten Suppentassen anrichten, das Brot obenauf legen und mit Käse bestreuen. Im Ofen oder unter dem Grill den Käse gratinieren lassen, mit grobem Pfeffer bestreuen und servieren.

Wochenthema: Wochenthema: Traditionelles für die Fast(en)nachtswoche
Otto Koch Freitag, 10.03.2000

Waller im Wurzelsud

1	Waller (ca. 800 -1000g), ausgenommen, ohne Kopf
75 g	Lauch
75 g	Sellerie
75 g	Karotten
1	Zwiebel
1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
2 l	Wasser
100 ml	Weißwein Essig
2	Lorbeerblätter
	einige zerdrückte Pfefferkörner
1/8 l	Fischfond
1/8 l	Sahne
1/8 l	trockener Weißwein
30 g	Butter
1TL	grober Dijon Senf
1TL	mittelscharfer Senf
	Salz, Pfeffer

Karotten, Lauch, Sellerie, Zwiebel in feine dünne Streifen schneiden.

Für den Sud das Wasser mit Essig, Lorbeerblättern, etwas Salz und Pfefferkörnern aufkochen lassen. Die Gemüsestreifen einlegen. Den Waller filetieren oder in Stücke schneiden ca. 20 Minuten im Sud ziehen lassen.

Für die Sauce den Fischfond, die Sahne und den Weißwein einkochen. Mit Butter aufmontieren, den Senf einrühren und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Vor dem Servieren kurz aufmixen.

Die Gemüsestreifen auf Tellern anrichten, mit dem Waller belegen und mit der Senfsauce übergießen. Die gehackte Petersilie darüber streuen. Dazu Salzkartoffeln servieren.

Wochenthema: Reis - mehr als nur Beilage
Rainer Strobel Montag, 13.03.2000

Paella

200 g	kleine Kalamare
2	Hähnchenkeulen
200 g	Schweinefilet
6	Langustinen
200 g	Rundkornreis
2	Knoblauchzehen, fein geschnitten
2	Tomaten
1	roter Paprika
1	grüner Paprika
100 g	grüne Bohnen
1 l	Fleischbrühe
1g	Safranfäden
80 ml	Olivenöl
	Salz, Pfeffer

Gemüse, Meeresfrüchte und Fleisch küchenfertig vorbereiten. Schweinefilet in feine Scheiben schneiden, Hähnchenkeulen halbieren, Tomaten und Paprika würfeln und Bohnen halbieren. In einer großen flachen Pfanne etwas Öl erhitzen, darin Bohnen und Paprika anbraten. In einer separaten Pfanne mit etwas Öl das Fleisch und Hähnchenkeulen anbraten und 6 Minuten schmoren lassen.

Zu den Bohnen den Knoblauch, die Tomaten und das angebratene Fleisch geben. Dann den Reis dazu geben und glasig werden lassen. Tomaten, Kalamare zugeben, mit Pfeffer und Salz würzen und mit heißer Brühe auffüllen. Safran untermischen und die Pfanne 10-15 Minuten bei 180 Grad in den Backofen geben. Nach 5 Minuten die Langustinen darauf legen und diese noch 5-6 Minuten mitgaren lassen.

Nach Belieben mit separat gegarten Muscheln garnieren und servieren.

Wochenthema: Reis - mehr als nur Beilage
Doris Hessler Dienstag, 14.03.2000

Beerenreis mit Sabayon

200 g	Rundkornreis
½ l	Milch
300 g	gemischte Beeren (je nach Saison frisch oder tiefgekühlte Erd-, Heidel- oder Himbeeren)
50 g	geröstete Pinien
50 g	geröstete Pistazien
30 g	Pistazien, gehackt
200 ml	frisch gepresster Orangensaft
4 cl	Himbeergeist
4	Eigelb
50 g	Honig
1	Vanilleschote
	Schale einer Orange

Dein Reis in leicht gesalzenem Wasser bissfest kochen und anschließend abtropfen lassen. Milch mit Orangenschale und Vanilleschote aufkochen und den Reis darin ca. 25 Minuten ausquellen lassen. Dann Vanilleschote, Orangenschale entfernen und restliche Milch abgießen. Den Reis mit 20 g Honig süßen. Die gerösteten Nüsse und Beeren unter den Reis mischen. Den restlichen Honig mit Eigelben, Himbeergeist und Orangensaft im Wasserbad zu einer Sabayone aufschlagen. Beerenreis auf Tellern anrichten, mit gehackten Pistazien bestreuen und Sabayone dazu reichen.

Wochenthema: Reis - mehr als nur Beilage
Vincent Klink Mittwoch, 15.03.2000

Türkischer Lammpilaw

300 g	Lammrücken, entbeint
125 g	Langkornreis
ca. ¼ l	Gemüsebrühe
3	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1	Chilischote, fein gehackt
2 EL	Zitronensaft
1 EL	Rosmarin, fein geschnitten
1 TL	Damaszenerkümmel
	Salz, Pfeffer
	Butter

In einem Topf mit etwas Butter eine feingeschnittene Schalotte andünsten, den Reis, etwas Pfeffer und Damaszenerkümmel dazugeben und mit Brühe auffüllen. Bei geringer Hitze und geschlossenem Deckel den Reis ca. 20 Minuten dünsten, bis der Reis die gesamte Flüssigkeit absorbiert hat.

Das Fleisch in feine Blättchen schneiden, pfeffern, salzen und in einer Pfanne mit etwas Butter von allen Seiten scharf anbraten. Dann aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen.

In derselben Pfanne mit etwas Butter die restlichen Schalotten, Knoblauch und Chili anbräunen. Mit Zitronensaft ablöschen. Rosmarin darunter mischen und Fleisch dazu geben.

Kurz bevor der Reis gar ist, mit dem Fleisch vermischen, kurz köcheln lassen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Wochenthema: Reis - mehr als nur Beilage
Otto Koch Freitag, 17.03.2000

Rotweinrisotto mit Artischocken

125 g	Risottoreis (Arborio)
1	Zwiebel, fein geschnitten
ca. ½ l	Rinderbrühe
2 EL	trockener Rotwein
25 g	Butter
2-4	Artischocken
1	Zitrone
1EL	Petersilie, fein geschnitten
	etwas frisch geriebener Parmesan
	Olivenöl
	Salz, Pfeffer

Die Zwiebeln mit dem Reis in Olivenöl anschwitzen bis der Reis glasig ist. Mit Rotwein und etwas Brühe aufgießen und unter ständigem Rühren (mit einer Holzspachtel) etwa 15-18 Minuten köcheln lassen. Wenn das Risotto zu dick wird, wieder Rotwein und Brühe zugeben. Gegen Ende der Kochzeit, etwa nach 15 Minuten, den Parmesan zugeben. Abschmecken mit Salz und Pfeffer. Wenn der Reis al dente ist, die Butter unterrühren. Das Risotto soll noch leicht flüssig sein.

In der Zwischenzeit die Artischocken schälen und von dem inneren Flaum befreien und mit Zitronensaft einreiben. Kurz vor dem servieren die Artischocken in dünne Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Salzen und pfeffern. Die Artischocken über das Risotto geben und mit Petersilie bestreuen.

Wochenthema: Bunte Frühlingsküche
Rainer Strobel Montag, 20.03.2000

Roulade von Lachs und Zander auf Spinatsalat

200 g	Zanderfilet
200 g	Lachsfilet
200g	junger Spinat
1	Schalotte, fein geschnitten
8	Kirschtomaten
2	Limonen
50 g	geröstete Pinienkerne
50 ml	Balsamico
50 ml	Walnußöl
3 EL	Olivenöl
	Salz, Pfeffer
	Alufolie

Aus Walnußöl, Balsamico, 2 EL Wasser, Schalotten, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette mischen.

Den Spinat vorsichtig waschen und abtropfen lassen.

Die Fischfilets halbieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Je ein Stück Lachs und Zander übereinanderlegen und fest in Alufolie einrollen. Im Wasserbad 10 Minuten garziehen.

Die Limonen auspressen. Das Olivenöl dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und gut vermischen.

Spinat mit der Vinaigrette anmachen und auf Tellern anrichten. Mit halbierten Tomaten und gerösteten Pinienkernen garnieren. Die Fischröllchen aus der Folie wickeln und längs halbieren. Dann auf dem Spinat anrichten und mit der Limettensauce überziehen.

Wochenthema: Bunte Frühlingsküche
Doris Hessler Dienstag, 21.03.2000

Gefüllte Kohlrabi in Kerbelschaum

3	Kohlrabi mit Blättern
200 g	Shrimps
¼ l	Gemüse- oder Geflügelbrühe
400 ml	Sahne
2 cl	weißer Portwein
2 cl	Weißweinessig
200 g	frischer Kerbel
150 g	Karotten, fein gewürfelt
2	Schalotten, fein geschnitten
1 Bund	Lauchzwiebeln
2 EL	geschlagene Sahne
	Salz, Pfeffer
	Pflanzenfett zum Anbraten

Die Karotten in leicht gesalzenem Wasser gar kochen. Die großen Kohlrabiblätter entfernen, die kleinen daran lassen. Von 2 Kohlrabi einen Deckel (mit Blättern daran) abschneiden. Dann die Kohlrabi schälen und mit einem Löffel aushöhlen. Die ausgehöhlten Stücke in Stifte schneiden. Den dritten Kohlrabi ebenfalls schälen und in Stifte schneiden.

Die ausgehöhlten Kohlrabi und die Deckel in Salzwasser blanchieren. Die Stifte in einem Topf mit Pflanzenfett anschwitzen, mit etwas Brühe und etwas Sahne ablöschen und weichkochen. Die Lauchzwiebeln klein schneiden, in einer Pfanne mit Pflanzenfett anschwitzen und mit Pfeffer und Salz würzen. Die Lauchzwiebeln, Karotten und Shrimps zu den Kohlrabistiften geben.

Die Schalotten in einem separaten Topf mit der restlichen Brühe, Sahne, Portwein und Essig aufkochen und die Flüssigkeit um ein Drittel reduzieren lassen. Dann die Sauce passieren, den Kerbel und die geschlagene Sahne zugeben und mit dem Mixstab schaumig schlagen.

Die Kohlrabi-Shrimpsmischung in die blanchierten Kohlrabiknollen füllen, die Deckel darauf setzen und die Sauce dazu reichen.

Wochenthema: Bunte Frühlingsküche
Vincent Klink Vincent Klink, 22.03.2000

Gemüsepfannkuchen

3-4	Eier
150 g	Mehl
¼ l	Milch
1 EL	flüssige Butter
¼ l	Sahne
1	Kohlrabi
1	Karotte
1	Zucchini
1 Stange	Lauch
½	Selleriknolle
1	Zwiebel, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen, fein geschnitten
1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
1 Zweig	Thymian, fein geschnitten
1 EL	Mehlbutter
	Pfeffer, Salz
	Butter

Für die Pfannkuchen 2-3 Eier, Mehl, Milch und eine Prise Salz mit dem Handrührgerät vermischen. Zum Schluß die flüssige Butter unterarbeiten.

In einer Pfanne mit Butter nach und nach aus dem Teig Pfannkuchen ausbacken.

Das Gemüse putzen und in erbsengroße Würfel schneiden. In einem Topf mit etwas Butter die Zwiebeln und Knoblauch glasig dünsten. Bis auf den Lauch alles Gemüse und Thymian zugeben. Mit Sahne begießen, Salz und Pfeffer würzen und kurz aufkochen lassen. Den Gemüsetopf mit Mehlbutter binden, dann Lauch und Petersilie untermischen. Den Topf vom Herd ziehen, ganz leicht abkühlen lassen und ein Ei unterziehen.

In eine gebutterte Auflaufform Pfannkuchen und Gemüseklein einschichten. Mit einem Pfannkuchen abschließen. Diesen mit etwas Butter einstreichen. Dann die Gemüsepfannkuchen ca. 15 Minuten bei 180 Grad in den Backofen geben.

Wochenthema: Bunte Frühlingsküche
Vincent Klink Donnerstag, 23.03.2000

Kressesuppe mit Fleischklösschen

100 g	Schweinehack
200 g	Kresse, fein geschnitten
ca. 1 l	klare Fleischbrühe
1/8 l	flüssige Sahne
3	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1	Ei
4	Eigelbe
1 TL	Majoran
1 Prise	Macis (Muskatblüte)
	Pfeffer, Salz
	Butter

Für die Klösschen eine fein geschnittene Schalotte in etwas Butter anschwitzen. Hackfleisch in eine Schüssel geben, Majoran, Macis, Ei und die angeschwitzten Schalotten dazu, mit Pfeffer und Salz würzen und alles mindestens 3 Minuten gut durchkneten. Aus der Masse kleine Klösschen formen. Diese in Salzwasser pochieren.

In einem Topf mit etwas Butter die restlichen Schalotten anschwitzen, Knoblauch dazu geben, mit Brühe und Sahne ablöschen und alles ca. 5 Minuten gut druckkochen. Kresse, etwas Pfeffer und Salz zugeben und mit dem Zauberstab aufmixen. Die Suppe vom Herd ziehen und die Eigelbe untermixen. Die Klösschen in die Suppe geben und servieren.

Wochenthema: Bunte Frühlingsküche
Otto Koch Freitag, 24.03.2000

Gemüse- und Kräutereintopf

1	Zucchini, in dünne Scheiben geschnitten
¼	Sellerieknolle, in feine kleine Scheiben geschnitten
1	mittlere Karotte
½	Fenchel
½ Stange	Lauch
2	Kartoffeln
1	Zwiebel
20 g	getrocknete Steinpilze
½ l	Rinder- oder Gemüsebrühe
1 Scheibe	Schwarzbrot
20 g	frisch geriebener Parmesan
10	frische Basilikumblätter
1 Bund	Estragon
1 Bund	Schnittlauch
1 Bund	Dill
1 Bund	frischer Koriander
1	Chilischote
	Salz, Pfeffer

Die Schalotten in einem Topf mit Olivenöl glasig anschwitzen. Gemüse, Knoblauch und Pilze dazugeben und kurz anschwitzen. Mit Brühe ablöschen. Nach dem aufkochen mit Pfeffer und Salz würzen und dann ca. 20 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit das Schwarzbrot würfeln und in einer Pfanne mit Olivenöl goldbraun anbraten. Kurz vor dem Servieren den Parmesan und die Kräuter untermischen.

Alles eine Minute ziehen lassen und nochmals abschmecken. Die Suppe anrichten und mit den Schwarzbrotcroutons bestreuen.

Wochenthema: Pizza, Quiche & Co
Rainer Strobel **Montag, 27.03.2000**

Thüringer Zwiebelkuchen

- 400 g Brotteig (am Vortag beim Bäcker bestellen)
- 3 Zwiebeln
- 100 g Speck
- 200 g Crème Fraîche
- 2 Eigelb
- Salz, Pfeffer, Kümmel

Eine runde Backform mit Mehl bestäuben und mit dem Brotteig auslegen. Die Zwiebeln in feine Scheiben schneiden, den Speck würfeln. Diesen in einer Pfanne anbraten, die Zwiebeln dazu geben und goldbraun rösten. Alles auf ein Sieb geben und das überschüssige Fett abtropfen lassen. Dann Speck und Zwiebeln auf den Brotteig verteilen. Crème Fraîche mit Eigelb verquirlen, mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen und über die Zwiebeln gießen. Im Backofen bei 200 Grad ca. 15 - 20 Minuten backen.

Wochenthema: Pizza, Quiche & Co
Doris Hessler Dienstag, 28.03.2000

Gemüsemascarponequiche

250 g	Mascarpone
200 g	Kirschtomaten
3	kleine Zucchini
1 Bund	Lauchzwiebeln
100 g	geröstete Pinien
200 g	Mehl
150 g	gekühlte Butterwürfel
4	Eier
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Butter zum Ausfetten

Aus Mehl, Butterwürfeln, einem Ei, etwas Pfeffer, Salz und Muskat einen glatten Teig kneten. Diesen eine Stunde kühl stellen. Dann ausrollen und in eine gebutterte Quicheform geben. Die Zucchini in Streifen, die Lauchzwiebeln in Röllchen schneiden. Die Tomaten enthäuten. Mascarpone mit 4 Eiern vermischen, Pinien, Lauchzwiebeln, Zucchini und Petersilie dazu geben und mit Pfeffer und Salz würzen. Die Masse in die Quicheform füllen und die Tomaten obenauf legen. Das Ganze im Ofen bei 200 Grad ca. 25 Minuten backen. Die Quiche kann lauwarm oder kalt serviert werden. Dazu passt gut ein grüner Salat.

Wochenthema: Pizza, Quiche & Co
Vincent Klink Mittwoch, 29.03.2000

Tomatencalzone von Blätterteig

1 Paket	Blätterteig
5	Fleischtomaten
1	große Gemüsezwiebel
2	Knoblauchzehen, fein geschnitten
1 EL	Tomatenmark
6 EL	Weißwein
1 Bund	Basilikum
1 Zweig	Thymian, fein geschnitten
1	Ei
1	Eigelb
1-2 Msp	Senfpulver (Colemans)
1 TL	Apfelessig
	etwas Kapernsaft
3 EL	gemischte Salatkräuter, fein geschnitten
1	Eichblattsalatkopf
	Pfeffer, Salz
	Olivenöl

Tomaten und Zwiebel in haselnussgroße Stücke schneiden. Zwiebelstücke in einem Topf mit etwas Olivenöl anschwitzen. Knoblauch, Tomaten und Tomatenmark dazugeben und gut vermischen. Mit 4 EL Weißwein ablöschen. Thymian untermischen und Basilikumblätter untermischen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Eine gefettete Kuchenspringform mit dem Blätterteig auslegen. Diesen mit verquirltem Ei bestreichen. Auf eine Kuchenhälfte die Tomatenmasse geben, darüber die andere Teighälfte klappen, wieder mit Ei bepinseln und im Ofen bei 180 Grad ca. 20 Minuten backen. Dazu frischen Eichblattsalat mit Kräuterdressing servieren. Für das Kräuterdressing Eigelb mit Senfpulver verrühren, Kräuter, Essig, Kapernsaft und 2 EL Weißwein zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und alles gut verrühren, dann langsam 1/8 l Olivenöl unterarbeiten. Den geputzten und gewaschenen Eichblattsalat mit der Dressing anmachen.

Wochenthema: Pizza, Quiche & Co
Vincent Klink Donnerstag, 30.03.2000

Champignonquiche

250 g	Mehl
250 g	abgetropften Magerquark oder Schichtkäse
250 g	Butter
200 g	Bergkäse
5	Eier
¼ l	Sahne
200 g	Zwiebeln, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
100 g	Champignons
1 EL	Bio-Gemüsebrühenpulver
1 TL	getrockneten Thymian
1 Msp	Muskat
	Salz, Pfeffer
	etwas Butter zum Anbraten
	Frischhaltefolie

Für den Teig Mehl, Quark, Butter und 1 Prise Salz auf ein Backbrett geben. Zuerst mit einem Messer gut durchhaken und später mit den Händen zu einem glatten Teig kneten. Diesen in Frischhaltefolie wickeln und eine Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Dann auf einer leicht bemehlten Fläche den Teig 2-3 cm dick ausrollen., wieder zusammenfalten und nochmals ausrollen. Das Ganze zweimal wiederholen, dann eine gebutterte Quicheform mit dem dünn ausgerollten Teig auslegen.

Die Champignons in feine Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit etwas Butter zusammen mit Zwiebeln und Knoblauch anschwitzen. In einer Schüssel Eier, Bergkäse, Sahne, Gemüsebrühenpulver, Pfeffer, Thymian, Muskat und die angeschwitzten Pilze geben und alles gut vermischen. Die Masse in die mit dem Teig ausgelegte Form füllen und 15 Minuten bei 200 Grad backen.

Wochenthema: Pizza, Quiche & Co
Otto Koch Freitag, 31.03.2000

Meeresfrüchtepizza

250 g	geschälte Tomaten
150 g	Krabben
150 g	Miesmuscheln
150 g	Calamare
6	schwarze Oliven
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
150 g	Mehl
10 g	Hefe
100 ml	lauwarmes Wasser
	Olivenöl
	Salz, Pfeffer Oregano

Die Hefe im Wasser auflösen, Mehl mit einer Prise Salz vermischen und 1 EL Olivenöl zu einem Teig kneten. Den Teig gehen lassen, dann ausrollen und auf ein geöltes Backblech legen. Die Tomaten klein schneiden und mit dem Knoblauch mischen. Die Tomaten gleichmäßig auf dem Teig verstreichen. Mit Salz, Pfeffer und Oregano bestreuen. Im auf 250 Grad vorgeheizten Backofen die Pizza ca. 10 Minuten vorbacken. In der Zwischenzeit die Calamare und die Miesmuscheln abkochen. Miesmuscheln aus der Schale entfernen. Zusammen mit den Calamare und den Krabben auf der vorgebackenen Pizza verteilen. Nochmals würzen und nochmals ca. 15 Minuten weiterbacken.
Die Pizza in Stücke schneiden, anrichten und mit Petersilie bestreuen.

ARD Buffet Rezepte April 2000

Wochenthema: Vielfältig und vielseitig - Senf in der Küche
Rainer Strobel Montag, 03.04.2000

Rotbarschfilet mit englischem Senf

400 g	Rotbarschfilet
2	Schalotten, fein geschnitten
2	Tomaten
2 EL	englisches Senfpulver
20 g	Butter
50 ml	Weißwein
50 ml	Wermut
100 ml	Sahne
	Salz, Pfeffer

Die Tomaten kurz blanchieren, enthäuten, entkernen und in 1 cm große Würfel schneiden. Das Senfpulver mit 2 - 3 EL Wasser klumpenfrei verrühren. Die Rotbarschfilets mit Salz und Pfeffer würzen und die Oberseite mit dem englischen Senf bestreichen. Darauf die Tomatenwürfel geben und diese ebenfalls mit Salz und Pfeffer würzen. In eine gebutterte Auflaufform die Schalotten streuen und die Fischfilets darauf setzen. Mit Weißwein, Wermut und Sahne angießen und bei 180 Grad 10 - 12 Minuten im Ofen garen. Dazu passen gut Kräutersalzkartoffeln.

Wochenthema: Vielfältig und vielseitig - Senf in der Küche
Doris Hessler Dienstag, 04.04.2000

Kaninchenrücken in Pommery-Senfsauce

2	Kaninchenrücken
¼ l	Geflügel- oder Rinderfond
2 cl	weißer Portwein
1 cl	Essig
2 EL	Pommerysenf
2 EL	geschlagene Sahne
	Salz, Pfeffer
	Pflanzenfett

Den Kaninchenrücken von den Knochen auslösen und von Fett und Sehnen befreien.
Sollten die Nierchen noch dabei sein, von diesen die Haut entfernen.
Für die Sauce Fond, Portwein, Essig und Senf in einen Topf geben und alles um 1/3 einkochen.
Anschließend die Sauce mit der geschlagenen Sahne aufschlagen.
Den Kaninchenrücken und die Nierchen mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Pflanzenfett von allen Seiten 3 - 4 Minuten anbraten, zwischendurch immer wieder wenden.
Das Fleisch aufschneiden und mit der Sauce anrichten.
Als Beilage passt gut Gemüse wie Brokkoli, Karotten, Kohlrabi oder Spinat.

—

Wochenthema: Vielfältig und vielseitig - Senf in der Küche
Vincent Klink Mittwoch, 05.04.2000

Schweinemedallions mit Kräutersenfkruste

1	Schweinefilet (ca. 400 g)
3	Schalotten, fein geschnitten
400 g	Mangold
1	Knoblauchzehe, gepresst
1	Eigelb
1 TL	Tabasco
1 EL	scharfer Senf
1 Zweig	Thymian, fein geschnitten
1 EL	Blattpetersilie, fein geschnitten
6 Blätter	Bärlauch, fein geschnitten
1 EL	frisch geriebene Semmelbrösel
2 - 3 EL	Butter
	Olivenöl zum Anbraten
	Salz, Pfeffer, Muskat

Das Fleisch in Medallions schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Mangold putzen, waschen und abtropfen lassen. Die Stiele und die Blätter in etwa fingerbreite Streifen schneiden und blanchieren. In einer Pfanne mit Olivenöl die Medallions von beiden Seiten jeweils 4 Minuten anbraten. Anschließend warm stellen.

Zwei Schalotten und den Knoblauch in einer Pfanne mit Olivenöl braun rösten. Senf, Tabasco, etwas Pfeffer und Salz dazugeben. Die Masse erkalten lassen und anschließend Thymian, Bärlauch und Petersilie, Eigelb und Semmelbrösel untermischen. Die Masse auf die Medallions streichen, mit Butterflöckchen belegen und unter dem Grill gratinieren (bis die Kruste schön hellbraun ist). Eine Schalotte in einer Pfanne mit Butter anschwitzen und den abgetropften Mangold dazugeben. Mit Pfeffer, Salz und Muskat würzen und ein paar Minuten anschwitzen. Das Mangoldgemüse mit den Schweinemedallions anrichten.

Wochenthema: Vielfältig und vielseitig - Senf in der Küche
Vincent Klink Donnerstag, 06.04.2000

Seewolf mit Senfsauce

300 g	Seewolffilet
1/8 l	Weißwein
1/4 Stange	Lauch, fein gewürfelt
1 Stange	Staudensellerie, fein gewürfelt
1 EL	Petersilie, fein gehackt
4	Cocktailtomaten
1 TL	Dijonsenf
1/8 l	Sahne
1 TL	Pfeilwurzelmehl
2 EL	Butter
	Salz, Pfeffer

Die Fischfilets waschen, trockentupfen und mit der Hautseite nach oben in eine Pfanne mit zerlassener Butter legen. Mit 2/3 des Weißweins angießen und bei geschlossenem Deckel und geringer Hitze 20 Minuten dünsten.

Den entstandenen Fond in einen Topf gießen und Lauch, Staudensellerie und Petersilie untermischen. Das Pfeilwurzelmehl mit dem restlichen Weißwein vermischen und in den Fond einrühren. Mit Sahne und Senf abschmecken. Die Cocktailtomaten hinzugeben, alles noch einmal kurz durchkochen. Den Fond mit einem Esslöffel Butter verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Filets mit der Sauce anrichten. Dazu passen gut Salzkartoffeln.

Wochenthema: Vielfältig und vielseitig - Senf in der Küche
Otto Koch Freitag, 07.04.2000

Bunter Salat mit Senfdressing und Hähnchenbrust

2	Hähnchenbrüste à 125 g
350 g	frische Blattsalate
50 g	Rucola
1 Bund	Kerbel
100 g	frische Champignons
1	kleine Zwiebel, fein geschnitten
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
1 TL	mittelscharfer Senf
1 TL	grober Dijonsenf
2 - 3 EL	Kräuteressig
2 - 3 EL	Olivenöl
	Saft einer Zitrone
	Salz, Pfeffer

Die Salate und Rucola putzen, waschen und trockenschleudern. Den Kerbel zupfen.
Beide Senfsorten, Essig und Öl in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen verrühren.
Mit Salz, Pfeffer, der fein geschnittenen Zwiebel und der gehackten Petersilie abschmecken.
Die Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und auf der Hautseite scharf anbraten. Einige Minuten bei leichter Hitze ziehen lassen, dann warm stellen.
Die Champignons in gleichmäßige Streifen schneiden und mit Zitronensaft marinieren.
Die Salate mit Kerbel mischen, mit dem Dressing anmachen und auf Tellern anrichten.
Die Hähnchenbrüste in dünne Streifen schneiden, auf die Salate legen und die Champignonstreifen darüber streuen.

Wochenthema: Meeresküche

Rainer Strobel

Montag, 10.04.2000

Angeldorsch in Folie

1	kleiner Dorsch (ca. 1 kg)
1	Karotte
1 Stange	Lauch
2 - 3	Schalotten
5 Stängel	Petersilie
3 Zweige	Thymian
1	Lorbeerblatt
1 TL	Pfefferkörner
3	Wacholderbeeren
40 g	Butter
	etwas flüssige Butter
1 TL	mittelscharfer Senf
	Salz, Pfeffer
	Bratbeutel

Vom ausgenommenen Dorsch die Flossen und den Kopf abschneiden. Den Fisch schuppen und sorgfältig innen und außen waschen. Das Gemüse putzen, dann Lauch und Karotte in Scheiben schneiden, Schalotten vierteln. Das Gemüse mit den Petersilienstängeln, Lorbeerblatt, Thymian, Pfefferkörnern und Wacholderbeeren mischen.

Der Bratbeutel sollte doppelt so lang wie der Fisch sein. Eine Seite nach Packungsanweisung sorgfältig verschließen. Das Gemüse und Butterstückchen in den Schlauch füllen. Den Dorsch mit Salz und Pfeffer innen und außen würzen und auf das Gemüsebett legen. Den Schlauch schließen und mit einer Nadel mehrere Luftlöcher einstechen. Auf den kalten Grillrost legen und auf der mittleren Schiene in dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 20 - 25 Minuten garen. Die flüssige Butter mit dem Senf vermischen. Den Fisch mit dem Gemüse und der Senfbutter anrichten. Dazu passt Baguette oder Salzkartoffeln.

Wochenthema: Meeresküche
Doris Hessler Dienstag, 11.04.2000

Meeresfrüchterisotto

200 g	Risottoreis
1	Schalotte
2 - 3 EL	Weißwein
1 g	Safranfäden
4	Scampi (in der Schale)
4	frische Jakobsmuscheln
4	kleine Tintenfische
100 g	Miesmuscheln (gegart und ausgelöst)
100 g	geschlagene Sahne
	Olivenöl zum Anbraten
	Salz, Pfeffer

Die Schalotte fein schneiden und in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen. Den Reis dazugeben und kurz anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und soviel Wasser dazugeben, bis der Reis bedeckt ist. Den Reis ca. 15 Minuten köcheln lassen. Bei Bedarf etwas Wasser dazugeben, bis der Reis gar ist. Die Meeresfrüchte putzen und nach Belieben etwas kleiner schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und in einer großen Pfanne mit Olivenöl 2 - 3 Minuten anbraten, dann den Reis dazugeben und mit den Safranfäden würzen. Zum Schluss die geschlagene Sahne unterheben und das Risotto gleich servieren.

Wochenthema: Meeresküche**Vincent Klink****Mittwoch, 12.04.2000****Muschelsuppe**

500 g	Miesmuscheln
1/2 l	Weißwein
1/4 l	Wasser
3 EL	Wurzelgemüse, fein gewürfelt (Karotten, Sellerie und Lauch)
1	Schalotte, fein geschnitten
5	Knoblauchzehen, zerdrückt
200 g	Tomaten
2 Zweige	Basilikum
1/8 l	Sahne
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
4 EL	Olivenöl
	Pfeffer und Salz

Die Schalotten in einem großen Topf mit Olivenöl andünsten. Dann Knoblauch zugeben. Bevor alles braun wird mit Weißwein und Wasser ablöschen. Das Wurzelgemüse und die geputzten und gewaschenen Muscheln dazugeben. Mit geschlossenem Deckel bei großer Hitze ca. 5 Minuten gut durchkochen. In der Zwischenzeit die Tomaten würfeln. Die Muscheln aus der Schale pulen, Basilikum zupfen und die Sahne steif schlagen. Zum entstandenen Fond Tomaten und Basilikum geben. Kurz aufkochen lassen und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Sahne und die Muscheln dazugeben und mit Petersilie bestreuen. Die Suppe in einer vorgewärmten Schüssel servieren.

Wochenthema: Meeresküche

Vincent Klink Donnerstag, 13.04.2000

Gefüllte Calamare

300 g	Calamares-Tuben (Körper)
2 EL	Reis
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, zerdrückt
1	Ei
2 EL	Semmelbrösel
2 Zweige	Thymian, fein geschnitten
2 EL	Petersilie, fein geschnitten
2 EL	Basilikum, fein geschnitten
2	Tomaten
1/4 l	Weißwein
1 EL	Butter
etwas	Olivenöl
	Salz, Pfeffer

Die Tomaten enthäuten, entkernen und würfeln. Den Reis bissfest kochen.

Schalotten und Knoblauch in einer Pfanne mit Olivenöl andünsten. Eine Auflaufform mit Olivenöl ausfetten und die Hälfte der angeschwitzten Schalotten hineingeben.

Zu den restlichen Schalotten in der Pfanne die Tomaten geben und so lange köcheln lassen, bis diese verkocht sind. Reis, Semmelbrösel, Thymian und Petersilie in eine Schüssel geben.

Darunter das Ei mischen und die Tomaten-Schalotten dazugeben. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit einem Spritzsack in die Calamares-Tuben füllen.

Die gefüllten Calamares in die Auflaufform setzen und mit Weißwein übergießen. Das Ganze im Ofen bei 180 Grad 20 Minuten garen. Dabei die Calamares immer wieder mit dem Weißwein aus der Auflaufform ablöschen (wie bei einem Braten).

Die Calamares auf Tellern anrichten und den entstandenen Fond mit etwas Butter binden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und Basilikum untermischen. Die Sauce zu den Calamares reichen.

Wochenthema: Meeresküche
Otto Koch **Freitag, 14.04.2000**

Gebratene Sardinen mit Kartoffel-Oliven-Salat

12	frische Sardinen (so frisch, wie irgend möglich oder gute tiefgefrorene)
400 g	Pellkartoffeln
50 g	schwarze Oliven
50 g	grüne Oliven
1	Zwiebel, fein geschnitten
1/8 l	Geflügelbrühe
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
2 EL	Olivenöl
1 EL	Kräuteressig
	Saft einer Zitrone
etwas	Mehl
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Anbraten

Die Kartoffeln abkochen und pellen. Die Oliven in Scheiben schneiden. Die Sardinen entgräten. Dabei die Sardinen mit der einen Hand am Rücken halten und mit der anderen Hand den Kopf samt der Rückengräte ablösen, so dass die beiden Filets beieinander bleiben. Die Filets waschen, trockentupfen und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. In Mehl wenden, in Butter goldbraun braten und warm stellen.

Die noch lauwarmen Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden. Mit den schwarzen und grünen Oliven mischen und mit der Brühe, Zwiebel, Essig und Öl abschmecken.

Den Kartoffelsalat in der Tellermitte anrichten und die Sardinen anlegen. Mit Petersilie garnieren.

Wochenthema: Das ARD-Buffer Ostermenü
Rainer Strobel Montag, 17.04.2000

Sülze von Räucherfischen mit Kresse-Joghurt-Schaum

100 g	Räucheraalfilet
100 g	Räucherlachs
100 g	geräuchertes Forellenfilet
100 g	geräuchertes Makrelenfilet
je 30 g	Möhren, Lauch und Sellerie, fein gewürfelt
6 Blatt	Gelatine
½ l	Fischfond
50 ml	trockener Weißwein
50 ml	trockener Wermut
2 EL	Essig
1 Zweig	Estragon, fein geschnitten
1 Bund	Dill, fein geschnitten
200 g	Joghurt
1 Bund	Brunnenkresse
	Saft einer Zitrone
	Salz, Pfeffer

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Gemüsegewürfel blanchieren. Weißwein und Wermut in einer Kasserolle aufkochen und 2 - 3 Minuten kochen lassen. Dann vom Herd ziehen und die ausgedrückte Gelatine darin auflösen. Den Fischfond und Essig zugeben, mit Pfeffer und Salz abschmecken und alles durch ein feines Sieb gießen. Eine Kastenform in Eiswasser stellen und mit dem Gelatinefond einen 0,5 cm starken Boden angießen. Diesen fest werden lassen. Die Räucherfische in 2 - 3 cm große Würfel schneiden und die Form damit auslegen. Gemüsegewürfel, Estragon und Dill darüber streuen und mit dem Gelatinefond auffüllen und leicht anziehen lassen. Alles schichtweise wiederholen, bis die Form gefüllt ist. Dann in den Kühlschrank stellen und ca. 8 Stunden durchkühlen lassen. Für die Sauce die Brunnenkresse putzen und waschen. Zusammen mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Joghurt in einen Mixer geben und gut vermischen. Zum Anrichten die Form stürzen und die Sülze in ca. 2 cm starke Scheiben schneiden. Auf Tellern anrichten und die Sauce dazugeben.

