

Kochen mit Männern im Pfarrheim Spay

„Delikates aus dem Backofen“



Veranstalter Kfd - Spay

08.03.2012

Chicorée mit Rotbarsch und Senfsahne

600 g Rotbarschfilets in breite Streifen schneiden, salzen, pfeffern. Zugedeckt kalt stellen.

750 g Chicorée waschen, die Stauden längs halbieren, den bitteren Strunk heraus schneiden und in Salzwasser etwa 4 Minuten garen, herausnehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und abtropfen lassen.

Eine feuerfeste Form ausfetten.

Chicorée in breite Streifen schneiden und mit dem Fisch abwechselnd schichten.

250 g Sahne mit 3 EL Senf in einem Topf gut verrühren und aufkochen.

Blattpetersilie ohne Stiele fein hacken und über den Chicorée und Fisch streuen.

2 Eigelbe in die Senf-Sahne-Sauce rühren, die nicht mehr kochen darf.

Diese Mischung über Chicorée und Fisch verteilen.

Im Backofen mittlerer Einschub in ca. 30 Minuten bei 200° backen bis die Oberfläche goldgelb ist.

Champignon-Tomaten-Gratin

2 große Zwiebeln fein hacken

3 Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden

600 g Champignons putzen, blättrig schneiden und in einer Pfanne dünsten bis die Flüssigkeit verdampft ist, dann aus der Pfanne nehmen.

300 g Tomaten überbrühen, enthäuten, vierteln, entkernen und grob hacken.

2 Knoblauchzehen schälen und fein hacken.

Etwas Öl in der Pfanne erhitzen

80 g gewürfeltes Dörrfleisch darin anbraten,

Zwiebel und die Hälfte der Frühlingszwiebel dazugeben und mit dünsten.

Die restlichen Zutaten untermischen und kurz mit dünsten. Mit Salz, Pfeffer, Paprika, Thymian pikant abschmecken.

4 Eier nach und nach unterheben.

Eine Auflaufform ausfetten, die Pilzmischung hinein füllen.

50 g geriebener Emmentaler, 50 g Paniermehl und die restlichen Frühlingszwiebeln darüber verteilen.

Butter in Flöckchen darauf setzen, im Backofen in der Mitte bei 220° ca. 30 Minuten goldgelb backen.

Menüauswahl

Champignon-Tomaten-Gratin

Chicorée mit Rotbarsch und Senfsahne

Reisgratin mit Putenstreifen

Polenta mit Salami

Auflauf mit Penne und Leber

Kohlrabi-Auflauf mit Putenbrust

Hackbraten geschichtet

Quarkauflauf mit Aprikosen

Reis mit Putenstreifen

500 g Putenschnitzel in Streifen schneiden.
1 Stück Ingwerwurzel schälen und reiben
2 Knoblauchzehen pellen und fein hacken.
Zu den Putenschnitzeln geben, mit
2 EL Sojasauce, 2 EL Sherry vermischen und zugedeckt im
Kühlschrank 1 Stunde ziehen lassen.

1 Zwiebel pellen und fein hacken.
2 Stangen Staudensellerie in Streifen schneiden, beides in
2 EL Olivenöl glasig dünsten.
250 g Wildreis einstreuen, kurz andünsten, mit
1/2 l Hühnerbrühe ablöschen und zugedeckt
ca. 20 Minuten quellen lassen.

150 g Sojasprossen waschen, abtropfen lassen und
150 g TK Erbsen unter den Reis mischen.
2 Eier auch nach und nach unterrühren, mit Salz, Pfeffer
würzen.

Putenstreifen aus der Marinade nehmen
(Marinade aufbewahren) und kurz anbraten.

Auflaufform ausfetten, die Hälfte der Reismischung einfüllen,
das Putenfleisch darauf verteilen und dann den Rest der
Reismischung darüber geben.

Marinade, 150 g Creme fraiche und ein Ei verrühren, über den
Reis gießen. Butterflöckchen darauf setzen.
Im vorgeheizten Backofen bei 220° etwa 25 Min. überbacken.

Kohlrabi-Auflauf mit Putenschnitzel

750 g Kohlrabi vom Grün befreien und schälen.
Schönes Grün klein hacken, aufbewahren.

In ca. 1/2 cm dünne Scheiben schneiden und in kochender
Gemüsebrühe blanchieren, in ein Sieb geben, Brühe auffangen
und abtropfen lassen.

500 g Putenschnitzel schräg zur Faser in 1 cm breite Streifen
schneiden.
1 EL Margarine in der Pfanne erhitzen, Putenfleisch darin
rundum braun anbraten, salzen, pfeffern und herausnehmen.

