INHALT

1	Vorwort	S. 7
2	Brot	S. 8
3	Aufstriche und Pasten	S. 22
4	Pizza und Quiche	S. 36
5	Kleine Schweinereien	S. 52
6	Suppen	S. 82
7	Nudeln	S. 92
8	Risotto	S. 116
9	Kartoffeln, Gnocchi und Semmelknödel	S. 130
10	Gemüse	S. 156
11	Fisch und Meeresfrüchte	S. 204
12	Fleisch	S. 226
13	Saucen, Dips und Chutneys	S. 278
14	Nachspeisen	S. 312
15	Grundsätzliches	S. 336
16	Register	S. 357

BROT

Man sagt, alles finge bei A an. Ich beginne lieber mit B wie Brot. Für mich als Kind einer Bäckerfamilie spielt das Brot seit Kindheitstagen eine wichtige Rolle. Morgens, mittags und sogar noch am Abend zogen die Brotgerüche durchs Haus. Mal süßlich, mal herzhaft. Immer aber verführerisch.
Brot backen hat eine Renaissance erfahren. Allerdings schlage ich die Hände über dem Kopf zusammen, wenn ich manche Brotbackbücher lese. Nach der Lektüre habe ich das Gefühl, dass ein Studium nötig ist, um ein anständiges Brot zu backen. Es stimmt, das Zusammenspiel von Mehl und Wasser ist deutlich komplexer, als gemeinhin angenommen wird. Aber die Sauerteigherstellung über drei Buchseiten auszuwälzen, das ist schon ziemlich unsinnig.
Ich möchte in diesem Kochbuch vier grundlegende Brotrezepte vorstellen:
• mein Tag-für-Tag-Brot, ein knuspriges Mischbrot;
• ein Vollkornbrot, das nichts mit dem staubtrockenen Zeug zu tun hat, von dem man immer dachte, dass es so sein müsse, weil es eben aus Vollkornmehl besteht;
• ein ganz einfaches Toastbrot und
• ein Weißbrot für alle Gelegenheiten (ähnlich dem Baguette, aber weniger kompliziert zu falten).
Und am Ende noch zwei, drei, vier leckere Partybrote.

Italienische Bohnencreme

Zutaten
200 g weiße Bohnen (Glasware okay)
1 Knoblauchzehe
2 Schalotten
1 EL Rosmarinnadeln
2 EL Kapern
200 g Thunfischfilets (ganze Stücke im Glas) oder/und Fenchelsalami
1 Baguette oder Ciabatta oder unser Weißbrot
1 Portion Ingwerhonig (s. nachstehend)
Olivenöl
Salz, Pfeffer

Zubereitung
Die Bohnen in ein Sieb schütten und unter kaltem Wasser gut abspülen. Fein gehackten Knoblauch und Schalotten im Topf in etwas Olivenöl anschwitzen. Die gehackten Rosmarinnadeln, die Hälfte der Kapern und die Bohnen beigeben, mit Salz und Pfeffer würzen und 5 Minuten dünsten. Leicht abkühlen lassen, etwa 5 EL Olivenöl eingießen und mit dem Schneidstab pürieren. Es soll eine cremige Masse entstehen, eventuell noch etwas Olivenöl einmixen. Den Thunfisch zerrupfen oder die Salami hauchdünn aufschneiden. Das Brot in Scheiben schneiden. Unter dem Grill von beiden Seiten rösten. Mit dem Ingwerhonig bestreichen, darauf das Bohnenpüree und den Thunfisch oder die Fenchelsalami legen. Wenn ihr euch für Thunfisch entschieden habt, könnt ihr das Brot noch mit einigen Kapern garnieren.

Ingwerhonig

Zutaten
60 g Ingwer, geschält gewogen
200 ml Orangensaft
100 ml flüssiger Honig

Zubereitung
Den Ingwer fein reiben und zusammen mit dem Orangensaft auf kleiner Flamme einköcheln lassen. Wenn nur noch 4 EL übrig sind, vom Herd ziehen, den Honig unterrühren und erkalten lassen.

Tipp
Ihr könnt den leckeren und wahrscheinlich sogar gesunden Honig am Morgen als Brotaufstrich nutzen. Aber der Pfiff sind dünn bestrichene Weißbrotscheiben, die man danach kurz unter dem heißen Grill anröstet und dann mit unterschiedlichen, in jedem Fall aber herzhaften Dingen belegt. Neben der Bohnencreme zum Beispiel auch noch mit eingelegtem Gemüse oder mit hauchdünner Fenchelsalami und etwas Salat, mit frischem Büffel-Mozzarella und einer fruchtigen Tomate, mit Ziegenkäse, Parmesanstreifen, Räucherfisch oder, oder, oder.

Möhrenpaste

Zubereitung
Möhren schälen und mit dem Lorbeerblatt in Salzwasser garen. Danach abgießen und auskühlen lassen. Möhren mit dem Kochmesser fein hacken. ⅓ der Möhren mit Olivenöl, Kardamom, Kreuzkümmel und Limettensaft fein pürieren. Pinienkerne ohne Fett in einer beschichteten Pfanne hellbraun rösten, anschließend hacken. Zusammen mit den restlichen Möhren unter die Paste mischen. Honig beifügen und mit Fleur de Sel, Pfeffer und Koriander würzen.
Passt zu kräftigem Brot, aber auch sehr schön zu Krustentieren.

Zutaten
500 g Möhren
1 Lorbeerblatt
100 ml Olivenöl
1 TL gemahlener Kardamom
1 TL gemahlener Kreuzkümmel
50 ml Limettensaft
100 g Pinienkerne
2 EL Honig
Fleur de Sel, Pfeffer
1 EL Koriandergrün

Tahina

Tahina heißt die Sesampaste, die man zur Herstellung von z. B. Hummus benötigt. Tahina ist aber auch eine Art Dip, den man aus der gleichnamigen Paste herstellt. Sie ist etwas, was man anstelle von Butter zusammen mit etwas Brot, bevorzugt Fladenbrot, auf den Tisch stellen kann, damit die Gäste, bevor das eigentliche Essen losgeht, schon mal etwas zu genießen haben.

Zubereitung
Die Mengenangaben sind nur wichtig, um euch in etwa eine Vorstellung von den Verhältnissen zu geben. Es kommt einfach darauf an, wie viel Tahina ihr haben möchtet. Reste sind übrigens kein Problem, der Dip kann sehr gut im Kühlschrank aufbewahrt werden.
Gebt das Wasser zusammen mit dem Zitronensaft und etwas Salz in eine Schüssel und lasst unter intensivem Schlagen mit dem Schneebesen so viel Tahina einlaufen, bis ihr mit der Konsistenz zufrieden seid. Zu fest? Mehr Wasser. Fad? Mehr Salz. Zu viel Zitrone? Mehr Wasser und Salz und auch mehr Tahina. Falsch machen kann man hier nun wirklich nichts.

Zutaten
100 ml Wasser
Saft von 1 Bio-Zitrone
150 g Tahina (Sesampaste)
Steinsalz

Orientalische Linsencreme

Zubereitung
Zwiebel und Knoblauch fein hacken und in etwas Olivenöl anschwitzen. Die Linsen, Cumin und Sumach dazugeben, kurz anziehen lassen und etwa 400 ml Wasser angießen. Bei geöffnetem Topf so lange köcheln, bis das Wasser vollständig verdampft ist und die Linsen gar sind. Fein pürieren. Anschließend Abrieb und Saft der Zitronen und die Tahina einrühren. Das Olivenöl unter ständigem Rühren unter die Linsencreme mixen, bis eine homogene Masse entsteht. Mit Salz abschmecken.
Die Paste schmeckt zu getoastetem Ciabatta, Fladenbrot oder Ähnlichem.

Zutaten
1 weiße Zwiebel
2 Knoblauchzehen
250 g rote Linsen, gewaschen
20 g Cumin
15 g Sumach
Abrieb und Saft von 2 Bio-Zitronen
200 g Tahina
Ca. 200 ml Olivenöl
Steinsalz

Gambas in Öl

Wer kennt sie nicht aus dem Spanienurlaub, die Gambas al Ajillo. Der Kellner bringt eine heftig zischende kleine Tonschale an den Tisch, der ein herrlicher Duft nach frischem Knoblauch entsteigt. Urlaubsgefühl pur. Aber leider ist die Speise hier wie dort häufig von minderer Qualität. Gezüchtete Gambas aus Asien mit labbrigem Fleisch, die schon auf der Gabel in Teile zerfallen, zu stark frittierter Knoblauch und minderwertiges Olivenöl. So wird das nichts. Aber mit besten Zutaten gibt es kein Halten mehr.

