

Frankfurter grüne Soße

Zutaten:

Quark

Sauerrahm

Mayonnaise

Sahne

7 Kräuter (Petersilie, Dill, Schnittlauch, Kerbel, Pimpernelle, Sauerampfer)

2-3 Hartgekochte Eier

Salz, Pfeffer

Quark, Sauerrahm, Mayonnaise und die Sahne zu einer halbflüssigen, geschmeidigen Masse zusammenrühren, wobei man beachten sollte, dass vom Quark die größere Menge verwendet werden soll.

Jetzt die gehackten Kräuter und die gehackten hartgekochten Eier unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Konsistenz der Soße sollte schön cremig sein.

Dazu schmecken neue Kartoffeln am besten.

Gemüsecurry mit Mandeln

Zutaten für 2 Personen:

- 25 g Mandeln
- 300 g Weißkohl
- 125 g reife Tomaten
- 250 g grüne Paprikaschoten
- 1 Zwiebel
- 2 Eßl Sonnenblumenöl
- 1 TI Currypulver
- 100 g säuerliche Äpfel
- 2 Eßl saure Sahne
- 1 Prise Cayennepfeffer
- 1 TI abger. Zitronenschale
- 2 TI Zitronensaft
- Salz

Die Mandeln kurz in kochendes Wasser legen, dann häuten und ohne Fett in einer Pfanne unter rühren hellgelb rösten. Sämtliches Gemüse waschen und putzen.

Gemischtes Bohnengemüse

Zutaten für 4 Personen:

150 g Zuckerschoten
150 g Schnittbohnen
300 g dicke Bohnenkerne
 2 Schalotten
 1 Knoblauchzehe
 2 Eßl Olivenöl
 Salz, Pfeffer, Butter

Zuckerschoten, Schnittbohnen putzen und klein schneiden. Je nach Garzeit in kochendem Salzwasser blanchieren, abgießen und abtropfen lassen. Die Bohnenkerne von der Schale befreien. Schalotten und Knoblauch abziehen, würfeln und in Butter anschwitzen. Die vorbereiteten Gemüse dazugeben und heiß schwenken, alles mit Salz und Pfeffer fertig abschmecken.

Truthahnoberkeule in Gemüse

75 g Räucherspeck in Bräter auslassen, Keule darin zuerst auf der Hautseite anbraten, dann wenden. 2-3 Knoblauchzehen und eine klein gehackte Zwiebel kurz mit braten. Dann 300 g Lauch und 200 g Möhren in Scheiben geschnitten und etwas Thymian zugeben. Mit $\frac{3}{4}$ l Hühnerbrühe aufgießen. 3 Eßl Tomatenmark dazu, sowie Salz und Pfeffer. Bei 200 Grad, 60 Min. im Rohr schmoren. $\frac{1}{8}$ l Rotwein, 2 Eßl. Essig zufügen und weitere 15 min. ohne Deckel garen. Soße abschmecken mit Mehl binden und etwas Sahne verfeinern. Als Beilage: Semmelknödel, Nudeln.

Perlhuhn mit Pilzen und Tomaten

Perlhuhn in 8 Stücke zerlegen, mit Salz und Pfeffer einreiben. In einem Bräter 1 Eßl. Butter erhitzen und darin goldbraun braten. Pilzsaft und Hühnerbrühe zufügen und 50 min. köcheln lassen. 6-8 kleine Zwiebeln schälen und mit wenig Wasser, 1 Teel. Butter und etwas Zucker in einem Topf bräunen. 200 g Pfifferlinge oder Champignons in einer Pfanne in Butter anbraten und salzen. 400 g geschälte Tomaten in einem Topf mit etwas Butter schmoren, bis die Hälfte der Flüssigkeit verdunstet ist. Zwiebel, Pilze und Tomaten zum Perlhuhn geben und alles wenige Min. durchköcheln lassen. Anschließend mit Petersilie bestreuen. Als Beilage: Körnig gekochter Reis oder Salzkartoffeln.

