Christel´s Kochbuch

Bild: Windmöller, Neue Westfälische

Die Kunst zu genießen,
ist immer auch ein wenig
die Kunst,
sich Muße zu gönnen.

Lesen Sie mit Muße.
Kochen Sie mit Liebe. Und
speisen Sie mit Genuß.

Ein Wort zuvor
Was soll ich kochen?

Wer hat sich diese Frage noch nicht mehr oder weniger verzweifelt gestellt? Sie steht immer an, gleich, ob es sich um den alltäglichen oder sonntäglichen Küchenzettel handelt.

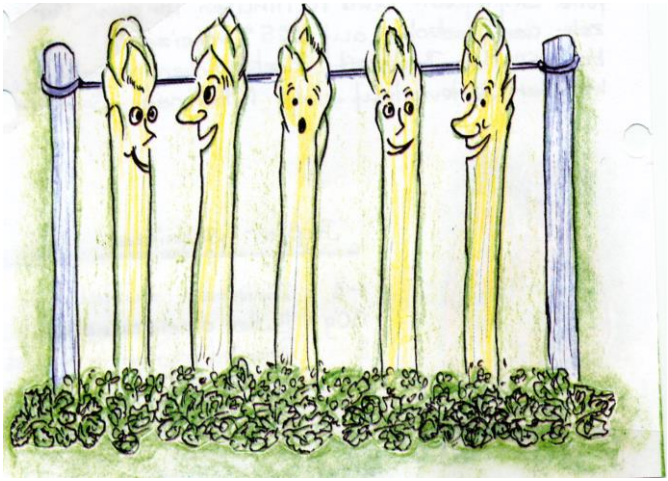
Die Anregungen, Vorschläge und Rezepte dieses Buches beziehen sich auf die Gestaltung von Mittagsmahlzeiten, kleinen Abendessen und Spätimbissen.

Unternehmen Sie mit diesem Buch gleichzeitig Streifzüge durch alle Jahreszeiten.

Inhalts- Verzeichnis

Spargel	Seite 1-17
Eintöpfe	18-41
Suppen	42-71
Hackfleisch- Gerichte	71-121
Fleisch-Spieße	122-139
Geflügel	140-156
Braten, Rouladen, Goulasch	157-186
Klein aber fein	187-222

Frühlings- Zeit
Spargel- Zeit



Hochsaison für die Feinen von der Stange

Frischer Spargel

Von Mitte Mai bis Mitte Juni ist die Hauptsaison für Spargel. Der weißköpfige Spargel zart und sehr milde im Geschmack. Feinschmecker schätzen besonders den grünen Spargel, weil er zart, holzfrei und am würzigsten ist.
Wenn der Spargel nicht am Tag des Einkaufes verwendet werden kann, hält man ihn frisch, wenn man ihn in ein feuchtes Tuch einschlägt und im Gemüsefach des Kühlschrankes aufbewahrt.
Dauer bis zu drei Tagen.
Zum Garen in sprudelndes Wasser mit einem Zusatz von 1

Msp. Butter und je 1 Pr. Salz und Zucker geben.

Wieviel für jeden?

250g, wenn der Spargel zusammen mit anderen Beilagen serviert wird.

500g, Spargel wenn er nur mit Schinken als Beilage gegessen wird.

Spargel- Apfel- Salat

Zutaten:

0,5	kg	Spargel
4		Äpfel
200	g	Schmand
2	El.	Zitronensaft
		Salz, Pfeffer, Zucker
		gehackte Petersilie und
		Schnittlauch

Zubereitung:

Den Spargel in 3 cm Stücke schneiden. Äpfel vom Kerngehäuse befreien und je nach Sorte geschält oder ungeschält in Spalten oder Würfel schneiden.
Eine Soße aus Schmand, Zitronensaft, Zucker, Salz,

Pfeffer, gehackter Petersilie und Schnittlauch herstellen.
Spargel mit Äpfeln untermischen.

Spargelsuppe

Zutaten:

0,5	kg	Spargel kochen, Spargel-wasser aufheben Spargel in 3 cm große Stücke schneiden
50	g	Butter
50	g	Mehl
2		Eigelb
125	g	Schmand
		Fondor, Petersilie

Zubereitung:

Eine Schwitze aus der Butter, Fondor und Mehl herstellen. Unter Rühren ca. 1/4 ltr. Spargelwasser hinzufügen und

einige Minuten kochen lassen. Spargelstücke zugeben. Eigelb und Schmand gut verrühren. Topf beiseite stellen. Die Suppe darf nicht mehr kochen. Die Eigelb- Schmand Mischung unter Rühren hinzufügen. Suppe abschmecken und mit gehackter Petersilie garnieren.

Spargel- Eintopf

Zutaten: für 4 Personen

1,0	kg	Spargel
0,5	kg	Kartoffeln
0,4	kg	Mett
1		Ei
50	g	Butter
1	El.	Mehl
2	El.	Schmand
		Salz, Pfeffer, gehackte Petersilie, Zitronensaft

Zubereitung:

Die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden, Spargel schälen und in 3 cm lange Stücke schneiden. Kartoffeln zum Kochen bringen und nach 10 Minuten die Spargelstücke

hinzufügen. Weitere 10 Minuten weiterkochen. In der Zwischenzeit das Mett mit dem Ei vermischen und zu walnußgroßen Klößchen formen. Die Klößchen zum Eintopf geben und 10 Minuten garen lassen.

Die Butter erhitzen und das Mehl darin anschwitzen. Mit dem Kartoffel- Spargelwasser ablöschen und auffüllen. Die Soße mit Schmand verfeinern und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Kartoffeln und Spargel zugeben und mit der gehackten Petersilie bestreuen.

Spargelbraten

Zutaten: für 4 Personen

2,0 kg Spargel
1 Pck. TK Blätterteig
4 Eier
6 Sch. gekochter Schinken
250 g Schmand
250 g geriebener Käse
Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Spargel in Stücke schneiden, 6 Minuten kochen lassen. Eine feuerfeste Form mit 4 Scheiben aufgetautem Blätterteig auslegen. Zuerst die Hälfte des Gouda, dann den gewürfelten Schinken und darauf den Spargel verteilen. Die Eier mit

dem Schmand, etwas Salz, Pfeffer und dem restlichen Gouda verquirlen und über den Spargel gleichmäßig verteilen. Zwei Scheiben Blätterteig in Streifen schneiden, zu Rosetten formen und als Muster darauf legen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad 45 bis 55 Minuten backen.

Spargel- Geflügel- Cocktail

Zutaten:

0,5 kg		gekochter Spargel
0,25kg		gekochtes oder gebratenes Hühnerfleisch ohne Haut
4		Salatblätter
3	EL.	Mayonnaise
1	TL.	Zitronensaft
1	EL.	Tomatenmark
1	EL.	Sherry
		1 Spritzer Tabasco, Petersilie

Zubereitung:

Den gekochten Spargel gut abtropfen lassen und in 3 cm lange Stücke schneiden. Das

Hühnerfleisch in kleine Stücke schneiden und mit dem Spargel mischen. Die gewaschenen Salatblätter in vier Gläser auslegen. Den Spargelcocktail dazu anrichten.
Die Mayonnaise mit dem Zitronensaft, Tomatenmark, Sherry und dem Tabasco verrühren und mit Salz und Zucker abschmecken. Soße über den Cocktail geben und mit Petersilie garnieren.

Spargel- Kuchen

Zutaten:

1,0 kg	Spargel
0,250g	Toastbrot
0,25ltr.	Sahne
4	Eier
0,100g	geriebener Käse
0,200g	Frühstücksspeck
0,250g	Schmand
	Salz und Pfeffer

Salz für das Kochwasser sowie eine Messespitze Zucker und 1 TL. Butter

Zubereitung:

Spargel schälen, ca. 8 Minuten kochen und danach abtropfen lassen. Vom Toastbrot die Rinde abschneiden. Mit den

Toastbrotscheiben die Kuchenform auslegen und die Spargelstangen sternförmig anordnen. Frühstücksspeck würfeln und anrösten. Schmand mit Eiern, Gouda, wenig Salz und etwas Pfeffer verquirlen und über den Spargel geben. Zum Schluß den Frühstücksspeck gleichmäßig darüber verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei ca. 180° etwa 20 Minuten backen.

Spargel- Pfannkuchen

Zutaten:

1,5	kg	Spargel
		Salz
1	EL.	Zucker
0,125g		Mehl
5		Eier
1/8	ltr.	Milch
0,100g		Butter
2		hartgekochte Eier
		Petersilie

Zubereitung:

Spargel kochen. Aus Mehl, Eiern, Milch und einer Prise Salz einen Pfannkuchenteig zubereiten. Im erhitzten Fett 4 Pfannkuchen backen. Den Spargel in 4 Portionen teilen

und in die Pfannkuchen einrollen. Die hartgekochten Eier und die Petersilie hacken, im Fett erhitzen und über die Pfannkuchen geben.

Eintöpfe

Emsländer Heidetopf

Zutaten:

1,0	kg	Goulasch
2		große Zwiebeln
1		rote Paprika
1		grüne Paprika
0,75	kg	Kartoffeln
4		Tomaten
1/2	ltr.	Brühe
		Salz, Pfeffer, Paprika

Zubereitung:

Goulasch mit den Gewürzen anbraten. Zwiebeln, Paprika und Kartoffeln in Scheiben schneiden. Abwechselnd je eine Schicht vom Gemüse und Kartoffeln auf das Fleisch geben. Tomatenscheiben zuletzt

zufügen. Mit der Brühe aufgießen, nochmals abschmecken und ca. Stunde garen lassen.

Kohlrabi- Eintopf

Zutaten:

750g	Kohlrabi in nicht so
	große Stücke schneiden
750g	Kartoffeln und
1	Zwiebel würfeln. Alles
	in
40 g	Butter unter häufigem
	Wenden andünsten. Mit
1/4 ltr.	Fleischbrühe ablöschen.
	bei
	schwacher Hitze 15
	Minuten dünsten.
1/8 ltr.	Sahne mit
1 TL.	Mehl verrühren und
	zufügen. Aus
500g	Mett kleine Bällchen
	formen und ca. 10
	Minuten im Eintopf

garen lassen.
Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
Variante: mit 100g Schmelzkäse abschmecken.

Weißkohl- Eintopf

Zutaten:

1,0	kg	Weißkohl vierteln, Strunk entfernen und in feine Streifen schneiden
1,0	kg	Kartoffeln feinwürfelig schneiden
80	g	Butter oder Margarine in einem weiten Topf erhitzen. Weißkohl und Kartoffeln darin unter Wenden dünsten und leicht anbraten. Mit
1/4	ltr.	Instantbrühe zum Kochen bringen. Bei mittlerer Hitze zugedeckt etwa 20 Minuten garen.

400g Leberkäse würfeln und unter den Eintopf heben mit reichlich Kümmel, etwas Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.

Statt Leberkäse kann auch gewürfelte Fleischwurst verwendet werden.

Rindfleisch- Mais- Eintopf

Zutaten: für 4 Personen

0,5	kg	Rindfleisch in Würfel
4	EL.	Butterschmalz
1		Knoblauchzehe gehackt
1		Zwiebel gehackt
2	EL.	Paprika edelsüß
1		rote Paprika
1		grüne Paprika
250g		Möhren
1	St.	Porree
2	ltr.	Wasser
2		Brühwürfel
2		Tassen Reis
2	Ds.	Mais
1	Bd.	Petersilie
		Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Butterschmalz in einem großen Topf erhitzen und das Fleisch darin anbraten. Knoblauch und Zwiebeln dazu, durchbraten und mit Paprikapulver würzen. Paprikaschoten, Möhren und Porree kleinschneiden. Das Wasser zum Fleisch gießen, Gemüse, Brühwürfel und Reis zugeben und 30 Minuten kochen lassen.
10 Minuten vor Ende der Garzeit, die abgetropften Maiskörner hinzufügen. Den Eintopf abschmecken und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Bohnentopf mit Schweinefleisch

Zutaten:

0,5	kg	Schweinefleisch
5		Rauchenden
500 g		weiße Bohnen
1		Lorbeerblatt
1		Zweig Thymian, Petersilienstiele
3		Zwiebeln
2		Knoblauchzehen
2		Möhren
2	EL.	Butterschmalz
1	Ds.	geschälte Tomaten große Dose
1		Semmelbrösel

Zubereitung:

Die Bohnen über Nacht in kaltem Wasser einweichen und dann mit Thymian, Petersilie und Lorbeerblatt gar kochen. Zwiebeln, Knoblauch und Möhren in Streifen schneiden. Rauchenden in Scheiben. Schweineschulter in Würfel schneiden, Schmalz im Topf erhitzen, Fleisch und Wurst darin 3 Minuten anbraten. Zwiebeln und Knoblauch hinzufügen und goldgelb werden lassen, die Möhren und Tomaten dazugeben und das Ganze etwa 1 Stunde schmoren lassen. Danach mit den abgetropften Bohnen in eine feuerfeste Schüssel schichten, als

letzte Schicht Bohnen mit Semmelbrösel überstreuen und bei 200° im Ofen backen bis die Semmelbrösel goldgelb sind. Anschließend im Topf servieren.