Zutaten
100 ml allerbestes Olivenöl
6–8 frische Gambas
1 frische kleine rote Chilischote
1 frische Knoblauchzehe

Zubereitung
Zunächst einmal sollte ich erklären, warum die Zutaten pro Person aufgelistet sind. Man benötigt für dieses Gericht kleine feuerfeste Tontöpfchen, die ich in der Einleitung erwähnt habe. Nur darin gelingt es wirklich gut. Die Töpfchen kosten nicht viel und man kann sie für viele andere Gerichte – kalt oder warm – verwenden, z. B. auch für die Chorizo in Cidre. (Mein Hausfrauentipp gratis dazu: Diese Tontöpfchen niemals in der Spülmaschine reinigen.)
Den Backofen auf 200 °C aufheizen. Jedes Pfännchen mit 100 ml Öl gefüllt in den Ofen stellen. Das Öl muss darin nun sehr heiß werden. Um hinterher keinen Stress zu bekommen, empfehle ich schon einmal pro Schale einen hitzebeständigen Untersetzer bereitzustellen, sowie einen zweiten Teller, mit dem sich das Tontöpfchen später abdecken lässt. Während das Öl heiß wird, die Gambas schälen, die Chilischote hacken und den Knoblauch in feine Scheiben schneiden. Und nun geht's hoppla hopp. Die Pfännchen aus dem Ofen nehmen und auf die Untersetzer stellen. Gambas, Chili und Knoblauch auf die Schalen verteilen, ins heiße Öl einlegen und die Schalen sofort mit dem Teller bedecken. Auf den Tisch stellen und noch etwa 2–3 Minuten mit dem Aufdecken warten. Beim Abheben des Tellers (Achtung, heiß!) macht euch allein schon der Duft irre, was beim Verzehr keineswegs nachlässt. Das herrliche Öl kann man ganz ohne Reue mit Weißbrot aufstippen.

Eingelegte Chilischoten mit Thunfischcreme

Für diese Kleine Schweinerei haben wir zunächst einmal eine Klippe zu umschiffen. Wir brauchen die feuerroten, kleinen, herzförmigen italienischen Chilischoten. Man nennt sie auch Kirschchili oder kalabrische Chilischoten. Sprecht mit eurem Gemüsehändler!

Zubereitung
Chilischoten mit einem spitzen Messer sauber aushöhlen. Dafür den Deckel abschneiden und die dicken Innenwände vorsichtig herausschneiden. Essig und Wasser in einem Topf erhitzen. Leicht salzen und zuckern, anschließend die Kirschchilis in den heißen Essigsud einlegen und 5 Minuten sanft köcheln lassen. Danach den Topf vom Herd ziehen und die Chilischoten im Essigsud erkalten lassen.
Für die Thunfischfüllung alle Zutaten in ein hohes Gefäß füllen und mit dem Stabmixer fein pürieren. Gießt das Öl, in dem der Thunfisch eingelegt war, mit in das Gefäß. (Allein deshalb braucht es allerfeinste Qualität.) Das zusätzliche Olivenöl in der Zutatenliste ist dafür da, die entstandene Creme auf die gewünschte Konsistenz zu bringen. Die Farce sollte geschmeidig sein.
Nun jede Chili mit der Thunfischcreme füllen, in ein großes Glas schichten und mit dem abgekühlten Kochsud übergießen. Im Kühlschrank hält sich diese herrliche Vorspeise mindestens zehn Tage. Bei uns zu Hause muss sie gar nicht abgefüllt werden, wir machen da keine Gefangenen.

Zutaten
Für die Chilischoten:
1 kg Kirschchili (mindestens 24 Stück)
200 ml Balsamico
200 ml Wasser
Steinsalz, Zucker

Für die Thunfischfüllung:
200 g Thunfischfilet bester Qualität im Glas (z. B. Bonito del Norte)
2 Knoblauchzehen
4 Sardellenfilets
2 EL Kapern
Steinsalz, Pfeffer
Olivenöl

Gefüllte Teigtaschen mit Fleisch

Zutaten
2 Schalotten
2 Knoblauchzehen
2 kleine getrocknete Chilischoten
250 g Lammhack
(gibt es beim türkischen Metzger, besser noch selbst wolfen)
2 Eier
3 EL gehackte Petersilie
250 g korsischer Schafskäse
1 Paket Yufkablätter, in Dreiecke geschnitten (türkischer Blätterteig, in jedem türkischen Supermarkt erhältlich)
Steinsalz, Pfeffer
Olivenöl

Zubereitung
Backofen auf 180 °C vorheizen. Schalotten, Knoblauch und Chilischoten fein hacken. Zusammen mit dem Hackfleisch, den Eiern und der Petersilie zu einem geschmeidigen Fleischteig verkneten. Den Schafskäse zerbröseln und unterarbeiten. Mit Salz und Pfeffer würzen und nochmals gut durchkneten.
Das erste Yufkablatt auslegen. Die spitze Seite mit Olivenöl einpinseln. Einen Löffel Hackmasse über die breite Seite verteilen. Die Seiten einklappen und zur spitzen Seite hin aufrollen.
Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, Nahtstelle nach unten, und die Oberseite nochmals mit Olivenöl einstreichen. So weiter verfahren, bis alles aufgebraucht ist. Wie viele Röllchen es werden, kommt darauf an, wie viel Füllung ihr pro Teigtasche haben möchtet. Für ca. 20–30 Minuten in den Ofen schieben, bis der Teig leicht gebräunt ist.
Die Teigtaschen können heiß, lauwarm oder kalt gegessen werden. Ich mache immer etwas mehr, verwahre sie über Nacht im Kühlschrank und backe sie am nächsten Tag nochmals im Backofen oder auch in einer Pfanne auf, und siehe da, sie sind noch knuspriger als am Vortag. Zusammen mit einem grünen Salat sind sie ein ideales Mittagessen. Oder versucht einmal die Parmesancreme aus dem Kapitel Aufstriche und Pasten dazu. War bei mir nur ein unsicherer Versuch, der sich aber als Volltreffer herausstellte.

Tipp
Solltet ihr noch Yufkateigblätter übrig haben, so könnt ihr sie ganz einfach in heißem Olivenöl in der Pfanne kurz von beiden Seiten anrösten, nur bis sie leicht Farbe angenommen haben. Danach auf Küchenkrepp abtropfen lassen und mit Fleur de Sel bestreuen. Wunderbar knuspriger Snack. Oder zu einem Salat oder zum Lammfrikadellen im Kapitel Fleisch.

Gefüllte vegetarische Teigtaschen

Diese Variante ist nur ein Beispiel für viele andere leckere Möglichkeiten, Yufkateig oder Brickteig (so der tunesische Name) zu füllen. Wer keinen dieser Teige findet, kann als Ersatz auch Blätterteig benutzen, ist aber eigentlich zu fettig.

Zutaten
400 g Frühlingsspinat (kleinblättrig)
2 Schalotten
200 korsischer Schafskäse
(je kräftiger, desto besser)
1 Paket Yufka- oder Brickteig
flüssige Butter
frisches Paniermehl
Piment d'Espelette
(oder türkischer Pul Biber)
Steinsalz, Pfeffer
Olivenöl

Zubereitung
Spinat putzen, Schalotten fein hacken. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und darin die Schalotten anschwitzen. Danach den Spinat in die Pfanne geben. Sollte diese nicht die ganze Menge auf einmal fassen, kurz warten, den Spinat in der Pfanne einmal wenden, dann müsste Platz für den restlichen Spinat sein. Der Spinat fällt sehr schnell zusammen. Würzen und in ein Sieb geben. Die Flüssigkeit gut ausdrücken, den Spinat danach vollständig erkalten lassen. Ist er kalt, mit dem zerbröseltem Schafskäse mischen.
Teigplatten mit der Butter bepinseln. Auf das untere Drittel der Teigplatte etwas von der Spinat-Schafskäse-Mischung geben. Auf jeder Seite sollten etwa 3 cm freibleiben. Diese nun nach innen schlagen (damit später nichts auslaufen kann) und dann aufrollen. Die fertigen Teigtaschen nebeneinander auf Backpapier setzen, nochmals mit flüssiger Butter bepinseln und im 200 °C heißen Ofen goldbraun ausbacken.

