

Köstliche Erbstücke

Um wertvollen Familienbesitz, nämlich die Lieblingsrezepte von Oma, Tante oder Vater, hatten wir unsere Leser gebeten. Hier unsere Favoriten: Klassiker von traditionell bis modern, und das gute deutsche Sauerkraut kommt gleich zweimal vor!

Platz 1: Gestrudelttes Reh

Von Karin Gneithing aus Sulzbach/Laufen

„Ein aufwendiges Festtagsessen von meiner Oma aus Niederbayern“

Schwierigkeitsgrad: mittelschwer,
Zubereitungszeit: 1 ½ Stunden plus 1 Stunde Ruhezeit

Zutaten für 4 Personen:

¼ l Rotwein, ¼ l Apfelsaft, 800 g ausgelöster, parierter Rehrücken, 100 g gewürfelter Speck, 4 Essl. Pflanzenöl, 400 g Sauerkraut, 1 Mulsäckchen mit 10 Wacholderbeeren, 1 geschälte, gewürfelte rohe Kartoffel, ¼ l Weißwein (z. B. Silvaner), Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, 350 g Mehl, 2 Eier, 4 Teel. kaltgerührte Preiselbeeren, 2 Teel. gehackte Walnüsse, 1 Prise Zucker

Rotwein und Apfelsaft zusammen aufkochen, etwas einkochen lassen. Warm über den Rehrücken geben. Zugedeckt beiseitestellen.

Speck in 1 Essl. Pflanzenöl glasig anschwitzen. Sauerkraut, Wacholder, Kartoffelwürfel und Weißwein hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Unter gelegentlichem Rühren etwa 30 Minuten auf kleiner Flamme garen. Wacholder entfernen, Sauerkraut abkühlen lassen.

Mehl mit 1 Ei, 3 Essl. Pflanzenöl, 100 ml lauwarmem Wasser und etwas Salz zu einem weichen, elastischen Teig verkneten. In Klarsichtfolie oder ein feuchtes Tuch einwickeln. 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Anschließend den Teig ausrollen und mit beiden Händen auseinanderziehen, bis er hauchdünn ist. Schnell arbeiten, damit er nicht austrocknet und bricht. Teig bis zu den Rändern mit Sauerkraut (möglichst mit wenig Flüssigkeit) belegen. Sauerkraut mit 2 Teel. Preiselbeeren und gehackten Walnüssen belegen. Rehrücken aus der Marinade nehmen, trockentupfen. So auf das Sauerkraut legen, dass ein 5 cm breiter Rand frei bleibt. Kräftig salzen und pfeffern. Dann so einrollen, dass der Teig auf der Unterseite übereinanderlappt. Auf ein mit geöltem Backpapier ausgelegtes Blech legen.

1 Ei mit Zucker verquirlen, Strudel damit bestreichen. Bei 180 Grad im vorgeheizten Backofen etwa 35 Minuten goldbraun backen.

5-10 Minuten ruhen lassen. Marinade auf die Hälfte einkochen. Mit 2 Teel. Preiselbeeren, Salz und Pfeffer abschmecken.

Anrichten:

Strudel aufschneiden, Sauce getrennt reichen.

Platz 2: Zitronen-Ingwer-Huhn in Olivenölmarinade mit Ofengemüse

Von Marc Hilber und Nhu-Ly Nguyen aus Köln

„Die Spezialität meines Vaters, von uns euroasiatisch abgewandelt“ (Marc Hilber)

Schwierigkeitsgrad: leicht,

Zubereitungszeit: 1 1/2 Stunden plus 3-4 Stunden Marinierzeit

Zitronen-Ingwer-Huhn

Zutaten für 4 Personen:

6 Essl. Olivenöl, 40 g frisch geriebener Ingwer (2 gehäufte Essl.), 1 zerdrückte Knoblauchzehe, Saft von 1 Zitrone (50 ml), 2 Essl. Sojasauce, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, 1 küchenfertiges mittelgroßes Biohuhn oder Label-Rouge-Huhn, ¼ l Hühnerbrühe

Olivenöl, Ingwer, Knoblauch und Zitronensaft zu einer Marinade verrühren. Mit 1 Essl. Sojasauce und Pfeffer abschmecken. Huhn von überflüssigem Fett befreien. Innen und außen mit der Marinade einreiben. In einen Gefrierbeutel geben. Eng verschließen. 3–4 Stunden im Kühlschrank marinieren lassen.

