



Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#)

Unsere Menüvorschläge des Jahres 2008

Januar 2008:	Pikanter Rote-Bete-Salat Fleischkäse-Ragout mit Spiegelei Fruchtige Quarkcreme
Februar 2008:	Randensuppe mit Meerrettichschaum Schupfnudeln mit Geschnetzeltem Rahmäpfel
März 2008:	Paprikasuppe mit grünem Pfeffer Lammgeschnetzeltes an Koriandersauce Himbeerschaum
April 2008:	Curry-Rahm-Suppe mit Mandeln Pariser Pfeffersteak mit Kartoffelgratin Verschleiertes Bauernmädchen
Mai 2008:	Frühlingsalat Nudelauflauf mit Lachs und Spargel Honig-Mascarpone mit Erdbeeren
Juni 2008:	Kräuterschaumsüppchen Hähnchenbrust in Sherry Joghurt-Terrine mit Himbeermark
Juli 2008	Schinken-Spinat-Pastete Hähnchenfilet in Basilikumrahm Melonen-Salat mit Mandeln
August 2008	Kefir-Gazpacho Tomaten-Lasagne Quarkpuffer mit Vanilleeis-Soße und Heidelbeeren
September 2008	ZUPPA DI FUNGHI PORCINI - STEINPILZSUPPE Coniglio (Kaninchen) mit Tomaten und Balsamico Obst mit Mascarpone
Oktober 2008	Paprikacremesuppe mit Rucola Apfel-Kasseler-Topf Mandarinen-Vanille-Creme
November 2008	Feldsalat mit Linsen Kalbsgulasch an Walnuss-Sauce Cappuccino-Creme mit Vanille
Dezember 2008	Tomaten-Schaumsuppe Gratinierter Lachs mit Shrimps Mandarinen in Grand Marnier Alternativ oder auch zum Kaffee: Französischer Birnenkuchen





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Pikanter Rote-Bete-Salat

4 Personen

75 g *Feldsalat*
150g *rote Bete in Scheiben (aus dem Glas)*
1 *große Birne (ca. 200 g)*
80 g *Edelpilz-Käse*
2 *EL Weißwein-Essig*
Salz
weißer Pfeffer
1 *Prise Zucker*
3 *EL Öl (z. B. Walnußöl)*

Feldsalat verlesen, mehrmals gründlich waschen und abtropfen lassen. Die Wurzelansätze entfernen. Rote Bete abtropfen lassen, Scheiben vierteln.

Birne waschen, halbieren und das Kerngehäuse herausschneiden. Birne in schmale Spalten schneiden. Edelpilz-Käse in kleine Würfel schneiden.

Die vorbereiteten Salatzutaten auf 4 Tellern anrichten. Essig mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Öl mit einem Schneebesen darunterschlagen. Die Marinade über den Salat verteilen und sofort servieren. Dazu passt Bauernbrot. Getränk: trockener Rotwein.

Tipp: Je nach Geschmack können Sie zwischen mildaromatischen (z. B. Bavaria blu, Castello blu oder Cambozola) oder würzig-pikanten Edelpilz-Käsesorten (z. B. Roquefort, Gorgonzola picante oder Danablu) wählen.

Zubereitungszeit: ca. 25 Min.

Pro Portion ca. 180 kcal / 750 kJ, E 5 g, F 14 g, KH 6 g





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Fleischkäse-Ragout mit Spiegelei

4 Personen

300-400 g Fleischkäse
1 Stange Porree (Lauch)
2 mittelgroße Zwiebeln
300 g Tomaten
2 EL Öl
1 1/2 TL klare Brühe
3 EL saure Sahne
1/2-1 TL Speisestärke
Salz, weißer Pfeffer
Edelsüß-Paprika
4 Eier
Petersilie zum Garnieren



Fleischkäse würfeln. Porree putzen und waschen. Zwiebeln schälen, beides in Ringe schneiden. Tomaten putzen, waschen und klein schneiden.

1 EL Öl erhitzen. Zwiebeln und Fleischkäse darin anbraten und herausnehmen. Porree im Bratfett ca. 5 Minuten andünsten. Tomaten und 3/8 l Wasser zufügen. Brühe einrühren, alles aufkochen.

Sahne und Stärke verrühren. In die Soße rühren, aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Fleischkäse und Zwiebeln darin erwärmen.

1 EL Öl in einer zweiten Pfanne erhitzen. Eier hineinschlagen und zu Spiegeleiern braten, würzen.

Fleischkäse-Ragout und Eier anrichten und mit Petersilie garnieren. Dazu schmeckt Kartoffelpüree.

Getränk: kühles Bier.

Zubereitungszeit: ca. 30 Min.

Pro Portion ca. 400 kcal / 1680 kJ, E 21 g, F 31 g, KH 6 g





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Fruchtige Quarkcreme

4 Personen

*4 EL kernige Haferflocken
250 g Sahnequark (40 % Fett i. Tr.)
250 g Dickmilch
1/2 unbeh. Zitrone, abger. Schale und Saft von
4-6 gehäufte EL rote Konfitüre
(z. B. Kirsch- oder Erdbeer-) oder Preiselbeeren (a. d. Glas)
1-2 EL Zucker
evtl. Zitronenmelisse zum Verzieren*

Haferflocken in einer Pfanne ohne Fett unter Wenden goldbraun rösten. Herausnehmen und auskühlen lassen.

Quark mit Dickmilch, Zitronenschale und –saft glatt verrühren. Hälfte Konfitüre unterrühren. Quarkcreme mit Zucker abschmecken.

Quarkcreme in 4 Dessertschälchen füllen. Je einen Klecks der übrigen Konfitüre auf den Quark geben. Mit den Haferflocken bestreuen und nach Belieben mit Zitronenmelisse verzieren.

Tipp: Für Erwachsene können Sie noch einen Schuss Kirsch-Likör oder braunen Rum unterrühren. Anstatt der kernigen Haferflocken schmeckt auch eine angeröstete Müslimischung ganz prima.

Zubereitungszeit: ca. 20 Min.

