

Hagen Gnote
REZEPTHEFT
Nr. 13

Hagen Gnote

Das Beste fürs Kochen und Genießen



feine
Winter-Gemüse

HAGEN GROTE – WISSENSWERTES WINTERGEMÜSE FÜR DIE FEINE KÜCHE

Bei eisigem Frost, Schnee und stürmischen Winden wirken unsere Felder und Gärten wie verwaist, und mit den natürlichen Zutaten der Saison zu kochen erscheint entsprechend schwierig. Wir schwelgen dank Importen aus fernen Ländern, beheizten Gewächshäusern oder Tiefkühlkost selbst im strengsten Winter in einem reichhaltigen Supermarktangebot sommerlicher Gemüse. Nicht immer ganz ausgereift, aber weithin akzeptabel. Dennoch ist es überaus reizvoll, unsere Küche mit saisonalen Wintergemüse-Gerichten zu bereichern, die erst in der kalten Jahreszeit ihren geschmacklichen Höhepunkt erreichen. Darunter gibt es einige vermeintlich grobe Gesellen, die richtig zubereitet selbst in der feinen Küche zu herausragenden kulinarischen Höhepunkten beitragen.



Im Laufe der letzten Jahrhunderte wurde das natürliche winterliche Gemüseangebot durch verschiedene Entwicklungen sogar vervielfältigt. Der heute allgegenwärtige **Brokkoli** wurde einst als reiner Winterblumenkohl von Katharina von Medici aus Italien nach Frankreich eingeführt. Winterlichen **Chicorée** verdanken wir der Entdeckung eines belgischen Gärtners vor über 180 Jahren, der in einer dunklen Ecke seines Gartens rein zufällig unseren heutigen Chicorée als Wurzeln wilder Endivien vergessen hatte. Als jüngster Spross der sechsköpfigen Endivien-Familie ist er als feiner Salat oder in Schinken geschmort eine willkommene Bereicherung unserer Küche. Ebenso köstlich ist **Feldsalat**, eine rein winterliche Salatpflanze, die härtesten Frost verträgt. Allerdings muss er nach der Ernte zügig verbraucht werden. Einmal gepflückt, fallen seine zarten Blätter schnell in sich zusammen.

Topinambur, ein typisches Gemüse der winterlichen Küche, wurde aus der neuen Welt kommend in Europa eingeführt und deshalb lange Kanada-Kartoffel genannt. Geputzt, in dünne Scheiben geschnitten und 10-15 Minuten gekocht ist Topinambur eine würzige Einlage feiner Suppen. Als Gemüsebeilage lassen sich die gekochten Scheibchen wie Kartoffeln in Öl knusprig braten oder in Ausbackteig getaucht frittieren. Allerdings ist vom Verzehr zu großer Mengen abzuraten, da sie Blähungen verursachen können.

Ein „importiertes“ Wintergemüse par excellence sind **Schwarzwurzeln**, die sich aus Spanien kommend Ende des 16. Jahrhunderts über Frankreich in Europa verbreiteten. Die Vorbereitung dieses ganz zu unrecht selten angebotenen Wintergemüses ist ein wenig lästig. Ihre erdige, schwarzbraune grobe Schale sondert beim Schälen klebrigen, schnell braun oxidierenden Milchsäure ab. Da er schwer von den Händen zu entfernen ist, sollten beim Schälen unter fließendem Wasser Gummihandschuhe oder Einmalhandschuhe (von der Tankstelle) getragen werden. Verfärbungen der Hände lassen sich mit Zitronensaft entfernen. Fertig geschälte Schwarzwurzeln werden sofort in Wasser mit Zitronensaft und einem Esslöffel verquirltem Mehl eingelegt, um die schöne helle Farbe zu erhalten. Gar sind sie nach 20 Minuten Kochzeit in Salzwasser (10 g Salz/Liter) mit Zitronensaft.



Einen zwiespältigen Ruf als kulinarisch hochwertiges Gemüse hat die umfangreiche, als Wintergemüse hervortretende Kohl-Familie. Zu lange gekocht verbreiten einige Sorten den unangenehmen Geruch gering qualifizierter Großküchen. Alle Sorten entstammen einer europäischen Wildform, die seit der Antike in unterschiedlichen Varianten kultiviert werden. Erste schriftliche Rezepte sind seit dem 12. Jahrhundert dokumentiert.

Die wichtigsten Vertreter der Kohlfamilie sind **Weißkohl**, **Wirsing** und **Rotkohl**. Weißkohl genießt seine überragende Bedeutung als Grundprodukt für die Sauerkraut-Herstellung. In den USA ist „Coleslaw“, Salat aus Weißkohl, als gesunde Komponente der Junk Food Küche nicht wegzudenken. Die Entdeckung der Haltbarmachung des Weißkohls durch Fermentation zu Sauerkraut als wertvolle winterliche Vitamin-C-Quelle soll auf die Kelten zurückgehen.

Wohingegen **Wirsingkohl** ein vielfältiges Spektrum unterschiedlichster Anwendung auch in der feinen Küche bietet. Er eignet sich für eine Vielzahl von Füllungen, und richtig zubereitet ist er eine köstliche Beilage. Dafür wird er blanchiert, kalt abgeschreckt, von Blattrippen befreit und, ganz wichtig, in kleinen Portionen mit den Händen kräftig ausgepresst. Grob gehackt, zusammen mit angedünsteten Zwiebel- und Möhrenwürfeln, Weißwein, Geflügelfond und Sahne heiß gerührt, ist er mit Salz und Pfeffer gewürzt einfach köstlich.