Auberginenzigarre

Was für eine wunderbare Kleine Schweinerei. Einer meiner all-time favorites.

Zutaten
500 g Auberginen
100 g Schalotten
2 Knoblauchzehen
3 EL Thymianblättchen
80 g Ziegenfrischkäse
1 Paket Yufkateig-Dreiecke
flüssige Butter
Steinsalz, Pfeffer
Olivenöl, Chiliöl

Zubereitung
Auberginen in Würfel schneiden. Schalotten und Knoblauch fein hacken und in einem Schmortopf in etwas Olivenöl anschwitzen. Auberginen und Thymian beifügen und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit geschlossenem Deckel ca. 15–20 Minuten schmoren. Am Ende sollen die Auberginen zu Mus zerkocht sein. Den Topf vom Herd ziehen und den Ziegenfrischkäse gut untermischen. Nochmals mit Salz, Pfeffer und Chiliöl herzhaft abschmecken und kaltstellen.
Den Yufkateig mit etwas flüssiger Butter einpinseln. Dann das Auberginenmus dünn so darauf verteilen, dass man die Dreiecke von der breitesten Seite her aufrollen kann, ohne dass das Mus herausspritzt.
Die fertigen Röllchen auf einem mit Backpapier ausgelegten Tablett im Tiefkühler einfrieren. Darauf achten, dass sie sich nicht berühren. Einmal tiefgefroren, können sie alle zusammen in einem Gefrierbeutel aufbewahrt werden. Nach Bedarf entnehmen und in wenig Fett in einer beschichteten Pfanne knusprig ausbacken. Etwas abkühlen lassen. Lauwarm entfalten sie ihren Geschmack am besten. Man wird euch mit Lob überschütten oder sich gar vor euch in den Staub werfen.

ERBSENSUPPE

Diese einfache, aber leckere Erbsensuppe erhält durch den japanischen Matchatee (zu Pulver vermahlener Grüntee) ihren besonderen Pfiff. Solltet ihr die Investition scheuen – keine Sorge, die Suppe schmeckt auch ohne Tee sehr anständig.

Zutaten
2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
1 TL Thymianblättchen
1 kg TK-Erbsen extrafein (aufgetaut)
20 ml Noilly Prat
40 ml Weißwein
500 ml kräftige Gemüsebrühe
100 g eiskalte Salzbutter
2 EL Matchatee (einfache Qualität reicht)
100 ml Sahne
5 Minzblätter
16 mittelgroße Garnelen
Olivenöl
Steinsalz, Pfeffer, Piment d'Espelette

Zubereitung
Schalotten und Knoblauch fein hacken. Beides in etwas Olivenöl in einem Suppentopf anschwitzen. Thymianblättchen und Erbsen dazugeben. Ebenfalls leicht anschwitzen. Mit Noilly Prat und Weißwein ablöschen. Den Alkohol etwas verkochen lassen. Mit der Brühe auffüllen und mit geschlossenem Deckel 15 Minuten sanft köcheln lassen. Etwa 200 g der gekochten Erbsen entnehmen und separat aufbewahren. Den Rest der Suppe durch die Flotte Lotte (s. Grundsätzliches) passieren (oder mit dem Stabmixer gründlich pürieren). Zurück auf den Herd setzen und die eiskalte Salzbutter mit Hilfe des Stabmixers stückchenweise in die Suppe schlagen. Den Matchatee zusammen mit der Sahne in einer Schüssel aufschlagen. Die geschlagene Sahne anschließend unter die Suppe arbeiten. Zum Schluss die gehackten Minzblätter und die beiseite gestellten Erbsen einrühren. Suppe warmhalten, aber nicht mehr kochen lassen.
In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und darin die Garnelen von beiden Seiten je 30 Sekunden braten. Mit Salz, Pfeffer und Piment d'Espelette herzhaft würzen.
Je 4 Garnelen in die Mitte eines tiefen Tellers setzen und mit der heißen Suppe umgießen. Sofort servieren.

PETERSILIENWURZEL-SUPPE

Zutaten
300 g Petersilienwurzel
2 Schalotten
600 ml kräftige Gemüsebrühe
200 ml Sahne
4 EL gehackte glatte Petersilie
Traubenkernöl
Steinsalz, Pfeffer

Zubereitung
Petersilienwurzeln und Schalotten schälen und in kleine Stücke schneiden. Alles in etwas Traubenkernöl anschwitzen. Mit Brühe und Sahne auffüllen und bei geschlossenem Deckel 30 Minuten köcheln lassen. Mit dem Pürierstab fein pürieren. Die gehackte Petersilie beifügen. Herzhaft abschmecken.

Bemerkung
Bitte in diesem Fall unbedingt die glatte Petersilie verwenden, krause Petersilie bringt nicht den gleichen Geschmack und bei dieser feinen Suppe kommt es besonders auf das Zusammenspiel von Petersilie und Petersilienwurzel an.

RISOTTO MIT KALBSLEBER

Zutaten
30 g getrocknete Steinpilze
550 ml Fleischbrühe
50 g Frühstücksspeck
1 Schalotte
300 g Carnaroli-Risottoreis
100 ml Weißwein
50 g Butter
70 g frisch geriebener Parmesan
300 g Kalbsleber
1–2 EL P.X.-Essig, 15 Jahre alt (s. Kapitel Grundsätzliches)
Olivenöl
Steinsalz, Pfeffer

Zubereitung
Die Steinpilze in 50 ml lauwarmer Fleischbrühe 2 Stunden lang einweichen. Danach durch ein Sieb abgießen, dabei die Einweichbrühe auffangen und mit der restlichen Brühe zusammengießen. Die Brühe erhitzen. Die eingeweichten Pilze grob hacken. Den Speck in feine Streifen schneiden. Die gehackte Schalotte und die Speckstreifen in Olivenöl anbraten. Der Speck soll leicht kross werden. Die Steinpilze beifügen und kurz mitrösten. Reis dazugeben und ebenfalls kurz anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen, verkochen lassen, Brühe dazu, Deckel drauf … kurzum, fertigstellen, wie vorne unter „Risotto kochen“ beschrieben. Während der Risotto abseits des Herds 5–10 Minuten ruht, kümmern wir uns um die Kalbsleber. Dafür schneiden wir sie in kleine, mundgerechte Stücke. Etwas Olivenöl in einer Pfanne stark erhitzen und die Leberstücke darin von beiden Seiten kurz braten. Temperatur reduzieren, salzen, pfeffern und mit P.X.-Essig ablöschen. Risotto auf tiefe Teller verteilen, die Leberstücke darauf verteilen und servieren.

RISOTTO ALLA MANIERA DEL GUARDABOSCHI

Eines Tages hatte ich diverse Dinge in der Küche zu verarbeiten: einen Rest an getrockneten Steinpilzen, eine Tüte voll mit verschiedenen Waldpilzen und dazu noch der Rest eines Radicchio vom Vortag. Außerdem befanden sich im Kühlschrank noch zwei Salsiccia mit Fenchelgeschmack, die gegessen werden mussten. So entstand dieser Risotto, den ich dann „nach Förster-Art“ genannt habe. Wer's vegetarisch halten möchte, der lässt die Wurst weg, was dem Geschmack keinen Abbruch tut.

Zutaten
50 g getrocknete Steinpilze
550 ml kräftige Gemüsebrühe
500 g gemischte Waldpilze (geht zur Not auch nur mit braunen Champignons)
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
300 g Carnaroli-Risottoreis
100 ml Weiß- oder Rotwein
50 g Butter
70 g frisch geriebener Parmesan
300 g Salsiccia mit Fenchel
1 Radicchio
Olivenöl
Steinsalz, Pfeffer

Zubereitung
Die Steinpilze in 50 ml lauwarmer Brühe für 2 Stunden einweichen. Durch ein Sieb abgießen, dabei die Brühe auffangen und zusammen mit der restlichen Brühe aufkochen. Die frischen Pilze säubern und ohne Fett in eine beschichtete Pfanne geben. Auf starker Hitze so lange braten, bis sie quietschen bzw. ihren Saft abgeben. Diesen ganz verkochen lassen. Nun etwas Olivenöl dazugeben (jetzt braten sie richtig), salzen, pfeffern und beiseitestellen.
Schalotte und Knoblauch hacken und in etwas Olivenöl anschwitzen. Den Reis dazugeben, etwas anschwitzen und mit dem Wein ablöschen. Verkochen lassen und anschließend die Brühe einfüllen und die zur Seite gestellten Pilze unterrühren. Deckel drauf und weiter kochen, wie vorne unter „Risotto kochen“ beschrieben.
Während der 5–10 Minuten Ruhephase die Salsiccia aus der Pelle drücken und zu Kügelchen rollen. In etwas Olivenöl kräftig braten. Den Radicchio in feinste Streifen schneiden und für die letzten 30 Sekunden zu dem Brät in die Pfanne geben. Pfanneninhalt mit dem Risotto mischen und in tiefen Tellern servieren.