Restliche Marinade mit Hühnerbrühe verdünnen. Huhn aus dem Gefrierbeutel nehmen, in einen Bräter geben, evtl. Keulen zusammenbinden. Verdünnte Marinade angießen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad je nach Größe 45–60 Minuten braten. Dabei regelmäßig mit der Sauce begießen. Damit die Haut knusprig wird, gegen Ende nicht mehr begießen. Evtl. den Grill anstellen (aufpassen, dass der Ingwer nicht verbrennt). Huhn aus dem Ofen nehmen, tranchieren.

Sauce durch ein feines Sieb passieren. Mit restlicher Sojasauce (1 Essl.) und Pfeffer abschmecken. Separat servieren.

Ofengemüse:

1 kg geputztes, grob gewürfeltes Gemüse (etwa Kartoffeln, Karotten, Gemüsezwiebeln, Kürbis, Paprika, Kaiserschoten, Tomaten), 4 Essl. Olivenöl, 1 zerdrückte Knoblauchzehe, 2 Rosmarinzweige, Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, 100 ml Hühnerfond, 2 Essl. Noilly Prat oder Weißwein

Gemüse mit allen Zutaten in einen separaten Bräter geben. Kurz garendes Gemüse zurückhalten und später dazugeben. Zu dem Huhn in den Ofen stellen, etwa 35 Minuten garen.

Anrichten:

Auf vorgewärmten Tellern Hühnerstücke und Ofengemüse anrichten. Sauce getrennt reichen.

Platz 3: Lebkuchentunke mit Sauerkraut und Würstchen

Von Ina Langner aus Hasewinkel

„Das Heiligabend-Rezept meiner Großeltern. Sie tranken Malzbier dazu“

Schwierigkeitsgrad: leicht,

Zubereitungszeit: 1,1/2 Stunden (davon 45 Minuten am Vortag) plus 10 Stunden Einweichzeit

Zutaten für 4 Personen:

2 Essl. Gänseschmalz, 2 fein gewürfelte Schalotten, 500 g Sauerkraut, 350 ml trockener Weißwein, Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, 2 Päckchen gemischtes Trockenobst (evtl. vorhandene Ananasstücke durch Trockenaprikosen ersetzen), 2 geschälte Karotten, 2 geschälte Pastinaken, 250 g Butter, ¼ l Malzbier, gemahlener Zimt, 1–2 Saucenlebkuchen, Lebkuchengewürz nach Geschmack, 8 schlesische Weihnachtsweißwürste (bei schlesischen oder polnischen Metzgern; ersatzweise ungebrühte frische Kalbsbratwürste à 100 g), 8 in Stücke gebrochene dünne Scheiben dunkles Roggenbrot

Am Vortag Gänseschmalz auslassen, Schalotten darin hell anschwitzen. Sauerkraut und Weißwein hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Gut umrühren. Bei niedriger Hitze etwa 35 Minuten köcheln lassen. Am folgenden Tag zum Servieren kurz erhitzen.

Trockenobst in einem Topf knapp mit Wasser bedecken. Obst 10 Stunden quellen lassen. Karotten und Pastinaken fein stifteln, in 1 Essl. Butter zusammen anschwitzen, salzen. Auf kleiner Flamme etwa 10 Minuten garen. Aus eingeweichtem Trockenobst die Apfelringe herausfischen, beiseitestellen. Restliches Obst bei niedriger Hitze 1 Minute garen. Karotten, Pastinaken, Malzbier und 1 klein geschnittenen Lebkuchen hinzufügen, vorsichtig umrühren. Apfelringe dazugeben. Mit Zimt, Salz und Pfeffer würzen. Nach Geschmack Lebkuchengewürz, 1 weiteren Lebkuchen und Malzbier einrühren.

Würstchen in 2 Essl. Butter bei niedriger Temperatur 12-15 Minuten von allen Seiten braten. Restliche Butter in einer Pfanne aufschäumen, bis sie braun ist.

Anrichten:

Sauerkraut, Lebkuchentunke, je zwei Würstchen und Roggenbrotstücke nebeneinander auf vorgewärmten Tellern anrichten. Brot mit aufgeschäumter brauner Butter übergießen.

Platz 4: Oma Barbaras Büsser Kabeljauzungen mit Weißweinsauce, Queller und frischen Nordseekrabben

Von Dieter Deimel aus Fakrath

Die nur in den Wintermonaten erhältlichen Zungen (pro Portion ca. 300 g brutto) durfte sich Oma Barbara im Hafen aus den großen Fischen herausschneiden. Außerdem wurden und werden frisch „gepuhlte“ (geschälte) Nordseekrabben benötigt, nichts anderes (netto etwa 70 g pro Esser). Heute müssen die Zungen natürlich, wie die Krabben in der Schale bestellt werden.

