

**Gute
Rezepte
für
Mutterstadt**

MUTTERSTADT

SPD

„Man soll dem Leib etwas Gutes bieten,
damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen.“

Winston Churchill

Grußwort

„Gutes soll man weitergeben“ – das hat sich der SPD-Ortsverein Mutterstadt zum Motto gemacht und Kandidaten und Kandidatinnen für den Gemeinderat gebeten, ihre liebsten Kochrezepte aufzuschreiben und Anderen zur Nachahmung zu empfehlen.

Das Ergebnis ist eine Sammlung wunderbarer Küchenschätze von „Mutterstadter Spargel mit Schinkenpfannkuchen“, über „Gedidschde-Gedadschde (Kartoffelfrikadellen), bis hin zu „Dampfnudeln nach Oma Emilie“.

Die Liebe zu gutem Essen und gutem Wein, die in der Pfalz gelebt wird, ist mir als gebürtiger Pfälzerin sehr vertraut. Schon als Kind habe ich für mein Leben gerne „Kerschplotzer“ gegessen – natürlich nach Mamas Rezept. Daran hat sich bis heute nichts geändert.

Ich hoffe, dass die tollen Rezepte viele Nachahmer und Nachahmerinnen finden und wünsche den Köchen und Köchinnen und ihren Gästen schon heute viel Freude beim anschließenden Genuss der Speisen.

Mahn Dreyer



Impressum

Herausgeber: SPD-Ortsverein Mutterstadt ©2014

Fotos: Willie Beckmann, Fotolia Bildagentur

Gestaltung: Beckmann Mediendesign, Holler

Druck: Rhemo-Druck, Koblenz



Rezepte

Malu Dreyer: Kerscheplotzer

Hannelore Klamm: Kalbsfilet in grüner Pfeffer-Orangen-Sauce

Lennart Nies: Feigen-Marmelade

Andrea Franz: Schweinefilet mit Curry und Nusskruste

Thorsten Leva: Mutterstadter Spargel mit Schinkenpfannkuchen

Isabel Schneider: Schweinefilet mit Senf-Sahnekruste

Ilona Rhein: Saumagenpfanne

Fabian Hery: Moelleux au Chocolat

Barbara Rödel: Hackfleischfladen

Markus Schmid: Dampfnudeln nach Oma Emilie

Julia Troubal: Lauwarmer Spargelsalat mit Ei-Zitronen-Vinaigrette

Uwe Träger: Gedidschde-Gedadschde

Ulrike Klaus: Filet- oder Lendentopf

Matthias Euler: Pangalaktischer Donnergurgler

Eva Wunder: Herbstlicher Salat

Klaus Maischein: Kabeljau-Linsen-Auflauf

Quadya Hamid: Holunderblüten-Panna Cotta

Lore Brose: Pide Böregi

Alexander Helbig: Kirschkuchen

Marcus Jakob: Beduinenobst

Barbara Walter: Gefüllte Champignons vom Grill

Martin Steig: Fischsuppe aus dem Römertopf

Kathrin Welsch: Brombeer-Apfel-Crumble

Oliver Staffort: Kokostorte mit Kirschen

Elke Wessa: Maultaschen in Pfeffersoße

Werner Habel: Klassischer Zwiebelkuchen

Hannelore Troubal: Obstpäckchen

Fritz Schäfer: Dotsch

Klaus Leicht: Bohnengulasch



Malu Dreyer

KERSCHEPLOTZER

Zutaten:

- 8 Brötchen (am besten Milchbrötchen)
- 3/4 l Milch
- 150 g Butter
- 150 g Zucker
- 6 Eier
- 125 g Rosinen
- 125 g grob gemahlene Haselnüsse
- je 1 TL gemahlene Nelken und Zimt
- 750-1000 g entsteinte Kirschen
- Puderzucker zum Bestäuben

Zubereitung:

- Die Brötchen in der Milch einweichen.
- Butter, Zucker und Eier schaumig rühren. Haselnüsse, Rosinen, Nelken und Zimt dazugeben und mit dem Rührgerät gut verrühren. Zuletzt die ausgedrückten Brötchen mit der Milch unterheben und noch einmal mit dem Rührgerät gut verrühren. Darf nicht brockig sein.
- Zum Schluss die Kirschen darunter geben und im vorgeheizten Backofen auf dem Backblech oder in einer Springform backen.
- Mit Puderzucker bestäuben.

Backzeit: 120 Minuten

Ober/Unterhitze: 180 Grad, Heißluft: 160 Grad, Gas: Stufe 2 - 3

Reicht für viele hungrige Mäuler!



Hannelore Klamm

KALBSFILET IN GRÜNER PFEFFER-ORANGEN-SAUCE

Zutaten für 4 Personen:

- 500 g Kalbsfilet
- 3 EL Olivenöl
- 200 ml Sahne
- 2 Orangen, deren Saft
- 2 EL grüner Pfeffer (aus dem Glas)
- Sowie Salz und Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung:

- Das Filet säubern und trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Olivenöl anbraten, in eine Kasserolle legen und im Backofen bei 100 Grad 40 – 45 Minuten garen. In die Pfanne, in der das Fleisch angebraten wurde, den Saft der 2 Orangen hinzufügen und den Saft so lange köcheln lassen, bis er in der Pfanne anfängt zu karamellisieren. Dann die Sahne und den grünen Pfeffer hinzugeben, gut aufkochen und abschmecken, das Fleisch in die Sauce geben, kurz durchziehen lassen und dann direkt servieren.
- Wenn das Kalbsfilet mehr wiegt, dann kann es mehr Orangensaft und mehr Sahne für die Sauce sein.

Dazu passen Bandnudeln oder Safranreis.