Rotkohl lässt sich als feiner Salat oder als raffiniert gewürzte Beilage zubereiten. Beispielsweise marinieren man frisch gehobelten Rotkohl ohne weiße Teile 48 Stunden in einem zuvor aufgekochten Sud aus je 1/3 Rotwein, Portwein, Orangensaft, gewürzt mit Zimt, Lorbeer, Nelke und Wacholder. Anschließend im Ofen eine Stunde bei 180 °C garen, dann mit dem sämig reduzierten Marinier-Sud mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Grünkohl (Braunkohl) ist eine weltweit verbreitete, dickstänglige, vollkommen winterfeste Blattkohlarart. Es wird gesagt, dass die Pflanze Frost ausgesetzt sein sollte, um ihre würzigen Aromen zu optimieren, was nicht richtig ist. Vielmehr ist eine späte Ernte für deren Geschmacksverbesserung entscheidend, da die Pflanze dann einen wesentlich höheren Zuckergehalt eingelagert hat. Als rustikales, typisch nord-deutsches Gericht hat es „Kohl und Pinkel“

RUSTIKALE WURZELGEMÜSE
UND KOHLSORTEN AUS DER REGION
SIND IM WINTER FÜR KREATIVE KÖCHE EINE
BESONDERE HERAUSFORDERUNG.





WINTERLICHES GEMÜSE RAFFINIERT
KOMBINIERT: PROBIEREN SIE UNSERE
NEUEN GERICHTE >

zu einiger Bekanntheit gebracht. „Pinkel“, eine geräucherte Grützwurst, wird zusammen mit dem Kohl zubereitet und trägt mit ihrer kräftigen Würze wesentlich zum Gelingen des Gerichtes bei. Aber auch gepökeltes Fleisch wie Kassler und Speck werden bei der Zubereitung verwendet. Und ganz aktuell, Grünkohl wird seit Neuestem als Smoothie getrunken. Um die ausgeprägten Bitterstoffe zu mildern, sollten die Blätter vor der Zubereitung 3 Minuten in kochendem Wasser blanchiert werden. Dann werden sie zusammen mit angedünsteten Zwiebeln, der Fleischleinlage und Brühe in ca. 45 Minuten fertig gegart.

Beim **Rosenkohl** scheiden sich trotz seines hübschen Namens gelegentlich die Geister der Feinschmecker, ob er zu den kulinarisch bedeutenden Gemüsen gehört. Für Rosenkohl gilt: Je später geerntet, umso mehr Zucker hat er eingelagert, was seinen Geschmack erheblich verbessert. Es ist (wie bei Grünkohl) eine Mär, dass erst Frost die Verbesserung seines Geschmacks bewirkt. Ganz entscheidend für ein gutes Ergebnis ist die Produktqualität. Die Röschen sollten ganz fest sein und die äußeren Blätter eng anliegen und nicht gelb, sondern schön grün sein. Vor der Zubereitung sind äußere Blätter und Stängel zu entfernen. Um seine Aromen zu mildern und die grüne Farbe zu erhalten, wird er in der feinen Küche zuerst in kochendem Wasser mit etwas Zucker ohne Salz 10 Minuten blanchiert. Herausnehmen, abtropfen lassen und in Salzwasser (10 g Salz/Liter) langsam unbedeckt gar kochen. Die Kochzeit sollte kurz sein, damit er schön knackig bleibt. Erst nach dem Kochen nochmals leicht salzen, wodurch ihm überschüssige Flüssigkeit entzogen wird. Als ebenso einfache wie köstlichste Zubereitung kann man ihn anschließend in reichlich Butter mit Pfeffer und etwas Muskat gewürzt leicht braun braten.

Auch **Kohlrabi** zählt mit seinen 30 weißen und 14 blauen bekannten Varietäten, die sich geschmacklich wenig unterscheiden, zu den Kohlsorten. Kohlrabi wird ganzjährig angebaut und geerntet, wobei die wichtigere Herbst-Winterernte den doppelten Ertrag wie der Frühjahrsanbau bringt. Beim Einkauf sollten möglichst junge, kleine Kohlrabis gekauft werden. Ältere große Exemplare können innen holzig sein. Zur Vorbereitung vom Kohlrabi zuerst die großen Blattstiele abschneiden. Die feinen Herzblättchen an der Knollenoberfläche sollten Sie unbedingt mitverwenden. Sie enthalten viel Karotin, Eiweiß und vor allem Vitamin C und eignen sich roh zum Würzen sowie zum Dekorieren. Kohlrabi lässt sich füllen, pürieren, als Gratin oder in Stückchen in cremigen Saucen zubereiten. Für die Zubereitung erst die Haut abziehen, größere Exemplare mit harter Schale werden dünn geschält. Seine Garzeiten variieren für Stücke oder Scheiben von 15 bis 20 Minuten bis zum Garen im Ganzen von 20 bis 30 Minuten.