Wochenthema: Das ARD-Buffer Ostermenü
Doris Hessler Dienstag, 18.04.2000

Gebratene Rotbarbe auf Pinienspinat

2	Rotbarben à 300 g
500 g	frischer Spinat
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
50 g	geröstete Pinienkerne
1/8 l	Sahne
1/8 l	Geflügelbrühe
2 cl	Sherryessig
1 cl	Noilly Prat
2	Tomaten
1 Bund	Basilikum
1 EL	Butter
	Pflanzenfett zum Anbraten
	Olivenöl
	Salz, Pfeffer, Muskat

Die Rotbarben ausnehmen und schuppen. Mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit feuerfestem Griff mit etwas Olivenöl von beiden Seiten anbraten, dann im Backofen bei 200 Grad noch ca. 10 Minuten weiterbraten.

Geflügelbrühe, Noilly Prat, Essig und 3 EL Olivenöl in einen Topf geben und bis auf 1/3 einkochen lassen. In der Zwischenzeit die Tomaten enthäuten, entkernen und würfeln. Den Basilikum fein schneiden. Die Schalotte in einem Topf mit Pflanzenfett anschwitzen, den gewaschenen und gut getrockneten Spinat dazugeben und zusammenfallen lassen. Dann mit Salz, Pfeffer, Muskat und Knoblauch würzen, mit Sahne ablöschen und 2 - 3 Minuten köcheln lassen. Abschließend die Pinienkerne untermischen.

Die Tomaten und Basilikum unter die reduzierte Brühe mischen und die Sauce mit Butter binden.

Die Rotbarben mit dem Spinat und Sauce anrichten.

Wochenthema: Das ARD-Buffer Ostermenü
Frank Bundschu **Mittwoch, 19.04.2000**

Lammröllchen mit gebratenem Gemüse und römischen Nocken

300 g	Lammfleisch (Rücken oder Keule)
100 g	Fenchel
ca. 100 g	frisch geriebener Parmesan
50 g	Zucchini, gewürfelt
50 g	Paprika, gewürfelt
6	Champignons
4	Frühlingszwiebeln
4	Kirschtomaten
2	Knoblauchzehen
1 EL	Meux-Senf (grober Senf)
1 EL	Basilikum, fein geschnitten
1 EL	Thymian, fein geschnitten
300 ml	Milch
200 g	Grieß
1	Ei
1	Eigelb
20 g	Butter
	Olivenöl zum Anbraten
	Salz, Pfeffer, Muskat
4	Zahnstocher

Fenchel in kleine Würfel schneiden, bissfest in Salzwasser abkochen und abtropfen lassen. Das Fleisch in 4 Scheiben schneiden und leicht plattieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und dünn mit Senf bestreichen. Fenchelwürfel mit 50 g Parmesan mischen und dünn auf den Fleischscheiben verteilen. Zu Röllchen formen und mit Zahnstochern fixieren. Diese in einer Pfanne mit Olivenöl von allen Seiten anbraten.

In einer separaten feuerfesten Pfanne mit etwas Olivenöl Zucchini und Paprika anbraten, Frühlingszwiebeln, Champignons und Knoblauchzehen dazugeben. Die angebratenen Lammröllchen auf das Gemüse setzen und bei 180 Grad im Backofen ca. 10 Minuten schmoren. (Keulenfleisch ca. 20 Minuten schmoren lassen.)

Für die Nocken die Milch mit Butter, einer Prise Salz und Muskat zum Kochen bringen. Dann den Grieß untermischen und so lange köcheln, bis der Grieß gequollen ist. Den Topf vom Herd nehmen und das Ei einrühren. Die Masse ca. 1,5 cm dick auf ein Blech streichen und erkalten lassen. Dann mit Eigelb bestreichen und mit Parmesan bestreuen. Mit einem runden Ausstecher Halbmonde ausstechen und diese im Backofen bei 180 Grad Oberhitze goldbraun backen.

Unter das geschmorte Gemüse die Kirschtomaten, den Basilikum und den Thymian mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Lammröllchen mit Gemüse und Nocken anrichten.

Wochenthema: Das ARD-Buffer Ostermenü
Vincent Klink Donnerstag, 20.04.2000

Salzburger Nockerln mit Aprikosensauce

4	Eier
2 EL	Zucker
2 TL	Speisestärke
1 EL	Butter
200 g	getrocknete Aprikosen
1/4 l	weißer Traubensaft
1/4 l	Wasser
1	Vanilleschote
etwas	Pudertzucker
	Schale einer unbehandelten Zitrone

Für die Aprikosensauce Traubensaft und Wasser in eine Schüssel geben und die getrockneten Aprikosen drei Tage lang darin einlegen.
Die Eier trennen und das Eiweiß steif schlagen. Die Eigelbe mit dem Zucker schaumig schlagen. 1 TL Speisestärke dazusieben und untermischen. Zitronenschale untermischen und den Eischnee unterheben. Aus der Masse mit einem Esslöffel Nocken ausstechen und diese in eine gebutterte Auflaufform setzen. Bei 180 Grad 15 Minuten backen. In der Zwischenzeit die Aprikosen zusammen mit der Brühe, in die sie eingelegt waren, in einen Topf geben. Vanilleschote dazugeben und alles ein paar Minuten köcheln lassen. Die Vanilleschote wieder entfernen und die Sauce mit 1 TL Speisestärke binden, nach Belieben mit etwas Zucker süßen.
Die Nocken auf Teller geben, mit Pudertzucker bestreuen und mit der Sauce anrichten.

Wochenthema: Kochen mit Wiesenkräutern
Doris Hessler Dienstag, 25.04.2000

Wiesenkräuterschaumsuppe mit Ochsenbruststreifen

150 g	gekochte Ochsenbrust
½ l	Gemüse-, Rinder- oder Geflügelbrühe
¼ l	Sahne
1 - 2 EL	Weißweinessig
1 Bund	Zwiebellauch
je 100 g	Sauerampfer, Brunnenkresse, Gänseblümchenblätter und Brennnessel
ein paar	Gänseblümchenblüten
2 EL	geschlagene Sahne
	Pflanzenfett zum Anschwitzen

Zwiebellauch, die Stiele sowie die Blätter der Wildkräuter klein schneiden. Die Ochsenbrust in feine Streifen schneiden. In einem Topf mit Pflanzenfett Zwiebellauch und Wildkräuterstiele anschwitzen. Mit Brühe, Sahne und Essig ablöschen und ca. 5 - 8 Minuten köcheln lassen. Dann die Blätter der Wildkräuter untermixen und die Suppe durch ein Sieb streichen. Kurz aufkochen lassen, dann die geschlagene Sahne dazugeben, und die Suppe mit einem Mixer oder Schneebesenschaumig schlagen.

Die Ochsenbrust in Suppenschalen geben und die heiße Suppe darauf geben. Mit den Gänseblümchen dekorieren und servieren.

Wochenthema: Kochen mit Wiesenkräutern
Vincent Klink Mittwoch, 26.04.2000

Sauerampfersalat mit verlorenem Ei

100 g	Sauerampfer
1	Kopfsalat
4	Eier
1 EL	Schnittlauch, fein geschnitten
1 TL	Apfelessig
1 EL	Olivenöl
2 - 3 EL	braune Butter
eine Prise	Zucker
1	Ciabata (ital. Brot)
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
2	Tomaten
2 TL	Basilikum, fein geschnitten
	Pfeffer, Salz
	Olivenöl zum Anbraten

Sauerampfer und Salat waschen und putzen. Essig und Öl mit Schnittlauch, Zucker, Pfeffer und Salz vermischen. Sauerampfer und Salat damit anmachen.

Das Brot in Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl rösten. Tomaten enthäuten, entkernen und in Würfel schneiden. In einer Pfanne mit Olivenöl Schalotten, Knoblauch, Tomatenwürfel und Basilikum anschwitzen. Mit Pfeffer und Salz würzen und auf die gerösteten Brotscheiben streichen.

Die Eier einzeln in Tassen aufschlagen und ins heiße (kurz vor dem Siedepunkt) Salzwasser geben. Mit einem Schaumlöffel immer wieder kontrollieren, dass sich die Eier nicht berühren. Das Wasser zum Kochen bringen und dann sofort den Topf vom Herd ziehen. Die Eier mit dem Schaumlöffel herausnehmen, auf Tellern anrichten und mit brauner Butter beträufeln. Den Salat um die Eier legen. Mit dem Brot servieren.

Wochenthema: Kochen mit Wiesenkräutern
Vincent Klink Donnerstag, 27.04.2000

Schupfnudeln auf Löwenzahngemüse

300 g	Löwenzahn
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, zerdrückt
1/4 l	Sahne
1 EL	Mehl
1 TL	Gemüsebrühenpulver
250 g	Kartoffeln, mehlig kochend
3	Eigelb
2 Msp	Muskat
	Salz und Pfeffer
	Butter zum Anbraten
	(ev. etwas Mehl)

Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Abschütten, auf ein Backblech legen und im Backofen bei 150 Grad noch antrocknen lassen. Dabei immer wieder wenden, damit aus den Kartoffeln möglichst viel Flüssigkeit verdunstet. Wenn die Kartoffeln dabei zerbrechen, macht das nichts. Anschließend die heißen Kartoffeln durch die Presse drücken. Dann die Eigelbe unterkneten. Wenn der Teig zu flüssig ist, 1 - 2 EL Mehl untermischen. Die Kartoffelmasse mit Pfeffer, Salz und einer Messerspitze Muskat würzen. Daraus Schupfnudeln, ähnlich wie kleine Zigarren, formen. Die Schupfnudeln im siedenden Salzwasser ein paar Minuten ziehen lassen, abtropfen und in einer Pfanne mit Butter goldbraun braten.

Den Löwenzahn waschen und in kochendem Salzwasser kurz blanchieren. Mit kaltem Wasser abschrecken und in einem Sieb gut abtropfen.

Schalotten und Knoblauch in einem Topf mit Butter dünsten, mit Mehl bestäuben und die Sahne unterrühren. Mit Gemüsebrühenpulver, Pfeffer, Salz und einer Messerspitze Muskat würzen.

Diese Sauce ca. 5 Minuten durchkochen, bis sie dicklich sämig ist.

In einer Pfanne mit Butter den Löwenzahn anschwitzen, die Sauce darüber geben und gut vermischen. Das Löwenzahngemüse mit den Schupfnudeln anrichten.

Wochenthema: Kochen mit Wiesenkräutern
Fred Nowack Freitag, 28.04.2000

Cannelloni mit Ziegenquark und Zitronenmelisse

6	Lasagneplatten
250 g	Ziegenquark
250 g	Kirschtomaten
50 g	getrocknete Tomaten
100 ml	Tomatensaft
1 Bund	Zitronenmelisse
4	Thymianzweige
2	Eigelb
1 EL	Crème Fraîche
50 g	Butter
1	Limone (unbehandelt)
etwas	Olivenöl
1 Prise	Zucker
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Ausfetten

Zitronenmelisse und Thymian fein schneiden. Die Kirschtomaten vierteln. Die getrockneten Tomaten blanchieren und anschließend fein hacken. Die Nudelplatten in reichlich Salzwasser bissfest kochen.

Ziegenquark mit Eigelben und Crème Fraîche vermischen. Die getrockneten Tomaten und Thymian dazugeben und gut unter die Quarkmasse mischen. Alles mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die gekochten Nudelplatten trockentupfen und glatt ausbreiten. Die Quarkmasse in einen Spritzbeutel (ohne Tülle) füllen und gleichmäßig auf den Nudelplatten verteilen.

Anschließend die Nudelplatten zusammenrollen und vorsichtig in eine gefettete feuerfeste Form setzen.

Die Kirschtomaten in einer Pfanne mit etwas Olivenöl anschwitzen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Mit dem Tomatensaft ablöschen, etwas abgeriebene Limonenschale und die Butter untermischen und zu einer cremigen Sauce einkochen. Dann die Hälfte der Zitronenmelisse dazugeben. Die Sauce über die Cannelloni gießen und alles ca. 25 - 30 Minuten in den auf 160 Grad vorgeheizten Backofen geben. Die gebackenen Cannelloni mit der restlichen Zitronenmelisse bestreuen und anrichten.

ARD Buffet Rezepte Mai 2000

Wochenthema: Geflügelvielfalt

Doris Hessler Dienstag, 02.05.2000

Gebratenes Perlhuhn mit Frühlingssalat

2	Perlhuhnbrüste
ca. 300 g	gemischte Frühlingssalate (Löwenzahn, Brunnenkresse, Rucola, Friséesalat)
100 g	frische Sprossen (Linsen, Rettich - oder Radieschen)
50 g	geschälter Sesam
50 g	frischer Ingwer, gerieben
1 Bund	frischer Koriander, fein geschnitten
1 EL	Honig
2,5 EL	Oystersauce
2 EL	Sherryessig
ca. 1/8 l	Sesamöl
	Pfeffer, Salz

Fett und Sehnen der Perlhuhnbrüste entfernen. Aus 2 EL Oystersauce, 1 EL Honig, etwas frisch geriebenem Ingwer, Salz und Pfeffer eine Marinade mischen und die Perlhuhnbrüste von beiden Seiten damit einstreichen.

Die Perlhuhnbrüste in einer Pfanne (mit feuerfestem Griff) mit etwas Sesamöl von beiden Seiten kurz anbraten und anschließend im Ofen bei 180 Grad ca. 5-6 Minuten weiterbraten.

Sesam in einer Pfanne ohne Fett rösten. Koriander und restlicher Ingwer mit 6 EL Sesamöl und Sherryessig zu einer Vinaigrette mischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den gerösteten Sesam und 1 TL Oystersauce untermischen. Die gewaschenen und gut getrockneten Salate mit der Vinaigrette anmachen. Salat auf Tellern anrichten, die Sprossen locker darüber geben und die in Scheiben geschnittene Perlhuhnbrust dazuservieren.

—

Wochenthema: Geflügelvielfalt
Vincent Klink **Mittwoch, 03.05.2000**

Cock-a-leekie

1	Suppenhuhn
4	Karotten
2	Zwiebeln
3	Lauchstangen
½	Sellerieknolle
1	Petersilienwurzel
4 EL	Graupen
8	Dörrpflaumen
1 Bund	Petersilie
	Butter zum Anbraten
	Salz, Pfeffer

Die Pflaumen über Nacht in Wasser einweichen.

Das Suppenhuhn küchenfertig vorbereiten, innen und außen sorgfältig waschen und mit einem Küchentuch trocken tupfen. Das Suppengemüse (3 Karotten, 1 Zwiebel, 2 Lauchstangen, ½ Sellerieknolle und Petersilienwurzel) putzen, waschen und grob zerkleinern.

Das Huhn und das Suppengemüse in einen großen Topf geben und soviel Wasser zugeben, dass das Huhn vollständig bedeckt ist. Etwas Salz zugeben und das Huhn zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 1 - 1,5 Stunden weich kochen. Dann das Huhn herausnehmen, die Haut entfernen, entbeinen und das Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden. Die Brühe passieren. Restliche Zwiebel und Karotte fein würfeln und in einem Topf mit Butter anschwitzen. Die Graupen dazugeben, mit einem Liter Hühnerbrühe auffüllen und ca. 30 Minuten köcheln lassen. In der Zwischenzeit den restlichen Lauch in ca. 4 cm lange Stücke schneiden und die Petersilie fein hacken.

Hühnerfleisch, Pflaumen und Lauch in die Suppe geben und erhitzen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken, Petersilie untermischen und die Suppe servieren.

Wochenthema: Geflügelvielfalt
Vincent Klink Donnerstag, 04.05.2000

Maispoularde in der Tüte gegart mit Kohlrabipüree

2	Maispoulardenbrüstchen
3	Kohlrabi
4	Schalotten, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen, fein geschnitten
3	gekochte Kartoffeln, gevierteilt
2 Zweige	Thymian
¼ l	kräftiger Geflügelfond
1 TL	Speisestärke
2 EL	Sherry
1/8 l	Gemüsebrühe
1 EL	Butter
1 Msp	Muskat
	Pfeffer, Salz
	Olivenöl zum Anbraten
1	großer Bogen Backpapier
	Küchenschnur

Die Maispoulardenbrüstchen mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit Olivenöl rundum anbraten.

Speisestärke in 2 Eßlöffel Geflügelfond auflösen. Den restlichen Geflügelfond aufkochen und mit der Stärkemischung gut andicken.

Das Backpapier zu einem Dreieck falten, die Kanten exakt umbiegen und scharf falten. Die Poulardenbrüste und 2 fein geschnittene Schalotten, Knoblauch, Kartoffeln, Thymian, Sherry und andickten Geflügelfond in die Papiertüte geben und das Ende zubinden. Im Ofen bei 200 Grad eine halbe Stunde garen.

In der Zwischenzeit Kohlrabi schälen, die schönen Blätter entstielen, klein hacken und beiseite stellen. Kohlrabi fein raspeln. Zwei fein geschnittene Schalotten in etwas Butter glasig dünsten, die geriebenen Kohlrabi zugeben, mit Gemüsebrühe auffüllen, mit Muskat, Pfeffer und Salz würzen und zugedeckt bei mittlerer Hitze weichdünsten.

Die fein geschnittenen Kohlrabiblätter nach 10 Minuten zugeben und alles ca. 5 Minuten weiterdünsten. Wenn das Gemüse noch zu flüssig ist, bei großer Hitze und unter ständigem Rühren die überschüssige Flüssigkeit verdunsten lassen.

Zum Schluß mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Tüte mit den Poulardenbrüstchen aus dem Ofen nehmen, die Tüte aufreißen und Poularden mit Kartoffeln und Sauce anrichten. Dazu das Kohlrabipüree servieren.

Wochenthema: Geflügelvielfalt
Otto Koch **Freitag, 05.05.2000**

Gebackene Chickenwings mit Gemüsesalat

10	ganze Hähnchenflügel (oder ca. 20 Hähnchenflügelteile)
3	Knoblauchzehen, gepresst
ca.2 EL	Sojasauce
1 EL	Honig
	Saft einer Zitrone
4 EL	Mayonnaise
½ TL	grüner Tabasco
2	Karotten
1/2	Sellerie
1	Zucchini
1/2	Fenchelknolle
4 Stangen	grüner Spargel
1 EL	Sherryessig
3 EL	Olivenöl
1,5 Bund	frischer Koriander, fein geschnitten
1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
	Salz und Pfeffer

Für die Marinade 2 EL Sojasauce mit Knoblauch, Honig und Zitronensaft vermischen und mit Pfeffer und Salz würzen. Vom Hähnchenflügel Ober- und Unterflügel trennen und die Flügelteile 15 - 30 Minuten in der Marinade ziehen lassen.

In der Zwischenzeit das Gemüse putzen, in Stifte ähnlich wie Pommes Frites schneiden und im Salzwasser bissfest kochen. Den Spargel am unteren Ende schälen, ca 10 Minuten im Salzwasser kochen und in 6 cm lange Stücke schneiden.

Die marinierten Hähnchenflügel auf ein Backgitter legen und auf der mittleren Schiene ca. 20 Minuten bei 200 Grad braten, bis sie schön kross sind. (In die untere Schiene ein Backblech schieben zum Auffangen des Bratfetts.)

Aus Mayonnaise, ½ TL Sojasauce, ½ TL grünem Tabasco und 1/3 des geschnittenen Korianders einen Dip für die Hähnchenflügel mischen.

Das Gemüse mit Essig und Öl anmachen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Servieren den restlichen Koriander und Petersilie unter den Gemüsesalat mischen.

Hähnchenflügel mit Dip und Salat anrichten.

Wochenthema: Spargel - satt!

Rainer Strobel

Montag, 08.05.2000

Spargel klassisch mit Sauce Hollandaise

1 kg	Spargel
270 g	Butter
3	Eigelb
3 EL	Weißwein
	Saft einer Zitrone
	Salz, Pfeffer, Zucker
	Küchenschnur

Spargel von den Köpfen nach unten schälen. Die harten Spargelenden großzügig abschneiden. In einem großen Topf Wasser mit ½ TL Salz, ½ TL Zucker, 20 g Butter und 1 EL Zitronensaft zum Kochen bringen. Den Spargel bündeln, ins kochende Wasser geben und ca. 12 - 15 Minuten kochen. Dann abtropfen lassen.

Für die Sauce 250 g Butter erhitzen und klären (Schaum abschöpfen und Bodensatz entfernen). In einem kleinen Topf oder Schlagkessel die Eigelbe mit Weißwein im Wasserbad aufschlagen. Darauf achten, dass die Eigelbe nicht gerinnen. Dann den Topf aus dem Wasserbad nehmen und die geklärte Butter (die ungefähr die gleiche Temperatur, wie die Eimasse haben sollte) tröpfchenweise unter die Eigelbmasse rühren. Die Sauce Hollandaise mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken und zum Spargel servieren. Dazu passen gut Kräuterpfannkuchen oder Pellkartoffeln.

Die Sauce Hollandaise ist eine Grundsauce, die sich noch vielfältig variieren lässt. So kann man beispielsweise noch etwas geschlagene Sahne unterheben, oder man verfeinert mit Kerbel, Estragon und etwas Kalbsfond. Eine weitere Variante ist Tomatenmark und Tomatenwürfel unterzumischen.

Wochenthema: Spargel - satt!
Doris Hessler Dienstag, 09.05.2000

Spargel im Reisblatt in Bärlauchschaum

12 Stangen	Spargel
4	große Reisblätter (in Asialäden erhältlich)
100 g	Rettichsprossen
200 g	Bärlauch
2	Schalotten, fein geschnitten
¼ l	Brühe (Gemüse, Geflügel oder Rind)
¼ l	Sahne
2 cl	Noilly Prat
1 EL	Essig
	Pflanzenfett zum Anbraten
	Salz, Zucker

Den Spargel gut schälen und in kochendem Wasser mit etwas Salz und Zucker bissfest kochen. Anschließend den Spargel etwas abkühlen lassen.

Schalotten mit Brühe, Sahne, Noilly Prat und Essig aufkochen und um 1/3 reduzieren.

Den Bärlauch fein schneiden. Die Hälfte des Bärlauches mit den Sprossen mischen.

Die Reisblätter kurz in kaltes Wasser legen, bis sie weich und milchig werden. Dann auf ein trockenes Küchentuch legen und von beiden Seiten trocken tupfen. Den Spargel halbieren. Auf die Reisblätter die Bärlauch-Sprossen legen, je 6 Stück Spargel darauf geben und das Ganze einpacken. Eine Pfanne mit reichlich Pflanzenfett aufsetzen und die Reisblattpäckchen darin von allen Seiten goldgelb backen.

Die Sauce mit dem restlichen Bärlauch mischen und mit dem Pürierstab aufmixen.

Anschließend durch ein Sieb streichen und mit dem Pürierstab nochmals schaumig schlagen.

Die Spargelpäckchen auf Tellern anrichten, aufschneiden und mit der Sauce umgießen.

Wochenthema: Spargel - satt!
Vincent Klink **Mittwoch, 10.05.2000**

Spargelragout mit Butterklößchen

1 kg	Spargel
1/4 l	Fleischbrühe
1 Bund	Basilikum, fein geschnitten
1	Schalotte, fein geschnitten
100 g	Crème Fraîche
200 g	flüssige Butter
4	Eier
200 g	Kastenweißbrot, gerieben
1 Msp	Macis (Muskatblüte)
evt. 1 TL	Mehlbutter (weiche Butter mit Mehl vermischt)
	Butter zum Anbraten
	Pfeffer, Salz, Zucker
	Küchenschnur

Für die Butternocken die flüssige Butter mit den Eiern mixen, mit Macis, Salz und Pfeffer würzen. In die Masse die Brotbrösel einrühren, so dass ein dünnflüssiger Teig entsteht. Diesen fünfzehn Minuten ziehen lassen. Das Brot saugt die Flüssigkeit auf und der Teig wird fest. Diesen dann zu Klößchen formen und die Klöße ca. 10 Minuten im heißen Salzwasser ziehen lassen.

Spargel schälen, portionsweise mit einer Küchenschnur zusammenbinden und in Salzwasser, das mit etwas Zucker und einer Butterflocke gewürzt wurde, fünfzehn Minuten kochen. Dann in kaltem Wasser abschrecken und klein schneiden. Die Kopfstücke der Spargelstangen ca. 6 cm lang, den Rest der Spargelstangen ca. 2 cm lang schneiden.

Schalotten in Butter andünsten, mit Brühe auffüllen und diese um die Hälfte reduzieren lassen. Die Spargelstücke dazugeben. Crème Fraîche mit Basilikum vermischen und zum Spargel geben. Kurz durchkochen und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Eventuell mit Mehlbutter abbinden. Spargelragout mit den Butternocken servieren.

Wochenthema: Spargel - satt!
Vincent Klink Donnerstag, 11.05.2000

Gebratener Grünspargel mit Ziegenkäse

800 g	grüner Spargel
1/8 l	Fleischbrühe
1	Schalotte, fein geschnitten
1 Bund	Kerbel, fein geschnitten
200 g	Ziegenfrischkäse
1	Brötchen, grob gerieben
	Butter zum Andünsten
	Salz, Pfeffer, Zucker
	Küchenschnur

Die Spargelstangen nur am unteren Ende schälen, die harten Enden abschneiden. Spargel portionsweise binden und in Salzwasser, das mit etwas Zucker und einer Butterflocke gewürzt wurde, 10 -15 Minuten kochen. Spargel in kaltem Wasser abschrecken, abtropfen und bereithalten.

Schalotten in einer Pfanne mit Butter anschwitzen, Spargel zugeben und rundum anbraten. Mit Brühe ablöschen und restlos einkochen lassen. Spargel mit Kerbel bestreuen und in eine gebutterte Auflaufform geben. Ziegenkäse in dünne Scheiben schneiden und mit den Brotbröseln auf dem Spargel verteilen. Auflaufform unter die Grillschlange geben und den Käse goldbraun gratinieren. Vor dem Servieren mit grobem Pfeffer bestreuen. Dazu passen gut Kräuterflädle und Pellkartoffeln.

Wochenthema: Spargel - satt!
Otto Koch **Freitag, 12.05.2000**

Spargel mit Gorgonzolasahnesauce

1 kg	Spargel
¼ l	Gemüsebrühe
¼ l	Sahne
80 g	Gorgonzola
2 EL	Petersilie, fein geschnitten
1	frisches Fladenbrot
1 TL	Butter
	Olivenöl zum Bestreichen
	Salz, Pfeffer, Zucker
	Küchenschnur

Den Spargel sorgfältig schälen, die unteren Enden kurz abschneiden und portionsweise mit einer Küchenschnur zusammen binden. Die Spargelbündel in Salzwasser, das mit etwas Zucker und einer Butterflocke gewürzt wurde, ca. 15 Minuten kochen.

In der Zwischenzeit die Gemüsebrühe aufsetzen und etwas einkochen lassen. Dann Sahne zugeben und nochmals etwas einkochen lassen. Den Gorgonzola in kleine Stücke schneiden und unter die Sauce mischen. Die Sauce mit einem Pürierstab aufmixen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Spargel aus dem Wasser nehmen und auf Tellern anrichten, die Schnur entfernen. Den Spargel mit Gorgonzolasauce übergießen und mit Petersilie bestreuen. Das Fladenbrot in Scheiben schneiden, mit wenig Olivenöl bestreichen, unter dem Grill kurz rösten und zum Spargel reichen.

Wochenthema: Saucen mit Wein

Rainer Strobel

Montag, 15.05.2000

Coq au vin

1	junger Hahn
0,7 l	roter Burgunder
1	Karotte
1 Stange	Staudensellerie
1	Zwiebel
3	Knoblauchzehen
6	Frühlingszwiebeln
200 g	Champignons
150 g	Speck
50 g	Butter
1 EL	Mehl
2 EL	Blattpetersilie, fein geschnitten
6 - 8	Pfefferkörner
2	Lorbeerblätter
2 Zweige	Thymian
2 Zweige	Bohnenkraut
	Pfeffer, Salz

Den Hahn waschen, trocken tupfen und halbieren. Die beiden Hälften nochmals halbieren und dann die Viertel ebenfalls teilen. Karotte, Staudensellerie und Zwiebel putzen, schälen und in grobe Würfel schneiden. Den Hahn mit den Gemüsewürfeln, Knoblauch, Lorbeerblättern, Thymian, Bohnenkraut und Pfefferkörnern in eine Kasserolle geben, mit dem Burgunder begießen und über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen. Dann die Hähnchenteile herausnehmen und die Marinade absieben, so dass Gemüse und Wein wieder getrennt sind. In einem Bräter Hähnchenteile in Butter anbraten. Mariniertes Gemüse und Kräuter hinzufügen, mit Mehl bestäuben, salzen und pfeffern. Mit der Rotweinsteinmarinade anbraten und ca. 1 Stunde köcheln lassen. In der Zwischenzeit Frühlingszwiebeln und Champignons putzen und halbieren. Den Speck in feine Streifen schneiden und mit den Frühlingszwiebeln und Pilzen ca. 10 Minuten dünsten. Das Hähnchen mit der Pilzmischung anrichten, mit der Bratensauce und dem geschmorten Gemüse überziehen und mit Petersilie bestreuen.

Wochenthema: Saucen mit Wein

Doris Katharina Hessler

Dienstag, 16.05.2000

Im Tempurateig gebackenes Gemüse in Kräuterweinschaum-Sabayone

100 g	Reismehl (aus dem Asialaden)
100 g	Weizenmehl
1	Ei
½ TL	Salz
400 ml	Eiswasser
4	Lauchzwiebeln
4	kleine Blumenkohlröschen
1	rote Paprika
10	Zuckerschoten
4	kleine Karotten mit Grün
4 Stangen	Spargel
¼ l	trockener Weißwein
50 ml	Gemüsebrühe
4	Eigelb
200 g	gemischte Kräuter (Kerbel, Schnittlauch, Petersilie, Estragon) Frittierfett

Blumenkohl, Zuckerschoten und Spargel putzen, vorblanchieren und gut trocknen. Restliches Gemüse putzen und Paprika vierteln.

Für den Tempurateig Ei, Salz und 200 ml Eiswasser mit 1 EL Reismehl verrühren, nach und nach das restliche Mehl gut unterrühren. Die Teigschüssel in ein Gefäß mit dem übrigen Eiswasser stellen und 1 Stunde im Kühlschrank quellen lassen. Das Fett auf 180 Grad erwärmen.

Gemüse durch den Tempurateig ziehen und im Frittierfett knusprig backen, dann auf ein Küchentuch zum Abtropfen legen.

Für die Sabayone Eigelbe, Gemüsebrühe und Wein im Wasserbad schaumig aufschlagen. Zum Schluss die Kräuter einrühren.

Das Gemüse mit der Sabayone anrichten.

Wochenthema: Saucen mit Wein
Vincent Klink Mittwoch, 17.05.2000

Weißweingemüse mit Kalbszunge

1	Kalbszunge
1/2	Blumenkohl
1	Romanesco
1	Kohlrabi
4	junge Karotten
1/8 l	Sahne
1/8 l	Weißwein
1/8 l	Gemüsebrühe
1 TL	Thymianblättchen
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
2 EL	Butter
1 TL	Mehlbutterm
	Muskat, Pfeffer, Salz

Die Kalbszunge in Salzwasser eine Stunde lang weichkochen. Herausnehmen und unter fließend kaltem Wasser die Haut abziehen. Dann im Kochsud warm halten.

Das Gemüse putzen, würfeln und in Salzwasser bissfest kochen. Anschließend in Eiswasser kurz abschrecken.

Schalotten und Knoblauch in Butter anschwitzen, mit Wein und Gemüsebrühe ablöschen und auf die Hälfte reduzieren lassen. Thymian, Muskat und Sahne dazugeben und mit Mehlbutterm binden, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Gemüse in die Sauce geben und kurz erwärmen. Die Zunge tranchieren und mit dem Gemüseragout anrichten.

Wochenthema: Saucen mit Wein
Vincent Klink Donnerstag, 18.05.2000

Rotwein-Kaninchen

1	Kaninchen
1 Bund	Wurzelgemüse (Karotte, Sellerie, Lauch)
2	Zwiebeln, grob geschnitten
1 Zweig	Rosmarin
½ l	Fleischbrühe
¼ l	Rotwein
2	Knoblauchzehen
1 EL	Butterschmalz
2 TL	Mehlbutterm
	Pfeffer, Salz

Das Kaninchen zerteilen, dabei Keulen und Läufe vom Rücken trennen. Das Wurzelgemüse grob würfeln.

In einer großen Kasserolle die Zwiebeln mit Butterschmalz anschwitzen. Die Kaninchenteile mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Wurzelgemüse zu den Zwiebeln geben. Alles kurz anrösten. Dann die grob zerdrückten Knoblauchzehen und Rosmarin zugeben. Mit etwas Fleischbrühe und Rotwein ablöschen und zugedeckt ca. 30 Minuten schmoren lassen. Dabei immer wieder etwas Fleischbrühe und Rotwein zugießen. Nach der Garzeit das Fleisch herausnehmen und die Sauce durch ein Sieb passieren. Die Sauce mit Mehlbutterm binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Kaninchen mit der Sauce anrichten. Dazu Butternudeln oder Spätzle servieren.

Wochenthema: Saucen mit Wein
Ute Herzog Freitag, 19.05.2000

Kartoffeltörtchen mit Mettbällchen und Weißherbstsauce

125 ml	Gemüsebrühe
125 ml	Weißherbst
250 g	Mett
1 EL	feine Speckwürfel
2	Kartoffeln
5	junge Karotten
2 EL	Crème Fraîche
3 cl	Orangensaft
1	Schalotte, fein gewürfelt
1 EL	Honig
½ TL	Koriander, gemahlen
2-3 EL	frischer Koriander, fein geschnitten
1 Prise	Zucker
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Pflanzenöl
	Butter zum Ausfetten

Kartoffeln und Karotten schälen. Eine Karotte in dünne Scheiben schneiden. Die übrigen Karotten und die Kartoffeln grob raspeln. Den Speck in einem Topf mit etwas Öl auslassen. Die Hälfte der Schalotten zugeben und glasig dünsten. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zucker würzen. Dann das geraspelte Gemüse zugeben und gut anschwitzen.

Die Karottenscheiben kurz in wenig Salzwasser (die Karottenscheiben sollen gerade mit Wasser bedeckt sein) blanchieren, dann zur Seite stellen. Mit dem Blanchiersud das geraspelte Gemüse ablöschen und bei geschlossenem Deckel ca. 10 Minuten garen. Dabei immer wieder umrühren. 1 EL frischen, klein geschnittenen Koriander unter das Mett mischen. Dies zu kleinen Bällchen formen und auf das Gemüse setzen. Den Deckel wieder schließen und ca. 5 - 6 Minuten ziehen lassen. Dann die Mettbällchen herausnehmen.

Die restlichen Schalotten in einem Topf mit 2 EL Butter anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen und Honig einrühren. Mit Brühe und Wein auffüllen und die Flüssigkeit kochend auf 1/3 reduzieren. Dann passieren und wieder aufsetzen. Die Crème Fraîche rührend darin schmelzen. Mit gemahlenem Koriander würzen und nochmals abschmecken.

Orangensaft in einem Töpfchen erhitzen, die Karottenscheiben darin wärmen und anschließend rosettenförmig auf den Boden von gebutterten Förmchen (z. B. Souffleeförmchen) legen. Darauf das Gemüse verteilen, fest andrücken und mittig auf Teller stürzen. Die Mettbällchen kreisförmig anlegen, mit der Sauce umgießen und dem restlichen Koriandergrün dekorieren.

Wochenthema: Antipasti - mehr als nur Vorspeise
Rainer Strobel **Montag, 22.05.2000**

Tapasvariationen

20	Anchovisfilets (eingelegte Sardinen)
2	Eier
4 EL	Mehl
1	Limone
300 g	Kabeljaufilet
6 Scheiben	Serranoschinken
1	Eigelb
2 EL	Kerbel, fein geschnitten
300 g	Hackfleisch
10	Oliven, entkernt und fein geschnitten
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Zwiebel, fein geschnitten
5	Knoblauchzehen
2 EL	Tomatenmark
100 ml	Weißwein
1	rote Zwiebel
200 g	Champignons
1 EL	Essig
1	Lorbeerblatt
3	Pimentkörner
	Olivenöl zum Anbraten
	Salz, Pfeffer
	Chilipulver zum Würzen
	Frittierfett

Tapasvariationen - Anchovisfilets: Mehl und Eier zu einem dicken Teig verrühren. Das Frittierfett erhitzen, die Anchovisfilets durch den Teig ziehen und in heißem Fett ausbacken. Mit Limonenscheiben servieren.