Gemüse- Eintopf

Zutaten:

750g Gehacktes halb und halb
1 Pa. gefrorene Erbsen (TK)
1 1/2 ltr. Instant Brühe
4 St. Porree
8 Möhren
1 Be. Creme fraiche
Tomatenmark, Salz,
Pfeffer, Petersilie

Zubereitung:

Das Gehackte im Schmortopf gut durchbraten. Mit der Brühe aufgießen. Das kleingeschnittene Gemüse hinzugeben. Ca. 3/4 Stunde

köcheln lassen. Mit Creme fraiche, Tomatenmark und Salz, Pfeffer abschmecken. Mit Petersilie bestreut servieren,

Sauerkraut- Eintopf

Zutaten:

1	Ds.	Sauerkraut (850ml)
500g		Kartoffeln
100g		gewürfelter durchwachsener Speck
4		Rauchenden
1/4	ltr.	Wasser
4		Wacholderbeeren
1/4	ltr.	Buttermilch

Zubereitung:

Den Boden eines Topfes mit Speckwürfeln belegen, die Kartoffeln in Scheiben schneiden und auf den Speckwürfeln verteilen. Sauerkraut zerzupfen, 1-2 Eßlöffel zurückbehalten und den

Rest auf die Kartoffeln geben. Die Rauchenden obenauf legen, Wasser und Wacholderbeeren hinzufügen und zugedeckt bei mäßiger Hitze ca. 40 Minuten garen. In der Zwischenzeit nicht umrühren. Dann die Rauchenden herausnehmen, den Eintopf stampfen, die Buttermilch zugeben und abschmecken. Das Sauerkraut locker unterheben.

Skat- Eintopf

Zutaten: für 6 Personen

1,0	kg	geräucherte dicke Rippe (Portionsstücke)
3		Zwiebeln
4	EL.	Zucker
1,0	kg	Sauerkraut
250g		Weintrauben (kernlos)
1/4	ltr.	süße Sahne
1/4	ltr.	Wasser

Zubereitung:

Die Rippe in einem großen Topf scharf anbraten und zur Seite stellen. Die Zwiebel würfeln und in dem heißen Rippenfett anschwitzen. Den Zucker darüber streuen und die Zwiebel karamellisieren. Rippen zurück

in den Topf geben und das ganze mit 1/4 ltr. Wasser ablöschen. Sauerkraut abtropfen lassen, auf den Rippen verteilen und die Weintrauben darüber verteilen. Dann mit der süßen Sahne aufgießen und bei mittlerer Hitze und zugedeckt ca. 50 Minuten garen lassen. Kurz vor dem Servieren noch mal mit Salz und Zucker abschmecken.

Nudeleintopf mit Rindfleisch und Rosenkohl

Zutaten: für 4 Personen

500g		Rindfleisch o. Knochen
1		Knoblauchzehe
1	Bd.	Suppengrün
200g		Nudeln
1		Tomate
750g		Rosenkohl
100g		geriebener Käse
		Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Das Rindfleisch mit Salz, Pfeffer, der gehackten Knoblauchzehe und dem geputzten, klein geschnittenen Suppengrün in 1 Liter Wasser zugedeckt 45 Minuten bei

geringer Hitze ziehen lassen. Den Rosenkohl putzen, das Fleisch aus dem Topf nehmen, würfeln, mit dem Rosenkohl wieder in die Brühe geben und weitere 20 Minuten garen. Die Nudeln mit etwas Öl in 2 Liter kochendem Salzwasser in 8- 10 Minuten bissfest garen, abgießen und gut abtropfen lassen. Den Eintopf mit Salz und Pfeffer gut abschmecken. Die Tomate würfeln und dazu geben. Die Nudeln untermengen und den Eintopf mit viel geriebenem Käse servieren.

Bunter- Gemüse - Eintopf

Zutaten: für 6 Personen

2	ltr.	Gemüsebrühe (Instant)
750g		Sommergemüse (TK)
3		Lorbeerblätter
1	EL.	Pfefferkörner
1	EL.	Tomatenmark
4	St.	Hähnchenbrustfilet à ca. 150g
1		Fenchelknolle
1		Zwiebel
50g		geräucherter durchwachsener Speck
150g		Nudeln

Zubereitung:

Gemüsebrühe aufkochen, Lorbeerblätter, Pfefferkörner und Tomatenmark hinzufügen.

Hähnchenbrustfilets in die Brühe geben und darin 15 Minuten garen lassen. Sommergemüse und Fenchel in kleine Stücke schneiden, vorher den Strunk entfernen, in die Brühe geben und 30 Minuten köcheln lassen. Speck und Zwiebeln fein würfeln und in einer Pfanne mit etwas Butter goldbraun anbraten. Nudel 8 Minuten in kochendem Wasser garen, dann abtropfen lassen. Hähnchenfleisch aus der Brühe nehmen und in Stücke schneiden. Hähnchenfleisch, Speckmischung und Nudeln in die Suppe geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Der

Gemüseeintopf kann auch mit Kartoffeln gekocht werden.

Herbstzeit- Eintopfzeit

Zutaten: für 6 Personen

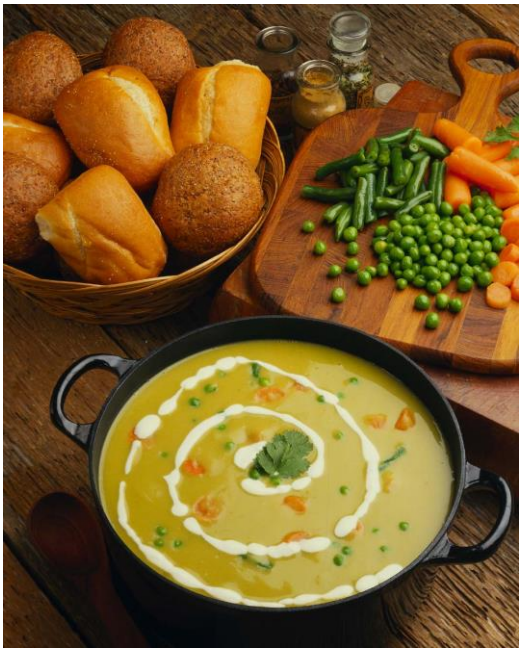
1,0 kg	Gehacktes
750g	Zwiebeln
400g	Gewürzgurken
400g	Gurkensaft
1,5 ltr.	Gemüsebrühe
250g	rote Paprika
750g	Kartoffeln
2	rohe Kartoffeln
	Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Das Gehackte ohne Fett in einem Topf krümelig anbraten und die in Spalten geschnittenen Zwiebeln zugeben.

Gewürzgurken, Kartoffeln und Paprika würfeln und hinzugeben, mit Gurkensaft und Brühe auffüllen und ca. 40 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zum Schluß die zwei rohen Kartoffeln reiben und unterrühren.

Suppen



Pizza- Suppe

Zutaten: für 6 Personen

600g		Thüringer Mett
2	St.	Porree
1	Ds.	Mais
2	Gl.	geschnittene Pilze
3		rote Paprika
1	Ds.	geschälte Tomaten
200g		Kräuter- Schmelzkäse
1	Be.	Sahne
1 1/2ltr.		Gemüsebrühe
		Salz, Pfeffer,
		Pizzagewürz

Zubereitung:

Mett in der Pfanne anbraten. Den Porree und die Paprika kleinschneiden und in der Gemüsebrühe etwas vorgaren.

Mett zugeben. Den Mais, die geschnittenen Pilze, geschälte Tomaten und den Schmelzkäse ebenfalls dazu. Dann mit Pizzagewürz, Salz und Pfeffer würzen und abschmecken. Sahne kann dazu, muß aber nicht sein.

Gyros- Suppe

Zutaten: für 6 Personen

1,0	kg	Gyros
4	Be.	Sahne
2	Tü.	Zwiebelsuppe
1	Fl.	Chili- Soße
1	Ds.	Mais
1	Fl.	Zigeuner- Soße
2		rote Paprika
2		grüne Paprika
		Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Gyros anbraten. Die Zwiebelsuppe in 1 1/2 ltr. Wasser auflösen und mit der Sahne zum Gyros geben. Einige Stunden ziehen lassen. Paprika in kleine Würfel schneiden, Chili- Soße,

Mais und Zigeuner- Soße dazugeben und alles zusammen mit dem Gyros ca. 1 Stunde kochen lassen. Als Beilage eignet sich Baguette oder Toastbrot.

Bunte Gemüsesuppe mit Rindfleisch

Zutaten:

750g		Rindfleisch (z.B. Hochrippe)
2		Zwiebeln feingehackt
2		Kohlrabi gewürfelt
2		rote Paprika gewürfelt
1		Blumenkohl, in Röschen geteilt, Strunk in Würfel schneiden
1	Bd.	Suppengrün
1	Gl.	geschnittene Pilze
3		Tomaten geschält-geviertelt
		Petersilie geriebener Käse

Zubereitung:

Rindfleisch bedeckt in kochendes Wasser legen, Suppengrün dazugeben. Fleisch sanft ziehend weich werden lassen. In einem zweiten Topf Zwiebeln in Butter anrösten. Paprika dazu und glasig dünsten. Dann das Gemüse zufügen, mit Wasser bedecken, auf kleiner Flamme ca. 1/4 Stunde weich kochen. Zum Schluß Tomaten, Petersilie und die Pilze dazugeben. Fleischbrühe durchsieben und zum Gemüse geben, abschmecken. Das in Würfel geschnittene Fleisch in der Gemüsesuppe servieren. Dazu: frisches Weißbrot, geriebener Käse.

Würzige- Kürbissuppe

Zutaten: für 4-6 Personen

500g		Kürbisfruchtfleisch
1		Zwiebel
1	ltr.	Brühe (Instant)
250g		Möhren
1		Apfel
2	EL.	Öl
1	TL.	Ingwer gemahlen
2		Msp. Muskatnuß gemahlen
		Schuß Sherry, Creme fraiche

Zubereitung:

Kürbis in grobe Streifen schneiden und Zwiebel würfeln, Möhren und Apfel schälen und grob raspeln. Zwiebel in Öl

glasig andünsten. Kürbis, Möhren und Apfel dazugeben und ebenfalls andünsten. Gewürze überstreuen, Brühe angießen und 20 Minuten garen. Suppe pürieren, mit Sherry, Creme fraiche verfeinern und pikant abschmecken. Mit Petersilie und Kürbiskernen garnieren. Dazu schmeckt knuspriges Kürbiskernbrot.

Goulasch- Sauerkraut-Suppe

Zutaten:

500g		Goulasch 1/2 und 1/2
1		grüne Paprika
1		rote Paprika
4		Zwiebeln
1	Ds.	Sauerkraut
		Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Zucker, Öl zum Anbraten

Zubereitung:

Goulasch anbraten. Paprikaschoten entkernen und würfeln und mit dem feingeschnittenen Zwiebeln zu dem Fleisch geben und schmoren. Paprika und Salz

überstreuen und das Sauerkraut dazu geben. Mit 1 1/2 Liter kochendem Wasser ablöschen. Pfeffer und Zucker zufügen und zugedeckt ca. 1 Stunde kochen lassen. Nochmals je nach Geschmack würzen. Dazu schmeckt besonders warmes Kräuter- Baguette.