Pro Portion ca. 290kcal/1210kJ, E 10 g, F 15 g, KH 27 g





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Randensuppe mit Meerrettichschaum

4 Personen

SUPPE

*1 l kräftige Gemüsebouillon
500 g rohe Randen, geschält, klein gewürfelt
150 g Kartoffeln, geschält, klein gewürfelt*

MEERRETTICHSCHAUM

*2 dl Rahm oder Halbrahm, halbsteif geschlagen
1 klein. Apfel, geschält, fein gerieben
2-3 EL frisch geriebener Meerrettich
1-2 TL Zitronensaft
Salz, Pfeffer, nach Bedarf*



Suppe: Bouillon aufkochen. Randen und Kartoffeln begeben, auf kleinem Feuer zugedeckt ca. 45 Minuten weich kochen. Im Mixer fein pürieren, in die Pfanne zurückgeben, nur noch heiß werden lassen.

Meerrettichschaum: Alle Zutaten sorgfältig mischen.

Servieren: Suppe in Teller anrichten, Meerrettichschaum darauf verteilen.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Schupfnudeln mit Geschnetzeltem

4 Personen

400 g mehlig kochende Kartoffeln
 100 g geriebener Parmesan
 1 EL Grieß und
 1 EL Mehl (à 10 g)
 2 Eigelb (Gr. M)
 Salz, weißer Pfeffer
 500 g Putenbrust
 300 g Champignons
 3 Lauchzwiebeln
 1 mittelgroße Zwiebel
 1 Tomate
 2 EL Öl
 Edelsüß-Paprika
 200 g Schlagsahne
 2 TL Gemüsebrühe (Instant)
 2-3 EL heller Soßenbinder
 1 EL (10 g) Butterschmalz



Kartoffeln waschen und ca. 20 Minuten kochen. Abschrecken, schälen und fein zerstampfen. Käse, Grieß, Mehl und Eigelb unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Teig erst zu dünnen Rollen, dann zu Schupfnudeln formen. Teigstücke zu 5-cm-Röllchen formen, die an den Enden spitz zulaufen. In siedendem Salzwasser gar ziehen lassen, bis sie oben schwimmen. Abtropfen lassen.

Fleisch in Streifen schneiden. Gemüse putzen und waschen bzw. schälen, Champignons halbieren. Lauchzwiebeln fein schneiden. Zwiebel und Tomate kleinwürfeln.

Öl erhitzen. Fleisch darin kräftig anbraten, herausnehmen. Gemüse zufügen, anbraten, würzen. Mit 1/2 l Wasser, Sahne und Brühe aufkochen. Fleisch zufügen, alles 5 Minuten köcheln und binden.

Schupfnudeln im heißen Fett goldbraun braten. Mit dem Geschnetzelten anrichten.

Getränk: kühler Rosewein.

Zubereitungszeit: ca. 1 1/4 Std.

Pro Portion ca. 620 kcal / 2600 kJ, E 47, F 35, KH 24





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Rahmäpfel

4 Personen

4 kochfeste Apfel

(z.B. Idared, Jonathan, Cox Orange)

2 1/2 dl Vollrahm

1 TL Zimt

1-2 EL Vollrohrzucker

Die Äpfel halbieren, Kerngehäuse entfernen. Die Wölbung mehrmals einschneiden, jedoch nicht ganz durchschneiden. Äpfel mit der Wölbung nach oben in eine ofenfeste Form legen. Den Rahm mit den übrigen Zutaten verrühren, über die Äpfel gießen.

Schmoren: ca. 20 Minuten in der Mitte des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Paprikasuppe mit grünem Pfeffer

4 Personen

600 g gelbe Paprikawürfel

20 g Butter oder Margarine

1 Zwiebel

1 TL grüner Pfeffer (a. d. Glas), (evtl. mehr)

700 ml Gemüsebrühe

1/4 l Schlagsahne

Salz

Zucker

Paprikawürfel in der zerlassenen Butter oder Margarine 8 Minuten auf 2 oder Automatik-Kochstelle 5 - 6 andünsten.

Zwiebel fein würfeln. Pfeffer hacken. 4 EL Paprikawürfel aus dem Topf nehmen, beiseite stellen. Zwiebelwürfel und Pfeffer (bis auf einen Rest) in den Topf geben, andünsten und mit Gemüsebrühe auffüllen. 10 Minuten auf 1 oder Automatik Kochstelle 4 - 5 kochen lassen.

100 ml Sahne steif schlagen. Die restliche Sahne in den Topf geben und alles mit dem Schneidstab pürieren. Die Suppe aufkochen, mit Salz und Zucker abschmecken, portionsweise mit geschlagener Sahne, den übrigen Paprikawürfeln und dem restlichen grünen Pfeffer anrichten.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Lammgeschnetzeltes an Koriandersauce

4 Personen

500 g geschnetzeltes Lammfleisch vom Gigot (evtl. mehr)
Öl zum Braten
1 TL Salz
Pfeffer aus der Mühle

Sauce

1 klein. Zwiebel oder Schalotte, gehackt
1/2 TL Korianderkörner
1 dl dunkles Bier
2 dl gebundene Bratensauce, angerührt
1 dl Rahm
1 Tomate, geschält, halbiert, entkernt, in Würfelchen
einige Kerbelblättchen oder Petersilie

Das Fleisch mit Haushaltspapier trocknen. Öl in der Bratpfanne heiß werden lassen. Fleisch portionenweise unter gutem Wenden während 1-2 Minuten braten. In eine Schüssel geben, würzen und zugedeckt zur Seite stellen.

Für die Sauce Hitze reduzieren, Zwiebeln oder Schalotten und Korianderkörner im Bratsatz andämpfen. Mit dem Bier ablöschen und zur Hälfte einkochen. Die Bratensauce dazugießen und aufkochen. Rahm und Tomaten zugeben, kurz köcheln. Fleisch und Kräuter beifügen, nur heiß werden lassen, anrichten.

Als Beilage pro Person je ca. 80 g gerüstetes Gemüse.