Tapasvariationen - Schinkenkabeljau: Das Kabeljaufilet in 4x4 cm große Würfel schneiden und mit dünn geschnittenem Serranoschinken umwickeln. In einer beschichteten Pfanne mit Olivenöl den Fisch langsam braten. 2 Knoblauchzehen, ca. 1/8 l Olivenöl, 1 Eigelb und 2 EL Kerbel mit dem Pürierstab zu einer cremigen Sauce mixen. Die gebratenen Fischwürfel mit ein paar Tropfen der Knoblauchsauce beträufeln.

Tapasvariationen - Hackbällchen: Das Hackfleisch mit Salz, Pfeffer, Chilipulver, einer sehr fein geschnittenen Schalotte und Knoblauchzehe mischen und zu kleinen Bällchen formen. In einer Pfanne mit Olivenöl die Bällchen anbraten, Zwiebelwürfel, 2 Knoblauchzehen, gehackte Oliven, Tomatenmark dazugeben und mitrösten. Mit Weißwein ablöschen und die Flüssigkeit reduzieren lassen. Die Bällchen mit der eingekochten Olivensauce anrichten.

Tapasvariationen - Zwiebel-Champignons: Die Champignons vierteln. Die rote Zwiebel blättrig schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen. Die Champignons dazu geben und kurz dünsten. Mit Salz, Pfeffer, Piment, Lorbeer und Essig würzen. Kurz aufkochen und anrichten.

Wochenthema: Antipasti - mehr als nur Vorspeise
Doris Hessler **Dienstag, 23.05.2000**

Gebeizter Thunfisch mit Erdnusspesto

200 g geschälter Sesam
1 Bund Basilikum
1 Bund Koriander
2 EL Oystersauce
1 Knoblauchzehe
½ Bund Zwiebellauch
400 g gemahlene, geröstete Erdnüsse
ca. ¼ l Erdnussöl
ca. ¼ l dunkles Sesamöl (aus geröstetem Sesam hergestellt)

Beize für ca. 1 kg Thunfisch:

80 g grobes Meersalz
20 g Sternanis
40 g brauner Zucker
20 g weiße Pfefferkörner
20 g Kardamomkapseln
1 Bund frischer Koriander
1 Bund Zwiebellauch
ca. ¼ l - ½ l dunkles Sesamöl (aus geröstetem Sesam hergestellt)

Den Thunfisch gut parieren und in längliche Stücke mit einem Durchmesser von ca. 4 cm schneiden. Die Gewürze grob hacken, Koriander und Zwiebellauch klein schneiden. Alle Zutaten über den Thunfisch geben und mit Sesamöl bedecken. Den Fisch im Kühlschrank zwei Tage in der Marinade ziehen lassen. Thunfisch aus der Marinade nehmen und von den Beizkräutern befreien. Das Sesamöl absieben, in einer Pfanne heiß werden lassen und den Thunfisch von allen Seiten darin kross anbraten. Den Sesam in einer Pfanne ohne Fett rösten. Darin den gebratenen Thunfisch wenden.
Für das Pesto Basilikum und Koriander von den Stielen befreien und mit dem Knoblauch und dem klein geschnittenen Zwiebellauch in einem Cutter fein hacken, mit der Oystersauce und den gemahlene Nüssen mischen, dann Sesamöl und Erdnussöl untermischen, bis eine schöne Pestomasse entsteht.
Den Thunfisch aufschneiden und mit dem Pesto anrichten, dazu passt gut ein Gemüsesalat.

Wochenthema: Antipasti - mehr als nur Vorspeise
Vincent Klink **Mittwoch, 24.05.2000**

Gefüllte Tomaten

6	große Fleischtomaten
4	Scampischwänze
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
½ Stange	Staudensellerie, fein geschnitten
1 Bund	Basilikum, fein geschnitten
6	schwarze Oliven
2 EL	Semmelbrösel, frisch gerieben
1 EL	Butter
	Olivenöl zum Anbraten
	Salz, Pfeffer

Vier Fleischtomaten aushöhlen, die restlichen Tomaten vierteln, entkernen und dann grob würfeln. Die Scampischwänze schälen, in Würfel schneiden, pfeffern, salzen und in Olivenöl kross braten. Dann zur Seite stellen.

Die Oliven entkernen und fein würfeln. Schalotten, Knoblauch, Staudensellerie und Oliven in Olivenöl andünsten. Die Tomatenwürfel dazugeben und kurz durchschwenken. Dann die Scampiwürfel und Basilikum untermischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Masse in die ausgehöhlten Tomaten füllen. Diese mit Brotbrösel und Butterflöckchen bestreuen. Die Tomaten ca. 10 Minuten unter der Grillschlange gratinieren.

Wochenthema: Antipasti - mehr als nur Vorspeise
Vincent Klink Donnerstag, 25.05.2000

Eingelegte Sardinen mit Kapern

8	große Sardinen
1	Schalotte, fein geschnitten
1 Bund	Basilikum, fein geschnitten
1 EL	Kapern
4 EL	Olivenöl
2 EL	Weißwein
	Saft einer Zitrone
	Salz, Pfeffer

Die Sardinen waschen und trocken tupfen. Mit Pfeffer und Salz würzen. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl die Schalotten anschwitzen, die Sardinen zugeben und auf jeder Seite je 4 Minuten anbraten. Aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen.

Das restliche Olivenöl mit Zitronensaft, Weißwein, Basilikum, Salz und Pfeffer vermischen. Dazu die Kapern geben. Die Sardinen auf eine Anrichteschale geben, mit der Marinade begießen und über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen. Dann die Sardinen aus der Marinade nehmen. Diese durch ein Sieb passieren und nochmals aufmixen. Die Sardinen auf Tellern anrichten, mit der Marinade beträufeln und die im Sieb aufgefangenen Kapern darüber geben. Dazu Baguettebrot servieren.

Wochenthema: Antipasti - mehr als nur Vorspeise
Otto Koch **Freitag, 26.05.2000**

Gebratenes Gemüse mit Knoblauchkräutermayonnaise

2	Zucchini
2	Karotten
1	Fenchelknolle
1	Aubergine
4	Champignons
4	Frühlingszwiebeln
2	Knoblauchzehen
1	Eigelb
1 TL	scharfer Senf
1 TL	Petersilie, fein geschnitten
1 TL	Schnittlauch, fein geschnitten
1 TL	Basilikum, fein geschnitten
1 TL	Estragon, fein geschnitten
1 EL	Zitronensaft
ca. ¼ l	Sonnenblumenöl
	Olivenöl zum Anbraten
	Salz, Pfeffer

Für die Kräutermayonnaise Eigelb mit Senf aufrühren und langsam Öl unterrühren. Mit gepresstem Knoblauch, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Servieren die Kräuter untermischen.

Das Gemüse putzen. Zucchini in ca. 5 mm dicke Scheiben, Karotten in Stäbchen, Fenchel in 5 mm dicke Scheiben schneiden, Aubergine in Scheiben schneiden und Champignons vierteln. Auberginenscheiben in Salzwasser kurz blanchieren, gut abtropfen und zusammen mit den Champignons in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Mit Pfeffer und Salz abschmecken. Das restliche Gemüse in einer separaten Pfanne mit Olivenöl bissfest anbraten und mit Pfeffer und Salz würzen.

Das bunte Gemüse auf Teller anrichten und mit der Knoblauch-Kräutermayonnaise anrichten. Dazu passt gut ein ital. Ciabatabrot.

Wochenthema: Pfannkuchenvariationen
Rainer Strobel Montag, 29.05.2000

Erdbeerpancakes mit Ahornsirup

250 g	Mehl
¼ l	Milch
1	Ei
3 EL	Zucker
2 TL	Backpulver
4 EL	flüssige Butter
100 ml	Ahornsirup
200 g	Erdbeeren
1 Prise	Salz
	Öl zum Ausbacken

Die Erdbeeren waschen, trocken tupfen und in dünne Scheiben schneiden. Mehl, Milch, Ei, 2 EL Zucker, Backpulver und Salz zu einem glatten Teig verrühren. Darunter 2 EL flüssige Butter mischen. Die Hälfte der Erdbeeren unter den Teig geben.

In einer beschichteten Pfanne mit wenig Fett aus je 2-3 EL Teig kleine Pfannkuchen ausbacken. Je nach Größe der Pfanne passen 2 oder 3 Küchlein auf einmal hinein. Die Pancakes im 60 Grad heißen Backofen warm halten, bis der ganze Teig ausgebacken ist.

Ahornsirup mit 2 EL flüssiger Butter kurz aufkochen. Die restlichen Erdbeeren zuckern. Die Pancakes anrichten, mit dem Sirup beträufeln und die gezuckerten Erdbeeren darüber geben.

Wochenthema: Pfannkuchenvariationen
Vincent Klink **Mittwoch, 31.05.2000**

Topfenpalatschinken

100 g	Magerquark
70 g	saure Sahne
50 g	Butter
2 EL	flüssige Butter
2 EL	Rosinen
3 EL	Weißwein
1	Vanilleschote
ca. 100 g	Zucker
6	Eier
125 g	Mehl
3/8 l	Milch
2 Prisen	Salz
½ TL	Zitronenschale
	Butter zum Ausbacken

Die Rosinen über Nacht im Wein einweichen.

Mehl, 1/8 l Milch, 2 Eier, 1 TL Zucker und eine Prise Salz mit dem Handrührgerät vermischen. Zum Schluss die flüssige Butter unterarbeiten. In einer Pfanne mit Butter nach und nach Pfannkuchen ausbacken.

50 g weiche Butter mit Zitronenschale, Vanillemark und 2 EL Zucker vermischen. 2 Eier trennen und das Eigelb mit Quark und saurer Sahne locker unter die Buttermasse schlagen.

Die 2 Eiweiß steif schlagen, eine Prise Salz und 2 EL Zucker untermischen und die Masse zusammen mit den eingeweichten Rosinen unter die Quarkmasse heben.

Damit die Pfannkuchen bestreichen und diese aufrollen. Die gefüllten Pfannkuchen in eine gefettete Auflaufform schichten.

Zuletzt 2 Eier mit Milch und dem restlichen Zucker verquirlen und über die Pfannkuchen gießen.

Die Palatschinken 10 Minuten im auf 160 Grad heißen Ofen backen. Dann den Ofen ausschalten und die Palatschinken ca. 15 Minuten bei geöffneter Ofentür weiterziehen lassen.

Wochenthema: Pfannkuchenvariationen
Otto Koch Freitag, 02.06.2000

Gefüllte Geldbeutelchen

50 g	Mehl
25 g	zerlassene Butter
2	Eier
1/8 l	Milch
3	Scampischwänze oder 100 g Shrimps (gekocht)
2 EL	Mayonnaise
1 TL	Meerrettich
1 TL	Ketchup
1 TL	Cognac
100 g	Champignons
1	Schalotte
1	Bund Schnittlauch
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
100 g	Crème Fraîche
3 EL	Lauch, ganz fein gewürfelt
3 EL	Karotten, ganz fein gewürfelt
3 EL	Sellerie, ganz fein gewürfelt
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Ausbacken

Aus Mehl, flüssiger Butter, Eiern, Milch und einer Prise Salz eine glatten Teig rühren und in einer beschichteten Pfanne mit wenig Butter nach und nach sehr dünne Pfannkuchen ausbacken. Die Pfannkuchen mit drei unterschiedlichen Füllungen füllen.

Dazu Champignons und Schalottefein würfeln und in einer Pfanne mit etwas Butter anschwitzen, Petersilie untermischen und den entstandenen Bratfond verdampfen lassen. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die zweite Füllung die Scampischwänze abkochen, pulen und in feine Würfelchen schneiden (oder die gekochten Shrimps in feine Würfelchen schneiden). Mit Mayonnaise, Ketchup, Meerrettich und Cognac anmachen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Für die Gemüsefüllung, den gewürfelten Lauch, Karotten, und Sellerie kurz in Salzwasser blanchieren, abtropfen lassen und dann mit Crème Fraîche vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Pfannkuchen mit jeweils einer Füllung füllen, zusammenfalten und vorsichtig mit einem Schnittlauch zusammenbinden.

ARD Buffet Rezepte Juni 2000

Wochenthema: Ganz schön spießig - Schaschlik und Co
Ute Herzog **Dienstag, 06.06.2000**

Kalbsnieren-Minze-Backpflaumen-Spieß

1	Kalbsniere
16	Backpflaumen
8 Scheiben	Frühstücksspeck
ca. 20	Minzeblättchen
1 TL	Senf
200 ml	Sahne
	Salz, Pfeffer
	Sonnenblumenöl zum Anbraten
	Schaschlikspieße

Die Backpflaumen ca. 20 Minuten in warmem Wasser einweichen.

Die Niere längs halbieren, das Fett herausschneiden und 20 Minuten lang in Eiswasser legen.

Die Sahne steif schlagen und den Senf untermischen. Die restlichen Minzeblättchen fein hacken und unter die Sahne mischen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken und im Kühlschrank kurz durchziehen lassen. Die Backpflaumen aus dem Wasser nehmen, trocken tupfen und mit je einem Minzeblatt und einer halben Speckscheibe umwickeln.

Die Niere aus dem Wasser nehmen, trocken tupfen und 20 "Röschen" abschneiden. Dann abwechselnd je 5 Nierenröschen und 4 Backpflaumen auf einen Spieß stecken.

Die Spieße in einer Pfanne mit etwas Öl von jeder Seite knapp 5 Minuten braten.

Die Spieße aus der Pfanne nehmen, erst jetzt mit Salz und Pfeffer würzen und auf Tellern anrichten. Die Sahne als Dip dazureichen.

Wochenthema: Ganz schön spießig - Schaschlik und Co
Vincent Klink Donnerstag, 08.06.2000

Seeteufel-Rosmarin-Spieß mit Gemüsereis

500 g	Seeteufelfilet
1 Bund	Frühlingszwiebeln
16	Kirschtomaten
2 EL	schwarze Oliven
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe
1	Karotte, gewürfelt
½ Stange	Lauch, gewürfelt
½ Stange	Staudensellerie, gewürfelt
125 g	Langkornreis
ca. ¼ l	Gemüsebrühe
1 EL	Butter
2 EL	Weißwein
4	große Rosmarinzweige (oder 1 EL Rosmarin und 4 Schaschlikspieße)
	Olivenöl zum Anbraten
	Pfeffer, Salz

In einem Topf mit etwas Olivenöl eine Schalotte andünsten, den Reis dazugeben und mit Brühe auffüllen. Bei geringer Hitze und geschlossenem Deckel den Reis insgesamt 20 Minuten dünsten, bis der Reis die gesamte Flüssigkeit absorbiert hat. Nach 5 Minuten Karottenwürfel und Sellerie unter den Reis mischen und kurz vor Ende der Garzeit den Lauch dazugeben. Den Gemüsereis mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Seeteufelfilet in 20 Würfel schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Rosmarinzweige von den Nadeln befreien. Nadeln nur am Zweigende übrig lassen. Die Stielrinde abkratzen. Die Fischstücke abwechselnd mit Tomaten und Frühlingszwiebeln aufspießen. Dazu die Frühlingszwiebeln in ca. 4 cm lange Stücke schneiden und zusammenfalten. Ca. 1 EL Rosmarinnadeln fein hacken.

In der Pfanne mit Olivenöl die Spieße von allen Seiten jeweils 2 Minuten anbraten. Eine angeprügelte Knoblauchzehe mit in die Pfanne geben. Dann die Spieße herausnehmen. In derselben Pfanne die restliche Schalotte mit etwas Olivenöl anschwitzen. Oliven entkernen, klein schneiden und mit gehacktem Rosmarin zu den Schalotten geben. Mit Weißwein ablöschen und kurz einkochen lassen. Die Pfanne vom Herd nehmen, die Butter mit dem Schneebesen einarbeiten und den Fond abschmecken.

Die Spieße anrichten, mit Fond übergießen und Gemüsereis dazureichen.

Wochenthema: Ganz schön spießig - Schaschlik und Co
Otto Koch Freitag, 09.06.2000

Lammspießchen mit Currysauce

300 g	Lammfleisch von der Keule
4	Kartoffeln
1	rote Paprika
1	Zwiebel
1	Schalotte, fein gewürfelt
2 Scheiben	Speck, geräuchert
1/8 l	Kalbs- oder Lammfond
1/8 l	Sahne
¼ l	Kokosmilch, ungesüßt
1 EL	Apfelmus
1 EL	Tomatenwürfel
2 EL	Butter
2 EL	Butterschmalz
1 TL	Curry
1 Prise	Zimt
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl zum Anbraten
2	Schaschlikspieße

Lammfleisch würfeln, Paprika und Zwiebel in 3 x 3 cm große Stücke und Speck in 3 cm lange Streifen schneiden. Paprika- und Zwiebelstücke in einer Pfanne mit etwas Olivenöl vorbraten. Kartoffeln schälen, in 1 cm große Würfelchen schneiden und in Salzwasser vorblanchieren. Lammfleisch, Speckstreifen, Paprika- und Zwiebelstücke abwechselnd auf die Spieße stecken. Mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Olivenöl von allen Seiten goldbraun anbraten. Dann warm stellen.

Für die Sauce die Schalotte in Butter anschwitzen, mit Curry bestäuben, Tomatenwürfel und Apfelmus dazugeben. Mit dem Fond und der Kokosmilch auffüllen und einige Minuten köcheln lassen. Dann die Sahne zugeben und nochmals ein paar Minuten köcheln lassen.

Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit einem Pürierstab aufmixen.

Die vorblanchierten Kartoffelwürfel in Butterschmalz goldbraun anbraten und mit Zimt, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Spieße auf den Kartoffelwürfeln anrichten und mit der Sauce umgießen.

Wochenthema: Die Lieblingsgerichte der deutschen Fußball-Nationalspieler
Ute Herzog Dienstag, 13.06.2000

Bratkartoffeln mit Sülze (Lieblingsgericht von Teamchef Erich Ribbeck)

1	gepökeltes Eisbein
1	Kalbsfuß, klein gehackt
500 g	Kartoffeln, fest kochend
2	Zwiebeln
1 Bund	Suppengrün (1 Karotte, ¼ Sellerieknolle, 1 Lauchstange, 1 Petersilienwurzel)
2	Karotten
2	Essiggurken
5 Blatt	Gelatine
ca. 1 EL	Weißweinessig
1-2 EL	frischer Dill, fein geschnitten
1	Lorbeerblatt
5	weiße Pfefferkörner
2 Scheiben	Speck, gewürfelt
50 g	Schweineschmalz
1 TL	Kümmel
1 TL	frischer Majoran oder Thymian
	Salz, Pfeffer, Muskat

Suppengrün putzen und klein schneiden, eine Zwiebel schälen und würfeln, Karotten schälen. Das Eisbein mit dem Kalbsfuß in einen großen Topf geben. Suppengrün, Zwiebelwürfel, eine ganze Karotte, 1 Lorbeerblatt und 5 weiße Pfefferkörner dazugeben. Mit Wasser auffüllen, so dass alles gut bedeckt ist und ca. 2,5 Stunden köcheln lassen. 20 Minuten vor Ende der Garzeit die zweite Karotte im Ganzen dazugeben. Nach Ende der Garzeit die später zugegebene Karotte herausnehmen, kalt abschrecken und würfeln. Ebenfalls das Eisbein herausnehmen, häuten, Fleisch vom Knochen lösen, Fett entfernen und dann das Fleisch gleichmäßig würfeln. Den Fond absieben. Gelatine einweichen und in 0,5 l Eisbeinfond auflösen. Mit Salz, Pfeffer und Weißweinessig herzhaft abschmecken.

Die Essiggurken würfeln und mit Fleisch, Karottenwürfel und Dill mischen. In eine Form oder Suppenteller füllen und mit dem Fond begießen, so dass alles gut bedeckt ist. Die Sülze 12 Stunden im Kühlschrank erstarren lassen.

Die Kartoffeln am Vortag kochen und schälen. Für die Bratkartoffeln die vorgekochten Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden. Die übrige Zwiebel würfeln. Das Schmalz in einer Pfanne erhitzen, Speckwürfel darin glasig werden lassen, Kartoffelscheiben dazugeben und darauf die Zwiebelwürfel geben. Die Kartoffeln goldbraun rösten. Zum Schluss Majoran, Salz, Pfeffer, Muskat und Kümmel untermischen. Die Bratkartoffeln mit der kalten Sülze anrichten. Nach Belieben Senf dazureichen.

Wochenthema: Die Lieblingsgerichte der deutschen Fußball-Nationalspieler

Vincent Klink Mittwoch, 14.06.2000

Lammrücken mit Kräutersauce und grünen Bohnen (Lieblingsgericht von Marco Bode, SV Werder Bremen)

1	kleiner Lammrücken (ca. 600 g)
300 g	breite grüne Bohnen
1	Schalotte, fein gewürfelt
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
¼ l	Lammfond
¼ l	Rotwein
1-2 EL	frisch geriebenes Weißbrot
1 TL	Rosmarin, fein geschnitten
1 TL	Thymian, fein geschnitten
1 EL	Bohnenkraut, fein geschnitten
1 EL	Butter
1 Msp	Muskat
	Pfeffer, Salz
	Olivenöl zum Anbraten

Den Lammrücken enthäuten und mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer großen Pfanne (mit feuerfestem Griff) den Lammrücken von allen Seiten mit Olivenöl anbraten und im Backofen bei 200 Grad weitergaren. Dann das Fleisch herausnehmen und warm stellen. Zum Bratensatz Schalotten und Knoblauch geben und anschwitzen. Mit Rotwein und Lammfond ablöschen. Die Hälfte des Rosmarins und Thymians untermischen und die Flüssigkeit um die Hälfte einkochen lassen, dann abschmecken.

Die Bohnen putzen, blanchieren und abtropfen lassen. In einer Pfanne mit Butter die Bohnen anschwitzen, Bohnenkraut darunter mischen und mit Salz, Pfeffer und einem Hauch Muskat würzen.

In einer Pfanne mit etwas Olivenöl die Brotbrösel bräunen, salzen und mit restlichem Rosmarin und Thymian vermischen. Diese Masse auf den Lammrücken streichen und nach Belieben unter dem Grill gratinieren.

Den Lammrücken tranchieren, anrichten und mit der Sauce umgießen. Dazu die Bohnen servieren.

Wochenthema: Die Lieblingsgerichte der deutschen Fußball-Nationalspieler

Vincent Klink Donnerstag, 15.06.2000

Seezunge mit Tomatenmus (Lieblingsgericht von Michael Preetz, Hertha BSC Berlin)

2	Seezungen
2	Schalotten, fein gewürfelt
1	kleine Knoblauchzehe, fein geschnitten
2	Eigelbe
2	Tomaten
½ Bund	Petersilie, fein geschnitten
1 Bund	Basilikum, fein geschnitten
1 EL	frisch geriebenes Weißbrot
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Anbraten

Die Tomaten enthäuten, entkernen und in Würfel schneiden. Die Schalotten in etwas Butter glasig dünsten, Knoblauch und Tomatenwürfel zugeben und kurz anschwitzen. Alles in eine Schüssel füllen und mit Petersilie, Basilikum, den Eigelben und der Hälfte der Semmelbrösel mischen.

Von den Seezungen die Haut abziehen und die Strahlenflossen mit einer Schere stutzen. Die Seezungen auf einer Seite an der Mittelgräte entlang filetieren, so dass sich die Filets nach außen aufklappen lassen, aber mit den Strahlenflossen noch verbunden sind. Die Seezungen mit Salz und Pfeffer würzen und in die eingeschnittenen Taschen das Tomatenmus füllen. Die Seezunge mit der gefüllten Seite nach oben in einer Pfanne (mit feuerfestem Griff) mit etwas Butter ca. 2 Minuten anbraten. Dann ca. 10 Minuten bei 180 Grad im Ofen weiter garen. Kurz vor Ende der Garzeit noch mit den restlichen Brotbröseln bestreuen.

Die Seezungen anrichten und mit Baguettebrot servieren.

Wochenthema: Die Lieblingsgerichte der deutschen Fußball-Nationalspieler

Otto Koch Freitag, 16.06.2000

Königsberger Klopse (Lieblingsgericht von Marko Rehmer, Hertha BSC Berlin)

400 g	gemischtes Hackfleisch
2	altbackene Brötchen
1	Zwiebel, fein gewürfelt
½	Zwiebel
3	Sardellenfilets, fein gehackt
ca. 1/8 l	Milch
ca. 200 g	Sahne
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
10	Pfefferkörner, zerdrückt
2	Nelken
1	Lorbeerblatt
1 EL	Mehl
2 EL	Kapern
1 EL	Butter
	Saft einer halben Zitrone
	Salz, Pfeffer

Brötchen in kleine Würfel schneiden und in lauwarmer Milch einweichen. Für die Klöße die eingeweichten Semmeln mit Hackfleisch, der gewürfelten Zwiebel, Sardellen und ca. 75 g Sahne mischen. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu kleinen Knödeln formen. Die halbe Zwiebel mit den Nelken und Lorbeerblatt spicken. 4 Liter Wasser aufkochen lassen und gespickte Zwiebel, Pfefferkörner und etwas Salz dazugeben. Die Knödel ins kochende Wasser legen, die Hitze zurückdrehen und die Knödel ca. 20 Minuten ziehen lassen. Für die Sauce die Butter in einem Topf zerlaufen lassen und das Mehl zugeben. Mit einem Schneebesen unter ständigem Rühren soviel von dem Kochfond der Knödel (ca. ½ l) zugeben, bis eine gut gebundene Sauce entsteht. Restliche Sahne, Zitronensaft und Kapern zugeben und ein paar Minuten köcheln lassen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Knödel anrichten, mit der Sauce übergießen und mit Petersilie garnieren. Dazu passen gut Salzkartoffeln oder Reis.

Wochenthema: Die Lieblingsgerichte der deutschen Fußball-Nationalspieler

Rainer Strobel

Montag, 19.06.2000

Ungarisches Gulasch (Lieblingsgericht von Michael Ballack, Bayer 04 Leverkusen)

400 g	Gulaschfleisch (Rind)
30 g	Butterschmalz
2	Zwiebeln
3	Knoblauchzehen
2	Paprikaschoten (rot, grün)
½ l	Fleischbrühe
2 EL	Tomatenmark
1	Chilischote
1	Lorbeerblatt
ca. 1 TL	Kümmel
	Schale einer Zitrone (unbehandelt)
	Paprikapulver, Salz, Pfeffer

Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. In einem großen Schmortopf das Schmalz zerlassen. Zwiebeln und Knoblauch glasig dünsten. Das Fleisch würfeln, zugeben und anbraten. Dann Tomatenmark untermischen.

Den Topf vom Herd nehmen. Das Lorbeerblatt, Paprikapulver, etwas Zitronenschale, Kümmel, Salz und Pfeffer zugeben und mit Fleischbrühe auffüllen. Rund 40 Minuten kochen lassen. Paprika in etwa 2 cm große Würfel, die Chilischote in Streifen schneiden und zum Fleisch geben. 10 Minuten köcheln lassen. Das Gulasch nochmals mit Pfeffer, Salz und Paprikapulver abschmecken. Zum Gulasch passen sehr gut in Butter geschwenkte Bandnudeln.

Wochenthema: Die Lieblingsgerichte der deutschen Fußball-Nationalspieler

Ute Herzog Dienstag, 20.06.2000

Sauerbraten rheinische Art mit Kartoffelknödeln (Lieblingsgericht von Christian Wörns, Borussia Dortmund)

1,5 kg	Schulterbraten vom Rind
1 Bund	Suppengrün
3	Zwiebeln
1 l	Wasser
¼ l	Rotweinessig
¼ l	Rotwein
1	Lorbeerblatt
2	Nelken
4	Wacholderbeeren
2	Lebkuchen oder Printen
4 EL	Rosinen
1 kg	mehlige Kartoffeln
200 g	Speck
100 g	Mehl
100 g	Grieß
4	Eier
	Muskat
	Pfeffer, Salz
	Mehl zum Formen
	Speiseöl zum Anbraten

Das Suppengrün waschen, putzen und klein schneiden. Zwiebeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Wasser mit Essig, Rotwein, Suppengrün, Zwiebelscheiben, einem Lorbeerblatt, 2 Nelken, 4 zerstoßenen Wacholderbeeren aufkochen und etwas abkühlen lassen. Das Fleisch mit der lauwarmen Marinade begießen und 4 Tage zugedeckt im Kühlen ziehen lassen.

Den Backofen auf 160 Grad vorheizen. Das Fleisch aus der Marinade nehmen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer ordentlich einreiben. 2 EL Öl in einer Kasserolle erhitzen, das Fleisch darin scharf von allen Seiten anbraten. Gemüse und Gewürze aus der Marinade zugeben und 1/3 der Marinade zugießen. Dann den Braten 3 Stunden im Backofen schmoren lassen. Dabei immer wieder mit Flüssigkeit aus der Kasserolle beträufeln. Die Rosinen in etwas Marinade einweichen.

Nach Ende der Garzeit das Fleisch herausnehmen, in Alufolie wickeln und 15 Minuten ruhen lassen. Den Bratenfond durch ein Sieb passieren und die Lebkuchen einreiben. Die Sauce etwas reduzieren lassen. Rosinen darin erwärmen. Die Sauce kräftig abschmecken, das Fleisch in Scheiben schneiden und mit Sauce und Knödeln anrichten.

Für die Knödel den Speck in einen Topf geben und auslassen, Grießen entfernen. Die Kartoffeln kochen, pellen und dann gleich durch die "Flotte Lotte" treiben. Kartoffeln mit ausgelassenem Speck, Mehl, Grieß und Eiern zu einem geschmeidigen Teig kneten, diesen mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und etwas abkühlen lassen. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Mit bemehlten Händen aus dem Teig Knödel formen und diese ca. 15 Minuten im Salzwasser gar ziehen.

Wochenthema: Die Lieblingsgerichte der deutschen Fußball-Nationalspieler

Vincent Klink Mittwoch, 21.06.2000

Spaghetti mit Sardellensauce (Lieblingsgericht von Ulf Kirsten, Bayer 04 Leverkusen)

500 g	Spaghetti
4	Sardellen
2 EL	Pinienkerne
1	Schalotte, fein gewürfelt
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 Bund	Basilikum, grob geschnitten
	frisch geriebenen Parmesan nach Belieben
	Pfeffer, Salz
	Olivenöl zum Anbraten

Die Sardellen in kleine Stückchen schneiden. Die Spaghetti in reichlich Salzwasser nach Packungsangabe bissfest kochen. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett braun rösten. Dann etwas Olivenöl, Schalotten und Knoblauch dazugeben und anschwitzen. Kurz danach die gehackten Sardellen untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und den grob geschnittenen Basilikum untermischen. Evtl. noch etwas Olivenöl dazugießen. Alles unter die Spaghetti mischen und nach Belieben mit Parmesan bestreuen.

Wochenthema: Die Lieblingsgerichte der deutschen Fußball-Nationalspieler

Vincent Klink Donnerstag, 22.06.2000

Zürcher Geschnetzeltes (Lieblingsgericht von Lothar Matthäus, New York Metro Stars)

400 g	Kalbsrücken oder Kalbsschnitzel
2	Zwiebeln, fein gewürfelt
50 g	Champignons
¼ l	Kalbsfond
¼ l	Rotwein
125 g	geschlagene Sahne
300 g	mehlige Kartoffeln
	Pfeffer, Salz
	Olivenöl und Butter zum Anbraten

Das Fleisch in feine Streifen, die Champignons in Blättchen schneiden. Fleisch in einer heißen Pfanne mit Olivenöl ca. 2 Minuten anbraten und mit Pfeffer und Salz würzen. Dann auf einen Teller geben und warm stellen.

In derselben Pfanne die Zwiebeln und Champignons in etwas Butter goldbraun anbraten und mit 2 EL Rotwein ablöschen. So lange reduzieren lassen, bis die Flüssigkeit verkocht ist. Dann mit dem restlichen Wein und Fond auffüllen und reduzieren lassen, bis die Sauce sämig ist. Den aus dem Fleisch ausgetretenen Saft zur Sauce gießen und aufkochen lassen. Das Fleisch wieder dazugeben, kurz erwärmen, die Sahne unterziehen und abschmecken. Das Geschnetzelte mit Rösti servieren.

Für das Rösti die Kartoffeln roh schälen und grob raspeln. Die Kartoffelspäne in ein Küchentuch geben und fest ausdrücken. In eine beschichtete Pfanne etwas Butter geben und die Kartoffeln gleichmäßig darin verteilen. Bei geringer Hitze das Rösti langsam von beiden Seiten goldbraun braten. Zum Schluss mit Pfeffer und Salz würzen.

Wochenthema: Die Lieblingsgerichte der deutschen Fußball-Nationalspieler

Otto Koch Freitag, 23.06.2000

Cannelloni (Lieblingsgericht von Sebastian Deisler, Hertha BSC Berlin)

300 g	Lammhackfleisch
3 Scheiben	Räucherspeck, fein gewürfelt
1	Zwiebel, fein gewürfelt
2 Zehen	Knoblauch, gepresst
1 EL	Tomatenmark
¼ l	trockener Rotwein
1 Zweig	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
1 Bund	Basilikum, fein geschnitten
4 - 6	Lasagneblätter
¼ l	Milch
ca. 25 g	Mehl
2 EL	Butter
1 EL	Parmesan, gerieben
	Olivenöl zum Anbraten
	Pfeffer, Salz

Zwiebeln und Speck in Olivenöl anschwitzen, das Hackfleisch zugeben und unter ständigem Rühren anbraten. Tomatenmark und Knoblauch zugeben, mit etwas Mehl bestäuben und mit Rotwein ablöschen. Rosmarin und Thymian zugeben und einige Minuten köcheln lassen. Dann Thymian und Rosmarin wieder herausnehmen, Basilikum zugeben und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Lasagneblätter in Salzwasser bissfest kochen. Die Nudelplatten ausbreiten, trocken tupfen, mit der Lammfarce füllen und aufrollen.

Für die Bechamelsauce 1 EL Butter schmelzen lassen, 25 g Mehl dazugeben und mit einem Schneebesen unter ständigem Rühren die Milch zugießen. Die Sauce kurz köcheln lassen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Eine Auflaufform mit der restlichen Butter einfetten, die gefüllten Nudelblätter hineingeben, mit der Sauce übergießen und mit Parmesan bestreuen. In den Backofen geben und bei 210 Grad goldbraun überbacken.

Dazu passt gut ein grüner Salat.

Wochenthema: Vergessene Genüsse: Kochen mit alten Gemüsesorten
Rainer Strobel **Montag, 26.06.2000**

Forellenfilet in Mangoldhülle

4	frische Forellenfilets
200 ml	Sahne
ca. ¼ l	Gemüsebrühe oder Fischfond
1 EL	Dill, fein gehackt
½	Zitrone
1 Strunk	Mangold
1	Schalotte, fein geschnitten
100 ml	Weißwein
200 ml	Fischfond
	Salz, Pfeffer, Muskat

Die Mangoldblätter waschen. In kräftig gesalzenem kochendem Wasser 10 Sekunden blanchieren und danach in Eiswasser abschrecken. Auf einem Küchentuch trocken tupfen. Von den Forellenfilets die Haut abziehen und entgräten. Zwei Forellenfilets mit 100 ml Sahne in einen Mixer geben und eine Farce herstellen. Diese mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft würzen. Dazu frische Dillspitzen geben. Die restlichen Filets mit Salz und Pfeffer würzen, mit etwas Farce bestreichen und aufrollen. Aus den Mangoldblättern die dicken Rippen ausschneiden und die Blätter dünn mit der Fischfarce bestreichen. Die Forellenröllchen in die Mangoldblätter einwickeln. In einen Topf (mit passendem Siebeinsatz) ca. 2 cm hoch Gemüsebrühe oder Fischfond füllen. Die Röllchen in dem Siebeinsatz darauf setzen und bei geschlossenem Deckel ca. 5 - 6 Minuten garen. In der Zwischenzeit Schalotten mit Fischfond, Weißwein und restlicher Sahne in einen Topf geben und um 2/3 einkochen lassen. Die Sauce mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Röllchen mit der Sauce anrichten. Dazu passen gut Reis oder in etwas Butter geschwenkte Salzkartoffeln.

