

Neue Zutaten: Rezepte vom 19. Dezember 2015



Caramelisierte Kirschtomaten
Maniok-Käse-Bällchen
Échalotes-Tarte-Tatin mit
geräucherter Forelle
Federkohlsalat
Flower-Sprouts-Salat
Gefüllte Egliröllchen
Miso-Hollandaise
Tonkabohnen-Kartoffelstock
Maniok mit Kräuteröl
Hagebutten-Crème
Schoko-Nusstängeli

Caramelisierte Kirschtomaten

4 PERSONEN

Zutaten

12 Cherrytomaten
12 Holzspiesschen
230 g Zucker
2 EL Honig
1 dl Wasser
Fleur de sel
1 TL Pimentón de La Vera, z. B. dulce

Zubereitung

Tomaten auf Holzspiesschen stecken. Zucker, Honig und Wasser in einer kleinen unbeschichteten Pfanne ohne zu rühren hellbraun caramolisieren lassen. Vom Herd ziehen und kurz abkühlen lassen. Die Tomaten einzeln in den Caramel tauchen. Vorsicht vor Caramelspritzern! Noch heiss mit Fleur de sel bestreuen und auf Backpapier auskühlen lassen. Tomaten mit Pimentón bestäuben und servieren.

Quelle: <http://www.saison.ch/de/rezepte/caramelisierte-kirschtomaten-mit-pimenton-de-la-vera/detail/>

Maniok-Käse-Bällchen

CA. 30 STÜCK

Zutaten

1.7 dl Milch

3 EL Rapsöl

1 TL Salz

250 g Tapioka* (Maniokstärke) aus dem Delikatessgeschäft

250 g geriebener Parmesan

1 Ei

Zubereitung

1. Backofen auf 200 °C vorheizen. Milch, Öl und Salz in einer Pfanne aufkochen. Vom Herd nehmen und Tapioka im Sturz dazugeben. Mit einer Holzgabel schnell zu einem festen Teig verrühren. Masse etwas abkühlen lassen. Parmesan und Ei dazugeben und gut verkneten.

2. Aus der Masse baumnussgrosse Kugeln formen, diese auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.

3. Maniok-Käse-Bällchen in der Ofenmitte ca. 20 Minuten backen, bis sie hellgelb sind und leicht aufplatzen. Bällchen aus dem Ofen nehmen, etwas abkühlen lassen und servieren.

Quelle: <http://www.saison.ch/de/rezepte/maniok-kase-ballchen/detail/>

Échalotes-Tarte-Tatin mit geräucherter Forelle

VORSPEISE FÜR 4 PERSONEN

Zutaten

30 g Butter, weich
2 EL Rohrzucker
150 g Schalotten, in Ringen
1 ausgewallter Blätterteig (ca. 32 cm Durchmesser)
1 Avocado, in Schnitzen
30 g Rucola, gewaschen
100 g geräucherte Forellenfilets, zerzupft
2 EL Zitronenolivenöl (Migros: Monini oder Coop: Fine Food)
20 g Aceto-Balsamico-Perlen (Coop Fine Food)
20 g gesalzene Macadamianüsse, grob gehackt
Wenig Fleur de Sel

Zubereitung

1. Butter und Zucker auf ein exakt mit Backpapier belegtes Blech (ca. 30 cm Durchmesser) verteilen. Schalotten darauf verteilen. Teig mit einer Gabel dicht einstechen, locker auf die Schalotten legen. Teigrand zwischen Schalotten und Blechrand schieben.
2. Backen: ca. 20 Min. in der Mitte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens. Tarte herausnehmen, ca. 2 Min. ruhen lassen. Sorgfältig auf eine Platte stürzen. Avocado und alle restlichen Zutaten auf der Tarte Tatin verteilen.

Federkohlsalat

4 PERSONEN

Zutaten

300 g Federkohl
1 grosser grüner Apfel
1 gewürfelte Avocado
1 grosse Prise gemörserter Kreuzkümmel
1 Zitrone Saft und abgeriebene Schale
1 TL Fleur de Sel
3 EL geschnittene Korianderblätter
3 EL Olivenöl
1 grosse Handvoll Pistazien geröstet

Zubereitung

Federkohl waschen, mit dem Küchentuch trocken tupfen, die Stiele wegschneiden und dann ganz fein schneiden bzw. hacken.