Herzhafte Mitternachtssuppe

Zutaten:

600g		Gehacktes 1/2 und 1/2
2		Rauchenden
1		Zwiebel
2		Knoblauchzehen
2		grüne Paprika
3	EL.	Tomatenmark
1	Ds.	rote Bohnen (475g)
1/4	ltr.	Rotwein
2		Brühwürfel
		Salz, Chilipulver,
		Paprika edelsüß

Zubereitung:

Das Hackfleisch in Butter kräftig anbraten. Rauchenden in Scheiben schneiden, Zwiebeln grob würfeln, Knoblauchzehen

pressen. Alles zum Hackfleisch geben und gut durchbraten. Paprikaschoten in schmale Stücke schneiden, mit Tomatenmark zum Hackfleisch geben und mitbraten. Rote Bohnen auf ein Sieb geben. Die Flüssigkeit mit einem Liter heißem Wasser auffüllen und das Hackfleisch damit ablöschen. Den Rotwein und die 2 aufgelösten Brühwürfel dazugeben. Aufkochen lassen und 10 Minuten weiterkochen, rote Bohnen dazugeben und nochmals 5 Minuten leicht kochen lassen. Mit Salz, Chilipulver und Paprika-edelsüß abschmecken.

Hackfleisch- Tomaten- Suppe

Zutaten: für 4 Personen

1	Bd.	Suppengrün
1		Knoblauchzehe
50g		Butter
400g		Hackfleisch
800g		geschälte Tomaten
1/4	ltr.	Tomatensaft
2	EL.	Weinbrand
1/2	Bd.	Dill und Petersilie
1/8	ltr.	geschlagene Sahne

Zubereitung:

Suppengrün und Knoblauchzehe sehr fein schneiden. Butter in einem Topf erhitzen, Hackfleisch darin anbraten. Suppengrün und Knoblauchzehe hinzufügen. Alles gut

durchbraten. Geschälte Tomaten mit dem Saft durchpassieren und hinzugeben. 15 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Weinbrand und einer Prise Zucker abschmecken. Dill und Petersilie feinhacken und zum Schluß hinzugeben. Mit geschlagener Sahne servieren.

Feurige- Maistopf- Suppe

Zutaten: für 8 Personen

1,0	kg	Rindfleisch (Hochrippe)
400g		geräucherter durchwachsener Speck
2		Zwiebeln
4		grüne Paprika
2	Ds.	geschälte Tomaten
2	Ds.	Mais
2	Ds.	Erbsen
3		Knoblauchzehen
		Salz, Pfeffer, Ketchup
		Suppengrün

Zubereitung:

Rindfleisch mit 2 1/2 ltr. Wasser und Suppengrün garkochen, abschmecken. Speck würfeln und in einem große Topf glasig

anbraten. Gewürfelte Paprika und Zwiebel zufügen und unter Wenden dünsten bis die Zwiebeln goldgelb sind. Geschälte Tomaten abtropfen lassen und in Stücke schneiden, hinzufügen. Mit der heißen Rindfleischbrühe auffüllen und 10 Minuten köcheln lassen. Mais und Erbsen abtropfen lassen und zusammen mit dem gewürfelten Rindfleisch zur Suppe geben. Nochmals ca. 10 Minuten köcheln lassen. Mit den Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer und Ketchup würzig abschmecken.

Mexikanische-Tomatensuppe

Zutaten:

1	Pa.	Tomatensuppe
400g		Gehacktes 1/2 und 1/2
1		Zwiebel
1	Ds.	Mais
1	St.	Porree
2		Möhren
1/2		Sellerieknolle
		Salz, Pfeffer, Paprika

Zubereitung:

Nach Vorschrift die Tomatensuppe zubereiten. Porree, Möhren, Sellerie und Zwiebeln kleinschneiden und in einer Pfanne andünsten, dann unter Zugabe von 1 ltr. Wasser

garschmoren. Gehacktes mit Salz, Pfeffer und Paprika vermengen. Die Hackmasse in einer Pfanne kurz durchbraten, dann das geschmorte Gemüse und das Gehackte zu der Tomatensuppe geben. Zum Schluß eine Dose Mais mit dem Saft zugeben und abschmecken.

Serbische- Bohnensuppe

Zutaten: für 10 Personen

4		Zwiebeln
150g		geräucherter durchwachsener Speck
1,0	kg	Gehacktes
3	Ds.	geschälte Tomaten à 425g
2	Ds.	weiße Bohnen à 425g
6		eingelegte grüne Peperoni
3	EL.	Brühe (Instant)

Zubereitung:

Zwiebeln sehr fein hacken. Speck würfeln. Öl in einem großen Topf erhitzen und den Speck darin knusprig anbraten. Hackfleisch und Zwiebeln

zufügen und kräftig anbraten. Mit Salz und Cayennepfeffer würzen. Klare Brühe, Tomaten und 1 1/2 ltr. Wasser zufügen, zum Kochen bringen und bei schwacher Hitze 15 Minuten zugedeckt kochen lassen. Bohnen auf einem Sieb abtropfen lassen und danach in die Flüssigkeit geben und erhitzen. Peperoni in dünne Scheiben schneiden und die Hälfte davon in die Suppe geben. Kurz durchkochen lassen und nochmals mit Salz und Cayennepfeffer kräftig abschmecken. Mit den restlichen Peperoni garnieren und kochend heiß servieren.

Lumpen- Suppe

Zutaten: für 8 Personen

1,0	kg	Schweine- Goulasch
0,5	kg	Zwiebeln
1	Ds.	Erbsen mit Saft
1	Gl.	geschnitten Pilze
1	Ds.	Jäger- Suppe
1	Ds.	Goulasch- Suppe
1	Gl.	Tomatenpaprika
3	EL.	Preiselbeeren
		Tomatenketchup

Zubereitung:

Goulasch und Zwiebeln anbraten, mit beliebigen Gewürzen abschmecken und garen lassen. Danach Erbsen, Pilze, Jägersuppe, Goulaschsuppe, Tomatenpaprika

und Preiselbeeren zufügen, alles mischen, kurz aufkochen lasen und mit Tomatenketchup abschmecken.

Party- Suppe

Zutaten:

1,0	kg	Mett mit 2 kleingeschnittenen Zwiebeln in einem Großen Topf anbraten
1	Gl.	schlesische Gurken
1	Gl.	Tomatenpaprika
1	Gl.	Pustasalat
1	Ds.	Goulaschsuppe
1	Ds.	Ananas kleinschneiden
1	Ds.	Tomatenmark
1	Gl.	geschnittene Pilze
1		Schuß Ketchup

alles mit Flüssigkeit in den großen Topf und aufkochen.
Nach Belieben abschmecken.

Reiter- Suppe

Zutaten: für 8 Personen

1,0	kg	Mett mit 5 dicken kleingeschnittenen Zwiebeln anbraten
2	Ds.	Tomatenpaprika
2	Ds.	rote Bohnen abspülen
2	Ds.	Ananasstücke
1	Ds.	Goulaschsuppe
1	Tu.	Tomatenmark
2	Be.	Schmand

alles in einem großen Topf erhitzen und mit Salz, Pfeffer und Chilipulver abschmecken.

Weiße Bohnensuppe mit Rauchenden

Zutaten: für 4 Personen

2	St.	Porree
2	EL.	Butter
2	TL.	Streuwürze
1/4	ltr.	Fleischbrühe
1	Ds.	weiße Bohnen (850g)
4		Rauchenden
1	EL.	Mehl
1/4	ltr.	Milch
1	Bd.	Petersilie
		Muskat, weißer Pfeffer

Zubereitung:

Butter im Suppentopf schmelzen. Den in Ringe geschnittenen Porree hinzugeben und ca. 5 Minuten

andünsten. Mit Streuwürze und Salz bestreuen. Fleischbrühe, Bohnen mit ihrem Saft und Rauchenden in Scheiben hinzufügen. Die Suppe 15 Minuten kochen. Mehl mit wenig Milch glattrühren, die übrige Milch dazuquirlen, zur Suppe geben und aufkochen. Feingeschnittene Petersilie hinzugeben und mit Muskat und Pfeffer pikant abschmecken. Zur Verfeinerung nach Belieben außerdem etwas frische Sahne zugeben.
Tip: Statt Milch können sie für diese Suppe auch mal Tomatensaft verwenden.

Schwarzwälder-Kartoffelsuppe

Zutaten:

750g	Hochrippe
100g	geräucherter durchwachsener Speck
250g	Kartoffeln
1	Sellerieknolle
1	Kohlrabi
1	Zwiebel
1	Porree
4	Möhren
250g	Bohnen TK oder frisch
4	Tomaten
	Öl, Salz, Pfeffer, gehackte Petersilie, Dill, Schnittlauch

Zubereitung:

Hochrippe mit 2 ltr. Wasser zum Kochen bringen. Schaum abschöpfen. Dann salzen und 90 Minuten weiter köcheln. Durch ein Sieb gießen. Speck und Zwiebeln in Würfel schneiden. Kartoffeln schälen, Sellerie und Kohlrabi in gleich große Stücke, Lauch und Möhren in Ringe schneiden. Bohnen abziehen, in kleine Stücke brechen. Tomaten vierteln. Speck und Zwiebeln in Öl glasig dünsten. Kartoffeln und Gemüse ohne Tomaten zufügen, kurz durchschmoren. Mit der Fleischbrühe aufgießen und 30 Minuten köcheln lassen. Weichgekochte Hochrippe in Würfel schneiden, in die Suppe

geben, kurz durchkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und den feingehackten Kräutern bestreuen.

Hackfleisch

Rezepte für die moderne Hackfleischküche

Hackfleisch- Pastete

Zutaten:

300g	TK Blätterteig auftauen. Mit 2/3 des Teiges eine gefettete Springform (22cm) belegen, Rand 3cm hochziehen.
500g	Gehacktes1/2 und 1/2 mit
1	gewürfelten Zwiebel mischen und mit etwas Salz würzen. Etwas Fett in einer Pfanne erhitzen. Hackfleisch dazu- durchbraten. Mit Pfeffer, Oregano, Thymian, 1 EL. Tomatenmark und 1 EL.

	gehackte Petersilie
	würzen. Mit
1	Ei und
150g	Käse mischen.

Zubereitung:

Das Hackfleisch in eine Form füllen. Aus dem restlichen Teig eine dünne Decke ausrollen und über die Hackfleischmasse geben. Rand leicht andrücken. Die Mitte der Teigdecke überkreuz einschneiden. Mit verquirlten Ei bestreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 180° ca. 60 Minuten backen.

Zucchini- Auflauf

Zutaten:

1	Ds.	gewürfelte Tomaten
700g		Zucchini, ungeschält
6	EL.	Olivenöl
500g		Thüringer Mett
1		Zwiebel, feingehackt
2		Knoblauchzehen, feingehackt
2		Eier
3	EL.	Petersilie, gehackt
200	ml.	saure Sahne
150g		geriebener Käse

Zubereitung:

Zucchini in fingerdicke Scheiben schneiden und mit Salz bestreuen. In einer Pfanne die Zucchini goldgelb backen.

Thüringer Mett mit den Zwiebeln im Öl anbraten, mit den gewürfelten Tomaten, Eiern, saurer Sahne und der Petersilie vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eine Auflaufform ausfetten, die Zucchini einschneiden und die fertige Hackmasse darüber verteilen. Mit Käse bestreuen und bei 180° ca. 30 Minuten backen.

Nudelauflauf mit Lauch und Gehacktem

Zutaten:

250g		grüne Bandnudeln in Salzwasser mit Öl bissfest garen, danach heiß abbrausen und abtropfen lassen.
1		Zwiebel feinhacken
2	St.	Lauch in feine Ringe schneiden.
30g		Butter in einer Pfanne erhitzen.
500g		Hackfleisch und die Lauchringe zugeben
1/8	ltr.	Rotwein und
1	EL.	Tomatenmark zugeben verrühren, mit Pfeffer würzen.

