

MENÜ

*Karotte auf Heu geschmort mit Olivensahne, gebackenem Thymian,
Karottengrün-Pesto und Trüffel-Kartoffelpüree

*Geschmorter Schweinebraten/Quinoa-Linsen-Patty mit Dreierlei Blumenkohl, grünen Spätzle und
Dampfbrötchen

*Aebleskiver mit karamelierten Äpfeln und Mandelsauce

Karotte auf Heu geschmort mit Olivensahne, gebackenem Thymian,
Karottengrün-Pesto und Trüffel-Kartoffelpüree

Zutaten Karotten:

Gemüsefond:

200 g Karotte

200 g Sellerie

1 Zwiebel

150 g Champignons

Salz

Zucker

5 St. Pfefferkörner

1 St. Lorbeerblatt

1 St. Piment

1 St. Nelke

1 St. Wacholderbeere

Öl zum anschwitzen

Zubereitung:

1. Das Gemüse außer die Zwiebel, putzen und in ca. 3 cm große Stücke schneiden.
2. Die Zwiebel mit Schale halbieren und in einer Pfanne, ohne Öl, auf der Schnittfläche schwarz anbraten.
3. Das Gemüse in einem Topf auf hoher Stufe in Öl anbraten, die Zwiebel dazu geben, die Gewürze hinzufügen und mit Wasser bedecken.
4. Alles aufkochen, mit einem Deckel bedecken und die Hitze ausschalten
5. Den Fond 20 Minuten ziehen lassen und anschließend durch ein feines Sieb passieren

Zutaten Karotten:

1 Bund Karotten

1 l Gemüsefond

Salz

Zucker

Butter zum anbraten

1 Hand voll Heu

Zubereitung:

1. Die Karotten waschen, nicht schälen, das Karottengrün abschneiden und für das Pesto aufheben, einen Teil an der Karotte lassen.
2. In einer Pfanne die Karotten in Butter von allen Seiten anbraten und mit Salz und etwas Zucker würzen.
3. Die Karotten aus der Pfanne nehmen, das Heu hineinlegen und die Karotten darauflegen.
4. Jetzt den Gemüsefond angießen sodass die Karotten ungefähr bis zur Hälfte bedeckt sind und mit geschlossenem Deckel garen, was je nach Durchmesser 10-20 Minuten dauert.

Zutaten Olivensahne:

200 ml Sahne

50 ml Olivenöl

3 Blatt Gelatine

Salz

Zubereitung:

1. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen.
2. Sahne und Olivenöl erwärmen, bis Wasserdampf aufsteigt, die Flüssigkeit aber nicht kocht.
3. Die Gelatine ausdrücken, in der Sahne auflösen und mit Salz abschmecken.
4. Die Flüssigkeit in eine Form die mit Folie ausgelegt ist füllen und in den Kühlschrank stellen
5. Nach ca. einer Stunde, wenn die Masse fest ist, die Olivensahne in feine Würfel schneiden.

Zutaten gebackener Thymian:

20 feine Thymianzweige
200 g Mehl
220 g Wasser
Öl zum ausbacken
Salz

Zubereitung:

1. Aus dem Mehl und Wasser einen Teig verrühren, der die Konsistenz eines dicken Pfannkuchenteiges haben soll.
2. Das Öl auf 160 Grad in einem Topf erhitzen
3. Die Thymianzweige durch den Teig ziehen, im Öl ausbacken, auf Küchenpapier entfetten und mit Salz würzen.

Zutaten Karottengrün-Pesto:

100 ml Olivenöl
50 g Karottengrün
50 g Parmesan
20 g Pinienkerne
1 Knoblauchzehe
Salz
Zitronenabrieb
Pfeffer

Zubereitung:

1. Das Karottengrün von den Karotten entfernen, bevorzugt dabei die feinen Blätter nehmen. Das Karottengrün waschen und gut abtrocknen. Das Karottengrün noch grob mit einem Messer zerhacken.
2. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl hellbraun anrösten.
3. Knoblauch pellen und fein schneiden.
4. Parmesan hobeln.
5. Schale von einer halben Zitrone abreiben.
6. Alle Zutaten jetzt in einen Messbecher geben und mit einem Pürierstab glattmixen.

Zutaten Kartoffelpüree:

600 g Kartoffeln

160 ml Milch

4 El Butter

Salz

Cayenne Pfeffer

Trüffelöl

Zubereitung:

1. Die Kartoffeln schälen und in gesalzenem Wasser garkochen.
2. Die Milch in einem Topf aufkochen.
3. Die Butter in einem Topf bräunen und durch ein Stück Küchenpapier das in einem Sieb liegt filtern.
4. Die weichen Kartoffeln kurz ausdämpfen lassen und durch eine Kartoffelpresse drücken.
5. Die Kartoffelmasse jetzt mit Milch verrühren und mit Nussbutter, Salz, Cayenne und Trüffelöl abschmecken.