Pastinaken, ein in Deutschland lang vergessenes Wintergemüse, erleben gerade eine Renaissance. In anderen europäischen Ländern sind sie nie von der Speisekarte verschwunden. Einst waren Pastinaken auch in Deutschland eine allgegenwärtige sättigende Beilage, bis sie von den ebenso kohlehydratreichen Kartoffeln abgelöst wurden. Das geschmackvolle Wurzelgemüse kam zu uns vor einigen Jahren wegen seines niedrigen Nitratgehalts als gesunde Babykost zurück. Es enthält viermal soviel Proteine, Kalium und Vitamin C wie Karotten. Enthaltene ätherisches Carvonöl soll die Aktivität von Entgiftungsenzymen stärken, die Magen-Darmtätigkeit positiv beeinflussen und Erkältungskrankheiten vorbeugen. Pastinaken sind ein winterfestes Wurzelgemüse und gehören zur gleichen Pflanzenfamilie wie Möhren, Fenchel und Sellerie. Sie werden von Ende Oktober bis April geerntet. Beim Einkauf sollte man junge mittelgroße und feste Exemplare heller Farbe bevorzugen. Dann sind sie zart und nicht holzig wie gelegentlich ältere, zu große Pastinaken. Je später im Jahr sie geerntet und zubereitet werden, umso mehr Stärke hat sich in Zucker umgewandelt. Das betont ihren leicht süßen, überaus würzigen Geschmack. Im Gemüseschrank sind sie lang ohne Qualitätseinbuße lagerfähig. Zubereiten lassen sie sich ebenso einfach wie Möhren, allerdings ist ihre Garzeit erheblich kürzer. Besonders gut eignen sie sich für aromatische Suppen, würzige Pürees, als gedünstete sowie im Ofen gebackene Gemüsebeilage oder in der Pfanne gebratene Chips.



Nach der Haupternte Ende Herbst ist **Knollensellerie**, der zu den Wurzelgemüsen gehört, geradezu ein winterliches Vorratslager für gesunde Nährstoffe wie Vitamin C, einige B-Vitamine, sehr viel Eisen und vieles mehr. Ätherische Öle verleihen den unterschiedlichen Knollensellerie-Varietäten die typischen Aromen. Leider werden die „modernen“ Sorten immer mehr auf schönes weißes Fruchtfleisch gezüchtet. Da die Wurzeln gebenden ätherischen Öle im eher gelblichen Fruchtfleisch enthalten sind, geht immer mehr typischer Geschmack verloren. In Streifen gehobelt hat Knollensellerie als Waldorf-Salat in Kombination mit säuerlichen Äpfeln, Walnüssen und Mayonnaise in der feinen Küche seinen festen Platz. Obwohl das Original, von Oskar Tschirky, Maître d'Hotel des Waldorf Astoria in New York erfunden, mit Staudensellerie, der eher ein Sommergemüse ist, zubereitet wurde. Überaus vielfältig ist die würzige Knolle in der Anwendung, von Salaten über Gemüsespaghetti, als feine Suppe, in Scheiben paniert und ausgebacken, als Gemüsebeilage oder würzige Suppen- und Saucenbasis. Beim Einkauf sind die kleinen Exemplare den großen, die manchmal verholzt oder innen trocken sein können, vorzuziehen.

Rote Bete rechnet man in Deutschland zu den typischen Wintergemüsen. Zubereitet schmecken sie nicht nur gut, sondern liefern auch für viele Gerichte eine wunderbar intensive Farbe. Ein Klassiker der Rote Bete-Küche ist Borschtsch. Die aromatische, vielfach verwendbare Rübe lässt sich füllen, zu feinen Suppen oder würzigen Eintöpfen verarbeiten, roh oder gekocht als Salat zubereiten. Junge Rote Bete-Blättchen eignen sich ganz ausgezeichnet für frischwürzige Salate. Als Kochzeit reichen bei etwa faustgroßen Exemplaren 30 Minuten.



Steckrüben, in kriegerischen Zeiten mit knapper Nahrungsversorgung ein allgegenwärtiger Sattmacher, kommen in der gehobenen Küche wieder zu Ehren. Die gelbfleischige Sorte (weißfleischige Steckrüben dienen als Viehfutter) wird als etwa 1 bis 2 kg schwere Knolle geerntet. Steckrüben sollen eine aus Skandinavien kommende Kreuzung von Rübe und Kohlrabi sein. Sie sind besonders kalorienarm und gelten wegen ihres hohen Kalium-, Magnesium-, Betacarotin- und Vitamin C-Gehalts auch als gesunde Diätkost. Beim Kauf möglichst kleine Exemplare mit glatter Haut auswählen, die zarter und schmackhafter als die großen sind. Zubereitet werden sie geschält in Stifte, Würfel oder Scheiben geschnitten, deren Kochzeit je nach Größe zwischen 30 bis 40 Minuten beträgt. Kombiniert mit Knollensellerie, Karotten oder Kartoffeln lassen sich daraus aromatische Pürees oder pürierte Suppen herstellen. Als Gemüsebeilage werden die gekochten Würfel oder Stifte mit Salz und Pfeffer gewürzt in aufschäumender Butter geschwenkt. Sie eignen sich in Scheiben geschnitten für Aufläufe oder in Öl ausgebacken als Pommes frites.

Mangold gibt es zwar während des ganzen Jahres, aber die Pflanze ist absolut winterhart und in der kalten Jahreshälfte daher ein willkommenes frisches Gemüse. Neben der häufiger angebotenen Sorte mit weißen Stielen ist die Varietät mit roten Stielen durch ihr kräftigeres Aroma nicht nur optisch für die Küche interessant. Stiele und Blätter werden gleichermaßen verwendet. Gekocht, gedämpft oder gedünstet lassen sie sich vielfältig zubereiten. Unverzichtbar ist Mangold in einigen mediterranen Gerichten wie der herzhaften italienischen Ostersorte „Torta di Pasqua“ mit Spinat und Eiern in Blätterteig. Im Fischauflauf „Pescado a la Mallorquina“ geht Mangold eine wunderbare Verbindung mit Dorade, Rosinen, Pinienkernen und Tomaten ein. Ausgezeichnet eignen sich Blätter und Stiele für Frittatas, Gemüsebeilagen oder Suppen.