	Die Hackfleischmasse in eine gefettete Auflaufform füllen, Nudeln darauf verteilen.
1/4 ltr.	Sahne mit Salz und Pfeffer abschmecken, über die Nudeln gießen mit
100g	geriebener Käse bestreuen
30g	Butter in Flöckchen aufsetzen.

Im vorgeheizten Ofen 30 Minuten bei 180° überbacken.

Süßer- Linsen- Auflauf

Zutaten:

300g		getrocknete Linsen
2		Birnen
4	gr.	Kartoffeln
500g		Gehacktes 1/2 und 1/2
		Salz, Pfeffer Tomaten-mark
250	ml.	kräftige Brühe
1	TL.	Honig
1		Ei
100g		geriebener Käse
		Paniermehl, Butter

Zubereitung:

Linsen über Nacht einweichen. Am nächsten Tag kochen und abgießen. Birnen schälen, in kleine Würfel schneiden und zu

den Linsen geben. Hackfleisch kräftig anbraten und mit Gewürzen abschmecken. Kartoffeln kochen, pellen und in Scheiben schneiden. Die Hälfte der Kartoffeln in eine gefettete Auflaufform geben. Hackfleisch und Linsen- Birnen- Mischung darauf verteilen. Mit den restlichen Kartoffeln abdecken. Brühe mit Honig und Ei verquirlen und über den Auflauf gießen. Mit geriebenen Käse und Paniermehl bestreuen, mit Butterflocken belegen. Im vorgeheizten Backofen ca.45 Minuten bei 150° backen.

Mettpfanne- mit Frühlingszwiebeln

Zutaten:

125g	Langkornreis in
1/4 ltr.	kochendem Salzwasser ausquellen lassen.
500g	Mett in einer großen Pfanne anbraten.
2 Bd.	Frühlingszwiebeln in 2 cm große Stücke schneiden, in die Mett-pfanne geben und unter Rühren glasig werden lassen.
500g	Chinagemüse (TK) zuge-ben und erhitzen.

Den fertigen Reis untermischen, heiß werden lassen und abschmecken.

Hackbraten auf Kartoffelgratin

Zutaten: für 4 Personen

1		altbackenes Brötchen
1	Bd.	Petersilie
1		Ei
500g		Gehacktes 1/2 und 1/2
1	TL.	Kräuter der Provence
1/2	TL.	Salz
1/2	TL.	Senf, Pfeffer, Muskat
300g		Gouda
1,0	kg	Kartoffeln (mehlig)
1/8	ltr.	Sahne oder Milch

Zubereitung:

Das Brötchen in Wasser einweichen. Anschließend gut ausdrücken. Die Petersilie fein hacken. Das Brötchen und die

Petersilie mit dem Ei und dem Hackfleisch vermischen, mit Salz, Pfeffer, Muskat und Senf kräftig würzen. Den Käse in dicke Riegel schneiden. Den Fleischteig zu einem flachen, länglichen Laib formen. In die Mitte den Käse einlegen und mit dem Fleischteig umschließen. In eine gefettete Auflaufform setzen. Mit Kräutern bestreuen. Die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben hobeln. Mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig würzen. Milch oder Sahne zugeben, gut mischen. Kartoffeln um den Hackbraten schichten. Auflaufform

abdecken. Garzeit: ca. 60 Minuten bei 200°.

Hackbraten mit Käse- Kruste

Zutaten: für 4 Personen

1		Brötchen (vom Vortag)
800g		Gehacktes 1/2 und 1/2
1		Ei
2	EL.	Senf
50g		Röstzwiebeln
80g		geriebener Käse
		Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Brötchen in kaltem Wasser einweichen. Hackfleisch, Ei, Senf, und ausgedrücktes Brötchen verkneten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zu einem Laib formen und in den Röstzwiebeln wälzen. In eine

gefettete Auflaufform (Alu-Schale) legen und mit dem geriebenen Käse bestreuen. Form abdecken.
Garzeit: Umluft 180° ca. 60 Minuten.

Lothringer- Auflauf

Zutaten: für 4 Personen

500g		Gehacktes 1/2 und 1/2
125g		durchwachsener Speck ohne Schwarte
2	EL.	Butter
2		Zwiebeln
4	EL.	Tomatenmark
1		Knoblauchzehe
250g		Nudeln
250g		Sahne
150g		geriebener Käse
		Pfeffer und Salz

Zubereitung:

Das Gehackte mit dem gewürfelten Speck und den Zwiebeln in einer Pfanne anbraten. Wichtig: Das

Gehackte sollte schön braun werden. Das Tomatenmark und die klein gehackten Knoblauchzehen dazu geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die bissfest gekochten Nudeln zusammen mit dem Fleisch vermengen und in eine gefettete Auflaufform füllen. Die Sahne darüber gießen und den geriebenen Käse verteilen. Auflaufform abdecken. Garzeit: Umluft 180° ca. 50 Minuten.

Pfunds- Topf

Zutaten:

500g		Gehacktes 1/2 und 1/2
500g		Goulasch 1/2 und 1/2
500g		Zwiebeln gewürfelt
500g		Porree gewürfelt
500g		Paprika gewürfelt
500g		Mexico- Soße
2	Fl.	Curry - Soße
2	Be.	Sahne

Zubereitung:

Fleisch gut anbraten, dann alle Zutaten dazugeben.
Im Backofen bei 200° ca. 2 Stunden schmoren lassen.

Falscher Hase

Zutaten:

750 g	Gehacktes 1/2 und 1/2
2	Eier
1	Zwiebel
1	Brötchen (vom Vortag)
3	gekochte Eier
	Petersilie, Pfeffer, Salz, Majoran, Senf

Zubereitung:

Das Hackfleisch mit ausgedrücktem Brötchen, Eiern, kleingehackte Zwiebel, Petersilie zu einem Teig verkneten. Dann mit Pfeffer, Salz, Majoran und Senf würzen. Zwei gleichgroße, längliche, flache Stücke formen, die in eine Auflaufform passen.

Das erste Stück in die gefettete Auflaufform geben, drei wachsweich gekochte Eier darauf legen und die andere Hälfte der Hackfleischmasse darüber legen. Den Braten an den Rändern gut zusammendrücken und mit Paniermehl bestreuen. Form abdecken. Im vorgeheizten Backofen bei 180° ca. 60 Minuten garen. Dazu gekochte Kartoffeln und Gemüse.

Hackfleisch- Pizza

Zutaten:

1		Zwiebel
2		Knoblauchzehen
1,0	kg	Gehacktes 1/2 und 1/2
2		Eier
1	EL.	Tomatenmark
2	TL.	getrockneter Oregano
100g		Paniermehl
4	gr.	Tomaten
6		schwarze Oliven
400g		Mozzarella
		Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Zwiebeln und Knoblauchzehen kleinhacken. Mit Hackfleisch, Eiern, Tomatenmark, Oregano und Paniermehl verkneten, mit

Salz und Pfeffer würzen. Hackteig zu einer runden Pizza (ca. 32 cm) formen und auf ein mit Backpapier ausgelegten Backblech legen. Im vorgeheizten Backofen Umluft 150° ca. 35 Minuten backen. Tomaten in Scheiben schneiden. Mozzarella abtropfen lassen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Hackfleisch- Pizza nach ca. 15 Minuten Backzeit mit Tomaten, in Scheiben geschnitten Oliven und Mozzarella belegen und zu Ende backen.

Hackfleisch- Fondue

Zutaten:

375g		Gehacktes vom Rind
375g		Gehacktes vom Schwein
2		Brötchen (vom Vortag)
2		Zwiebeln
2		Eier
1/2	Bd.	Petersilie
1/2	TL.	Paprikapulver edelsüß
1		Knoblauchzehe fein gehackt
1/2	TL.	Curry
		Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Hackfleisch in zwei Schüsseln geben. Brötchen in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken, auf die Schüsseln verteilen.

Zwiebeln fein würfeln und ebenfalls verteilen. In jede Hackfleischschüssel ein Ei geben. Das Hackfleisch mit Salz und Pfeffer abschmecken und gut vermengen. Petersilie hacken und mit dem Rinderhackfleisch vermengen.

Schweinehackfleisch mit Paprika und Knoblauch vermengen, evt. auch mit Curry vermengen. Alles abschmecken. Mit nassen Händen kleine Bällchen formen und auf Tellern bereit legen. Öl erhitzen und auf dem Rechaud heiß halten. Hackfleisch- Bällchen auf

Fondue- Gabeln aufspießen und im siedenden Öl braten.

Beilagen:	*Perlzwiebeln, Mixed- Pickles, Oliven. Cornichons, Senffrüchte, Mais-Kölbchen.*
Saucen:	*Currysauce, Chilisauce, Knoblauchsauce.*

Baguette, kleine Pellkartoffeln.

Sahne- Frikadellen

Zutaten:

1,0	kg	Gehacktes 1/2 und 1/2
3		Eier
1		Zwiebel
200g		Kochschinken
1,0	kg	Zwiebeln
3	Be.	süße Sahne
1	Be.	Schmand
		Salz und Pfeffer
		etwas Paniermehl

Zubereitung:

Aus dem Gehackten, 3 Eiern, 1 Zwiebel und den Gewürzen Frikadellen formen, braten und in eine gefettete Auflaufform legen. Den Kochschinken würfeln und über die

Frikadellen streuen. Die 1,0 kg Zwiebeln würfeln und dünsten, über den Kochschinken geben, Sahne und Schmand vermengen und über die Zwiebeln gießen. Auflaufform abdecken. 1 Stunde bei 180° backen.

Gefüllte Paprikaschoten

Zutaten:

6		Paprikaschoten je den Deckel abschneiden.
1		kleine Lauchstange in Ringe schneiden.
1		Zwiebel würfeln.
1		altbackenes Brötchen einweichen und aus-drücken und mit
500g		Hackfleisch, Zwiebeln, Lauch
1		Ei und
2	El.	Tomatenmark vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Paprika-pulver würzen.

Hackmasse in die Paprika-

schoten füllen. Den Deckel aufsetzen und in eine gefettete Auflaufform stellen. 1/2 ltr. Brühe (Instant) zugießen und die Form schließen. Im vorgeheizten Backofen ca. 60 Minuten bei 200° garen. Paprika herausnehmen. Soßenfond aufkochen, mit 1El. Mehl binden und abschmecken. Vor dem Anrichten mit Petersilie bestreuen.
Mit Reis servieren.

Blumenkohl- Auflauf mit Gehacktem

Zutaten:

1		großen Blumenkohl in Röschen teilen und in Salzwasser mit
2	EL.	Milch ca. 10 Minuten kochen. Abtropfen.
1		Zwiebel fein würfeln. In einer Pfanne
2	EL.	Öl erhitzen und die Zwiebeln darin glasig dünsten.
500g		Gehacktes zugeben, krümelig braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Soße:

30g		Butter erhitzen.

30g	Mehl anschwitzen, mit
1/4 ltr.	Blumenkohlwasser unter Rühren zugeben.
200g	Sahne oder Milch unterrühren
2	Ecken Kräuterkäse unterziehen.

Aufkochen lassen und weitere 4 Minuten köcheln lassen. Das Gehackte in eine gefettete Auflaufform füllen. Blumenkohl- Röschen gleichmäßig darauf verteilen. Käsesauce darüber gießen. Auflaufform abdecken. Im vorgeheizten Backofen bei 180° ca. 45 Minuten überbacken. Variante: Statt Blumenkohl kann auch Lauch, Kohlrabi oder Broccoli eingesetzt werden.

Kartoffel-Hackfleisch-Auflauf

Zutaten: für 6 Personen

1,5	kg	Kartoffeln
800g		Gehacktes 1/2 und 1/2 Salz, Pfeffer, Paprika, Petersilie
4	EL.	Paniermehl
8		Eier
1	Be.	saure Sahne
200g		geriebener Käse

Zubereitung:

Die geschälten Kartoffeln garen und in Scheiben schneiden. Das Hackfleisch würzen und mit Paniermehl und 4 Eiern verkneten. Hackfleisch und Kartoffeln im Wechsel in eine

gefettete Auflaufform schichten. Die restlichen 4 Eier mit der Sahne und dem geriebenen Käse verrühren und darüber gießen. Auflaufform abdecken und bei 180° ca. 60 Minuten backen.