Lennart Nies

FEIGEN-MARMELADE

Zutaten:

- 1 kg Feigen
- 500 g Gelierzucker
- 1 Vanilleschote



© tycoon101 - Fotolia.com

Zubereitung:

- Feigen waschen, Stiele und braune Stellen rausschneiden. Feigen in kleine Würfel schneiden.
- Vanilleschote längs durchschneiden.
- Feigen und Gelierzucker gut verrühren und in einen großen Topf schütten. Vanilleschote dazugeben, dann auf höchster Stufe aufkochen lassen, immer gut rühren, rühren, rühren ... blubbernd mindestens 3 Minuten kochen und immer rühren, rühren, rühren ...
- Vanilleschoten aus dem Topf fischen.
- Fertige Feigen-Marmelade direkt bis zum Rand in Gläser füllen und gut verschließen. 5 Minuten auf den Kopf stellen, anschließend umdrehen und gut abkühlen lassen.



Andrea Franz

SCHWEINEFILET MIT CURRY UND NUSSKRUSTE

Zutaten

(für 4 bis 6 Personen):

- 1 EL Honig
- 1 EL mittelscharfer Senf
- 1 TL Salz
- 2 EL mittelscharfes Currypulver
- 750 g Schweinefilet (2 Stücke)
- 150 g Walnusskerne
- 30 g Mehl
- 2 Eiweiß
- 50 g Butterschmalz

Zubereitung:

- Honig, Senf, Salz und Curry zu einer Paste verrühren. Schweinefilets häuten und mit der Paste rundherum bestreichen. Abgedeckt mindestens 6 Stunden (besser über Nacht) kühl stellen und durchziehen lassen.
- Walnusskerne mittelfein hacken. Filets in Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen. Eiweiß mit einer Gabel leicht verschlagen, Filets durchziehen und gleich in den gehackten Nüssen wälzen. Nüsse etwas andrücken.
- Butterschmalz auf ein Backblech geben und bei 220 Grad (Gas Stufe 4) erhitzen. Schweinefilets in das heiße Fett legen und von jeder Seite 7 bis 8 Minuten braten. Zwischendurch mit Bratfett beschöpfen. Filets vor dem Aufschneiden etwas ruhen lassen.

Beilageempfehlung: Rosmarinkartoffeln und Linsengemüse

Guten Appetit!



Thorsten Leva

MUTTERSTADTER SPARGEL MIT SCHINKENPFANNKUCHEN

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 kg weißer, Mutterstadter Spargel, 8 Scheiben Schinken, Salz, Zitronensaft, Kerbelblättchen zum Garnieren, Riesling aus der Pfalz (je nach Anzahl der Köche bis zu einer Flasche).

Sauce:

- 30 g Butter, 25 g Mehl, 500 ml Spargel-Sud, 100 ml Sahne, 1 Eigelb, Salz, frisch gemahlener Pfeffer, geriebener Muskat

Pfannkuchenteig:

- 80 g Mehl, 2 Eier, 150 ml Milch, 40 g Butter, Salz, Pfeffer (wieder frisch gemahlen)

Und los geht's:

- Spargel schälen und in 5 cm große Stücke schneiden. In einem Topf etwas Wasser mit Salz, einer kleinen Prise Zucker, Zitronensaft (wahlweise auch mit einem guten Schuss Pfälzer Riesling) aufkochen und die Spargelstücke zugeben. In etwa 10 bis 15 Minuten weich kochen. Abgießen, dabei den Sud auffangen und einen halben Liter davon zur Seite stellen.
- Zwischenzeitlich gerne einen Schluck vom Riesling nehmen.
- Für die Pfannkuchen das Mehl mit den Eiern und der Milch glatt rühren, salzen und pfeffern und etwa 15 Minuten quellen lassen. Jeweils 10g Butter in der Pfanne zerlassen und ein Viertel des Teiges hinein gießen, zwei Scheiben Schinken drauflegen und den Pfannkuchen von beiden Seiten goldgelb braten. Pfannkuchen warm halten.
- Für die Sauce die Butter in einem Topf zerlaufen lassen, das Mehl einstreuen und unter Rühren farblos anschwitzen. Den Spargelsud aufgießen, mit einem Schneebesen glatt rühren und würzen. Bei schwacher Hitze in einem Topf unter gelegentlichem Rühren etwa 20 Minuten köcheln lassen. Die Sahne mit dem Eigelb verquirlen und die Sauce damit binden, durch ein feines Sieb passieren, die Spargelstücke zugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und warm halten.
- Die Schinkenpfannkuchen auf vorgewärmte Teller anrichten und das Spargelgemüse darauf verteilen. Mit Kerbelblättchen bestreuen und sofort servieren. Guten Appetit!



Isabel Schneider

SCHWEINEFILET MIT SENF-SAHNEKRUSTE

Zutaten für 6 Portionen:

- 800 g Zwiebelringe
- 1 kg Schweinefilet
- 2 Becher Creme fraiche
- 100 ml Weißwein
- 20 Scheiben Frühstücksspeck
- 10 TL mittelscharfer Senf
- 1 Schuss Weinessig
- Salz
- Pfeffer
- 3 EL flüssige Butter

Zubereitung:

- Zwiebelringe in Butter ca. 5 Minuten dünsten, einen Schuss Weinessig dazugeben, bis die Flüssigkeit verdunstet ist. Creme fraiche und den Weißwein unterrühren, weitere 5 Minuten köcheln lassen. Den Senf dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Das Schweinefilet in Medaillons schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. Frühstücksspeck um das Fleisch wickeln und die Fleischpäckchen in eine gefettete Auflaufform setzen. Die Senf-Zwiebel-Mischung darauf verteilen und ca. 40-45 Minuten bei 200 Grad auf mittlerer Schiene im Backofen backen.
- Dazu passen Stampfkartoffeln mit Kräutern der Provence. Kartoffeln schälen, kochen, abschütten, grob stampfen und mit Salz, Pfeffer, Butter und Kräutern der Provence abschmecken.