Viel Freude beim Kochen und Genießen!
Ihr Hagen Grote

WEISSKOHL MIT LACHSFÜLLUNG

Zutaten für 4 Personen

Pochierfond

300 ml Weißwein
1 Zitrone
1 Karotte
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 Lorbeerblätter
Salz, Pfeffer

Kohl und Lachs

1 kleiner Weißkohl ca. 1 kg
400 g Lachsfilet ohne Haut und Gräten
Salz, Pfeffer

Noilly Prat Buttersauce (Beurre blanc)

150 g Butter
2 Schalotten
50 ml Noilly Prat
100 ml Weißwein
2 EL Crème fraîche
100 ml Pochierfond
1 Zitrone
Salz, Pfeffer

Außerdem

Kerbel oder Petersilienblättchen
Pochier- oder Küchentuch

Zubereitung

Pochierfond

1 Alle Zutaten mit 500 ml Wasser aufkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen. 20 Minuten zugedeckt bei geringer Temperatur köcheln lassen. Zum Abkühlen vom Herd nehmen.

Kohl und Lachs

1 Vom Kohl die äußeren harten Blätter entfernen und den Strunk kegelförmig großzügig herauschneiden. Den Kohlkopf in leicht gesalzenem Wasser (10 g Salz/Liter) 5 Minuten kochen. Herausnehmen, unter fließendem Wasser kalt abschrecken und abtropfen lassen. Den Kohlkopf auf ein Passier- oder Küchentuch setzen und die Kohlblätter wie eine aufgegangene Blüte einzeln auseinander blättern.

2 Das Lachsfilet in feine Streifen aufschneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Die kleinsten Lachsstreifen in die mittlere, feine Kohlrosette füllen und in die Blättchen einschlagen. Einige Lachsstreifen darum herum legen und wieder mit Kohlblättchen umlegen. So von innen nach außen weiter verfahren, bis die Lachsstreifen verbraucht und die Kohlblätter wieder zu einem Kohlkopf geformt sind.

3 Den Kohlkopf fest in das Pochier- oder Küchentuch einwickeln. Die Enden eng zusammenziehen und fest verknoten. Pochierfond aufkochen und den Kohlkopf im Tuch hineinsetzen. Falls nötig, so viel Wasser hinzugeben, bis der Kohlkopf vollständig bedeckt ist. In 20 Minuten gar kochen. Sollte der Kohlkopf während des Kochens nicht ganz in den Pochierfond eintauchen, gelegentlich vorsichtig umdrehen. Im Pochierfond bis zum Anrichten warm halten.

Noilly Prat Buttersauce (beurre blanc)

1 Die Butter drei Stunden vor Verwendung aus dem Kühlschrank nehmen. Schalotten schälen, fein hacken und mit Noilly Prat und Weißwein einkochen. Sobald die Flüssigkeit bis auf 3 Esslöffel verdampft ist, durch ein Sieb passieren. Dabei die Schalottenwürfel gut ausdrücken.

2 Kurz vor dem Anrichten Crème fraîche und Pochierfond zufügen und einmal aufkochen lassen. Mit dem Pürierstab die Butter in Stücken einarbeiten, bis eine cremige Sauce entstanden ist. Dabei darf die Flüssigkeit nicht mehr kochen. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und zum Servieren mit dem Pürierstab schaumig aufschlagen. Keinesfalls mehr stark erhitzen, sonst geht die Bindung verloren und die Butter setzt sich ab.

Fertigstellen und Anrichten

Den gefüllten Kohlkopf aus dem Fond nehmen und das Tuch öffnen. Den Kohl vierteln oder in schöne Scheiben schneiden und auf vorgewärmte heiße Teller setzen. Sauce um den gefüllten Kohl gießen und mit Kräuterblättchen garnieren.

MIT DIESEN PRODUKTEN GELINGT DAS REZPT. **EINFACH KLICKEN UND DIREKT BESTELLEN:**

Passiertücher 2 Stück
Nr. 028U25
19,95 €



Lorbeer
aus der Türkei, 5 g
Nr. 545Z01
6,95 €
(€ 139,-/100 g)



Starker Vario-Pürierstab
Nr. 386G01
69,95 €



GEFÜLLTE ROTE BETE MIT SEETEUFEL-MEDAILLONS IN BACON

Zutaten für 4 Personen

Seeteufel

1 kleiner Seeteufel, ca. 1,2 kg
4 Scheiben Bacon, hauchdünn
geschnitten
8 Salbeiblätter
3 EL Olivenöl
1 EL Butter
Pfeffer

Rote Bete

4 Rote Bete
Salz
2 TL Zucker
4 Gewürznelken
2 Lorbeerblätter

Füllung

1 Fenchelknolle
1 Schalotte
2 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen
2 Kartoffeln, mehligkochend
2 EL Crème fraîche
Salz, Pfeffer

Rote Bete Sauce

100 g Zucker
4 Bio Orangen
ausgelöstes Rote Bete Fruchtfleisch
100 ml Geflügelfond
Salz, Pfeffer

Außerdem

Zahnstocher
Butter
Olivenöl
Pfeffer
Kräuterblättchen

Zubereitung

Seeteufel

1 Den Seeteufel vollständig enthäuten und die beiden Filets von der Mittelgräte lösen. Die Filets sauber parieren und in 4 schöne Medaillons schneiden. Jedes Medaillon mit zwei Salbeiblättern in eine Scheibe Bacon wickeln und mit einem Zahnstocher feststecken. Restliche Seeteufel-Abschnitte in kleine Würfelchen schneiden und für die Füllung beiseite stellen.