Wochenthema: Vergessene Genüsse: Kochen mit alten Gemüsesorten
Ute Herzog **Dienstag, 27.06.2000**

Dialog von Rote Bete

2	Rote Bete mit Blättern
2	Kartoffeln
2	Schalotten, fein gewürfelt
1	Knoblauchzehe, fein gewürfelt
10	Spinatblätter
325 ml	Gemüsebrühe
125 ml	Sahne
1 EL	Balsamico-Essig
½ TL	Kümmel
3 EL	Mehl
4 EL	Butter
2 EL	Speiseöl
	Muskat, Zucker, Salz, Pfeffer

Die Blätter und Stiele der Rote-Bete-Knollen waschen, fein hacken und mit einer gewürfelten Schalotte und Knoblauch in einem Topf mit 1 EL Öl glasig dünsten. 200 ml Gemüsebrühe zugießen, ca. 20 Minuten köcheln lassen, anschließend pürieren und durch ein Sieb passieren. 3 EL Butter und 3 EL Mehl in einen Topf geben und eine Mehlschwitze zubereiten, mit der passierten Brühe auffüllen und kurz köcheln lassen. Die Spinatblätter waschen, kurz in Salzwasser blanchieren. Herausnehmen, abtropfen lassen, pürieren und als Farbverstärker unter die Suppe rühren. Diese mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Rote Bete und Kartoffeln waschen, schälen und raspeln. Die restlichen Schalottenwürfel in einem Topf mit 1 EL Butter und 1 EL Öl glasig dünsten, die Gemüseraspel zugeben und durchschwitzen. Kümmel und Essig einrühren, mit der restlichen Brühe auffüllen und ca. 15 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen. Dann pürieren und durch ein Sieb streichen. Zur passierten Brühe die Sahne geben, kurz aufkochen lassen und mit dem Pürierstab nochmals aufschäumen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Beide Suppen rot und grün gleichzeitig in Suppenteller füllen und servieren.

Wochenthema: Vergessene Genüsse: Kochen mit alten Gemüsesorten
Vincent Klink Mittwoch, 28.06.2000

Berglinsen-Portulaksalat mit gebratenem Beefsteak-Tatar

250 g	Berglinsen
2 Bund	Portulak
300 g	Rinderfilet
1	Sardelle, fein gehackt
1 TL	Kapern, fein gehackt
2	Eigelb
1 EL	Butter
2 EL	Balsamicoessig
ca. 1/8 l	Weißwein
2 TL	grober Senf
1 TL	scharfer Senf
2	Schalotten, fein geschnitten
2 EL	Karotten, fein geschnitten
2 EL	Lauch, fein geschnitten
1 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
1 TL	Zucker
	Pfeffer und Salz
	Olivenöl zum Anbraten

Die Linsen ca. 30 Minuten in Salzwasser bissfest kochen.

Eine fein geschnittene Schalotte mit Karotte und Lauch in Olivenöl anschwitzen, abkühlen lassen und in ein Schraubglas geben. Dazu Balsamico, 7 EL Olivenöl, 2 EL Weißwein, groben Senf, Schnittlauch, Zucker und 1 TL Pfeffer und Salz geben und gut schütteln.

Den Portulak entstielen, waschen und abtropfen lassen.

Linsen mit Portulak mischen und mit dem Dressing anmachen.

Für das Beefsteak das Rinderfilet durch den Fleischwolf drehen oder mit einem scharfen Messer ganz fein hacken. Das Hackfleisch in eine Schüssel geben und Sardelle, eine feingeschnittene Schalotte, scharfen Senf, Kapern und Eigelb rasch untermischen. Die Masse portionieren und in einer Pfanne mit Olivenöl kurz von beiden Seiten anbraten.

Die Beefsteaks anrichten, den entstandenen Bratensaft mit dem restlichen Weißwein ablöschen und mit Butter binden. Den Fond über die Beefsteaks geben. Mit dem Salat servieren.

Wochenthema: Vergessene Genüsse: Kochen mit alten Gemüsesorten
Vincent Klink Donnerstag, 29.06.2000

Schweinemedallions mit Brunnenkressekruste und gratiniertem Lattich

1	Schweinefilet
2 Bund	Lattichblätter (Blätter von 2 geschossenen Kopfsalaten)
2 Bund	Brunnenkresse, fein geschnitten
1 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
2 EL	Weißbrotwürfel
2 EL	frisch geriebenes Weißbrot
2	Eigelbe
3 EL	Weißwein
1 EL	Butter, in kleinen Flocken
2 - 3 Scheiben	Bergkäse
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Butter zum Anbraten

Das Fleisch in Medallions schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und von beiden Seiten je 3 Minuten in einer Pfanne mit Butter anbraten. Anschließend warm stellen.

Die Brotwürfel ebenfalls in Butter goldbraun anbraten.

Die Eigelbe mit dem Wein im Wasserbad schaumig schlagen, die Butterflöckchen langsam dazugeben. Zuletzt Brunnenkresse und Schnittlauch untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die gerösteten Brotwürfel mit der Kräuterschaummasse vermischen und auf den Medallions verstreichen. Alles in eine feuerfeste Form füllen und unter dem Grill gratinieren, bis die Kruste hellbraun ist.

Die geschossenen Salatblätter kurz blanchieren und gut abtropfen lassen.

Schalotte und Knoblauch in einer Pfanne mit etwas Butter anschwitzen, aus der Pfanne nehmen und mit den Lattichblättern mischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und die Lattichblätter zu kleinen Bällchen formen. Die Bällchen einzeln in ein Küchentuch wickeln und die Restfeuchte gut ausdrücken.

Die Bällchen in eine gebutterte feuerfeste Form füllen. Mit dem geriebenen Weißbrot bestreuen, mit dem Käse belegen und unter dem Grill gratinieren.

Schweinemedallions mit den gratinierten Lattichbällchen anrichten.

Wochenthema: Vergessene Genüsse: Kochen mit alten Gemüsesorten
Otto Koch Freitag, 30.06.2000

Glacierte weiße Rübchen mit Entenbrust und grüner Pfeffersauce

2	Entenbrüste à 150 - 180 g
4	weiße Rübchen (Navet-Rübchen)
½	Zwiebel, fein gewürfelt
1/8 l	Geflügelbrühe
¼ l	brauner Fond
¼ l	trockener Rotwein
1 EL	grüner Pfeffer
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Anbraten

Die Rübchen putzen, gleichmäßig schälen, achteln und in Salzwasser bissfest kochen.
Die Entenbrüstchen von noch vorhandenen Sehnen befreien, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit etwas Butter von beiden Seiten sachte anbraten (zuerst auf der Hautseite).
Dann im 80 Grad heißen Ofen warm stellen.
Für die Sauce die Zwiebeln mit 1 EL Butter anschwitzen und den grünen Pfeffer zugeben. Mit Rotwein und braunem Fond auffüllen, einige Minuten einkochen lassen und abschmecken.
Die bissfest gekochten Rübchen abtropfen lassen und in einer Pfanne mit Butter anschwitzen.
Geflügelbrühe zugeben und so lange köcheln lassen, bis die Brühe fast verkocht ist und sich mit der Butter eine schöne Glasur auf den Rübchen bildet.
Die Rübchen mit der Ente anrichten und mit der Pfeffersauce übergießen.

ARD Buffet Rezepte Juli 2000

Wochenthema: Kochen für die Gartenparty

Rainer Strobel

Montag, 03.07.2000

Mediterrane Gemüsepfanne mit gefüllten Kartoffeln

2	rote Zwiebeln
4	Knoblauchzehen
1	Zucchini
1	Aubergine
je 1	Paprika in rot, grün und gelb
1	Chilischote
3	große Tomaten
2	große Kartoffeln
1 EL	Tomatenmark
je 1 Zweig	Thymian, Rosmarin und Basilikum
100 g	Frischkäse
50 g	Bergkäse, gerieben
80 ml	Olivenöl
	Salz, Pfeffer, Zucker

Aubergine und Zucchini in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Paprikaschoten halbieren, entkernen und in 2 cm große Quadrate schneiden, Chilischote fein schneiden, Tomaten achteln. Zwiebeln in Scheiben schneiden und Knoblauch fein hacken. Die Kräuter fein schneiden. Olivenöl in eine große Pfanne geben und darin Zwiebeln und Knoblauch glasig dünsten. Dann Paprika und Chili zugeben, kurz anbraten und anschließend Zucchini und Auberginen mit in die Pfanne geben. Etwas Tomatenmark untermischen und die frischen Tomaten dazugeben. Alles mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Thymian und Rosmarin untermischen und bei geschlossenem Deckel 5 - 6 Minuten dünsten. Die Pfanne vom Herd ziehen, abschmecken und Basilikum untermischen.

Kartoffeln mit der Schale kochen, dann halbieren und mit einem Löffel aushöhlen. Die Kartoffelmasse durch eine Presse drücken und mit Frischkäse mischen. Die Masse wieder in die Kartoffeln füllen und mit geriebenem Käse bestreuen. Die Kartoffeln ca. 15 Minuten bei 160 Grad in den Ofen geben oder unter der Grillschlange den Käse zerlaufen lassen.

Nach Belieben mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen.

Die Gemüsepfanne warm oder kalt zu den Kartoffeln servieren.

Wochenthema: Kochen für die Gartenparty

Ute Herzog

Dienstag, 04.07.2000

Panzanella mit überbackenen Paprikahälften

125 g	altes Brot
50 ml	Gemüsebrühe
1	Schalotte, fein geschnitten
1	rote Paprika
2 EL	Paprika, fein gewürfelt
2 EL	Stangensellerie, fein gewürfelt
3 EL	Tomatenwürfel
2 EL	Kapern, fein gewürfelt
2 EL	Oliven, fein gewürfelt
2	Sardellenfilets
50 g	Rucola
4	Salatblätter
2,5 EL	frische Kräuter, fein geschnitten (Thymian, Rosmarin, Basilikum, Oregano)
1 EL	Ketchup
125 g	Mozarella
4 EL	Olivenöl
1 EL	Balsamico - Essig
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl zum Einstreichen

Rucola und Salatblätter in Streifen schneiden. Das Brot entrinden, grob würfeln und in der Brühe einweichen. Schalotten-, Paprika-, Stangensellerie-, 2 EL Tomaten-, Kapern- und Olivenwürfel, 2 EL Kräuter und Rucolastreifen dazugeben und gut vermischen. Olivenöl mit Balsamico etwas Pfeffer und Salz mischen und über den Salat geben. Kurz vor dem Servieren die Salatstreifen unterheben.

Rote Paprika halbieren und entkernen, dann die Hälften innen und außen mit Olivenöl bepinseln.

In jede Paprikahälfte ein Sardellenfilet, Ketchup, die restlichen Tomatenwürfel und Kräuter geben. Mit Mozarellascheiben belegen und die Paprikahälften in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen geben, bis der Mozzarella schön gebräunt ist.

Panzanella mit überbackenen Paprikahälften servieren.

Wochenthema: Kochen für die Gartenparty

Vincent Klink

Mittwoch, 05.07.2000

Lammkebab mit Reiskugeln

300 g	Lammfleisch
3	Zwiebeln
2	Knoblauchzehen
1 Bund	Petersilie
¼ Stange	Lauch
1	Karotte
1	Ei
100 g	Klebereis (aus dem Asia-Laden)
	Salz, Pfeffer, Curry
	Olivenöl zum Anbraten
	Schaschlikspieße

Den Reis nach Packungsangabe weichkochen. 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, Lauch und Karotte putzen und durch den Fleischwolf drehen. Dann auf ein Sieb geben und gut abtropfen lassen. In einer Pfanne mit Olivenöl das Gemüse kurz dünsten, damit die Restfeuchte einkochen kann. Gemüse mit Reis und einem Ei mischen. Die Masse mit Salz, Pfeffer und einer Prise Curry würzen, zu kleinen Kugeln formen, in eine mit Olivenöl ausgefettete Auflaufform setzen und mit Alufolie abdecken. Bei 180 Grad ca. 10 Minuten die Reiskugeln im Ofen ausbacken. Lammfleisch, restliche Zwiebeln, Knoblauch und Petersilie ebenfalls durch den Fleischwolf drehen und mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Die Hackmasse zu 6 cm langen Würstchen mit 2 cm Durchmesser formen. Jedes Würstchen der Länge nach auf einen Holzspieß stecken und auf dem Grill oder in einer Pfanne mit Olivenöl rundum kross braten. Lammspieße mit Reiskugeln servieren.

Wochenthema: Kochen für die Gartenparty

Fred Nowack

Freitag, 07.07.2000

Crostini und Pizzetta mit sommerlichem Belag

4 Scheiben	Baguettebrot
ca. 200 g	Blätterteig
1	Eigelb
150 g	Lachsfilet
100 g	Hähnchenbrust
100 g	Hüttenkäse
1-2	Tomaten
1	Knoblauchzehe
1 Bund	Brunnenkresse
je 1 Zweig	Basilikum und Petersilie
je 1 EL	Schnittlauch und Koriander, fein geschnitten
1 EL	Pinienkerne
3 TL	Limonensaft
2 EL	Crème Fraîche
1	kleiner Apfel
¼	Sellerieknolle
1 TL	Walnussöl
	Olivenöl
	Pfeffer, Salz

Aus dem Blätterteig vier Scheiben (Durchmesser ca. 12 cm) ausstechen. Diese auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen, mit einer Gabel mehrmals einstechen, mit Eigelb bestreichen und ca. 8 Min. bei 180 Grad backen. Die Baguettescheiben mit etwas Olivenöl beträufeln und auf dem Grill oder in der Pfanne rösten.

Brunnenkresse putzen und mit Pinienkernen, Petersilie und ca. 1 EL Olivenöl in einem Cutter fein mixen. Dann mit Hüttenkäse und 1 TL Limonensaft vermischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Diese Crème als erste Belagvariante auf 2 geröstete Baguettescheiben geben. Die Tomaten enthäuten, entkernen und in kleine Würfelchen schneiden, Basilikumblätter abzupfen. Mit 1 TL Olivenöl, Basilikum, Pfeffer und Salz vermischen. 2 geröstete Baguettescheiben mit der Knoblauchzehe abreiben und die Tomatenmasse als zweite Belegvariante darauf geben.

Das Lachsfilet mit Pfeffer und Salz würzen und in etwas Olivenöl anbraten. Dann in Scheiben schneiden. 1 EL Crème Fraîche mit etwas Schnittlauch und Koriander mischen und auf zwei gebackene Blätterteigscheiben streichen. Die Lachsfiletscheiben darauf verteilen, mit 1 TL Limonensaft beträufeln und mit restlichem Schnittlauch und Koriander bestreuen.

Die Hähnchenbrust mit Pfeffer und Salz würzen und in etwas Olivenöl anbraten. Dann in Scheiben schneiden. Sellerie und Apfel fein hobeln und mit 1 EL Crème Fraîche, 1 TL Limonensaft und Walnussöl vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf die restlichen Blätterteigscheiben den Selleriesalat geben und darauf die Hähnchenscheiben verteilen.

Wochenthema: Leichte Soufflés für heiße Tage
Vincent Klink Mittwoch, 12.07.2000

Quarksoufflé mit Apfel-Himbeer-Kompott

70 g	Magerquark
1	Ei
1 TL	abgeriebene Zitronenschale (unbehandelt)
1	Vanilleschote
2 EL	Zucker
2	Klaräpfel (Frühäpfel)
200 g	Himbeeren
1 Msp	Agar-Agar-Pulver (aus dem Bioladen)
4	Zitronenscheiben mit Schale (unbehandelt)
1	Zimtstange
1/8 l	Weißwein
	Butter und Zucker zum Ausfetten der Souffléformen

Zwei Souffléförmchen ausbuttern und mit Zucker bestäuben.

Das Ei trennen. Eigelb mit Quark, Zitronenschale und dem Mark einer halben Vanilleschote gut verrühren. Das Eiweiß mit einem Eßlöffel Zucker steif schlagen und locker unter die Quarkmasse heben.

Die Masse in die Förmchen füllen und Acht geben, dass die Ränder der Souffléförmchen nicht verschmiert werden, das Soufflé kann sonst nicht mehr aufgehen. Die gefüllten Förmchen in den 180 Grad heißen Ofen geben. Das Soufflé ist fertig, wenn es ca. 1 cm hoch aufgegangen ist.

Dann aus dem Ofen nehmen, stürzen oder im Förmchen servieren.

Für das Kompott die Äpfel schälen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und in Schnitze schneiden. Die Apfelschnitze mit Weißwein, Zitronenscheiben, Agar-Agar, der Zimtstange, einer halben Vanilleschote und 1 Eßlöffel Zucker in einen Topf geben und ca. 5 Minuten weichkochen. Anschließend vom Herd ziehen und Zimt-, Vanillestange und Zitronenscheiben entfernen. Dann die Himbeeren unterheben und das Kompott lauwarm zum Soufflé reichen.

Wochenthema: Leichte Soufflés für heiße Tage
Vincent Klink Donnerstag, 13.07.2000

Omelett-Soufflé mit Champignons

125 g	Mehl
4	Eier
1/8 l	Milch
1 TL	flüssige Butter
200 g	Champignons
1	Schalotte, feingehackt
1	Knoblauchzehe, feingehackt
1/4 l	Sahne
1 Msp	Muskat
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
1 TL	Bio-Gemüsebrühpulver
1 TL	Mehlbutter (etwas Mehl mit flüssiger Butter vermengt)
	Pfeffer, Salz
	Butter zum Anbraten

2 Eier trennen und das Eiweiß steif schlagen. Die Eigelbe mit den restlichen Eiern, Mehl, Milch, einer Prise Salz und 1 TL flüssiger Butter verquirlen. Den Eischnee darunter heben und die Masse in eine gebutterte feuerfeste Pfanne geben. Im 160 Grad heißen Backofen ca. 15 Minuten das Soufflé ausbacken.

In der Zwischenzeit die Champignons in Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit Butter die Schalotten anschwitzen, Knoblauch und Champignonscheiben dazugeben.

Alles andünsten, mit Pfeffer, Salz und Muskat würzen. Sahne und Gemüsebrühpulver dazugeben und kurz durchkochen.

Die Crèmechampignons mit Mehlbutter binden.

Die Champignons auf das Soufflé geben und dieses halbmondförmig zusammenklappen. Mit Petersilie bestreuen und servieren.

Wochenthema: Leichte Soufflés für heiße Tage
Frank Bundschu Freitag, 14.07.2000

Gestürztes Pfirsichsoufflé auf Himbeersauce

1	Pfirsich
250 g	Himbeeren
150 ml	Pfirsichsaft
20 g	Marzipan
25 g	Mehl
25 g	Butter
2	Eier
35 g	Zucker
20 g	Puderzucker
40 ml	Pfirsichlikör
50 ml	Himbeergeist

Butter und Zucker zum Ausfetten der Souffléformen

Die Eier trennen. Pfirsichsaft und Marzipan in einen Topf geben und zum Kochen bringen. Butter mit Mehl verkneten und in den kochenden Saft geben. Mit einem Schneebesen rühren, bis die Masse gebunden ist und sich vom Topfboden löst. Dann die Eigelbe und den Pfirsichlikör einrühren. Zum Auskühlen die Masse in eine Schüssel umfüllen. Eiweiß mit Zucker steif schlagen und vorsichtig unter die Pfirsichsaftmasse heben.

Kleine Souffléförmchen oder Tassen ausbuttern und zuckern. Die Soufflémasse 2/3 hoch in die Förmchen füllen. Diese in ein heißes Wasserbad stellen und im auf 200 Grad vorgeheizten Ofen je nach Größe 20 - 30 Minuten aufgehen lassen.

Die Himbeeren mit Himbeergeist und Puderzucker pürieren und durch ein feines Sieb streichen. Den Pfirsich halbieren, Kern entfernen und in Spalten schneiden.

Soufflés aus der Form stürzen, mit Himbeersauce umgießen und mit Pfirsichspalten garnieren.

Nach Belieben mit Puderzucker bestreuen.

Wochenthema: Süße Gaumenfreuden
Vincent Klink Mittwoch, 19.07.2000

Rote Grütze mit Vanillesauce

500 g	rote Beeren (Himbeeren, Johannisbeeren, Erdbeeren)
¼ l	Orangensaft
150 g	Zucker
2	Vanilleschoten
4 cl	Grand Marnier
4 Blatt	Gelatine
½ l	Milch
4	Eigelbe
10 g	Speisestärke

Die Vanilleschoten halbieren und das Mark herauskratzen. Die Beeren putzen, die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Das Mark einer Vanilleschote mit Orangensaft, Grand Marnier, 50 g Zucker in einen Topf geben. Die Beeren dazugeben und erwärmen. Kurz vor dem Aufkochen den Topf vom Herd ziehen und die eingeweichte Gelatine darin auflösen.

Die rote Grütze in Dessertschalen oder Tassen füllen und über Nacht im Kühlschrank fest werden lassen.

Für die Vanillesauce Stärke mit 2 Esslöffel Milch glatt rühren. Das restliche Vanillemark mit Milch und 100 g Zucker aufkochen, die Stärke dazugeben und einmal aufkochen lassen. Dann den Topf vom Herd ziehen und die Eigelbe mit einem Zauberstab untermixen. Die Sauce lauwarm oder kalt zur Roten Grütze servieren. Vor dem Anrichten nochmals kurz aufmixen.

Wochenthema: Süße Gaumenfreuden
Vincent Klink Donnerstag, 20.07.2000

Tarte Tatin

200 g	Blätterteig
4	Klaräpfel (Frühäpfel)
3-4 EL	Zucker
1 EL	Butter
200 g	Crème double (oder Crème Fraîche)
1	Vanilleschote
1 TL	Zitronensaft
½ TL	abgeriebene Zitronenschale (unbehandelt)

Die Äpfel schälen, vierteln, das Kerngehäuse ausschneiden und dann in möglichst dünne Scheiben schneiden.

Eine kleine Kuchenspringform buttern und dick mit Zucker bestreuen. Die Apfelspalten schuppenförmig auf den gezuckerten Boden legen. Dann den Blätterteig auf die Äpfel legen. Im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen (wenn möglich nur Unterhitze) das Ganze 20 Minuten backen. Da der Blätterteig oben liegt, kann er schön aufgehen.

Die Vanilleschote aufschneiden und das Mark herauskratzen. Vanillemark, Crème double, ca. 1 TL Zucker, Zitronensaft und Zitronenschale in eine Schüssel geben und cremig aufschlagen. Zum Anrichten das Tarte Tatin auf eine Kuchenplatte stürzen, so dass die karamelisierten Äpfel oben liegen, anschneiden und mit der Creme servieren.

Wochenthema: Sommerzeit = Erntezeit: Kochen mit selbstgezo- genem Obst und Gemüse

Iris Precht-Hallé

Montag, 24.07.2000

Grünkernbratlinge mit Gorgonzolasauce und grünen Bohnen

425 ml	Gemüsebrühe
100 g	Grünkern, geschrotet
250 g	grüne Bohnen
25 g	Gryère, gerieben
1	Ei
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
1	Schalotte
50 g	Gorgonzola
50 ml	Weißwein
1 EL	Crème Fraîche
25 g	Butter
½ TL	Curry
½ TL	Thymian
½ TL	Mehl
	Kräutersalz, Pfeffer, Salz
	Pflanzenöl zum Anbraten

300 ml Gemüsebrühe zum Kochen bringen, den geschroteten Grünkern in die kochende Brühe geben und 10 Minuten quellen lassen. Zwiebel und Knoblauchzehe fein hacken. Mit Thymian, Curry und Kräutersalz mischen und unter den ausgequollenen Grünkern rühren. Den Topf vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Dann den geriebenen Käse und das Ei in die Grünkernmasse einarbeiten und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Den Teig zu Bratlingen rollen (oder mit einem Eisportionierer formen), flach drücken und in heißem Öl von beiden Seiten goldbraun braten.

Die Bohnen waschen und putzen und ca. 10 Minuten in kochendes Salzwasser geben. Dann herausnehmen und abtropfen lassen.

Für die Sauce eine fein gehackte Schalotte in Butter anschwitzen, den Gorgonzola dazugeben und schmelzen lassen. Mit der restlichen Gemüsebrühe und dem Weißwein auffüllen und köcheln lassen. Das Mehl in etwas kaltem Wasser verrühren und in die Sauce geben, kurz köcheln lassen und die Crème Fraîche einrühren.

Die Sauce mit einem Pürierstab aufmixen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Bohnen in die Sauce geben und darin nochmal erhitzen.

Die Grünkernbratlinge mit den Bohnen und der Sauce anrichten.

**Wochenthema: Sommerzeit = Erntezeit: Kochen mit selbstgezo-
genem Obst und Gemüse**

Ute Herzog

Dienstag, 25.07.2000

Gartengemüse im Lauchmantel mit Persipan-Stachelbeersauce und Schweinefilet

1	Schweinefilet
200 g	Gartengemüse nach Wahl (Karotten, Kohlrabi, Blumenkohl, Zucchini, etc.)
1	Lauchstange
2	Pfirsichkerne
125 g	Stachelbeeren
75 ml	Gemüsebrühe
1	Schalotte, fein geschnitten
1-2 EL	Speckwürfel (weißer Speck)
1-2 EL	Crème Fraîche
1 EL	Butter
1 TL	Zitronenthymian, fein geschnitten
1 Prise	Zucker
1 Prise	Muskat
	Salz, Pfeffer
	Pflanzenöl zum Anbraten

Die Pfirsichkerne knacken und den inneren Kern (Persipan) herausnehmen. Das Gartengemüse putzen, waschen und fein raspeln. Den Lauch putzen, waschen und blanchieren. Gut abtropfen lassen und kleine Souffléförmchen mit den Lauchblättern auskleiden. Speck in etwas Öl anschwitzen und die Hälfte der Schalotten darin glasig dünsten. Das geraspelte Gemüse zugeben und mit ca. 1/8 l Blanchiersud (vom Lauch) ablöschen. Mit Salz und Pfeffer würzen und bei geschlossenem Deckel ca. 10 Minuten garen. Dann in die Förmchen füllen und mit dem restlichen Lauch bedecken.

Für die Sauce die Butter zerlassen und die restlichen Schalotten darin andünsten. Die geputzten Stachelbeeren dazugeben und Persipan darüber reiben. Mit der Gemüsebrühe auffüllen. Zitronenthymian, Pfeffer, Salz, Zucker und Muskat zugeben und 10 Minuten köcheln lassen. In der Zwischenzeit in einer Pfanne (mit feuerfestem Griff) mit Pflanzenöl das Schweinefilet kurz von allen Seiten anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und im Ofen bei 150 Grad ca. 15 Minuten weitergaren.

Die Sauce passieren und anschließend die Crème Fraîche darin schmelzen.

Das Filet in Scheiben schneiden. Die Förmchen mit dem Lauchgemüse auf die Teller stürzen, das Fleisch anlegen und mit der Sauce umgießen.

Wochenthema: Sommerzeit = Erntezeit: Kochen mit selbstgezo- genem Obst und Gemüse

Vincent Klink Mittwoch, 26.07.2000

Zucchini indisch mit Hähnchenschlegeln

400 g	Zucchini
2	Hähnchenschlegel
1	frische Chilischote, fein geschnitten
1 TL	Ingwer, gerieben
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
¼ l	Gemüsebrühe
1 TL	Mehl
1	getrocknete Chilischote, fein geschnitten
1 TL	Kreuzkümmel
1 TL	Koriander
½ TL	Kurkuma (Gelbwurz)
½ TL	Kardamom
	Salz, Pfeffer
	Speiseöl zum Anbraten

Die Hähnchenschlegel am oberen Knochen entbeinen. Die Fleischinnenseite (wo der Knochen war) salzen und pfeffern und mit Ingwer einreiben. Frischen Chili dazugeben und die Öffnung zudrücken. Den Hähnchenschlegel ebenfalls von außen salzen und pfeffern und in einer feuerfesten Pfanne mit etwas Öl von allen Seiten kurz anbraten, dann bei 180 Grad ca. 10 Minuten im Ofen weiterbraten. Aus Kreuzkümmel, Kurkuma, Koriander, Kardamom, und getrockneter Chilischote ein Curry herstellen. Dazu die oben genannten Gewürze in einen Mörser geben und gut zerstoßen.

Die Zucchini schälen und der Länge nach vierteln, große Kerne mit einem Löffel abstreifen und Zucchini in zentimetergroße Würfelchen schneiden.

Schalotten in Öl anschwitzen, Knoblauch und Zucchiniwürfel zugeben und kurz anbraten. Dann mit Mehl bestäuben und mit der Brühe übergießen. Bei geschlossenem Deckel ca. 5 Minuten köcheln lassen. Dann den Deckel wieder abnehmen, die entstandene Flüssigkeit einkochen lassen und 1 EL des selbstgemachten Currys darüber streuen. Mit Salz abschmecken.

Zucchini Gemüse mit Hähnchenschlegeln anrichten.

**Wochenthema: Sommerzeit = Erntezeit: Kochen mit selbstgezo-
genem Obst und Gemüse**
Vincent Klink Donnerstag, 27.07.2000

Karottensuppe mit Gemüsemaultäschchen

5 große Karotten
50 g Lauch
200 g Spinat
3 Schalotten, fein geschnitten
1 Brötchen, in warmer Milch eingeweicht
¼ l kräftige Gemüsebrühe
¼ l Milch
250 g Hartweizendunst (aus dem ital. Lebensmittelladen), ersatzweise Weizenmehl
4 Eier
1 Eigelb
2 EL Petersilie, fein geschnitten
½ EL Olivenöl
Butter zum Anbraten
Muskat, Pfeffer, Salz

Für den Nudelteig das Mehl auf ein Backbrett geben und in der Mitte ein Loch eindrücken. 3 Eier, Olivenöl und eine Prise Salz in das Loch geben und die Masse zu einem glatten Teig kneten. Den Teig ca. 30 Minuten ruhen lassen und anschließend möglichst dünn ausrollen. Für die Füllung eine Karotte und Lauch ganz fein würfeln. Spinat in Salzwasser kurz blanchieren, gut abtropfen lassen und fein hacken. In einer Pfanne mit Butter zwei geschnittene Schalotten mit Lauch- und Karottenwürfeln weichdünsten und anschließend in eine Schüssel geben. Das eingeweichte Brötchen gut ausdrücken und mit Spinat, einem Ei und Petersilie zum Gemüse geben. Alles gut durchkneten, damit die Masse eine gute Bindung bekommt. Mit Pfeffer, Salz und Muskat würzen.

Mit einem Esslöffel kleine Portionen der Gemüsemasse auf den ausgerollten Teig geben. Den Teig darum herum mit Eigelb einstreichen. Darüber eine Teigbahn legen, die Zwischenräume andrücken und mit einem Teigrädchen die Maultäschchen ausschneiden. Dann in sprudelndem Salzwasser 5 Minuten kochen, herausnehmen und abtropfen lassen.

Für die Suppe die restlichen Karotten schälen und in Scheiben schneiden. In einem Topf mit Butter die Kartottenscheiben anschwitzen. Mit Brühe und Milch ablöschen und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Dann mit dem Zauberstab oder Mixer die Suppe pürieren und mit Pfeffer, Salz und Muskat abschmecken. Die Maultäschchen als Einlage in die Suppe geben und servieren.

Wochenthema: Sommerzeit = Erntezeit: Kochen mit selbstgezo­genem Obst und Gemüse

Otto Koch Freitag, 28.07.2000

Marillenknödel

250 g	Magerquark
2	Eigelbe
3 - 4 EL	Mehl
4	reife Aprikosen
4	Würfelzucker
50 g	Semmelbrösel
50 g	Butter
ca. 1 EL	Zucker
1 Prise	Salz

Den Quark auf ein grob gewebtes Baumwolltuch geben und am besten hängend einige Stunden abtropfen lassen oder sehr gut auspressen. Dann Quark mit Eigelben vermischen und langsam das Mehl zugeben. Nur soviel Mehl zugeben, bis der Teig ausreichend fest ist. Zuletzt eine Prise Salz untermischen.

Den Teig zu einer Rolle formen, aprikosengroße Stücke abschneiden und dann flach drücken. Die Aprikosen anschneiden, den Kern entfernen und diesen durch einen Würfelzucker ersetzen. Die flach gedrückten Quarkstücke um die Aprikosen drücken und Knödeln formen. Die einzelnen Aprikosen sollten vollständig mit Teig umhüllt sein.

Die Knödel in kochendes Wasser geben und ca. 10 Minuten leicht köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die Butter in einem kleinen Topf schmelzen, die Brösel zugeben und leicht bräunen lassen. Mit Zucker abschmecken.

Die Marillenknödel anrichten und mit den Butterbröseln übergießen.

ARD Buffet Rezepte August 2000

Wochenthema: Kulinarisch fit: Wellnessküche
Susanne Hornikel Montag, 31.07.2000

Spaghettini mit Tomatenpesto, Rucola und Mozzarella

200 g	Spaghettini
50 g	getrocknete Tomaten
500 g	frische Tomaten
2 Bund	Rucola
125 g	Büffelmozzarella
1	Knoblauchzehe, gepresst
1 kleine	Chilischote
2 EL	Parmesan, frisch gerieben
	Olivenöl zum Anbraten
	Salz, Pfeffer, Zucker

Tomaten in kochendem Wasser 1 Minute blanchieren, herausnehmen und häuten. Die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Getrocknete Tomaten klein hacken. Chilischote entkernen. Knoblauch und Chilischote in Olivenöl anschwitzen, die frischen Tomatenwürfel sowie etwas Salz und Zucker zugeben und alles im offenen Topf einkochen. In eine Schüssel geben und etwas abkühlen lassen. Die Chilischote entfernen. Die getrockneten Tomaten und den Parmesan unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mozzarella würfeln. Rucola waschen und an den Stielenden kürzen.

Die Spaghettini in kochendem Salzwasser ca. 7 Minuten kochen, abgießen und in den Topf zurückgeben, mit Tomatenpesto, Rucola und Mozzarella vermengen und sofort servieren.

Wochenthema: Kulinarisch fit: Wellnessküche
Ute Herzog Dienstag, 01.08.2000

Putenbrust in Kräutermantel auf Gemüsebandnudeln

2	Putenbrustschnitzel (3-4 cm dick)
800 ml	Gemüsebrühe
1	Schalotte, fein gewürfelt
1	Karotte
1/2	grüne Zucchini
1/2	gelbe Zucchini
1	Kohlrabi
1/2	Rettich
40 g	Gouda, gerieben
1 EL	Crème Fraîche
1	Eigelb
1,5 EL	gehackte Kräuter (Petersilie, Schnittlauch, Thymian, Majoran)
1/2 TL	China-Gewürz
1 EL	Sonnenblumenöl
	Salz, Pfeffer

Aus den Putenschnitzeln zwei runde Medaillons schneiden, das restliche Fleisch klein würfeln. Die Medaillons mit etwas China-Gewürz einreiben. Fleischwürfel mit Crème Fraîche, Eigelb, Kräutern, restlichem China-Gewürz, Salz und Pfeffer in einen Cutter geben und zu einer Farce verarbeiten. Die Medaillons oben und an den Seiten mit der Farce bestreichen.

750 ml Gemüsebrühe in einen Topf mit Siebeinsatz geben. Die Medaillons mit der Fleischseite auf das Sieb setzen und bei geschlossenem Deckel 15 Minuten garen.

Karotte und Rettich schälen, das restliche Gemüse waschen. Mit einem Sparschäler von allen Gemüsen schmale Streifen abziehen.

In einem Topf Schalotten mit Öl glasig dünsten, Gemüsestreifen und restliche Gemüsebrühe dazugeben und 5 Minuten köcheln lassen. Gouda an die Gemüsenudeln geben und schmelzen lassen. Die Gemüsenudeln anrichten, die Medaillons obenauf geben und mit der Sauce umgießen.

Wochenthema: Kulinarisch fit: Wellnessküche
Vincent Klink Mittwoch, 02.08.2000

Rohkostmus an Tomaten mit Seelachs

400 g	Seelachsfilet
1 Bund	Basilikum
4	Fleischtomaten
1/2	Salatgurke
1	Zwiebel
1	rote Paprika
1	Zucchini
1	Chilischote
	Saft einer Zitrone
2 EL	kaltgepresstes Öl (z.B. Oliven-, Walnuss- oder Kürbiskernöl)
	Pfeffer, Salz
	Alufolie

Seelachsfilet in zwei Stücke teilen, mit Salz und Pfeffer würzen und auf beiden Seiten mit Basilikumblättchen belegen. In Alufolie einpacken und im Backofen bei 180 Grad ca. 20 Minuten garen. Von den Tomaten einen Deckel abschneiden, aushöhlen und die ausgehöhlten Tomaten zur Seite stellen. Gurke und Zwiebel schälen, Paprika entkernen. Zusammen mit dem Inneren der Tomaten und Zucchini durch den Wolf drehen. Chilischote entkernen und fein schneiden. Das Gemüse mit Chili, Zitronensaft, Pfeffer und Salz abschmecken. Öl darunter mischen und in die ausgehöhlten Tomaten füllen. Fisch aus der Folie packen und mit den gefüllten Tomaten servieren.