REIBEKUCHEN

Über „normale“ Reibekuchen habe ich mich schon im ersten SATT ausgelassen. Was sich seit damals geändert hat, ist nichts – und doch alles. Ich habe nämlich nach Jahren des Suchens endlich die perfekte Kartoffel gefunden. Eine, mit der man auch Pommes frites so hinbekommt, wie sie sein müssen: Außen knusprig und innen cremig. Die Sorte heißt Agria und ist eine gelbfleischige und mehligkochende Frucht. Ihr werdet begeistert sein.
Deshalb für die, die das alte SATT-Kochbuch nicht besitzen, hier schnell das Grundrezept.

Zutaten
1,5 kg Kartoffeln der Sorte Agria
1 Gemüsezwiebel
2 Eier
2–3 EL weiche Haferflocken
Steinsalz, Pfeffer
1 Bund Petersilie
Pflanzenöl zum Ausbacken

Zubereitung
Kartoffeln und Zwiebel putzen und in kleine Stücke schneiden. Beides durch die feine Reibe der Küchenmaschine drehen. Habt ihr keine entsprechende Küchenmaschine, müsst ihr Kartoffeln und Zwiebel auf der Handreibe zu Mus verarbeiten. Ist allerdings sehr lästig. Der Kartoffelbrei, der so entsteht, sollte in einem feinen Sieb aufgefangen werden, das über einer Schüssel hängt. Abwarten, bis die Flüssigkeit aus der Zwiebel-Kartoffel-Masse nahezu vollständig in die Schüssel getropft ist. Den Kartoffelbrei erst einmal zur Seite stellen. 15 Minuten warten, bis sich in der Schüssel das Kartoffelwasser von der Kartoffelstärke getrennt hat. Das nun obenauf stehende Kartoffelwasser wegschütten. Am Boden seht ihr einen dicken, zähen Brei – die Stärke. Abgetropfte Kartoffelmasse zurück in die Schüssel geben und mit dieser Stärke verrühren. Jetzt die Eier, Haferflocken und Gewürze zugeben und gut mischen. Zum Schluss die fein gehackte Petersilie unter den Teig heben.
Das Pflanzenöl zwei Finger hoch in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Reibekuchen darin portionsweise knusprig ausbacken.
Als Erinnerung an meine geliebte Großmutter gebe ich übrigens noch ein paar Spritzer Maggi an die Kartoffelmasse. Müsst ihr nicht machen, ist völlig aus der Zeit, aber es schmeckt wirklich nicht schlecht.

KARTOFFEL-RÖSTI

Zutaten
1 kg Kartoffeln der Sorte Agria
Steinsalz, Pfeffer, Muskat
Butterschmalz

Zubereitung
Die Kartoffeln schälen, waschen und abtrocknen. Auf einer Handreibe oder mit Hilfe einer elektrischen Küchenmaschine grob raspeln. (Der entscheidende Unterschied zu Reibekuchen. Bitte unbedingt beachten!!) Gut würzen und durchmengen.
Nun am besten in zwei großen, beschichteten Pfannen etwas Butterschmalz nicht zu stark erhitzen. Mit Hilfe eines Löffels die Röstimasse in die heiße Pfanne geben.
Zur Größe: In eine normale Bratpfanne passen vier kleine Rösti. Nun langsam und entspannt braten. Ist eine Seite schön gebräunt, wenden und zu Ende braten. Vor dem Servieren auf Küchenkrepp etwas entfetten.

Rösti kann man einfach so essen oder zusammen mit säuerlichem Apfel-/Birnenkompott (selbst gemacht, versteht sich) servieren. Sehr gut schmeckt dazu aber auch ein frisch geschabtes und kräftig gewürztes Tatar, gebeizter Lachs und natürlich – ja, ja – Zürcher Geschnetzeltes. Etwas Besonderes wäre allerdings, wenn ihr dazu mal den Kapern-Sardellen-Quark aus dem Kapitel Saucen, Dips und Chutneys servieren würdet.

Varianten
Variante 1: Ich möchte jetzt noch zwei Varianten nachreichen. Die erste ändert sich nur dadurch, dass die Kartoffeln mit einem Gemüse-Spiralschneider (s. Kapitel Grundsätzliches) in lange „Nudeln“ verwandelt werden. Diese bitte leicht salzen und etwas Thymian dazugeben. In Butterschmalz ausbraten, dabei nicht zusammendrücken. Dadurch, dass sie locker wie ein Scheiterhaufen in der Pfanne liegen, werden sie hinterher besonders knusprig.
Variante 2: Die zweite Variante ist die in der Schweiz meistverbreitete: Rösti aus gekochten Kartoffeln. Dafür brauchen wir zwei Tage alte Pellkartoffeln, die wir grob raffeln. Salzen und pfeffern und einen dicken Klatsch davon ins heiße Butterschmalz geben. Mit einem Schaber in eine runde Form bringen, aber ebenfalls nicht festdrücken. Die Masse darf gut 2 cm hoch sein. Von jeder Seite ca. 10 Minuten braten.

Tipp
Zu allen Rösti – besonders zu Variante 1 – passt die folgende Sauce von der Konsistenz einer weichen Mayonnaise. Nehmt einen Becher Crème fraîche und gebt Abrieb und Saft einer Limette dazu. Salzen und pfeffern und am Ende so viel Wasabi-Paste einrühren, wie ihr mögt oder vertragt. Liebe ich total!
Und noch ein Tipp für ebendiese Variante:
Der große Alain Passard gibt unter die rohen Spiralkartoffeln neben Salz und Pfeffer eine ordentliche Menge frisch gehackten Knoblauch und eine gute Handvoll zerrupfter Salbeiblätter, bevor er die Rösti ausbackt.

Rote-Bete-Gnocchi

Zutaten
1 Portion Gnocchi nach Grundrezept
1 kleine vorgegarte Rote Bete
Evtl. weiteres Mehl
Butter
Parmesan

Zubereitung
Gnocchi wie im Grundrezept beschrieben herstellen. Die Rote Bete in Stücke schneiden und anschließend fein pürieren. Unter den Gnocchiteig kneten. So viel Mehl beifügen wie nötig, um einen elastischen Teig zu bekommen. Weiter verfahren wie im Grundrezept beschrieben. Die Gnocchi mit zerlassener Butter und frischem Parmesan bestreut, servieren.

Gnocchi mit Fontina

Der Fontina ist ein weicher Rohmilchkäse aus dem Aostatal. Im Original wird dieses Gericht mit einem Käse namens Bitto gemacht. Ein Käse, der nur in der Provinz Sondrio hergestellt werden darf. Solltet ihr darauf stoßen, zögert nicht.

Zutaten
1 Portion Gnocchi
125 g Sahne
200 g Fontina
2–3 EL Petersilie
Steinsalz, frischer Pfeffer

Zubereitung
Während die Gnocchi kochen, die Sahne bei schwacher Hitze in einem Topf erwärmen. Den zuvor geriebenen Fontina einrühren, bis er vollständig aufgelöst ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Gnocchi mit einem Schaumlöffel aus dem Kochwasser heben und direkt in die Sauce geben. Auf Teller verteilen und gehackte Petersilie darüberstreuen.

Tipp
Man kann die Gnocchi auch mit der Gorgonzola-Sauce aus dem Kapitel Nudeln servieren.

Gnocchi mit Blutwurst

Na, das wird die Leserschaft entzweien. Wir nehmen Blutwurst, weil man die italienische Mustardela, eine spezielle Blutwurst aus dem Piemont, bei uns kaum findet.

Zutaten
50 g Butter
1 Stange Lauch (nur das weiße)
2 EL Thymianblättchen
200 g Blutwurst
20 g Ricotta salata (gesalzener und gereifter Ricotta aus Sardinien, sehr schön würzig)
Steinsalz, Pfeffer

Zubereitung
Während die Gnocchi garen, in einer großen Pfanne die Butter auslassen. Den Lauch in feine Streifen schneiden und in der Butter kurz schwenken, bis er weich ist. Thymianblättchen abzupfen und dazugeben. Blutwurst aus dem Darm nehmen und in kleinen Stückchen ebenfalls beifügen. So lange warten, bis die Wurst fast geschmolzen ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gnocchi mit einem Schaumlöffel aus dem Kochwasser heben und direkt in die Sauce geben. Auf Teller verteilen und Ricotta salata darüberreiben.