Rote Bete

1 Rote Bete waschen. In Salzwasser (10 g Salz/Liter) mit Zucker, Gewürznelken und Lorbeerblättern in ca. 30 Minuten al dente kochen. Die Knollen herausnehmen, etwas abkühlen lassen und die Haut abziehen. Einen Deckel abschneiden und die rote Beete mit dem Kugelausstecher vorsichtig aushöhlen, ohne die Außenhülle zu verletzen. Das ausgelöste Fruchtfleisch für die Sauce verwenden.

Füllung

1 Fenchelknolle putzen, waschen, das Grün abschneiden und fein hacken. Die Knolle halbieren, den zylindrischen Kern heraus schneiden und das restliche Fruchtfleisch fein würfeln. Mit der fein gehackten Schalotte in Olivenöl ohne zu bräunen gar dünsten. Seeteufel-Würfelchen und die fein gehackten Knoblauchzehen zufügen und 2 Minuten mitgaren.
2 Kartoffeln in der Schale gar kochen und pellen. Noch heiß durch die Kartoffelpresse drücken und unter die Fenchel-Fischmasse heben. Mit Crème fraîche und fein gehacktem Fenchelgrün mischen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Rote Bete Sauce

1 Den Zucker nach und nach karamellisieren und mit dem ausgepressten Saft der Orangen ablöschen. Rote Bete-Abschnitte und den Geflügelfond zufügen. Einmal aufkochen, mit dem Mixstab pürieren und durch ein feines Sieb passieren. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf ca. 250 ml sämig reduzieren.

Fertigstellen und Anrichten

Mithilfe eines Spritzbeutels die Füllung in die Rote Bete füllen. Eine ofenfesten Form mit Butter einfetten und darin die Roten Bete mit Alufolie abgedeckt im Ofen bei 150 °C 25 Minuten erwärmen. Die Seeteufel-Medaillons von allen Seiten in der Pfanne in Olivenöl braten, bis der Bacon schön kross ist. Mit Pfeffer aus der Mühle würzen, jedoch nicht salzen, da der Bacon ausreichend gesalzen ist. Die Sauce erwärmen und mit dem Mixstab 2 EL eiskalte Butterstückchen untermontieren. Rote Bete und Seeteufel-Medaillons auf vorgewärmte heiße Teller setzen und mit der Sauce umgießen. Mit Kräuterblättchen garnieren.

MIT DIESEN PRODUKTEN GELINGT DAS REZEPT. EINFACH KLICKEN UND DIREKT BESTELLEN:

Kartoffelpresse

Einfaches
Drehen statt
Stampfen
Nr. 080PO1
24,95 €



Hühnerfond

3 Gläser à 200 ml
Nr. 05H05
11,95 €
(€ 1,99/100 ml)



Natives Olivenöl

Intensive
Fruchtaromen
Nr. 981H06
21,95 €
(€ 29,27/1 l)



HÄHNCHENBRUST CORDON BLEU MIT SCHWARZWURZEL-GRATIN

Zutaten für 4 Personen

Schwarzwurzel-Gratin

600 g Schwarzwurzeln
2 Zitronen
1 EL Mehl
1 Schalotte
1 EL Butter
250 ml süße Sahne
Salz, Pfeffer
3 EL Gruyère oder Emmentaler, frisch gerieben
1 EL Paniermehl

Hähnchenbrust

4 Hähnchenbrustfilets
4 Stück Gruyère, ca. 150 g, länglich in 4 Stifte geschnitten
4 Scheiben Schinken, gekocht
Salz, Pfeffer
4 EL Mehl
2 Eier
4 EL Paniermehl
4 EL geklärte Butter (Butterschmalz)

Außerdem

Zahnstocher
1 Bund glatte Petersilie

Zubereitung

Schwarzwurzel-Gratin

1 Schwarzwurzeln zuerst in kaltes Wasser legen und anschließend mit der Bürste unter fließendem Wasser von Erdresten befreien. Die schwarzbraune grobe Schale der Schwarzwurzel sondert beim Schälen klebrigen, schnell braun oxidierenden Milchsafte ab, der schwer von den Händen zu entfernen ist. Deshalb möglichst mit Gummihandschuhen oder Einmalhandschuhen unter fließendem Wasser schälen. Verfärbungen der Hände lassen sich mit Zitronensaft entfernen.
2 Fertig geschälte Schwarzwurzeln sofort in Wasser mit dem Saft einer Zitrone und einem Esslöffel verquirltem Mehl einlegen, um die schöne helle Farbe zu erhalten. In 20 Minuten in Salzwasser (10 g Salz/Liter) und dem Saft der zweiten Zitrone gar kochen.
3 Die fein gehackte Schalotte in Butter ohne zu bräunen glasig dünsten. Sahne hinzufügen und dicklich einkochen. Schwarzwurzeln in 4 cm lange Stücke teilen, in die Sahnesauce geben, mit Salz und Pfeffer würzen und einmal aufkochen. Das mit Sahne überzogene Gemüse in eine feuerfeste Form geben. Mit geriebenem Käse und Paniermehl bestreuen und im vorgeheizten Ofen bei 180 °C in ca. 10 Minuten goldbraun überbacken.