Wochenthema: Kulinarisch fit: Wellnessküche
Vincent Klink Donnerstag, 03.08.2000

Kalbfleisch im Gemüsefond

500 g	Kalbsschulter (ohne Knochen)
1	violette Zwiebel
1 l	Gemüsebrühe
2	Tomaten
1/2 Stange	Lauch
2	Kartoffeln
1 Zweig	Rosmarin
1 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
1	Gewürznelke
1	Lorbeerblatt
	Salz, Pfeffer

Zwiebel und Kartoffeln schälen und vierteln. Lauch in feine Ringe schneiden, Tomaten vierteln. Die Brühe zum Kochen bringen und das Fleisch darin weichkochen. Nach ca. 30 Minuten Lorbeerblatt, Gewürznelke und Rosmarin zugeben. Nach weiteren 15 Minuten Kartoffeln zugeben. Dann nach 10 Minuten Zwiebel, Lauch und Petersilie zur sanft kochenden Brühe geben.

Die geviertelten Tomaten 7 Minuten später zugeben und nochmals 3-5 Minuten mitkochen lassen. Alles mit Pfeffer und Salz abschmecken. Auf einem Schneidebrett das Fleisch tranchieren, in tiefen Tellern anrichten und mit Brühe begießen.

Wochenthema: Grillwoche

Rainer Strobel

Montag, 07.08.2000

Orientalische Puten- und Fruchtspieße

400 g	Putenbrust
2	Zwiebeln
2	Knoblauchzehen, fein geschnitten
1/2 Bund	Koriander, fein geschnitten
	Schale einer halben Zitrone (unbehandelt)
1	Mango
1/2	Ananas
2	Bananen
1	Zucchini
8	Cocktailtomaten
2 EL	Kokosraspel
2 EL	Honig
20 g	Butter
50 ml	Olivenöl
	Paprikapulver, Kardamom, Curcuma
	Salz, Pfeffer
	Schaschlikspieße
	Grillaluschalen

Die Putenbrust in 3x3 cm große Würfel schneiden. Aus 2 EL Olivenöl, Knoblauch, abgeriebener Zitronenschale und Koriander eine Marinade mischen. Diese mit Paprikapulver, Kardamom und Curcuma abschmecken. Die Putenbrustwürfel zwei Stunden in der Marinade einlegen. Zucchini in grobe Scheiben schneiden und abwechselnd mit marinierter Putenbrust und Tomaten auf die Spieße stecken.

Das Obst schälen und Mango in 2x2 cm große Würfel, Bananen in 4 Teile und Ananas in Ringe schneiden und diese vierteln. Ananas und Mango in Kokosraspel wälzen und zusammen mit den Bananen abwechseln auf Spieße stecken.

Die Putenbrustspieße grillen, die Obstspieße mit etwas zerlaufener Butter in Grillaluschalen geben und langsam braten. Zum Schluß mit Honig beträufeln.

Puten- und Obstspieße zusammen anrichten. Dazu passt gut Baguettebrot.

Wochenthema: Grillwoche

Ute Herzog Dienstag, 08.08.2000

Minzbarbe mit Limonen-Vinaigrette an kleinem Salat

4	Rotbarbenfilets à 70 g (mit Haut)
6	Kartoffeln
1/2	Salatgurke
1/2	Zucchini
4	Strauchtomaten
50 g	Rucola
6	grüne Oliven
4	ingelegte Artischocken
1 Bund	frische Minze
1 EL	Senf
100 ml	Olivenöl
	Saft von 2 Limonen
1 Prise	Zucker
	Salz, Pfeffer

Die Kartoffeln kochen und pellen. Die Fischfilets schuppen, gründlich abwaschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit dem Saft einer Limone marinieren und 10 Minuten ziehen lassen.

Kurz vor dem Grillen in jedes Filet auf der Hautseite 3 Querschnitte einschneiden und in jeden Schnitt je 2 Minzblätter einstecken.

Pellkartoffeln würfeln, Gurke und Zucchini grob raspeln, Tomaten achteln, Rucola in feine Streifen schneiden, Oliven entsteinen und fein würfeln, Artischocken in feine Streifen schneiden und alle Gemüse miteinander mischen.

Die restliche Minze fein schneiden und mit Olivenöl, Saft einer Limone, Senf, Pfeffer, Salz und einer Prise Zucker mischen und mit einem Pürierstab aufschlagen. 3/4 der Vinaigrette mit dem Gemüse mischen.

Die Fischfilets auf geölte Grillaluschalen legen und 5-6 Minuten grillen. Gemüsesalat mit den gegrillten Fischfilets anrichten und Fisch mit der restlichen Vinaigrette beträufeln.

Wochenthema: Grillwoche

Vincent Klink Mittwoch, 09.08.2000

Gegrillte Kräuterhacksteaks mit Kartoffel-Zwiebel-Spießen

300 g	Hackfleisch vom Schweinehals
1 TL	scharfer Senf
1	Ei
1	Brötchen, in etwas Milch eingeweicht
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten
2 Zweige	Thymian, gezupft
2 Zweige	Rosmarin, fein geschnitten
10	Salbeiblätter
1	kleine Zwiebel
4	kleine Kartoffeln
4	Schalotten
	Salz, Pfeffer
	Schaschlikspieße

Die Zwiebel in feine Würfelchen schneiden und mit Hackfleisch, eingeweichtem Brötchen, Ei, Senf, Petersilie, Rosmarin und Thymian gut vermischen. Aus der Hackmasse Buletten formen und diese auf dem Grill bei mäßigem Feuer braten.

Die Kartoffeln kochen und pellen, die Schalotten schälen und blanchieren.

Kartoffeln in mundgerechte Stücke schneiden und abwechselnd mit einer halben Schalotte und einem Salbeiblatt auf die Schaschlikspieße stecken. Die Spieße mit Salz und Pfeffer würzen und grillen.

Wochenthema: Grillwoche

Vincent Klink Donnerstag, 10.08.2000

Gefüllter Grillrostbraten

2	Rostbraten à 200 g
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
1 TL	frischer Majoran
1/8 l	Rotwein
1 EL	Butter
200 g	Tomatenmark
100 g	brauner Zucker
2 EL	Balsamico-Essig
4 cl	Gin
1	Peperoni nach Belieben
	Salz, Pfeffer

Schalotten und Knoblauch in einer Pfanne mit Butter andünsten, mit Rotwein ablöschen und reduzieren lassen, so dass die Schalotten zu einer Art Paste werden. Darunter Petersilie und Majoran mischen.

Die Rostbraten flach klopfen, halbieren und mit Pfeffer und Salz würzen. Auf 2 Rostbratenhälften die Paste verteilen (die Fleischränder frei lassen), darauf die anderen Fleischhälften legen und die Ränder fest andrücken. Die gefüllten Rostbraten von beiden Seiten ca. 5 Minuten grillen. Dann vom Grill nehmen, in Alufolie wickeln und ein paar Minuten ziehen lassen, damit sich die Fleischsäfte verteilen können.

Zum Dippen ein selbst gemachtes Ketchup reichen. Dafür braunen Zucker mit 1/4 l Wasser in einen Topf geben und so lange kochen lassen, bis ein Sirup entsteht. Diesen Sirup lauwarm abkühlen lassen. In einer Schüssel Tomatenmark mit Gin, Balsamico und Zuckersirup mischen und mit Pfeffer abschmecken. Nach Belieben etwas Salz und gehackte Peperoni zugeben.

Wochenthema: Grillwoche

Otto Koch

Freitag, 11.08.2000

Gemüsebratwurst

400 g	Kartoffeln
3	Eigelb
40 g	Tomatenwürfel
30 g	kleine Karottenwürfel
30 g	kleine Sellerie
30 g	kleine Kohlrabiwürfel
30 g	Erbsen
30 g	Bohnen
1 EL	Petersilie, fein gehackt
1 EL	Basilikum, fein gehackt
3 EL	Schnittlauch, fein geschnitten
250 g	Joghurt
3 EL	Mayonnaise nach Belieben
ca. 60 cm	Wurst darm, Durchmesser 3 - 4 cm (vom Metzger)
	Salz, Pfeffer
	Grillaluschalen

Die Erbsen und Bohnen kurz in Salzwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen lassen. Die Bohnen in erbsengroße Stücke schneiden. Die Kartoffeln schälen, kochen, noch heiß durch die Presse drücken und mit Eigelb vermischen. Das Gemüse, Petersilie und Basilikum zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Masse in eine Spritztüte mit mittelgroßer glatter Tülle füllen und vorsichtig in den Darm füllen. Mit einer Küchenschnur 15 cm lange Bratwürste abbinden.

Auf leicht gefetteten Grillaluschalen die Bratwürste vorsichtig goldbraun grillen.

Joghurt mit Mayonnaise und Schnittlauch mischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Bratwürste mit Joghurdip servieren.

Wochenthema: Der rote Teller
Rainer Strobel Montag, 14.08.2000

Tomatenrisotto mit Lammkoteletts

300 g	Risottoreis
6	Lammkoteletts
1	Zwiebel, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen
2 Stangen	Staudensellerie
2	Tomaten
1/2 l	Gemüsebrühe
1/2 l	Tomatensaft
2 EL	frisch geriebener Parmesan
1/2 Bund	Basilikum, fein geschnitten
1 Zweig	Rosmarin
2 EL	Butter
	Olivenöl zum Anbraten
	Salz, Pfeffer

Selleriestangen in dünne Scheiben schneiden. In einem Topf mit Öl Zwiebel und Sellerie andünsten. Reis dazugeben und glasig werden lassen. Dann unter ständigem Rühren immer wieder mit Brühe und Tomatensaft ablöschen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Je nach Reissorte das Risotto 14 - 18 Minuten garen lassen. Die Tomaten enthäuten, entkernen und in feine Würfel schneiden. Am Ende der Garzeit Tomatenwürfel, Butter und Parmesan und Basilikum unter das Risotto mischen.

Lammkoteletts mit Pfeffer und Salz würzen und in Olivenöl mit einem Zweig Rosmarin und den Knoblauchzehen rosa braten. Lammkoteletts auf dem Risotto anrichten.

Wochenthema: Der rote Teller
Ute Herzog Dienstag, 15.08.2000

Rotes Kartoffel-Cordon-bleu auf Rote Bete

1 kg	Kartoffeln
1	Ei
2 EL	Grieß
1 Glas	Rote Bete (475 ml)
50 ml	Gemüsebrühe
2 Scheiben	gekochter Schinken
4 Scheiben	Käse
2 EL	Crème Fraîche
1 Msp	Kümmel, zerstoßen
1-2 EL	Mehl
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Pflanzenöl zum Anbraten

Die Rote Bete auf einem Sieb abtropfen lassen und den Saft auffangen.

Kartoffeln schälen, vierteln und in dem Rote-Bete-Saft garen. Dann über ein Sieb abgießen und den Saft auffangen. Die Kartoffeln leicht ausdampfen lassen und noch heiß durch die Presse drücken. Etwas auskühlen lassen und mit Ei und Grieß zu einem glatten Teig vermischen. Mit Pfeffer, Salz und Muskat abschmecken. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Teig ausrollen und in vier gleich große Teile schneiden.

Auf zwei Teighälften eine Scheibe Käse und Schinken legen. Mit den restlichen Käsescheiben abdecken und darauf die zwei übrigen Teighälften legen. Die Teigränder mit einer Gabel gut fest drücken. In einer Pfanne mit Pflanzenöl die Cordon bleus von beiden Seiten ca. 5 Minuten braten.

In der Zwischenzeit die abgetropfte Rote Bete in Streifen schneiden. Mit Gemüsebrühe und 50 ml Rote-Bete-Saft in einen Topf geben und 3 Minuten köcheln lassen. Kümmel und Crème Fraîche zugeben und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Das Rote-Bete-Gemüse auf Tellern anrichten, darauf die Cordon bleus setzen und die Rote-Bete-Sauce angießen.

Wochenthema: Der rote Teller
Vincent Klink **Mittwoch, 16.08.2000**

Letscho mit Zander

500 g	Zanderfilet
3	rote Paprika
2	Fleischtomaten
1	Gemüsezwiebel
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
3 EL	Lauch, fein gewürfelt
1 EL	mildes Paprikapulver
1/4 l	Gemüsebrühe
1/4 l	Fischfond
1 Zweig	Thymian, gezupft
1 TL	Koriander, gestoßen
1 TL	Pfefferkörner, gestoßen
4 Blätter	Salbei
2 EL	Butter
	Olivenöl zum Anbraten
	Salz, Pfeffer

Paprika, Zwiebel und Tomaten in haselnussgroße Stücke schneiden. Zwiebel und Tomaten mit etwas Olivenöl andünsten, Paprika und Thymian zugeben und mit Gemüsebrühe ablöschen. Die Brühe fast vollständig einkochen lassen und mit Paprikapulver und Pfeffer das Letscho abschmecken.

Zander mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Butter von beiden Seiten je 5 Minuten dünsten. Etwas Fischfond untergießen, damit nichts ansetzt. Lauch, Pfefferkörner und Koriander ebenfalls mitdünsten. Anschließend den Fisch herausnehmen und warm stellen. Den Fond in einen kleinen Topf passieren, restlichen Fischfond zugeben und um die Hälfte reduzieren lassen. Salbei zugeben und mit ein paar Butterflöckchen binden. Zander mit Sauce und Letscho anrichten.

Wochenthema: Der rote Teller
Vincent Klink Donnerstag, 17.08.2000

Beerensuppe mit Schnee-Eiern

350 g	Brombeeren
350 g	Himbeeren
50 g	rote Johannisbeeren
50 g	Stachelbeeren
130 g	Zucker
1 TL	abgeriebene Orangenschale (unbehandelt)
2 cl	Grand Marnier
1l	Milch
1	Vanilleschote
4	Eiweiß

300 g Brombeeren und Himbeeren pürieren und das Mark durch ein Sieb streichen. Mit 30 g Zucker, Orangenschale und Grand Marnier mischen und die restlichen Beeren zugeben. Die Suppe im Kühlschrank mindestens 15 Minuten ziehen lassen.

Für die Schnee-Eier die Vanilleschote aufschneiden und das Mark herauskratzen. Die Milch zum Kochen bringen. 2 EL Zucker und die ausgekrazte Vanilleschote zugeben und ca. 15 Minuten sanft köcheln lassen. In der Zwischenzeit Eiweiß mit restlichem Zucker und Vanillemark steif schlagen. Mit einem Esslöffel aus dem Eischnee Nocken ausstechen und diese in die heiße Milch geben. Wenn die ganze Eischneemasse ausgestochen ist, den Topf vom Herd ziehen und mit einem Deckel verschließen. Die Schnee-Eier ca. 10 Minuten ziehen lassen. Die Beerensuppe mit lauwarmen Schnee-Eiern servieren.

Wochenthema: Der rote Teller

Otto Koch

Freitag, 18.08.2000

Chili con carne

400 g	Rinderhack
1	Zwiebel, fein geschnitten
1	Chilischote, fein geschnitten
1	rote Paprika
2 EL	Tomatenwürfel
1 EL	Tomatenmark
1 kleine Dose	rote Bohnen
1/2 l	Fleischbrühe
1 Zweig	Rosmarin, fein geschnitten
1 TL	Mehl
	Salz, Pfeffer, Tabasco
	Öl zum Anbraten
	ein paar Scheiben Baguettebrot

Die Zwiebeln in einer schweren Eisenpfanne mit etwas Öl anschwitzen. Hackfleisch zugeben und anbraten. Dann Tomatenmark, Tomatenwürfel und Chili zugeben und kurz anbraten. Mit Mehl bestäuben und mit Brühe auffüllen. Rosmarin zugeben, salzen und pfeffern.

Nach 10 Minuten die roten Bohnen und etwas Saft aus der Dose zugeben und 15 Minuten kochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Tabasco abschmecken

In der Zwischenzeit Paprika in 5 mm dicke Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit Öl kurz anbraten. Weißbrot hauchdünn mit Öl einstreichen und knusprig in einer Pfanne oder im Backofen rösten.

Auf Tellern die Paprikascheiben anrichten, darauf das Chili con carne verteilen und mit dem Weißbrot servieren.

Wochenthema: Käseköstlichkeiten mit Mozzarella, Feta und Co.
Rainer Strobel Montag, 21.08.2000

Gefüllte Käseröschen

8	"Tete de moin" - Röschen
100 g	Frischkäse
2	Tomaten
1	Gurke
1/2 Bund	Radieschen
1	Avocado
2 EL	Dill, fein geschnitten
2 EL	Petersilie, fein geschnitten
2 EL	Schnittlauch, fein geschnitten
2 EL	Basilikum, fein geschnitten
ca. 2 EL	Weißweinessig
ca. 3 EL	Olivenöl
	Salz, Pfeffer, Zucker

Die Tomaten vierteln und die Kerne entfernen. Die Gurke schälen, halbieren und das Kerngehäuse mit einem Löffel herausstreichen. Avocado schälen und in 1 cm große Würfel schneiden, Tomaten und Gurke ebenfalls würfeln, Radieschen in Scheiben schneiden. Alles mischen und mit Essig, Öl, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker anmachen. Je 1 EL Dill und Petersilie unterheben.

Frischkäse mit restlichen Kräutern mischen, mit Pfeffer abschmecken und in einen Spritzbeutel geben. Die Käseröschen mit dem Frischkäse füllen. Gemüsesalat anrichten und die Käseröschen darauf setzen.

Wochenthema: Käseköstlichkeiten mit Mozzarella, Feta und Co.
Ute Herzog Dienstag, 22.08.2000

Gratiniertes Käse-Rinder-Carpaccio

100 g	Rinderfilet (gut abgehangen und pariert)
50 g	Ziegenfrischkäse
1	kleine Mozzarellakugel
50 g	Kräuterfrischkäse
50 g	Frisée-Salat
1 EL	Olivenöl
1 EL	Balsamicoessig, weiß
1/2 EL	Senf
1 EL	Basilikum, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Zucker
	Speiseöl zum Einfetten

Das Rinderfilet in Klarsichtfolie einpacken und 2 Stunden in die Gefriertruhe geben. Dann mit einer Aufschnittmaschine hauchdünn aufschneiden und rosettenförmig auf feuerfeste Teller legen, die zuvor mit etwas Öl ausgepinselt wurden. (Tipp: Immer nur zwei Scheiben auf einmal schneiden. Sie werden sofort weich und reißen.)

Den Backofen auf 230 Grad vorheizen.

Mozzarella in Scheiben schneiden und auf den Fleischscheiben verteilen. Ziegen- und Kräuterfrischkäse in Flocken darauf geben. In den Backofen geben, bis der Käse zu schmelzen anfängt. Dann sofort herausnehmen.

Aus Olivenöl, Balsamico, 2 EL Wasser, Senf und Basilikum eine Vinaigrette mischen und diese mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Den Salat waschen, abtropfen lassen und mit 3/4 der Vinaigrette anmachen.

Den Salat auf der Tellermitte dekorieren und mit restlicher Vinaigrette beträufeln.

Wochenthema: Käseköstlichkeiten mit Mozzarella, Feta und Co.
Vincent Klink Mittwoch, 23.08.2000

Marinierte Auberginen mit gebratenem Feta

4	Auberginen
150 g	Fetakäse
	Saft einer Zitrone
1 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
1 Bund	Basilikum, fein geschnitten
4 - 6	große Salatblätter
2 EL	Olivenöl
1 EL	Butter
	Salz, grober Pfeffer

Die Auberginen vom dicken Ende zum Blütenansatz in Längsscheiben schneiden, so dass die Früchte am Blütenansatz zusammenbleiben. Die Früchte um 90 Grad drehen und ebenso einschneiden. Der Blütenansatz soll die dicken Streifen noch zusammenhalten. Auberginen so fünf Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren. Auf einem Tuch abtrocknen lassen. Aus Zitronensaft, Olivenöl, Schnittlauch und Pfeffer eine Marinade mischen und die Auberginen darin 2 Stunden einlegen. In der Zwischenzeit Feta in Scheiben schneiden, im feingeschnittenen Basilikum wenden und jede Scheibe Käse mit einem Salatblatt umwickeln. In einer Pfanne mit Butter kurz von beiden Seiten anbraten und mit den Auberginen servieren.

Wochenthema: Käseköstlichkeiten mit Mozzarella, Feta und Co.
Vincent Klink Donnerstag, 24.08.2000

Ricotta-Waffeln mit Gurkensalat

150 g	Ricotta
1	Salatgurke
1	Fleischtomate
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 Bund	Basilikum, fein geschnitten
1 Bund	Dill, fein geschnitten
1 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
30 g	Butter
2	Eier
75 ml	Milch (1,5 % Fettgehalt)
75 g	Mehl
1 Msp	Backpulver
1 TL	Zucker
1 EL	Balsamicoessig
	Olivenöl zum Anbraten
	Pfeffer, Salz

Eine fein geschnittene Schalotte mit Knoblauch in etwas Öl andünsten. Erkalten lassen und mit Basilikum und Ricotta vermischen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Butter und Eier schaumig schlagen. Nach und nach Mehl, Backpulver, Milch, 1/2 TL Zucker und 2 Msp Salz unterrühren. Ein Hippeneisen (oder Waffeleisen) mit Öl auspinseln und nach und nach aus dem Teig dünne Waffeln ausbacken. Die Waffeln mit dem angemachten Ricotta füllen und zusammenklappen.

Die Tomate enthäuten, entkernen und in Würfel schneiden. Gurke schälen, würfeln und mit einer feingeschnittenen Schalotte und 1/2 TL Zucker in einer Pfanne mit Olivenöl bei großer Hitze anrösten. Nach 2 Minuten in eine Schüssel umfüllen, Tomatenwürfel zugeben, Petersilie und Dill untermischen. Den Salat mit Balsamico, Salz und Pfeffer abschmecken und noch warm zu den Waffeln servieren.

Wochenthema: Käseköstlichkeiten mit Mozzarella, Feta und Co.
Frank Bundschu Freitag, 25.08.2000

Frittierte Mozzarella Spieße

8	kleine Mozzarellakugeln
1	kleine Zucchini
4	Cocktailtomaten
4	kleine Champignons
4	Basilikumblätter
4	Salbeiblätter
200 g	Rucola
1 TL	Honig
1 TL	Senf
10 ml	Balsamicoessig
20 ml	Olivenöl
20 g	Pinienkerne
2 EL	Parmesan, gerieben
1	Ei
4 EL	Mehl
6 EL	Semmelbrösel
	Frittierfett
	Pfeffer, Salz
	Schaschlikspieße

Zucchini in mundgerechte Stücke schneiden und zuerst im Mehl wenden, dann durchs verquirlte Ei ziehen und in den Semmelbröseln panieren. Mozzarella, Tomaten, Champignons, Salbei- und Basilikumblätter auf die gleiche Weise panieren und abwechselnd auf die Spieße stecken.

Die Spieße im heißen Fett goldbraun ausbacken.

Rucola waschen und abtropfen lassen

Aus Honig, Senf, Balsamicoessig und Olivenöl eine Vinaigrette mischen. Diese mit Pfeffer und Salz abschmecken und Rucola damit anmachen.

Salat anrichten, darauf die Spieße geben und mit Pinienkernen und Parmesan garnieren.

Wochenthema: Wenn's schnell gehen muss: SOS-Gerichte
Rainer Strobel Montag, 28.08.2000

Mittelmeerfischpfanne

600 g	Rotbarbenfilet
1	Zucchini
1	rote Paprika
2	Tomaten
3	Knoblauchzehen
1 Zweig	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
1	Lorbeerblatt
20 ml	Olivenöl
	Salz, Pfeffer

Das Gemüse waschen, trocknen und in ca. 2x2 cm große Stücke schneiden, Knoblauch grob hacken. Das Gemüse und Knoblauch in Olivenöl kurz anbraten. Lorbeerblatt, Rosmarin- und Thymianzweig zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Rotbarbenfilets mit Pfeffer und Salz würzen und mit etwas Olivenöl einstreichen.

Das Gemüse in eine feuerfeste Form umfüllen, den Fisch darauf legen und ca. 12 Minuten in den auf 160 Grad vorgeheizten Backofen geben.
Die Fischpfanne mit Baguette servieren.

Wochenthema: Wenn's schnell gehen muss: SOS-Gerichte
Ute Herzog Dienstag, 29.08.2000

Fleischwurst-Gulasch auf exotische Art

300 g	Fleischwurst
100 g	Reis
2 Scheiben	Ananas
1	Banane
1	Karotte
1 Stange	Staudensellerie
1 kleine	Zucchini
1	Schalotte, fein geschnitten
75 ml	Gemüsebrühe
25 ml	Milch
1/2 TL	Currypulver
1/2 TL	Koriander, gemahlen
1/2 TL	frische Ingwerwurzel, gehackt
1	kleine Dose Kokosmilch nach Belieben
2 EL	Speiseöl
	Salz

Den Reis nach Packungsangabe kochen. Die Banane schälen und würfeln, ebenfalls Ananas und Staudensellerie würfeln. Karotte und Zucchini raspeln. Fleischwurst pellen und in Scheiben schneiden. Schalotten mit etwas Öl in einem Topf andünsten. Gemüse, Obst und Gewürze zugeben. Dann die Fleischwurstscheiben untermischen und mit Brühe und Milch ablöschen. Kokosmilch unterrühren und alles ca. 10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz abschmecken. Das Fleischwurst-Curry mit dem Reis anrichten.

Wochenthema: Wenn's schnell gehen muss: SOS-Gerichte
Vincent Klink, Mittwoch, 30.08.2000

Basilikumpolenta

150 g	Maisgrieß (möglichst grob)
2	Fleischtomaten
2	Bund Basilikum, fein geschnitten
1	Zwiebel, fein geschnitten
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
50 g	Parmesan, gerieben
1,5 l	Fleischbrühe
30 g	Butter
	Olivenöl zum Anbraten
	Salz, Pfeffer

Zwiebel in einem Topf mit Butter glasig dünsten, mit Brühe auffüllen und aufkochen lassen. Dann langsam den Maisgrieß einrieseln lassen und bei geringer Hitze ca. 25 Minuten ausquellen lassen. Dabei immer wieder mit einem Kochlöffel (am besten mit Loch) umrühren. In der Zwischenzeit Schalotten und Knoblauch in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen. Vom Herd nehmen und Basilikum untermischen, mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Tomaten in dicke Scheiben schneiden und in Olivenöl anbraten. Mit Pfeffer und Salz würzen und die Tomatenscheiben mit der Hälfte des Basilikums mischen. Den restlichen Basilikum zusammen mit Parmesan unter die Polenta rühren. Polenta mit Tomaten anrichten.

Wochenthema: Wenn's schnell gehen muss: SOS-Gerichte
Vincent Klink Donnerstag, 31.08.2000

Hähnchengeschnetzeltes karameliert mit Möhrenplätzchen

2	Hähnchenbrüste
2	Karotten
1	Kartoffel
2	Zwiebeln, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 EL	Sesam
2 EL	Waldhonig
2 EL	Apfelessig
3 EL	Lauchwürfel
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
1 TL	Speisestärke
	Pfeffer, Salz, Muskat
	Olivenöl zum Anbraten

Die Hähnchenbrüste schnetzeln, leicht salzen und pfeffern und in einer Pfanne mit Olivenöl rundum anrösten. Fleisch aus der Pfanne nehmen und warm stellen. In der Pfanne Zwiebeln und Knoblauch anschwitzen. Honig zugeben und karamelisieren lassen. Dann mit Essig ablöschen, Sesam, Lauch und Petersilie untermischen. Das Fleisch wieder zugeben, alles noch einmal gut durchschwenken und abschmecken.

Für die Karottenplätzchen eine Karotte grob und eine Karotte fein reiben. Kartoffel schälen und fein reiben, zu den Karotten geben. Gemüseraspel in ein Küchentuch geben und den Saft ausdrücken. Unter die trockenen Raspel die Stärke mischen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Zu kleinen Plätzchen formen und in einer Pfanne mit Olivenöl knusprig ausbacken. Mit dem Geschnetzelten servieren.

Wochenthema: Wenn's schnell gehen muss: SOS-Gerichte
Fred Nowack Freitag, 01.09.2000

Piccata von Garnelen und Fischsticks

200 g	Seelachsfilet ohne Haut oder anderer Weißfisch
200 g	Garnelen (ohne Kopf und Schale)
200 g	Rucola
1	Ei
2	Eigelb
1 EL	Milch
2 EL	Parmesan, gerieben
1 EL	Semmelbrösel
1 EL	geschlagene Sahne
2 Zweige	Thymian, gezupft
250 ml	geschälte Tomaten (aus der Dose)
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
1/2	Knoblauchzehe, gepresst
2 EL	Balsamicoessig
3 EL	Olivenöl
ca. 1 EL	Mehl
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl zum Anbraten

Den Fisch in gleich große Stücke schneiden, leicht plattieren, mit Pfeffer und Salz würzen und mit Mehl bestäuben. Garnelen salzen und pfeffern und mit Mehl bestäuben.

Ei, Eigelb, Milch, Parmesan, Semmelbrösel und Thymian miteinander verrühren, mit Pfeffer und Salz abschmecken und die Sahne unterheben. Die Fischstücke durch die Panade ziehen und in reichlich Olivenöl von beiden Seiten je 2 Minuten goldbraun braten.

Die Tomaten absieben, den Saft auffangen und die Tomaten in kleine Würfel hacken.

Tomatensaft mit Balsamicoessig, Olivenöl, Knoblauch, Petersilie vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dann die Tomatenwürfel untermischen. Rucola putzen, waschen und abtropfen lassen und mit dem Dressing anmachen. Piccata von Fisch mit Salat anrichten.

ARD Buffet Rezepte September 2000

Wochenthema: Jubiläumsküche, Klassiker aus den letzten 5 Jahrzehnten
Rainer Strobel Montag, 04.09.2000

Salat Don Clemente mit gebratenem Schinken

300 g	gekochter Schinken
300 g	Waldpilze
1	Schalotte, fein geschnitten
1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
200 g	Tomaten
1	Avocado
1	rote Zwiebel
1 Stück	Ingwerwurzel
100 ml	Sahne
1/2	Zitrone
20 ml	Olivenöl
	Salz, Pfeffer, Zucker
	Butter zum Anbraten

Avocado schälen und in 2 cm große Würfel schneiden und sofort mit Zitronensaft beträufeln. Die Zwiebel in Ringe schneiden und die Tomaten achteln. Alles miteinander mischen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Ingwer schälen, reiben, unter den Salat mischen und etwas Olivenöl zugeben. Nach Belieben noch etwas Knoblauch zugeben. Den Schinken in 1 cm breite Scheiben schneiden und kurz in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Die Pilze putzen. Schalottenwürfelchen in einer Pfanne mit Butter anschwitzen, Pilze zugeben und kurz braten. Petersilie untermischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Schinken anrichten, die Pilze darüber geben und mit dem Salat anrichten. Dazu Weißbrot oder Baguette reichen.

Wochenthema: Jubiläumsküche, Klassiker aus den letzten 5 Jahrzehnten
Ute Herzog, Dienstag, 05.09.2000

Rinderfilet "Café de Paris"

2	Rinderfilets à 180 g
125 g	Butter
3	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 EL	Weißweinessig
1 EL	Weißwein
4 EL	Sahne
1	Eigelb
2	Sardellenfilets, fein geschnitten
1 TL	Senf
1 EL	diverse Kräuter, fein geschnitten
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
je 1 EL	Zitronensaft und Orangensaft
ca. 1 EL	Worcestersauce
	Salz, Cayennepfeffer
	Pflanzenöl zum Anbraten

Schalotten mit Essig und Wein in einen Topf geben und einkochen lassen. Abgekühlt mit Eigelb, gehackten Sardellenfilets, Senf, Kräutern, Petersilie, Knoblauch, Zitronensaft, Orangensaft, etwas Worcestersauce, Salz und Cayennepfeffer vermischen. Darunter die weiche Butter mischen und gut durchziehen lassen. (Die Butter "Café de Paris" lässt sich im Kühlschrank ein paar Tage aufbewahren und schmeckt auch gut zu Pellkartoffeln.)

In einer Pfanne mit etwas Öl die Filets von beiden Seiten ca. 4 Minuten braten, anschließend aus der Pfanne nehmen. In der Pfanne mit dem Bratenfond 2 EL der Butter "Café de Paris" zerlassen, Sahne zugeben und ein wenig einkochen lassen. Die Filets auf Tellern anrichten und mit der Sauce übergießen. Dazu passt gut ein Leipziger Allerlei oder ein Karotten-Erbsengemüse.

Wochenthema: Jubiläumsküche, Klassiker aus den letzten 5 Jahrzehnten
Vincent Klink, Mittwoch, 06.09.2000

Hirtentopf nach Horst Scharfenberg

400 g	Lammfleisch aus der Keule
1	Salatgurke
1/2 l	Gemüsebrühe
1	Zwiebel, fein geschnitten
1	Lorbeerblatt
2 EL	Sherry
1/4 l	saure Sahne
2 EL	Dill, fein geschnitten
100 g	Langkornreis
150 g	Erbsen
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Anbraten

Das Fleisch würfeln und in einem Topf mit Butter und Zwiebel anschwitzen. Mit der Gemüsebrühe ablöschen, Lorbeerblatt und etwas Pfeffer und Salz zugeben. Das Fleisch ca. 30 Minuten im offenen Topf weich kochen. Die Gurke schälen, würfeln und in einem Topf mit etwas Butter ca. 20 Minuten bei leichter Hitze weichkochen. Mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Die Gurken unter das weichgekochte Fleisch mischen. Sherry und saure Sahne zugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und Dill darüber streuen.

Zum Hirtentopf Risi Bisi servieren. Dazu Reis nach Packungsangabe weichkochen und die Erbsen in einem Topf mit Butter ein paar Minuten weichdünsten, mit Salz und Pfeffer abschmecken und unter den gekochten Reis mischen.

Wochenthema: Jubiläumsküche, Klassiker aus den letzten 5 Jahrzehnten
Vincent Klink, Donnerstag, 07.09.2000

Schweinelendchen in Blätterteig mit Eisbergsalat und Kräuterdressing

1	Schweinefilet
300 g	Blätterteig
100 g	Schweineschulter
1/8 l	Sahne
1 EL	Majoran
1 Prise	Muskatblüte
	etwas abgeriebene Zitronenschale (unbehandelt)
1	Eisbergsalat
1/8 - 1/4l	Speiseöl
1 EL	Essig
3	Eier
1 TL	scharfer Senf
1 TL	Kapern, fein geschnitten
2 EL	gemischte frische Kräuter, fein geschnitten
	Pfeffer, Salz
	Olivenöl zum Anbraten

Das Schweinefilet mit Pfeffer und Salz würzen und in Olivenöl von allen Seiten gut anbraten, dann in den auf 180 Grad vorgeheizten Ofen geben und zehn Minuten weiter garen.

Das Filet etwas auskühlen lassen.

Für die Farce die Schweineschulter durch die feine Scheibe des Fleischwolfs drehen und Sahne, Majoran, Muskatblüte, Zitronenschale und Pfeffer zugeben. Alles mindestens 5 Minuten gut durchkneten, bis die Farce gut abbindet.

Blätterteig halbieren, auswellen und eine Hälfte mit einem verquirltem Ei bestreichen. Darauf einen daumendicken Streifen Farce auftragen, das Filet auflegen. Dieses oben und seitlich mit Farce bestreichen. Mit der anderen Teighälfte das Filet zudecken. Die Ränder mit dem Teigradchen begradigen, übrigen Teig in Streifen schneiden und damit das eingepackte Filet verzieren. Alles mit Ei bestreichen und ca. 15 Minuten in den 180 Grad heißen Ofen geben. Vor dem Anrichten das Filet 10 Minuten ziehen lassen.

Dazu Eisbergsalat mit Kräuterdressing servieren. Für das Dressing 2 Eier mit Senf gut vermischen und unter ständigem Rühren Öl und Essig dazugeben. Anschließend die Kräuter und Kapern untermischen und mit Pfeffer und Salz würzen. Vom Eisbergsalat die äußeren Blätter entfernen, den Salat vierteln und darüber die Sauce gießen.

