

Putenoberkeulencarrée mit Kräutersaitling-Sauce auf Bavette



Herrlich rosé gegart

Ein weiteres Gericht mit der Niedrigtemperatur-Garmethode zubereitet. Das Carrée mit 600 g braucht bei 80 °C 2 Stunden, um herrlich rosé gegart zu sein. Da ich vergaß, das Carrée vor dem Garen im Backofen in Fett in der Pfanne von allen Seiten kräftig anzubraten, folgte ich der Empfehlung von [Herdnerd Dirk](#), der meinte: Warum nicht umgekehrt?, und briet das Carrée für eine schöne Kruste danach von allen Seiten an. Die Niedrigtemperatur-Garmethode impliziert ja immer, dass man separat auf dem Herd ein leckeres Sößchen zubereiten muss, dies tat ich mit Kräutersaitlingen, etwas Gemüse, ein wenig Weißwein und Schmand. Dazu italienische Bavette.

Zutaten für 2 Personen:

- 600 g Putenoberkeulencarrée
- Salz
- Pfeffer
- Öl

- 4 große Kräutersaitlingen
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- $\frac{1}{2}$ l trockener Weißwein
- 2 TL Schmand
- Bratenwürze
- Salz
- Pfeffer
- Butter

- frischer Schnittlauch

- 250 g Bavette

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 2 Stdn.
5 Min.

Putenoberkeulencarrée salzen und pfeffern und in eine Auflaufform legen. Backofen auf 80 °C erhitzen, das Carrée auf mittlerer Ebene auf dem Rost einschieben und 2 Stunden garen. Danach sollte die Kerntemperatur des Carrées etwa 58 °C haben – mit einem Kerntemperaturmessgerät messen –, dann ist das Carrée innen rosé gegart.

Währenddessen Kräutersaitlinge quer in Scheiben schneiden, Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und klein schneiden und Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und Pilze und Gemüse kräftig anbraten. Mit Weißwein ablöschen und mit einem Kochlöffel die Röststoffe vom Pfannenboden ablösen. Schmand dazugeben und verrühren. Mit Bratenwürze, Salz und Pfeffer würzen. Etwa 20 Minuten bei mittlerer Temperatur köcheln lassen und reduzieren. Dann abschmecken.

15 Minuten vor Ende der Garzeit des Carrées die Bavette nach Anleitung zubereiten.

Carrée in der Auflaufform aus dem Ofen nehmen und einige Minuten entspannen lassen. Den dabei austretenden Bratensaft in der Pilzsauce verrühren. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Carrée auf beiden Seiten schön kross anbraten. Normalerweise erfolgt dieser Schritt vor dem Garen im Backofen, nun wird er einfach nachgeholt.

Carrée halbieren, in Scheiben schneiden und auf zwei Tellern anrichten. Bavette dazugeben und von der Kräutersaitling-Sauce darüber geben. Mit etwas kleingeschnittenen Schnittlauch garnieren.

Entenbrustfilet auf Penne Rigate



Innen herrlich rosé ...

Ein einfaches, schmackhaftes Essen, wenige Zutaten und schnell zubereitet.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Entenbrustfilet
 - trockener Weißwein
 - Sahne
 - Salz
 - Pfeffer
-
- 125 g Penne Rigate

Zubereitungszeit: 15 Min.

Die Pasta nach Anleitung zubereiten. Das Entenbrustfilet mit der Hautseite ohne Fett in eine kalte Pfanne geben. Einige Minuten kräftig anbraten. Das Entenbrustfilet hat so viel Fett, das beim Braten austritt, so dass man keines hinzugeben muss. Ich habe mittlerweile die Erfahrung gemacht, dass ein Entenbrustfilet auf jeder Seite etwa 7 Minuten bei mittlerer Temperatur angebraten werden muss, damit es innen rosé – und fast noch ein wenig rare – ist. Somit auf jeder Seite 7 Minuten braten. Herausnehmen, auf einen Teller geben, mit Alufolie abdecken und das Fleisch entspannen lassen. Den Bratensatz mit etwas trockenem Weißwein ablöschen und vom Pfannenboden lösen. Etwas Sahne hinzugeben, mit Salz und Pfeffer würzen, aufkochen lassen und einige Minuten reduzieren lassen. Die Pasta zum Entenbrustfilet geben und beides mit der Sauce übergießen.

