

Kochen mit Männern im Pfarrheim Spay

„Weihnachtsmenü“



Veranstalter Kfd - Spay

10.12.2009

Bunter Feldsalat

250 g Feldsalat, 2 Stauden Chicorée, 2 Tomaten,
1 Birne, 1 Orange, 1 Avocado

Den Feldsalat verlesen, Wurzeln nur so weit abschneiden, dass die Pflänzchen noch zusammenhängen, waschen und trocknen.

Den Chicorée putzen, waschen und in 2 cm breite Streifen schneiden.

Die Tomaten enthäuten, halbieren, Kerngehäuse entfernen und klein würfeln.

Die Birne schälen, halbieren, vom Kerngehäuse befreien und in dünne Stifte schneiden.

Die Orangen schälen und filetieren.

Die Avocado halbieren, vom Stein befreien, schälen und in Würfel schneiden.

½ Becher Joghurt, 3 EL Sahne, 1 EL Zitronensaft und 2 EL Orangensaft und 1 EL hellen Balsamico Essig zu einer Marinade verrühren.

1 Schalotte, schälen, fein hacken und in die Marinade geben. Mit Salz, Zucker und Pfeffer a. d. M. würzen.

Den Feldsalat auf Teller verteilen, die übrigen Zutaten mit der Marinade mischen und auf dem Feldsalat anrichten.

Brokkolicremesuppe

500 g Brokkoli waschen, putzen, in Röschen teilen, dicke Stiele klein schneiden.

1 Zwiebel schälen, klein würfeln, mit
2 Kartoffel schälen, würfeln in
2 EL Butter anschwitzen mit
1 l Gemüsebrühe ablöschen.

Brokkoli und Stiele in die Brühe geben, 15 Minuten bei kleinerer Hitze kochen lassen. Nach ca. 7 Min. einige Röschen herausnehmen, unter kaltem Wasser abschrecken und beiseite legen.

Pinienkerne ohne Fett bei mittlerer Hitze in der Pfanne rösten.

Brokkolisuppe mit dem Passierstab pürieren, mit 75 g Creme fraiche verfeinern, mit Salz, Pfeffer, Muskat abschmecken.

Zusammen mit den Brokkoliröschen und den Pinienkernen servieren.

Weihnachtsmenü

Broccolicremesuppe

Bunter Feldsalat

Crêpes mit Räucherlachs

Rinderbraten „Jägerart“

Apfel- Rotkohl

Kartoffelklöße halb und halb

Süßer Apfelauflauf

Crepes mit Räucherlachs

Dillcreme, kann 6 – 8 Stunden vorher zubereitet werden.

1 Becher Schmand, 1 Becher Joghurt, 2 EL Quark gut verrühren.

1 Bund Dill klein hacken und unterheben.

Die Creme in den Kühlschrank stellen.

Crepes:

2 Eier trennen

Eigelbe, 100 g Mehl, 200 ml Milch, 1 TL Öl

Salz, Pfeffer zu einem glatten, flüssigen Teig verrühren, evtl. etwas Milch zufügen. Den Teig 30 Min. ruhen lassen.

Die Eiweiße steif schlagen und unter den Teig heben.

In einer kleinen Pfanne etwas Butter zerlassen. So viel Teig eingießen, dass der Boden hauchdünn bedeckt ist. Die Crepe auf jeder Seite 1 Min. goldbraun backen und im Ofen warmhalten.

Auf jede Crepe eine Räucherlachscheibe legen, mit dem Pfannenwender einmal in der Mitte zusammenfalten.

Auf einem Teller anrichten, je 1 EL Creme daneben setzen. Das Gericht mit Dillzweigen garnieren und mit der restlichen Creme servieren.

Kartoffelklöße halb und halb

750 g festkochende Kartoffeln schälen, die Hälfte kochen, abgießen, ausdämpfen lassen und durch die Kartoffelpresse drücken.

Die übrigen Kartoffeln grob reiben, in einem sauberen Küchentuch ausdrücken, in eine Schüssel geben und mit 70 g Mehl vermengen. Beide Sorten gut mit 2 Eier, Salz vermengen.

