

# **Kulinarischer Herbst**

Butjadingen

am 09. & 10. September 2017

**Edelfisch an gebratenem  
Spitzkohl**

\*

**Geschmorte Ochsenbacken auf  
Selleriepurree**

\*

**Saltimbocca von der  
Hähnchenbrust an Ratatouille**

\*

**Lammrücken mit lauwarmen  
Zucchini-Kartoffelsalat**

\*

**Limetten-Joghurt-Terrine**

### **Spitzkohl:**

- 1 Spitzkohl
- 100 ml Geflügelfond/Brühe/Weißwein
- 1 Zwiebel
- Salz, Pfeffer, Zucker
- Abrieb von Muskat oder Tonka-Bohne

Spitzkohl schneiden, Zwiebel fein würfeln. Spitzkohl in Öl anbraten, sodass der Kohl leicht Farbe annimmt. Zwiebeln zugeben. Mit Salz, Pfeffer & Tonkabohne (oder Muskat) abschmecken. Mit Geflügelfond, Brühe oder Weißwein ablöschen.

### **Geschmorte Ochsenbacken:**

- Ochsenbacken
- Sellerie
- Karotten
- Zwiebeln
- Lauch
- Tomatenmark
- Rotwein
- Wasser
- Pfefferkörner, Piment, Nelke, Lorbeerblatt

Die Ochsenbacken anbraten. Zur Seite stellen. In den Bratensatz Röstgemüse (Lauch, Karotte, Zwiebel, Sellerie) geben und Farbe nehmen lassen. Tomatenmark zugeben und mit Rotwein ablöschen. Angebratene Ochsenbacken dazugeben und mit kaltem Wasser aufgießen bis alles bedeckt ist. Gewürze (ganz) zugeben und mit geschlossenem Deckel im Backofen bei 140° C ca. 2 Stunden schmoren lassen.

### **Selleriepürree:**

- Sellerie
- Zwiebeln
- Butter
- Sahne
- Salz, Pfeffer, Muskat

Sellerie in Würfel schneiden. Butter erhitzen, Zwiebeln anschwitzen, Selleriewürfel dazu geben. Mit Salz, Pfeffer, Muskat anwürzen. Sahne zugeben und bei kleiner Hitze garkochen. Pürieren.

**Saltimbocca von der Hähnchenbrust:** Hähnchenbrust in Scheiben schneiden (5-7 mm) und plattieren, mit Salbei und Schinken (entsprechend der Größe) belegen. In der Pfanne auf der Schinkenseite anbraten und kurz wenden und fertig braten.

### **Ratatouille:**

- je eine rote und gelbe Paprika
- 1 Zucchini
- 2 Tomaten
- 1 Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 1 El. Tomatenmark
- Meersalz, Pfeffer
- 100 ml Brühe

Gemüse in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch in Olivenöl anschwitzen. Paprikawürfel zugeben und mit Meersalz und Pfeffer anwürzen. 1 EL Tomatenmark zugeben, unterrühren und mit etwas Brühe aufgießen. Jetzt die Zucchiniwürfel begeben und kurz schmoren lassen. Zum Schluss die Tomatenwürfel begeben. Salz & Pfeffer nach Geschmack.

### **Lammrücken:**

- Lammrücken
- Frischen Thymian
- Salz
- Pfeffer
- Öl

Lammrücken salzen und pfeffern. Anschließend mit frischem Thymian bestreuen. Im Öl von beiden Seiten kurz anbraten. Erst frische Kräuter (nach Belieben z.B. Salbei, Rosmarin, Thymian) auf ein Backblech legen, dann den angebratenen Lammrücken darauf legen. Bei 120°C ca. 25 Minuten in den Ofen schieben.

### **Zucchini-Kartoffelsalat:**

- Zucchini
- Blaue Kartoffeln
- Tomatenwürfel
- Zwiebeln
- Öl
- Salz/Pfeffer
- frischer Thymian

Zucchini in Olivenöl scharf anbraten. Thymian zugeben und Zwiebelwürfel mit angehen lassen. Mit Salz & Pfeffer würzen. Blaue Kartoffeln in Scheiben geschnitten zugeben. Durchschwenken und mit Vinaigrette übergießen. Vor dem Servieren Tomatenwürfel (für das Farbspiel) unterheben.

### Vinaigrette:

- Essig & Öl
- Honig
- Feigensenf
- Senf
- Salz & Pfeffer

Vinaigrette: je ein Teil Senf, Feigensenf und Honig verrühren. Mit Salz & Pfeffer abschmecken. Essig nach Geschmack unterrühren und dann Öl zunächst tropfenweise (bis Bindung entsteht) zugeben und aufgießen.

### Joghurtterrine

- 500 g Joghurt
- 120 g Zitronensaft
- 100 g Zucker
- 8 Blatt Gelatine
- 375 g geschlagene Sahne

- den Zucker und Zitronensaft aufkochen
- die Gelatine einweichen
- die Gelatine ausdrücken und zur Zitronensaft/Zuckermischung geben
- diese Mischung in den Joghurt einrühren
- die geschlagene Sahne unterheben
- die Masse abfüllen und in die Kühlung stellen

### Pflaumenkompott:

- 500 g Pflaumen
- 50 g Zucker
- 1 Stange Zimt
- Schale von ½ Zitrone
- Mark einer Vanilleschote
- Rotwein
- Orangensaft

Zucker zu Karamell kochen und mit Rotwein und Orangensaft ablöschen. Zimtstange, Schale von Zitrone und Mark der Vanilleschote zugeben. Halbierte Pflaumen in den Sud geben. Kurz aufkochen lassen und kalt stellen.



CONRAD-Rent-A-Cook  
Kösliner Weg 12  
22850 Norderstedt  
040 – 43 030 43

[www.conrad-rent-a-cook.de](http://www.conrad-rent-a-cook.de)

Gern stehen wir auch für individuelle Kochkurse oder Menüs zu besonderen Anlässen für Sie zur Verfügung. Sprechen Sie uns an.