PEPERONATA

Zutaten
Je 2 große rote und gelbe Paprika
100 g Schalotten
6 Knoblauchzehen
1 EL Kokosblütenzucker
6 EL P.X.-Essig, 15 Jahre alt
200 ml Rotwein
2 EL Thymianblättchen
1 großer Zweig Rosmarin
150 ml kräftige Gemüsebrühe
10 EL Olivenöl
Steinsalz, Chiliflocken

Zubereitung
Die Paprika häuten. Schalotten und Knoblauch schälen und fein hacken. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Gnocchi und Semmelknödel und den Knoblauch darin anschwitzen. Den Zucker darüberstreuen und leicht karamellisieren lassen. Mit Essig ablöschen und mit dem Rotwein auffüllen. Die Kräuter beigeben und die Flüssigkeit bei milder Hitze auf ⅓ der Menge einreduzieren. Den Rosmarinzweig wieder entfernen und die Gemüsebrühe angießen. Nochmals auf die Hälfte einkochen lassen. Mit Salz und Chiliflocken abschmecken. Die Paprikastücke in den Sud legen und den Topf vom Herd nehmen. Heiß oder besser lauwarm servieren.
Lecker schmeckt eine Scheibe geröstetes Weißbrot dazu. Dick schneiden, nur leicht anrösten, damit die Kruste nicht hart wird, mit einer Knoblauchzehe abreiben und zu der Peperonata reichen.

KNOBLAUCH-PAPRIKA-GEMÜSE

Zutaten
1 kg rote, gelbe und orange Paprikaschoten
10 Knoblauchzehen
2 EL Kreuzkümmelsamen
1 EL Piment d'Espelette
5–7 EL Paprikamark
3 EL Olivenöl
Steinsalz

Zubereitung
Paprika putzen und in Streifen schneiden. Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Kreuzkümmel leicht anmörsern. In einem beschichteten Topf den Kreuzkümmel kurz rösten. Dann das Olivenöl dazugeben. (Achtung, zischt und könnte spritzen!) Die Paprikastreifen ins heiße Öl geben, einmal gut umrühren, bevor Knoblauch und Piment dazugegeben werden. Nochmals umrühren und mit geschlossenem Deckel bei geringer Hitze 30–40 Minuten so lange garen, bis die Paprikastücke weich sind. Den Deckel abheben und die Hitze erhöhen. Das Paprikamark unterrühren und offen weiterkochen, bis alle Flüssigkeit verdampft ist. Das Gemüse warm oder bei Zimmertemperatur servieren. Dazu braucht es nur ein geröstetes Brot. Aber auch Bratkartoffeln schmecken gut dazu. Oder zu einer schönen Frikadelle servieren, die eventuell mit etwas Schafskäse gefüllt wurde.

FENCHEL IN SAHNE

Zutaten
200 g Gemüsezwiebel
400 g Fenchel
1 Knoblauchzehe
100 ml Riesling
300 ml kräftige Gemüsebrühe
200 ml Sahne
Olivenöl
Steinsalz, Pfeffer

Zubereitung
Gemüsezwiebel und Fenchel putzen und in schmale Ringe oder Streifen schneiden. Knoblauch fein hacken. Zwiebel und Knoblauch in etwas Olivenöl andünsten. Den Fenchel dazugeben und ebenfalls anschwitzen. Mit dem Riesling ablöschen. Die Gemüsebrühe zufügen und bei geschlossenem Deckel 10 Minuten garen. Deckel abheben und die Flüssigkeit vollständig verkochen lassen. Die Sahne angießen und cremig einköcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Passt zu Kartoffelpüree, schmeckt mit Reis oder einem schönen Stück Fisch.

Tipp
Auf die gleiche Weise lässt sich auch Kohlrabi zubereiten. Dafür den Kohlrabi auf der Aufschnittmaschine zuerst in hauchdünne Scheiben und dann mit dem Messer so breit wie Tagliatelle schneiden. Kann auch mit dem Spiralschneider zu dünnen Nudeln verarbeitet werden.

KNOBLAUCH-CHAMPIGNONS

Zutaten
500 g Champignons
4 Knoblauchzehen
200 g zimmerwarme Butter
3 EL Petersilie
Zitronensaft
Steinsalz, Pfeffer

Zubereitung
Den Backofen auf 220 °C vorheizen. Die Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Die Knoblauchzehen mit etwas Salz im Mörser zu einer feinen Paste zerstoßen. Diese mit der zimmerwarmen Butter gut verschlagen. Mit gehackter Petersilie, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Eine große Auflaufform etwas ausbuttern. Die Pilzscheiben nebeneinander hineinlegen und mit der Knoblauchbutter bestreichen. Jetzt im Backofen den Grill zuschalten und die Pilze auf die oberste Schiene in den Backofen schieben. Grillen, bis die Butter zischt und die Champignons leicht Farbe genommen haben. Mit reichlich Baguette zum Aufsaugen der Knoblauchbutter servieren.

Wan-Tan-Täschchen mit Meeresfrüchten gefüllt

Ein perfekter Snack zu einem gehaltvollen Glas Weißwein. Oder auch als Beilage zu einem Stück Fisch mit etwas Spinat, Mangold oder ähnlichem Gemüse servieren.

Zutaten
200 g Calamari
8 Garnelen
1 Schalotte
½ frische rote Chilischote
10 g Ingwer
1 kleine Knoblauchzehe
Abrieb von ½ Bio-Limette
3 EL bestes Olivenöl
16 Wan-Tan-Blätter (TK-Ware im Asia-Laden)
1 Eigelb
Öl zum Frittieren
Fleur de Sel

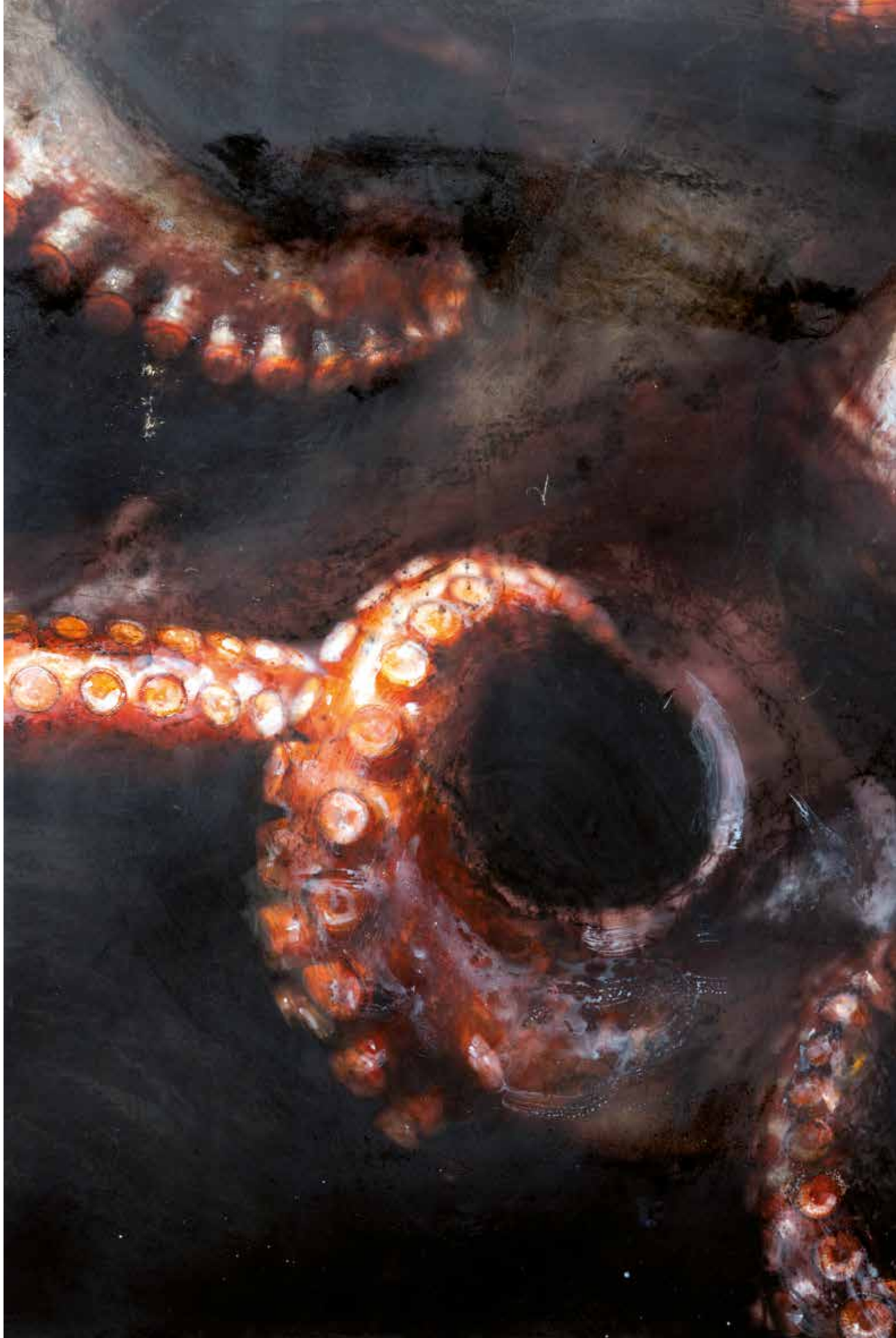
Zubereitung
Die Calamari und die Garnelen durch die feine Scheibe des Fleischwolfs drehen (geht zur Not auch mit dem Messer, dann aber sehr fein hacken). Schalotte und Chilischote fein hacken und zusammen mit dem geriebenen Ingwer, dem geriebenen Knoblauch und dem Limettenabrieb zu den Meeresfrüchten geben. Zum Schluss das Olivenöl unterarbeiten.
Die Ränder der Wan-Tan-Blätter mit Eigelb einpinseln. Je einen Löffel Meeresfrüchte-Frikassee in die Mitte setzen. Die Wan-Tan-Blätter zu Dreiecken zusammenklappen. Ränder gut andrücken. Das Öl in einer Fritteuse oder dem Wok erhitzen und die Teigtaschen darin goldbraun ausbacken. Mit dem Schaumlöffel einmal wenden, danach herausheben. Auf Küchenkrepp etwas abtropfen lassen und leicht gesalzen servieren.