Die Möhrenstücke in einem Gusseisentopf ganz knapp mit Wasser bedecken, würzen, 1 El Margarine oder Butter dazugeben, 5 Minuten kochen lassen, dann die tiefgekühlten Bohnen darauflegen, wenig Streuwürze darübergerben, mit einem Stück Alufolie bedecken, Deckel auflegen, auf ganz kleinem Feuer ca. 40 Minuten köcheln lassen, vor dem Anrichten sorgfältig mischen.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Himbeerschaum

6 Personen

125 g TK-Himbeeren (oder Heidelbeeren)

2 EL Zucker

1 TL Zitronensaft

2 1/2 dl Vollrahm

Die Beeren pürieren und durch ein Sieb streichen. Das Mark mit dem Zucker und Zitronensaft mischen, kurz kühl stellen. Den flüssigen Vollrahm mit dem Schwingbesen oder Handrührgerät unter das Fruchtmark rühren, bis die Masse cremig und fest wird und weiche Spitzen entstehen.

Hinweis: Dieses Dessert kann einen Tag im voraus zubereitet und zugedeckt im Kühlschrank aufbewahrt werden.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Curry-Rahm-Suppe mit Mandeln

4 Personen

2 mittelgroße Zwiebeln
2 EL (30 g) Butter/Margarine
2-3 geh. EL (40 g) Mehl
1 1/2 EL Curry
3 TL Gemüse- oder Hühnerbrühe (Instant)
3 EL Mandelblättchen
3 Stiele Petersilie
200-250 g Schlagsahne
Salz
weißer Pfeffer

Zwiebeln schälen und fein würfeln. Fett in einem Topf erhitzen. Zwiebeln darin glasig dünsten. Mit Mehl und 1 EL Curry bestäuben und unter Rühren goldgelb anschwitzen.

3/4 l Wasser unter Rühren angießen. Aufkochen und die Brühe einrühren. Alles bei mittlerer Hitze 10-15 Minuten köcheln lassen. Ab und zu umrühren.

Inzwischen Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett rösten und herausnehmen. Petersilie waschen und hacken.

Sahne in die Suppe gießen, aufkochen und mit Salz, Pfeffer und evtl. noch etwas Curry abschmecken. Curry-Rahm-Suppe anrichten und mit Mandeln und Petersilie bestreuen. Dazu schmeckt frisches Baguette.

Ideal zum Vorbereiten: Suppe am Vortag kochen und später nur kurz aufwärmen.

Variationen: mit Hähnchenfleisch, z. B. zarten Filetstreifen anreichern. Oder verleihen Sie der Suppe mit Aprikosenstücken eine pikante Note.

Zubereitungszeit: ca. 30 Min.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Pariser Pfeffersteak mit Kartoffelgratin

4 Personen

1 kg Kartoffeln
1 Knoblauchzehe
Fett für die Form
150 g Schlagsahne
3/8 l Milch
Salz
weißer Pfeifer

Steaks
4 Filetsteaks (à ca. 150 g)
grober schwarzer Pfeffer
4 Schalotten oder
2 kleine Zwiebeln
2 EL (30 g) Butterschmalz
4 EL (4 cl) Cognac, evtl.
1/2 TL klare Brühe (Instant)
1 TL Tomatenmark
1-2 Spritzer Worcestersauce
2 EL (30 g) Kräuterbutter

Kartoffeln schälen, waschen, in dünne Scheiben schneiden. Knoblauch schälen, halbieren. Eine flache Gratinform (ca. 30 cm Ø) damit ausreiben. Form fetten. Kartoffeln dachziegelartig einschichten.

Sahne und Milch mit Salz und Pfeffer verrühren. Über die Kartoffeln gießen. Gratin im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C/Umluft: 175 °C/ Gas: Stufe 3) ca. 45 Minuten goldbraun backen.

Steaks abtupfen, rundherum mit Pfeffer einreihen. Schalotten schälen, fein hacken. Steaks im heißen Butterschmalz pro Seite ca. 3 Minuten braten (dann sind sie „à point“, d. h. innen rosa). Steaks salzen, mit Cognac begießen und evtl. anzünden. Herausnehmen, warm stellen.

Schalotten im heißen Bratfett goldgelb andünsten. 5-6 EL heißes Wasser angießen. Brühe und Tomatenmark einrühren. Mit Worcestersauce würzen. Ca. 2 Minuten köcheln. Kräuterbutter einrühren, abschmecken. Steaks mit Soße und Kartoffelgratin anrichten. Dazu passt Salat.

Getränk: trockener Rotwein

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Verschleiertes Bauernmädchen

4 Personen

*200 g dunkles Vollkornbrot
1/2 EL Butter
3 mürbe Äpfel
2 EL Zitronensaft
2 EL Zucker
1 Msp. Zimt
50 g ganze Mandeln
50 g Zartbitter-Schokolade
200 ml Schlagsahne
1 TL Zucker*

Brot antrocknen lassen und zerkrümeln. Butter in einer beschichteten Pfanne schmelzen und die Brotkrümel darin anrösten. Auf einer Platte ausgebreitet abkühlen lassen.

Äpfel schälen, vierteln, entkernen, in kleine Stücke schneiden und mit Zitronensaft beträufeln. Apfelstücke in 1-2 Esslöffel Wasser mit Zucker und Zimt bei kleiner Hitze dünsten. Apfelmus auskühlen lassen.

Ganze Mandeln und Schokoladenstücke zusammen fein reiben (z. B. in der Moulinette).

Sahne steif schlagen, Zucker und die Mandel-Schokoladenmischung locker unterrühren. Dann schichtweise abwechselnd einen Teil der Schwarzbrotkrümel, das Apfelmus und die Sahne-Mandel-Schokoladen-Masse in eine Glasschüssel füllen. Die oberste Schicht sollen Schwarzbrotkrümel bilden. Dessert gut durchkühlen lassen.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Frühlingssalat

4 Personen

100 g Portulak oder Kresse
1 Frühlingszwiebel
etwas roter und grüner Lollo Rosso
1 Bd. Radieschen
2 Eier

Sauce

1 TL milder Senf
Pfeffer
Paprika
1/4 TL Salz
3 EL Essig
4 EL Öl
2 Scheib. Toastbrot, gewürfelt

Portulak oder Kresse im Sieb überbrausen, Frühlingszwiebel mit Stängel fein schneiden, Lollo in Blätter teilen, Radieschen in feine Scheiben schneiden.

Die Eier in siedendem Wasser während 8-10 Minuten hart kochen. Herausnehmen, kalt abspülen, schälen und in Schnitze schneiden.

Sauce: Für die Sauce alle Zutaten mischen.

