



Folge 5: Ein Eifel-Hof wie aus dem Bilderbuch

Rezepte von Gaby Breuer

Alle Mengenangaben für sechs Personen

Vorspeise: Rinderkraftbrühe mit Einlagen

Rinderbrühe

Zutaten:

1000 g Suppenfleisch vom Rind	½ Sellerie
1 Rindfleisch Beinscheibe	1 Lauchstange
2 Rindermarkknochen (Mark entnehmen für die Markbällchen)	1 Lorbeerblatt
1 große Zwiebel	10-15 bunte Pfefferkörner
2 Möhren	8-10 Wacholderbeeren
	5 Nelken

Zubereitung:

Drei Liter Wasser zum Kochen bringen, das Fleisch hineingeben. Nach 5 Minuten die Hitze reduzieren, Salz, Pfefferkörner, Lorbeerblatt, Wacholderbeeren und Nelken zugeben. Die Zwiebel in der Mitte durchschneiden und in einer trockenen Pfanne rösten, bis die Schnittstellen dunkelbraun sind.

Die gebräunten Zwiebelhälften mit dem Sellerie, Möhren und dem Lauch zur Suppe geben. Ab jetzt sollte das Fleisch nicht mehr "kochen", sondern nur ganz sanft "ziehen", ca. 6 Stunden. Jetzt wird die klare Brühe durch ein Sieb gegossen und der Sellerie und die Möhren als Beilage für die Suppe kleingeschnitten. Mit dem gekochten Fleisch kann man einen Fleischsalat zubereiten, aus dem Knochenmark werden die Markklößchen hergestellt.

Eierstich

Zutaten:

2 Eier	1 Prise Muskat
1/8 l Milch	Salz

Zubereitung:

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und gut verrühren. Eine Tasse mit Butter einpinseln und die fertige Eimasse hineinfüllen, danach ca. 30 Minuten im Wasserbad quirlen lassen.

Markbällchen

Zutaten:

50 g Rindermark (oder 20 g Fett & 30 g Rindermark)	50 g Paniermehl
1 Ei	Salz, Petersilie und Muskatnuss

Zubereitung:

Das Rindermark in einem kleinen Topf erhitzen. Danach absieben und abkühlen lassen. In eine kleine Schüssel füllen und sahnig rühren. Nach und nach die restlichen Zutaten unterrühren und mit Salz abschmecken. Aus der fertigen Masse kleine Bällchen formen und diese kühlstellen. In einen Topf etwas Brühe füllen und erhitzen. Die Markbällchen hineinlegen und 5-6 Minuten ziehen lassen (nicht kochen!). Wenn die Markbällchen vom Boden hochkommen sind sie fertig. Die Markbällchen, den Eierstich, die Möhren, den Sellerie und den Lauch auf einen Suppenteller legen und mit der Rinderbrühe auffüllen.



Hauptspeise: Schweinefilet mit Apfelhälften und Curry-Sauce

Selbstgemachte Pommes

Zutaten:

2 kg festkochende Kartoffeln

Zubereitung:

Die Kartoffeln waschen, schälen und in gleich große Pommesstücke schneiden. In einem Kochtopf ca. 20 min kochen und anschließend in der Fritteuse bei 180°C goldgelb backen.

Sommersalat mit Holunderblüten-Salatdressing

Zutaten:

für den Salat Pflücksalat 1 gelbe Paprika 1 rote Paprika 1 Gurke kleine Tomaten 2 Stangen Lauchzwiebeln 6 Pilze
für das Dressing 8 EL Weißweinessig 8 EL Holunderblütensirup 4 TL Senf 225 ml Öl Salz, Pfeffer und Zucker

Zubereitung:

Alle Salatzutaten in Scheiben oder Würfel schneiden und auf einem Teller anrichten.

Für das Dressing Essig, Sirup, Senf und Öl mit einem Pürierstab verquirlen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Den Salat mit dem Holunderblüten-Salatdressing beträufeln.