1 Zwiebel pellen, fein hacken und im restlichen Bratfett
andünsten, mit der Gemüsebrühe ablöschen und 150 g
Kräuterfrischkäse einrühren, um ein Drittel einkochen lassen.
Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, Kohlrabiblätter und
Schnittlauch unterrühren.

In eine gefettete Form Kohlrabischeiben dachziegelartig
hineinlegen, mit Pfeffer, Muskat würzen und die Putenstreifen
dazwischen geben.

Die Sahne-Käse-Mischung darüber gießen.

Im Backofen, mittlere Schiene bei 200° etwa 35 Minuten
backen.

Auflauf mit Penne und Kalbsleber

400 g Penne in reichlichem Salzwasser al dente kochen, in ein Sieb geben, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

150 g TK Erbsen kurz in kochendem Salzwasser garen, auf ein Sieb geben und abtropfen lassen.

400 g Kalbsleber in fingerdicke Streifen schneiden.

In einer Pfanne Butter zerlassen und die Leber darin schwenken, heraus nehmen und auf einen Teller legen.

1 Zwiebel pellen, fein hacken und im Bratfett weich dünsten, mit 3 EL Zitronensaft ablöschen.

2 EL Tomatenmark unterrühren,
250 g Sahne dazugießen und um 1/3 einkochen lassen.

Salbei waschen, trocknen, nicht zu klein schneiden und zur Sauce geben, mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen.

In eine ausgefettete Form, Nudeln, Kalbsleber und die Erbsen abwechselnd in die Form schichten, jede Schicht mit Salz, Pfeffer würzen und mit der Sauce begießen.

Die letzte Schicht sollten Nudeln sein.

2 Eier, 100 g geriebener Emmentaler, 2 EL Paniermehl verrühren und auf dem Auflauf verteilen.

In der Mitte im Backofen bei 220° etwa 20 Min. backen.

Polenta mit Salami

1 1/2 l Gemüsebrühe in einem größeren Topf herstellen.
350 g Polenta einstreuen und etwa 15 Minuten köcheln, dabei öfters umrühren.

2 Zwiebeln pellen und fein hacken,
250 g Salami in Würfel schneiden.

3 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln darin glasig dünsten, Salami 5 Minuten mitbraten.

2 Bund Petersilie waschen, trocknen und klein hacken,
1 Bund Schnittlauch waschen, trocknen und in feine Ringe schneiden.

Alle Zutaten unter den Maisbrei mischen und mit Salz, Pfeffer, Paprika und Oregano würzen.

In eine gefettete Form die Masse einfüllen, mit etwas Olivenöl beträufeln.

Im 200° vorgeheizten Backofen in der Mitte ca. 30 Minuten goldgelb backen.

Hackbraten geschichtet

1 Brötchen einweichen, gut ausdrücken.
1 Zwiebel pellen und fein würfeln. Mit
500 g Hackfleisch vermengen
1 Ei hinzufügen mit Salz, Pfeffer, Paprika und Senf würzen.

1 Glas roten Paprika auf ein Sieb schütten und abtropfen lassen.

1 Zwiebeln pellen und fein würfeln,
2 Knoblauchzehen pellen und fein würfeln.
In einer Pfanne mit etwas Margarine andünsten,
300 g TK Blattspinat zugeben, auftauen lassen und mit Salz,
Pfeffer und Muskat kräftig würzen.

In eine gefettete Form die Hälfte des Hack füllen, Spinat darauf
verteilen, dann den Paprika, anschließend
200 g Feta in Scheiben geschnitten damit belegen.

80 g geriebenen Gouda darüber streuen.

Mit dem Rest vom Hack bedecken.

Im 180° vorgeheizten Backofen ca. 30 Minuten garen,

mit 80 g geriebenen Gouda bestreuen und 30 Minuten
weitergaren.

Quarkauflauf mit Aprikosen

1 Dose Aprikosen auf ein Sieb geben und abtropfen lassen.
Aprikosen halbieren.

3 Eier trennen.
Eiweiß steif schlagen.

75 g Margarine
125 g Zucker
1 Pack Vanillezucker
3 Eigelb
1 TL Zitronenschale schaumig rühren.

500 g Quark
75 g Gries und
3 EL Milch zufügen, Eiweiß unterheben.

Die Hälfte der Masse in eine gefettete Auflaufform geben, mit halbierten Aprikosen belegen, restliche Masse darüber geben.

Butterflöckchen aufsetzen.

30 Minuten bei 200° backen, mit
30 g Mandelplättchen und Zucker bestreuen und
weitere 15 Minuten bei 180° fertig backen.