Wochenthema: Jubiläumsküche, Klassiker aus den letzten 5 Jahrzehnten
Otto Koch, Freitag, 08.09.2000

Glacierte Ente auf Zitronengrasspieß mit Zucchinitempura

2	Entenbrüste à ca. 160 g
3	Knoblauchzehen, gequetscht
2 EL	Honig
1	Zucchini
1	Eiweiß von einem kleinen Ei
1 TL	Ingwer, frisch gerieben
aus dem Asialaden:	
6 Stangen	Zitronengras
0,1 l	chinesische Hoisin Sauce
0,1 l	Soja Sauce
2 cl	Sesamöl
ca. 2 cl	Reiswein
1 TL	Chinagewürz
3 EL	Tempuramehl
100 g	Basmatireis
	Frittierfett
	Salz, Pfeffer

Den Reis nach Packungsangabe kochen.

Die Entenbrüste in 3 gleich große Stücke schneiden und auf die Zitronengrassstängel spießen. Knoblauch, Hoisin Sauce, Soja Sauce, Sesamöl, Reiswein, Ingwer, Honig und Chinagewürz zu einer Marinade mischen. Die Entenbruststücke salzen und pfeffern und in einer Pfanne (mit feuerfestem Griff) auf der Hautseite kross anbraten. Dann umdrehen und kurz Farbe geben lassen. Anschließend mit der Marinade einstreichen, in den Ofen geben und bei 200 Grad Oberhitze ca. 10 Minuten garen. Dabei alle zwei Minuten mit der Marinade bepinseln oder mit einem Löffel übergießen.

Das Tempuramehl mit etwas Wasser und Eiweiß vermischen und darin die in Scheiben geschnittenen Zucchini wenden. Diese im heißen Öl frittieren.

Ente mit Reis und Zucchini-Tempura anrichten. Den Bratenfond in der Pfanne mit soviel Reiswein ablöschen, dass eine sämige Sauce entsteht. Diese passieren und über die Entenbrüste träufeln.

Wochenthema: Kürbisköstlichkeiten**Rainer Strobel,****Montag, 11.09.2000****Kürbis-Zucchini-Suppe mit Putenbruststreifen**

400 g	Kürbis (ohne Schale)
1	Zucchini
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1/2 l	Gemüsebrühe
200 ml	Sahne
150 g	Putenbrust
	Curry, Zucker
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Anbraten

Etwas Kürbis und Zucchini in feine Streifen schneiden und als Suppeneinlage beiseite stellen. Den Rest in 2 cm große Würfel schneiden. Schalotten in einem Topf mit Butter glasig dünsten. Knoblauch, Kürbis- und Zuchiniwürfel zugeben. Kurz andünsten und mit 1 TL Curry würzen. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und 15 Minuten köcheln lassen. Dann Sahne zugeben, einmal aufkochen lassen und mit einem Mixer die Suppe pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Putenbrust in 1 cm dicke Streifen schneiden und in einer Pfanne mit Butter anbraten. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Curry würzen. Gemüsestreifen zugeben und einmal kurz durchschwenken. Die Suppe anrichten und Putenbrust- und Gemüsestreifen als Einlage dazugeben. Nach Belieben kann die Suppe noch mit ein paar Tropfen Kürbiskernöl verfeinert werden.

Wochenthema: Kürbisköstlichkeiten
Ute Herzog, Dienstag, 12.09.2000

Kürbis-Schnitzel auf Rahm-Champignons

400 g	Gartenkürbis
200 g	Champignons
1	Ei
2 EL	Semmelbrösel
2 EL	Parmesan, gerieben
2 EL	Mehl
1 EL	Butter
100 ml	saure Sahne
1	Zwiebel, fein geschnitten
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Paprikapulver
	Pflanzenöl zum Anbraten

Kürbis großzügig schälen, Kerne und weiches Innere entfernen. Fruchtfleisch in dicke längliche Scheiben schneiden. (Nicht ganz reifen Kürbis kurz blanchieren und abtropfen lassen.)

Kürbisscheiben mit Pfeffer und Salz würzen, in Mehl wenden, durchs verquirlte Ei ziehen und in der Semmelbrösel-Parmesanmischung panieren. In einer Pfanne mit Öl die Schnitzel goldgelb von jeder Seite je 3-5 Minuten ausbacken.

Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden.

In einer Pfanne Butter zerlassen und die Zwiebel darin glasig dünsten, Pilze zugeben und gut durchschmoren. Mit saurer Sahne ablöschen und Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Zum Schluß Petersilie untermischen. Die Kürbisschnitzel auf den Rahmchampignons anrichten.

Wochenthema: Kürbisköstlichkeiten

Vincent Klink,

Mittwoch, 13.09.2000

Kürbisauflauf mit Schweinekoteletts

2	Schweinekoteletts à 180 g
500 g	Kürbis (geschält)
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1/2 Stange	Lauch, fein gewürfelt
1/8 l	Sahne
2	Eier
1/2 l	Geflügel- oder Gemüsebrühe
1 Msp	Cayennepfeffer
1 EL	Curry
1 TL	Mehlbutterm
1 EL	Kürbiskerne
	Salz, Pfeffer
	Butter und
	Butterschmalz zum Anbraten

Das Kürbisfleisch in kleine Stücke schneiden, in Butter mit Schalotten, Lauch und Knoblauch andünsten. Mit Brühe ablöschen, Cayennepfeffer, Curry und Pfeffer dazugeben und gut untermischen. Bei geschlossenem Deckel fünf Minuten kochen lassen.

Mit einem Schaumlöffel die Kürbisstücke herausnehmen und in eine gebutterte Auflaufform geben. Die restliche Brühe auf ca. 1/8 l einkochen lassen. Mit Mehlbutterm abbinden, vom Herd nehmen, Sahne und Eier unterziehen und mit Pfeffer und Salz würzen. Diese Mischung über die Kürbisstücke gießen und im 160 Grad heißen Ofen ca. 20 Minuten ausbacken.

In der Zwischenzeit die Koteletts mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten je 7 Minuten bei leichter Hitze anbraten. Die Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Über den Auflauf die Kerne streuen und mit den Koteletts servieren.

Wochenthema: Kürbisköstlichkeiten

Vincent Klink,

Donnerstag, 14.09.2000

Kürbisküchle mit Birnenkompott

300 g	Kürbis (ohne Schale)
2 EL	Esskastanienhonig
2 EL	gestoßene Haselnüsse
6	Eigelb
4 EL	geriebenes Brot
200 g	reife Birnen
1/4 l	Weißwein
2 cl	Grand Marnier
1 TL	Speisestärke
1/2 TL	Zitronenschale (unbehandelt)
	Zucker
	Butter zum Anbraten

Das Kürbisfleisch in größere Stücke schneiden und in leicht gesüßtem Wasser wie Salzkartoffeln weichkochen. Das Wasser abschütten und die Kürbisstücke im Topf noch etwas ausdampfen lassen. Mit einem Kartoffelstampfer zu Püree zerkleinern.

In einer Pfanne den Honig mit den Haselnüssen karamelisieren lassen und anschließend zum Kürbispüree geben. Alles in eine Schüssel umfüllen und Eigelb mit einem Holzlöffel unterarbeiten. Soviel Semmelbrösel zugeben, dass ein formbarer Teig entsteht. Aus dem Teig kleine Küchle (ähnlich Buletten) formen und diese in Butter ausbraten.

Für das Birnenkompott die Birnen in Würfelchen schneiden. 1 TL Butter und 2 EL Zucker in einer Pfanne karamelisieren lassen. Mit Weißwein ablöschen und so lange kochen, bis sich in der Pfanne das Karamel gelöst hat und der Wein fast eingekocht ist. Dann die gewürfelten Birnen zugeben. In etwas Wasser die Speisestärke lösen und unter das Kompott mischen. Mit Zitronenschale und Grand Marnier verfeinern. Kompott mit Kürbisküchle anrichten.

Wochenthema: Ganz olympisch, Kochen wie in Australien
Ute Herzog, Dienstag, 19.09.2000

Lammrücken mit Macadamia-Kruste auf Auberginen-Ragout

400 g	Lammrücken, pariert
120 g	Butter
100 g	Macadamianüsse, gemahlen
1 EL	Senf
2	Thymianzweige
1	Rosmarinzweig
1	kleine Aubergine, gewürfelt
2	Tomaten, gewürfelt
1	Gemüsezwiebel, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 EL	Kräuter, fein geschnitten
100 ml	Gemüsebrühe
2	Kartoffeln
ca. 1 EL	Semmelbrösel
	Olivenöl zum Anbraten
	Salz, Pfeffer

Die Kartoffeln möglichst schon am Vortag kochen.

Den Lammrücken im heißen Öl von allen Seiten kurz anbraten, etwas abkühlen lassen und dann mit Senf bestreichen.

Die Butter zerlassen, dann Nüsse und soviel Semmelbrösel zugeben, dass eine dicke Paste entsteht. Gezupften Thymian und gehackten Rosmarin unter die Paste mischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Paste auf das Fleisch streichen und ca. 5 - 7 Minuten in den auf 200 Grad vorgeheizten Ofen geben.

Gemüsezwiebel in einem Topf mit 2 EL Olivenöl andünsten, Aubergine und Knoblauch zugeben und mit Pfeffer würzen. Das Gemüse kräftig durchschmoren und mit der Gemüsebrühe ablöschen. 15 Minuten köcheln lassen und dann die gehackten Tomaten zugeben, 2 Minuten später die gehackten Kräuter untermischen und abschmecken. Die gut ausgekühlten Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl kurz anbraten, salzen und pfeffern und ringförmig auf Tellern anrichten. Das Auberginenragout in der Kartoffelringmitte anrichten und Scheiben vom Lammrücken darauf geben.

Wochenthema: Ganz olympisch, Kochen wie in Australien
Vincent Klink, Donnerstag, 21.09.2000

Fischchowder

300 g	Seehechtfilet
100 g	Krabbenfleisch
1	Zwiebel, fein geschnitten
2	Kartoffeln
1 EL	Karotten, fein gewürfelt
1 EL	Lauch, fein gewürfelt
1 EL	Blattpetersilie, fein geschnitten
2 EL	geriebenes Weißbrot
1/8 l	Sahne
1/2 l	Fischfond
	Butter zum Anbraten
	Salz, Pfeffer

Kartoffeln kochen, pellen und würfeln. (Übrige Pellkartoffeln vom Vortag können auch verwendet werden.) Zwiebelwürfelchen in einem Topf mit Butter anschwitzen, Karotten und Lauch zugeben. Mit Fischfond ablöschen und die Semmelbrösel zum Andicken untermischen. Sahne zugeben und alles 5 Minuten köcheln lassen. In der Zwischenzeit den Fisch klein schneiden. Fischwürfel und Kartoffeln zugeben und alles weitere 5 Minuten köcheln lassen. Kurz vor dem Servieren die Krabben in die Suppe geben, mit Pfeffer und Salz abschmecken und mit Petersilie bestreuen.

Wochenthema: Ganz olympisch, Kochen wie in Australien
Rainer Strobel, Montag, 25.09.2000

Red Snapper mit Grapefruit, Chili und Koriander

400 g	Red Snapperfilet
1	rosa Grapefruit
1	rote Chilischote
1/2 Bund	frischer Koriander, fein geschnitten
1 Bund	Lauchzwiebeln
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl

Grapefruit schälen, Filets herausschneiden und den dabei auslaufenden Saft auffangen. Die Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden. Kerngehäuse und Kerne der Chilischote entfernen und die Schote ebenfalls in feine Streifen schneiden. Grapefruitfilets mit Saft, Lauchzwiebeln, Chili und Koriander mischen. 1 EL Olivenöl dazugeben und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Das Fischfilet mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Auf Tellern anrichten und den Grapefruitsalat darauf geben. Dazu passt gut Butterreis.

Wochenthema: Ganz olympisch, Kochen wie in Australien
Vincent Klink, Mittwoch, 27.09.2000

Pavlova mit Früchten

4 Eiweiss
260 g Puderzucker
2 EL Zucker
1/4 l Sahne
1 Vanilleschote
1/4 Mango
3 Passionsfrüchte
2 Kiwis

Eiweiss mit einer Küchenmaschine oder dem Schneebesen schaumig schlagen und nach und nach insgesamt 250 g Puderzucker zugeben. Die Masse sollte insgesamt ca. 20 Minuten geschlagen werden, dann in einen Spritzbeutel mit einer großen Lochtülle umfüllen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech runde Baisertörtchen aufspritzen (Durchmesser ca. 10 cm, Höhe ca. 6 cm). In die Baisertörtchen eine Vertiefung eindrücken und im auf 130 Grad vorgeheizten Ofen 30 Minuten backen. Dann bei 40 Grad weitere 2 Stunden trocknen lassen.

Die Sahne mit dem restlichen Puderzucker steif schlagen. Mango schälen, pürieren und mit Vanillemark mischen. Das Fruchtmarm unter die Sahne heben und die Creme in die ausgekühlten Baisertörtchen füllen.

Die Passionsfrüchte halbieren, das Mark herausstreichen und durch ein Sieb passieren. In einer heißen Pfanne (wenn möglich aus Eisen) 2 EL Zucker karamelisieren lassen und mit 2 EL Wasser ablöschen. Das Passionsfruchtmarm dazugeben und einkochen lassen, bis die Konsistenz sirupartig ist.

Kiwis schälen und in Scheiben schneiden. Gefüllte Baisertörtchen auf Tellern anrichten. Kiwischeiben um die Baisers legen und mit Passionsfruchtkaramel beträufeln.

Wochenthema: Ganz olympisch, Kochen wie in Australien
Otto Koch, Freitag, 29.09.2000

Australischer Shepherd's Pie

400 g	Lammfleisch, gewürfelt
1	Zwiebel, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen, fein geschnitten
100 g	Sellerie
100 g	Karotten
50 g	Butterschmalz
1 EL	Mehl
4 Scheiben	Speck, geräuchert
2 EL	Petersilie, fein geschnitten
1/4 l	brauner Fond
0,1 l	trockener Rotwein
400 g	Kartoffeln
etwas	Milch
ein paar	Butterflocken
	Salz, Pfeffer, Muskat

Kartoffeln schälen, in Salzwasser weichkochen und durch die Kartoffelpresse drücken. Soviel heiße Milch und Butterflöckchen zugeben, dass ein cremiger Brei entsteht. Diesen mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Sellerie in 1 cm große Würfel, Karotten in Scheiben schneiden. Das Gemüse in Salzwasser kurz blanchieren. Das Fleisch in Butterschmalz anbraten, Zwiebeln, Knoblauch und blanchiertes Gemüse zugeben und anrösten. Mit Mehl bestäuben, mit Rotwein und Fond ablöschen, alles gut verrühren und einige Minuten kochen lassen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken. Den Speck leicht anbraten. Das Ragout in eine Pieform füllen. Mit Speck und gehackter Petersilie bestreuen. Darauf das Kartoffelpüree geben und glatt streichen. Nach Belieben Verzierungen in den Kartoffelbrei eindrücken. Den Pie bei 200 Grad ca. 45 Minuten backen. In der Schüssel auftragen und am Tisch servieren.

ARD Buffet Rezepte Oktober 2000

Wochenthema: Kulinarischer Streifzug durch Deutschlands Küchen
Rainer Strobel Montag, 02.10.00

Spreewaldzander mit Meerrettich im Blätterteig

500 g	Zanderfilet ohne Haut
300 g	Blätterteig
1	Möhre
1/2	Sellerieknolle
1 Stange	Lauch
100 g	Meerrettich
1	Ei
100 ml	Sahne
100 ml	Weißwein
50 g	Butter
	Salz, Pfeffer

Lauch, Sellerie und Möhre putzen und in sehr feine Streifen schneiden. In einer Pfanne die Butter zerlassen und darin die Gemüsestreifen kurz andünsten. Das Gemüse auf ein Sieb geben und den Dunstfond auffangen. Die Hälfte des Meerrettichs über die Gemüsestreifen reiben und vermischen. Den Blätterteig ca. 0,5 cm dick ausrollen und die Hälfte des grätenfreien Zanderfilets darauf geben. Gemüse auf dem Fisch verteilen, darauf die andere Fischhälfte geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Teigländer mit verquirltem Ei einstreichen. Fisch und Gemüse gut in den Teig einschlagen und die Ränder fest andrücken. Das Teigpäckchen mit Ei bestreichen und im Ofen bei 180 Grad ca. 20 Minuten backen.

Den Gemüsedunstfond mit Weißwein und Sahne in einen Topf geben und um etwas mehr als die Hälfte einkochen. Zum Schluss den restlichen Meerrettich in die Sauce reiben und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Den gebackenen Fisch aufschneiden und mit der Sauce anrichten.

Wochenthema: Kulinarischer Streifzug durch Deutschlands Küchen

Vincent Klink

Mittwoch, 04.10.2000

Käsespätzle

150 g	Bergkäse, gerieben
2	Zwiebeln, fein geschnitten
1/8 l	Milch
200 g	Mehl
4	Eier
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Anbraten

Das Mehl in eine Schüssel geben und in der Mitte des Mehlbergs eine Kuhle eindrücken. Die Eier einschlagen und eine Prise Salz zugeben. Alles mit einem Kochlöffel vermengen und so lange schlagen, bis ein glatter Teig entstanden ist. Die Teigschüssel mit einer Klarsichtfolie verschließen und den Teig eine halbe Stunde ruhen lassen. In der Zwischenzeit einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Ein Spätzle Brett kurz in kochendes Wasser tauchen, darauf ca. 2 Esslöffel Teig streichen. Den Teig mit einem ebenfalls angefeuchteten Teigschaber zuerst flach streichen und dann dünne Streifen ins kochende Wasser schaben. Wenn die Spätzle gar sind, steigen sie nach oben. Mit einem Sieblöffel die Spätzle aus dem kochenden Wasser herausnehmen und kurz in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben. Anschließend absieben. Das Ganze so lange wiederholen, bis der Teig aufgebraucht ist.

Die Zwiebeln in einer Pfanne mit Butter goldbraun rösten. Die Spätzle ebenfalls in einer Pfanne (mit feuerfestem Griff) mit Butter erwärmen. Die Hälfte der gerösteten Zwiebeln darunter mischen, mit Milch ablöschen, die Hälfte des Käses untermischen und leicht schmelzen lassen. Mit Pfeffer würzen und den restlichen Käse auf die Spätzle geben. Die Pfanne unter den Grill stellen und den Käse schmelzen lassen. Die restlichen Zwiebeln obenauf geben und servieren. Dazu passt gut grüner Salat.

Wochenthema: Kulinarischer Streifzug durch Deutschlands Küchen
Vincent Klink **Donnerstag, 05.10.2000**

Eisbein mit Kraut gratiniert

1	gepökelte Schweinshaxe
200 g	Sauerkraut
1/2 l	Apfelmost
4	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1/2 l	Weißwein
2 EL	Essig
1 EL	Kastanienhonig
1 EL	Rosinen
2 EL	geriebenes Weißbrot
1 TL	Bio-Gemüsebrühe-Pulver
1	Lorbeerblatt
1 TL	Wacholderbeeren, zerdrückt
	Butter zum Anbraten
	Salz, Pfeffer

Die Schweinshaxe in schwach gesalzenem Wasser ca. 1 Stunde lang weichkochen. Etwas auskühlen lassen und das Fleisch vom Knochen lösen. Die Fettschwarte entfernen und das magere Fleisch mit der Hand behutsam in die einzelnen Muskelstränge teilen.

Zwei Schalotten mit etwas Butter in einer Pfanne bei mäßiger Hitze glasig dünsten, den Knoblauch etwas später dazugeben. Dann mit 1/4 l Wein ablöschen, Sauerkraut, Gemüsebrühen-Pulver, Lorbeerblatt und Wacholderbeeren zugeben. Mit etwas Pfeffer würzen. Bei geschlossenem Deckel ca. 20 Minuten kochen, bis die Flüssigkeit restlos verdampft ist. Evtl. nach 15 Minuten den Deckel abnehmen und bei großer Hitze die restliche Flüssigkeit reduzieren lassen. Abschmecken und das Lorbeerblatt herausnehmen.

Den Apfelmost auf 1/8 l einkochen. Zwei Schalotten in etwas Butter anbraten, dazu Honig und Rosinen geben und mit restlichem Weißwein, dem eingekochten Apfelmost und Essig auffüllen. Zu einem dünnen Sirup einkochen und das Fleisch darin schwenken. Das Fleisch auf dem Sauerkraut anrichten und mit Semmelbröseln und Butterflöckchen bestreuen. Unter den Grill geben und kurz gratinieren.

Dazu passt gut Kartoffelbrei.

Wochenthema: Feine Gerichte auch für Diabetiker
Rainer Strobel **Montag, 09.10.2000**

Wiener Tafelspitz mit Bouillonkartoffeln

200 g	Rindfleisch (Tafelspitz)
150 g	Suppengemüse
320 g	Kartoffeln
200 ml	Klare Brühe
75 ml	Milch
1,5 EL	Meerrettich
1/2 Bund	Petersilie
	Johannisbrotkernmehl zum Binden
	gekörnte Brühe zum Würzen
	Salz, Pfeffer, Muskat

Die Hälfte des Suppengemüses in Würfel, die andere Hälfte in feine Streifen schneiden. Für das Siedfleisch einen halben Liter Wasser zum Kochen bringen. Das Fleisch, das gewürfelte Suppengemüse, Salz, Pfeffer und Muskat zugeben und mindestens 1 Stunde weichkochen. Das Fleisch herausnehmen, portionieren und das Gemüse abseihen. 1/4 l der Kochbrühe und die Milch mit dem Bindemittel andicken, mit gekörnter Brühe abschmecken und zum Schluss den Meerrettich einrühren.

Für die Bouillonkartoffeln die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. In der klaren Brühe 10 - 15 Minuten kochen. Petersilie hacken und zusammen mit dem in Streifen geschnittenen Suppengemüse 5 Minuten vor Ende der Kochzeit zugeben. Die Kartoffeln in der Bouillon servieren.

Nährwertangaben - eine Portion enthält:

323	kcal
2	BE
30,5 g	Kohlenhydrate
9,5 g	Fett
26,5 g	Eiweiß
6 g	Ballaststoffe
65 mg	Cholesterin

Das Rezept stammt aus dem Buch "Lehrküche für Diabetiker", ISBN 3-928094-04-1.

Das Buch ist über die Diabetes-Akademie Bad Mergentheim e.V., Theodor-Klotzbücher-Straße 12, 97961 Bad Mergentheim, Tel. 07931 / 8015 zu beziehen.

Wochenthema: Feine Gerichte auch für Diabetiker
Ute Herzog, Dienstag, 10.10.2000

Chop Suey mit Glasnudeln

200 g	Hühnerbrust
75 g	Karotten
125 g	Bambussprossen
125 g	Lauch
125 g	Champignons
1 EL	Olivenöl
2 EL	Sojasauce
1 Prise	Ingwerpulver
1,5 EL	Sherry
60 g	Glasnudeln
	Salz

Das Fleisch, die Karotten, die Bambussprossen und den Lauch in dünne Streifen und die Champignons in Scheiben schneiden. Das Fleisch im heißen Öl anbraten, das Gemüse zugeben und garschmoren. Die Sojasauce mit dem Ingwerpulver und dem Sherry mischen und salzen. Über das Fleisch und das Gemüse gießen, nochmals 5 Minuten dünsten und abschmecken. Die Glasnudeln in Salzwasser garen und getrennt dazureichen.

Nährwertangaben - eine Portion enthält:

345	kcal
2	BE
33 g	Kohlenhydrate
8 g	Fett
33 g	Eiweiß
5,5 g	Ballaststoffe
98 mg	Cholesterin

Das Rezept stammt aus dem Buch "Lehrküche für Diabetiker", ISBN 3-928094-04-1.
Das Buch ist über die Diabetes-Akademie Bad Mergentheim e.V., Theodor-Klotzbücher-Straße
12, 97961 Bad Mergentheim, Tel. 07931 / 8015 zu beziehen.

Wochenthema: Feine Gerichte auch für Diabetiker

Vincent Klink,

Mittwoch, 11.10.2000

Seezungenröllchen mit Tomatenreis

250 g	Seezungenfilet
60 g	Reis
2	Tomaten
50 ml	Weißwein
1/2	Knoblauchzehe
1	Lorbeerblatt
1	Nelke
100 g	Champignons
50 g	Krabben
25 ml	Sahne
1/2 Bund	Schnittlauch
	etwas Zitronensaft
	Johannisbrotkernmehl zum Binden
	Salz, Pfeffer

Den Reis im leicht gesalzenen Wasser (125 ml) ca. 25 Minuten garen, bis der Reis vollständig ausgequollen ist. Die Tomaten enthäuten, entkernen und in Würfel schneiden. Kurz bevor der Reis fertig ist die Tomaten untermischen.

Die Seezungenfilets mit Zitronensaft beträufeln, salzen und zu Röllchen formen. Mit dem Weißwein, der zerdrückten Knoblauchzehe, dem Lorbeerblatt, der Nelke, Salz, Pfeffer und etwas Wasser in einem Topf aufsetzen und 5 Minuten ziehen lassen. In der Zwischenzeit die Champignons in Scheiben schneiden. Den Fisch herausnehmen und den Sud leicht andicken. Die Krabben und die Champignons dazugeben und kurz aufkochen lassen. Den Schnittlauch zur Sauce geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit der Sahne verfeinern und über die Seezungenröllchen gießen. Mit dem Tomatenreis anrichten.

Nährwertangaben - eine Portion enthält:

308	kcal
2	BE
24,5 g	Kohlenhydrate
7 g	Fett
30,5 g	Eiweiß
1,5 g	Ballaststoffe
76 mg	Cholesterin

Das Rezept stammt aus dem Buch "Lehrküche für Diabetiker", ISBN 3-928094-04-1.

Das Buch ist über die Diabetes-Akademie Bad Mergentheim e.V., Theodor-Klotzbücher-Straße 12, 97961 Bad Mergentheim, Tel. 07931 / 8015 zu beziehen.

Wochenthema: Feine Gerichte auch für Diabetiker

Vincent Klink,

Donnerstag, 12.10.2000

Gnocchi di ricotta

175 g	Spinat
100 g	Magerquark, trocken
50 g	Parmesankäse, gerieben
1	kleines Ei
15 g	Weizenmehl
1 l	Fleischbrühe
1/4 l	Gemüsebrühe
1/2	kleine Zwiebel
1	Knoblauchzehe
1	Tomate
2 EL	Tomatenmark
1/2 EL	Öl
	Majoran, Oregano
	Salz, Pfeffer, Muskat

Den frischen Spinat putzen, waschen und ohne Zugabe von Wasser in einem großen Topf erhitzen, bis die Blätter weich sind. Nach dem Abkühlen den Spinat hacken und in einem Tuch gut auspressen. In einer Schüssel den Spinat mit dem Quark, Parmesankäse, dem Ei und dem Mehl vermengen, so dass ein fester Teig entsteht. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Fleischbrühe erhitzen und mit einem Löffel Klößchen in die kochende Brühe abstechen. Die Klößchen ca. 10 Minuten ziehen lassen und mit einem Sieblöffel herausnehmen. Mit Tomatensauce servieren. Dazu die Zwiebel fein hacken und in Öl andünsten. Das Tomatenmark zugeben, anbräunen und mit der Gemüsebrühe ablöschen. Die Sauce mit Salz, Pfeffer, Majoran, Oregano und gehacktem Knoblauch abschmecken und evt. mit Johannisbrotkernmehl andicken. Die Tomate überbrühen, enthäuten, würfeln und in die Sauce geben.

Nährwertangaben - eine Portion enthält (ohne Tomatensauce):

218	kcal
0,5	BE
8 g	Kohlenhydrate
10 g	Fett
22 g	Eiweiß
2 g	Ballaststoffe
117mg	Cholesterin

Das Rezept stammt aus dem Buch "Lehrküche für Diabetiker", ISBN 3-928094-04-1.

Das Buch ist über die Diabetes-Akademie Bad Mergentheim e.V., Theodor-Klotzbücher-Straße 12, 97961 Bad Mergentheim, Tel. 07931 / 8015 zu beziehen.

Wochenthema: Feine Gerichte auch für Diabetiker
Otto Koch **Freitag, 13.10.2000**

Heilbutt überbacken mit Kräuterreis

250 g	Heilbutt
75 g	Gemüse (Lauch, Sellerie, Zwiebeln, Karotten)
60 g	Reis
1	Knoblauchzehe
60 g	Magerquark
1,5	Eigelb
3 EL	Kräuter, gehackt (Dill, Petersilie, Schnittlauch)
25 g	geriebener Käse
	etwas Zitronensaft
	Johannisbrotkernmehl zum Binden
	Salz, Pfeffer

Den Reis im leicht gesalzenen Wasser (125 ml) ca. 25 Minuten garen, bis der Reis vollständig ausgequollen ist. Kurz bevor der Reis fertig ist 1 EL Kräuter untermischen.

Das Gemüse in feine Streifen schneiden und in etwas Wasser andünsten. Den Heilbutt mit Zitronensaft beträufeln, salzen, pfeffern und 5 Minuten vordünsten. Die Knoblauchzehe zerdrücken, mit dem Quark, dem Gemüse, dem Eigelb und den restlichen Kräutern verrühren und würzen. Eventuell mit etwas Johannisbrotkernmehl andicken. Den Fisch in eine Auflaufform setzen, mit der Quarkmasse bestreichen, mit dem Käse bestreuen und 10 Minuten bei 180 Grad überbacken. Den Kräuterreis zum Fisch servieren.

Nährwertangaben - eine Portion enthält:

382	kcal
2	BE
26 g	Kohlenhydrate
12 g	Fett
38 g	Eiweiß
1,5 g	Ballaststoffe
252 mg	Cholesterin

Das Rezept stammt aus dem Buch "Lehrküche für Diabetiker", ISBN 3-928094-04-1.

Das Buch ist über die Diabetes-Akademie Bad Mergentheim e.V., Theodor-Klotzbücher-Straße 12, 97961 Bad Mergentheim, Tel. 07931 / 8015 zu beziehen.

Wochenthema: Koch-Olympiade

Jeanette Lippert

Montag, 16.10.2000

Schweinefilet in Cognac-Pfefferrahmsauce und Kressekartoffeln

4	Schweinemedallions á 80 g
1/2	Zwiebel, fein geschnitten
2 EL	Cognac
ca. 250 ml	Hühnerbrühe
1 TL	Speisestärke
1 Zweig	Zitronenthymian
ca. 2 EL	Weißwein
ca. 2 EL	Sahne
2	Zucchini
250 g	Cocktailtomaten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
4	Kartoffeln, festkochend
2 Kästchen	Kresse
ca. 1 EL	Basilikumblätter, fein geschnitten
ca. 1/2 EL	Rosmarinnadeln
	Cayennepfeffer
	gemischte Pfefferkörner (zerdrückt)
	Salz, Pfeffer
	Butter und Olivenöl zum Anbraten

Die Zwiebel in Butter glasig dünsten, mit Cognac und Weißwein ablöschen und etwas reduzieren lassen. Hühnerbrühe und Sahne angießen und mit Cayennepfeffer und evt. etwas Salz würzen. Den Zitronenthymianzweig in die Sauce legen und diese wieder etwas einkochen lassen. Dann den Zitronenthymian entfernen und die Sauce mit einem Zauberstab pürieren. Die Speisestärke in kaltem Wasser auflösen und in die kochende Sauce rühren, kurz aufkochen lassen und zum Schluss die zerstoßenen Pfefferkörner unterrühren. Die Sauce zur Seite stellen. Die Fleischscheiben leicht klopfen, salzen und pfeffern und in heißem Öl von beiden Seiten anbraten. Dann für ca. 15 Minuten in den auf 120 Grad vorgewärmten Ofen schieben. In der Zwischenzeit die Kartoffeln roh schälen und in streichholzlange Streifen hobeln, in ein Küchentuch geben und gut auspressen. In einer Pfanne etwas Öl und Butter erhitzen und die Hälfte der Kartoffelscheiben knusprig braun braten, salzen und pfeffern. Die grob gehackte Kresse über die Kartoffeln streuen, die restlichen Kartoffeln darüber geben, mit einem Pfannenwender umdrehen und auf dieser Seite ebenfalls braten. Zucchini in Scheiben schneiden und in heißem Olivenöl anbraten. Knoblauch und halbierte Tomaten dazugeben und kurz andünsten. Salzen, pfeffern und Basilikum und Rosmarinnadeln darüber streuen. Zum Schluss die Schweinemedallions in aufgeschäumter Butter kurz fertig braten, anrichten und mit der Sauce überziehen. Dazu Zucchini-Tomaten-Gemüse und Kressekartoffeln reichen.

Wochenthema: Koch-Olympiade

Ingrid Bäß

Dienstag, 17.10.2000

Lachsmaultäschchen auf Paprikaschaum

300 g	Lachsfilet, ohne Haut und Gräten
ca. 300 g	Nudelteig (vom Bäcker)
400 g	Sahne
etwas	Zitronensaft
1 -2	Eiweiß
1	rote Paprika
1/2	gelbe Paprika
1/2	grüne Paprika
1 Stange	Lauch
2	kleine Karotten
1	Schalotte
ca. 200 ml	Fischfond
3	kleine Zucchini
ca. 1 l	Gemüsebrühe
	Parmesan, frisch gerieben
	Butter zum Anbraten
	Salz, Pfeffer

Aus Lachs, 300 g Sahne, etwas Pfeffer, Salz und Zitronensaft im Mixer eine Farce herstellen. Den Nudelteig auswellen und mit Eiweiß bestreichen. Kleine Häufchen der Lachsfarce auf den Nudelteig geben, mit Teig bedecken, die Ränder andrücken und mondformig ausstechen. Die Maultaschen im heißen Salzwasser ca. 12 - 15 Minuten ziehen lassen.

Die Zucchini halbieren und die Hälften längs durchschneiden. Die Zucchiniviertel fächerförmig schneiden und kurz in der Gemüsebrühe blanchieren. Dann abtropfen lassen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Mit Parmesan bestreuen und bei 220 Grad Oberhitze ca. 10 Minuten gratinieren.

Paprika, Lauch, Karotten und Schalotte fein würfeln. Für die Sauce die Schalotten in etwas Butter andünsten und die Hälfte der roten Paprikawürfeln zugeben. Mit Fischfond aufgießen und reduzieren lassen. Restliche Sahne zugeben, kurz aufkochen und die Sauce durch ein Sieb streichen. Kalte Butterwürfel in die Sauce geben und mit dem Zauberstab montieren.

Das restliche Gemüse in einem Topf mit Butter bissfest andünsten und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Lachsmaultäschchen mit dem Paprikaschaum, den Zucchinifächern und dem bunten Gemüse anrichten.

Wochenthema: "Wild(e) - Pilzzeit"**Rainer Strobel****Montag, 23.10.2000****Rehmedaillons auf Rahmsteinpilzen**

400 g	Rehrücken ohne Knochen
400 g	Steinpilze
1	Zwiebel, fein geschnitten
100 ml	Sahne
50 ml	Olivenöl
50 g	Butter
1/2 Bund	Petersilie
1 Zweig	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
	gemahlener Wacholder
	Salz, Pfeffer

Den Rehrücken in 6 Medaillons schneiden und mit Salz, Pfeffer und gemahlenem Wacholder würzen. In einer Pfanne mit Olivenöl, dem Thymian und Rosmarin die Medaillons rosa braten. Die Steinpilze putzen und klein schneiden. Kleine Pilze nur halbieren. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Steinpilze dazugeben und gut durchschwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen. Dann die Sahne zugeben und um etwas mehr als die Hälfte einkochen lassen. Zum Schluss die Butter untermischen und mit Petersilie bestreuen. Die Medaillons auf den cremigen Steinpilzen anrichten.

Wochenthema: "Wild(e) - Pilzzeit"

Ute Herzog

Dienstag, 24.10.2000

Pilz-Wildragout unter der Blätterteighaube

100 g	Waldpilze
2	Rehfilets à 150 g
1	Schalotte, fein geschnitten
6	Backpflaumen
100 g	Blätterteig
2 EL	Crème Fraîche
1 EL	Tomatenmark
1 EL	Senf
1 EL	Honig
4 EL	Portwein
4 EL	Rotwein
1/2 EL	Balsamico-Essig
1	Eigelb
1 TL	Wildgewürz
	gemahlene Nelken, Salz, Pfeffer
	Speiseöl und Butter zum Anbraten

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Rehfilets mit Wildgewürz gut einreiben und in einer Pfanne mit Öl kurz von allen Seiten anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. Zum Bratenfond in der Pfanne Portwein, Rotwein, Crème Fraîche, Senf, Honig und Tomatenmark geben und gut vermischen. Mit Essig, gemahlene Nelken, Salz, Pfeffer und Wildgewürz abschmecken und kurz aufkochen lassen.