Schweinefilet mit Apfelhälften & Curry-Sahne-Sauce

Zutaten: 500g Schweinefilet Salz und Pfeffer 3-4 Äpfel ¼ l Sahne 2 gestr. TL Tomatenmark 2 TL Curry etwas Salz 80 g geriebenener (Berg-)Käse etwas Butter (in Flöckchen)

Zubereitung: Das Schweinefilet in dicke Scheiben schneiden und mit Salz & Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit Butter beidseitig anbraten, danach in eine Auflaufform legen. Die Äpfel schälen und halbieren, dann auf jedes Stück Filet eine Apfelhälfte legen.

Die Sahne, das Tomatenmark und das Currypulver verquirlen, mit Salz kräftig abschmecken und über das Fleisch gießen. Mit dem geriebenen Käse und Butterflöckchen bestreuen und im Ofen bei 180°C etwa 30 Minuten überbacken bis es goldgelb ist.

Dessert: Erdbeeren mit Eierlikör-Parfait und Schoko-Törtchen

Schokoladen-Törtchen

Zutaten:

150 g Zartbitterschokolade
150 g Butter
½ TL Salz
30 g Mehl
1 Päckchen Vanillezucker

100 g Zucker
2 Eier
3 Eigelb
1 Packung Back-Nougat
Puderzucker

Zubereitung: Die Schokolade hacken und mit der Butter in einer Schüssel im Wasserbad unter ständigem Rühren schmelzen. Salz, Mehl und Vanillezucker vermischen und unterrühren. Dann die Eier und die Eigelb dazugeben.

15 kleine Muffinförmchen mit Butter fetten und mit Zucker ausstreuen. Den Schokoladenteig einfüllen, in die Mitte ein Stück Nougat drücken und mindestens 1 Stunde tiefkühlen.

Im vorgeheizten Backofen (Umluft 140°C) ca. 45 Minuten backen. Zwei Minuten ruhen lassen, danach den Muffin stürzen und mit Puderzucker betreuen.



Eierlikör-Parfait

Zutaten:

2 Eier
6 Eigelb
150 g Puderzucker
1 Vanilinschote
500 ml Sahne
150 g Eierlikör

Zubereitung:

Eier, Eigelb und Puderzucker in einer Metallschüssel über dem Wasserbad schaumig schlagen. Das ausgekratzte Vaniliemark dazugeben und abkühlen lassen. Derweil die Sahne steif schlagen und vorsichtig unter die Eimasse heben. Zum Schluss den Eierlikör unterheben. Eine Kastenform mit Frischhaltefolie auslegen, die Masse einfüllen und ca. 6 Stunden einfrieren.

"Erdbeer-Traum"

Zutaten:

500 g Erdbeeren
1 Tütchen Sofort-Gelatine oder 6 Blatt Gelatine
250 g Mascarpone
50 g Zucker
4 EL Zitronensaft
200 g Schlagsahne
120 g Butter
200 g Amarettini

Zubereitung:

Die Erdbeeren waschen und abtropfen lassen. Die Hälfte der Erdbeeren in Scheiben schneiden. 6-8 Tassen mit Frischhaltefolie auslegen. Die Erdbeerscheiben in den Tassen von unten nach oben am Rand hineinlegen. Von den übrigen Erdbeeren 6-8 zur Seite stellen, die restlichen pürieren und mit Mascarpone, Zucker und Zitronensaft verrühren. Die Gelatine untermischen. Dann Sahne steif schlagen und unter die Masse heben. Die Creme anschließend in die Tassen füllen. Dabei oben einen Rand für den Boden lassen. Die Butter schmelzen. Amarettini in einen Gefrierbeutel geben, verschließen und mit der Teigrolle zerbröseln. Die Butter mit den Bröseln vermischen, auf den Tassen verteilen und leicht andrücken. Mit der überstehenden Folie den Amarettiniboden bedecken und ca. 12 Stunden kalt stellen. Den Erdbeer-Traum stürzen und mit den restlichen Erdbeeren verzieren.

Waffelhörnchen Teig

Zutaten:

250 ml Wasser
200 g Butter
250 g Zucker
2 Eier
250 g Mehl

Zubereitung:

Wasser und Zucker in einem Kochtopf erhitzen bis der Zucker sich aufgelöst hat. Danach die Butter dazugeben. Etwas abkühlen lassen und die Eier und das Mehl untermischen. 1-2 Teelöffel Teig in ein Waffelhörnchen-Eisen füllen. Die Waffel nach Belieben formen.