Mit bemehlten Händen Klöße formen und im aufgekochten Salzwasser 20 Min. ziehen, nicht kochen lassen. Mit einem Schaumlöffel herausnehmen, abtropfen lassen und in einer vorgewärmten Schüssel servieren.

Variante : Halbseidene Kartoffelklöße

750 g mehlig Kartoffeln als Pellkartoffeln kochen, abgießen, ausdämpfen lassen, pellen und durch die Kartoffelpresse drücken.

180 g Kartoffelmehl locker mit der Gabel unterrühren, 40 ml heiße Milch einlaufen lassen, dabei alles rasch mit einem Holzlöffel kräftig durchrühren, mit Salz, Muskat und 2 EL Petersilie würzen.

3 Scheiben Toastbrot würfeln und in 30 g heißer Butter in der Pfanne bräunen. Mit angefeuchteten Händen Klöße formen, dabei Brotwürfel in die Mitte setzen.

In Salzwasser - wie oben - ziehen lassen.

Rotkohl

1 kg Rotkohl säubern, vierteln, Strunk
herausschneiden, in Streifen hobeln.

60 g Schmalz in einem Topf erhitzen, den Kohl, und
200 g säuerliche Äpfel geschält, in Achtel geschnitten, entkernt
hineingeben, etwas durchrühren.

1 große Zwiebel schälen, mit
3 Nelken bespicken in die Mitte legen, und
 $\frac{1}{8}$ l Wasser zufügen, bei mittlerer Hitze garen.
Mit Salz, Zucker, Essig harmonisch abschmecken.
Ein Glas Rotwein beim Garen zugefügt, verbessert den
Geschmack.

Rinderbraten „Jägerart“

1 kg Rinderbraten (Schulter; Nuss)
Fleisch mit Senf, Pfeffer, Paprika einreiben.

2 EL Butterschmalz in einem Schmortopf erhitzen, Fleisch
hineingeben und von allen Seiten gut bräunen.

125 g. Dörrfleisch klein würfeln, dazugeben alles weiter braten
bis das Dörrfleisch glasig ist.

Fleisch jetzt salzen mit
 $\frac{1}{4}$ l Fleischbrühe und
 $\frac{1}{4}$ l Rotwein ablöschen
2 Gewürznelken und
6 Wacholderbeeren
1 Bund Suppengrün klein geschnitten dazugeben.

Zugedeckt $1\frac{1}{2}$ Stunde schmoren lassen, nach und nach
 $\frac{1}{4}$ l Rotwein zugießen.

Fleisch aus der Sauce in einen neuen Topf geben.
Sauce durch ein Sieb über das Fleisch gießen.

500 g. Schalotten schälen, etwas Öl in der Pfanne erhitzen,
1 Prise Zucker und die Schalotten darin schön braun werden
lassen, zu dem Fleisch geben.

200 g. frische Pfifferlinge (oder 350 g. aus der Dose) zufügen,
alles 30 Min. weiter schmoren lassen.

Fleisch herausnehmen, warm stellen.
2 EL Preiselbeeren zu der Sauce geben, und
 $\frac{1}{8}$ l Sahne unterrühren, evtl. etwas
binden.

Mit einem Schuss Weinbrand abschmecken.

Süßer Apfelauflauf

4 Eier trennen

Eigelbe

1 Prise Salz,

50 g Zucker

100 g Mehl

100 ml Milch zu einem glatten Teig verrühren,

1 EL Butter zerschmelzen unterrühren und 30 Min. quellen lassen.

Eiweiße steif schlagen und

1 TL Zitronensaft unterrühren, unter den Teig heben und diesen in eine flache, gefettete Auflaufform füllen.

Bei 200° ca. 10 Minuten stocken lassen.

3 große Äpfel, Kerngehäuse entfernen und in Scheiben schneiden.

Apfelscheiben auf dem Teig verteilen,

2 EL Zucker darüber streuen und im Backofen 20 Min. backen.

Mit Puderzucker bestäubt servieren.