Zubereitungszeit ca. 60 Minuten.





Ilona Rhein

SAUMAGENPFANNE

Zutaten:

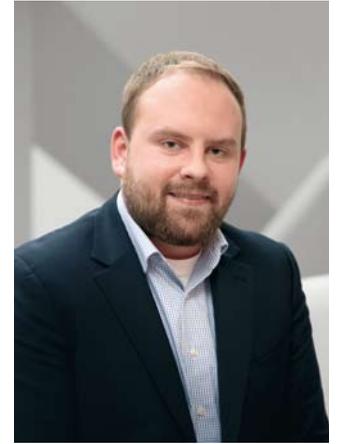
- 8 Kartoffeln (gekocht)
- 4 Scheiben Pfälzer Saumagen
- 1 Zwiebel (groß)
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Paprika (rot)
- 1 kleine Karotte
- 1 kleiner Lauch
- etwas Petersilie zum Bestreuen
- etwas Olivenöl
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

- Die gekochten Kartoffeln und den Paprika würfeln, Zwiebel schälen und in Ringe schneiden, Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden, den Saumagen in mundgerechte Streifen schneiden. Kräuter fein hacken.
- Etwas Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Kartoffelwürfel mit der Zwiebel etwa 5 Minuten anbraten, bis sie etwas Farbe annehmen.
- Die Saumagen-Streifen zugeben und unter gelegentlichem Rühren weitere ca. 5 Minuten anbraten. Alles nicht zu heiß werden lassen.
- Die restlichen Gemüsezutaten zugeben und unter gelegentlichem Rühren weitere fünf Minuten anbraten.
- Mit Salz und reichlich Pfeffer abschmecken. Mit den Kräutern bestreuen und heiß servieren.
- Dazu schmeckt ein kühler Riesling oder ein leckeres Bier.



© mbongo - Fotolia.com



Fabian Hery

MOELLEUX AU CHOCOLAT – MINISCHOKOKUCHEN MIT FLÜSSIGEM KERN

Zutaten:

- 100 g Kuvertüre (Vollmilchschokolade)
- 100 g Kuvertüre (Zartbitterschokolade)
- 200 g Butter
- 6 Eier
- 100 g Zucker
- 100 g Mehl (Typ 405)
- 1 große Orange
- nach Belieben: Eis, z.B. Vanille

Zubereitung:

- Backofen auf 200 Grad vorheizen.
- Schokolade und Butter im Wasserbad schmelzen. Eier und Zucker ca. drei Minuten mit einem Schneebesen aufschlagen, die Schoko-Butter und zum Schluss vorsichtig das Mehl unterheben. Die Orange filetieren.
- Ein Backblech mit Backpapier auslegen, Metallringe (Durchmesser 8 cm) mit Backpapier auskleiden (etwas überstehen lassen) und auf das Backblech stellen. Schokoladenmasse einfüllen und ca. 7 – 9 Minuten auf der mittleren Schiene backen. Wenn man leicht auf die Schokokuchen drückt, kann man sehr gut prüfen, ob sie fertig sind – die „Decke“ muss noch schön nachgeben. Sollten sie einmal doch noch innen zu flüssig sein, einfach ein wenig stehen lassen – sie „reifen“ schnell nach.
- Die Schokokuchen ganz kurz auskühlen lassen, die Ringe abziehen, Backpapier entfernen, etwas Puderzucker drüber streuen und sofort mit Orangenfilets und Vanilleeis servieren.
- Wer es noch süßer möchte, kann zu den Schokokuchen auch eine Vanillesauce oder karamellisierte Birnen oder Äpfel machen. Der Phantasie bei den Beilagen (z.B. auch Rhabarberkompott) sind keine Grenzen gesetzt und können sich an der Jahreszeit orientieren.

Die Schokokuchen können natürlich auch in Muffin-Formen gemacht werden.



Barbara Rödel

HACKFLEISCHFLADEN

Zutaten:

- 250 g Mehl
- 1 Päckchen Trockenhefe
- 1/2 TL Zucker
- 1/8 l lauwarme Milch
- 30 g Butter
- 1 Eigelb
- 1 Prise Salz

- 1 Zwiebel
- 1 rote Paprikaschote
- 50 g Butter
- 300 g gemischtes Hackfleisch
- 1 TL Paprikapulver
- Salz
- 5 EL Ketchup

- 200 g geriebener Käse

Zubereitung:

- Alle Zutaten zu einem Hefeteig verarbeiten und ca. 30 min gehen lassen.
- Inzwischen die Zwiebeln schälen und fein hacken. Die Paprikaschote putzen, waschen und halbieren. Die Kerne und weißen Rippen entfernen. Das Fruchtfleisch in feine Streifen schneiden.
- In der heißen Butter zuerst die Zwiebeln glasig werden lassen. Paprika 5 Minuten mitdünsten. Fleisch zufügen, krümelig anbraten. Mit Salz, Paprika und Ketchup abschmecken.
- Den Hefeteig auf einem gefetteten Backblech zu einem Fladen ausrollen. Mit der abgekühlten Hackmasse bestreichen und im vorgeheizten Ofen bei 180°C 20 Minuten backen.
- Den geriebenen Käse darauf verteilen und weitere 5-10 Minuten backen.