Apfel entkernen, achteln und in feine Scheibchen schneiden, dann die gewürfelte Avocado und Kreuzkümmel dazugeben.

Jetzt noch den Saft und die abgeriebene Schale der Zitrone, Fleur de Sel, Korianderblätter und Olivenöl dazu. Pistazien grob hacken und daruntermischen.

Quelle: http://www.coopzeitung.ch/_Mein+gruener+Powersalat_

Flower-Sprouts-Salat

4 PERSONEN

Zutaten

3 Handvoll Flower Sprouts

Olivenöl

Fleur de Sel

schwarzer Pfeffer

1 Zitrone, Saft

4 EL getrocknete Cranberries

4 EL geröstete Pinienkerne

1 Handvoll gekochte Quinoa

2 EL frisch geriebener Parmesan

Zubereitung

Die Flower Sprouts in reichlich Olivenöl anbraten. Marinieren mit Fleur de Sel, schwarzem Pfeffer und dem Saft einer Zitrone. Restliche Zutaten beimengen.

Quelle: http://www.coopzeitung.ch/_Flower_Sprout_Love_

Gefüllte Egliröllchen

4 PERSONEN

Zutaten

12 kleine Eglifilets (600–700 g)

1 EL Zitronensaft

½ TL Salz

1 EL Butter

50 g Weissbrot, ohne Rinde

2 Bund Petersilie, gehakt

1 EL gehackte Kräuter, nach Belieben

1 dl Gemüsebouillon

Wasser, nach Bedarf

1–2 Kräuterzweige, nach Belieben (Thymian, Rosmarin, Oregano)

Zubereitung

Filets mit Zitronensaft beträufeln, würzen. Für die Füllung zerzupftes Brot und Kräuter in warmer Butter andämpfen. Bouillon beifügen, etwas einkochen, auskühlen. Füllung auf den Filets verteilen, aufrollen, mit Verschlussstelle nach unten in gefettetes Dämpfkörbchen legen (oder in mit Backpapier belegte Bambusdämpfkörbchen). So viel Wasser in passender Pfanne aufkochen, dass es nachher nicht durch die Löcher ins Dämpfkörbchen dringt (oder Wasser im Wok aufkochen). Kräuterzweige mitkochen. Dämpfkörbchen erst hineinstellen, wenn das Wasser siedet, Hitze reduzieren. Fischröllchen zugedeckt 6-7 Min. im Dampf garen. Zum Anrichten auf vorgewärmte Teller geben.

Quelle: Betty Bossy „Vielseitige Fischküche“, S. 9, 1. Auflage 1988.

Miso-Hollandaise

4 PERSONEN

Zutaten

170 g Butter

80 g helle Misopaste

2 Eigelbe

2 ganze Eier

Zubereitung

Butter schmelzen und auf 60 Grad erhitzen. Misopaste, Eigelbe und ganze Eier verrühren, die Butter dazugeben und mit dem Mixer verrühren. Anschliessend die Hollandaise in den Rahmbläser geben, die Patrone dazu, ganz fest schütteln und warm stellen. Die leckere Miso-Hollandaise passt hervorragend zu gedämpftem Fisch – wie zum Beispiel Dorsch – und zu knackigem Gemüse.

Quelle: http://www.coopzeitung.ch/_Miso_Hollandaise_

Tonkabohnen-Kartoffelstock

4 PERSONEN

Zutaten

2.5 dl Milch

10 Tonkabohnen aus dem Delikatessgeschäft

1.2 kg grosse mehligkochende Kartoffeln, z. B. Agria

4 EL Butter

Salz

Pfeffer

Zubereitung

1. Milch mit den Tonkabohnen leicht erwärmen. Im Kühlschrank zugedeckt mindestens 12 Stunden ziehen lassen. Milch absieben.
2. Backofen auf 160 °C vorheizen. Ganze Kartoffeln auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. In der Ofenmitte ca. 90 Minuten backen. Kartoffeln längs halbieren, mit einem Löffel aus der Schale kratzen. Mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken oder durch das Passe-vite treiben. Butter in einer Pfanne erhitzen, bis sie leicht braun ist. Kartoffeln und Milch dazugeben. Mit einer Kelle zu einem glatten Püree verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Quelle: <http://www.saison.ch/de/rezepte/tonkabohnen-kartoffelstock/detail/>