Geschmorter Schweinebraten mit Dreierlei Blumenkohl, grünen Spätzle und Dampfbrotchen

Zutaten Schweinebraten

1,6 Kg Schweinenackenbraten

4 Zwiebeln

4 Knoblauchzehen

300 g Karotten

300 g Sellerie

1 Flasche Schwarzbier

2 Blatt Lorbeer

2 Nelken

10 Pfefferkörner

Majoran

2 Wacholderbeeren

Salz

3 EL Tomatenmark

Speisestärke zum binden

Sonnenblumenöl zum anbraten

1. Die Zwiebeln halbieren und auf der Schnittfläche in einer Pfanne sehr dunkel rösten
2. Knoblauch, Karotten und Sellerie putzen und in grobe Würfel schneiden.
3. Den Schweinebraten evtl. etwas parieren gut Salzen und in einem Bräter in Öl, kräftig von allen Seiten anbraten. Den Braten herausnehmen und das Gemüse im Topf anrösten. Das Tomatenmark hinzufügen und kurz mitrösten. Mit dem Bier ablöschen, die Gewürze hinzufügen, den Braten einlegen und etwas Wasser hinzufügen, sodass der Braten zur Hälfte in Flüssigkeit liegt.
4. Den Braten im Ofen bei 180 Grad, 1,5 – 2 Stunden garen.
5. Die Sauce durch ein Sieb passieren und mit Speisestärke binden.

Zutaten für 12 Buns a 65 g :

450 g Mehl
30 g Butter
25 g Hefe
150 ml Wasser
25 g Zucker
15 g Salz
84 g Milch
5 g Backpulver

Zubereitung:

1. Lauwarmes Wasser mit Hefe und Zucker verrühren, bis die Hefe aufgelöst ist und 10 Minuten gehen lassen bis die Hefe aktiv wird.
2. Die restlichen Zutaten mit dem Hefewasser zu einem Teig verkneten und 1 Stunde gehen lassen.
3. 65 g schwere Brötchen formen und nochmals 30 Minuten auf einem Blech mit Backpapier gehen lassen.
4. Im Dämpfer bei 100 Grad 10-15 Minuten dämpfen.

Zutaten Spätzle:

1 Bd glatte Petersilie

Salz

100 ml Mineralwasser

400 g Weizenmehl

6 Eier

2 TL Olivenöl

150 g Bergkäse

20 g Butter

Pfeffer

Muskat

150 ml Schlagsahne

Zubereitung:

1. Für den Spätzleteig Petersilienblätter abzupfen. In kochendem Salzwasser 5 Sekunden blanchieren, in ein Sieb abgießen, abschrecken und gut abtropfen lassen. Sorgfältig ausdrücken. Petersilienblätter mit Mineralwasser in einem hohen Rührbecher mit dem Schneidstab sehr fein pürieren. Mehl, Eier, 1 Tl Salz und Petersilien-Mineralwasser mischen. Teig mit der Hand oder dem Kochlöffel schlagen, bis er Blasen wirft.
2. Teig portionsweise durch die Spätzlepresse in kochendes Salzwasser drücken und aufkochen lassen. Mit der Schaumkelle herausnehmen, abschrecken, im Durchschlag gut abtropfen und abkühlen lassen. Spätzle mit Olivenöl mischen, beiseitestellen.
3. Käse eventuell entrinden und auf der Haushaltsreibe grob raspeln. Butter in einer Pfanne erhitzen, Spätzle darin bei mittlerer Hitze 3–4 Minuten braten, mit Salz, Muskat und Pfeffer würzen. Käse und Sahne zugeben. Unter Rühren so lange erhitzen, bis der Käse geschmolzen ist und die Spätzle leicht sämig sind.

Zutaten Blumenkohlpüree:

½ Kopf Blumenkohl

70 g Butter

100 ml Sahne

Salz

Cayenne Pfeffer

Muskat

Zubereitung:

1. Blumenkohl putzen, Blätter entfernen. Blumenkohl mit den Stielen fein schneiden.
2. 20 g Butter in einem Topf zerlassen, Blumenkohl darin bei mittlerer Hitze 1 Minute andünsten und mit Salz würzen. Mit Wasser auffüllen und bei milder Hitze zugedeckt in 12 Minuten weich garen. In ein Sieb gießen und abtropfen lassen, Flüssigkeit dabei auffangen und beiseitestellen.
3. Blumenkohl mit der Sahne im Topf einmal aufkochen und im Mixer mit restlicher Butter sehr fein pürieren. Mit Salz würzen.