Brotwürfelchen: In der Bratpfanne ohne Fett auf mittlerem Feuer unter Wenden goldbraun rösten.

Anrichten: Salate, Radieschen und Eierschnitze auf Teller anrichten, Sauce kurz vor dem Servieren darüber verteilen. Brotwürfelchen darüberstreuen.

Hinweis:

Portulak(*Portulaca oleracea*): Der seit Jahrhunderten in Südeuropa und im Vorderen Orient stark verbreitete Portulak (Familie der Portulakgewächse) wächst wild in Südfrankreich. Seine dicken, saftigen Blätter und jungen Stengelspitzen sind reich an Vitamin C und eine geschätzte Zutat in Salaten, während die gelben Blüten zum Garnieren verwendet werden können. In der Provence wird das Kraut mit und ohne Spinat als Gemüse zubereitet. Früher wurden Stängel, Blätter und Knospen für den Wintervorrat in Essig eingelegt. (Quelle: <http://www.inka-ev.de/deutsch/inhalte/nutzpflanzen/kraeuter.htm>)





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Nudelauflauf mit Lachs und Spargel

4 Personen

500 g grüner Spargel
2 l Wasser
1 EL Salz
1 TL Öl
250 g breite Nudeln
200 g geräucherter Lachs
1 Bd. Schnittlauch
Paprika
Pfeffer

Guss

3 Eier
1 Rahmquark (150 g)
2 dl Milch
1 EL Zitronensaft
50 g geriebener Sbrinz
1 TL Salz
Pfeffer
Muskat
4 EL geriebener Sbrinz

Spargel waschen, Anschnitt, soweit er holzig-fasrig ist, wegschneiden. Evtl. im unteren Drittel schälen. In 3-4 cm lange Stücke schneiden.

Wasser, Salz und Öl aufkochen, Nudeln und Spargelstücke begeben. Während ca. 12 Minuten köcheln. Herausnehmen, abtropfen lassen.

Lachs in 1 cm breite Streifen, Schnittlauch fein schneiden. Mit Nudeln und Spargel mischen, würzen. In die gefettete Auflaufform füllen.

Guss: Alle Zutaten bis und mit Muskat gut verrühren, über die Masse gießen. Mit Käse bestreuen.

Backen: ca. 25 Minuten auf der untersten Rille des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2007](#) » [Menü](#)

Quarkauflauf mit Erdbeeren und Rhabarber

4 Personen

250 g *Erdbeeren*

350 g *Rhabarber*

3 *Eier*

50 g *Butter*

100 g *Zucker*

500 g *Speisequark (20 % F. i. Tr.)*

3 *EL Sonnenblumenkerne (feingemahlen)*

Erdbeeren waschen, putzen evtl. halbieren oder vierteln. Rhabarber waschen, putzen und in 2 cm lange Stücke schneiden. Eier trennen. Eiweiß steif schlagen. Eigelb, Butter und Zucker mit dem Handrührgerät schaumig rühren, den Quark zugeben und gut verrühren. Die Sonnenblumenkerne, Erdbeeren und Rhabarber unter die Quarkmasse rühren, Eiweiß unterheben und in eine gefettete Auflaufform füllen, goldbraun backen.

Schaltung:

200 - 220°, 2. Schiebeleiste v. u.

170 - 190°, Umluftbackofen

50 - 60 Minuten





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Kräuterschaumsüppchen

4 Personen

2 mehlig kochende Kartoffeln
500 ml Gemüsebrühe (Instant)
80 g gemischte Kräuter
(z. B. Petersilie, Kerbel, Zitronenmelisse, Estragon, Minze)
200 ml Sahne
Salz
Pfeffer
etwas Zitronensaft

Kartoffeln schälen, waschen und in Stücke schneiden. In der Hälfte der Gemüsebrühe in ca. 20 Min. weich kochen.

Kräuter abrausen, trockenschütteln. Einige Blättchen beiseite legen, Rest grob hacken. Zu den Kartoffeln geben und ca. 3 Min. mitgaren.

Kartoffeln und Kräuter in der Brühe mit einem Schneidstab fein pürieren. Restliche Brühe sowie die leicht geschlagene Sahne angießen und alles kurz aufkochen lassen.

Das Kräuterschaumsüppchen mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft fein abschmecken. In vorgewärmten Tellern anrichten. Mit den restlichen Kräuterblättchen garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 10 Min.

Garzeit: ca. 20 Min.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Hähnchenbrust in Sherry

4 Personen

2 doppelte Hähnchenbrustfilets mit Haut (à ca. 250 g)

Salz

Pfeffer

2 EL Mehl

6 EL Olivenöl

125 ml trockener Sherry

200 ml Hühnerbrühe (Instant)

2 Knoblauchzehen

1/2 Bd. Thymian

15 mit Paprika gefüllte Oliven

10 entsteinte schwarze Oliven

Die Hähnchenbrustfilets abrausen, trockentupfen und in Stücke schneiden. Mit Salz, Pfeffer würzen und im Mehl wenden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin portionsweise anbraten. Aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

Das Öl aus der Pfanne abgießen und den zurückbleibenden Bratfond mit Sherry sowie Hühnerbrühe ablöschen. Knoblauch schälen, dazupressen. Thymian abrausen, trockenschütteln und hacken. 3/4 davon in die Pfanne geben, den Rest beiseite stellen.

Fleisch in die Pfanne legen, ca. 10 Min. bei schwacher Hitze darin ziehen lassen. Die gefüllten Oliven in Scheiben teilen, mit schwarzen Oliven dazugeben, kurz erhitzen. Mit restlichem Thymian bestreut servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Min.

Garzeit: ca. 10 Min.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Schinken-Spinat-Pastete

4 Personen

250 g frischer Blattspinat

1 mittelgroße Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1-2 EL Öl

Salz

weißer Pfeffer

Muskat

1 Pkg. (230 g) Blätterteig aus dem Kühlregal

4 Scheib. (à ca. 30 g) gekochter Schinken

100 g geriebener Käse (z. B. Gouda)

1 Eigelb

1 EL Milch

250 g stückige Tomaten (aus der Packung)

2 EL Tomatenketchup

1/2 Bd. Petersilie

evtl. Kirschtomate

1. Backofen auf 200 °C vorheizen (Umluft: 175 °C / Gas: Stufe 3). Spinat putzen und waschen. Zwiebel und Knoblauch schälen, hacken. Öl erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Spinat zufügen und zusammenfallen lassen. Gut abtropfen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

2. Blätterteig entrollen und mit Backpapier auf ein Blech legen. Teig mit Schinken und Spinat belegen. Ränder umklappen, so dass ein Streifen entsteht. Mit Käse bestreuen.