Der ungenießbare Hautanteil der Zungen dürfte um die 50% betragen, In einem möglichst großen Topf leicht gesalzenes Wasser sehr stark erhitzen. Ein kaltes Wasserbad mit möglichst viel Eis vorbereiten. Die zimmerwarmen Zungen eine Minute blanchieren. Die Zeit wird erst gerechnet, wenn das Wasser wieder sprudelnd kocht. Die Kabeljauzungen mit einem Sieblöffel schnell in das kalte Wasser legen. Auf den Zungen befindet sich ein fast rundes sehr schlabbriges Hautstück (das „Zäpfchen“?), entfernen, wegwerfen. Die fast kleinfingerdicken Fleischstücke rechts und links von der Zunge lassen sich jetzt problemlos aus der Haut schälen. Auf Küchenkrepp verwahren.

Kurz vor dem Servieren ungewürzt in Butterschmalz scharf anbraten. Liegenlassen, bis (Pinzette) die Unterseiten leicht gebräunt sind. Die Zungen in der Pfanne schwenken, bis auch die zweiten Seiten coloriert sind. Mit fleur de sel und frisch gemahlenem weißen Muntokpfeffer würzen. 1 El braune Butter auf den Zungen schmelzen lassen. Ein letztes Mal durchschwenken.

Von dem **Queller**, Glasschmalz (*salicornia europaea*) werden pro Portion 100 bis 150 g benötigt. Das Meeressgemüse sorgfältig verlesen, die etwas stärkeren Stängel bestehen aus grün ummanteltem Holz. Ohne jedes Gewürz kurz in Butter angehen, dann abkühlen lassen. Mit altem Balsamico („Giusti, Banda Rossa“), ein paar Tropfen Krustentierglace und Muntokpfeffer aus der Mühle würzen (nicht mit Salz). Die frischen Krabben ungewürzt unterheben. Die leicht süßlichen Krustentiere und der meersalzige Queller ergeben einen intensiven Wohlgeschmack.

Sauce vin blanc:

1 Schalotte, fein gewürfelt

100 ml Weißwein (der auch zum Essen getrunken wird, z.B. trockener Grauburgunder)

2 El Noilly Prat

400 ml erstklassigen Fischfond

250 ml Sahne

20 g kalte Butter, in Würfeln

Kartoffelstärke

1 Spritzer Limonensaft

etwas Schnittlauch für die Dekoration

Die Schalottenwürfel mit dem Noilly Prat und dem Fischfond 2 Minuten leicht köcheln lassen. Bei mittlerer Hitze auf etwa 1/3 reduzieren. Abpassieren, die Sahne angießen und nach und nach die kalten Butterwürfel einmontieren. Wie immer die Sauce mit in kaltem Weißwein angerührter Kartoffelstärke, wie gewünscht, abbinden und mit Limonensaft, abschmecken

Der Herr Notar aß hierzu Bratkartoffeln, eine Beilage, die sich heute erübrigt, da kleinere Portionen angesagt sind.

Servieren:

Die lauwarme Queller/Krabben/Mischung in einem Ring servieren. Mit den Kabeljauzungen umlegen, die Zungen sparsam mit der Weißweinsauce nappieren. Mit wenig und sehr fein geschnittenen Schnittlauchröllchen bestreuen.

Platz 5: Wilde Ente oder Knusprige Ente mit gefüllten Kartoffelklößen, Rotweinsoße und Maronen-Steinpilzgemüse

Von Kerstin Schmieder aus Ebelsbach

Zutaten:

Ente und Entenfond:

1 Ente, natürlich möglichst frisch vom Bauern
1 kleine Ingwerwurzel
1 Bund Suppengrün (Sellerie, Lauch, Karotten)
2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
1 frisches Lorbeerblatt
1 l Rotwein
50 ml Balsamico
ca. 50 g Zucker
1/8 l Sojasauce
1/8 trockener Sherry
1 TI Meersalz

Rotwein- Walnussbutter:

200 g Butter, weich
1/4 l Rotwein
ca. 2 TI Zucker
1 gute Handvoll Walnusskerne,
Salz, Pfeffer

Klöße:

1 kg Kartoffeln
250 g Stärke
100-150 ml heiße Milch
Muskatnuss, Salz
Vorbereitete Rotwein-Walnussbutter

Soße:

200 ml Entenfond (siehe oben)
1/4 l Rotwein
2 El Cassislikör
1/4 l Johannisbeersaft
etwas Balsamico (gereift)
1-2 Stemanis (je nach Größe)
1 Lorbeerblatt
Salz, Pfeffer
1-2 El Rübensirup
100 g eiskalte Butter
ca. 2 El Stärke zum Binden

