

# Thunfisch-Pasteten mit Worcestershire-Sauce

Ich hatte bei der Zubereitung von Thunfisch-Pasteten vor kurzem einige Pasteten mehr zubereitet und diese eingefroren.

Nun backe ich die Pasteten im Backofen und serviere sie mit einer Worcestershire-Sauce zum Dippen.

Die Worcestershire-Sauce passt aufgrund ihrer Säure noch viel besser zu den Pasteten als die zuletzt verwendete, asiatische süße-sauere Sauce.

Worcestershire-Sauce – natürlich die originale von Lea & Perrins – wird ja nach einem Geheimrezept hergestellt. Sie schmeckt aber eigentlich wie eine leichte, helle, aber eben leicht säuerliche Soja-Sauce.

Sehr lecker zu den Pasteten.

[amd-zlrecipe-recipe:586]

---

## Thunfisch-Pasteten mit süß-saurer Sauce

Keine gefüllte Pasta wie Ravioli oder Tortellini, sondern gefüllte Pasteten.

Für den Teig verwende ich einen einfachen Hefeteig, wie ich ihn auch für pikante Tartes und wie man ihn für Pizzen verwendet.

Ich hatte zwar ein Original-Rezept für diese Pasteten

gefunden, jedoch wurde dort ein Mürbeteig für die Pasteten zubereitet. Dies erscheint mir jedoch wenig praktikabel. Mürbeteig ist, wie der Name schon sagt, sehr mürbe und bricht leicht. Ihn für Pasteten zu verwenden, die gefüllt werden, stelle ich mir ein wenig schwierig vor.

Mit dem Hefeteig jedoch gelingen die Pasteten hervorragend.

Für die Füllung verwende ich Thunfisch aus der Dose, Tomaten und Schalotten. Für mehr Bindung sorgen Eier und Semmelbrösel. Und es kommt ein Spritzer Weißwein-Essig für etwas Säure hinein. Gewürzt wird einfach mit Paprika-Pulver, Salz, Pfeffer und Zucker.

Die Pasteten werden nicht wie gefüllte Pasta in kochendem Wasser gegart, sondern im Backofen gebacken.

Für eine schönere Optik werden die Pasteten mit etwas gequirltem Ei bestrichen.

Da ja die Füllung ganz leicht säuerlich ist, serviere ich die Pasteten mit süß-sauerer Sauce zum Dippen.

Man kann die Pasteten übrigens auch gern in größerer Menge zubereiten und für eine spätere Verwendung und Zubereitung einfrieren.

[amd-zlrecipe-recipe:585]

---

## Paté de campagne



Landpastete, angerichtet mit Baguettebrötchen, getrockneten Tomaten, Oliven und Basilikum

Dieses Rezept habe ich von Kollege Claus von [NUR DAS GUTE ZEUGS](#) übernommen. Im Grunde hatte ich alle Zutaten seines [Rezeptes](#) zuhause, sogar das Schweinenetz. Trotzdem habe ich einige Änderungen vorgenommen und die Paté auch ergänzt. So kamen noch ganze eingelegte grüne Pfefferkörner und Kapern hinzu. Das Gewürz Quatre Épices – weißer Pfeffer, Ingwer, Nelken und Muskat – habe ich ersetzt durch das Gewürz Baharat, das zwar nicht französischen Ursprungs ist, sondern aus dem Nahen Osten stammt. Aber es beinhaltet die ähnlichen Gewürze zuzüglich einiger zusätzlicher. Da es das Rezept für die Paté auch noch mit anderen Zutaten wie z.B. frischem Thymian oder Orangenzesten gibt, erlaube ich mir trotz meiner Änderungen, den französischen Namen des Gerichts beizubehalten. Und da ich mich vage erinnerte, dass eine Paté eigentlich immer sehr fein und fast streichfähig ist, habe ich die Leber für eine bessere Bindung der Paté feinpüriert und dann beigemischt.

#### **Zutaten für Pastete:**

- 500 g Rinderbrust

- 250 g durchwachsener Bauchspeck
- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 6 große Lorbeerblätter
- 1 TL Meersalz
- $\frac{1}{2}$  TL schwarzer Pfeffer
- eine Prise Piment
- eine Prise gemahlener Ingwer
- eine kräftige Prise Baharat
- 100 ml Cognac
- 100 ml trockener Weißwein
- einige Stängel Petersile
  
- 230 g Rinderleber
- 1 Ei
  
- 2 TL grüne Pfefferkörner (eingelegt)
- 2 TL Kapern (eingelegt)
  
- 1 Schweinenetz
  
- 200 g Griebenschmalz

**Zubereitungszeit:** insges. 3 Tage | Vorbereitungszeit 1,5 Stdn.  
 | Marinierzeit 24 Stdn. | Garzeit 1 Std. 30–40 Min. | Kühlzeit  
 27 Stdn.

