Kochbuch des Parasol War I

26.09. - 28.09.2014

Erinnerungen zum Nachkochen

Lasst Euch verwöhnen und genießt!

Mahlzeit wünscht Euch das Shire Ad Flumen Caerulum

Rindertopf mit Gewürzbrotsauce

Zum marinieren über Nacht:
1,2 kg Rind (Schulter) in Würfel geschnitten
2 Zwiebeln fein gehackt
1 Stangensellerie gewürfelt
1 Karotte in Scheiben
Kräuter (Rosmarin, Salbei, Basilikum, Maggikraut,..)
1 Lorbeerblatt

6 EL Olivenöl
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
150 ml Weißwein
5 Gewürzgurkerl
5 Kapern
2 Scheiben Gewürzroggenbrot
Salz, Pfeffer

Backofen auf 180 Grad vorheizen, Fleisch durch ein Sieb abseihen und trocken tupfen.
Zwiebel und Knoblauch fein hacken und in Olivenöl andünsten.
Fleisch dazu und rundherum scharf anbraten. In einen Tontopf geben, die aufgefangene Marinade dazu und 1h im Ofen schmoren.
Weißwein, Gewürzgurkerl in Scheiben und Kapern zufügen und nochmals eine Stunde schmoren.
Fleisch rausnehmen und warm stellen. Sauce abseihen, das fein gemahlene Gewürzbrot zur Bindung verwenden, etwas einkochen und mit dem Fleisch servieren.

Hirse mit Mandeln

2 Stangen Lauch
4 Karotten
1EL Olivenöl
1 l Gemüsesuppe

½ TL Oregano
150g Hirse
4 EL Mandelpüree
Salz, Pfeffer, Mandelblättchen

Gemüse putzen schneiden und im Öl andünsten. Mit Suppe aufgießen und restl. Zutaten beigeben.
20 min kochen, würzen zum Schluss das Mandelpüree zufügen.

Fladenbrot

500g Dinkelmehl glatt
1 Würfel Germ
1 TL Salz
1/4l lauwarmes Wasser
1 TL Olivenöl
1TL Schwarzkümmel

Mehl, Germ und Salz mischen, Wasser dazugeben,
glatten Teig kneten.Zugedeckt an einem warmen Ort 30 min gehen lassen.
Ca. 10 Fladen formen und auf Backpapier aufs Blech legen.
Weitere 10 min gehen lassen.
Mit Öl bepinseln und mit Schwarzkümmel bestreuen.
Im vorgeheizten Ofen 12-15 min backen.

Habermus

200g Haferflocken
500 ml Apfelsaft
3 große Äpfel
Butter
Etwas Zucker
1 Handvoll Rosinen
100g Haselnüsse gemahlen und geröstet
Honig
Zimt
1 Prise Galgant (optional)

Haferflocken mit den Rosinen über Nacht in Apfelsaft einweichen, am Morgen kurz aufkochen. Währenddessen Äpfel in Blättchen schneiden, Butter zerlassen, Zucker einstreuen und hell karamellisieren lassen, Äpfel zufügen und anbraten, Haselnüsse und Zimt zugeben.
Achtung! Ab jetzt brennt es leicht an!
Komponenten mischen und ev. mit Honig süßen.
Die Variante ohne Milch kann auch kalt gegessen, oder aufgewärmt werden und hält sich länger.

Linseneintopf

800g Linsen aus der Dose
2 große Zwiebeln
250 ml Gemüsesuppe
2 EL Speckwürfel
2 EL Grammeln
10 Pfefferkörner

5 Wacholderbeeren
3 Lobeerblätter
etwas Mehl
etwas Essig
Salz, Pfeffer

Zwiebeln fein schneiden mit Speck und Grammeln anrösten.
Wenn alles etwas Farbe bekommt, die abgetropften Linsen dazugeben, mit Suppe aufgießen und die restlichen Gewürze hinzufügen.
Ca. 20 min kochen, mit Essig abschmecken und mit Mehl binden.

In der Veggievariante Speck und Grammeln weglassen.