3. Eigelb und Milch verquirlen. Teigränder damit bestreichen. Im vorgeheizten Backofen 15-20 Minuten backen.

4. Stückige Tomaten aufkochen. Ketchup unterrühren. Abschmecken. Petersilie waschen, bis auf etwas zum Garnieren, hacken und in die Soße streuen. Pastete mit Tomatensoße, Petersilie und Kirschtomaten anrichten.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Hähnchenfilet in Basilikumrahm

4 Personen

3 Hähnchenfilets (ca. 600 g)

500 g Möhren

2 mittelgroße Zwiebeln

2 EL Öl

Salz

weißer Pfeffer

1/4 l Hühnerbrühe (Instant)

100-125 g Schlagsahne

3-4 Stiele Basilikum

2-3 EL heller Soßenbinder

1. Hähnchenfilets abspülen, trocken tupfen und in grobe Würfel schneiden. Möhren schälen, waschen und klein schneiden. Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden.

2. Öl erhitzen. Fleisch darin rundherum kräftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Möhren und Zwiebeln zufügen und alles weitere ca. 5 Minuten braten.

3. Brühe und Sahne angießen und aufkochen. Basilikum waschen. Blättchen, bis auf einige, in grobe Streifen schneiden und zum Fleisch geben. Alles zugedeckt ca. 10 Minuten schmoren. Mit Soßenbinder binden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit übrigem Basilikum garnieren.

Dazu: Brot oder Bandnudeln. Getränk: Weißwein-Schorle.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Melonen-Salat mit Mandeln

4 Personen

*1/2 Wassermelone
(ca. 1,5 kg; z. B. kernlose)
2-3 Stiele Zitronenmelisse nach Geschmack
1/2-1 unbeh. Zitrone,
abgeriebene Schale und Saft von
2 EL Mandelstifte
200 g blaue Weintrauben
2 mittelgroße Bananen
1-2 EL Zucker
1 Pkg. Vanillinzucker*

1. Melone mit einem großen Messer in Spalten schneiden. Fruchtfleisch von der Schale lösen und in Scheiben schneiden. Melisse waschen und, bis auf einige Blättchen zum Verzieren, in Streifen schneiden. Mit Zitronenschale und -saft verrühren. Über die Melone geben und ca. 1 Stunde zugedeckt kühl stellen.
2. Mandeln in einer trockenen Pfanne unter Wenden leicht bräunen. Herausnehmen und abkühlen lassen.
3. Trauben waschen, trocken tupfen, halbieren und evtl. entkernen. Bananen schälen und in Scheiben schneiden. Sofort mit Melone, Trauben, Zucker und Vanillin-Zucker mischen. Obstsalat auf vier Tellern anrichten und mit Mandeln bestreuen. Mit Rest Melisse verzieren.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Kefir-Gazpacho

4 Personen

4 rote und gelbe Paprikaschoten,
entkernt und in Stücke geschnitten
Cayennepfeffer bzw. Chilipulver
Salz
weißer Pfeffer aus der Mühle
1/2 Zitrone, Saft von
1 Bund Radieschen,
gewaschen, geputzt und grob geschnitten
4 mittlere Möhren,
geschält und in Scheiben geschnitten
750 ml Kefir

Am Vortag den Kefir in Eiswürfelbehältern oder Eiswürfelbeuteln einfrieren.

Die geputzten, geschnittenen Gemüse in eine Schüssel geben, salzen, pfeffern und Zitronensaft dazugeben. Mindestens 1 Std., besser noch über Nacht, durchziehen lassen. In ein Mixglas geben und gut durchmischen. Kefireiswürfel mitmischen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Mit Cayennepfeffer nachschmecken und in tiefen Tellern anrichten.

Zubereitungszeit: 40 Min.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Tomaten-Lasagne

4 Personen

1 kg Tomaten
1 Knoblauchzehe
100 g Zwiebeln
1 Bd. Suppengrün
2 EL Öl
Salz
Pfeffer
60 g Butter
50 g Mehl
750 g Milch
Muskat
220 g ger. Maasdamer Käse
50 g geriebener alter Gouda
15 Lasagne-Blätter
400 g gek. Schinken in Würfeln
200 g kleine Strauchtomaten
1 TL Minzeblättchen



Tomaten waschen, würfeln. Knoblauch, Zwiebeln schälen, hacken. Suppengrün abbrausen, putzen, zerkleinern. Knoblauch, Zwiebeln im Öl andünsten. Mit Tomaten, Suppengrün dick einkochen lassen. Würzen.

Die Butter schmelzen. Mehl einrühren, nach und nach unter Rühren die Milch angießen. Kurz köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Ofen auf 200 Grad vorheizen. 200 g Maasdamer mit Gouda mischen. Form fetten, 3 Nudelplatten hineinlegen. Soßen im Wechsel, Schinken, Käsemischung, Nudeln einschichten. 30 Min. im Ofen garen.

Strauchtomaten waschen, trockentupfen, aufschneiden, Lasagne damit belegen. Würzen, mit übrigem Käse bestreuen. Ca. 10 Min. überbacken. Minze aufstreuen.

Zubereitung: ca. 30 Min.

Garen: ca. 40 Min.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Quarkpuffer mit Vanilleeis-Soße und Heidelbeeren

4 Personen

Für die Heidelbeeren:

250 g Heidelbeeren
50 g Zucker
1 unbehandelte Zitrone

Für den Quarkteig:

3 Eier
2 Pck. Bourbon-Vanillezucker
30 g Zucker
1 Prise Salz
250 g Magerquark
100 g Grieß
40 g Butterschmalz

Außerdem:

400 ml Bourbon-Vanilleeis
1 EL Puderzucker
etwas Zitronenmelisse



Die Heidelbeeren abbrausen, abtropfen lassen und trockentupfen. Mit dem Zucker in einer Schüssel mischen. Die Zitrone abbrausen, trockentupfen und die Schale mit einem Zestenreißer abziehen. Anschließend den Saft auspressen und mit 1/3 der Schalenstreifen zu den Heidelbeeren geben.