Hühnerfond



Alle Zutaten köchelnd im Bräter

Hühnerfond zum portionsweisen Einfrieren für die spätere Verwendung für Suppen, Eintöpfe, Saucen und Geflügelgerichte usw.

Mal schauen, was ich denn da an Zutaten dafür verwendet habe: 1 Suppenhuhn. Viel Gemüse – Knollensellerie, Wurzeln, Lauch, Weißkohl, Wirsing, Mangold, Zwiebeln, Knoblauch, Frühlingszwiebeln und Champignons. Im Grunde kann man das Gemüse verwenden, das man im Kühlschrank hat und dringend verbraucht werden muss. Frische Kräuter – Petersilie, Thymian und Oregano. Einige Gewürze im Ganzen – 3 frische

Lorbeerblätter, 6 Wacholderbeeren, 6 Pimentkörner, 2 Nelken, 2 Kardamomkapseln, $\frac{1}{2}$ TL Senfkörner und $\frac{1}{4}$ TL schwarzer Pfeffer. Und natürlich 2 TL grobes Meersalz.

Und die Vorgehensweise? Das Suppenhuhn über Nacht auftauen, aus der Verpackung nehmen und unter kaltem Wasser abspülen. Mit einem Hackbeil in grobe Stücke zerhacken. Im Bräter in Butter anbraten. Gemüse kleinschneiden – es muss nicht geschält werden, die Schale bei z.B. Zwiebeln, Knoblauch oder Wurzeln kann dran bleiben, da sie Geschmacksträger und Farbgeber für den Fond sind – und zum Suppenhuhn geben. Frische Kräuter und Gewürze hinzugeben und mit kaltem Wasser auffüllen, so dass der Bräter bis zum Rand gefüllt ist. Bei geringer Temperatur zugedeckt 4 Stunden köcheln lassen.

Danach Suppenhuhnteile und Gemüse herausheben und den Fond durch ein Sieb geben. Der Fond kann auch entfettet und/oder von Trübstoffen befreit/geklärt werden, indem man ihn durch ein frisches, saubereres Küchentuch gießt. Eventuell mit Salz abschmecken und/oder auch bei Bedarf einreduzieren. In Portionsbehälter füllen und ab in den Gefrierschrank.

Hähnchen asiatisch



Hähnchenbrustfiletstreifen mit Mangold und Chicorée auf Reis, mit Sesam garniert

Das vom Entenbrustfilet übrig gebliebenen Entenfett bot sich an, damit ein weiteres Geflügelgericht zu kochen. Diesmal Hähnchenbrustfilet, und zwar asiatisch zubereitet. In Streifen geschnitten und mariniert mit einer Mischung aus Sesamöl, Teriyaki-Sauce, Harissa-Paste und etwas Zitronensaft. Ganz authentisch ist die Marinade nicht, denn Harissa ist eine nordafrikanische Würzpaste. Alternativ kann man aber auch einfach eine rote, thailändische Chilischote verwenden, dann sind alle Zutaten wieder asiatisch. Wettmachen kann es aber auch der beim Kochen verwendete Szechuanpfeffer. Als Gemüse werden nur Mangold und Chicorée verwendet, womit das asiatische Wokgericht sehr puristisch aus nur drei Grundzutaten besteht. Traditionell wird hierfür zwar Chinakohl verwendet, aber Mangold und Chicorée haben eine ähnliche Konsistenz und Struktur.

Zutaten für 2 Personen:

Zutaten für die Marinade:

- 2 EL Teriyaki-Sauce
- 2 EL Sesamöl
- 1 TL Harissa-Paste
- $\frac{1}{4}$ Zitrone (Saft)

Zutaten für das Wokgericht:

- 1 Hähnchenbrustfilet, ca. 250 g
- 1 Mangoldblatt
- 1 kleiner Chicorée

- 1 TL Szechuanpfeffer
- $\frac{1}{4}$ Zitrone (Saft)
- Salz

- Entenfett (*alternativ: Sesamöl*)

- 1 TL Sesamsaat

- Basmatireis

Zubereitungszeit: Marinierzeit 2 Stdn. | Garzeit 12 Min.

Hähnchenbrustfilet einmal längs in zwei dünnere Scheiben schneiden, dann quer in Streifen. In eine kleine Schüssel geben, die Marinade darüber geben, alles gut vermischen und 2 Stunden marinieren lassen. Mangoldblatt und Chicorée quer zum Blatt bzw. zum Strunk in Streifen schneiden.