Gemüse:

1 Päckchen vakuum verpackte, gegarte Maronen oder entsprechend frische (Jahreszeit!!)
2-3 Schalotten
2 Hand voll Steinpilze
1/2 Bund glatte Petersilie
1 Petersilienwurzel
1 Schuss Sahne, Salz, Pfeffer, Butter, Muskat

Zubereitung:

Am besten 2 Tage vorher die Ente einlegen. Dazu Suppengrün, Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer putzen waschen, gegebenenfalls schälen und grob klein schneiden. Rotwein, Sojasauce, Salz, Zucker und Balsamico mischen. Ente in ein ausreichend großes Gefäß legen, Gemüse, Lorbeer und Ingwer dazu geben und mit der Rotwein-Balsamico-Mischung übergießen. Mit kaltem Wasser aufgießen, bis die Ente bedeckt ist. Alles einen Tag, mindestens aber ein paar Stunden durchziehen lassen. Am Tag vor dem Essen alles in einen großen Bräter füllen und Ente mit der Brust nach oben hinein legen. Auf der Herdplatte zum Kochen bringen. Bei geschlossenem Deckel 45 Minuten sanft köcheln. Dann Ente wenden. Weitere 45 Minuten köcheln lassen. Man muss darauf achten, dass die Ente gar, aber nicht zu weich ist. Herd abschalten und abkühlen lassen. Ente aus dem Sud nehmen und über Nacht kalt stellen. Fond ebenfalls über Nacht abkühlen lassen. Das Entenfett, das sich an der Oberfläche abgesetzt hat, vorsichtig abheben und zum Braten aufbewahren. Für die Soße und die Ente ca. 1/2 l Fond abschöpfen, der Rest kann zu anderweitiger Verwendung eingefroren werden.

Die Rotwein-Walnussbutter muss ebenfalls vorbereitet werden. Dazu den Rotwein mit dem Zucker sirupartig einkochen und abkühlen lassen. Walnüsse im Mixer fein hacken. Alles unter die weiche Butter mischen, mit Salz abschmecken und mit einem Spritzbeutel auf Backpapier kleine Häufchen setzen. Einfrieren.

Nun zum eigentlichen Kochen. Kartoffeln für die Klöße in der Schale gar kochen. Pellen und noch heiß durch die Presse drücken. Heiße Milch darüber geben. Kartoffelstärke ebenfalls hinein geben, salzen, mit Muskat würzen und gut vermengen. Kleine Klöße formen und jeweils ein Stück Rotwein-Walnussbutter als Füllung hineingeben. Gut verschließen.

Für die Soße ¼ l Fond, Rotwein, Likör, Saft, Sternanis, Lorbeer und Balsamico in eine Sauteuse geben und einkochen lassen. Mit Rübensirup, Salz und Pfeffer abschmecken. Vor dem Servieren mit der Butter montieren und eventuell noch mit etwas Stärke binden.

Maronen eventuell garen und schälen. Grob zerkleinern. Pilze putzen und ebenfalls in Stücke schneiden. Schalotten in Ringe schneiden. Petersilienwurzel würfeln, in Butter anschwitzen und mit etwas Wasser bedeckt garen. Sahne zugeben und fein pürieren. Petersilie fein hacken und ebenfalls dazu geben. Alles zu einer Creme verarbeiten. Mit Salz, Muskat und Pfeffer abschmecken. Pilze und Schalotten anschwitzen und garen, Maronen hinzufügen und sanft abschmecken. Zum Servieren das Gemüse mit der Creme überziehen.

Ente Zimmertemperatur annehmen lassen. In einen Bräter legen, ¼ l Fond angießen. Im Backofen bei 210 Grad ca. 30 Minuten kross braten. Öfter begießen, bis sie eine schöne Kruste hat.

Klöße in Salzwasser 15-20 Minuten ziehen lassen.

Ente zerteilen, mit Gemüse, Soße und Klößen anrichten und servieren.

Platz 6: Weihnachtstunke

Von Uwe Uttikal aus Kirchheim unter Teck

Zutaten (für 4 Personen):

- 2 kg Karotten
- 1,5 kg Selleriewurzel
- 1 kg Petersilienwurzel
- 3 Lorbeerblätter
- 5 Pimentkörner
- 1 Teelöffel Salz
- 1 Esslöffel Mehl
- 1 Flasche Malzbier
- œ Speise-Pfefferkuchen
- 1 Esslöffel Zuckerrübensirup/Ahornsirup
- 1kg durchwachsener Bauch/Rauchfleisch
- 4 Rote Würste
- 4 Debreziner
- 4 feine Festtagsbratwürste
- 500 g Sauerkraut
- 1 große Zwiebel
- 2 Scheiben fetter Speck 1
- Brühwürfel 8 Kartoffeln

Zubereitung:

Karotten, Selleriewurzel und Petersilienwurzel putzen, schälen und in Würfel schneiden.