Die Eier trennen, Eigelbe, Vanillezucker, Zucker, Salz, Quark, Grieß, restliche Zitronenschale in einer Schüssel verrühren. Das Eiweiß mit den Quirlen des Handrührgeräts auf höchster Stufe steif schlagen und mit einem Schneebesen vorsichtig unter die Quarkmasse heben. Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.

Das Butterschmalz portionsweise in einer Pfanne erhitzen und darin nacheinander 8 goldgelbe Puffer aus dem Quarkteig backen. Den Teig dazu mit einem Löffel in die Pfanne geben, anbraten, wenden und fertig braten. In eine feuerfeste Form geben und zugedeckt im Backofen warm halten.

Das Vanilleeis in eine Schüssel geben und mit den Quirlen des Handrührgeräts auf kleinster Stufe verrühren, bis es etwas flüssig wird. Die Quarkpuffer mit Heidelbeeren und Vanilleeis-Soße anrichten, mit Puderzucker bestäuben. Melisse abbrausen, trockenschütteln. Blättchen abzupfen, Dessert damit garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 40 Min.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

ZUPPA DI FUNGHI PORCINI - STEINPILZSUPPE

6 Personen

1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 Selleriestängel
1 kleine Möhre
3 EL Olivenöl
250 g Steinpilze
1 Bund Petersilie
1/4 l Weißwein
1/2 l Fleischbrühe
Salz, Pfeffer
altbackenes Weißbrot



Das Würzgemüse fein gehackt im heißen Öl weichdünsten, ohne Farbe annehmen zu lassen. Die blättrig geschnittenen Pilze zufügen und einige Minuten mitdünsten. Die feingehackte Petersilie darüberstreuen und alles gut verrühren. Mit Wein und Brühe angießen. Einige Minuten durchköcheln, salzen und pfeffern. Die Terrine mit einigen dünn geschnittenen Weißbrot-Scheiben auslegen, die Suppe einfüllen. Sie darf ruhig noch etwas durchziehen, bevor man sie serviert.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Coniglio (Kaninchen) mit Tomaten und Balsamico

4 Personen

1 Kaninchen
Mehl
Olivenöl
2 EL Balsamico-Essig

Für die Tomaten-Balsamico-Sauce:

1 groß. gehackte Zwiebel
3 klein. gehackte Knoblauchzehen
5 gehackte Tomaten
1/2 TL Kurkuma
Rosmarin
Salz
Pfeffer
geröstete Fenchelsamen
4 EL Balsamico-Essig

Kaninchen in Stücke zerlegen. Mit Mehl bestäuben und kurz in Olivenöl anbraten. In eine Auflaufform legen.

Für die Tomaten-Balsamico-Sauce gehackte Zwiebel und klein gehackte Knoblauchzehen glasig dünsten. Gehackte Tomaten zugeben. Mit Kurkuma, Rosmarin, Salz, Pfeffer und gerösteten Fenchelsamen abschmecken. Balsamico-Essig unterrühren; die Sauce reduzieren und eindicken lassen.

Kaninchen im Ofen bei mittlerer Hitze rund 40 Minuten schmoren. Nach der Hälfte der Zeit mit 2 bis 3 Esslöffeln Balsamico-Essig begießen.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Obst mit Mascarpone

4 Personen

*250 g Mascarpone
150 ml Sahne
100 g Puderzucker
1 TL abgeriebene Schale einer unbeh. Zitrone
1 Orange, Saft von
1/2 Zitrone, Saft von
600 g gemischte Früchte
(z. B. Pfirsiche, Brombeeren,
Aprikosen, Himbeeren)
2 TL Zesten einer unbeh. Orange*

Mascarpone mit Sahne, Puderzucker, Zitronenschale, Orangen- sowie Zitronensaft mit den Schneebesen des Handrührgerätes cremig aufschlagen.

Früchte abbrausen, putzen und evtl. klein schneiden. Auf Teller verteilen und die Mascarponecreme daraufgeben. Mit Orangenzesten garnieren. Dazu passen Cantucci oder Amarettini (italienische Mandelkekse).





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Paprikacremesuppe mit Rucola

4 Personen

4 rote Paprikaschoten

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

2 EL Öl

1 TL Paprikapulver (rosenscharf)

500 ml Gemüsebrühe (Instant)

Salz, Pfeffer

2-3 EL Weißwein

50 g Rucola

100 ml Sahne

Paprikaschoten abbrausen, trockentupfen, putzen, vierteln, von Kernen und Trennhäuten befreien, in Stückeschnitten. Zwiebel sowie Knoblauch abziehen und fein würfeln.

Das Öl in einem Topf erhitzen. Knoblauch, Zwiebel und Paprika kurz darin andünsten. Mit Paprikapulver bestäuben und die Brühe angießen. Ca. 5 Min. bei kleiner Hitze köcheln lassen.

Die Suppe pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Weißwein abschmecken. Rucola abbrausen, trockenschütteln und bis auf einige Blätter klein schneiden. Sahne halb steif schlagen. Zerkleinerten Rucola in die Suppe geben und anrichten. Mit einem Klecks Sahne, übrigen Rucolablättern und evtl. Paprikapulver garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 25 Min.

Tipp: Die Zugabe von Rucola ist auch für eine Kürbiscremesuppe zu empfehlen.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Apfel-Kasseler-Topf

4 Personen

50 g geräucherter, durchwachsener Speck

100 g Zwiebeln

500 g Kartoffeln

1/4 l Wasser

600 g Kasseler (ohne Knochen)

1 Stange Porree

500 g süße Äpfel

Pfeffer

Salz

Zucker

1 Bd. Petersilie

Speck würfeln und auf großer Gasflamme auslassen. Nach Bedarf Öl hinzufügen und die Zwiebelringe darin glasig dünsten. Kartoffeln schälen, in Scheiben schneiden, zu den Zwiebeln geben, würzen und mit Wasser ablöschen. Auf mittlerer Gasflamme kochen lassen. Nach der halben Garzeit Fleischwürfel, Porreestücke und Apfelringe zugeben. Kräftig würzen und mit gehackter Petersilie bestreut servieren.