Basmatireis nach Anleitung zubereiten. Währenddessen das Fett im Wok erhitzen, Hähnchenbrustfiletstreifen aus der Marinade nehmen und zusammen mit den Gemüsestreifen ins das Fett geben. Einige Minuten pfannenrühren. Den Rest der Marinade mit etwas Wasser verdünnen und zum Fleisch und Gemüse hinzugeben, um eine Sauce zu bilden. Szechuanpfeffer in einem Mörser klein reiben und auch hinzugeben. Alles verrühren, mit Salz und etwas Zitronensaft abschmecken. Dann noch kurz Sesamsaat in einer kleinen Pfanne ohne Fett einige Minuten rösten.

Den Reis in Schalen anrichten, Fleisch, Gemüse und Sauce darüber geben und mit etwas Sesam bestreuen. Traditionell

Stäbchen dazu reichen.

Entenbrustfilet – mit Gorgonzola überbacken – mit Linsengemüse



Mit Gorgonzola überbackenes Entenbrustfilet mit Linsengemüse

Die braunen Linsen werden als erstes zubereitet, weil sie 30–35 Minuten vorgekocht werden. Verfeinert werden sie mit in Butter gebratener Schalotte und Knoblauch, für die Säure kommen Kapern und Crema di Balsamico hinzu und für Würze eingelegte Sardellen. Das Entenbrustfilet wird nach dem Braten einfach einige Minuten mit Gorgonzola überbacken.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Entenbrustfilet
- 50 g Gorgonzola
- $\frac{1}{2}$ Tasse braune Linsen
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 $\frac{1}{2}$ TL Kapern
- 4 eingelegte Sardellen
- Crema di Balsamico
- $\frac{1}{4}$ Zitrone (Saft)
- Salz
- Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 40 Min. | Garzeit 25 Min.

Linsen in kochendem Wasser 30–35 Minuten garen. Herausheben und beiseite stellen. Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Butter in einem kleinen Topf erhitzen. Schalotte und Knoblauch darin anbraten. Linsen hinzugeben und miterhitzen. Kapern kleinhacken, Sardellen kleinschneiden und beides hinzugeben. Etwas Rotweinessig dazugeben. Alles gut verrühren. Mit Salz und frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer großzügig würzen. Ein wenig Zitronensaft darüberträufeln. Warmstellen.

Das Entenbrustfilet auf der Hautseite rautenförmig mit einem scharfen Messer einritzen. Mit der Hautseite in eine kalte (!) Pfanne legen und diese auf dem Herd erhitzen. Dabei tritt sehr viel Fett aus, in dem die Hautseite 7 Minuten brät, bis sie kross und knusprig ist. Dann wenden und ebenfalls 7 Minuten auf der Fleischseite braten – um das Filet rare zuzubereiten. Herausheben, in eine kleine Auflaufform legen und abkühlen lassen. Dann mit einigen dünnen Scheiben Gorgonzola bedecken. Den Backofen Grill auf 240 °C erhitzen und das Entenbrustfilet auf oberster Schiene etwa 4 Minuten überbacken, bis der Gorgonzola verlaufen und ein wenig gebräunt ist. Ein Würzen mit Salz und Pfeffer ist wegen des würzigen Gorgonzola nicht

notwendig. Zusammen mit den Linsen servieren.

Entenbrustfilet mit Mangold



Entenbrustfilet rare mit Mangold

Ein kleines Abendessen. Das Filet natürlich in der Friteuse frittiert, denn es ist (noch) Friteusezeit bei mir. Das dürfte aber vermutlich das bis auf weiteres letzte Gericht mit dieser Zubereitungsart sein. Das Entenbrustfilet braucht bei 170 °C wider Erwarten doch etwa 7 Minuten, bis es gegart ist, und das sogar noch rare. Der Mangold ist ein sehr schmackhaftes Gemüse. Er hat einen gemüsigen Aspekt – das ist das grüne Kraut an ihm, das schön verkocht. Und einen knackigen Aspekt – das ist der weiße Strunk, der beim Garen bissfest bleibt. Man könnte auch sagen, man hat bei Mangold Staudensellerie und Spinat in einem Gemüse.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Entenbrustfilet (etwa 250 g)
- 2 Blätter Mangold
- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- ein Klacks Crème fraîche
- ein Stück Blauschimmelkäse
- etwas Gemüsefond
- Salz
- weißer Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 7 Min.

Schalotte und Knoblauch schälen und kleinschneiden. Mangold putzen und quer zum Strunk in etwa 1 cm dicke Streifen schneiden.

