

Kochen mit Männern im

Pfarrheim Spay



Veranstalter Kfd - Spay

Spay, den 22.11.2007

Blatt und Rohkostsalat

Hierzu verwenden wir je nach Geschmack verschiedene Zutaten,

z. B. Kopfsalat, Eisberg, Eichblattsalat, Möhren, Paprika, Schlangengurken, Radieschen usw.

Alle Zutaten werden in mundgerechte Stücke geschnitten.

Kopfsalat zerpfücken,
Eisbergsalat Blätter in Streifen schneiden,
Eichblattsalat zerpfücken
Salatstücke in Wasser säubern, gut trocknen, am besten in einer Salatschleuder.

Möhren schälen und klein raspeln.

Paprika waschen, trocken reiben, vierteln, nun alles Weiße in der Mitte herausholen. Paprika in Streifen schneiden.

Gurke schälen und in dünne Scheiben schneiden.

Von den Radieschen grünes Blattwerk und Wurzel abschneiden.
Gut waschen, trocken reiben und in dünne Scheiben schneiden.

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und gut vermischen.

Kurz vor dem Servieren mit dem Salatdressing gut vermischen.

Lauchcremesuppe

500 gr. Lauch waschen, putzen, Wurzelansatz abschneiden, sowie die oberen dunkelgrünen Blätter und in grobe Ringe schneiden. Ein Stück vom Lauch in feine Ringe schneiden und zur Seite stellen.

1 Zwiebel	schälen, klein würfeln, mit
2 Kartoffeln	schälen, würfeln in
2 El Butter	anschwitzen mit
1 l Fleischbrühe	ablöschen.

Lauch in die Brühe geben, 20 Minuten bei kleinerer Hitze kochen lassen.

Lauchsuppe mit dem Passierstab pürieren, mit Salz, Pfeffer, Muskat abschmecken.

Den fein geschnittenen Lauch der Suppe zufügen und bei schwacher Hitze ziehen lassen.

Menüauswahl

Lauchcremesuppe

Blatt und Rohkostsalat

Verschiedene Marinaden

Putenröllchen in würziger Sauce

Bohnen im Speckmantel

Putenschnitzel in der Senfkruste

Kartoffelgratin

Kartoffel Wedges

Knusperbratapfel mit Vanillesoße

Marinade mit Sahne

3 Becher Saure Sahne, 2 El Öl, 2 Tl Senf, Obstessig nach Geschmack

1 Knoblauchzehe mit Salz zerrieben, frischgemahlener Pfeffer, wer es mag evtl. Cayenne Pfeffer, Paprika.

Alle Zutaten gut verquirlen.

Nach Belieben frisch gehackte Kräuter zum Schluss dazugeben z. B. Petersilie, Schnittlauch, Dill, Zitronenmelisse, Borretsch.

Klassische Vinaigrette

1 kleine rote Zwiebel schälen, halbieren, eine Hälfte fein würfeln, die andere Hälfte in halbe Ringe schneiden.

3 El heller Balsamico- Essig mit

1 Schuss Maggi und

Salz, Zucker

Pfeffer aus der Mühle verrühren.

6 El Distelöl kräftig unterrühren,
bis eine sämige Marinade entsteht, Zwiebeln dazugeben.

Varianten:

Schnittlauchvinaigrette

Schnittlauch in Röllchen, Zwiebeln weglassen.

Kräutervinaigrette

4 El frisch gehackte Kräuter unterrühren,

z. B. Petersilie, Dill, Melisse, Kresse, Sauerampfer.

Hierbei evtl. 2 El Öl zusätzlich unterrühren.

Oder die klassische Vinaigrette mit Senf, Schalotten und fein gehacktem Ei verändern.

Putenschnitzel in der Senfkruste

4 Putenschnitzel (a. 200 gr.)

Unter kaltem Wasser abspülen, weiße Sehnen entfernen.

Putenschnitzel in kleine Medallion schneiden.

Mit Salz, Pfeffer und Paprika von beiden Seiten würzen.

Putenschnitzel mit Senf, z.B. Dijon oder Löwensenf von beiden Seiten bestreichen, nicht zu dick, sonst schmeckt der Senf zu stark hervor.

Nun die Putenschnitzel mit Semmelbrösel panieren.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen, darin die Putenschnitzel bei nicht zu starker Hitze (damit sie nicht zu schnell braun werden) ausbacken.

Speckbohnen

Für 10 Bündel Speckbohnen benötigen wir
250 – 280 g grünen feine Bohnen (Prinzess) , Ich kaufe sie im
Glas, um die Ware zu sehen.

Bohnen auf ein Sieb schütten und abtropfen lassen.

Auflaufform je nach Bedarf der Speckbohnen mit Margarine
ausfetten.