Geschnittenes Gemüse ins Wasser legen und anschließend gründlich waschen.

Gewaschenes Gemüse in einem großen Topf mit Salzwasser (1 Teelöffel) mit Lorbeerblätter und Pimentkörner bissfest kochen, Gemüse muß vollständig mit Wasser bedeckt sein.

Gleichzeitig den in große Würfel (5x5 cm) geschnittenen Bauch in großem Topf mit Wasser weich kochen, Stichprobe mit Gabel oder spitzem Messer.

Den weich gekochten Bauch aus dem Wasser heben und beiseite stellen.

Gemüse und Sud vom Bauch vermischen (im Gemüsetopf). Je nach Topfgröße überschüssiges Gemüse in separaten Topf abfüllen und kühl lagern, um es später zum Auffüllen zu benutzen.

œ Pfefferkuchen in Messbecher zerkleinern und mit einer Flasche Malzbier auffüllen. Beides mit Quirl vermischen bis es flüssig ist, eventuell 1 Esslöffel Mehl dazu.

Pfefferkuchen-Malzbier Flüssigkeit langsam in den Topf (Gemüse) füllen und vorsichtig vermischen.

1 Esslöffel Zuckerrübensirup in den Topf geben.

Rauchfleisch, Rote und Debreziner für das erste Essen hinzufügen und bei mittlerer Hitze ziehen lassen, darf nicht kochen.

Am Weihnachtsabend die Tunke langsam erwärmen und vorher die Festtagsbratwürste in heißem Wasser erwärmen und anschließend in den Topf geben. Tunke darf nicht kochen, da Rote und Festtagsbratwürste leicht aufplatzen. Parallel hierzu Salzkartoffeln kochen.

Sauerkraut (mit Zwiebel und Speck, vorher glasig dünsten) zubereiten. Während dem Kochen einen Brühwürfel hinzu geben.

Die Tunke und das Kraut schmecken von Tag zu Tag besser, wenn es immer wieder gewärmt wird!

Getränkeempfehlung:

Zum Essen einen trockenen Weißwein und reichlich Mineralwasser. Nach dem Essen das eine oder andere Bier.

Alle Zutaten (Gemüse, Sauerkraut, Kartoffeln, die 3 Würste und das Rauchfleisch) auf einem großen Teller anrichten.

Ich wünsche einen guten Appetit.

Platz 7: Pfefferpotthast mit Kartoffeln, Gürkchen und Rote Bete

Von Leni Thurm aus Sprockhövel

Zutaten für 4 Personen:

1 ½ kg Rindfleisch
(Oberschulter oder kurze Rippe)
80 g Butterschmalz, 1 TL Bratengewürz
2 ½ Liter Fleischbrühe (von Suppenknochen)
3 Nelkenköpfe, 3 Lorbeerblätter
3 Zitronenscheiben
1 Bund Thymian, gehackt
je 1 TL schwarze und bunte Pfefferkörner
1 TL Wacholderbeeren, ½ Zimtstange
1 frische Chilischote, entkernt, kleingeschnitten
500 g Porree, in feine Ringe geschnitten
500 g Schalotten, gepellt
Mehl und Butter
Salz, Pfeffer aus der Mühle
2 EL Creme fraîche
½ Bund Petersilie, grob gehackt

Zubereitung:

1. Rindfleisch unter kaltem Wasser abspülen, trockentupfen, in mundgerechte Stücke schneiden. Butterschmalz in einem Bräter erhitzen und die Fleischstücke und das Bratengewürz zufügen, mit der Fleischbrühe auffüllen, mit Salz und Pfeffer würzen, andünsten, nicht braten.
2. Nelken, Lorbeer, schwarze Pfefferkörner und Wacholderbeeren in ein Tuchsäckchen geben, in den Bräter hängen, bunte Pfefferkörner zugeben und zugedeckt 1 ¼ Stunde bei milder Hitze garen.
3. Nun Zitronenscheiben, Thymian, Zimtstange und Chili zugeben. Weitere 30 Minuten köcheln. Nach 15 Minuten den Porree und die Schalotten zugeben. Tuchsäckchen, Zitronenscheiben, Thymian und Zimtstange entfernen
4. Aus Mehl und Butter eine Mehlschwitze herstellen, den Eintopf damit binden, nochmals aufkochen bis das Gericht sämig wird. Mit Salz und Pfeffer gut würzen. Creme fraîche zum Abrunden unterrühren. Petersilie aufstreuen. Mit mehligem Kartoffeln, Gewürzgürkchen und Rote Bete servieren.