Hackfleischbällchen im Kräuterrahm

Zutaten: für 4 Personen

600g	Gehacktes 1/2 und 1/2
1	Ei, Salz und Pfeffer
1	Brötchen, altbacken
1 1/2ltr.	Fleischbrühe
200g	Sauerrahm
4 EL.	gemischte Kräuter

Zubereitung:

Das Gehackte mit Ei, Pfeffer, Salz und ausgedrücktem Brötchen verkneten und zu kleinen Bällchen formen. Die Fleischbrühe erhitzen und die Hackfleischbällchen darin garen, herausnehmen und warm stellen. Eine halbe Tasse

Fleischbrühe erhitzen und den Sauerrahm einrühren, bei milder Hitze einkochen. Die Sauce muß cremig werden. Die Kräuter zugeben und abschmecken. Die Fleischbällchen in die Sauce geben und in einer vorgewärmten Schüssel servieren. Beilage: Nudeln und Feldsalat.

Hackbraten mit Lauch

Zutaten:

500g	Gehacktes 1/2 und 1/2
300g	Porree
100g	gewürfelter durchwachsener Speck
250g	Hollandaise
1	Zwiebel
	Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Gehacktes mit Salz, Pfeffer und Zwiebel pikant würzen und gut vermengen. Das gewürzte Gehackte in eine gefettete Auflaufform geben. Den blanchierten Porree und den gewürfelten Speck auf der Hackmasse verteilen. Dann mit

Hollandaise übergießen und abdecken.
Garzeit: 180° ca. 60 Minuten.

Hackrolle gefüllt

Zutaten: für 4 Personen

400g	Gehacktes 1/2 und 1/2
2	Pellkartoffeln
2	Eier
	Salz und Pfeffer

Für die Füllung:

150g	durchwachsener Speck gewürfelt
1	Zwiebel
1	Apfel
2 Bd.	Petersilie

Zubereitung:

Gehacktes, pürierte Kartoffeln, Eier und Gewürze zu einem Fleischteig verarbeiten.

Fleischteig auf der Arbeitsfläche ausbreiten, Zwiebeln, Petersilie feinhacken, Apfel raspeln und die Schinkenwürfel auf dem Fleischteig verteilen. Diesen zusammenrollen. Backblech oder Kastenform einfetten. Rolle einlegen, in den Ofen schieben. Bei 180° ca. 45 Minuten backen.
Dazu passen Salzkartoffeln und Blumenkohl in weißer Sauce.

Überbackene Schinkenröllchen

Zutaten:

12	Sch.	Kochschinken
500g		Rindergehacktes
		Salz, Pfeffer, Paprika
1		Zwiebel
1	Be.	Bressot
1/2	Be.	Milkana Kräuterkäse
		unter das Gehackte
		mengen.

Auf die 12 Scheiben Schinken verteilen und zusammenrollen.

1	Be.	Schmand
1	Be.	Naturjoghurt
1	Be.	süße Sahne
1	Gl.	Zigeunersoße
		alles gut verquirlen

Schinkenröllchen in die gefettete Auflaufform legen und bei 180° ca. 1 1/2 Stunden backen.

Fleischtorte

Zutaten:

1,0	kg	Gehacktes 1/2 und 1/2
1	Ds.	Erbsen
1	Ds.	Pilze
5		Eier
200g		gewürfelter Käse
2		Zwiebeln

Zubereitung:

Alles vermengen und in eine Springform füllen.
1 1/2 Stunden bei 200° backen.

Gefüllter Kohl

Zutaten: für 6 Personen

1	mittelgroßer Wirsing
750g	Gehacktes 1/2 und 1/2
2	Zwiebeln gehackt
1	Brötchen (eingeweicht)
4	Eier
10 EL.	Milch
	Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung:

Eiermilch: 3 Eier, 10 El. Milch, Salz und Muskat verrühren.

Die Kohlblätter vom Strunk lösen und die Rippen rausschneiden. Die Kohlblätter in Salzwasser bissfest garen.

Das Kohlwasser für die helle Soße aufbewahren. Das Gehackte mit einem Ei, den Zwiebeln, dem gut ausgedrückten Brötchen, sowie Salz und Pfeffer gut durchkneten. Die Form einfetten. Kohlblätter und das Gehackte lagenweise einschichten. Die oberste Schicht sollte aus Kohlblättern bestehen. Die Eiermilch darüber gießen. Im Wasserbad 1 1/4 Stunden garen.
Helle Soße: 1/8 ltr. Kohlwasser und 1/8 ltr. Milch mit Soßenbinder andicken und mit Muskat abschmecken. Als Beilage eignen sich Salzkartoffeln mit heller Soße.

Hackfleischtorte

Zutaten: für 4 Personen

700g		Gehacktes 1/2 und 1/2
2		Eier
2		Zwiebeln gehackt
2		Knoblauchzehen gehackt
1	Bd.	Petersilie gehackt
4- 6		gekochte Kartoffeln
2		Tomaten
		Salz, Pfeffer, Paprika
		Thymian

Zubereitung:

Das Hackfleisch mit den Eiern und den Zutaten vermischen und würzig abschmecken. Eine Springform, 24 cm, mit Butter einfetten, die Kartoffeln in

Scheiben schneiden und den Boden der Form damit belegen. Den Fleischteig gleichmäßig darüber verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 200° ca. 40 Minuten backen. Die Tomaten in Scheiben schneiden, den Rand damit belegen und noch 10 Minuten weiter backen. Mit Champignons und geschmorten Frühlingszwiebeln servieren.

Königsberger Klopse

Zutaten: für 5 Personen

500g		Gehacktes
2		Eier
2		Brötchen altbacken (einweichen)
		Salz, Pfeffer, Maggi, Zwiebeln, Nelken, Lorbeerblatt
1	Gl.	Kapern

Zubereitung:

Reichlich Salzwasser mit einer mit Nelken gespickten Zwiebel und einigen Lorbeerblättern zum Kochen bringen (1/4 Stunde). Butter und eine kleingehackte Zwiebel anbräunen und mit Mehl

bestäuben. Kapern, Schuß Maggi und etwas von der gekochten Brühe zugießen. Eventuell mit hellem Soßenbinder etwas andicken. Gehacktes, 2 Eier, die Brötchen, Salz und Pfeffer vermengen und davon 10 Klöße formen. Die Klöße dann 20 Minuten in der oben beschriebenen Brühe (gespickte Zwiebel und Lorbeerblätter vorher entfernen) ziehen lassen, aber nicht kochen.

Schwarzwurzel- Frikassee

Zutaten:

500g		Gehacktes 1/2 und 1/2
1		geriebene Zwiebel
1		Ei
2	EL.	Semmelbrösel
1	Pa.	helle Soße
500g		Schwarzwurzeln aus der Dose
1	Bd.	Dill
		Salz, Pfeffer, Thymian

Zubereitung:

Hackfleisch mit den Gewürzen, Ei und Semmelbrösel verkneten, kleine Klößchen formen. 1/2 ltr. Wasser erhitzen und die Klößchen darin gar ziehen lassen. Schwarzwurzeln

abschütten, zur Seite stellen. Klößchenwasser mit dem Soßenpulver andicken, die Schwarzwurzeln zufügen. Klößchen mit Soße und Schwarzwurzeln noch einmal kurz aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit gehacktem Dill bestreuen.

Fleisch-Spieße

Hackfleisch- Spieße

Zutaten: für 4 Personen

600g	Rindergehacktes
1	Brötchen
1	Zwiebel
1	Ei
2	Zwiebeln
100g	durchwachsener Speck
1	rote Paprika
1	grüne Paprika
	Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Rinderhackfleisch in eine Schüssel geben. Brötchen in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken. Zwiebel fein würfeln. Gehacktes mit Brötchen, Zwiebelwürfel, Ei,

Salz und Pfeffer vermengen und kleine ovale Bällchen formen. Restliche Zwiebeln vierteln. Durchwachsenen Speck in nicht zu dünne Streifen schneiden. Paprika in mundgerechte Stücke schneiden. 1/3 der Paprikamenge zurückbehalten für die Sauce. Zutaten im Wechsel auf die Spieße stecken und ca. 7 Minuten von jeder Seite bei 250° auf dem 4. Einschub von unten grillen.

Für die Soße:

10	EL.	Tomatenketchup
1/2	TL.	Chilipulver, Salz, Pfeffer
2		Zweige Thymianblätter

und die restlichen fein geschnittenen Paprikastücke vermischen.

Roastbeef- Spießchen

Zutaten: für 4 Personen

600g		Roastbeef
150g		Frühstücksspeck
1		Apfel
1		Birne
1	Bd.	Frühlingszwiebeln
1		rote Paprika
1		grüne Paprika
1		gelbe Paprika

Für die Soße:

200g		Sauerrahm
100g		saure Sahne
1	EL.	Senf
2	TL.	Curry
		Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Das Fleisch in Würfel, den Speck in gleichmäßige Stücke schneiden. Apfel und Birne halbieren, entkernen und in kleine Stücke schneiden. Frühlingszwiebeln und Paprika ebenfalls in Würfel schneiden. Alles abwechselnd auf Spieße stecken. Die Spieße rundum knusprig braten. Für die Soße alle Zutaten miteinander verrühren.

Hähnchenbrust- Spieße

Zutaten: für 4 Personen

600g		Hähnchenbrustfilet
1	TL.	gehackte Rosmarin
1		Zitrone unbehandelt
1	EL.	Tomatenmark
2	TL.	Honig
1	TL.	getrockneter Thymian
400g		kleine Kartoffeln
4		kleine rote Zwiebeln
2		rote Paprika
		Rapsöl, Salz und Pfeffer

Für die Soße:

1		rote Chilischote
3		Knoblauchzehen
1	Ds.	geschälte Tomaten
1		rote Paprika
1	EL.	Zitronensaft

2 EL. gehackte Mandeln, Öl

Zubereitung:

Fleisch in gleichmäßig große Stücke schneiden. Rosmarin, Saft, Zitronenschale, Tomatenmark, Honig und Thymian vermischen und mit den Fleischwürfeln vermengen. Abdecken und im Kühlschrank mindestens 2 Stunden ziehen lassen. Geschälte Kartoffeln in dünne, gleichmäßige Scheiben hobeln. Zwiebeln achteln, Paprika in Stücke schneiden. Fleisch aus der Marinade nehmen, trocken tupfen, Marinade aufheben. Hähnchen-Fleischwürfel abwechselnd mit Kartoffelscheiben,

Zwiebelstücken und Paprika auf geölte Spieße stecken. Spieße auf Alu- Folie legen und ca. 20 Minuten grillen. Zwischendurch mit der restlichen Marinade einpinseln, mehrmals wenden. Eventuell noch etwas mit Salz und Pfeffer würzen. Für die Sauce Chilischote aufschneiden, entkernen, in kleine Stücke schneiden. Knoblauch schälen, grob hacken und zusammen mit der Chilischote in 1 EL. Öl dünsten. Tomaten abgießen, Paprika würfeln und beides dazugeben. Die Masse ca. 15 Minuten köcheln. Abkühlen lassen, mit Pürierstab kurz durcharbeiten. Zitronensaft und

gehackte Mandeln untermischen und mit Salz abschmecken.

Wurst- Spieße

Zutaten: für 4 Personen

4	Bratwürste vorgebrüht
2	Zucchini
200g	Paprikaschoten (bunt)
4	Frühlingszwiebeln

Für das Gemüsebett:

400g		Paprikaschoten (bunt)
1		Zwiebel
2	Ta.	pürierte Tomaten
1	Ta.	Tomatensaft
1	TL.	Currypulver
1	TL.	Paprikapulver
		Öl, Salz, Pfeffer, Schnittlauch

Zubereitung:

Bratwürste in etwa 1 cm große Stücke schneiden, ebenso die Zucchini. Diese Stücke abwechselnd mit Paprika und halben Frühlingszwiebeln auf einen Spieß stecken, mit Öl bestreichen und braten. Die Paprikaschoten in Streifen schneiden, ebenso die Zwiebel und zusammen mit etwas Öl leicht andünsten. Mit Paprika-Currypulver sowie Salz und Pfeffer würzen. Pürierte Tomaten und Tomatensaft dazugeben. Alles gut verrühren und die Wurstspieße darin einlegen. Im zugedeckten Topf das Ganze noch 8 Minuten

garen. Zum Schluß mit Schnittlauch bestreuen.