Markus Schmid

DAMPFNUDELN NACH OMA EMILIE

Zutaten:

- 1 kg Mehl
- 1 Würfel frische Hefe
- 400 ml Milch
- 8 EL Zucker
- 10 TL Vanillezucker
- 1 Prise Salz
- 2 große Eier
- 100 g Butter
- 1 kleine Tasse Öl
- 1 kleine Tasse Wasser

Zubereitung:

- Für den Hefeteig die Milch lauwarm erwärmen. Den Zucker zugeben und die Hefe darin auflösen. Das Ganze gut verrühren und abgedeckt an einem warmen Ort circa 15 Minuten gehen lassen.
- In der Zwischenzeit die Butter zerlassen und abkühlen lassen, bis sie lauwarm ist. Das Mehl in eine Schüssel sieben und nach 15 Minuten alle Zutaten hinzufügen. So lange durchkneten, bis sich der Teig gut vom Rand löst. Gegebenenfalls noch etwas Mehl hinzugeben. Teig zu einer Kugel formen, leicht mit Mehl bestreuen und abgedeckt an einem warmen Ort circa 1 Stunde gehen lassen.
- Danach den Teig zu einer Schlange rollen und diese in circa 20 Stücke teilen und daraus kleine Dampfnudeln formen. Diese setzt man auf ein Blech mit Backpapier und lässt sie nochmals 20 Min. gehen.
- Eine Gusspfanne mit passendem Deckel erhitzen. Soviel Öl eingeben, dass der Boden der Pfanne leicht bedeckt ist, Wasser hinzugeben. Den Boden mit Salz bestreuen und die Dampfnudeln nicht zu dicht nebeneinander setzen. Deckel aufsetzen und jetzt circa 12-15 Min. warten. Die Dampfnudeln bei mittlerer Hitze backen. Wichtig dabei ist, den Deckel nicht zu früh vorher abzunehmen, damit die Dampfnudeln nicht zusammenfallen.
- Nach 15 Minuten die Dampfnudeln aus der Pfanne nehmen und wieder Öl, Wasser und Salz zufügen. Angebrannte Reste vorher entfernen. Den Vorgang weiter wiederholen, bis alle Dampfnudeln ausgebacken sind.



Julia Troubal

LAUWARMER SPARGELSALAT MIT EI-ZITRONEN-VINAIGRETTE

Zutaten für 4 Personen:

- 2 Kilogramm Spargel
- 4 Eier
- 1 unbehandelte Zitrone
- 100 ml Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- 2 Esslöffel heller Balsamicoessig
- 2 Teelöffel Honigsenf
- etwas Kresse

Zubereitung:

- Eier hart kochen, abkühlen lassen, schälen und halbieren. Eigelb mit einem Löffel auslösen. Eiweiß würfeln.
- Spargel schälen, holzige Enden abschneiden. In mundgerechte Stücke schneiden und in sprudelndem Salzwasser etwa 8 Minuten bissfest kochen.
- Von einer Hälfte der Zitrone die Schale abreiben, dann eine Hälfte der Zitrone auspressen.
- Die abgeriebene Zitronenschale, Essig, Zitronensaft, Senf und die Eigelbe verrühren, bis keine Klümpchen mehr zu sehen sind. Das geht am besten mit einem Schneebesen. Salzen und pfeffern. Dann in langsamem Strahl das Olivenöl hinzugießen, dabei immer weiter rühren, bis eine sämige Vinaigrette entstanden ist. Mit dem noch lauwarmen Spargel und dem gewürfelten Eiweiß mischen und mit Kresse bestreut servieren.

Schmeckt gut mit Kartoffelspalten aus dem Ofen und Schnitzel.



Uwe Tröger

GEDIDSCHDE-GEDADSCHDE

Zutaten für 1 Portion =

- 2 Kartoffelfrikadellen:
- ca. 200 g Kadoffelbrei vum Vordaach, s geht ach frische

Zubereitung:

- Kadoffelbrei in Frikadelleform bringe
- Öl in de Pann erhitze, Gedidschde-Gedadschde do drin wende unn goldbraun brote. Ferrdisch...
- dezu gibts am beschde Endiviensalat, klassisch agemacht... (Essig, Öl, Salz unn Pfeffer, Knofel + Zwiwwl)

Verfeinerungstipp:

Gemüwestreifen und/oder Speckstreifen in die Frikadelle einarbeiten.





Ulrike Klaus

FILET- ODER LENDENTOPF

Zutaten für 4 Personen:

- 500 Gramm Schweinefilet oder Lende
- 2 Dosen geschnittene Champignons
- 2 Becher süße Sahne
- trockener Riesling
- 6 Schmelzkäsescheiben
- Olivenöl
- 1 Zwiebel
- Knoblauch
- 200 Gramm geriebener Käse (Gouda oder Emmentaler)

Zubereitung:

- Schweinefilet waschen, trocken tupfen, in etwas dickere Scheiben schneiden und nach Belieben würzen.
- Zwiebel sehr fein in Würfel schneiden und den Knoblauch durch eine Knoblauchpresse drücken.
- Eine Pfanne mit Olivenöl ausreiben. Das Fleisch in die Pfanne geben und von beiden Seiten kurz anbraten. Fleisch aus der Pfanne nehmen und in eine Auflaufform geben.
- Die Zwiebeln, den Knoblauch glasig in der Pfanne andünsten. Anschließend Sahne und nach Belieben Riesling dazugeben. Das Ganze kurz aufkochen lassen. Den Schmelzkäse dazugeben und unter Rühren verlaufen lassen. Die Champignons in ein Sieb geben und danach zur Masse geben. Alles nochmals kurz aufköcheln lassen.
- Je nach Bedarf nochmals abschmecken und die Masse über das Fleisch gießen. Mit Käse bestreuen und 20 Minuten bei 150 Grad überbacken.
- Man kann das Fleisch und die Masse auch in mehrere kleinere Auflaufförmchen verteilen, so dass jeder eine eigene Portion bekommt.