Gebratener oder gegrillter Pulpo

Normalerweise schreckt man hiervor zurück. Ein ganzer Pulpo soll in Brühe mit Aromaten und einem oder mehreren Korken (!) gute 2 Stunden gekocht werden. Liest man das, schwindet das Vertrauen ins Gericht. Besitzt ihr aber einen Schnellkochtopf, geht es plötzlich ganz einfach.

Zutaten
1 küchenfertiger Pulpo, etwa 1 kg schwer
100 ml Rotwein
1 Paprika
1 Fenchelknolle
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
Olivenöl
Fleur de Sel

Zubereitung
Den Pulpo in den Schnellkochtopf legen. Den Wein darübergießen. Paprika, Fenchel und Zwiebel grob zerkleinern, Knoblauchzehe hacken und alles in den Schnellkochtopf geben. Den Deckel nach Vorschrift verschließen. Den Topf auf den Herd stellen und so lange bei großer Hitze kochen, bis beide Ringe des Druckventils sichtbar sind. Ab jetzt zählt die Zeit. Pro Kilogramm rechnet man 7 Minuten. Danach den Topf vom Herd ziehen. Dampf entweichen lassen und abwarten, bis der Pulpo nur mehr lauwarm ist. Aus dem Topf nehmen und die Arme, die jetzt ganz zart sind, abtrennen. Den Mittelteil brauchen wir nicht. Die Arme entweder auf dem heißen Grill oder in etwas Olivenöl in der Pfanne schön knusprig braten. Mit Fleur de Sel würzen und heiß und knusprig servieren.
Dazu passt zum Beispiel eine cremige Polenta, ein gemischter Salat, Bratkartoffeln, ein Kartoffelsalat, Hummus oder Auberginenmus. Ihr seht, es lohnt sich. Und wenn noch etwas übrig bleibt, könnt ihr den restlichen Pulpo noch verwerten (s. nachfolgendes Rezept).



TAFELSPITZ

Am Ende der Rindfleischabteilung steht noch einmal der Tafelspitz, das spitz zulaufende, flache Ende der Rinderhüfte. Hier kommt er nun in seiner reinsten Form, als Wiener Siedfleisch. Man könnte sagen, was der Bevölkerung Pekings die Ente, das ist den Menschen in Österreich der Tafelspitz – nichts weniger als eine Zeremonie.

Zutaten
1 kg Markknochen
2 kg Rinder-Tafelspitz
(alles ab 1,5 kg ist in Ordnung)
1 große Gemüsezwiebel
5 zerstoßene Pfefferkörner
Bouquet garni bestehend aus:
5 Petersilienstängel, 1 Stängel Liebstöckel, 1 Lorbeerblatt
20 Pfefferkörner
5 Wachholderbeeren
200 g Möhren
200 g Petersilienwurzel
1 Stange Lauch
200 g Knollensellerie
Steinsalz, Pfeffer

Zubereitung
Zunächst einmal benötigen wir einen sehr großen Suppentopf. Ich habe für Brühen oder solche Gerichte einen 10-Liter-Topf im Keller. Die Markknochen für ca. 5 Minuten in kochendes Wasser geben. Herausnehmen, abschrecken, Wasser weggießen. Neues Wasser aufsetzen. Wenn es kocht, den Tafelspitz für 3 Minuten einlegen. Herausnehmen, abschrecken, Wasser weggießen. Die Zwiebel mit Schale in der Mitte durchschneiden. Auf den Schnittflächen in einer mit Alufolie ausgelegten Pfanne gut anbräunen. 3–4 Liter frisches Wasser mit 1 gestrichenen EL Salz zum Kochen bringen. Die abgebrühten Markknochen unten auf den Topfboden stellen. (So kommt das Fleisch nicht mit dem Boden in Berührung und gart gleichmäßiger.) Den Tafelspitz zusammen mit den angemörserten Pfefferkörnern, den Wachholderbeeren, den gebräunten Zwiebelhälften und dem Bouquet garni in das Wasser geben. Offen bei geringer Hitze (nicht über 85 °C) simmern lassen, bis das Fleisch wunderbar weich und zart ist. Das dauert bei einem Stück von 2 kg etwa 3 Stunden. Kochen sollte es im Topf nie, wirklich nur leicht sieden. Zum Beginn der Garzeit immer mal wieder den aufsteigenden Schaum im Topf mit einem Schaumlöffel abschöpfen.
Jetzt habt ihr genügend Zeit, das Gemüse zu putzen und in Stücke zu schneiden. Das Gemüse nach 1 Stunde zum Fleisch in den Topf geben.

Die Zeremonie
Als Erstes kommt eine kräftige Brühe auf den Tisch. Dazu das Fleisch und die Markknochen aus der Brühe heben. Die Brühe durch ein Sieb abgießen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. In die Brühe können Markklößchen oder Kräuterflädle gegeben werden. Auch Gemüse-Julienne schmecken fein.
Bis zum Servieren des Hauptgangs verbleibt der Tafelspitz nun wieder in der restlichen Brühe. Zum Servieren wird das Siedfleisch quer (!!) zur Faser in schöne Scheiben geschnitten. Und die werden nun mit diversen Beilagen serviert. Zumeist reicht man irgendeine Art von Kartoffel dazu. Ob Salzkartoffeln, Bratkartoffeln, Rösti oder cremiges Püree dazu serviert wird, ist eigentlich egal. Und natürlich: frisches Marktgemüse, klassisch wäre allerdings Rahmspinat. Das Wichtigste aber sind die beiden klassischen Beilagen: Schnittlauchsauce und Apfelkren (Kren = Meerrettich). Deshalb dazu hier zwei Rezeptvorschläge.

SCHNITTLAUCHSAUCE

Zubereitung
Weißbrot in der Milch einweichen, gut ausdrücken und zusammen mit den hartgekochten und den rohen Eigelben, dem Essig, Senf, Salz, Pfeffer und Zucker in einem hohen Gefäß fein pürieren. Anschließend mit dem Handmixer das Öl in einem dünnen Strahl einlaufen lassen, bis eine cremige Mayonnaise entsteht. Abschmecken und mit so viel fein geschnittenem Schnittlauch wie gewünscht fertigstellen.
Wenn euch die Creme zu dick erscheint, schlagt einfach so viel Joghurt unter, bis sie schön weich-cremig ist. Dann allerdings erneut abschmecken.