Hähnchenbrust

1 Hähnchenbrust auf Raumtemperatur erwärmen lassen. Die Brusthälften von Haut, Fett und Sehnen befreien, waschen und trocken tupfen. Von der kurzen oberen Brustseite her eine flache tiefe Tasche einschneiden.
2 Vom Schinken den Fettrand entfernen und in jede Schinkenscheibe ein Stück Käse einschlagen, sodass der Käse beim Schmelzen nicht auslaufen kann. Schinken und Käse in die eingeschnittene Tasche der Hähnchenbrust stecken und diese mit einem Zahnstocher verschließen.

3 Die gefüllten Hähnchenbrüste salzen, pfeffern und in Mehl wenden. Durch die verquirlten Eier ziehen und im Paniermehl wälzen. Die Panade leicht festdrücken. In einer Pfanne in geklärter Butter auf beiden Seiten jeweils etwa 8 Minuten goldbraun braten. Zugedeckt einige Minuten warm ruhen lassen.

Fertigstellen und Anrichten

Das Gratin in 4 gleichmäßige Stücke geteilt auf vorgewärmte heiße Teller setzen. Die Hähnchenbrust in zwei Stücke aufschneiden und zufügen. Mit Petersilienblättchen anrichten.

Anmerkung

Schwarzwurzeln sind ein fantastisch schmeckendes winterliches Gemüse. Es wird viel zu selten angeboten und zubereitet. Bei konventioneller Vorbereitung ist das Schälen der äußerst klebrigen Haut unangenehm und macht schwarze Hände. Das bisherige Verfahren, schälen, in Zitronenwasser legen und im Mehlsud kochen, kann man ersetzen. Die ungeschälten Schwarzwurzeln gründlich waschen und in einem großen Topf in viel gesalzenerem Wasser (10g/Liter) in 25 Minuten gar kochen. Kalt abschrecken und das zarte weiße Wurzelgemüse einfach aus der dunklen, lederartigen Hülle drücken. Das geht wirklich einfach und die Hände bleiben sauber.



MIT DIESEN PRODUKTEN GELINGT DAS REZPT. **EINFACH KLICKEN UND DIREKT BESTELLEN:**

Stempelmandoline

Schneidet Scheiben, Stifte, Würfel
Nr. 389H04
29,95 €



Hartporzellan-Auflaform

3-tlg.Set (je 1 x 700 ml/1,7 l/2,5 l)
Nr. 426D01
134,95 €



Profi-Pfanne Ø 20cm

(Boden Ø 14 cm), 4,5 cm hoch
Nr. 025Z01
59,95 €



WIRSINGBÄLLCHEN AUF MANDEL-KARTOFFEL-SCHAUM MIT KAREMELLISIERTEN APFELSPALTEN

Zutaten für 4 Personen

Wirsingbällchen

1 kleiner Wirsing
1 Stange Porree, nur das Weiße
1 große Möhre
1 Stück Knollensellerie
1 EL Olivenöl
2 EL Butter
100 ml Weißwein
100 ml Crème fraîche
½ Bund Majoran
Salz, Pfeffer
Muskatblüte (Macis)
50 g Butter

Mandel-Kartoffelschaum

6 mehligkochende Kartoffeln
100 g Butter
Milch
50 g Mandeln, gehackt
Salz

Apfelspalten

4 säuerliche Äpfel (Boskop)
80 g Zucker
150 ml Sahne

Außerdem

Majoranblättchen

Zubereitung

Wirsingbällchen

1 Alle äußeren groben Blätter vom Wirsing entfernen und den kegelförmigen Strunk herausschneiden. Vier schöne große Blätter ablösen, eine Minute in kochendem Salzwasser (10 g Salz/Liter) blanchieren und in eiskaltem Wasser abschrecken. Die dicken Blattrippen vorsichtig flach schneiden, sodass die Blätter weiter zusammenhalten.

2 Restliche Wirsingblätter herauslösen und in kochendem Wasser nicht zu weich gar kochen. In einem Seiher unter kaltem Wasserstrahl abschrecken und abtropfen lassen. Mit den Händen in kleinen Portionen aus dem Wirsing so viel Wasser wie möglich herauspressen. Die ausgepressten Wirsingblätter mit dem Messer grob hacken.

3 Porree, Möhre und Sellerie in feine Würfeln (brunoise) schneiden und in der Olivenöl-Buttermischung ohne zu bräunen andünsten. Weißwein und Crème fraîche zufügen und sämig einkochen. Majoran und die gehackten Wirsingblätter zufügen. Unter ständigem Rühren erhitzen und die Feuchtigkeit so weit wie möglich reduzieren. Im Mixer pürieren, mit Salz, Pfeffer und Muskatblüte abschmecken.

4 Die großen Wirsingblätter einzeln auf ein Passiertuch legen. Jeweils ein Viertel des Wirsingpürees darauf geben. Das Wirsingblatt einschlagen und mit dem zusammengedrehten Passiertuch schöne Bällchen formen. Wirsingbällchen mit Butterflöckchen belegen und in einer gefetteten ofenfesten Form im vorgeheizten Ofen bei 200 °C überbacken, bis sie ein wenig bräunen.

Mandel-Kartoffelschaum

1 Kartoffeln in der Schale in leicht gesalzenem Wasser (10 g Salz/Liter) in 25 Minuten gut gar kochen. Abschütten und heiß pellen. Sofort durch die Kartoffelpresse in den noch warmen Topf passieren. Mit dem Kartoffelstampfer oder Schneebesen vor Zugabe weiterer Zutaten zu einem feinen Püree verarbeiten.