Tafelspitz mit Meerrettichsoße

Zutaten:

1 kg Tafelspitz
200 g Rindsknochen
½ Stange Lauch
2 gelbe Rüben
1 Stück Sellerie
2 Tl Salz
etwas Sellarisalz
1 Lorbeerblatt
2 Nelken

Zutaten für Soße:

30 g Butter
1 kleine Zwiebel
30 g Mehl
4 Eßl geriebenen Meerrettich
¼ l Milch
¼ l Fleischbrühe
Salz, 1 Prise Zucker
1/8 l süßen Rahm

2 l Wasser mit Knochen, Zwiebel und Gewürzen zum kochen bringen, Fleisch einlegen und leise ca. 1 ½ Stunden köcheln lassen. Nach etwa einer Stunde Gemüse zugeben und bissfest garen. Tafelspitz ist ein besonders zartes Fleisch aus der Rinderkeule. Es quillt beim Kochen auf, sieht also beim Servieren größer aus. Ein kleiner Fettkranz soll beim Aufschneiden zu erkennen sein. Helle Einbrenne herstellen, geriebenen Meerrettich zugeben, ca. 10 Min köcheln lassen. Rahm zugeben und die Soße abschmecken. Fleisch in Scheiben schneiden, mit gegartem Gemüse anrichten und mit Soße servieren.

Kochfleisch mit Apfelmeerrettich

Zutaten:

1 kg Rindfleisch
Brustkern, Hals, Schulterblatt oder Tafelspitz
weitere Zutaten siehe Tafelspitz

Apfelmeerrettich:

2 Äpfel
½ Stange Lauch, 1 Zitrone,
½ TL Zucker,
200 g süßen Rahm oder 1 Becher
Crème fraîche

Zubereitung siehe Tafelspitz

Süßen Rahm steif schlagen, Äpfel grob reiben und mit Zitronensaft mischen. Meerrettich fein reiben, mit Schlagrahm und Äpfel mischen und abschmecken.

Topfennockerln mit Butterbröseln

Zutaten für 4 Personen:

¼ kg Topfen (10% F.i.T.), 2 Eßl Sauerrahm, 1 Ei, 1Eßl Staubzucker (gesiebt), 5 dag griffiges Mehl, Salz, Vanillezucker

für die Brösel:

15 dag Butter, 30 dag Semmelbrösel, 4 dag Staubzucker

Topfen mit Ei, Sauerrahm, Zucker, Mehl und ganz wenig Salz kurz verrühren, mit Frischhaltefolie zudecken und ca. 1 Stunde im Kühlschrank rasten lassen. In einem Topf leicht gesalzenes Wasser aufkochen, Hitze reduzieren und die Topfennockerln unter dem Siedepunkt gar ziehen lassen (Dauer ca. 10 Min.). Inzwischen Butter bis zum Aufschäumen erhitzen. Brösel, Zucker und 1 Prise Vanillezucker zugeben und unter ständigem Rühren goldgelb rösten. Die Nockerln mit einem Siebschöpfer aus dem Wasser heben, gut abtropfen lassen und in den Butterbröseln wälzen. Nockerln auf Tellern anrichten und mit Staubzucker bestreuen. Dazu serviert man am besten Marillenröster.

Weinempfehlung: Servieren Sie dazu einmal eine Beerenauslese oder einen Eiswein.

Fleischtascherln mit Schinken-Käse-Fülle

Zutaten für 4 Personen:

Für die Fülle

8 kleine Schweinsschnitzel (a 5 dag)
10 dag Schnittkäse, 10 dag gekochter Schinken,
2TL gehackte Kräuter

Zutaten

Für die Sauce:

¼ l Bier, ¼ l klare Suppe, 2 Becher
Creme fraiche (a125 g), Salz, Pfeffer,
Kümmel, Öl

Käse raspeln. Schinken klein würfelig schneiden, mit dem Käse und den Kräutern vermischen. Schnitzel zwischen Frischhaltefolie dünn klopfen. Auf jedes Schnitzel etwas Fülle geben. Schnitzel zusammen schlagen und die Ränder gut zusammendrücken (mit einem Messerrücken oder der stumpfen Seite des Ausstechers). Fleischtascherln mit Salz und Pfeffer würzen und in 3 Eßl Öl beidseitig anbraten. Tascherln aus der Pfanne heben, Bratrückstand mit Bier und Suppe ablöschen, Creme fraiche einrühren. Sauce aufkochen, mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen. Fleischtascherln einlegen und zugedeckt auf kleiner Flamme ca. 12 Minuten dünsten. Dazu passen Blattspinat und Braterdäpfel.

Getränkertipp: Ein schönes, kühles Bier wird dazu sicherlich munden. Für „Nicht-Biertrinker“ sollte ein leichter, frischer Weißwein, wie Veltliner - Steinfeder oder ein knackiger Welschriesling, ebenfalls gute Dienst tun.