Mit Fladenbrot oder herzhaften Semmelknödeln servieren.

Grüne Suppe

4 Karotten
4 Handvoll Blattspinat
2 Knoblauchzehen
700 ml Gemüsesuppe

400g Erbsen
2 EL Mandelpüree
2 EL Minzblätter

Karotten schälen und in Scheiben schneiden. Spinat waschen und abtropfen lassen.
Die Knoblauchzehen schälen.
Gemüsesuppe in einem Topf mit den Karotten 10 min sprudelnd kochen, Erbsen, Spinat und Knoblauch dazu geben. Salzen und ca. 12 min kochen lassen.
Pürieren und das Mandelpüree zufügen.
In Schalen anrichten und die gehackten Minzblätter drüber streuen.

Grüne Eier

4 Eier
1 Bund Petersilie
1 EL Weißwein
2 TL Honig

1 TL Schmalz oder Butter
Pfeffer, Salz
½ TL Ingwer
1 TL Senfpulver

Eier kochen und schälen. Petersilie mit Weißwein pürieren mit den anderen Zutaten abschmecken.
Fett in einer Pfanne erhitzen und die Eier ein paar Mal darin wenden, anschließend in der grünen Sauce wenden bis sie die Farbe annehmen

Griechische Hühner

Teig:
100g Dinkelmehl glatt
¼ l Milch
2 Eier
1 Prise Salz
Butter zum ausbacken

Sauce:
200 ml Weißwein
5 EL Honig
½ TL Zimt
1 Prise Kardamon

Fülle:

4 Hühnerfilets
200 ml Hühnersuppe
4 Scheiben Speck
4 Scheiben Toastbrot
100 ml Milch
2 Eier
1 TL Zucker

2 Msp. Zimt
2 Säuerliche Äpfel
Pfeffer
2 Msp. Ingwerpulver
2 Msp. Galgant
Salz
150g Schmalz

Hühnerfilets in Speck wickeln, in einer Pfanne anbraten, mit Suppe ablöschen und 20min bei geschlossenem Deckel dünsten. Huhn in Scheiben, Speck in Würfel schneiden und warm stellen.

Eier mit Milch verquirlen und Brotscheiben kurz eintauchen, in Schmalz ausbacken und auch warm stellen.
Äpfel schälen und ohne Kerngehäuse in dicke Scheiben schneiden, mit Zucker und Zimt bestreuen und in Schmalz backen, sodass sie noch nicht zerfallen.
Weißwein mit Honig erhitzen und mit Zucker und Kardamon abschmecken.
Aus dem anderen Teig 4 große Palatschinken in Butter backen.
Auf jede Palatschinke eine Apfelscheibe, eine Brotscheibe, Hühnerscheiben und etwas Speck geben. Jede Schicht mit Pfeffer, Salz, Ingwerpulver und Galgant würzen, in einem tiefen Teller zusammenfalten, ein Loch schneiden und die Sauce hineingießen.

Bierbraten

BierbratenSchweinefleisch
(Schulter, Schopf oder Bauch- je nach Geschmack)
Knoblauch
Kümmel
Koriander
Salz
Bier

Schwein am Vortag in ein enges Gefäß (heutzutage meist ein Plastiksackerl) geben und mit dem gehackten (nicht gepressten!) Knoblauch, Kümmel, gemahlenem Koriander und viel Salz einreiben und möglichst ohne Luft über Nacht einkühlen.
Backrohr auf 180 Grad heizen und das Schwein mit der Marinade in einer feuerfesten Form 30 min braten. Dann mit einem scharfen Messer die Schwarte alle 1 cm einschneiden.
Ab jetzt regelmäßig mit Bier aufgießen.
Das Fleisch braucht ca. 1h pro kg. Nach der ungefähren Garzeit das Schwein aus dem Rohr nehmen und rasten lassen.

Das Backrohr auslüften und dann auf max. Oberhitze stellen. Das Fleisch nun ohne Saft auf ein Blech legen und die Schwarte kross backen. Auf keinen Fall mehr aufgießen.
Sofort servieren!