2 Butter und Milch zufügen. Mit dem Schneebesen zu einer cremig schaumigen Konsistenz verrühren. Gehackte Mandeln in einer beschichteten Pfanne ohne Fett leicht anrösten. Das Kartoffelpüree mit Salz abschmecken und die Mandeln einrühren. Einige gehackte Mandeln für die Dekoration aufheben.

Apfelspalten

1 Geschälte entkernte Äpfel in schöne dünne Spalten aufschneiden. Nach und nach den Zucker in einer Pfanne schmelzen lassen, bis er aufschäumt. Die Apfelspalten zufügen, mit der Sahne ablöschen und einige Minuten köcheln lassen. Die Apfelspalten sollen nicht zerfallen.

Fertigstellen und Anrichten

Kartoffelschaum auf heiße Teller geben und ein Wirsingbällchen in die Mitte setzen. Apfelspalten zufügen und gehackte Mandeln darüber streuen. Mit Majoranblättchen garnieren.

Anmerkung

Wirsing ist neben Weiß- und Rotkohl im Verbrauch die dritt wichtigste Kohlsorte. Es gibt geringfügig unterschiedliche Sorten. Stärker unterscheidet sich Wirsing zu verschiedenen Jahreszeiten durch unterschiedlich gekrauste Blätter und die Festigkeit der Köpfe. Im Herbst und Winter wird diese Kohlsorte besonders kompakt und bietet den besten Geschmack. Wirsingkohl muss immer gegart werden, er ist im Gegensatz zu Rot- und Weißkohl als Rohkost ungeeignet. Neben deftigen Gerichten wie Kohlsuppen und Kohlroutaden findet er zunehmend in der feinen Küche Verwendung. Kohl darf nie zu lange gekocht werden, damit seine schöne grüne Farbe erhalten bleibt. Und das sollte immer bei geöffnetem Deckel geschehen. So entweichen mit dem Wasserdampf aus den Zellen freigesetzte organische Säuren, die sonst das grüne Chlorophyll zerstören. Auch durch das Abschrecken in eiskaltem Wasser nach dem Kochvorgang werden Struktur und Farbe besser bewahrt.

MIT DIESEN PRODUKTEN GELINGT DAS REZPT. **EINFACH KLICKEN UND DIREKT BESTELLEN:**

Starker Vario-Pürerstab
mit Kartoffelstampfer
Nr. 386G01
69,95 €



Muskatblüte/ Macis aus Westindien
Nr. 029Z26
11,95 €
(€ 26,56/100 g)



XXL-Tellerwärmer
für 12 Teller
bis 32 cm
Nr. 320B03
69,95 €



GEBACKENE JAKOBSMUSCHELN AUF PASTINAKEN- UND ROSENKOHLPÜREE

Zutaten für 4 Personen

Pastinakenpüree

400 g Pastinaken
2 EL Crème fraîche
1 EL Butter
Muskat
Zitronensaft
Salz, Pfeffer

Rosenkohlpüree

400 g Rosenkohl
1 TL Zucker
Salz
200 ml Sahne
Muskat
Pfeffer

Jakobsmuscheln

12 frische Jakobsmuscheln, küchenfertig vorbereitet
Salz, Pfeffer
Mehl
2 Eier
Paniermehl
Traubenkernöl (ersatzweise Sonnenblumenöl)

Außerdem

Kräuterblättchen
rosa Pfefferbeeren

Zubereitung

Pastinakenpüree

1 Pastinaken waschen, schälen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. In Salzwasser (10 g Salz/Liter) in 15 Minuten gar kochen. Mit dem Mixstab fein pürieren und durch ein Sieb passieren. Crème fraîche und Butter einarbeiten, mit Muskat, Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen.

Rosenkohlpüree

1 Rosenkohl putzen, Stiele und äußere welke Blätter entfernen. Geputzten Rosenkohl vierteln und zum Entfernen des bitteren Geschmacks mit etwas Zucker in sprudelnd kochendem Wasser gar kochen. In einem Sieb gut abtropfen lassen und erst hinterher salzen. So bleibt die schöne grüne Farbe besser erhalten und das Salz entzieht zusätzlich Feuchtigkeit.

2 Sahne in einem Topf erhitzen, Rosenkohlblättchen zufügen und aufkochen. Mit dem Mixstab fein pürieren, durch ein Sieb streichen und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Jakobsmuscheln

1 Die Muscheln waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. In Mehl wenden, durch verquirltes Ei ziehen und anschließend im Paniermehl wälzen. In einer Pfanne reichlich Traubenkernöl erhitzen und die Jakobsmuscheln darin in 3 Minuten goldbraun ausbacken. Herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und warm halten.

Fertigstellen und Anrichten

Die Gemüsepürees auf vorgewärmte heiße Teller geben. Jakobsmuscheln in die Tellermitte setzen. Mit Kräuterblättchen und rosa Pfefferbeeren garnieren.