Feuriger Spinat mit Walnüssen

Zutaten:

1 rote Chilischote
75 g Walnüsse
1,2 kg Spinat (evtl: tiefgefroren)
4 Eßl Walnussöl
1 große Zwiebel
1 Knoblauchzehe
Meersalz
Muskatnuss

Chilischote halbieren, entkernen, würfeln. Walnuskerne grob hacken und ohne Fett kurz anrösten. Spinat putzen, gründlich waschen, abtropfen lassen. Öl in einem breiten Topf erhitzen, gehackte Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Chilistücke zugeben und ca. 3 Min. dünsten. Mit Salz und Muskat abschmecken, mit den Walnüssen bestreuen. Dazu passen Kartoffeln.

Grünkernsalat

Zutaten:

250 g Grünkern
350 ml Wasser o. Gemüsebrühe
1 Becher Sauerrahm
3 Bund gemischte Kräuter
(z.B. Schnittlauch, Petersilie, Ruccola,.....)
2 Zehen Knoblauch
1 Zwiebel
Lorbeerblatt, Kräutersalz, Pfeffer, Essig, Öl

Gurken im der Flüssigkeit mit 1 Lorbeerblatt u. Salz zum Kochen bringen, auf niedriger Stufe 30-40 Minuten köcheln lassen. Kräuter, Zwiebel, Knoblauch fein schneiden. Den abgekühlten Grünkern mit den restlichen Zutaten vermischen. Den abgekühlten Grünkern mit den restlichen Zutaten vermischen. Mit Salz, Pfeffer, etwas Essig und Öl abschmecken.

Pikante Kräuterpfannkuchen

Zutaten:

1 Schalotte
50 ml Öl
1 Prise Paprika (edelsüß)
1 Prise Salz
150 g Mehl
3 frische Eier
125 ml Wasser
½ Bund Schnittlauchröllchen
2-3 Eßl. Rapsöl zum Backen

Schalotte schälen, fein hacken und in 1 Eßl. Öl dünsten. Restliches Öl mit Salz, Paprika, Quark und Mehl vermengen. Eier mit Wasser verquirlen und mit der Mehlmischung verrühren. Schalottenstückchen dazugeben, Öl in der Pfanne erhitzen und nacheinander Pfannkuchen backen. Pfannkuchen nebeneinander, auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und im Backofen bei 100° Grad warm halten.

Gute Beilage, zu frischen Salaten, Gemüse und festen Füllungen.

Bärlauch – Suppe

Zutaten:

**80 g Zwiebel
1 Knoblauchzehe
300 g Kartoffel
40 g Butter
ca. 800 ml Gemüsefond
200 g Sahne
Salz, Pfeffer, Muskat
100 g Bärlauch
1 TL Zitronensaft**

Zwiebel, Knoblauch u. Kartoffel schälen und würfeln. Alles in Butter andünsten mit dem Gemüsefond + Sahne angießen, würzen u. 20 Min. leise köcheln lassen. Bärlauch waschen, in Streifen schneiden. Suppe m. $\frac{3}{4}$ Bärlauch pürieren, mit Zitronensaft abschmecken u. den restlichen Bärlauchstreifen servieren.

Gewürzmost

Zutaten :

1L Apfelmost
50 g Zucker
1 Zimtstange
2 Gewürznelken

Alle Zutaten ca ½ Std ziehen lassen nicht kochen, damit sich die Gewürze entfernen können. Je nach Geschmack mit Zitronen oder Orangenscheiben garnieren.

Zwiebel-Most-Suppe

Zutaten:

2-3 Eßl. Öl
1Eßl. Butter
3 gr. Zwiebeln
1/8 Most
1l Rinderbrühe
gem. Pfeffer
frische Kräuter

Zwiebeln in feine streifen schneiden in Öl-Buttermischung goldbraun anbraten. Mit Most ablöschen und mit Brühe aufgießen. Kräuter beigeben, kurz durch kochen und abschmecken.

Lachsforelle aus dem Sud

Zutaten für 6 Personen:

2,5 kg Lachsforellen
150 g Sellerieknollen
250 g Porree
100 g Zwiebeln
je ein Bund Petersilie und Dill
1 Flasche trockener Weißwein
2 Lorbeerblätter
2 Eßl. Schwarze Pfefferkörner
3 Eßl. Salz

Die Zubereitung erfolgt einen Tag vor dem Essen

Sellerie und Porree putzen, waschen und grob zerteilen. Zwiebel schälen und vierteln. Kräuter waschen. Alle Zutaten mit 4 l Wasser in Fischtopf 20 Min. kochen lassen. Lachsforellen waschen und in den kochenden Sud legen. Den Topf verschließen und vom Herd nehmen, über Nacht bei Zimmertemperatur ziehen lassen. Die Lachsforellen am nächsten Tag auf eine Platte geben und häuten, mit Zitronenscheiben garnieren. Dazu passt selbst gerührte Mayonnaise und Salat.