Die Pilze putzen, evt. etwas klein schneiden und mit einer Schalotte in einer Pfanne mit Butter andünsten. Die Rehfilets und die Backpflaumen klein schneiden.

2 feuerfeste Suppentassen oder Souffléförmchen innen mit Öl auspinseln. Aus dem Blätterteig zwei Kreise, die etwas größer als die Tassen sind, ausschneiden. Eigelb mit etwas Wasser verquirlen und den oberen Tassenrand damit einstreichen.

Fleisch, Pflaumen und Pilze auf die Tassen verteilen und die Sauce darüber gießen. Die Teigkreise auf die Tassen legen und die Ränder fest andrücken. Teigoberfläche mit Eigelb bestreichen und alles 20 Minuten bei 180 Grad in den Backofen geben. Dann das Ragout in den Tassen sofort heiß servieren.

Wochenthema: "Wild(e) - Pilzzeit"

Vincent Klink

Mittwoch, 25.10.2000

Pilznudeln

250 g	Hartweizendunst (aus dem ital. Lebensmittelladen), ersatzweise Weizenmehl
2	Eier
1	Eigelb
1 TL	Olivenöl
300 g	Waldpilze
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1	Schalotte, fein geschnitten
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten
1/8 l	Sahne
1/8 l	Gemüsebrühe
1 EL	Butter
	Mehl zum Ausrollen des Teiges
	Salz, Pfeffer

Hartweizendunst auf ein Backbrett geben, in der Mitte des Mehlbergs eine Kuhle eindrücken, Eier, Eigelb, eine Prise Salz und 1 TL Olivenöl in die Mulde geben und alles zu einem glatten Teig kneten. Der Teig sollte fest sein (darf an Knetmasse erinnern). Von Vorteil ist es, wenn man etwas weniger Mehl nimmt, um den Teig weich anzukneten und anschließend das restliche Mehl zugibt, bis die gewünschte Festigkeit erreicht ist. Den Teig in Klarsichtfolie einpacken und mindestens 2 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.

Dann den Teig mit etwas Mehl bestäuben und in der Nudelmaschine oder mit dem Nudelholz dünn ausrollen. Den ausgerollten Teig wieder mit etwas Mehl bestäuben, zusammenrollen und von der Rolle Scheiben abschneiden. (Die Dicke der Scheibe ergibt die Breite der Nudel.) Die Pilze putzen und halbieren oder vierteln (je nach Größe). Zusammen mit den Schalotten in Butter anschwitzen. Den Knoblauch dazugeben und mit einem TL Mehl bestäuben. Mit Gemüsebrühe und Sahne ablöschen. Solange köcheln lassen, bis die Sauce sämig ist. Petersilie untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die frischen Nudeln in Salzwasser bissfest kochen, abschütten, unter die Pilze mischen und anrichten.

Wochenthema: "Wild(e) - Pilzzeit"

Vincent Klink

Donnerstag, 26.10.2000

Wildschweinschnitzel mit Preiselbeersauce

6	Wildschweinschnitzelchen à 50 g
200 g	Waldpilze
1 Scheibe	gerauchter Bauchspeck, fein gewürfelt
3	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1/4 l	Fleischbrühe
1 EL	Rotweinessig
1/8 l	Rotwein
1/4 l	Sahne
2 EL	Preiselbeeren
1/2 TL	Wacholderbeeren, zerrieben
1/2 Bund	Blattpetersilie, fein geschnitten
1 Zweig	Thymian
1 EL	Butter
1 TL	Mehl
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl zum Anbraten

Die Schnitzelchen flach klopfen, pfeffern, salzen und in heißem Olivenöl von jeder Seite zwei Minuten anbraten. Dann herausnehmen und warm stellen. In der Fleischpfanne zwei Schalotten und Speck andünsten. Mit Rotwein und Fleischbrühe ablöschen, den Essig und die Wacholderbeeren zugeben. Die Flüssigkeit um die Hälfte reduzieren lassen und passieren. Die Sahne mit dem Mehl gut vermischen und damit den Fond abbinden. Die Preiselbeeren unter die Sauce mischen.

Die restliche Schalotte in einer Pfanne mit Butter dünsten, Knoblauch und Pilze dazugeben und bei starker Hitze anbraten. Bevor die Pilze braun werden, die Pfanne vom Feuer ziehen und gezupften Thymian und Petersilie untermischen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Schnitzelchen in der Sauce erwärmen und auf Tellern anrichten. Die Pilze darauf geben und die Sauce angießen. Dazu passen gut Semmelknödel oder Spätzle.

Wochenthema: "Wild(e) - Pilzzeit"

Fred Nowack

Freitag, 27.10.2000

Walnussgnocchi mit Waldpilzen

500 g	Kartoffeln, mehlig kochend
80 g	geröstete Walnusskerne, gemahlen
2 TL	geröstete Walnusskerne, gehackt
50 g	Hartweizengrieß
ca. 100 g	Mehl
150 g	Waldpilze
1	Schalotte, fein gewürfelt
1	Tomate, gewürfelt
1/2 TL	Thymian, fein geschnitten
2 TL	Preiselbeeren
2-3 EL	Butter
1-2 EL	Walnussöl
	Olivenöl zum Anbraten
	Muskat, Salz, Pfeffer

Die Kartoffeln kochen, pellen, durch die Presse drücken und ausdampfen lassen. Gemahlene Walnusskerne, Grieß und Mehl zu den Kartoffeln geben, mit Salz und Muskat würzen und zu einem glatten Teig verarbeiten. Nicht kneten, sonst wird der Teig zäh und klebrig. Aus dem Teig Kugeln formen und diese über eine Gabel abrollen. Die Gnocchi in leicht köchelndem Salzwasser ca. 3-5 Minuten gar ziehen lassen.

Die Pilze putzen und klein schneiden. In einer Pfanne mit heißem Olivenöl die Pilze anbraten, die Schalotte zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Unter die gebräunten Pilze die Tomatenwürfel mischen und Thymian dazugeben.

In einer Pfanne Butter braun werden lassen, etwas Walnussöl zugeben und die gegarten Gnocchi darin schwenken. Die Gnocchi anrichten, darauf die Pilze geben und mit Preiselbeeren und gehackten Walnusskernen garnieren.

ARD Buffet Rezepte November 2000

Wochenthema: Variationen von Kohl in rot und weiß
Rainer Strobel Montag, 30.10.00

Rahmspitzkohl mit Zanderfilet

300 g	Zanderfilet mit Haut
1/2 Kopf	junger Spitzkohl
2	Schalotten, fein geschnitten
30 g	Butter
100 ml	Sahne
1	Zitrone
40 ml	Olivenöl
	Muskat
	Zucker
	Salz, Pfeffer

Den Spitzkohl vierteln, putzen, den Strunk entfernen und dann sehr fein schneiden. In einem Topf die Butter zerlassen und darin die Schalotten anschwitzen (sie sollen keine Farbe annehmen). Dann den geschnittenen Kohl dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen und bei geschlossenem Deckel 5 Minuten dünsten. Dann den Deckel entfernen und den entstandenen Fond einkochen lassen. Die Sahne zugeben und diese auf 1/3 reduzieren lassen. Das Zanderfilet mit Salz und Pfeffer würzen und in heißem Olivenöl zuerst auf der Hautseite knusprig braten, dann wenden und nochmals 2 Minuten braten. Den cremigen Spitzkohl mit Salz, Pfeffer, Zucker und Muskat abschmecken und anrichten. Das Zanderfilet auf den Spitzkohl setzen. Als Beilage passen kleine in Butter und Kräuter geschwenkte Kartoffeln.

Wochenthema: Variationen von Kohl in rot und weiß
Ute Herzog Dienstag, 31.10.00

Lasagne von Weißkohl und Kasseler

ca. 350 g	Kasseler ohne Knochen
4	große Kohlblätter
1	Schalotte, fein geschnitten
4 Scheiben	Emmentaler
2	Kartoffeln
2 EL	Crème Fraîche
1 EL	Kümmel
	Speiseöl zum Ausfetten
	Salz, Pfeffer

750 ml Wasser mit Kümmel aufkochen, das Kasseler hinzugeben und darin 20 Minuten ziehen lassen. Die Kohlblätter ebenfalls zugeben und 5 Minuten blanchieren, dann herausnehmen und in Eiswasser abschrecken. In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen und grob würfeln. Das gekochte Kasseler in 4 Scheiben teilen. Die Kohlblätter auf Fleischgröße zurechtschneiden und je 2 Türmchen aus Fleisch - Kohl - Käse - Fleisch - Kohl - Käse stapeln. Beide Lasagne-Türmchen in eine gefettete ofenfeste Form geben und ca. 8 Min. in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen geben.

Das Kochwasser nochmals aufsetzen und darin die Kartoffel- und Schalottenwürfel ca. 15 Min. köcheln lassen. Mit einem Schaumlöffel die Kartoffelstücke und ein paar Schalottenwürfel herausnehmen, auf Teller geben und die Lasagnetürmchen daneben setzen. Die Kochwasserreduktion durch ein Sieb passieren, im Topf nochmals erwärmen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Sauce mit Crème Fraîche verfeinern und die Kartoffeln damit beträufeln.

Wochenthema: Variationen von Kohl in rot und weiß
Vincent Klink **Mittwoch, 01.11.00**

Rotkohle

1	junge Ente
1,5 TL	grüner Pfeffer, zerdrückt
1/4 l	Orangensaft
1/4 l	Fleischbrühe
1 EL	Kastanienhonig
1 EL	Butterflocken
1/2 Kopf	Rotkohl
4	Schalotten
2 EL	Balsamicoessig
1/8 l	Rotwein
25 g	Preiselbeerkonfitüre
25 g	Johannisbeerkonfitüre
1 Msp	Cayennepfeffer
1	Wacholderbeere, gestoßen
1	Pimentkorn, gestoßen
1	Lorbeerblatt
1	Nelke
1 EL	Gänseschmalz
	Salz, Pfeffer

Von der Ente die Keulen abtrennen und die Brüste auslösen. Die Teile mit Cayennepfeffer, Pfeffer und Salz würzen und auf der Hautseite bei kleinem Feuer anbraten. Wenn das Fett der Haut auszuschwitzen beginnt, die Ententeile in den auf 200 Grad vorgeheizten Ofen geben. 2 Schalotten würfeln und nach fünfzehn Minuten zur Ente geben. Kurz danach einen Teelöffel grünen Pfeffer und den Orangensaft dazugeben. Die Ententeile weitere 15 Minuten garen und dabei immer wieder mit der Fleischbrühe ablöschen. Dann die Brüste herausnehmen, die Keulen nochmals ca. 15 - 20 Minuten weitergaren. Die Keulen und Brüste in eine separate Pfanne geben. Den entstandenen Fond entfetten, d.h. mit einem Löffel das Fett abschöpfen und anschließend mit einigen Butterflocken abbinden. Die Haut der Ententeile mit Honig einstreichen und unter dem Grill karamelisieren lassen.

Für das Rotkraut den Kohl vierteln und den Strunk entfernen. Dann das Kraut in dünne Streifen schneiden. Die restlichen Schalotten in feine Scheiben schneiden und in einem Topf mit etwas Gänseschmalz anschwitzen. Dann Kohl und Rotwein, etwas Salz, Lorbeerblatt, Wacholder, Nelke, Piment, restlichen grünen Pfeffer und Balsamico zugeben. Alles bei geschlossenem Deckel köcheln lassen, dabei immer wieder mal umrühren. Nach 15 Minuten die Konfitüren zugeben und weitere 15 Minuten köcheln lassen. Dann den Deckel abnehmen und unter ständigem Rühren so lange bei großer Hitze köcheln lassen, bis der Saft reduziert ist. Das restliche Gänseschmalz unterziehen und abschmecken.

Das Rotkraut auf Teller geben und darauf die karamelisierten Ententeile anrichten. Etwas Entenfond darüber träufeln. Dazu passen gut Kartoffel- oder Semmelknödel.

Wochenthema: Variationen von Kohl in rot und weiß
Vincent Klink Dienstag, 02.11.00

Mit Rotbarsch gefüllte Kohlblätter

300 g	Rotbarschfilet
6 Blätter	Weißkohl, groß
2	Schalotten, fein geschnitten
1/4 Stange	Zitronengras, sehr fein geschnitten
1	Ei
1 TL	Bio-Gemüsebrühenpulver
1 Msp	Kardamom, gestoßen
1 Msp	Koriander, gestoßen
2 EL	Butter
4 EL	geriebenes Weißbrot
	Salz, Pfeffer
	Küchenbindfaden

Von den Kohlblättern den Strunk entfernen und anschließend in Salzwasser weich- pochieren. Die Schalotten in etwas Butter anschwitzen. Die Rotbarschfilets pfeffern, salzen und in Butter von beiden Seiten jeweils drei Minuten braten. Dann die Filets in eine Schüssel geben und mit einer Gabel zerdrücken. Schalotten, Zitronengras, Kardamom, Koriander, Gemüsebrühenpulver, Ei und die Hälfte der Brotbrösel darunter mischen. Die Masse mit Pfeffer und Salz abschmecken, auf die Kohlblätter geben und einwickeln. Mit einem Küchenbindfaden fixieren. Die gefüllten Kohlblätter in eine gebutterte Auflaufform setzen, Butterflocken und geriebenes Weißbrot darüber geben und im Ofen bei 180 Grad 20 Minuten garen.

Wochenthema: Variationen von Kohl in rot und weiß
Susanne Hornikel Freitag, 03.11.00

Wirsingrouladen

8	große Wirsingblätter
300 g	Hackfleisch, gemischt
30 g	getrocknete Steinpilze
30 g	gerauchter Bauchspeck, fein geschnitten
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Brötchen vom Vortag
1	Ei
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
1/2 TL	Thymianblättchen
4 EL	Sherry
125 g	Crème double
1/4 l	Fleischbrühe
100 ml	Milch
	Butter zum Anbraten
	Salz, Pfeffer, Muskat

Die getrockneten Steinpilze ca. 30 Minuten in lauwarmem Wasser einweichen. Dann herausnehmen, ausdrücken und fein hacken. Das Brötchen würfeln und in Milch einweichen. Eine fein geschnittene Schalotte und den Speck in etwas Butter anschwitzen. Die Hälfte der Steinpilze und die Thymianblättchen zugeben und kurz mitbraten. Dann alles in eine Schüssel umfüllen und mit dem ausgedrückten Brötchen, dem Ei, dem Hackfleisch und der Petersilie gut vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Die Wirsingblätter in Salzwasser kurz blanchieren, dann in Eiswasser abschrecken und auf einem Küchentuch trocken tupfen. Die Hackfleischmischung auf den Wirsingblättern verteilen und aufrollen. Mit einem Küchengarn die kleinen Päckchen verschließen. Die Wirsingrouladen zusammen mit den restlichen Schalottenwürfeln und Pilzen in Butter rundherum anbraten. Mit Sherry und Fleischbrühe ablöschen und zugedeckt ca. 20 Minuten lang schmoren. Dann die Rouladen herausnehmen und warm stellen. Crème double in die Sauce geben und reduzieren lassen. Die Sauce mit etwas Pfeffer und Salz abschmecken und zu den Wirsingrouladen servieren. Dazu passen gebratene Kartoffelchen oder Eierbandnudeln.

**Wochenthema: Topfparade - Kochen mit Römer-, Schnellkochtopf und Co.
Rainer Strobel Montag, 06.11.2000**

Kalbshaxe im Römertopf

1	kleine Kalbshinterhaxe
6	Schalotten
6	kleine Kartoffeln
2	Möhren
1	kleine Sellerieknolle
1 Stange	Lauch
2	Tomaten
1 Zweig	Thymian
1 Bund	Petersilie
40 g	Butter
	Salz, Pfeffer

Den Römertopf zuerst 1 Stunde lang wässern, damit er sich mit Wasser vollsaugt.

Die Kalbshaxe von Sehnen befreien und am Knochen oben und unten etwas einschneiden (anlösen). Das Gemüse putzen, die Schalotten schälen und im Ganzen lassen. Sellerie und Möhren in 2x2 cm große Stücke schneiden. Lauch in 3 cm lange Stücke schneiden und Tomaten vierteln. Kartoffeln schälen und evt. halbieren.

Die Haxe kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und in den Römertopf legen. Das Gemüse um die Haxe legen, Kräuterzweige ebenfalls dazugeben. Den Römertopf schließen und ca. 45 Minuten bei 170 Grad in den Ofen geben. Dann den Deckel abnehmen, die Kräuterzweige entfernen, die Haxe mit Butter bestreichen und im offenen Topf unter dem Grill bräunen.

Das Haxenfleisch vom Knochen lösen und mit dem Gemüse anrichten.

Wochenthema: Topfparade - Kochen mit Römer-, Schnellkochtopf und Co.
Ute Herzog **Dienstag, 07.11.2000**

Schweinelendchen auf Kartoffel-Zucchini-Gemüse in mallorquinischer Tonpfanne

1	Schweinelende
1/2	gelbe Zucchini
1/2	grüne Zucchini
2	Kartoffeln
1/2	Schalotte, fein geschnitten
2	Knoblauchzehen
250 ml	Gemüsebrühe
100 g	Manchego, gerieben
1/2 EL	Honig
2 EL	Kräuter, fein geschnitten
2 Scheiben	Weißbrot
	Olivenöl zum Anbraten
	Salz, Pfeffer

Kartoffeln schälen und hobeln. Die Zucchini ebenfalls hobeln.

Die Tonpfanne mit etwas Olivenöl auf den Herd stellen und das Schweinelendchen darin von allen Seiten kurz anbraten und wieder herausnehmen. Dann das Brot in der Pfanne rösten und wieder herausnehmen. In dem Bratöl die Schalottenwürfel glasig dünsten, die ganzen Knoblauchzehen, das gehobelte Gemüse, die Kartoffeln zugeben und gut durchrösten. Dann den Honig unterrühren und mit Gemüsebrühe ablöschen. Das Brot auf das Gemüse legen, die Lendchen in Scheiben schneiden und auf das Brot legen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit den Kräutern bestreuen. Zum Schluß den geriebenen Manchego darüber geben und 10 Minuten im 200 Grad heißen Ofen gratinieren. Mit frischem Brot servieren.

Wochenthema: Topfparade - Kochen mit Römer-, Schnellkochtopf und Co.
Vincent Klink **Donnerstag, 09.11.2000**

Lamnbraten im Schnellkochtopf

400 g	Lammschulter
1/8 l	Sahne
1/8 l	Rotwein, trocken
4	Schalotten, fein geschnitten
1 Bund	Suppengemüse, grob gewürfelt
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1	Lorbeerblatt
1	Nelke
4	Pimentkörner, zerdrückt
1 TL	Butterschmalz
1 TL	Mehlbutter
	Salz, Pfeffer

Die Schalotten, das Suppengemüse und das Fleisch mit Butterschmalz im Schnellkochtopf gut anbraten. Den Knoblauch dazugeben und mit Pfeffer und wenig Salz würzen. Lorbeerblatt, Nelke und Piment zugeben und mit Rotwein ablöschen. Dann mit dem Deckel verschließen und unter Druck bringen. Wenn der maximale Druck erreicht ist und das Ventil zu zischen beginnt, die Temperatur zurücknehmen und das Ganze ca. 20 Minuten köcheln lassen. Dann den Druck vom Topf nehmen (dazu den Abdampfhebel vorsichtig ziehen, am besten unter fließend kalt Wasser) und den Deckel vorsichtig öffnen.

Das Fleisch herausnehmen und warm stellen. Bei großer Hitze den Fond etwas einkochen lassen. Mit Mehlbutter binden und die Sahne untermischen. Nochmals kurz aufkochen, dann passieren und abschmecken.

Die Lammschulter anrichten und dazugeben. Als Beilage passen gut Nudeln oder Kartoffeln.

Wochenthema: Topfparade - Kochen mit Römer-, Schnellkochtopf und Co.
Otto Koch **Freitag, 10.11.2000**

"Schneller" Baeckeoffe

150 g	Rinderbrust
200 g	Schweinenacken
1	Lammhaxe
1 Bund	Suppengemüse, grob gewürfelt
500 g	Kartoffeln
1/2 l	Weißwein (Elsässer Riesling)
2	Zwiebeln
1	Knoblauchzehe, gepreßt
30 g	Butter
1	Lorbeerblatt
1 Zweig	Thymian
1 Bund	Petersilie, grob geschnitten
	Salz, Pfeffer

Die Rinderbrust mit dem Suppengemüse in einen Topf mit gesalzenem Wasser geben und ca. 2,5 Stunden weichkochen. Nach einer Stunde Kochzeit den Schweinenacken und die Lammhaxe mit dazugeben. Das weichgekochte Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden und im Kochfond warm halten.

Kartoffeln und Zwiebeln schälen und in Scheiben schneiden. Dann mit Knoblauch, Salz und Pfeffer würzen, mit dem Weißwein vermischen, Lorbeerblatt und Thymian zugeben und kurz aufkochen.

In die heiße Baeckeoffeform eine Schicht Zwiebel-Kartoffeln einfüllen. Darauf das Fleisch geben, mit Petersilie bestreuen und wieder Kartoffeln darauf geben. Etwas von dem Fleischkochfond darüber geben, darauf Butterflocken verteilen und mit dem Deckel verschließen. Den Baeckeoffe ca. 20 Minuten in den auf 200 Grad vorgeheizten Ofen geben. Dann den Deckel abnehmen, nochmals mit Butterflöckchen bestreuen und ohne Deckel ca. 5 Minuten bei starker Oberhitze überbacken.
Zum Baeckeoffe einen Riesling servieren.

Wochenthema: Wurzelküche
Iris Precht-Hallè

Montag, 13.11.2000

Selleriepüree mit rosa Entenbrust

2	Entenbrüste (weiblich)
1	Sellerieknolle
200 ml	Sahne
20 g	Butter
	Zucker
	Salz, Pfeffer, Muskat

Die Sellerieknolle gut waschen, schälen und in 2x2cm große Würfel schneiden. In etwas Butter die Selleriewürfel kurz anschwitzen, aber keine Farbe nehmen lassen. Mit der Sahne auffüllen und bei geschlossenem Deckel ca. 15 Minuten leicht köcheln lassen. Zum Schluss mit Salz, Pfeffer, etwas Zucker und einer Prise Muskat würzen. Mit einem Mixer die Masse ganz fein pürieren, dabei darauf achten, dass im Püree keine Stücke mehr sind. Alles noch einmal abschmecken und frisch geriebene Muskatnuss zugeben.

Die Entenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und in einer heißen Pfanne auf der Hautseite anbraten. Dann wenden und ca. 6 Minuten bei 160 Grad in den Ofen geben. Dann die Entenbrüste aus dem Ofen nehmen, mit Alufolie abdecken und 10 Minuten ruhen lassen. Anschließend aufschneiden und mit dem Püree anrichten.

Wochenthema: Wurzelküche

Ute Herzog

Dienstag, 14.11.2000

Schwarzwurzelbandnudeln mit Hackfleischklößchen und Pernod-Anis-Sauce

500 g	große Schwarzwurzeln
250 g	Hackfleisch, gemischt
1	Ei
1	Brötchen
1	Schalotte, fein geschnitten
250 ml	Gemüsebrühe
125 ml	Sahne
1/2 TL	Anis, gemahlen
2 EL	Pernod
2 EL	Butter
1 EL	Mehl
1 EL	Essig
	Salz, Pfeffer, Muskat

Das Brötchen in etwas Gemüsebrühe einweichen. Eine Schüssel mit Eiswasser vorbereiten. Dazu Essig und 1 EL Mehl geben. Die Schwarzwurzeln waschen, schälen, mit einem Sparschäler Längsstreifen abziehen und in das Eis-Essig-Wasser legen. Das eingeweichte Brötchen ausdrücken, mit dem Hackfleisch und dem Ei sowie der Hälfte der Schalottenwürfel vermischen. Mit Salz, Pfeffer und einer Messerspitze Anis würzen. Die Butter zerlassen und die restlichen Schalottenwürfel glasig dünsten. Die Schwarzwurzelstreifen dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und gut dünsten. Mit Pernod ablöschen, mit Gemüsebrühe auffüllen und restlichen Anis unterrühren. Von dem Hackfleischteig Klößchen abstechen, diese auf die Schwarzwurzeln geben und zugedeckt ca. 10 Minuten bei geringer Hitze garen. Die Schwarzwurzelnudeln und Klößchen auf Tellern anrichten. Zum Garfond die Sahne geben und nochmals aufkochen. Abschmecken, evtl. noch etwas Pernod und Anis zugeben und die Sauce zu den Schwarzwurzelbandnudeln reichen.

Wochenthema: Wurzelküche

Vincent Klink

Mittwoch, 15.11.2000

Karpfenfilet mit Rübenragout

2	Karpfenfilets à 200 g
2	Frühlingszwiebeln mit Grün
2 EL	trockener Wermut
1/4 l	kräftiger Fischfond
1 Msp	Kardamom
1 Msp	Piment
1 Msp	Nelken
2	Tomaten
2 EL	Petersilie, fein geschnitten
2 TL	kalte Butterflocken
300 g	Steckrüben
1/8 l	Sahne
1/8 l	Weißwein
1/8 l	Gemüsebrühe
2	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepreßt
1 TL	Mehlbutter
1 TL	Thymianblättchen, gezupft
	Butter zum Anbraten
	Salz, Pfeffer, Muskat

Die Steckrüben putzen und in Würfel schneiden. In Salzwasser bissfest kochen und kurz in Eiswasser abschrecken. Die Schalotten und Knoblauch in Butter anschwitzen, Rübchen dazugeben und mit Wein und Gemüsebrühe ablöschen. Die Flüssigkeit um die Hälfte einkochen lassen. Dann Sahne unterziehen, Thymian und Muskat zugeben. Mit Mehlbutter das Rübenragout binden und abschmecken.

Die Tomaten enthäuten, entkernen und in Würfel schneiden. Die Karpfenfilets waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit Butter die Filets von beiden Seiten je 2 Minuten anbraten, dann herausnehmen und warm stellen. In der Fischpfanne mit etwas Butter die in Ringe geschnittenen Frühlingszwiebeln andünsten. Mit Wermut und Fischfond ablöschen, Kardamom, Piment und Nelke zugeben und den Fond um die Hälfte reduzieren. Petersilie und Tomatenwürfel untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit den Butterflocken die Sauce binden.

Karpfenfilets mit Sauce und Rübenragout anrichten.

Wochenthema: Wurzelküche
Vincent Klink

Donnerstag, 16.11.2000

Pastinaken und Sellerie, paniert

2	große Pastinaken
1	Sellerieknolle
150 g	Parmaschinken
3	Schalotten, fein geschnitten
3 EL	grobe Schweinsmettwurst
2	Eier
100 g	Paniermehl
100 g	Mehl
1 Bund	Petersilie, fein geschnitten
1/8 l	Olivenöl
1 EL	Butter
	Pfeffer, Salz

Pastinaken und Sellerie schälen. Pastinaken in Salzwasser weichkochen, anschließend in Scheiben oder dicke Stifte schneiden. Sellerieknolle auf einer Brotschneidemaschine oder mit einem Hobel in dünne Scheiben schneiden. Diese kurz in Salzwasser blanchieren und auf einem Küchentuch trocknen lassen. Schalotten in Butter anschwitzen, in eine Schüssel geben und auskühlen lassen. Mettwurst und Petersilie darunter mischen. Auf die Hälfte der Selleriescheiben jeweils etwas von dieser Masse geben und darauf je eine Selleriescheibe geben. Die einzelnen Sellerieburger mit Pfeffer und wenig Salz würzen, dann durchs Mehl, durchs verquirlte Ei und zuletzt durchs Paniermehl ziehen. In einer Pfanne mit Olivenöl die Burger ausbacken.

Die Pastinakenscheiben mit Parmaschinken umwickeln und wie die Sellerieburger panieren. Im heißen Olivenöl ausbacken.

Wochenthema: Wurzelküche

Otto Koch

Freitag, 17.11.2000

Kalbsteak in Rotweinsauce mit gebackenem Meerrettich

2	Kalbssteaks à 180 g
200 g	Blattspinat
2	Schalotten, fein geschnitten
100 ml	brauner Kalbsfond
1/4 l	Rotwein, kräftig
100 ml	Gemüsebrühe
ca. 10 cm	Meerrettich am Stück
etwas	Mehl
	Salz, Pfeffer
	Butter zum Anbraten
	Öl zum Ausbacken

Eine gewürfelte Schalotte in einem Topf mit Butter anschwitzen, den Fond und Rotwein dazugeben und auf 1/3 einkochen lassen. Zum Schluss ein paar Butterflocken untermischen und abschmecken.

Meerrettich schälen, in dünne Längsscheiben schneiden, in einer Pfanne mit Öl goldbraun ausbacken, auf ein Küchentuch geben und das überschüssige Öl abtropfen lassen.

Die Kalbssteaks leicht klopfen und mit Pfeffer und Salz würzen, in Mehl wenden und in einer Pfanne mit Butter langsam braten, dabei mehrmals wenden.

In einer Kasserole mit etwas Butter die restlichen Schalotten anschwitzen und mit Gemüsebrühe ablöschen. Den Spinat dazugeben und zugedeckt einige Minuten dämpfen, dann mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Den Spinat auf den Tellern verteilen, darauf die Kalbssteaks anrichten, mit der Rotweinsauce übergießen und mit den gebackenen Meerrettichscheiben garnieren.

Wochenthema: Aromaküche mit exotischen Gewürzen
Rainer Strobel **Montag, 20.11.2000**

Crêpes mit chinesischen Orangen

150 g	Mehl
150 ml	Bier
100 ml	Milch
3	Eier
20 g	Butter
350 g	Zucker
1 Prise	Salz
etwas	Vanillezucker
500 ml	Wasser
7	Kardamomkapseln
10	Nelken
5	Anissterne
1	Zimtstange
1	Vanilleschote
100 g	Honig
100 ml	Rosenlikör
2	Orangen, unbehandelt,
1	Zitrone, unbehandelt
	Öl zum Ausbacken

Von den Orangen- und Zitronenschalen feine Zesten abschneiden, dann die Orangen schälen und filetieren, dabei den Saft auffangen. Den Saft mit Wasser und Zucker aufkochen. Alle Gewürze (außer Salz und Vanillezucker) zugeben und ca. 15 Minuten köcheln lassen. Dann auf 50 Grad abkühlen und Honig, Rosenlikör und die Zesten zugeben. Danach die Orangenfilets zugeben und 1 Tag kühl stellen.

Aus Mehl, Bier, Milch, Eiern, 1 TL Zucker, Vanillezucker und einer Prise Salz einen glatten Teig rühren. Die Butter zerlaufen lassen und ebenfalls unter den Teig rühren. Die Crêpes in einer Pfanne mit heißem Öl nach und nach ausbacken. Die Orangenfilets vorsichtig aus der Marinade nehmen und die Crêpes damit füllen. Wenn möglich mit einer Kugel Vanilleeis anrichten.

Wochenthema: Aromaküche mit exotischen Gewürzen

Vincent Klink

Mittwoch, 22.11.2000

Gerollter Schweinehals mit geröstetem Kümmel, Kardamom und Süßholz

4	dünne Schweinehalsschnitzel à 100 g
150 g	frisches Sauerkraut
1 TL	Bio-Gemüsebrühenpulver
1/4 Stange	Lauch, fein gewürfelt
2	Zwiebeln, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
1/8 l	trockener Weißwein
ca. 1/4 l	kräftige Fleischbrühe
1 EL	Kümmel, fein gehackt
1 Msp	Kardamom
etwas	Süßholz (ca. 2 cm groß)
etwas	Speisestärke
	Pfeffer, Salz
	Butter zum Anbraten
	Zahnstocher

Die Hälfte der Zwiebeln mit Knoblauch und Lauch in etwas Butter andünsten, das Sauerkraut dazugeben und mit Wein ablöschen. Das Gemüsebrühenpulver untermischen und alles ca. 15 Minuten köcheln lassen, bis fast keine Flüssigkeit mehr im Kraut ist. Etwas Speisestärke mit Wasser vermischen und unter das Kraut mischen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Schnitzel dünn klopfen, mit Pfeffer und Salz würzen, das Sauerkraut darauf verteilen und alles zusammenrollen. Mit Zahnstochern oder einer Küchenschnur fixieren.

In einer Pfanne mit etwas Butter die gerollten Schnitzel von allen Seiten kurz anbraten und dann 10 Minuten im Ofen bei 180 Grad weitergaren.

Die Rouladen aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Den Kümmel in der Fleischpfanne mit den restlichen Zwiebeln und etwas Butter gut anrösten. Mit Brühe ablöschen, Kardamom und Süßholz zugeben und zehn Minuten auskochen lassen. Süßholz wieder herausnehmen und die Sauce mit ein paar Butterflöckchen binden und abschmecken. Die gerollten Schnitzel anrichten und die Sauce darüber geben. Dazu passen Kartoffelbrei oder gebratene Würfelkartoffeln.

Wochenthema: Aromaküche mit exotischen Gewürzen

Vincent Klink

Donnerstag, 23.11.2000

Rochenflügel mit Vanille, Trauben und Walnüssen

1/2	Rochenflügel
3	Schalotten, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1/8 l	Fischfond
2 EL	Weintrauben
3 EL	Walnüsse, gehackt
1	Vanilleschote
1 EL	Rosmarin, fein geschnitten
1	Limette
2 Tassen	Langkornreis
6 Tassen	Gemüsebrühe
2 EL	Petersilie, fein geschnitten
	Butter zum Anbraten
	Pfeffer, Salz

Den Rochenflügel vom Fischhändler abziehen lassen. Den Flügel auf die gewünschte Größe schneiden, mit Pfeffer und Salz würzen und wie ein Schnitzel bei geringer Hitze in Butter von beiden Seiten je ca. 8 Minuten anbraten.

2 Esslöffel gehackte Walnüsse in einer Pfanne rösten und zur Seite stellen. Eine gewürfelte Schalotte in Butter anschwitzen, den Reis dazugeben und mit Brühe aufgießen. Ungefähr 20 Minuten langsam köcheln lassen. Anschließend die gerösteten Nüsse und die gehackte Petersilie untermischen.

Vanille mit einem Messer aufschneiden und das Mark herauskratzen.

Den Fisch aus der Pfanne nehmen und warm stellen. In derselben Pfanne einen Esslöffel gehackte Walnüsse kurz rösten. Dann zwei gewürfelte Schalotten und Knoblauch zugeben und mit etwas Butter anschwitzen. Mit dem Fischfond ablöschen. Rosmarin, Vanillemark und ausgekrazte Vanilleschote, Trauben und Limettensaft zugeben. Die Flüssigkeit um die Hälfte reduzieren und anschließend mit etwas Butter binden. Die Vanilleschote herausnehmen und die Sauce mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Den Fisch mit der Sauce anrichten und dem Walnusspilaw anrichten.

Wochenthema: Adventsbäckerei
Rainer Strobel

Montag, 27.11.2000

Thüringer Christstollen

900 g	Mehl
80 g	Hefe
450 ml	Milch
60 g	Zucker
500 g	Butter
700 g	Rosinen
150 g	Zitronat
150 g	Orangeat
120 g	Mandeln, gehobelt
10 g	Bittermandeln, gehobelt
10 g	Salz
100 ml	Rum
100 g	Marzipan
100 g	weiche Butter
20 g	Vanillezucker
50 g	Puderzucker
	abgeriebene Schale einer Zitrone (unbehandelt)

Das Mehl in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde eindrücken. Hefe zerbröckeln und mit 1 EL Zucker und etwas lauwärmer Milch verrühren und in die Mulde geben. Diesen Vorteig an einem warmen Platz ca. 20 Minuten gehen lassen.