Dazu schmeckt vorzüglich ein gut gekühltes Bier

Tipp:

Für kleine Essen reicht auch eine Brotbeilage:
200 g Schwarzbrot im Mixer fein zerkleinern, ½ unbehandelte Zitrone dünn abschälen und in feine Späne schneiden. Das Schwarzbrot mit den Zitronenspänen und ½ Bund grob gehackter Petersilie vermischen, zu dem Pfefferpotthast reichen.

Platz 8: Hausgulasch

Von Friedhelm Daamen aus Hürth

Zutaten (für 4 Personen):

200 bis 250 g Schweinenacken grob gewürfelt
die Hinterläufe von 2 Kaninchen
4 Hähnchenkeulen
1 Entenbrustfilet in fingerdicke Scheiben geschnitten
4 fingerdicke Scheiben vom falschen Rinderfilet
ca. 150 g Hähnchen- und Kaninchenleber (oder auch nur eine Lebersorte)
1 Stück geräucherter Bauchspeck geviertelt (200 bis 250 g)
3 Zwiebeln
5 Knoblauchzehen
1 Chilischote (nicht die kleine scharfe Sorte)
1 ½ EL Zucker
3 EL scharfer Senf
¼ l Riesling
1 l Hühnerbrühe
2 Zimtstangen
3 Nelken
500 g getrocknetes Mischobst
1 Glas Pflaumen, halbe Frucht und abgetropft, Abtropfgewicht ca. 380 g
2 bis 3 EL reduzierter Balsamessig oder Balsamico-Creme Salz und schwarzer Pfeffer
3 bis 4 EL grob geschnittene glatte Petersilie oder wenn möglich stattdessen frischen Liebstöckel

Zubereitung:

In einem großen Bräter oder Topf die grob geschnittenen Zwiebeln in Butterschmalz anschwitzen. Knoblauchzehen von ihren Häuten befreien und zerdrückt zugeben, dann noch die Chilischote, die zuvor aber entkernt wird. Jetzt den Zucker einstreuen , der leicht karamellisieren soll, anschließend 2 EL Senf einrühren. Abgelöscht wird mit Riesling und der Hälfte der Hühnerbrühe. Das Ganze kräftig aufkochen und dann die Hitze reduzieren, denn die Soße soll nur leicht köcheln.

Die Fleischstücke werden getrennt und separat zubereitet, bevor sie in die Soße kommen. Zunächst die Hähnchenkeulen und Hinterläufe der Kaninchen rundherum in Öl anbraten. Kurz vor Schluss den geräucherten Bauchspeck noch zugeben und ein paarmal durchschwenken, bevor alles in den großen Topf geht. Parallel dazu das Schweinefleisch und die Rinderscheiben in Öl von allen Seiten leicht bräunen lassen und zugeben. Die Entenbrustfiletstücke und die Lebern werden erst kurz vor Schluss angebraten und hinzugefügt.

Fleischstücke und Soße werden jetzt gewürzt durch Zugabe von Zimtstangen, Nelken und Trockenobst. Der Inhalt soll bei geringer Hitze nur leicht simmern. Nach 60 Minuten kommen die Entenbrustfiletstücke dazu und nach weiteren 15 Minuten die abgetropften Pflaumen aus dem Glas. Wenn die Pflaumen vorher kurz erhitzt werden, wird der Garprozess nicht unterbrochen. Je nach Konsistenz der Soße kann noch Hühnerbrühe dazugegeben werden.

Meine Mutter hat die Soße folgendermaßen gebunden: Alle Fleischsorten und stückigen Teile wurden mit der Schöpfkelle herausgehoben und warm gestellt. Dann wurde von der unten beschriebenen Kartoffelkloßmasse soviel in die kochende Soße eingerührt, bis sie die richtige Bindung hatte. Anschließend kam alles wieder zurück in die Soße.

Nun werden noch die Hähnchen- und Kaninchenlebern kurz, aber scharf angebraten und hinzugefügt. Schließlich kommen Salz und schwarzer Pfeffer zum Einsatz und zum Abrunden der reduzierte Balsamessig. Der Hausgulasch ist fertig, wenn sich Hähnchen- und Kaninchenfleisch leicht vom Knochen lösen lassen.