Bunter Salat mit geräucherten Forellen

Zutaten:

600 g geräuchertes Forellenfilet
150 g Zwiebeln (frisch oder Silberzwiebeln)
150 g eingelegte Gurken
80 g Tomatenpaprika
100 g Grünerbsen
100 g Karotten
200 g Tilsiter oder Käse nach Geschmack
200 g Kartoffeln, gekocht und abgekühlt
50 ml Flüssigkeit von Tomatenpaprika
50 ml Flüssigkeit von eingelegten Gurken
200 g Delikatessremoulade

Die Zutaten können nach Belieben geschnitten, gewürfelt oder gehackt, gemischt und angerichtet werden. Etwas ziehen lassen und evtl. mit frischer Petersilie garniert servieren.

Lammgeschnetzeltes

Lamm-Schulter auslösen, in kleine Würfel schneiden, mit Knoblauch, Paprika rot u. grün Fleischwürzer und Pflanzenöl gut durchkneten, haltbar bis zu 4 Tagen. Alles zusammen in der Pfanne ½ - 1 Std. langsam schmoren. Nach belieben mit Sahne, etwas Kurcuma und Salz abschmecken.

Als Beilage schmecken Semmelknödel, Nudeln, Reis oder Kartoffeln!

Lammripperl in Gemüsereis

Lammripperl mit Grillgewürz einreiben und mit Öl bepinseln, 1 Tag ziehen lassen. In einer Pfanne (Wok-Pfanne) etwas Butter zergehen lassen, Zwiebeln und Knoblauch glasig dünsten, Lauch, Sellerie, Paprika, Gelbe Rüben und gewaschenen Reis dazugeben, etwas durchbraten, Lammripperl dazugeben etwas durchbraten, Lammripperl dazugeben, achten, dass die Ripperl am Boden sind, dass die Ripperl am Boden sind, dass Gemüse und Reis sie bedecken. 1 Tasse Wasser oder Fleischbrühe (je nach Reis Zugabe) aufgießen. Mit Gemüsebrühe würzen, zugedeckt 1 Std. köcheln lassen.

Käse Nockerl

Zutaten:

250 g Almkäse
250 g Butter weich
250 g Semmelbrösel
5 Eier
3 Eßl gehackte Petersilie
Salz, Pfeffer, Muskat
2-3 Liter Gemüsebrühe

Butter schäumig rühren und mit allen Zutaten gut verrühren. 10 Min. quellen lassen und Nockerl ausstechen in kochender Brühe 10 Min. gar ziehen lassen.

Käse-Kraut-Spätzle

Zutaten:

**1 Zwiebel, Butterschmalz
500 g Spätzle gekocht
500 g Sauerkraut
250 g Bergkäse gerieben
250 g Sahne
Salz, Pfeffer, Schnittlauch**

Zwiebeln würfeln im Schmalz andünsten, Spätzle zugeben und goldbraun braten, Sauerkraut locker zugeben mit Salz, Pfeffer, Sahne abschmecken Käse darüber geben und schmelzen lassen. Mit Schnittlauch und Röstzwiebeln anrichten.

Lauchgratin ~ Beilage ~

Zutaten:

750 g Lauch
25 g Butter
1/8 l Sahne
2 Eigelbe
Salz, Pfeffer, Muskat

Den Lauch putzen, die dunkelgrünen Blätter abschneiden, die helleren Abschnitte oben einschneiden und gründlich waschen. Die Stangen in dünne Scheiben schneiden. Den Backofen auf 190°C vorheizen. In einem flachen Topf die Butter schmelzen lassen und den Lauch kurz darin andünsten. Dann die Lauchscheiben in eine feuerfeste Form füllen. Die Sahne mit den Eigelben, Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss verquirlen, über den Lauch gießen. Im heißen Ofen 20-30 Min. überbacken.

Kartoffel-Sellerie-Püree

Zutaten:

**300 g Kartoffeln
400 g Sellerieknollen
30 g Butter
125 ml Milch
Salz, Pfeffer, Muskatnuss**

Die Kartoffeln und die Sellerieknolle waschen, schälen und in etwa 1,5 cm große Würfel schneiden. In einen Topf mit Dämpfeinsatz etwa Wasser geben, die Würfel in den Einsatz geben, in den Topf stellen und zugedeckt aufkochen. In 12 bis 15 Min. weich mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken. Mit einem Schneebesen Butter und Milch unterschlagen, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.