Anschließend Butter in Flocken auf den Mehtrand setzen. Zitronenschale, Rum, Salz, Mandeln und restlichen Zucker zugeben und alles zu einem Teig kneten. Dabei die restliche Milch nach und nach zugeben, bis der Teig schön geschmeidig ist. Den Teig zugedeckt 1 Stunde gehen lassen. Dann Rosinen, Zitronat und Orangeat unterkneten und nochmals 20 Minuten gehen lassen. Marzipan zu einer Rolle formen. Den Stollenteig etwas flach ausrollen und die Marzipanrolle in die Mitte legen. Den Teig darum herumschlagen und zu einem Keil formen. Den Stollen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen und im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen ca. 50 - 60 Minuten backen. Den Stollen noch warm mit der weichen Butter bestreichen und dick mit Vanille- und Puderzucker bestreuen.

Wochenthema: Adventsbäckerei**Ute Herzog****Dienstag, 28.11.2000****Marzipan-Haferflocken-Cashewnuss-Plätzchen**

100 g	Haferflocken, extra zart (ersatzweise Schmelzflocken)
200 g	Marzipanrohmasse
140 g	Cashew-Nüsse
75 g	dunkle Kuvertüre
3 EL	Honig
2 EL	Amaretto
2 EL	Grand Marnier
2 EL	Sonnenblumenöl

Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Haferflocken darin unter ständigem Rühren goldbraun rösten. Aus der Pfanne nehmen und noch heiß mit der Hälfte des Honigs mischen und abkühlen lassen. Nüsse klein hacken und die Hälfte davon ohne Fett mit dem restlichen Honig in der beschichteten Pfanne zu Krokant rösten. Anschließend abkühlen lassen. Marzipan grob zerkleinern. Mit den restlichen Nüssen und den Haferflocken zu einem Teig kneten. Die Hälfte des Teiges mit Amaretto mischen, die andere Teighälfte mit Grand Marnier. Aus den beiden Teighälften je eine Rolle formen und gleich dicke Scheiben davon abschneiden. Die Amarettoscheiben zu Plätzchen flach drücken, die Grand-Marnier- Scheiben zu Kugeln drehen. Krokant zerkleinern und Plätzchen und Kugeln darin wälzen. Die Kuvertüre im Wasserbad schmelzen. Aus Butterbrotpapier eine kleine Tüte formen, Kuvertüre einfüllen, die Tütenspitze abschneiden und die Plätzchen und Kugeln mit Streifenmuster verzieren.

Wochenthema: Adventsbäckerei

Vincent Klink

Mittwoch, 29.11.2000

Linzertorte

200 g	geriebene Mandeln
200 g	Butter
200 g	Zucker
200 g	Mehl
1/2 TL	Zimt
1 Msp	gemahlene Nelken
2	Eigelb
200 g	Kirschkonfitüre
1	Eiweiß zum Bestreichen

Butter, Zucker, Mandeln, Mehl, Zimt, Nelken und Eigelb zu einem glatten Teig vermengen. (Am Besten mit einem großen Messer alle Zutaten hackend vermengen und zuletzt mit den Händen kneten.) Den Teig in Frischhaltefolie einwickeln und 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Den Teig halbzentimeterdick auswellen und damit eine gefettete Springform auslegen. Den restlichen Teig wieder zusammenkneten, noch einmal auswellen und halbzentimeter dicke Streifen mit einem Rädelmesser ausschneiden. Die Teigstreifen rings um den äußeren Kuchenrand legen. Die restlichen Streifen wie ein Rautengitter auf den Kuchen legen. Die entstandenen Rauten mit der Konfitüre füllen. Zuletzt das Teiggitter und den Teigrand mit Eiweiß bestreichen. Im auf 200 Grad vorgeheizten Ofen den Kuchen ca. 45 Minuten backen. Den Kuchen auskühlen lassen, aus der Form nehmen und gut ausgekühlt in Alufolie einpacken. Wenn er so eine Woche kühl und trocken gelagert ziehen kann, schmeckt er am Besten.

Wochenthema: Adventsbäckerei
Vincent Klink

Donnerstag, 30.11.2000

Krokantschnitten

1 Tafel	Bitterschokolade
350 g	Kristallzucker
1 EL	Zitronensaft
150 g	gehackte Mandeln
	Öl zum Ausfetten

Bitterschokolade in eine Schüssel hobeln und im Wasserbad (handwarm) weichschmelzen. Den Backofen auf 170 Grad vorheizen.

Die gehackten Mandeln in einer Pfanne hellbraun rösten. Den Zucker in einem Topf oder einer Pfanne karamellisieren lassen, Zitronensaft begeben und die noch heißen Mandeln in den hellen Karamell mischen.

Das Karamellgemisch auf ein geöltes Backblech geben, flach auseinander drücken und ca. 10 Minuten in den Ofen geben. Dann den Ofen abschalten und ein Viertel des Krokants vom Blech nehmen. Den Rest wieder in den abgeschalteten Ofen geben und die Ofentüre etwas geöffnet lassen. Die Krokantmasse auf einer Marmorplatte dünn auswellen. Dies muss sehr schnell geschehen, da die Masse rasch erstarrt und dann sehr fest wird.

Mit einem Messer rautenförmige Plätzchen ausschneiden. Jeweils eines davon mit der weichen Schokolade bestreichen und mit einem anderen Plätzchen bedecken.

Die restliche Krokantmasse anschließend wie beschrieben verarbeiten.

Die Krokantschnitten in einer dicht schließenden Blechdose kühl und trocken lagern. Sie halten sich ca. 4 Wochen.

Wochenthema: Adventsbäckerei

Otto Koch

Freitag, 01.12.2000

Mohrenkugeln (Tassokugeln)

140 g gemahlene Nüsse
180 g Puderzucker
100 g Kuvertüre (ersatzweise Blockschokolade)
100 g getrocknete Aprikosen
2 cl brauner Rum
2 Eiweiß (von frischen Eiern)
200 g Hagelzucker

Kuvertüre im Wasserbad (oder der Mikrowelle) soweit erwärmen, dass sie gerade schmilzt. Aprikosen fein hacken. Alles mit Nüssen und Puderzucker vermischen. Rum und 1 Eiweiß zugeben und gut zu einem festen Teig verrühren. Aus dem Teig Rollen von 2 cm Durchmesser formen und davon 2 cm große Stücke abschneiden. Daraus kleine Kugeln von etwa 2 cm Durchmesser formen.

Die Kugeln im restlichen Eiweiß wälzen und im Hagelzucker rollen. Dann auf einem Kuchengitter einige Stunden trocknen lassen. Die Kugeln lassen sich kühl in Schachteln ein paar Tage aufbewahren. (Da rohes Eiweiß verwendet wird, nur ganz frische Eier verwenden.)

ARD Buffet Rezepte Dezember 2000

Wochenthema: Genussvoll kochen mit Hülsenfrüchten
Rainer Strobel Montag, 04.12.2000

Welsfilet auf bunten Linsen

400 g	Welsfilet (ohne Haut und Gräten)
300 g	bunte Linsen (rot, grün, gelb)
1/4 l	Gemüsebrühe
ca. 1 EL	Balsamicoessig
20 g	Olivenöl
40 g	Butter
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1	Möhre
1 Stange	Lauch
1	Sellerieknolle, klein
1/2 Bund	Petersilie, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer, Zucker

Die Linsensorten separat in gesalzenem Wasser leicht bissfest kochen (die Linsen haben unterschiedliche Garzeiten) und abschütten. Das Gemüse putzen und in feine Würfel schneiden. Schalotte, Knoblauch und die Gemüsegewürfel in etwas Butter anschwitzen. Die Linsen zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Gemüsebrühe ablöschen und Balsamicoessig untermischen. Das Ganze ca. 5 Minuten leicht köcheln lassen. Zum Schluss die restliche Butter untermischen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Mit gehackter Petersilie bestreuen. Das Welsfilet mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten je 2 - 3 Minuten braten. Die Filets auf den bunten Linsen anrichten und nach Belieben mit Zitronensaft beträufeln.

Wochenthema: Genussvoll kochen mit Hülsenfrüchten
Ute Herzog Dienstag, 05.12.2000

Erbsfrikadellen auf Kohlrabikraut

150 g	Erbsen
4	Kartoffeln
1	Ei
1	Eiweiß
2	Kohlrabi
1	Zwiebel, fein geschnitten
1 TL	Mehl
	Essig zum Abschmecken
	Semmelbrösel zum Panieren
	Sonnenblumenöl zum Anbraten
	Majoran, Kümmel, Zucker
	Salz, Pfeffer

Die Erbsen in Salzwasser weichkochen, das Wasser ablaufen lassen und die Erbsen durch ein Sieb passieren. Kartoffeln weichkochen, schälen und fein reiben. Erbsen, Kartoffeln, Ei, Eiweiß, 50 g Semmelbrösel und etwas Salz, Pfeffer und Majoran in eine Schüssel geben und zu einem Teig verarbeiten. Aus dem Teig Frikadellen formen und diese in Semmelbröseln wenden. In einer Pfanne mit heißem Sonnenblumenöl die Erbsfrikadellen auf jeder Seite 3 - 4 Minuten braten.

Für das Kohlrabikraut die Kohlrabi schälen und in Stifte hobeln. Die gewürfelten Zwiebeln in etwas Sonnenblumenöl glasig dünsten, Kohlrabistreifen zugeben und mit Salz und Kümmel würzen. Das Kohlrabikraut ca. 10 - 15 Minuten garen. Anschließend mit Mehl bestäuben und mit Essig und Zucker süßsauer abschmecken. Mit den Erbsfrikadellen anrichten.

Wochenthema: Genussvoll kochen mit Hülsenfrüchten
Vincent Klink Mittwoch, 06.12.2000

Bohnensuppe mit Miesmuscheln

100 g	rote Bohnenkerne
500 g	Miesmuscheln
1/2 l	Weißwein
1/4 l	Fischfond
1	Schalotte, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
200 g	Tomaten
2 Zweige	Basilikum, fein geschnitten
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
1 TL	Speisestärke
	Pfeffer, Salz
	Olivenöl zum Anbraten

Die Bohnen über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Dann in leicht gesalzenem Wasser mindestens 1 Stunde weichkochen. Die Tomaten entkernen und fein würfeln. Schalotten in einem großen Topf mit Olivenöl glasig dünsten, Knoblauch zugeben und mit Weißwein und Fischfond ablöschen. Die geputzten und gewaschenen Muscheln zugeben und bei geschlossenem Deckel 5 Minuten gut durchkochen. Mit einem Schaumlöffel die Muscheln herausnehmen und bis auf vier Stück pulen. Dann die gepulsten Muscheln wieder in die Suppe geben, die Tomatenwürfel und die weichen Bohnen zugeben. Mit der Speisestärke die Suppe binden und kurz aufkochen lassen. Petersilie und Basilikum zugeben und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Die Suppe anrichten und die Muscheln in der Schale zur Dekoration obenauf geben.

Wochenthema: Genussvoll kochen mit Hülsenfrüchten
Frank Bundschu Freitag, 08.12.2000

Kichererbseneintopf mit frittierten Garnelen

200 g	Kichererbsen
1	kleine Zwiebel, fein gewürfelt
1	Knoblauchzehe, gepresst
200 g	Zuckerschoten
1	rote Paprika
100 ml	Gemüsebrühe
4	Garnelen
100 g	Glasnudeln
1 EL	Curry
1	Zimtstange
1	Sternanis
1-2 EL	Mehl
	Schale einer viertel Zitrone, unbehandelt
	Cayennepfeffer, Salz
	Butter zum Anbraten
	Fett zum Frittieren

Die Kichererbsen über Nacht in reichlich Salzwasser einweichen. Das Einweichwasser durch frisches Wasser ersetzen, die Kichererbsen eine Stunde weichkochen und anschließend das restliche Wasser abgießen. Dann die Hälfte der Kichererbsen mit einer Gabel zerdrücken. Paprika in feine Würfel und die Zuckerschoten in feine Streifen schneiden. In einem Topf mit Butter die Zwiebel und den Knoblauch glasig dünsten. Paprika und Zuckerschoten zugeben und leicht anbraten lassen. Currypulver untermischen und mit Gemüsebrühe aufgießen. Alle Kichererbsen, auch die zerdrückten, Zimtstange und Sternanis zugeben und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Cayennepfeffer den Eintopf abschmecken, Sternanis und Zimt wieder herausnehmen und kurz vor dem Servieren die fein geschnittene Zitronenschale zugeben.

Die Glasnudeln kurz in Wasser einweichen und gut ausdrücken. Von den Garnelen den Darm entfernen. Dann in Mehl wenden, mit den Glasnudeln umwickeln und in heißem Fett ausbacken. Den Eintopf in Suppentellern anrichten und die Garnelen als Einlage in die Mitte geben.

Wochenthema: Weihnachtliche Rezeptideen
Rainer Strobel Montag, 11.12.2000

Rehkeule in Wacholderrahm

1	Rehkeule
80 g	Speck, fett
100 g	Wurzelgemüse (Sellerie, Möhren, Zwiebeln)
20 g	Tomatenmark
100 ml	saure Sahne
200 ml	Rotwein
3 EL	Preiselbeeren
1	Zitrone, unbehandelt
10	Wacholderbeeren, zerdrückt
10	Pfefferkörner
1	Thymianzweig
1	Rosmarinzweig
1	Lorbeerblatt
	kalte Butterflöckchen zum Binden
	Salz, Pfeffer

Die Rehkeule enthäuten und am Röhrenknochen etwas lösen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit gehackten Wacholderbeeren einreiben.

Das Wurzelgemüse putzen und grob würfeln. Die Zitrone waschen und samt Schale in 1 cm große Würfel schneiden. In einer Pfanne den Speck auslassen und die Rehkeule darin anbraten. Das gewürfelte Wurzelgemüse und Tomatenmark zugeben und anrösten. Mit Rotwein ablöschen und Sahne, restlichen Wacholder, Thymian, Rosmarin, Lorbeerblatt, Pfefferkörner und die Zitronenwürfel zugeben. Die Pfanne in den Ofen geben und die Rehkeule bei 180 Grad ca. 50 Minuten schmoren.

Anschließend die entstandene Sauce passieren. Mit Butterflöckchen binden und die Preiselbeeren untermischen. Als Beilage passen gut Spätzle oder Nudeln.

Wochenthema: Weihnachtliche Rezeptideen
Ute Herzog Dienstag, 12.12.2000

Dresdner Eisstollen mit Pflaumen-Sauce

3	Eier
je 1 EL	Korinthen, Rosinen, Orangeat, Zitronat, Mandeln, jeweils gehackt
4 EL	Amaretto
1 EL	Lebkuchengewürz
je 1 Msp	Anis, Kardamom, Zimt
5 EL	Honig
80 g	Zucker
500 ml	Sahne, geschlagen
6	Backpflaumen
je 1/2	Vanille- und Zimtstange
200 ml	Rotwein
4	Orangenscheiben, unbehandelt
2	Zitronenscheiben, unbehandelt
1 EL	Speisestärke
	Kakao und Puderzucker zum Bestäuben
	Klarsichtfolie

Honig und 2 EL Zucker in einen Topf geben, leicht karamellisieren lassen und dann vom Herd ziehen. Lebkuchengewürz, Anis, Kardamom und Zimt zugeben und Amaretto einrühren. 3 Eigelb zugeben, und die Masse im Wasserbad cremig schlagen, dann auf Eiswasser setzen und kalt schlagen. 3 Eiweiß zu steifem Schnee schlagen und zusammen mit der Sahne und den gehackten Früchten unter die Masse heben. Eine Kastenform o.Ä. mit angefeuchteter Klarsichtfolie auslegen und die Masse einfüllen. Über Nacht in die Tiefkühltruhe geben und gefrieren lassen.

Für die Pflaumensauce Rotwein mit 60 g Zucker, Vanillestange, Zimtstange, Orangen- und Zitronenscheiben aufkochen. Mit der Speisestärke binden, über die Backpflaumen gießen und über Nacht zugedeckt ziehen lassen. Ca. 30 Minuten vor dem Verzehr den Eisstollen aus der Tiefkühltruhe nehmen. Dann zuerst mit Kakao und Puderzucker bestäuben und in Scheiben geschnitten mit Pflaumensauce servieren.

Wochenthema: Weihnachtliche Rezeptideen
Vincent Klink Mittwoch, 13.12.2000

Gebratene Gänsebrust mit Orangen und Zimt

2	Gänsebrüste
4	Schalotten, fein geschnitten
4	Kartoffeln
1 TL	grüner Pfeffer
1/4 l	Orangensaft
1	Orange, unbehandelt
1/2 TL	Zimt
ca. 1/4 l	Gemüsebrühe
1 TL	Mehlbutterm
	Cayennepfeffer, Pfeffer und Salz

Die Gänsebrust mit Cayennepfeffer, Pfeffer und Salz würzen und auf der Hautseite bei kleinem Feuer anbraten. Wenn das Fett der Haut auszuschwitzen beginnt, die Gänsebrüste wenden und in den auf 200 Grad vorgeheizten Ofen geben. Nach 15 Minuten 2 gewürfelte Schalotten, einen Teelöffel grünen Pfeffer, Orangensaft, ca. 1 TL abgeriebene Orangenschale und Zimt dazugeben. Die Gänsebrüste weitere 45 Minuten garen und dabei immer wieder mit etwas Gemüsebrühe ablöschen. Dann die Brüste herausnehmen, den entstandenen Fond entfetten, d.h. mit einem Löffel das Fett abschöpfen und anschließend mit Mehlbutterm abbinden. Die Orange filetieren und die Orangenfilets zur Sauce geben.

Die Kartoffeln schälen und in ganz feine Scheiben schneiden oder hobeln. Eine feuerfeste Form ausfetten und die Hälfte der restlichen Schalotten in die Form geben. Darauf die Kartoffelscheiben einschichten, mit den übrigen Schalotten bestreuen und mit der restlichen Gemüsebrühe begießen, sodass die Kartoffeln gerade bedeckt sind. Während der letzten halben Stunde Garzeit der Gänsebrüste die Kartoffeln mit in den Backofen schieben. Die Gänsebrust anrichten, mit der Sauce beträufeln und die Kartoffeln dazureichen.

Wochenthema: Weihnachtliche Rezeptideen
Vincent Klink Donnerstag, 14.12.2000

Feldsalat mit gebratener Geflügelleber

300 g	Feldsalat
200 g	Geflügelleber
1 Bund	Majoran
1 EL	feine Speckwürfel
3 Scheiben	Toastbrot
1	Eigelb
1 EL	Weißwein
1 EL	Essig
1 TL	scharfer Senf
1/8 l	Distelöl
1/2 Bund	Schnittlauch, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer
	Olivenöl zum Anbraten

Den Feldsalat putzen und waschen. Rinde vom Toastbrot entfernen, dann das Brot würfeln. In Olivenöl die Speck- und Brotwürfel knusprig anbraten, leicht salzen und zur Seite stellen.

Eigelb in eine Schüssel geben und mit dem Schneebesen verquirlen. Weißwein, Senf und Essig zugeben und gut vermischen. Dann unter ständigem Rühren das Distelöl langsam zugeben, bis die Sauce dickflüssig, ähnlich einer Mayonnaise ist. Zuletzt den Schnittlauch untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Feldsalat mit der Sauce anmachen.

Die Geflügelleber waschen, trocken tupfen und die Hautfetzen entfernen. Dann würfeln und in heißem Olivenöl kurz anbraten (ca. 3 Minuten), mit Pfeffer und Salz würzen und zuletzt den Majoran darüber streuen.

Feldsalat auf Teller geben, darauf die Leberwürfel und die Speck-Brotwürfel geben.

Wochenthema: Weihnachtliche Rezeptideen

Otto Koch Freitag, 15.12.2000

Loup de mer in Blätterteig nach "Jeanmarie Meulien"

1	Loup de mer à 400 g (ausgenommen, geschuppt)
100 g	Lachsfilet
300 g	Blätterteig
100 g	Sahne
5	Eigelb
1	Schalotte, fein geschnitten
1/8 l	trockener Weißwein
10	schwarze Pfefferkörner
2 EL	Sherryessig
100 g	zerlassene Butter
2	Tomaten
1 EL	Petersilie, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer

Die Filets des Loup vom Schwanz zum Kopf lösen, dort aber nicht abtrennen und die Rückengräte entfernen. Die Tomaten enthäuten, entkernen und in feine Würfel schneiden. Das Lachsfilet in Würfel schneiden. Mit Sahne, einem Eigelb, etwas Salz und Pfeffer in einen Cutter geben und eine Farce herstellen. Die Lachsfarce anstelle der Rückengräte in den Loup einfüllen, die Filets andrücken, sodass die ursprüngliche Fischform wieder gegeben ist. Den Blätterteig ausrollen und um den Loup de mer wickeln. Mit einem Kaffeelöffel Schuppen, Kiemen, Flossen und Augen in den Teig gravieren. Zum Schluss mit einem verquirlten Eigelb bepinseln und im Ofen bei 220 Grad ca. 30 Minuten backen.

Für die Sauce Schalotten, Weißwein, Pfefferkörner und Sherryessig in einen Topf geben und einige Minuten einkochen lassen. Durch ein Sieb passieren und mit 3 Eigelben und den Tomatenwürfeln im Wasserbad aufschlagen. Die Sauce mit der zerlassenen Butter montieren, mit Pfeffer und Salz abschmecken und Petersilie untermischen.

Den Fisch tranchieren und mit der Sauce Choron servieren.

Wochenthema: Backofengerichte
Rainer Strobel Montag, 18.12.2000

Birnen- Lebkuchenauflauf

100 g	Biskuit
100 g	Lebkuchen
150 g	Birnen
65 g	Mandeln, gehobelt
25 g	Korinthen
3/8 l	Sahne
110 g	Zucker
1	Vanillestange
3	Eier
5	Eigelb
1 Prise	Zimt
1/8 l	Milch
	Butter zum Ausfetten

25 g Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten. Biskuit in 2 cm große, Lebkuchen und geschälte Birnen in 1 cm große Würfel schneiden. Die ganzen Würfel mit den gerösteten Mandeln und Korinthen mischen. 1/4 l Sahne, 60 g Zucker, die Eier, ein Eigelb, Zimt und Vanillemark in eine Schüssel geben, mit dem Schneebesen gut vermischen und über die Würfelmasse geben und gut vermengen. Die Masse in gebutterte Förmchen (oder eine gebutterte Auflaufform) füllen und bei 180 Grad ca. 25 - 30 Minuten backen.

Für die Sauce Milch mit restlichen Mandeln, Sahne und Zucker aufkochen. Die restlichen Eigelb in einen Schlagkessel geben und gut verquirlen. Etwas von der kochenden Mandelmilch zugeben. Auf dem Wasserbad weiterschlagen, die restliche Mandelmilch untermischen und zur Rose abziehen.

Den Auflauf aus den Förmchen stürzen und mit der Sauce anrichten.

Wochenthema: Backofengerichte
Ute Herzog Dienstag, 19.12.2000

Rosenkohl à la Normandie

150 g	Rosenkohl
150 g	Kartoffeln
4	Äpfel
200 g	Rinderhackfleisch
2	Zwiebeln, fein geschnitten
2 EL	Speckwürfel
4 EL	Calvados
150 ml	Cidre (ersatzweise Apfelsaft)
250 ml	Gemüsebrühe
1	Ei
4 EL	Crème Fraîche
1	Brötchen
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Öl zum Anbraten

Rosenkohl putzen und am Strunk kreuzweise einschneiden. Große Röschen halbieren. Kartoffeln und Äpfel schälen und würfeln. Den Backofen auf 170 Grad vorheizen. Das Brötchen in lauwarmen Wasser einweichen.

In einem Topf etwas Öl erhitzen, Speck zugeben und auslassen. Ebenfalls Zwiebeln zugeben und glasig dünsten. Dann Rosenkohl und Kartoffeln zugeben, kurz anbraten und mit Cidre und Brühe ablöschen. Die Apfelwürfel darauf setzen, Calvados darüber geben und das Ganze mit einem Deckel verschlossen ca. 20 Minuten in den Ofen geben. Das eingeweichte Brötchen mit Hackfleisch, Ei, Salz, Pfeffer und Muskat vermischen. Daraus kleine Bällchen formen. Den Topf aus dem Ofen nehmen und die Fleischbällchen auf das Gemüse setzen. Crème Fraîche dazwischen verteilen und nochmals mit geschlossenem Deckel den Topf ca. 20 Minuten in den Ofen schieben. Rosenkohlaufauf auf Teller geben und servieren.

Wochenthema: Backofengerichte
Otto Koch **Freitag, 22.12.2000**

Krautkartoffeln

2	große Kartoffeln (oder 4 kleine)
1	kleine Kartoffel
300 g	frisches Sauerkraut
0,1 l	Fleischbrühe
1	Lorbeerblatt
50 g	Speck, fein gewürfelt
1	kleine Zwiebel, fein geschnitten
150 g	gekochtes Kassler, fein gewürfelt
1/8 l	Milch
	Salz, Pfeffer, Muskat

Die großen Kartoffeln mit der Schale weichkochen. Speck und Zwiebeln anschwitzen. Sauerkraut und Lorbeerblatt dazugeben und mit etwas Brühe aufkochen. Die kleine Kartoffel schälen und nach einigen Minuten etwas Karoffel ins Sauerkraut reiben zum Binden. Von den heißen Kartoffeln einen dünnen Deckel abschneiden und die Kartoffeln aushöhlen. Die Kartoffelmasse durchpressen und mit heißer Milch zu Püree vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. (Eventuell etwas zerlassene Butter zugeben.) Das gewürfelte Kassler kurz in einer Pfanne anbraten. Sauerkraut in die ausgehöhlten Kartoffeln füllen. Kasslerwürfel darüber geben und mit einem Spritzbeutel das Püree darauf verteilen. Die Kartoffeln in eine kleine gefettete feuerfeste Form legen und im Ofen bei 200° C etwa 15 bis 20 Minuten backen.

Wochenthema: Mitternachtssuppen
Vincent Klink Mittwoch, 27.12.2000

Zitronengras-Curry-Suppe

4	Schalotten
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1/4 l	Weißwein
1/2 l	Gemüsebrühe
200 g	Zitronengras
2	Salbeiblätter
1 Zweig	Thymian
100 g	Karotten
100 g	Sellerie
100 g	Fenchel
1 Stange	Lauch
80 g	Mehlbuter
20 g	Curry
1 g	Safran
1/2	Limone, unbehandelt
	Butter zum Anbraten
	Pfeffer, Salz

Schalotte schälen und in feine Streifen schneiden, das Gemüse putzen und fein würfeln, vom Thymian die Blättchen zupfen, Salbei und Zitronengras fein schneiden, die Limonenschale in feine Streifen schneiden.

In einem Topf mit etwas Butter die Schalotten andünsten, Knoblauch zugeben und mit Brühe auffüllen und einmal aufkochen lassen. Dann Weißwein, Karotten, Sellerie und Fenchel zugeben und ca. 30 Minuten leicht köcheln lassen. Anschließend Mehlbuter untermischen, Safran, Curry, Kräuter, Zitronengras und Lauch zugeben und nochmals 15 Minuten köcheln lassen.

Die Suppe durch ein Sieb passieren und nach Belieben mit ein paar Butterflocken binden. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Dazu Baguettebrot servieren.

Wochenthema: Mitternachtssuppen
Vincent Klink Donnerstag, 28.12.2000

Scharfe Rinderragoutsuppe

500 g	Rinderwade
500 g	Zwiebeln, fein geschnitten
1	Knoblauchzehe, gepresst
1	Peperoni
2	rote Paprika
2 EL	Rosenpaprika, mild
1 l	Fleischbrühe
1/4 l	Rotwein
2 Zweige	Thymian
3 - 4 Scheiben	Bauchspeck, geraucht
10	Oliven, entkernt
100 g	Kastenweißbrot
	Olivenöl zum Anbraten
	Salz, Pfeffer
	Zahnstocher

Die Paprikaschoten halbieren, entkernen, dann würfeln und 20 Minuten in den ,auf 180 Grad vorgeheizten, Ofen geben. Speck in schmale Streifen schneiden, die Oliven damit umwickeln und mit einem Zahnstocher fixieren. Vom Thymian feine Blättchen abstreifen, Peperoni entkernen und fein schneiden.

Das Fleisch würfeln und mit den Zwiebeln in einem Topf mit Olivenöl braun rösten. Knoblauch zugeben und mit Pfeffer und Salz würzen. Rosenpaprika, Peperoni und Thymian in den Topf geben, mit Brühe und Rotwein auffüllen. Mindestens 30 Minuten gut durchkochen lassen. Dann die Speckoliven zugeben und kurz mitkochen. Die Suppe abschmecken.

Die Rinde vom Brot entfernen und das Brot in Würfel schneiden. In einer Pfanne mit Olivenöl das Brot braun rösten. Brotwürfel mit Paprikawürfeln mischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Suppe anrichten und mit den Paprika-Brotwürfeln bestreuen.

INDEX

—A—

Angeldorsch 65
Apfelkartoffelpuffer 28
Artischocken 49
Auberginen-Ragout 164

—B—

Backpflaumen 100
Basilikumpolenta 152
Bechamelsauce 30
Beefsteak-Tatar 114
Beerenreis 47
Beerensupp 143
Berglinsen-Portulaksalat 114
Birnen- Lebkuchenaufauf 218
Blätterteig 9
Blattspinat 7
Blutwurstravioli 32
Bohnensuppe 211
Bratkartoffeln 103
Brunnenkresse 115
Buchweizenblinis 19
Bunter Salat 64

—C—

Cannelloni 35; 77; 111
Carpaccio 146
Champignon-Hackfleischfüllung 31
Champignonquiche 58
Chickenwings 81
Chili con carne 144
Chop Suey 173
Cock-a-leekie 79
Cognac-Pfefferrahmsauce 177
Coq au vin 87
Crêpes 199
Crostini 120
Curryhuhn 191

—D—

Dillgurken 43
Dinkelfischburger 20
Dresdner Eisstollen 214

—E—

Eingelegte Sardinen 95
Eisbein 171
Entenbrust 116; 194
Erbsensuppe 38
Erbsfrikadellen 210

Erdbeerpancakes 97
Erdnusspesto 93

—F—

Fasnachtskreppe 42
Feldsalat 216
Fischchowder 165
Fleischklösschen 53
Fleischwurst-Gulasch 151
Forellenfilet 112
Frittierte Mozzarella Spieße 149

—G—

Garnelen 2
Gartengemüse 127
gebackenes Gemüse 88
Gebratene Gänsebrust 215
Gebratene Rotbarbe 71
Geflügelleber 216
Gefüllte Calamare 68
Gefüllte Geldbeutelchen 99
Gefüllte Kohlrabi 51
Gefüllte Tomaten 94
Gemüse 96
gebraten 96
Gemüse- und Kräutereintopf 54
Gemüsebandnudeln 132
Gemüsebratwurst 139
Gemüsemascarponequiche 56
Gemüsepfanne 117
Gemüsepfannkuchen 52
Gerollter Schweinehals 201
Glacierte Ente 159
Glasnudelmantel 2
Gnocchi 175
Gnocci 30
Gorgonzolasahnesauce 86
Gorgonzolasauce 126
Grammelknödel 41
grießknödel 15
Grillrostbraten 138
Grünkernbratlinge 126
Grünkernrisotto 21
Grünkohl 6
Grünpargel 85
Gulasch 107

—H—

Hagebutte 4
hähnchen 4
Hähnchenbrust 64
Hähnchengeschnetzeltes 153
Hähnchenschlegeln 128
Hähnchenschnitzel 24
Hasenfilet 11
Hechtklößchen 16
Heilbutt 176
Himbeersauce 123

Hirtentopf 157

—J—

Jägerschnitzel 26

—K—

Kalbfleisch 40; 134
Kalbshaxe 189
Kalbsnieren 100
Kalbsteak 198
Kalbszunge 89
Kaninchen 90
Kaninchenrücken 61
Karoffelklöße 14
Karottensuppe 129
Karpfenfilet 196
Kartoffel-Cordon-bleu 141
Kartoffelknödel 108
Kartoffel-Lachsgratin 31
Kartoffelspießchen 28
Kartoffelsuppe 13
Kartoffeltörtchen 91
Käseröschen 145
Käsesauce 18
Käsespätzle 170
Kasseler 12
Kichererbseneintopf 212
Kokos 24
Königsberger Klopse 106
Krabben 33
Kräuterhacksteaks 137
Krautkartoffeln 220
Krautspätzle 12
Kressesuppe 53
Krokantschnitten 207
Kürbisauflauf 162
Kürbisküchle 163
Kürbis-Schnitzel 161
Kürbis-Zucchini-Suppe 160

—L—

Lachs 7; 19
Lachsmaultäschchen 178
Lammbraten 192
Lammfilets 8
Lammkebab 119
Lammkoteletts 140
Lamppilaw 48
Lammröllchen 72
Lammrücken 104; 164
Lammspießchen 102
Lasagne 33
Lasagne von Weißkohl und Kasseler 185
Lattich 115
Lauch 33
Limonen-Vinaigrette 136
Linsen 13
Linzertorte 206
Loup de mer 217

—M—

Maispoularde 80
Mangoreis 24
Marillenknödel 130
Marinierte Auberginen 147
Marzipan-Haferflocken-Cashewnuss-Plätzchen 205
Meatballs 17
Meeresfrüchtepizza 59
Meeresfrüchterisotto 66
Meerrettichsauce 7
Mettbällchen 91
Miesmuschel 211
Minzbarbe 136
Mittelmeerfischpfanne 150
Mohrenkugeln 208
Muschelsuppe 67

—O—

Ochsenbrust 74
Omelett-Soufflé 122
Orientalische Puten- und Fruchtspieße 135

—P—

Paella 46
Panzanella 118
Paprikasauce 17
Pastete 7
Pastinaken 197
Pavlova 167
Perlgraupen 22
Perlhuhn 78
Pernod-Anis-Sauce 195
Pfirsichsoufflé 123
Piccata von Garnelen und Fischsticks 154
Pilznudeln 181
Pilz-Wildragout 180
Pizzetta 120
Putenbrust 132

—Q—

Quarksoufflé 121

—R—

Rahmspitzkohl 184
Ravioli 5
Red Snapper 166
Rehkeule 213
Rehmedaillons 179
Ricottatortellini 34
Ricotta-Waffeln 148
Rigatoni 36
Rinderfilet "Café de Paris 156
Rinderrouladen 1
Rochenflügel 202
Rohkostmus 133
Rosenkohl 11; 219
Rösti 31

Rotbarsch 187
Rotbarschfilet 60
Rote Bete 113
Rote Grütze 124
Rote-Bete 21
Rotkohl 3
Rotkohle 186
Rotweinsrisotto 49
Roulade von Lachs und Zander 50
Rübenragout 196

—S—

Sabayon 47
Salat Don Clemente 155
Salzburger Nockerln 73
Sardellensauce 109
Sardinen 69; 95
Sauerampfersalat 75
Sauerbraten 108
Sauerkraut 41
Sauerkrautsauce 32
Saure Heringe 43
Saure Nierle 39
Scaloppini Marsala 25
Scampi 203
Scharfe Rinderragoutsuppe 222
Schillerlocken 3
Schneller" Baeckhoffe 193
Schupfnudeln 76
Schwarzwurzelbandnudeln 195
Schweinefilet 127; 177
Schweinekoteletts 162
Schweinelendchen 158; 190
Schweinemedailon 115
Schweinemedallions 62
Schweinsbratwurst 9
Seeteufel 27; 101; 200
Seewolf 63
Seezunge 105
Seezungenröllchen 174
Selleriepüree 194
Senfdressing 64
Shepherd's Pie 168
Sherry 4
Spaghetti 109
Spaghettoni 131
Spargel 82; 83; 86
Spargelragout 84
Spinatknödel 18
Spreewaldzander 169
Stockfischpfanne 38
Strudelteig 6
Sülze 103
Sülze von Räucherfischen 70

—T—

Tapasvariationen 92
Tarte Tatin 125
Teltower Rübchen 10
Thunfisch 93
Thüringer Christstollen 204

Thüringer Zwiebelkuchen 55
Tomatencalzone 57
Tomatenpesto 131
Tomatenrisotto 140
Topfenpalatschinken 98

—W—

Waller 45
Walnussgnocchi 183
weiße Rübchen 116
Weißweingemüse 89
Welsfilet 209
Wiener Schnitzel 23
Wiener Tafelspitz 172
Wiesenkräuterschaumsuppe 74
Wildschweinschnitzel 182
Wirsingpüree 9
Wirsingrouladen 188
Würfelkartoffeln 16

—Z—

Zander 142
Zanderfilet 184
Ziegenquark 77
Zucchini 128
Zürcher Geschnetzeltes 110
Zwiebelsuppe 44