Vorbereitungszeit: ca. 30 Minuten

Garzeit: 20 - 30 Minuten

Tipp: Porree kann auch gut durch Sauerkraut ersetzt werden.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Mandarinen-Vanille-Creme

4 Personen

*1 Dose (314 ml) Mandarinen
1/2 l Milch
2 geh. EL (40 g) Zucker
1 Päckchen Puddingpulver „Vanille-Geschmack“
(zum Kochen; für 1/2 l Milch)
200 g Schlagsahne
1 Päckchen Vanillin-Zucker
evtl. 4 Schoko-Keks-Röllchen und Melisse zum
Verziere*

Mandarinen abtropfen lassen, Saft dabei auffangen. 6 EL Milch, Zucker und Puddingpulver glatt rühren. Rest Milch aufkochen. Puddingpulver einrühren und aufkochen. Unter Rühren ca. 1 Minute köcheln. Etwas abkühlen lassen.

Mandarinen, bis auf vier Stück, in Dessertschälchen verteilen. 6-8 EL Fruchtsaft darüber träufeln. Den Pudding gleichmäßig darauf verteilen und völlig auskühlen lassen.

Sahne steif schlagen, Vanillin-Zucker dabei einrieseln lassen. Sahne auf dem ausgekühlten Pudding verteilen. Mit restlichen Mandarinen, evtl. Schoko-Röllchen und Melisse verzieren.

Zubereitungszeit: ca. 20 Min. (ohne Wartezeit)





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Feldsalat mit Linsen

4 Personen

Salzwasser

125 g halbe rote Linsen

SAUCE

1 TL Meerrettichsenf

2 EL Kräuteressig

2 EL Distelöl

1 EL Olivenöl

wenig Salz oder Meersalz

Pfeffer aus der Mühle

SALAT

1 Römersalat

100 g Feldsalat

4 reife Feigen

1 Formaggino, ca. 100 g

1 Bd. Schnittlauch

Linsen in kochendes Salzwasser geben, ca. 5 Minuten köcheln. Die Zutaten für die Salatsauce mit dem Schwingbesen verrühren. Die Linsen abgießen, abtropfen, noch warm in die Sauce geben. Sorgfältig mischen und ziehen lassen.

Die Salathblätter in Streifen schneiden und mit dem Feldsalat zugeben, mischen und anrichten.

Feigen achteln, Formaggino in Stäbchen schneiden, mit dem Schnittlauch auf dem Salat verteilen.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Kalbsgulasch an Walnuss-Sauce

4 Personen

50 g Walnüsse, fein gehackt

800 g Kalbsgulasch

Öl oder Bratbutter zum Braten

1 TL Salz Pfeffer aus der Mühle

2 EL Mehl

1 dl Weißwein

1-2 dl Fleischbouillon

4 Stängel Stangensellerie, in Stücken

2 Möhren, in Stücken

150 ml Cremefine

Vorbereiten: Walnüsse ohne Fett im Bratopf rösten, herausnehmen, beiseite stellen.

Zubereiten: Fleisch mit Haushaltspapier trockentupfen. Öl oder Bratbutter im Bratopf heiß werden lassen. Fleisch portionenweise anbraten, herausnehmen, würzen. Mehl zugeben, rösten. Mit dem Wein ablöschen, unter Rühren etwas einkochen. Bouillon dazugießen, aufkochen. Angebratenes Fleisch zugeben, zugedeckt unter gelegentlichem Umrühren auf kleinem Feuer 1 1/4 – 1 1/2 Stunden schmoren. Evtl. etwas Bouillon nachgießen. Gemüse ca. 20 Minuten vor Ende der Kochzeit beifügen.

Kurz vor dem Servieren Cremefine darunterrühren, Walnüsse darüberstreuen, nur noch heiß werden lassen.

Dazu passt: Nudeln, Kartoffelpüree der Reis.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Cappuccino-Creme mit Vanille

4 Personen

4 Blatt weiße Gelatine
1 Vanilleschote
250 ml aufgebrühter starker Kaffee
3 Eigelb
80 g Zucker
200 ml Sahne
4 Amaretti (ital. Mandelkekse)
Kakao zum Bestäube

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Vanilleschote längs aufritzen, das Mark herausschaben. Vanilleschote und -mark mit dem Kaffee aufkochen. Schote entfernen, Kaffee bei milder Hitze simmern lassen.

Eigelbe mit Zucker und 6 EL Kaffee mit den Quirlen des elektrischen Handrührgeräts schaumig schlagen. Dann nach und nach mit dem Handrührgerät unter den übrigen Kaffee ziehen, bis eine cremige Masse entsteht. Vom Herd nehmen. Gelatine ausdrücken und unter Rühren in der Creme auflösen.

Masse in eine Schüssel geben, auf Eiswasser kalt rühren. Sahne steif schlagen und bis auf 4 EL unterheben. Cappuccino-Creme in Tassen füllen, ca. 3 Std. kühlen. Mit Amaretti, übriger Sahne und Kakao garnieren.

Tipp: Den Kaffee mit Zimt- und Kardamompulver aromatisieren.

Zubereitungszeit: ca. 20 Min.

Kühlen: ca. 3 Std.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Tomaten-Schaumsuppe

4 Personen

*1 unbehandelte Orange
1 Schalotte, gehackt
1/2 TL Rosmarinnadeln, gehackt
1 EL Olivenöl
4 EL Tomatenpüree
1 Dos. gehackte Tomaten (ca. 800 g)
wenig Muskat
1/2 TL Salz
Pfeffer aus der Mühle
1/2 TL Zucker
2 EL Gin, nach Belieben
1 1/2 dl Rahm, steif geschlagen
dünne Grissini für die Garnitur*



VORBEREITEN: Für die Garnitur die Hälfte der Orange dünn abschälen, Sterne ausstechen und feine Streifen schneiden, blanchieren. Restliche Schale abreiben, Saft auspressen, alles zugedeckt beiseitestellen.