Dazu reicht man Weißbrot und Salat (Empfehlung: Endiviansalat – mit dem Saft einer Pampelmuse und Zucker abgeschmeckt).

Geht schnell und schmeckt super lecker!



Matthias Euler

PANGALAKTISCHER DONNERGUGLER

Zutaten für 1 Portion:

- 6 cl Wodka
- 2 cl Gin
- 1 cl Rum, braun
- 1 Tropfen Rum, ab 70 Vol. %
- 3 cl Lycheelikör
- 2 cl Kaktusfeigenlikör (Peppino Kaktus)
- 2 cl Ananassaft
- 4 cl Grapefruitsaft
- 2 cl Zitronensaft
- 1 Tropfen Grenadine
- 1 Msp. Guaranapulver
- 1 Pitahaya
- 1 Karambolenscheibe
- 1 Orange, die Schale davon als Spirale

Zubereitung:

- Die Zutaten, außer der Grenadine, werden zusammen mit drei bis vier Eiswürfeln im Shaker geschüttelt, bis die Eiswürfel sich aufgelöst haben.
- Danach füllt man den Drink in eine Cocktailschale.
- Nach dem Schälen der Pitahaya schneidet man das Fruchtfleisch in Pyramidenform. Die Pyramide gibt man ins Glas, bevor der Drink hineingeschüttet wird. Die Karambolenscheibe hängt man an den Glasrand. Über das Glas legt man zum Schluss eine Spirale aus der Orangenschale.
- Arbeitszeit: ca. 10 Min.
- Schwierigkeitsgrad: normal





Eva Wunder

HERBSTLICHER SALAT MIT GEBRATENEM KÜRBIS, KARAMELLISierter BIRNE, BLAUSCHIMMELKÄSE UND WALNÜSSEN

Zutaten für 4 Portionen:

- 4 Port. Salat (z.B. Feldsalat, Eichblatt, Frisee oder Lollo)
- 1 reife Birne
- 1 TL Zucker
- 150 g Butternutkürbis
- 1 EL Butter
- (Muskat)
- 10 Walnüsse
- 300 g Blauschimmelkäse (Roquefort, Stilton oder Gorgonzola)

Soße:

- 3 EL Weißweinessig
- 7 EL Traubenkernöl
- 1 EL Kürbiskernöl
- Salz und Pfeffer
- Zucker

Alternativ: Ihre gewohnte Salatsoße anrühren.

Zubereitung:

- Salat waschen und putzen.
- Birne schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und schräg in Rauten schneiden. Den Zucker in einer Pfanne karamellisieren und die Birne kurz darin schwenken.
- Kürbis mit Schale in Stücke oder Spalten schneiden. Diese in einer Pfanne mit Butter kurz anbraten bzw. garen. Mit Salz, (Muskat) und Pfeffer würzen.
- Walnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Öl etwas rösten.
- Essig und Gewürze in einer Schüssel mit einem Schneebesen verquirlen. Beide Ölsorten langsam unter schlagen zufügen.

Anrichten:

- Salat auf einem Teller anrichten und mit dem Dressing marinieren.
- Käse zerkleinern und zusammen mit Birne, Kürbis und Nüssen darauf verteilen.

Arbeitszeit: ca. 35 Minuten, Schwierigkeitsgrad: normal

Eine besondere Vorspeise!



Klaus Maischein

KABELJAU-LINSEN-AUFLAUF

Zutaten für 4 Personen:

- 600 g Kabeljaufilet
- 450 g Porree
- 3 EL Sonnenblumenöl
- 1 Dose Linsen mit Suppengrün (800 g)
- 4 Scheiben Toastbrot
- 30 g Butter
- geriebene Zitronenschale
- 2 EL gehackte gemischte Kräuter, z. B. Petersilie, Thymian und Schnittlauch
- 2 EL Zitronensatt
- Salz
- frisch gemahlener Pfeffer
- 150 g Creme fraiche

Zubereitung:

- Die Porreestangen waschen und in Streifen schneiden. Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad) vorheizen.
- Etwas Öl in einem Topf erhitzen. Die Porreestreifen darin unter regelmäßigem Wenden andünsten.
- Die Linsen mit der Flüssigkeit aus der Dose hinzufügen, vermengen, erhitzen und beiseite stellen.
- Die Rinde vom Toastbrot entfernen und zerbröseln. Butter in die Pfanne geben. Brotbrösel unter Rühren goldbraun rösten.
- Von der Zitrone etwas Schale abreiben und die Zitronenschale und die Kräuter unter die Brösel rühren.
- Kabeljaufilet unter kaltem Wasser abspülen und in vier Stücke schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln. Salzen und pfeffern.
- Die Creme fraiche unter die Linsen-Porree-Mischung rühren, mit Salz und Pfeffer würzen und in eine flache Auflaufform geben
- 8 Fischstücke darauf legen und mit geröstetem Brot bestreuen. Die Form auf dem Rost 30 Minuten in den Backofen schieben.
- Dazu serviere ich Salzkartoffeln.