Putenfleisch- Spieße

Zutaten: für 4 Personen

600g	Putenschnitzel dünne Scheiben
150g	Schinkenspeck
400g	Kirschtomaten
250g	frische Champignons
	Rapsöl, Salz, Pfeffer, einige Salbeiblätter

Zubereitung:

Die Putenschnitzel der Länge nach in 3 cm breite Streifen schneiden. Jeden Streifen mit einer Speckscheibe belegen. Kirschtomaten und Champignons putzen, falls nötig halbieren. Die mit Speck belegten Putenstreifen

wellenförmig auf Holzspieße stecken, dabei immer abwechselnd Tomaten und Champignons dazwischen stecken. Die fertigen Spieße mit Öl bestreichen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz vor Ende der Bratzeit einige Salbeiblätter auf die Spieße legen. Die restlichen Kirschtomaten kreuzweise einritzen. Auf ein Stück geölte Alu- Folie legen und einige Minuten grillen.

Fleischspieße-"Engel"

Zutaten: für 4 Personen

600g	Schweinefleisch vom Schinken/Nacken
2	Bananen in Scheiben
2	Äpfel, geschält, geviertelt, entkernt, in Scheiben geschnitten
1/2	Gemüsezwiebel in passende Scheiben
	Salz, Pfeffer und Curry

Zubereitung:

Fleischwürfel und die anderen Zutaten abwechselnd auf Spieße stecken, mit Öl beträufeln, salzen, pfeffern und mit Paprika oder Curry würzen.

Fleisch- Spieße

Zutaten: für 4 Personen

600g	Schweinefleisch vom Schinken oder Nacken
250g	Backpflaumen
150g	durchwachsener Speck dünne Scheiben
3	Äpfel
	Saft von einer Zitrone
	Öl, Majoran, Salz und Pfeffer
1/4 ltr.	Rotwein

Zubereitung:

Backpflaumen über Nacht in warmen Rotwein einweichen. Vor der Verwendung abtropfen lassen, entkernen und mit den Speckscheiben umwickeln.

Fleisch in Würfel schneiden. Apfel in viertel teilen und entkernen. Mit Zitronensaft beträufeln. Fleisch, Backpflaumen und Äpfel abwechselnd auf Spieße stecken und mit Öl bestreichen. Mit Majoran, Salz und Pfeffer würzen.

Geflügel

Hähnchenbrust in Blätterteig

Zutaten: für 4 Personen

4		Hähnchenbrustfilets
4	Sch.	gekochter Schinken
1	Pa.	Kräuterschmelzkäse
1	Pa.	Blätterteig
		Eiweiß zum Bestreichen der Ränder
		Eigelb zum Bestreichen des Blätterteig
		Mandelblättchen

Zubereitung:

Die Filets leicht salzen, pfeffern, mit Kräuterschmelzkäse dick bestreichen, mit einer Scheibe gekochten Schinken einwickeln und in 1 1/2 Blättern Blätterteig

verpacken. Mit Eigelb bestreichen und mit Mandelblättchen bestreuen. Backzeit: ca. 40 Minuten bei 200°.

Hähnchenschnitzel-"Hawaii"

Zutaten: für 4 Personen

6 Hähnchenbrustfilets
Salz, Ingwerpulver, Curry
6 Sch.Ananas
6 Sch.Schinken roh
6 Sch.Gouda

Zubereitung:

Filets mit Salz, Curry und Ingwer etwas würzen. In eine gefettete Auflaufform legen. Jedes Stück mit Ananas und Schinken belegen. Im Backofen bei ca. 180° 35 Minuten garen.(mit Deckel) Form öffnen,

Gouda auflegen und weitere 10 Minuten garen.

Gebackene Kartoffeln mit Hähnchenbrustfilet

Zutaten: für 4 Personen

4		Kartoffeln (ca.1kg)
1	Ds.	Mandarinen
600g		Hähnchenbrustfilet
1	Gl.	geschnit. Champignons
300g		Porree
12	Sch.	durchwachsener Speck
200g		Sahne
4	EL.	gehackte Petersilie
150g		geriebener Käse
		Soßenbinder hell

Zubereitung:

Kartoffeln mit Schale garen. Mandarinen abtropfen lassen. Fleisch in kleine Stücke schneiden. Porree in feine Ringe

schneiden. Speckscheiben halbieren und in einer Pfanne ohne Fett knusprig auslassen und beiseite stellen. Öl im Speckfett erhitzen und die Filets, Zwiebeln und Pilze unter Wenden goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit 400 ml Wasser und der Sahne ablöschen. Porree und Kräuter zufügen, aufkochen lassen. Soßenbinder einrühren. Mandarinen unterheben. Kartoffeln pellen, vierteln und in eine gefettete Auflaufform legen. Vorbereitetes Ragout darauf verteilen und mit dem geriebenen Käse bestreuen und mit dem gerösteten Speck

belegen. Umluft 180° 1 Stunde mit, 1/4 Stunde ohne Deckel.

Geflügelpfanne

Backblech einfetten

Zutaten:

6		Puten oder Hähnchen-Schnitzel halbieren und auf dem Blech verteilen
2	Pa.	Zwiebelsuppe nach Anleitung zubereiten
2	Be.	Sahne mit der Zwiebel-suppe verrühren und über die Schnitzel verteilen.
1	Gl.	geschnittene Pilze eben-falls über die Schnitzel geben.

Abschließend geriebenen Käse verteilen. Im vorgeheizten

Backofen bei 180° ca. 45 Minuten backen.

Geflügel- Topf

Zutaten: für 10 Personen

2,0	kg	Puten- Goulasch
2	Gl.	geschnittene Pilze ohne Saft
1	Ds.	Pfirsiche in Spalten mit Saft
2	Be.	Sahne
1	Be.	Schmand
2	Pa.	Zwiebelsuppe (nach Anleitung zubereiten)
		Curry

Zubereitung:

Alle Zutaten gut durchmengen. Über Nacht kühlen. Im geschlossenen Bräter oder Auflaufform im Backofen 1 1/2 Stunden bei 180° backen. Dazu gibt man Kartoffeln oder Reis.

Putenschnitzel überbacken

Zutaten: für 4 Personen

8		kleine Putenschnitzel à 110g mit Zitronensaft beträufeln und mit Salz Pfeffer und Rosmarin würzen.
50g		Butter in einer Pfanne erhitzen, die Schnitzel von beiden Seiten darin garen, in eine gefettete Auflaufform legen.
1	Gl.	Champignons abtropfen lassen. Die Schnitzel mit je
1/2	Sch.	Kochschinken
1/2	Sch.	Käse und den Pilzen belegen.

Im vorgeheizten Backofen bei 180° ca. 20 Minuten überbacken. Die Zubereitung kann schon mehrere Stunden vor dem Verzehr erfolgen.
Beilage: Reis oder Rösti.

Kohlpfanne mit Putenstreifen

Zutaten: für 4 Personen

600g	Putengeschnetzeltes
2	Zwiebeln
2	rote Paprika
750g	Weißkohl
1/2 ltr.	Gemüsebrühe (Instant)
200g	Sahne
	Öl, Salz, Pfeffer, Curry

Zubereitung:

Zwiebeln, Paprika grob würfeln. Bei den harten Kohlblättern den Strunk entfernen und ebenfalls würfeln. Öl in einer Pfanne oder Schmortopf erhitzen. Putenstreifen darin unter Wenden kräftig anbraten.

Herausnehmen und beiseite stellen. Zwiebeln, Paprika und Kohl im heißen Bratfett unter Wenden anschmoren. Mit Curry bestreuen und mit Salz und Pfeffer würzen. Brühe und Sahne vermischen und hinzufügen, aufkochen lassen und bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten schmoren lassen. 5 Minuten vor Ende der Schmorzeit das Putenfleisch hinzufügen. Nochmals mit Salz, Pfeffer und Curry abschmecken. Als Beilage: Reis oder Salzkartoffeln.

Puten- Goulasch

Zutaten:

500g Puten- Goulasch
1/2 ltr. Buttermilch
Paprikapulver, Salz
Mandarinen

Zubereitung:

Das Putenfleisch in wenig Buttermilch anbraten und nach und nach die restliche Buttermilch dazugießen und bräunen lassen. Die Goulaschsoße mit Mondamin andicken und mit Salz und Paprika abschmecken.

Feurige Geflügelpfanne

Zutaten:

750g		Puten- Goulasch
1	Fl.	Curry- Soße
1	Fl.	Chili- Soße
2	Be.	Sahne
1	Ds.	Pfirsichspalten oder Ananas/ Aprikose

Zubereitung:

Puten- Goulasch in das Gemisch aus Curry- Chili- Soße und Sahne einlegen. Am nächsten Tag das Obst, ohne Saft, zugeben und im Backofen bei 180° ca. 1 Stunde garen.
Beilage: Reis

Goulasch, Braten, Rouladen

Wurst- Goulasch

Zutaten:

500g		Fleischwurst im Ring
2		Zwiebeln
250g		frische Champignons
3	Gl.	Gewürzgurken
1	Gl.	rote Beete
5	EL.	Ketchup
1	TL.	Curry
1	TL.	Cayenne- Pfeffer
1	TL.	Paprika, etwas Salz
2	Gl.	Weinbrand
200g		süße Sahne
		Petersilie

Zubereitung:

Zwiebeln feinhacken und in etwas Öl glasig dünsten. Feingeschnittene Fleischwurst

zugeben und heiß werden lassen. Champignons, Gewürzgurken und rote Beete kleinschneiden und zufügen. Mit Ketchup, Curry, Cayenne- Pfeffer, Paprika und Salz würzen. Alles gut verrühren. Danach süße Sahne und Weinbrand zugießen und ca. 10 Minuten leicht ziehen lassen. Mit Petersilie bestreut servieren. Dazu reicht man Stangenweißbrot.

Goulasch- Sauerkraut- Topf

Zutaten:

800g	Schweine- Goulasch
2	Zwiebeln
200g	durchwachsener Speck
3 EL.	Paprika
300g	grüne Paprika
500g	Sauerkraut
1/4 ltr.	saure Sahne
	Salz und Kümmel

Zubereitung:

Zwiebeln in dünne Ringe schneiden. Speck sehr fein würfeln und in einem Topf auslassen. Die Zwiebelringe dazugeben. Paprikapulver darüber streuen, mit 1/4 ltr. heißem Wasser auffüllen. Etwa

10 Minuten kochen lassen, damit die Flüssigkeit reduziert wird. Goulasch in den Topf geben und 5 Minuten andünsten und salzen. Dann zudecken und 60 Minuten schmoren lassen. Die Paprikaschoten in dünne Streifen schneiden. Nach 30 Minuten Kochzeit die Paprikaschoten und das Sauerkraut unter das Fleisch heben. Mit Kümmel würzen. Alles gut vermischen. Etwas Sahne unterrühren. Die restliche Sahne oben drüber gießen. Mit gehackter Petersilie servieren.
Beilage: Salzkartoffeln oder Semmelknödel.

Horster- Topf

Zutaten: für 5 Personen

500g Schweinefleisch
500g Kaßler ohne Knochen
250g geschnittene Pilze
250g Ketchup
250g Sahne
60g Trockenzwiebeln

Zubereitung:

Die Trockenzwiebeln einweichen. Schweinefleisch und Kaßler würfeln. Das Fleisch mit den Pilzen, Ketchup, Sahne und den Zwiebeln vermengen. Im Schmortopf garen oder im Backofen. Bratzeit im Backofen: 180° ca. 90 Minuten, zugedeckt. Als Beilage eignen sich

Salzkartoffeln, Nudeln oder Reis.