Saure Rüben

500g saure Rüben
2 mittlere Zwiebeln
Öl
250 ml Most oder Suppe zum aufgießen
Maggiekraut
Kümmel
Mehl oder Brotbrösel

Zwiebeln fein hacken und in Öl anrösten. Die sauren Rüben dazugeben, mit Most oder Suppe aufgießen Maggiekraut und Kümmel dazugeben und ca. 15 min dünsten.
Mit Mehl oder Brotbrösel binden.

Blattspinat mit Mandeln

500g Blattspinat
5 EL Mandelblättchen
Muskatblüte
Etwas Suppe
Knoblauchöl
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Spinat waschen, in kochendem Wasser blanchieren, grob hacken, zur Seite stellen.
Mandelblättchen ohne Fett hellbraun rösten, einen EL zur Seite stellen.
Spinat zu den Mandelblättchen geben und mit Suppe aufgießen.
Mit Muskatblüte würzen, salzen und mit Knoblauchöl parfümieren.
Spinat weichdünsten.
Vor dem servieren mit den restlichen Mandelblättchen bestreuen und aus der Mühle pfeffern.

Apfel-Zwiebel-Gemüse

500g Zwiebel
500g Äpfel
Schmalz
Nelkenpulver (wenn geht frisch gemahlen, Kaffeemühle hat sich bewährt)
Curcuma (oder Safran wenn man sich es leisten möchte)
Salz, Peffer

Zwiebel und Äpfel in Achtel Spalten schneiden,
zuerst Zwiebel anrösten,
dann Äpfel und Gewürze dazugeben.
Äpfel weich dünsten und abschmecken.

Dinkel mit Kräutern

500g Dinkel
Essig
Öl
5 EL gemischte Kräuter
nach Geschmack und Angebot

Dinkel in Wasser oder Gemüsesuppe weich kochen.
Aus den restlichen Zutaten eine Vinaigrette machen
und über den lauwarmen Dinkel gießen.
Ziehen lassen. Falls gewünscht wieder vorsichtig erwärmen.
Schmeckt kalt oder warm als Beolage.

Spinatstrudel

Teig nach belieben (Strudelteig ist belegt)
Blattspinat entweder frisch blanchiert und abgetropft, oder Tiefkühlware aufgetaut und abgetropft
Etwas Vegeta, gemahlene Muskatblüte, Peffer
Schafkäse in Würfeln

Teig auslegen, den gut abgetropften (ev. ausgedrückten) Spinat auf 2/3 der Fläche verteilen, würzen, Käsewürfel verteilen und Strudel rollen.
Bei 160 Grad mittelbraun backen.

Mandelpudding

1l Mandelmilch
70g Reismehl
200g Mandeln gemahlen
5 Tropfen Mandelaroma

Mandelmilch erhitzen, in 5 EL davon das Reismehl glattrühren und in die steigende Milch einrühren, 1 min unter rühren kochen lassen.
Mandeln und Aroma zufügen und in Portionsschüsseln füllen.

Kandierte Veilchen und Veilchensirup passen gut.

Als Variante kann auch Haselnussmilch und Haselnüsse genommen werden, dann passen geröstete, gehackte Pistatien mit Honig besser.

Birnenpudding

500g Birnen
150 ml Weißwein
20g Butter
50g Zucker

Zimt
Sahne
3 Eier

Birnen (frisch oder aus der Dose) schälen, entkernen, klein schneiden, mit Weißwein und Butter gar kochen. Pürieren und durch ein Sieb schlagen, mit Zucker und 2 Msp. Zimt abschmecken. 4 EL Sahne zufügen, wieder in den Topf geben, 3 Eigelbe gut unterrühren. Unter ständigem Rühren wieder aufs Feuer setzen und andicken lassen. In Portionsschälchen füllen und erkalten lassen.

Möget Ihr beim Nachkochen in schönen Erinnerungen schwelgen und an unser kleines, aber feines Shire Ad Flumen Caerulum denken.

Ivy McWolf