ZUBEREITEN: Schalotten und Rosmarin im warmen Öl andämpfen. Das Tomatenpüree beigegeben, kurz mitdämpfen. Tomaten mit der Flüssigkeit dazugießen, ca. 5 Min. kochen, pürieren, durch ein Sieb streichen. In die Pfanne zurückgießen, würzen, Zucker und evtl. Gin dazugeben. Die Suppe aufkochen, Orangensaft dazugießen, von der Platte ziehen, mit dem Mixerstab kurz schaumig rühren, abgeriebene Orangenschale mit dem Schlagrahm mischen, 3/4 unter die Suppe ziehen, anrichten, mit restlichem Schlagrahm und beiseitegestellten Orangenstreifen und -Sternen garnieren.

LÄSST SICH VORBEREITEN: Die Suppe bis und mit Gin 1 Tag im Voraus zubereiten, mit der vorbereiteten Garnitur zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Gratinierter Lachs mit Shrimps

4 Personen

600 g Lachsfilet
 1-2 EL Zitronensaft
 Salz, weißer Pfeffer
 1-2 EL Butter/Margarine
 125 g Shrimps (Krabbenfleisch)
 2-3 klein. Zwiebeln
 7-8 EL Weißwein
 1 Glas (400 ml) Gemüsefond
 2 Eigelb
 100 g Schlagsahne
 3-4 EL heller Soßenbinder
 evtl. Karambole (Sternfrucht) und Minze zum Garnieren



Lachs waschen, trocken tupfen und in ca. 8 Stücke schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln. Mit Salz und Pfeffer würzen. Im heißen Fett von jeder Seite ca. 2 Minuten braten. In eine flache Auflaufform legen.

Shrimps evtl. abspülen, abtupfen. Zwiebeln schälen, fein hacken und im Bratfett andünsten. Shrimps unter Wenden anbraten. Mit Wein und Fond ablöschen. 2-3 Minuten köcheln. Eigelb und 2 EL Sahne verrühren. Rest Sahne in die Soße gießen, aufkochen und binden. Erst etwas Soße mit Eigelb verrühren, dann in die Soße rühren (nicht mehr kochen!). Soße abschmecken.

Shrimps-Soße auf dem Lachs verteilen. Im heißen Backofen (E-Herd: 225 °C/ Umluft: 200 °C / Gas: Stufe 4) ca. 6 Minuten überbacken. Anrichten und garnieren. Dazu schmeckt Mandel-Reis mit Brokkoli, Romanesco und Blumenkohl.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Mandarinen in Grand Marnier

4 Personen

MANDARINEN

75 g Zucker
 3 EL Wasser
 1 1/2 dl Orangensaft
 2 EL Grand Marnier
 1/2 Mandarine, nur Schale, dünn abgeschält
 1 Zimtstange
 1 1/2 EL Karkadeblüten (siehe Hinweis)
 4 ganze Mandarinen, sauber geschält

KANDIERTE ORANGENSTREIFEN

2 unbehandelte Orangen
 siedendes Wasser
 wenig frisches Eiweiß, verklopft
 1-2 EL Puderzucker

Mandarinen: Zucker karamellisieren. Flüssigkeit dazugießen, weiterköcheln, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Alle Zutaten bis und mit Karkadeblüten zugeben, zugedeckt ca. 30 Min. ziehen lassen. Mandarinen beifügen, aufkochen, zugedeckt 8-10 Min. knapp unter dem Siedepunkt köcheln, mehrmals wenden. Pfanne von der Platte ziehen, Mandarinen im Sud auskühlen, anschließend 4-5 Std. zugedeckt im Kühlschrank ziehen lassen, mehrmals im Sud wenden.

Kandierte Orangestreifen: Orangenschale am Stück ringsum dünn abschälen, 1-2 Min. blanchieren, herausnehmen. Mit einer Schere in schmale Streifen schneiden, um eine aus Backpapier geformte Tüte wickeln, auf ein Blech legen. Im auf 100 Grad vorgeheizten Ofen ca. 45 Min. trocknen. Schale mit Eiweiß bestreichen, im Puderzucker wenden, diesen etwas andrücken.

Servieren: Mandarinen oben leicht auseinanderziehen, Zwischenhäutchen entfernen, Mandarinen auf Desserttellern verteilen. Sud absieben, in die Pfanne zurückgeben, sirupartig einkochen, über die Mandarinen gießen, garnieren. Nach Belieben mit Mandarinenis servieren.

Hinweis: Karkadeblüten sind in Drogerien und Reformhäusern erhältlich.

Lässt sich vorbereiten: Mandarinen am Vortag zubereiten, im Sud im Kühlschrank aufbewahren.





Übersicht: [Rezepte](#) | [Rezept-Links](#) | [Rezeptprogramm](#) | [Aktuelles](#) | [Impressum](#)

[Kochfreunde](#) » [Rezepte](#) » [Menüs 2008](#) » [Menü](#)

Französischer Birnenkuchen

Für 1 gefettete Pieform von ca. 24 cm Ø

100 g Zucker
3 EL Wasser
3 Birnen
1 EL Zitronensaft

TEIG

100 g Butter oder Margarine
100 g Zucker
1 Prise Salz
2 Eier
1/2 unbehandelte Zitrone, nur abgeriebene Schale
100 g Mehl
1/2 TL Backpulver
1 dl Rahm, nach Belieben



VORBEREITEN: Zucker und Wasser in einer weiten Pfanne ohne Rühren aufkochen. Hitze reduzieren, unter gelegentlichem Hin- und Herbewegen der Pfanne köcheln, bis ein hellbrauner Karamell entsteht, leicht abkühlen. In die vorbereitete Form gießen. Birnen schälen, Kerngehäuse ausstechen. Birnen in Spalten schneiden, mit Zitronensaft bestreichen, in die Form legen.

TEIG: Butter oder Margarine weich rühren. Zucker, Salz, Eier und Zitronenschale beifügen, rühren, bis die Masse hell ist. Mehl und Backpulver mischen, darunterrühren. Teig auf den Birnen verteilen, glatt streichen.

BACKEN: Ca. 30 Min. auf der untersten Rille des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, auf einem Gitter ca. 10 Min. abkühlen. Rand sorgfältig mit einem Spachtel lösen, Kuchen auf eine Platte stürzen, heiß oder lauwarm, evtl. mit flaumig geschlagenem Rahm servieren.

Backen: ca. 30 Min.

Vor- und Zubereiten: ca. 20 Min.