Französischer- Fleischtopf

Zutaten:

1,0	kg	Rindfleisch gewürfelt
1,0	kg	Schweinenacken gewürfelt
250g		durchwachsener Speck gewürfelt
750g		Zwiebeln
3		Knoblauchzehen
3/4	ltr.	Rotwein
2	Be.	süße Sahne
		Salz, Pfeffer, Thymian, Rosmarin

Zubereitung:

Fleisch anbraten, Zwiebeln und Speck zufügen, würzen. Mit Rotwein ablöschen. Ca. 60 Minuten schmoren. Den

restlichen Rotwein nach und nach zugießen. Zum Schluß die Sahne unterrühren.

Schweinefleisch- süß- sauer

Zutaten:

750g		Schweine- Goulasch
2		rote Paprika würfeln
1		grüne Paprika würfeln
1	Ds.	Ananas in Stücke
1/8 ltr.		Brühe
3	EL.	Sojasoße
		Öl, Pfeffer, Salz, Mehl, Essig
1	Gl.	Sherry,
		Mehl

Zubereitung:

Goulasch in 3 EL. Sojasoße mit etwas Salz und Pfeffer marinieren. Dann in Mehl wenden und im Bräter anbraten. Die gewürfelten

Paprikaschoten zu dem Fleisch geben, ca. 1 Stunde garen, dabei die Brühe zugießen. Zum Schluß die Ananas- Stücke dazugeben. Mit Sherry, Sojasoße, Essig und Salz würzen.

Rahm- Goulasch

Zutaten:

800g Goulasch
1 Be. Schmand
1 Be. Sahne
2 Pa. Zwiebelsuppe

Zubereitung:

Die Zwiebelsuppe nach Packungsanweisung zubereiten.
Alle Zutaten gut vermischen und im Backofen bei 180° ca. 1 1/2 Stunden braten.
Dazu Salzkartoffeln oder Nudeln.

Rinderrouladen mit Apfel-Backpflaumen- Füllung

Zutaten: für 4 Personen

4		Rinderrouladen
100g		Backpflaumen
1	gr.	saurer Apfel
1	Sch.	Pumpernickel
3	EL.	Fleischbrühe
		Zimt, Prise Zucker,
		Salz, Pfeffer, Paprika
		Butterschmalz

Zubereitung:

Backpflaumen in Wasser oder Apfelsaft einweichen. Apfel schälen, Kerngehäuse entfernen und in dünne Scheiben schneiden. Pumpernickel im Toaster kräftig rösten, bis man

ihn zerbröseln kann. Abgetropfte Backpflaumen mit den übrigen Zutaten in eine Schüssel geben, die Fleischbrühe und die Gewürze zufügen und ziehen lassen. Rouladen mit Salz und Pfeffer würzen, die Füllung darauf geben, sorgfältig rollen und binden. Rouladen in heißem Fett kräftig anbraten, mit Brühe ablöschen und ca. 1 Stunde sanft weiter schmoren lassen. Soße mit dunklem Soßenbinder binden.

Rindfleisch- Auflauf nach Lasagne- Art

Zutaten: für 4 Personen

4		Rinder- Rouladen Butterschmalz, Salz, Pfeffer
12		Fleischtomaten
1	Gl.	Oliven mit Paprika gefüllt (150g)
2		Peperoni entkernt
150g		geriebener Käse

Zubereitung:

Rinderrouladen halbieren und pfeffern und von beiden Seiten kurz in sehr heißem Butterschmalz anbraten, salzen. Eine gefettete Auflaufform mit 4 Scheiben Rouladenfleisch

auslegen, mit enthäuteten Tomatenvierteln belegen, darauf in Scheiben geschnittene Oliven und in dünne Scheiben geschnittene Peperoni- Streifen. Pfeffern und salzen und mit Käse bestreuen. Dann eine weitere Lage einschichten. Fleisch, Tomaten, Oliven, Peperoni, Pfeffer und Salz, Käse. Im vorgeheizten Backofen bei 180° ca. 30 Minuten überbacken. Dazu Stangen-Weißbrot.

Burgunder- Fleischtopf

Zutaten:

1,0	kg	mageres Rindfleisch
125g		durchwachsener Speck geräuchert
250g		Zwiebeln
2		Knoblauchzehen
150g		Möhren
250g		Champignons geschnitten
1	TL.	Tomatenmark
2		Lorbeerblätter
1	TL.	Thymian
1/4	ltr.	Rotwein
		Mehl, Salz, Pfeffer, Butterschmalz, Fondor- Gewürz

Zubereitung:

Fleisch würfeln, Speck in Streifen schneiden. Knoblauch durch die Presse drücken. Zwiebeln und Möhren klein schneiden. Speck auslassen und zur Seite stellen. Zwiebeln, Knoblauch, Möhren und Pilze im Fett anbraten, würzen und herausnehmen. Butterschmalz erhitzen und das Fleisch kräftig darin anbraten. Mit Mehl bestäuben, anschwitzen. Tomatenmark unterrühren. Mit Wein und 1 ltr. Wasser ablöschen. Fondor- Gewürze, Lorbeeren und Thymian hinzufügen und zugedeckt im Backofen bei 200° ca. 90 Minuten schmoren lassen.

Gefüllter- Schweinebauch

Zutaten:

1,5	kg	Schweinebauch mit Schwarte
1		Zwiebel (achteln)
3		Möhren (in Scheiben)
1/4	ltr.	Sahne
		Pfeffer, Paprika, Salz

Zubereitung:

In den Schweinebauch vom Fleischer eine Tasche schneiden lassen und Knochen entfernen lassen. Mit Senf einreiben. Zwiebeln und Möhren 5 Minuten in leicht gesalzenes, kochendes Wasser geben, abkühlen lassen, gut abgetropft in die Tasche geben. Mit

Holzspießen die Öffnung verschließen. Öl und Gewürze mischen, den Schweinebauch damit einreiben, in heißem Fett von allen Seiten anbraten, mit 1/2 ltr. Wasser auffüllen und in ca. 75 Minuten garschmoren. Soßenfond durch ein Sieb gießen, mit Sahne binden und abschmecken.

Schmorbraten nach Art der Binnenschiffer

Zutaten: für 4 Personen

1,0 kg Rinderschmorbraten
750g Zwiebeln
5 EL. Öl
1/2 ltr. guter Weinessig
0,7 ltr. Rotwein, trocken
Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Fleisch vom Metzger in dünne Scheiben schneiden lassen. Zwiebeln in Ringe schneiden. Den Boden eines Schmortopfes mit Öl ausgießen. Abwechselnd das Fleisch und die Zwiebelringe im Topf schichten. Die oberste Schicht sollte aus Zwiebeln

bestehen. Salzen, pfeffern, mit Wein und Essig begießen und mit einem gut schließenden Deckel bei milder Hitze ca. 2 1/2 Stunden lang schmoren lassen. Dazu frisches Baguette.

Überbackene Fleischröllchen

Zutaten: für 4 Personen

12 Sch. Schweine-Rouladen (dünn)
12 Sch. durchwachsener Speck
2 Be. Creme fraiche
1 Be. Sahne
Salz, Pfeffer, Curry, Ketchup, Petersilie, Zwiebeln

Zubereitung:

Schnitzel mit einer Scheibe Speck belegen und aufrollen. Die Röllchen in eine gefettete Auflaufform geben. Creme fraiche, Salz, Pfeffer, Sahne, Curry und Ketchup kräftig abschmecken. Eine Zwiebel und

Petersilie (feingehackt) zugeben. Alles gut vermischen und die Soße über die Röllchen verteilen. Bratzeit: Umluft 180°, 90 Minuten mit Deckel.

Lamm- Keule

Zutaten: für 4 Personen

1,2	kg	Lamm- Keule ohne Knochen
2		Knoblauchzehen
2		Zwiebeln
1/8	ltr.	saure Sahne
		Biskin, Soßenbinder, Salz, Pfeffer, Lamm-Gewürz, Zucker

Zubereitung:

Lamm- Keule mit Salz, Pfeffer und Lamm- Gewürz einreiben. Knoblauchzehen in grobe Stücke schneiden und die Keule damit spicken. Lamm- Keule in einem Bratentopf legen, mit heißem Biskin übergießen, Zwiebeln

halbieren, dazugeben und den abgedeckten Bratentopf in den Backofen geben.
Bratzeit: Umluft 180° ca. 105 Minuten.
Nach der halben Garzeit eine Tasse Wasser zugeben.
Bratenfond mit Sahne auffüllen und mit Soßenbinder abbinden.
Gegebenenfalls noch etwas nachwürzen.

Schweine- Nacken- Braten im Bratschlauch

Zutaten: für 4 Personen

1,0	kg	Schweinenacken ohne Knochen
		Salz, Pfeffer, Thymian, Majoran frisch oder getrocknet, Senf
1		Zwiebel
1		Fleischtomate
		Bratschlauch

Zubereitung:

Den Nacken mit Salz und Pfeffer würzen, mit Senf einreiben und mit den gehackten Kräutern belegen. Den vorbereiteten Nacken in eine Bratfolie geben, geviertelte

Tomate und in Ringe geschnittene Zwiebeln zugeben. Folie verschließen und einstechen.
Bratzeit: Umluft 180° ca. 2 Stunden
Dieser Braten läßt sich auch sehr gut vom Schweine-Lachs (Rücken) zubereiten.
Bratzeit: Umluft 180° ca. 1 1/2 Stunden.

Glasierter Schweinebraten

Zutaten:

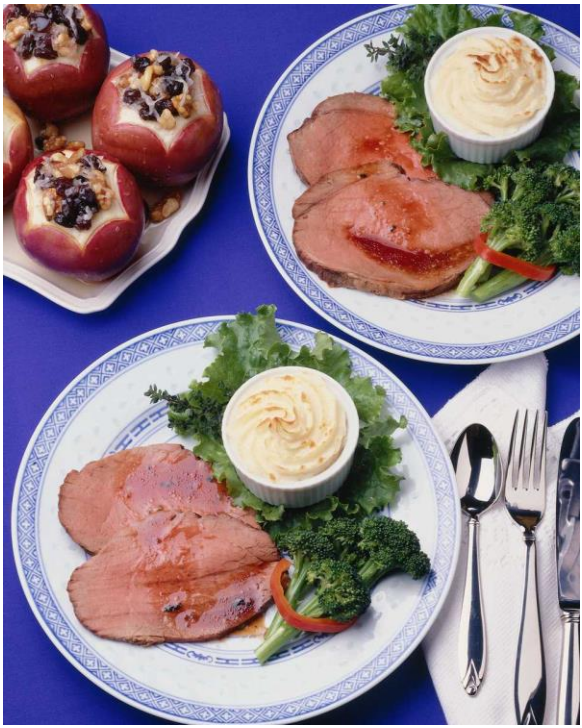
1,0	kg	Schinkenbraten mit Schwarte
		Gewürznelken
1	EL.	Zimt
1	EL.	Salz und Pfeffer
1	EL.	Honig
15		Schalotten
1/8	ltr.	Apfelwein oder Apfelsaft
1	EL.	Puderzucker
		Butterschmalz

Zubereitung:

Die Scharte vom Fleischer rautenförmig einritzen lassen und die Schnittkreuzungen mit jeweils einer Nelke spicken.

Zimt mit dem Salz, Pfeffer und Honig vermischen und auf das Fleisch streichen und einige Stunden einziehen lassen. Danach den Braten in Butterschmalz von allen Seiten anbraten. Die Schalotten dazugeben, dann mit dem Apfelwein ablöschen. Topf gut verschließen und im Backofen bei 180° etwa 90 Minuten schmoren lassen. Nach der Hälfte der Garzeit Puderzucker über die Schwarte sieben und ohne Deckel weiter braten, damit die Kruste schön knusprig wird. Mit den nun butterweichen Schalotten servieren. Dazu schmecken Knödel am besten.

Klein aber fein



Rinderfilet- Geschnetzeltes mit Paprika und Chili

Zutaten: für 2 Personen

400g		Rinderfilet geschnetzelt
1	Bd.	Frühlingszwiebeln
1		rote Paprika
1		grüne Paprika
1		Chilischote
1	Ta.	Fleischbrühe
125g		Sahne
		Butterschmalz
		Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden. Paprikaschoten und Chilischote auch in feine Ringe schneiden. Butterschmalz erhitzen und die Filetstreifen

darin anbraten und in einer Schüssel warm stellen. Frühlingszwiebeln, Paprika und Chili kurz in dem Fett anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen, mit Brühe ablöschen und etwa 10 Minuten köcheln. Dann die Filetstreifen dazugeben, Sahne angießen und nochmals gut durchschmoren.