Maniok mit Kräuteröl

HAUPTGERICHT FÜR 4 PERSONEN

Zutaten

2 Manioks à ca. 600 g
8 EL Erdnussöl
Salz
Pfeffer
4 EL Nussmix gesalzen
1 Limette
0.5 Knoblauchzehe
1 TL milder Senf
1 TL flüssiger Honig
2.5 EL Wasser
100 g Spinat
0.5 Bund Petersilie
0.5 Bund Koriander
10 Pfefferminzblättchen
200 g Ricotta

Zubereitung

1. Backofen auf 180 °C vorheizen. Manioks schälen, längs halbieren und den etwas dunkler gefärbten Strang entfernen. Manioks in Stücke à ca. 5 cm schneiden. Maniokstücke mit $\frac{1}{4}$ des Öls mischen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und mit Salz und Pfeffer würzen. In der Ofenmitte ca. 30 Minuten backen. Nüsse grob hacken.

2. Inzwischen Limettenschale abreiben. Limette auspressen. Limettensaft und -schale, Knoblauch, Senf, Honig und Wasser mit der Hälfte des Spinats und der Hälfte der Kräuter in einen Mixbecher geben und pürieren. Restliches Öl im Fadenlauf dazugiessen. Dabei weitermixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Manioks aus dem Ofen nehmen und mit restlichen Kräutern und restlichem Spinat auf die Teller verteilen. Mit Kräuteröl beträufeln. Nüsse darüberstreuen, mit Ricotta anrichten und servieren.

Quelle: <http://www.saison.ch/de/rezepte/im-ofen-gebackener-maniok-mit-krauterol/detail/>

-minu's Buttemoscht-Crème

6 PERSONEN

Zutaten

400 g Hagenbutten-Konfitüre

2,5 dl Vollrahm

400 g Magerquark

4 Eiweiss geschlagen.

Zubereitung

Konfitüre mit Magerquark gut vermengen. Eiweiss zu starken Schnee schlagen.

Ebenfalls den Schlagrahm steif schlagen. Schlagrahm und Eischnee sorgfältig vermengen. Dann alles unter die Hagenbutten-Quarkmasse rühren.

Im Kühlschrank etwa 3 Stunden ruhen lassen.

Quelle: <http://www.buttenmost.ch/rezepte/>

Schoko-Nussstängeli

CA. 45 STÜCK

Zutaten

100 g Haselnüsse (ganz)
100 g Schokolade, schwarz, z.B. Crémant 47%
125 g Butter, weich
150 g Zucker
2 Prisen Salz
0.5 TL Zimtpulver
2 Prisen Nelkenpulver
2 Eier
150 g gemahlene Haselnüsse
200 g Weissmehl
20 g Kakaopulver
100 g Kuchenglasur, dunkel

Zubereitung

1. Haselnüsse rösten und grob hacken. Schokolade in kleine Würfel schneiden. Butter, Zucker, Salz, Zimt und Nelkenpulver mit dem Handrührgerät schaumig rühren. Eier nach und nach dazurühren. Gemahlene Haselnüsse, Mehl und Kakaopulver dazumischen. Gehackte Haselnüsse und Schokolade begeben und alles zu einem glatten Teig verrühren.

2. Backofen auf 200 °C vorheizen. Teig auf ein mit Backpapier belegtes Blech ca. 1 cm dick austreichen. In der Ofenmitte 8 bis 12 Minuten backen. Herausnehmen. In Stängeli à ca. 2 × 7 cm schneiden. Auskühlen lassen.

3. Inzwischen Kuchenglasur im Wasserbad schmelzen. Glasur mit einem Löffel im Fadenlauf über die Nussstängeli geben. Trocknen lassen.

Die Nussstängeli sind in einer gut verschlossenen Dose an einem kühlen Ort ca. 4 Wochen haltbar.

Quelle: <https://www.migrosmagazin.ch/kochen/rezepte/artikel/schoko-nussstaengeli>