Quadya Hamid

HOLUNDERBLÜTEN-PANNA COTTA

Zutaten:

- 6 große Holunderblütendolden oder ein paar kleine mehr
- 500 ml Sahne
- 60 Gramm Puderzucker
- 2 Blatt weiße Gelatine

Zubereitung:

- 5 Holunderblüten mit dem Stängel nach oben in einen Kochtopf legen und die Sahne darüber gießen. Nun die Blüten 2 Stunden oder länger im Kühlschrank in der Sahne ziehen lassen.
- Die Gelatine in Wasser einweichen, ziehen lassen.
- Die Sahne mit den Blüten aufkochen lassen, die Blütendolden dann mit einer Gabel aus dem Topf fischen und in ein kleines Schälchen geben.
- Die im Schälchen von den Blüten abgelaufene Sahne wieder in den Topf geben und den Puderzucker mit einrühren.
- Die Gelatine ausdrücken und in der Sahne auflösen.
- Die Sahne nun durch ein dünnes Sieb auf die Portionsschälchen verteilen.
- Mit einer Gabel oder den Fingern über jedes Schälchen noch ein paar Blütchen in die Schälchen zupfen.
- Zum Servieren sieht es nett aus, wenn man noch einen Blütenstängel mit in die Schälchen legt.
- Die Blüten können selbstverständlich allesamt mitgegessen werden.



Lore Brose

PIDE BÖREGI

Für den Teig:

- 1 Päckchen Trockenhefe oder einen halben Würfel frische Hefe
- 500 Gramm Mehl
- Salz

Für die Auflage:

- 300 Gramm geschälte Tomaten (frisch oder aus der Konserve)
- 1 frische grüne Peperoni
- 2 Zwiebeln
- 1/2 Bund Petersilie oder getrocknete Petersilie
- 300 Gramm Rinder- oder Lammhackfleisch (am besten gemischt!)
- 1 Esslöffel Tomatenmark
- schwarzer Pfeffer
- Pul Biberi (grob gemahlene Chilischoten)
- 2 Esslöffel Olivenöl
- 1 Eigelb
- Backpapier fürs Blech

Zubereitung:

- Aus den Zutaten für den Teig einen glatten Teig zubereiten und ca. 20 Minuten ruhen lassen.
- Für die Auflage die Tomaten, die Petersilie, die fein gewürfelte Zwiebeln, das Hackfleisch und die Gewürze Salz, Pfeffer und Pul Biberi miteinander vermischen und ziehen lassen.
- Den Teig kurz durchkneten und zu pfirsichgroßen Kugeln verarbeiten. Aus diesen Kugeln mit dem Teigroller längliche Ovale ausrollen und in die Mitte mit einem Esslöffel etwas von der Hackfleischmasse geben und glatt streichen. Darauf achten, ca. 1 cm vom Rand frei zu lassen.
- Danach den Rand des Ovals einfach ca. 1,5 cm weit über die Hackfleischmasse stülpen. Vorsichtig das Ganze auf das mit Backpapier ausgelegte Backblech legen.
- Mit all den anderen Kugeln auch so verfahren. Die Hackfleischmischung so verteilen, dass sie für alle Kugeln ausreicht. Die Peperoni in feine Scheibchen schneiden und als Garnitur auf die Hackfleischmasse legen.
- Den übergestülpten Rand mit Eigelb bestreichen.
- Alles im Backofen bei 200 Grad Umluft in etwa 15-20 Minuten goldgelb backen.



Alexander Helbig

KIRSCHKUCHEN

Zutaten:

- 200g Fett
- 180g Zucker
- 4 Eier
- 125 g Mandelblättchen
- 100 g Raspelschokolade
- 125 g Mehl
- 1 Päckchen Backpulver
- 1 Teelöffel Zimt
- 3 Esslöffel Rum
- 500 g Kirschen ohne Steine

Zubereitung:

- Fett mit Zucker sehr schaumig rühren, die Eier nach und nach zugeben und zu einer hellgelben dicken Masse schlagen.
- Dann Zimt, Mandeln, das mit dem Backpulver gesiebte Mehl, die Schokolade und den Rum unterziehen.
- 1/3 des Teiges in eine mit Pergamentpapier ausgelegte Springform streichen; die Kirschen unter die restlichen 2/3 der Masse mengen und die Form auffüllen.
- Backzeit: 40-50 Min bei 175°C (Ober- und Unterhitze)



© volff - Fotolia.com



Marcus Jakob

BEDUINENOBST

Zutaten:

- 500 g Hackfleisch, halb Rind und halb Schwein
- 500 g Zwiebeln
- Knoblauchzehen nach Belieben
- 100 g durchwachsener Speck
- 1 große Kartoffel
- 3 Eier
- Öl zum Braten
- 1 TL mittelscharfer Senf
- Salz, Pfeffer
- Currypulver
- 1 Dose Williams-Birnen

Zubereitung:

- Das Hackfleisch in eine Schüssel geben.
- Die Zwiebeln und den Knoblauch pellen und in kleine Würfel schneiden, ebenso den Speck. Die Kartoffel schälen und fein reiben (wenn die Masse noch stehen soll, ein wenig Wasser draufgeben, damit das Mus nicht braun wird).
- Zwiebeln, Knoblauch und geriebene Kartoffel mit dem Hackfleisch mischen, die Eier hineinschlagen und alles mit Senf, Salz, Pfeffer und Curry würzen. Gut vermischen.
- In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Speckwürfel andünsten.
- Die Zwiebel-Hackfleischmasse im Speckfett etwa 5 Minuten unter Rühren und ständigem Wenden (damit es der Masse nicht langweilig wird) braten, bis alles gut durchgegart ist. Zuletzt das fertige Hackfleischgericht mit den abgetropften Williamsbirnen garnieren (so kommt doch noch Obst dazu).

Tipp: Zu diesem Schnellgericht passt am besten Bier.