Schweinelende- Auflauf mit Camembert

Zutaten: für 4 Personen

4		Schweinelenden (800g)
400g		Champignons geschnitten
2	EL.	Mehl
1/4	ltr.	Fleischbrühe
1/2	ltr.	süße Sahne
1/2	Ta	Weißwein
3		Camembert ohne Rinde in Scheiben schneiden
1	Bd.	Petersilie feingehackt
		Salz, Pfeffer und Butterschmalz

Zubereitung:

Schweinelende in 2 cm dicke Scheiben schneiden, pfeffern.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Medaillons von beiden Seiten kurz anbraten. Eine Auflaufform mit Butter ausfetten. Die Hälfte des Fleisches einlegen. Darauf die Hälfte Pilze schichten. 2 EL. Butter in den Bratenfond geben, Mehl dazu und eine Einbrenne herstellen, mit Fleischbrühe ablöschen. Sahne, Salz, Pfeffer und Wein dazugeben, eine dickliche Soße köcheln. Petersilie dazugeben und die Hälfte über das Fleisch und die Pilze geben, darauf die Hälfte des in Scheiben geschnittenen Camemberts geben. Dann wieder eine Lage Fleisch, Pilze und Käse darüber schichten.

Mit Sahne übergießen und mit Butterflöckchen belegen.
Backzeit: Umluft 180° ca. 30 Minuten.

Schweine- Steaks mit Sahne- Haube

Zutaten: für 4 Personen

4		Schweinerücken- Steaks
40g		Butterschmalz
		Salz und Pfeffer
2	Be.	saure Sahne (á 150g)
100g		geriebener Käse
1	Ta.	Fleischbrühe

Zubereitung:

Schweine- Steaks würzen und in Butterschmalz anbraten. Vorsichtig die feste saure Sahne auf die Steaks geben (einen kleinen Rest für die Fleischbrühe übriglassen). Käse darüberstreuen und zugedeckt 5 Minuten weiter braten. Die

Fleischbrühe angießen, aufkochen lassen, dann vom Herd nehmen und die restliche saure Sahne unterrühren. Nicht mehr kochen lassen, sonst gerinnt die Sahne.

Pikante Nacken- Steaks

Zutaten:

4		Nacken- Steaks von einer Seite würzen
1	Be.	Creme fraiche
1/2		Paprika fein gewürfelt
1		Zwiebel fein gewürfelt
1		Knoblauchzehe fein gewürfelt
1/2	Pa.	TK Kräutermischung alle Zutaten verrühren

Zubereitung:

Die Nacken- Steaks in eine gefettete Auflaufform legen und mit der Kräuter- Masse belegen. Form abdecken und ca. 1 Stunde bei 200° im Backofen garen.

Zwiebel- Schnitzel

Zutaten: für 4 Personen

4		Schnitzel
2	Pa.	Zwiebelsuppe (Fertigprodukt)
2	Be.	süße Sahne

Zubereitung:

Die Schnitzel in eine gefettete ofenfeste Form legen, das Zwiebelsuppenpulver über die Schnitzel streuen und mit Sahne übergießen. Im vorgeheizten Backofen bei 180° ca. 40 Minuten garen.

Gefüllte Koteletts mit Frischkäse

Zutaten: für 4 Personen

4		Kotelett (á 200g)
1		Zwiebel feingehackt
125g		Doppelrahm Frischkäse
		Salz, Pfeffer, Paprika
1	TL.	gehackte Kräuter (Petersilie, Kerbel, Schnittlauch)
3	EL.	Creme fraiche
		Brühe Instant
		Butterschmalz

Zubereitung:

In die Koteletts eine Tasche schneiden. Zwiebel mit dem Frischkäse, Salz, Pfeffer und

Paprika vermischen. Die Kräuter und 1 EL. Creme fraiche verrühren. Koteletts mit der Mischung füllen, mit Holzstäbchen verschließen und gewürzt in heißem Butterschmalz braten. Dann warm stellen, den Bratensaft mit der Brühe ablöschen und mit 2 EL. Creme fraiche abrunden. Wenn nötig, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kaßler- Rösti- Pfanne

Zutaten: für 4 Personen

8		Kaßler- Lachs- Steaks (à 110g)
12		Kartoffel- Rösti
2	Be.	Sahne
1	Be.	Kräuter Creme fraiche
2	Gl.	Champignons geschnitten

Zubereitung:

Kaßler Scheiben nebeneinander in eine gefettete Auflaufform legen. Die Pilze darüber verteilen. Kräuter Creme fraiche und Sahne miteinander verrühren und auf den Kaßler Scheiben verteilen. Dann die Kartoffel- Rösti auflegen (sie

dürfen nicht schwimmen, sonst werden sie matschig). Bratzeit: 180°, ca. 50 Minuten backen. Als Beilage eignen sich ein pikanter Salat.

Pikante Bratwurst- Pfanne

Zutaten: für 4 Personen

400g		Bratwurst vorgebrüht
1	Gl.	Kürbis
2		Knoblauchzehen
250g		Porree
2	EL.	Aprikosenkonfitüre
		Öl, Salz und Pfeffer
2	TL.	Curry

Zubereitung:

Die Bratwurst in kleine Stücke schneiden. Den Porree in Streifen schneiden, den Kürbis abtropfen lassen. Knoblauch feinhacken. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Bratwurst darin anbraten, das Gemüse hinzufügen und mitdünsten.

Zum Schluß die Aprikosen-Konfitüre unterrühren und mit den Gewürzen abschmecken.

Blätterteig- Ecken mit Hackfüllung

Zutaten: für 4 Personen

1	Pa.	TK Blätterteig (300g)
400g		Gehacktes 1/2 und 1/2
1		Knoblauchzehe
2	EL.	Petersilie gehackt
2	EL.	Zwiebeln gehackt
1		Eigelb
		Salz, Pfeffer, Paprika
3	EL.	Milch
1		Eigelb

Zubereitung:

Blätterteig auftauen lassen. Hackfleisch mit durchgepreßten Knoblauch, Petersilie und Zwiebeln sowie dem Eigelb mischen und kräftig würzen.

Blätterteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen, ca. 10*10 cm große Quadrate schneiden. Auf jedes Stück eine Portion Hackfleisch geben, die Ränder mit Wasser anfeuchten und Dreiecke falten. Die Ränder mit einer Gabel zusammendrücken. Die Teig-Ecken auf ein kalt abgespültes Backblech setzen. Milch und Eigelb verquirlen und die Teigtaschen damit bestreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 180° ca. 20 Minuten backen. Beilage kann frischer Salat sein.

Elsässer- Zwiebelkuchen

Zutaten: Teig

250g Mehl
100g Magerquark
80g Butter
Prise Salz

Aus den Zutaten einen Knetteig herstellen. Springform mit dem Teig belegen. Den Rand etwa 3 cm hochziehen.

Zutaten: Belag

8 gr. Zwiebeln würfeln,
2 EL. Butter dünsten
125g Kaßler würfeln und mit den gedünsteten Zwiebeln auf dem Teigboden verteilen.

Zutaten: Guß

1 Be. süße Sahne
3 Eier und
1 TL. Stärkemehl zusammen verschlagen und mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver und etwas Kümmel abschmecken und über die Zwiebelmasse geben.
Im vorgeheizten Backofen ca. 40 Minuten bei 180° backen.
Dazu einen guten Federweißen.

Pizza-Torte

Zutaten: Boden

150g		Mehl
150g		Quark
150g		Margarine
1	TL.	Backpulver
		Prise Salz

Aus den Zutaten einen Pizzateig zubereiten und in eine Springform geben.

Zutaten: Belag

8		Eier
1/2	TL.	Salz
200g		gekochter Schinken
200g		Gouda
1	Gl.	Pilze
		Oregano

Zubereitung:

Schinken und Gouda fein würfeln, mit Pilzen und Oregano auf dem Pizza- Teig verteilen. Eier und Salz verquirlen und darüber gießen. Bei 180° ca. 60 Minuten backen.

Gefüllte Brötchen

Zutaten:

6		Roggenbrötchen halbieren, etwas aushöhlen, das Innere in kaltem Wasser einweichen.
250g		Gehacktes 1/2 und 1/2
1		Zwiebel gewürfelt
2	EL.	Petersilie gehackt
1	Gl.	Champignons geschnitten
1		Ei
		Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Die gut ausgedrückte Brötchenmasse mit den Zutaten gut vermengen. Die Füllung in

die untere Brötchenhälften geben. Auf ein mit Alu- Folie ausgelegtes Backblech legen und bei 180° ca. 20 Minuten backen.

Tomatenscheiben
6 Scheiben Gouda

Dann jede Brötchenhälfte mit Tomatenscheiben und 1 Scheibe Gouda belegen. Die obere Brötchenhälfte darauf legen und weitere 10 Minuten backen.

Käse- Schinken- Brötchen

Zutaten:

200g roher Schinken
200g gekochter Schinken
200g Gouda
1 Be. Sahne
4 Brötchen

Zubereitung:

Den Schinken und Käse würfeln und vermengen. Die Sahne zugeben. Einige Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen. Die Brötchen halbieren und auf jede Brötchenhälfte die Schinken- Käse- Masse verteilen. Bei 180° 10-15 Minuten backen

Kaßler im Teigmantel

Zutaten:

1	Pa.	TK Blätterteig Auftauen lassen
1,0	kg	Kaßler ohne Knochen
		Eigelb

Zubereitung:

Den Kaßler- Braten in Alu-Folie im Backofen bei 180° ca. 45 Minuten vorgaren, dann auskühlen lassen. Den Blätterteig auf den Kaßler-Braten legen. Die Ränder gut andrücken. Mit Eigelb bestreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 200° ca. 1 Stunde backen.

Würstchen im Blätterteig

Zutaten:

250g		TK Blätterteig- die Scheiben auf eine bemehlte Fläche zum Auftauen legen. Den Blätterteig zu Scheiben von 13*18 cm ausrollen.
125g		Frischkäse mit
1		Eigelb verrühren und
4	EL.	Sahne verrühren
1	EL.	Schnittlauchröllchen
1	EL.	gehackte Petersilie zugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
6		Brühwürstchen

Zubereitung:

Auf die Blätterteigscheiben die Frischkäse- Kräuter- Füllung streichen, jeweils ein Würstchen darauf legen. Die Ränder an der Längsseite mit Eiweiß bestreichen. Ganz locker aufrollen. Backblech mit Backpapier belegen. Würstchen-Brötchen auflegen. Im vorgeheizten Backofen 30 Minuten bei 200° backen.

Schlemmer- Brötchen

Zutaten:

10	Brötchenhälften aushöhlen, Krumen würfeln
250g	Tatar mit
1	Ei, Pfeffer, etwas Salz, Krumen vermischen und auf die Brötchen-hälften verteilen.
170g	Champignons geschnitten
100g	Käse gerieben
100g	Kochschinken gewürfelt
100g	Kaßler gewürfelt

Zubereitung:

Alles vermengen. Die Brötchen-hälften mit dieser Mischung

weiter füllen. Im vorgeheizten Backofen ca. 15-20 Minuten bei 200° backen.

Marinierte Hähnchenbrust

Zutaten:

500g		Hähnchenbrustfilet
30g		Butter
		Salz und Pfeffer
4	EL.	Himbeer- Essig
1	TL.	Honig
2	EL.	grobkörniger Senf
4	EL.	Olivenöl
1	EL.	Walnußöl
125g		frische Himbeeren
1		Eichblatt- Salat

Zubereitung:

Hähnchenbrustfilet in mundgerechte Stücke schneiden. In heißer Butter rundherum braun anbraten. Honig, Salz, Pfeffer, Essig, Senf und Öl

zufügen und alles miteinander vermischen. Salat putzen und zerpflücken. Auf eine Platte legen und die Fleischstücke darauf verteilen. Soße über das Fleisch gießen und mit den Himbeeren garnieren.