Für mehrere Personen kann man auch ein Backblech nehmen.

Baconscheiben auf ein Brettchen legen, von den Bohnen je
nach Wunsch zwischen 10 und 15 Stück nehmen, auf den
Bacon legen und zu einem Päckchen aufrollen.

Päckchen nebeneinander in die Form legen.

Etwas mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen.

Mit Bohnenkraut bestreuen und bei 200° ca. 20 Min. im
Backofen garen lassen.

Putenröllchen in würziger Sauce

8 Putenschnitzel a. 125g

In einem Gefrierbeutel flach klopfen, mit Salz und Pfeffer
würzen.

3 Stiele Salbei und Blattpetersilie abzupfen, die Schnitzel damit
belegen, und

75 g Parmesankäse darüberstreuen. Schnitzel von der schmalen
Seite her fest aufrollen und mit Holzstäbchen feststecken.

Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und die Putenröllchen
darin rundherum goldbraun anbraten. Aus der Pfanne nehmen
und warmstellen.

Wurzgemüse (Schalotten, Lauch, Möhren und Sellerie) säubern
und klein schneiden und alles im Bratensatz gut andünsten,
evtl. etwas Olivenöl nachgießen.

2 El. Tomatenmark zufügen, gut verrühren, mit Weißwein
ablöschen, etwas einkochen lassen.

Putenröllchen hineinlegen und mit Fleischbrühe halbbedeckt
auffüllen und im Backofen bei 160°geschlossen ca. 20 Min.
garen.

Putenröllchen herausnehmen, warm stellen.

Sauce durch ein Sieb passieren, mit Salz, Pfeffer und
Cayennepfeffer abschmecken

Kartoffelgratin

Zutaten

1 Kg Kartoffeln

1 – 2 Knoblauchzehen

200 g geriebenen Käse (Emmentaler oder Gouda)

Salz, Pfeffer, Muskat

200 g Sahne

Kartoffel schälen, waschen und in nicht zu dicke Scheiben schneiden.

In eine ausgefettete Form eine gepellte und ganz fein gewürfelte Knoblauchzehe verteilen.

Kartoffelscheiben ziegelartig in die Form verteilen.

Gut mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

150 g geriebenen Käse darüber streuen.

Form etwas schütteln, um den Käse schon zwischen die Kartoffeln zu schichten.

Restlichen Käse verteilen und die Sahne gleichmäßig darüber gießen.

Im Backofen bei 180° ca. 1 Std. überbacken, wenn die Kartoffeln zu braun werden, Temperatur früh genug auf 150° reduzieren.

Knusper Bratapfel mit Rumrosinen und heißer Vanillesoße

6 El Rosinen waschen, trockentupfen und 1 Std. in

6 El Rum quellen lassen.

8 säuerliche Äpfel waschen, trocknen und das Kerngehäuse ausstechen.

Eine entsprechend große Auflaufform mit Butter ausfetten und die Äpfel einsetzen

Die Rumrosinen mit 6 El. Mandelstifte vermischen und die Masse in die Äpfel einfüllen, den Rest der Masse um die Äpfel verteilen.

Butterflöckchen auf die Äpfel setzen und im vorgeheizten Backofen bei 200° je nach Größe ca. 30 bis 35 Min. braten.

Danach mit Puderzucker bestreuen und servieren.

Dazu reichen wir eine Vanillesoße.

1 Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark mit einem Teelöffel auskratzen.

120 g Sahne und

120 ml Milch in einen Topf geben,

Mark der Schote und

1 Pck. Vanillezucker dazugeben und unter

Rühren aufkochen, danach bei abgeschalteter Platte

ca.10 Min. ziehen lassen.

2 Eigelb mit dem Schneebesen in der Vanillemilch verrühren.

Unter Rühren wieder erhitzen, aber nicht kochen, solange rühren bis die Soße dicklich wird.

Soße abkühlen lassen und dabei hin und wieder umrühren.

In den Kühlschrank abgedeckt stellen, dabei dickt die Vanillesoße noch etwas ein.

Kurz vor dem Servieren noch einmal umrühren.

Kartoffel Wedges

1 Kg nicht zu dicke Kartoffeln, schälen, vierteln und wässern.

Eine passende Auflaufform mit Margarine ausfetten.

Kartoffelspalten säubern und mit einem Küchentrepp gut trocken reiben.

2 El Margarine in einem kleinen Kasserolle verflüssigen.

Kartoffeln in die Auflaufform legen, mit der flüssigen Margarine beträufeln, gut mit Salz, Pfeffer, Paprika und Pommes Gewürz bestreuen.

Im Backofen bei 200° ca. 35 – 40 Min. schön braun backen.

In den ersten 15 Min. die Kartoffeln öfters wenden.