Während des Garvorganges sollte immer mal wieder abgeschmeckt werden. Bevor Chilischote, Zimtstangen und Nelken zu sehr dominieren, sollten sie entfernt werden. Da zu Beginn nur 2 EL Senf eingerührt wurden, entscheidet man jetzt, ob die Senfmenge ausreicht oder nicht. Es soll keine Senfsoße entstehen.

Für die Kartoffelklöße braucht man knapp 1 kg mehlig kochende Kartoffeln, die in der Schale gekocht werden und ausdampfen müssen, danach pellen und durch eine Kartoffelpresse drücken. Jetzt wird eine rohe mittelgroße Kartoffel hineingerieben, 3 bis 4 EL Kartoffelstärke zugegeben und mit Salz, weißem Pfeffer sowie Muskat gewürzt. Alles einmal kräftig durchrühren, bevor 4 mit etwas Sahne verrührte Eier hinzugefügt werden. Die Masse kneten, bis die richtige Knödelkonsistenz erreicht ist. Das Kochwasser für die Knödel wird gesalzen und mit 1 EL Kartoffelstärke leicht gebunden. Dadurch wird ein Ausflocken der Knödelmasse verhindert. Mit einem Eisportionierer kann man gleichstarke Knödel ausstechen, sie müssen aber noch mit den Händen geformt und gerollt werden. Sobald die Knödel im kochenden Wasser sind, wird die Hitze reduziert. Wenn sie oben schwimmen, kann man sie nach ca. 5 Minuten herausheben und warmstellen.

Anrichten:

Der Hausgulasch wird entsprechend der Fleischanteile auf die Teller gebracht. Also jeweils eine Hähnchen- und Kaninchenkeule, ein Stück vom Entenbrust- und falschen Rinderfilet, Würfel vom Schweinefleisch, ein Stück Bauchspeck, etwas von der Leber und dem soßig weichen Mischobst. Schließlich genügend Gulaschsoße, damit sie von den Knödeln aufgenommen werden kann. Zum Schluss streut man noch glatte Petersilie darüber. Am würzigsten und nachhaltigsten ist allerdings frischer Liebstöckel.

Platz 9: Court-Bouillon

Von Martina Kienzler, Tony Marie-Joseph, Jeanne Marie-Joseph aus Berlin

Ein Fischessen von den französischen Antillen, allerdings mit den Zutaten gekocht, die man in Deutschland (Berlin) findet. - wir sind eine Drei-Personen-Familie: Papa aus Martinique, Mama aus Baden-Württemberg und die Tochter eine echte Berlinerin. Unser Rezept passt zu einer Martiniquanisch-Schwäbischen Familie in Berlin: Fisch mit Reis und Soße.

Dieses Gericht hat bei uns bisher noch alle Gäste überzeugt. Sogar Freunde, die keinen Fisch mögen, insbesondere auch eine Vegetarierin, die nie Fisch ist, haben sich den Teller zweimal füllen lassen.

Eine der wichtigsten Zutaten ist „Piment“, aber das was man auf den Antillen darunter versteht. Auf Martinique heißt er „Bonda Man'Jak“. Dieser „Piment“ hat nichts mit den braunen Kügelchen zu tun, die wir hier kennen. (Die Kügelchen heißen dort „bois d'Inde“). Unser „Piment“ ist eine Art Chili-Schote, hat mit ihr aber außer der Schärfe nichts gemeinsam. Er sieht aus wie eine ca. 5 cm große Paprikaschote (- im KadeWe kauft man ihn auch unter dem Namen „Gewürzpaprika“-) und ist wirklich sehr scharf, wenn man ihn im Übermaß verwendet oder falsch zubereitet - dann kann er ein Essen ungenießbar machen. Er hat aber auch einen speziellen Eigengeschmack, der den Court-Bouillon erst zu dem macht, was es ist und ist deswegen unverzichtbar. Unseren „Piment“ kaufen wir im KadeWe oder in afrikanischen oder asiatischen Läden.

Nun zu dem Rezept:

Für 4 Personen verwenden wir 4 nicht allzu große Seefische. Am besten eignen sich Dorade, loup de mer oder rouget. Das Wichtigste an der Zubereitung ist die Vorbereitung der Fische, da sie im Ganzen (also mit Kopf!) gekocht werden. Die Fische werden gesäubert, ausgenommen und innen und außen ausgiebig mit Zitrone abgerieben und auf beiden Seiten zweimal leicht schräg eingeschnitten, damit die Marinade, insbesondere auch das Salz aufgenommen werden kann. Dann werden sie gut gesalzen und etwas gepfeffert. Die Fische dann in einer flachen Schüssel oder Auflaufform in den Saft von 1-2 Zitronen und etwas Wasser einlegen. In diese Marinade kommt bereits ein ganzer Piment, den man mit einem breiten Messer zerdrückt hat. Die Fische sollten nun wenigstens 1 Stunde in der Marinade liegen bleiben, länger ist auch gut.