MIT DIESEN PRODUKTEN GELINGT DAS REZEPT. **EINFACH KLICKEN UND DIREKT BESTELLEN:**

Traubenkernöl

2 x 0,75 l
Nr. 806F04
17,95 €
(€ 11,97/1 l)



Rosa Pfefferbeeren

aus Brasilien, 35 g
Nr. 029Z30
8,50 €
(€ 24,29 /100 g)



Panierschalen:

Set, 3-teilig.
Nr. 063U19
24,95 €



KOHLRABI MIT GEFLÜGELBRUSTFÜLLUNG, ZARTEM GEMÜSE UND MORCHEL-RAHM-SAUCE

Zutaten für 4 Personen

Kohlrabi

4 kleine, junge Kohlrabi
200 g Geflügelbrust
Salz, Pfeffer
200 ml Sahne
½ Bund glatte Petersilie

Gemüse

Verschiedene junge Gemüse nach Marktangebot, beispielsweise Zuckerschoten, kleine Möhren, Spargelspitzen, Frühlingszwiebeln, Bohnenkern, Erbsen
Salz
1 Schalotte
50 g Butter
Pfeffer

Morchel-Rahm-Sauce

200 g frische Morcheln
1 Schalotte
1 EL Butter
150 ml Geflügelfond
150 ml Sahne
1 TL Geflügel Demi Glace
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Kohlrabi

1 Von den Kohlrabi die großen Blattstiele entfernen, die zarten Herzblättchen abtrennen und für die Garnitur beiseitelegen. Nach dem Abtrennen der Herzblättchen einen Deckel abschneiden. Vom jungen Kohlrabi die Haut abziehen. Größere Exemplare mit dicker, harter Schale dünn schälen. Das Gemüse mit einem Kugelausstecher vorsichtig aushöhlen, sodass ein gut 1 cm dicker Rand stehen bleibt.
2 Die Kohlrabi in leicht gesalzenem Wasser (10 g Salz/Liter) knapp bissfest gar kochen. Sofort in eiskaltem Wasser abschrecken, gut abtropfen lassen und trocknen.
3 Für die Füllung die Geflügelbrust enthäuten, sauber parieren und grob würfeln. Zusammen mit der Sahne 12 Minuten im Tiefkühlfach vorkühlen. Das Fleisch in den Mixer geben, salzen, pfeffern und pürieren. Dabei so viel eiskalte Sahne zugießen, bis eine streichfähige Farce entsteht. Petersilie waschen, trocknen, fein hacken und unter die Farce mischen.
4 Kohlrabi mit der Farce füllen. In eine ofenfeste Form setzen und im vorgeheizten Backofen bei 180 °C 20 Minuten garen.

Gemüse

1 Gemüse schälen oder putzen und in leicht gesalzenem Wasser (10 g Salz/Liter) bissfest garen. Sofort in eiskaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen. Von den Bohnenkernen die dünne Haut abziehen.
2 Die Schalotte schälen und fein hacken. In einer Pfanne Butter aufschäumen und die Schalottenwürfel darin glasig dünsten. Das gut abgetropfte Gemüse zufügen, in der Butter durchschwenken und erwärmen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Morchel-Rahm-Sauce

1 Frische Morcheln 5 Minuten in kaltem Wasser einweichen. Anschließend unter fließendem Wasser gründlich waschen und sorgfältig von Sandresten befreien. Morcheln 5 Minuten in kochendem Wasser blanchieren und anschließend gut abtropfen lassen. Diese Vorbehandlung ist notwendig, da frische rohe Morcheln leicht giftig sind.
2 Die Schalotte schälen und fein würfeln. In einer Kasserolle Butter zerlassen und die Schalotte darin glasig andünsten. Morcheln, Geflügelfond und Sahne zufügen und 5 Minuten einkochen. Die Sauce mit Geflügel-Demi Glace verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fertigstellen und Anrichten

Das Gemüse auf vorgewärmten Tellern anrichten. Den gefüllten Kohlrabi in die Mitte setzen. Mit Morchel-Rahm-Sauce überziehen und Kohlrabi-Herzblättchen darüber streuen.

Anmerkung

Es müssen nicht immer Spitzmorcheln sein. Braune oder gelbliche Frühlingsmorcheln sind ebenfalls sehr aromatisch. Frische Morcheln lassen sich durch getrocknete Morcheln oder Morcheln aus dem Glas ersetzen. Getrocknete Morcheln ½ Stunde in Wasser einweichen. Das Einweichwasser (wie bei allen Pilzen) unbedingt wegschütten. Morcheln aus dem Glas müssen nur abtropfen. Beide Sorten wie frische Morcheln zubereiten.
Die feinen Kohlrabi-Herzblättchen enthalten viel Karotin, Eiweiß und vor allem Vitamin C. Deshalb sollten die zarten Herzblättchen am besten roh zum Würzen oder Garnieren mit verwendet werden.

MIT DIESEN PRODUKTEN GELINGT DAS REZPT. **EINFACH KLICKEN UND DIREKT BESTELLEN:**

Spitzmorcheln getrocknet

Nur allerbeste, handverlesene Qualität
Nr. 120P06
24,95 €
(€ 99,8 / 100 g)



Hagen Grote Geflügel Demi Glace

400 g
Nr. 302P05
21,95 €
(€ 5,49 / 100 g)



Hühnerfond

3 Gläser à 200 ml
Nr. 05H05
11,95 €
(€ 1,99 / 100 ml)



PROBIEREN SIE AUCH



Süßkartoffel-Gnocchi mit Rucola und Ofentomaten >



Gefüllte Artischocken mit Pancetta auf buntem Blattsalat >



Mangold-Parmesan-Frittata >



Basilikum-Kartoffel-Gnocchi mit Pfifferlingen und Parmaschinken >



Gefüllte Auberginenkegel mit Gemüsespieß und Pinienkernsauce >



Trüffel-Carpaccio mit Kartoffelstreifen auf Trüffel-Emulsion >



Steinpilz-Frittata >



Kürbisrisotto mit Pfifferlingen >



Zucchini-Frittata >

Noch mehr Rezeptideen finden Sie auf hagengrote.at >