Zutaten roh mariniertes Blumenkohl:

1/4 Kopf Blumenkohl

3 EL Zitronensaft

2 EL Olivenöl

2 EL geschnittene Petersilie

Salz

Pfeffer

Zubereitung:

1. Den Kohl in grobe Stücke schneiden und in der Küchenmaschine in feine Stücke zerkleinern.
2. Blumenkohl jetzt mit Salz vermengen und mindestens 1 Stunde stehen lassen.
3. Aus dem Zitronensaft, dem Öl, Petersilie, Salz und Pfeffer die Marinade herstellen und den Blumenkohl damit abschmecken.

Zutaten Blumenkohl im Backteig:

2 Eier

80 g Mehl

50 g Stärke

100 ml Milch

30 g Parmesan

Muskatnuss

Salz

½ Blumenkohl

Öl zum Ausbacken

Zubereitung:

1. Aus allen Zutaten außer dem Öl und dem Blumenkohl einen Teig herstellen.
2. Den Blumenkohl in feine Röschen zerteilen und in gesalzenem Wasser weich kochen.
3. Das Öl auf 160 Grad erhitzen, den Kohl durch den Teig ziehen und im Öl ausbacken.

Aebleskiver mit karamelierten Äpfeln und Mandelsauce

Zutaten Aebleskiver:

170 g Mehl

2 TL Backpulver

2 TL Zucker

½ TL Salz

Saft von ½ Zitrone

240 ml Buttermilch

85 g Ricotta

3 Eier

2 Eiweiß

Marmelade zum Füllen

Puderrucker

Zubereitung:

1. Mehl in eine Schüssel sieben und mit Backpulver, Zucker, Salz und Zitronensaft mischen. Buttermilch, Ricotta sowie 3 Eigelbe verrühren und in die Mehlmischung einarbeiten. Das gesamte Eiweiß sehr steif geschlagen und portionsweise unterheben. Der Teig sollte eine zähflüssige Konsistenz aufweisen.
2. Backmulden der Aebleskiver Pfanne leicht mit Butter einfetten. Die Pfanne langsam auf mittlere Hitze bringen und in jede Mulde 1 EL Teig geben. Etwas Marmelade oder Obstwürfel als Füllung in die Mitte setzen und nochmals 1 EL Teig darüber geben. In 3 Minuten knusprig goldbraun backen. Vorsichtig wenden und von der anderen Seite in 2-3 Minuten fertig backen.
3. Bällchen aus der Form lösen und mit Puderrucker bestreut noch warm servieren.

Zutaten Äpfel:

3 Äpfel

80 g Zucker

½ TL Zimtpulver

30 g Butter

Zubereitung:

1. Die Äpfel schälen, vierteln und entkernen. 20 g Zucker und Zimt mischen, über die Apfelviertel geben und gut mischen. Restlichen Zucker auf dem Boden einer großen Pfanne verteilen. Darauf nebeneinander die Apfelviertel verteilen. Mit Butterflöckchen belegen und mit Deckel 5 Minuten bei mittlerer Hitze garen. Dann offen weitere 10 Minuten garen bis der Zucker karamellisiert ist und keine Flüssigkeit mehr vorhanden ist.

Zutaten Mandelsauce:

3 Eigelb

50 g Zucker

100 g Marzipanmasse

60 g gemahlene Mandeln

250 ml Milch

1 Vanilleschote

20 ml Mandellikör

Zubereitung:

1. Das Eigelb mit Zucker und zerbröselter Marzipanmasse cremig aufschlagen. Mandeln in einer Pfanne anrösten. Milch, Mandelmehl und die Vanilleschote aufkochen. Das Mark aus der Vanilleschote herausschaben und in die Mandelmilch geben.
2. Die Milch sofort unter die cremige Eigelbmasse rühren. Anschließend die Masse im Wasserbad solange rühren, bis die Masse dicklich wird. Abkühlen lassen und dann den Mandellikör einrühren.

Zutaten Quinoa-Linsen-Patty:

75 g Quinoa

75 g gelbe Linsen

2 EL Cashewkerne gesalzen, gehackt

1 Ei

Raz el Hanout

1 Knoblauchzehe

Salz

Zubereitung:

1. Quinoa und Linsen separat in gesalzenem Wasser garen und auskühlen lassen.
2. Knoblauch fein schneiden und in etwas Olivenöl farblos anschwitzen.
3. Alle Zutaten zu einem Teig verkneten, mit den Gewürzen abschmecken, zu kleinen Frikadellen formen und bei geringer Hitze von beiden Seiten knusprig anbraten.