Bei der Rinderbrust alle Sehnen entfernen. Rinderbrust und Speck in kleine Würfel schneiden. Schalotten und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Bei der Petersilie die Blättchen abzupfen und kleinwiegen. Alles in eine große Schüssel geben. Salz, Pfeffer und die restlichen Gewürze hinzugeben. Cognac und Weißwein darüber verteilen. Alles gut miteinander vermischen und dabei die ganzen Lorbeerblätter unterarbeiten. Zugedeckt im Kühlschrank 24 Stunden marinieren.



### Marinierte Zutaten für die Paté

Dann die Lorbeerblätter herausnehmen, aufbewahren und beiseite legen. Das marinierte Fleisch mit allen Zutaten durch den Fleischwolf drehen. Wer einen elektrischen Fleischwolf hat, kann sich freuen, bei einem manuellen Fleischwolf sollte man sich je nach Gerät auf 30–40 Minuten Arbeit einstellen. Die durchgedrehte Masse in eine große Rührschüssel geben. Rinderleber kleinschneiden, in eine schmale, hohe Rührschüssel geben und mit dem Pürierstab fein mixen. Zusammen mit einem Ei zu der durchgedrehten Masse geben und alles sehr gut vermischen. Die rohe Masse probieren und abschmecken. Zuletzt noch ganze Pfefferkörner und Kapern dazugeben und vorsichtig unterheben, damit sie ganz bleiben.

Für eine Back-Kastenform ist die Masse vermutlich zu wenig, eine mittlere, relativ hohe Auflaufform ist am geeignetsten. Die ganzen Lorbeerblätter auf dem Boden der Auflaufform verteilen. Die Auflaufform mit dem Schweinenetz auslegen. Die Paté-Masse hineinfüllen, gut in der Auflaufform verteilen und dann verstreichen. Das überstehende Schweinenetz über die Masse ziehen. Dann die Masse mit Alufolie abdecken.



Die Paté-Füllmasse im Schweinenetz in der Auflaufform

Backofen auf 170 °C Umluft erhitzen. Die Auflaufform mit der Füllmasse mit Alufolie abgedeckt in ein Wasserbad – zum Beispiel in einem Bräter – geben und auf mittlerer Ebene hineinschieben. Etwa 1 Stunde und 30–45 Minuten backen. Zum Ende der Garzeit mit einem Fleischthermometer die Kerntemperatur messen, wenn sie 75 °C erreicht hat, kann man den Backvorgang abbrechen. Aus dem Backofen nehmen, die Alufolie entfernen und auskühlen lassen.

Die Paté in der Auflaufform 24 Stunden im Kühlschrank durchkühlen, damit man sie mit einem scharfen Messer gut schneiden kann.

Das Griebenschmalz erhitzen, damit es flüssig wird. Löffelweise das Fett über die erkaltete und sehr feste Paté gießen. Da vermutlich beim ersten Übergießen sehr viel Fett an den Rändern der Paté herunterlaufen und sich in der Auflaufform sammeln wird, die Paté mit 1–2 Pfannenwendern vorsichtig in eine andere Auflaufform umsiedeln. Dann die Paté mit dem langsam erstarrenden Fett aus der ersten Auflaufform ein zweites Mal übergießen. Nochmals einige Stunden im

Kühlschrank kühlen, damit das Fett gut härtet.



Fertig gebackene, mit Griebenschmalz überzogene und erkaltete Paté

Dann aus dem Kühlschrank herausnehmen und in Scheiben schneiden. Es bietet sich an, die Paté als Snack mit Oliven, getrockneten Tomaten, Schafskäse und ein paar Basilikumblättern zu servieren. Dazu passen Baguette, Baguettebrötchen oder auch Chiabatta. Die Paté eignet sich aber auch traditionell als abschließender Gang – vor Käse und Kaffee/Espresso – eines mehrgängigen Menüs zu besonderen, feierlichen Anlässen. Schließlich hat man ja auch Zeit genug investiert, um sie zuzubereiten.