Barbara Walter

GEFÜLLTE CHAMPIGNONS VOM GRILL

Zutaten:

- 1 Packung Champignons (6-8 große!)
- 100 Gramm Käse (geriebener oder zerkleinerter Feta)
- 50 Gramm Schinken
- Salz
- Pfeffer
- Gewürze/Gewürzsalz

Zubereitung:

- Den Stiel der Champignons herausbrechen oder schneiden, die Lamellen mit einem Löffel auskratzen.
- Die Stiele zerkleinern und mit dem Käse, Schinken, Gewürzen mischen.
- Die Mischung in die Champignons einfüllen und in eine Alufolie locker einpacken.
- Dazu setze ich 2-3 Pilze auf ein Stück Alu und falze es locker oben in der Mitte, seitlich etwas zusammendrücken.
- Seitlich auf dem Grill mitgaren.



Martin Steig

FISCHSUPPE AUS DEM RÖMERTOPF

Zutaten:

- 1 Kohlrabi
- 1 Stange Porree
- 1 Zwiebel
- 1 Liter heiße Fleischbrühe (aus Brühwürfeln)
- 50 Gramm Speck (durchwachsen)
- 250 Gramm Tomaten
- 500 Gramm verschiedene Sorten Fischfilet
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

- Kohlrabi schälen, Porree putzen, Zwiebel abziehen, alles klein schneiden und in einer Schüssel miteinander vermischen.
- Die miteinander vermischten Zutaten in den (gewässerten) Römertopf geben und mit Fleischbrühe übergießen.
- Speck in Würfel schneiden und dazugeben.
- Topf schließen und in den Ofen stellen.
Garzeit: erst mal 15 Minuten bei 200 Grad.
- In der Zwischenzeit Tomaten kurz in kochendes Wasser legen, dann enthäuten und in Würfel schneiden.
- Fischfilet waschen, abtupfen und in Würfel schneiden.
- Tomaten- und Fischwürfel nach 15 Minuten Garzeit in den Topf geben, dann alles mit Salz und Pfeffer würzen und die Suppe noch mal 30 Minuten im Ofen lassen (200 bis 225 Grad).



Kathrin Welsch

BROMBEER-APFEL-CRUMBLE

Zutaten:

- 120 Gramm Butter
- 150 Gramm Zucker
- 100 Gramm Mehl
- 1 Teelöffel Zimt
- 1 Prise Salz
- ca. 750 Gramm Brombeeren und Äpfel (halb und halb oder nach Belieben)

Zubereitung:

- Aus Butter, Zucker, Mehl, Zimt und Salz Streusel kneten.
- Äpfel in Spalten schneiden, mit Brombeeren mischen.
- Früchte in eine gefettete feuerfeste Form geben, Streusel gleichmäßig darüber verteilen.
- Im Backofen bei ca. 180 Grad Gas Stufe 3 ca. 40 Min backen, bis die Oberfläche leicht gebräunt ist.
- Warm oder kalt essen, gerne auch mit Vanillesoße, Vanilleeis oder Eierlikör.



© Dionisvera - Fotolia.com



Oliver Staffort

KOKOSTORTE MIT KIRSCHEN

Zutaten:

- 4 Eier, getrennt
- 160 Gramm Zucker
- 100 Gramm Mehl
- 135 Gramm Speisestärke
- 2 Teelöffel Backpulver
- 1 Glas Sauerkirschen
- 3-4 Becher Sahne
- 2 Päckchen Vanillezucker
- 2 Päckchen Sahnefestiger
- 125 Gramm Kokosflocken
- 400 Gramm weiße Kuvertüre

Zubereitung:

- Eiweiß mit 4 El Wasser und 125 g Zucker steif schlagen, Eigelb unterrühren. Mehl, 100 g Speisestärke und Backpulver unterheben.
- Teig in einer Springform (mit Backpapier ausgelegt) bei 170° ca. 35 Min. backen.
- Kirschen abgießen, Saft auffangen.
- Den Saft aufkochen, mit der restlichen Stärke und 2 Esslöffel Zucker binden, Kirschen unterheben.
- Die ausgekühlte Torte zweimal durchschneiden.
- Auf den ersten Boden das Kirsch-Kompott geben.
- Sahne, Vanillezucker und Sahnefestiger steif schlagen, 50 g Kokosflocken und 100 g gehackte Kuvertüre unter die Hälfte der Sahne heben.
- 2/3 der Kokossahne auf die Kirschen streichen, mit dem zweiten Tortenboden bedecken, darauf die restliche Kokossahne geben, den letzten Tortenboden darauf geben.
- Restliche Kuvertüre schmelzen, Torte damit bestreichen und evtl. noch mit Kokosflocken bestreuen.

Schmeckt gekühlt am besten und ist wunderbar für Gäste, die Kokos mögen.



Elke Wessa

MAULTASCHEN IN PFEFFERSOSSE

Zutaten für 2 Portionen:

- 8 kleine Maultaschen
- 3 Zwiebeln
- 200 g Champignons
- 2 EL Pfefferkörner, eingelegte grüne
- 100 ml Sahne
- 2 EL Petersilie, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen
- Olivenöl
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

- Die Maultaschen in Streifen schneiden. Die Zwiebeln klein schneiden, den Knoblauch durch die Presse drücken. Die geputzten Champignons vierteln oder in Scheiben schneiden.
- Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Zwiebeln, Maultaschen und Champignons darin ca. 10 Minuten unter häufigem Wenden braten. Pfefferkörner, Knoblauch, Sahne und Petersilie unterrühren, kurz köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Ist das perfekte Essen wenn Gäste kommen, geht schnell und kommt immer gut an.