Vorsicht: Nur in der Marinade darf der Piment zerdrückt werden. Er wird nach der Marinade weggeworfen. Im eigentlichen Gericht darf der Piment beim Kochen nie - wirklich NIE - geschnitten oder zerdrückt hinzugefügt werden. Man kann dann das Ganze einfach wegwerfen. Es ist dann absolut ungenießbar.

Nun beginnen wir mit dem eigentlichen Rezept:

Eine Zwiebel in halbe Ringe schneiden und in etwas Öl in einem großen flachen Topf glasig dünsten, mit Pfeffer und ganz wenig Salz würzen.

Dazu 4-5 kleingeschnittene Tomaten, einen Zweig Thymian und eine kräftige Prise braunen Rohrzucker geben und auf kleiner Flamme zugedeckt schmoren bis die Tomaten weich sind. (Mit den Tomaten bitte keinen Schnickschnack machen, sondern mit Haut und dem wässrigen Inneren kochen, sonst gibt es keine richtige Soße).

Dazu 4 kleingeschnittene Frühlingszwiebeln und 1-2 zerdrückte Knoblauchzehen geben und nochmals zugedeckt schmoren lassen bis die Frühlingszwiebeln weich sind. 1/4 Liter Fleischbrühe (!) dazugeben und aufkochen lassen. Nun die Fische in die Soße legen. Den Topf mit Wasser auffüllen bis die Fische gerade so mit Flüssigkeit bedeckt sind. Die Fische ca. 10 Minuten kochen lassen, dann einen ganzen Piment in die Soße legen. Und jetzt bitte vorsichtig: auf kleiner Flamme (Bei einem Herd von 1-9 auf ca. 4-5) weiterkochen und immer mal wieder den Deckel heben, dann fällt der Piment in sich zusammen. Er soll mitkochen aber um Himmels Willen nicht platzen, sonst s.o.

Alles zusammen wird weitere 20 Minuten gekocht. Fertig ist es, wenn der Fisch gut gekocht ist und beim Herausnehmen fast auseinanderfällt. Da wir die Soße gerne leicht sämig mögen, binden wir sie am Schluss mit etwas Mehlbutter ab.

Dazu essen wir Reis mit möglichst großen Körnern. Basmati-Reis eignet sich nicht, er ist zu fein. Hier in Berlin nehmen wir meistens Thailändischen Duftreis. Für 4 Personen kochen wir eine große Milchkafee - Schale voll Reis. Der Reis wird gewaschen und mit kaltem Salzwasser - Verhältnis 1:2 aufgesetzt, aufgekocht und dann auf ganz kleiner Hitze mehr ausgequell als gekocht.

Serviert wird das Gericht auf möglichst großen Tellern. Neben den Fisch wird der Reis angerichtet und mit reichlich Soße bedeckt. Ist der Fisch zu groß kann er natürlich auch in zwei Teile geschnitten werden.

Bei diesem Rezept herrscht bei uns Arbeitsteilung: Nur wenn Papa den Fisch vorbereitet und Mama den Fisch zubereitet, schmeckts wirklich gut. Unsere Tochter (6 Jahre) ist gerade in einer Phase, in der sie nichts mit Augen ist. Aber den Reis mit der Soße liebt sie auch.

Guten Appetit.

Platz 10: LAMMBRATEN MIT FRISCHEM KORIANDER (Seco de Cordero)

Von Rita Galindo

Zutaten:

1 Lammkeule
2 Knoblauchzehen
5 Esslöffel Öl
2 Tasse Lammfond oder Brühe
1 große Zwiebel
50 g frischer Koriander
2 Pepperoni
½ l Liter dunkles Bier
1 Tasse frische Erbsen

- Die Keule mit Knoblauchstiften, Salz und Pfeffer spicken und in einem Bräter mit Öl im Backofen auf 120°C Umluft für 3-4 Stunden braten. Die Zwiebel klein würfeln und in der Pfanne mit Öl kurz braten.
- Den Koriander und die Pepperoni mit dem Stabmixer pürieren und zusammen mit der
- Zwiebel, dem Bier und der Brühe nach ca 1,5 Std. zu der Keule geben.
- nach 3 Std. die Erbsen dazugeben.

Beilage: Salzkartoffen und/oder Reis

Dieses Gericht kann mit Lamm-, Rind-, Schweine- oder Geflügelfleisch zubereitet werden.