Das Fett in der Friteuse auf 170 °C erhitzen. Das Entenbrustfilet auf der Hautseite mit einem scharfen Messer rautenförmig einritzen, als wollte man es in der Pfanne braten. Etwa 7 Minuten in der Friteuse frittieren.

Währenddessen Butter in einer Pfanne erhitzen und Schalotte, Knoblauch und Mangold darin andünsten. Wenn das grüne Kraut des Mangold etwas zerfallen und er somit etwas gegart ist, Crème fraîche und Blauschimmelkäse dazu geben und einen Schuss Gemüsefond. Alles gut verrühren und kurz köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Entenbrustfilet auf einem Teller anrichten und das Mangoldgemüse daneben drapieren. Zum Mangoldgemüse würden auch noch ein paar Mandelblättchen oder Pinienkerne passen.

Putenoberkeule mit Pilz-Sauce auf Pappardelle



Fleisch, Pasta, Sauce

Ein Gericht ganz nach meinem Geschmack und nach dem Motto meines Foodblogs: Fleisch, Nudeln und Sauce. Das Sößchen mit Cognac, Weißwein und Fond, aber auch den frischen Pilzen ist lecker. Kräuter und Senf tun das ihrige dazu. Dazu natürlich echte italienische Pasta.

Zutaten für 4 Personen:

- 1 Putenoberkeule, ca. 1,3 kg (oder 2 kleine Putenoberkeulen, à ca. 650 g)
- 1 Zwiebel
- 4 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- ein kleines Stück frischer Ingwer
- 5 Champignons
- eine Portion Pfifferlinge

- einige Steinpilze
- 2 TL eingelegte grüne Pfefferkörner
- eine kleine Portion Pinienkerne

- Cognac
- 350 ml trockener Weißwein
- 250 ml Geflügel- oder Gemüsefond
- 1 TL Dijonsenf

- 6 Zweige frischer Thymian
- 6–8 Zweige frischer Oregano
- scharfer Rosenpaprika
- Salz
- Pfeffer
- Butter

- 500 g Pappardelle

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 1 Std. 20 Min.

Zwiebel, Knoblauchzehen und Ingwer schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und kleinschneiden. Pilze in grobe Stücke schneiden. Putenoberkeule auf beiden Seiten mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen. Butter in einem Bräter erhitzen und bei mittlerer Temperatur die Putenoberkeule auf beiden Seiten jeweils einige Minuten schön kross anbraten. Die Butter soll dabei nicht verbrennen. Danach die Keule herausheben und das Gemüse mit den Pilzen in der Butter 5–6 Minuten anbraten. Mit einem guten Schuss Cognac ablöschen, die Röststoffe mit einem Kochlöffel vom Boden des Bräters ablösen und alles verrühren. Flambieren. Dabei darauf achten, dass nichts Brennbares in der Nähe des Bräters steht. Wenn die Flamme erloschen ist, Weißwein und Fond dazugeben und den Senf einrühren. Frische Kräuter im Ganzen, Pfefferkörner und Pinienkerne in die Sauce hinzugeben. Alles zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen.

Kurz vor Ende der Garzeit die Pappardelle nach Anleitung

zubereiten. Die Sauce der Putenoberkeule mit Paprika, Salz und Pfeffer abschmecken – vermutlich ist die Sauce aber aufgrund der Zutaten schon so kräftig und würzig, dass nicht nachgewürzt werden muss. Die Pappardelle auf den Tellern verteilen. Die Keule längs zum Knochen in Scheiben aufschneiden und auf die Teller verteilen. Großzügig Sauce mit den Pilzen über der Pappardelle verteilen und alles servieren.

Gebratene Gänsekeule in Weißweinsauce auf Basmatireis



Gänsekeule, angerichteter Reis und Sößchen

Die zweite Gänsekeule gibt es gebraten, auch mit einem leckeren Weißweinsößchen, auf Reis. Das Gericht braucht nur wenige Zutaten, ist unkompliziert und schnell zubereitet.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Gänsekeule
 - 150 ml trockener Weißwein
 - 150 ml Geflügel- oder Gemüsefond
 - Salz
 - Pfeffer
 - Olivenöl
-
- $\frac{1}{2}$ Tasse Basmatireis

Zubereitungszeit: 35 Min.