Zutaten
100 g Weißbrot ohne Rinde
150 ml Milch
2 hartgekochte Eigelb
2 rohe Eigelb
1 EL Apfelessig
1 TL Senf
200–300 ml Sonnenblumenöl
10 EL Schnittlauchröllchen
Steinsalz, Pfeffer, Zucker
Evtl. Joghurt

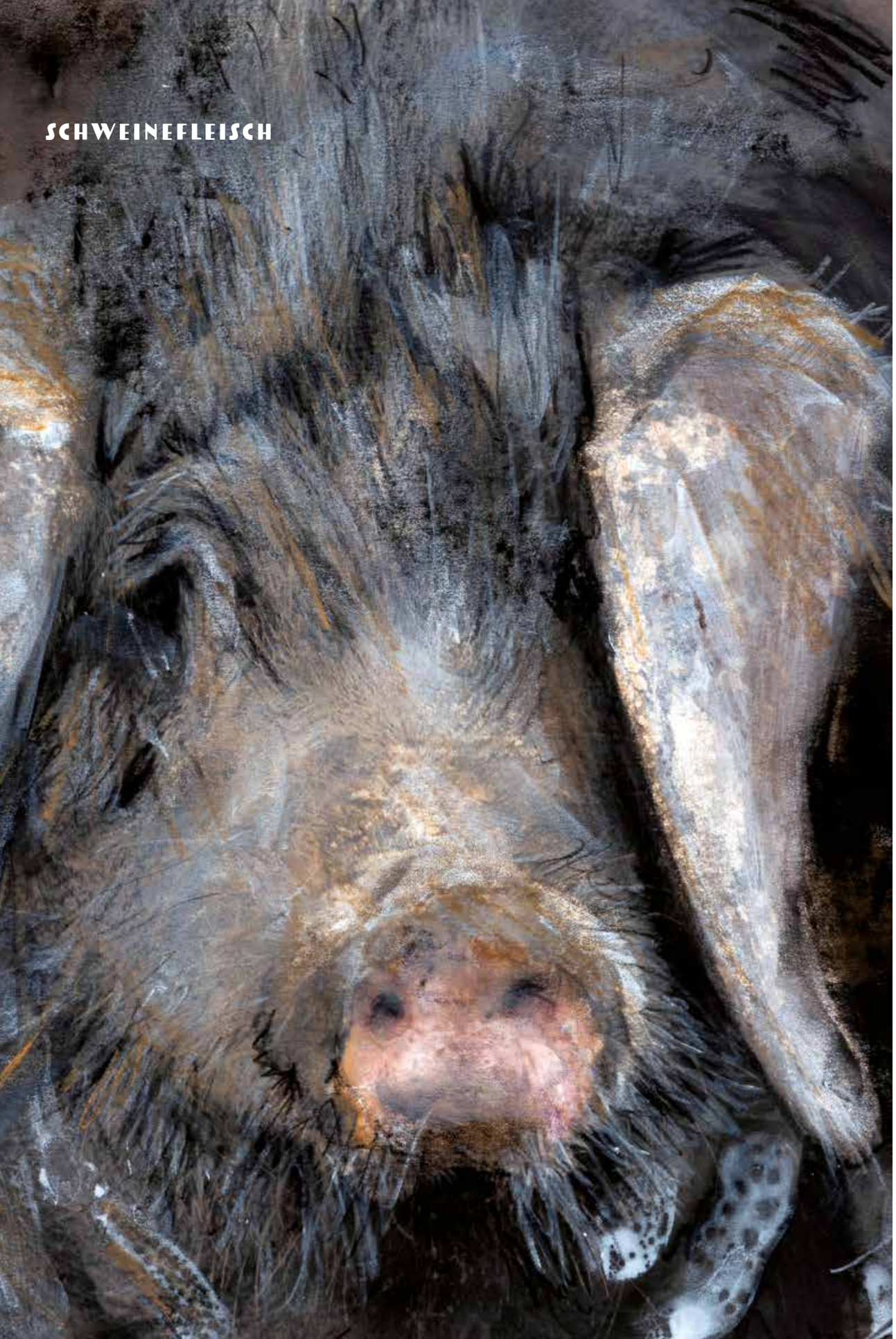
APFELKREN

Zubereitung
Die Äpfel schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und sehr fein hacken. Mit etwas Zitronensaft mischen, damit sie nicht braun werden. Den Meerrettich frisch reiben und sofort mit den restlichen Zutaten unter das Kompott heben und abschmecken.

Zutaten
300 g säuerliche Äpfel
Saft von ½ Bio-Zitrone
20 g frischer Meerrettich
1 EL Apfel-Meerrettich aus dem Glas
10 g Zucker
1 EL Pflanzenöl
Steinsalz, Pfeffer

Schlussbemerkun
Vielleicht, ganz vielleicht, bleibt ja ein Stück Tafelspitz übrig. Dann hätte ich hier noch ein paar Vorschläge:
- Das Fleisch kann wunderbar in kleine Würfel geschnitten in einer kräftigen Brühe serviert werden.
- Man kann aus dem kalten Fleisch und zarten Bohnen einen leckeren Fleischsalat machen.
- Ihr könnt den Braten dünn aufschneiden, wie ein Roastbeef, ihn auf einer Seite mit Sahnemeerrettich bestreichen und mit säuerlichen Apfelstiften belegt aufrollen. Kalt essen.
- Oder dünne Scheiben vom Siedfleisch von beiden Seiten mit Senf einstreichen, in Pankobröseln wenden und wie ein Wiener Schnitzel in Butterschmalz ausbacken.

Ihr seht, es lohnt sich immer, im Zweifel das größere Stück zu kaufen.



GEFÜLLTES SCHWEINEKOTELETT

Zutaten
4 dicke Schweinekoteletts mit Knochen à 200–250g
2 hartgekochte Eier
25 g Pankobrösel
50 g Parmesan
100 g frischer Caciocavallo
100 g Schweinehackfleisch
6 Scheiben Salami
Butter/Traubenkernöl
200 ml Rotwein
Steinsalz, Pfeffer

Zubereitung
In die Koteletts eine tiefe Tasche schneiden. (Das kann auch der Metzger für euch erledigen.) Die hartgekochten Eier mit den japanischen Pankobröseln, dem geriebenen Parmesan, dem feingewürfelten Caciocavallo, dem gut gewürzten Schweinehack und der in Würfelchen geschnittenen Salami zu einer festen Masse vermengen. Diese in die Taschen der Koteletts füllen. Die Taschen mit Küchengarn zunähen. Die Koteletts salzen und pfeffern.
Den Backofen auf 220 °C vorheizen. In einer großen Pfanne Butter und Öl erhitzen und das Fleisch darin von beiden Seiten kräftig anbraten. Anschließend die Pfanne für ca. 20 Minuten in den heißen Backofen stellen. Nach 15 Minuten den Rotwein angießen. Dieser darf vollständig verdampfen. Er soll keine Sauce ergeben, sondern dem Fleisch etwas zusätzlichen Geschmack verleihen.

Bemerkung
Caciocavallo erhaltet ihr im italienischen Feinkostgeschäft. Er ist einer der meistverbreiteten Käse Italiens. Sehr lecker schmeckt er, wenn man ihn mit etwas Salami in einem Panini erwärmt. Der Käse verläuft sehr gut.

SCHWEINEBRATEN IN MILCH

Das Garen großer Braten in Milch ist eine Spezialität der Mittelmeerländer. Bei uns eher bestaunt, kommt eine Arista di Maiale in Italien gerne bei Familienfesten auf den Tisch.