Arbeitszeit: ca. 20 Minuten, Schwierigkeitsgrad: simpel



Werner Habel

KLASSISCHER ZWIEBELKUCHEN

Zutaten für ein Blech (2-3 Personen):

Zwiebelkuchen-Teig:

- 250 g Mehl
- ein Päckchen Trockenhefe
- 120 ml Milch
- 3 Esslöffel Margarine
- 1 Teelöffel Salz
- 1/2 Teelöffel Zucker

Zwiebelkuchen-Belag:

- 750 g Zwiebeln
- 200 g Speck (durchwachsen & geräuchert)
- 300g Crème fraîche
- 3 Eier
- 120 ml Milch
- Kümmel
- Pfeffer
- Muskatnuss

Zubereitung Teig:

- Mehl, Hefe, Zucker und Milch vermengen, den Teig ca. 15 Minuten in der mit einem sauberen Geschirrhandtuch abgedeckten Schüssel ruhen lassen. Dann Margarine und Salz hinzugeben, den Teig nochmals ordentlich durchkneten und weitere 15 Minuten ruhen lassen.
- In der Zwischenzeit den Belag vorbereiten.

Zubereitung Belag:

- Zuerst die Zwiebeln in Ringe sowie den Speck in kurze Streifen schneiden. Den Speck in einer Pfanne erhitzen und nach ca. 2-3 Minuten die Zwiebeln hinzugeben und unter häufigem Wenden glasig schwitzen. Kümmel, Salz und Pfeffer hinzugeben, abschmecken und die Masse abkühlen lassen.
- In einer Schüssel nun Milch, Eier und Crème fraîche vermischen und mit Pfeffer, Salz und Muskat abschmecken.
- Den Teig noch einmal durchkneten und auf einer gemehlten Oberfläche mit Hilfe eines Nudelholzes ausrollen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und dann den Teig auflegen. Zuerst die Zwiebelmasse auf den Teig aufbringen, dann die Crème-fraîche-Masse. Im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad (Umluft ca. 200 Grad) ca. 35 Minuten backen.
- Dazu frischen Federweißer oder ein Glas Weißwein servieren.



Hannelore Troubal

OBSTPÄCKCHEN

Zutaten für 4 Personen:

- Butter zum Einfetten
- 2 Orangen
- 2 Äpfel
- 2 EL Zucker
- 2 Bananen
- 2 EL Orangenlikör oder O-Saft
- 2 EL Mandelblättchen

Diese Art der Zubereitung macht vor allem Kindern Freude. Verwenden Sie deren Lieblingsfrüchte. Nehmen Sie Orangensaft für die jungen Gäste und Orangenlikör für Erwachsene.

Schmeckt super gut mit Vanilleeis oder Vanillesoße!

Zubereitung:

- 4 große Stücke Alufolie zurechtschneiden und mit Butter leicht einfetten. Die Äpfel vierteln, entkernen und in Scheiben schneiden (nicht schälen). Die Bananen schälen und in Scheiben schneiden. Die Orangen schälen, dabei die weiße Fruchthaut vollständig entfernen. Die Spalten trennen.
- Den Ofen auf 240° C vorheizen.
- Die Früchte in eine große Schüssel geben und mit Zucker bestreuen. Den Orangenlikör zugeben und mit den Mandelblättchen bestreuen. Gut vermengen.
- Die Früchte auf die Folienstücke verteilen und in dichte, ordentliche Päckchen verpacken. Die Päckchen auf ein großes Backblech legen und im vorgeheizten Ofen 10 Minuten backen. Auf Teller legen, die Päckchen ein wenig öffnen und servieren.
- Variation: Verwenden Sie wahlweise auch andere Früchte, z.B. entstielt Erdbeeren, Melonen-, Mango- und Papayascheiben, Mandarinspalten oder Birnenstücke.
- Vorbereitung: 15 Minuten, Garzeit: 10 Minuten

Tipp: Vorsicht beim Öffnen der Päckchen, da sie sehr heiß sind, wenn sie aus dem Backofen kommen. Am besten lässt man sie vor dem Servieren etwas abkühlen.



Fritz Schäfer

DOTSCH

Zutaten:

- 15 große Kartoffeln
- 250 Gramm Dörrfleisch
- 500 Gramm Schweinefleisch (Kamm)
- 3 Brötchen
- 3 Eier
- 2 Zwiebeln
- 3 Stangen Lauch
- Salz, Pfeffer, geriebene Muskatnuss
- Eine Hand voll getrocknetes Bohnenkraut oder Majoran

Zubereitung:

- Brötchen in Wasser einweichen, etwa 15 Minuten, dann gut ausdrücken.
- Kartoffeln reiben, Fleisch, Lauch und Zwiebeln in kleine Würfel schneiden und zusammen mit den restlichen Zutaten und Gewürzen unter die Kartoffeln geben und sehr gut mischen.
- Etwas Öl in einer Auflaufform erwärmen, den Dotschteig einfüllen und im Backofen etwa eine Stunde bei 200° backen. Dazu gibt es Apfelbrei oder Sauerkraut.



Wenn man dann ein schönes Glas Riesling oder ein großes Glas Bier trinkt und dabei an die Westpfalz denkt, ist der Genuss für sechs Personen vollkommen!



Klaus Leicht

BOHNENGULASCH

Zutaten:

- 1 kg Schweinegulasch
- 1 kg Stangenbohnen
- 1 Becher Creme fraiche
- etwas Öl
- 1 Tasse Fleischbrühe
- Schnittlauch
- Bohnenkraut

Zubereitung:

- Stangenbohnen in 4 cm große Stücke schneiden und in Salzwasser mit dem Bohnenkraut fast weich kochen.
- Schweinegulasch anbraten und mit der Fleischbrühe ablöschen. Mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt weich garen.
- Die gekochten Bohnen unterheben, 2 bis 3 Esslöffel des Bohnenwassers dazu geben und den Becher Creme fraiche unterrühren. Noch einmal abschmecken und mit dem Schnittlauch bestreuen.



MUTTERSTADT

SPD