

# Zu Tisch: Lake District

---

 [arte.tv/de/articles/zu-tisch-lake-district](https://arte.tv/de/articles/zu-tisch-lake-district)

## Die Rezepte der Sendung

---

### Bramley Apfelkuchen

---

#### Zutaten (8 Portionen)

---

1 Kilo Äpfel "Bramley", ersatzweise "Braeburn" oder "Boskop"

150 g Puderzucker

½ TL Zimt

#### Für den Mürbeteig:

---

300 g Mehl

200 g Zucker

100 g Butter

1 Ei

#### Zubereitung:

---

Für den Teig alle Zutaten miteinander verkneten. (Sollte der Teig zu bröselig sein, kann noch etwas kaltes Wasser dazugegeben werden.)

Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 Minuten kalt stellen.

Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Für die Füllung die Äpfel vierteln, schälen und das Kerngehäuse entfernen. Äpfel in kleine Würfel oder dünne Scheiben schneiden und mit Zucker und Zimt vermischen.

2/3 des Teiges auf einer bemehlten Fläche ausrollen und in eine gefettete Springform legen. Dabei einen Rand hochziehen.

Die Äpfel auf den Teig legen.

Den restlichen Teig ebenfalls ausrollen und als Deckel auf den Kuchen legen.

Mit einer Gabel leicht einstechen.

Den Kuchen ca. 35 bis 40 Minuten auf mittlerer Schiene backen.

Nach dem Backen ca. 10 Minuten abkühlen lassen. Mit etwas Puderzucker bestreuen und noch warm mit Vanillesoße servieren.



Bramley Apfelkuchen

## Englische Vanillesoße

---

**Tipp:** Statt Vanillepulver kann auch 1 Vanilleschote verwendet werden. In diesem Fall muss die Vanilleschote mit einem spitzen Messer aufgeschlitzt und das Mark herausgekratzt werden. Schote und Vanillemark (statt Vanillepulver) mit der Milch aufkochen, kurz ziehen lassen und anschließend die Schote entfernen.

### Zutaten (8 Portionen)

---

500 ml Milch

3 Eigelb

1 EL Speisestärke

1 TL Vanillepulver

2 TL Puderzucker

### Zubereitung:

---

Milch in einem Topf aufkochen. Danach die Temperatur reduzieren.

Eigelb mit Puderzucker und Vanillepulver zu einer dicken Masse aufschlagen.

Speisestärke unterrühren.

Anschließend die Masse unter ständigem Rühren in die heiße Milch geben.

Dabei immer weiter rühren und die Milch noch einmal aufkochen, bis eine puddingartige Creme entstanden ist.

Topf vom Herd nehmen, die Vanillesoße in einen Krug umfüllen und heiß servieren.



Englische Vanillesoße

## Shepherd's Pie

---

### Zutaten:

---

30 ml Sonnenblumenöl

2 große Zwiebeln

2-3 Möhren

1 Kilo Rinderhackfleisch

1 grüne und 1 rote Paprika

2 Dosen gehackte Tomaten gehackt á 400 g

900 g Kartoffel mehligkochend/mehlig kochend

Ca. 50 bis 80 g Butter

Ca. 100 ml warme Milch

Salz

Pfeffer

1 vorgekochte Rote Bete zur Garnitur

### **Zubereitung:**

---

Zwiebel abziehen und klein hacken.

Möhren und Paprika waschen. Möhren schälen. Möhren und Paprika in kleine Würfel schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebel und das Gemüse andünsten und das Hackfleisch dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen, die Dosentomaten hinzufügen und alles ca. 40 Minuten köcheln lassen.

Backofen auf 180 Grad vorheizen.

### **Kartoffelbrei:**

---

Kartoffeln waschen, schälen und in Würfel schneiden. Wasser in einem Topf erhitzen und etwas Salz dazugeben. Die Kartoffeln darin ca. 20 Minuten weichkochen.

Anschließend die Kartoffeln abgießen und in einer Schüssel mit Butter und warmer Milch zu einem weichen Kartoffelbrei stampfen.

Hackfleischmasse in einen Bräter umfüllen, den Kartoffelbrei darauf verteilen und im Ofen ca. 25 Minuten backen, bis der Kartoffelbrei leicht gebräunt ist. **Wichtig!** Ohne Deckel backen.

Heiß mit frischem knackigem Salat servieren.



Shepherd's Pie

## Komplettes englisches Frühstück

---

### Zutaten:

---

- 6 Eier
- 10 dicke Schinkenspeckscheiben
- 1 Dose weiße Bohnen in Tomatensoße
- 1 Blutwurst
- Je 4 Schweinefleisch- und Rindfleischwürste
- 300g Kartoffelpüree vom Vortag
- 300g Pilze
- 150g Butter
- 4 EL Milch

### Zubereitung:

---

Den Backofen auf 180 ° C / Gas Stufe 4 vorheizen.

Blutwurst in dicke Scheiben schneiden.

Auf einem Backblech vier dicke Scheiben Blutwurst und die anderen Wurstsorten verteilen.

Im Ofen 15-20 Minuten backen, gelegentlich wenden.

In der Zwischenzeit die Pilze putzen und grob hacken.

50 g Butter in einer Pfanne erhitzen und die Pilze darin anbraten. Etwas salzen.

Die Bohnen in einem kleinen Topf erhitzen.

Eier mit Milch kräftig verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. 50 g Butter in einer Pfanne erhitzen und die verquirlten Eier dazugeben. Unter ständigem Rühren die Eier leicht zum Stocken bringen.

Aus kaltem Kartoffelbrei kleine, runde Plätzchen formen und in der restlichen Butter von beiden Seiten anbraten.

Alle Zutaten auf einem Teller anrichten und mit frischem Toast, Ketchup oder Mayonnaise servieren.



English Breakfast

## **„Hot Pot“ Hammel-Eintopf**

---

### **Zutaten:**

---

1 kg Hammelfleisch, ersatzweise Rindergulasch

Ca. 500 ml Lammfond oder Rinderbrühe

4 Möhren

1 ganze Sellerie

1 Zwiebel (Groß)

1 Rübe (Groß)

300 g Blutwurst

800 g Kartoffeln, vorwiegend festkochend

Salz

Pfeffer

### **Zubereitung:**

---

Den Backofen auf 180 ° C / Gas 4 vorheizen.

Fleisch unter kaltem Wasser abbrausen und trocken tupfen. Hammelfleisch zerteilen.

1. Lammfond bzw. Rindfleischbrühe erhitzen und in einen Bräter gießen. Fleisch in die Brühe legen. Das Fleisch sollte knapp mit Flüssigkeit bedeckt sein. Evtl. noch Wasser nachgießen.
2. Die Zwiebel abziehen und grob hacken.
3. Rübe und Karotten waschen, schälen und in grobe Stücke schneiden.
4. Die Kartoffeln waschen, schälen und in ca. 1,5 cm dicke Scheiben schneiden.
5. Karotten, Rüben und Zwiebeln zum Fleisch geben und unterheben.
6. Die Blutwurst in dicke Scheiben schneiden und auf das Fleisch legen.
7. Die Kartoffelscheiben zuletzt auf dem Eintopf verteilen, sodass alles bedeckt ist.
8. Großzügig mit Salz bestreuen.

Bräter abdecken und für 90 Minuten im Ofen garen. Nach der Garzeit den Deckel abnehmen und weitere 30 Minuten garen, bis die Oberseite gebräunt ist.