Zutaten
1 kg Schweinerücken mit Schwarte
8 Zweige frischer Thymian
1 Gemüsezwiebel
200 g Möhren
100 g Staudensellerie
100 g Kartoffeln
2 Knoblauchzehen
200 ml Weißwein
800 ml Vollmilch
Olivenöl
Steinsalz, Pfeffer

Zubereitung
Mit einem scharfen Messer die Schwarte vom Rücken schneiden. 4 Zweige Thymian auf den Rücken legen, die Schwarte wieder aufsetzen und den Braten wie einen Rollbraten mit Küchengarn zusammenbinden.
Den Backofen auf 150 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Zwiebel, Möhren, Sellerie, Kartoffeln und Knoblauch putzen bzw. schälen und in kleine Stücke schneiden. Einen Bräter erhitzen und den Braten in etwas Olivenöl darin rundum anbraten. Salzen und pfeffern, aus dem Topf heben und beiseitestellen.
Erneut etwas Olivenöl in den Bräter geben und darin das Gemüse anrösten. Mit dem Wein ablöschen und diesen vollständig verkochen lassen. Jetzt den Braten auf das Gemüse legen. Restlichen Thymian dazugeben und die Milch angießen.
Zugedeckt im Backofen 60–85 Minuten garen. Nach dem Ende der Garzeit Braten aus dem Topf nehmen, Schwarte entfernen und das Fleisch abgedeckt im nunmehr ausgeschalteten Backofen warmhalten. Thymianzweige entfernen und den Topfinhalt pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zum Braten servieren. Dazu passen Bratkartoffeln, Knödel, aber auch Gnocchi und ein gemischter Salat.

LEBERKNÖDEL

Eingelegt in eine kräftig-klare Fleischbrühe schmecken die Knödel ebenso großartig wie mit geschmolzener Butter und darin ausgelassenem Speck. Ob mit Sauerkraut oder Kartoffelpüree oder beidem – die Knödel sind einfach lecker.

Zutaten
1 altbackenes Brötchen
2 weiße Zwiebeln
300 g Kalbsleber
500 g Kalbfleisch
5 EL Petersilie
1 Ei
1 Eigelb
80 g japanische Pankobrösel
Steinsalz, Pfeffer

Zubereitung
Das Brötchen in lauwarmem Wasser einweichen. Zwiebeln, Leber und Kalbfleisch zerkleinern und zusammen mit dem gut ausgedrückten Brötchen zweimal durch die feine Scheibe des Fleischwolfs treiben. Gehackte Petersilie, Ei, Eigelb und Pankobrösel gut untermischen und die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für mindestens 2 Stunden kaltstellen.
In einem breiten Topf ausreichend Salzwasser erhitzen. Die Knödelmasse aus der Kühlung nehmen und ca. 8 Knödel daraus formen. Vorsichtig ins Salzwasser gleiten lassen. Sobald sie an die Oberfläche steigen, noch ca. 15–20 Minuten sanft köcheln lassen.

HÜHNERLEBER-PASTETE

Zutaten
240 g Hühnerleber
1 Schalotte
2 Knoblauchzehen
100 g zimmerwarme Salzbutter
2 Zweige Thymian
2 Lorbeerblätter
1 EL Worcestershiresauce
1 EL spanischer Brandy
Pfeffer

Zubereitung
Hühnerleber putzen. Schalotte und Knoblauch fein hacken. 20 g der Butter in einer Pfanne erhitzen. Schalotten und Knoblauch zusammen mit Thymian und Lorbeer andünsten. Dann die Hühnerleber in die Pfanne geben und leicht Farbe nehmen lassen. Mit Worcestershiresauce und Brandy ablöschen. 5 Minuten weiter dünsten. Die Pfanne vom Herd nehmen und nochmal 5 Minuten ruhen lassen. Lorbeer und Thymian entfernen. Den restlichen Pfanneninhalt in ein hohes Gefäß schütten und zusammen mit der restlichen Butter fein pürieren. Die Masse mit ordentlich frisch gemahlenem Pfeffer würzen. Mindestens 5 Stunden im Kühlschrank durchkühlen lassen. Hält sich in einem luftdicht verschlossenen Glas etwa eine Woche.

HÜHNERLEBER-PASTETE, EINE VARIANTE

Zutaten
300 g Hühnerleber
50 g rote Zwiebeln
100 g Rindergehacktes
1 EL Thymianblättchen
2 EL P.X.-Essig, 15 Jahre alt
1 EL flüssiger Honig
100 g zimmerwarme Salzbutter
1 EL Petersilie
Olivenöl
Pfeffer, evtl. Fleur de Sel

Zubereitung
Hühnerleber putzen und in kleine Stücke schneiden. Zwiebeln fein hacken. Die Leber in etwas Olivenöl braten. Anschließend aus der Pfanne heben und in eine Schüssel geben. Im Bratansatz der Leber die gehackten Zwiebeln, das Hackfleisch und den Thymian kräftig braten, bis das zerkrümelte Hack gebräunt ist. Mit Essig und Honig würzen. Den Pfanneninhalt zu den Leberstücken geben. Die Butter und die gehackte Petersilie ebenfalls in die Schüssel geben. Den gesamten Inhalt grob pürieren. Mit Pfeffer kräftig abschmecken und auf getoasteten Weißbrotscheiben servieren. Eventuell noch mit etwas Fleur de Sel bestreuen.

Mayonnaise

Als Reminder aus dem ersten SATT-Kochbuch kurz das Grundrezept für eine hausgemachte Mayonnaise, die dann in zig Variationen angepasst werden kann. Wichtig: Alle Zutaten müssen immer die gleiche Temperatur haben (Zimmertemperatur).

Zutaten
1 Eigelb
1 TL Senf
1 Spritzer Vinaigre de Reims
Ca. 150 ml Sonnenblumenöl
Steinsalz, Pfeffer

Zubereitung
Eigelb, Senf und Essig in ein schmales, hohes Gefäß geben. Mit dem Handrührer verschlagen. Das Öl in einem dünnen Faden einlaufen lassen. Immer wieder warten, bis das Ei mit dem Öl emulgiert. So lange weitermachen, bis die Mayonnaise so dick wie gewünscht ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp
Es gibt nur zwei Gründe, warum eine Mayonnaise nicht gelingt. Zum einen, wenn die Zutaten nicht die gleiche Temperatur haben. Zum anderen, wenn das Gefäß, in dem sie aufgeschlagen wird, „fettig“ ist, also nach dem Spülen noch Rückstände von Spülmittel zu finden sind. Deshalb immer vor Gebrauch noch einmal gut mit heißem Wasser durchspülen und gut abtrocknen.

Grundmayonnaise – leicht süsslich

Anstatt Vinaigre de Reims Apfelessig nehmen und zusätzlich noch 1 EL Ahornsirup oder Honig beifügen.

Pikante Paprikamayonnaise

In eine Portion Mayonnaise 1 TL Chiliflocken geben und zum Schluss 1 EL Paprikamark unterrühren.

Safranmayonnaise

In eine Portion Mayonnaise einige Fäden Safran einrühren, die zuvor in wenigen Tropfen Wasser eingelegt waren.

Ingwermayonnaise

In eine Portion Mayonnaise geben wir: 1 kleingewürfelten Boskop-Apfel, 1 TL Zitronensaft, 1 EL frisch geriebenen Ingwer, 1 TL scharfes Currypulver sowie 2 EL von dem Mango-Chutney, das ihr weiter hinten in diesem Kapitel findet.

Sardellenmayonnaise

4 Sardellenfilets, 1 Knoblauchzehe und 1 EL Kapern mit etwas Salz im Mörser zu einer feinen Paste zerstoßen. Die Paste zum Schluss unter eine Portion Grundmayonnaise ziehen und im Kühlschrank etwas durchziehen lassen.

DIE SATT-MACHER

Detlef Kellermann, geb. 1957, lebt und arbeitet als freischaffender Künstler und Illustrator in Aachen. Seine Arbeiten wurden mehrfach ausgezeichnet und in vielen Zeitschriften publiziert. Alle Werkgruppen wurden bisher mit Buch- oder Katalog-Veröffentlichungen begleitet. Diese weitere Zusammenarbeit mit Werner Köhler markiert eine besondere und langjährige Freundschaft, was dem Buch eine über die Arbeit hinausgehende Bedeutung verleiht.

Werner Köhler, geb. 1956, ist Autor von bislang zwölf Romanen und vier Kochbüchern. Außerdem ist er einer der Gründer des Literaturfestivals lit.COLOGNE. Zusammen mit Detlef Kellermann erfand er 2001 die Marke SATT und schrieb das gleichnamige Kochbuch. Zuletzt erschienen: „Die dritte Quelle“, eine Art Fortsetzung seines Romans „Drei Tage im Paradies“. „Cookys“ und „Cookys Reise“ spielen im Koch-Milieu.

Impressum

Copyright 2022 für alle Bilder: Detlef Kellermann
Copyright 2022 für alle Texte: Werner Köhler
Lektorat: Christiane Heering-Labonté
Gestaltung: Philipp Niermann
Herstellung: LKO Verlagsgesellschaft mbH, Köln
Druck: Sieprath GmbH, Aachen

ISBN: 978-3-933357-74-8