Die Gänsekeule von allen Seiten salzen und pfeffern. Das Öl in einer Pfanne (mit Deckel) erhitzen und die Gänsekeule auf beiden Seiten jeweils 2–3 Minuten kross anbraten. Die Gänsekeule herausnehmen und das überschüssige Öl abgießen. Gänsekeule wieder zurücklegen und Weißwein und Fond hinzugeben. Die Röststoffe vom Pfannenboden mit einem Kochlöffel abkratzen, alles verrühren und aufkochen lassen. Zugedeckt bei mittlerer Temperatur 30 Minuten köcheln lassen. Danach die Sauce abschmecken.

Währenddessen Basmatireis nach Anleitung zubereiten.

Den Reis in einem Eierring auf einem Teller anrichten, die Gänsekeule daneben legen und alles mit ein wenig der Sauce übergießen.

PS: Die Fotos in diesem Posting sind leider nur von minderer Qualität. Ich habe sie mit dem iPhone fotografiert, auf das iPad portiert und dann hier veröffentlicht. Normalerweise fotografiere ich mit einer DSLR und bearbeite die Fotos auf meinem Bürorechner. Letzterer bleibt aber ab sofort aus Stromspargründen nicht mehr 24/7 angeschaltet, sondern wird nur noch bei wichtigen Angelegenheiten angeschaltet – für die kommenden Postings und Fotos überlege ich mir noch eine praktikablere Lösung.

Gefüllte Gänsekeule mit Rosenkohl und Kartoffeln



Gänsekeule, Rosenkohl, Kartoffeln und Sößchen

Natürlich gibt es von mir auch ein Silvestermenü – etwas ganz feines. Die Gänsekeule ist bei etwas Übung in 10 Minuten entbeint. Das verbleibende Fleisch lässt sich fast wie eine Rinderroulade füllen – wobei die Füllung auch sehr ähnlich ist – und zusammenrollen. Scharf angebraten, mit Gemüse und einem schönen Weißweinsößchen servieren. Vor dem Servieren möglichst die frischen, mitgegarten Kräuter entfernen.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Gänsekeule
- 2 Knoblauchzehen
- 3 Scheiben durchwachsener Bauchspeck
- 1 großer Zweig Rosmarin

- einige Zweige Oregano
- einige Zweige Thymian
- 150 ml trockener Weißwein
- 150 ml Geflügel- oder Gemüsefond
- 2 EL Dijonsenf
- Salz
- Pfeffer
- Öl

- Küchengarn

- 12–15 Rosenkohlröschen
- 2–3 Kartoffeln

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 45 Min. | Garzeit 1 Std.

Gänsekeule entbeinen. Knoblauchzehen schälen und längs in Scheiben schneiden. Das Fleisch der Gänsekeule innen salzen und pfeffern. Mit dem Senf bestreichen. Dann längs in Aufrollrichtung nebeneinander drei Speckscheiben legen. Am unteren Rand die Knoblauchscheiben quer in mehreren Reihen nebeneinander aufreihen. Die frischen Kräuter ebenfalls quer darauf legen. Unter das Fleisch der Gänsekeule 2–3 Stränge Küchengarn ziehen. Die Gänsekeule aufrollen und mit dem Küchengarn gut zusammenbinden.

Öl in einem großen Topf erhitzen und die Gänsekeule auf allen Seiten jeweils etwa 2 Minuten schön kross anbraten. Dann herausheben und das Öl wegschütten. Den Topf wieder auf die Herdplatte stellen und mit Weißwein ablöschen. Die Röststoffe auf dem Topfboden mit einem Kochlöffel abschaben. Den Fond hinzugeben, dann die Gänsekeule hineinlegen, alles aufkochen lassen und die Sauce gut verrühren. Zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen.

Währenddessen Kartoffeln schälen und in grobe Stücke schneiden und Rosenkohl putzen. 15 Minuten vor Ende der Garzeit der Gänsekeule in einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen und den Rosenkohl hineingeben. Er braucht etwa 10 Minuten, bis er gar

ist. Nach 5 Minuten die Kartoffelstücke, die nur 5 Minuten zum Garwerden brauchen, hinzugeben. Rosenkohl und Kartoffeln können ruhig zusammen köcheln, die Kartoffelstücke sinken auf den Boden des Topfes, während der Rosenkohl obenauf schwimmt. So lässt sich das Gemüse auch gut getrennt nach dem Garen mit dem Schaumlöffel herausheben.

Die Gänsekeule herausheben, das Küchengarn entfernen und möglichst die Küchenkräuter entfernen. Auf einem Teller anrichten. Die Sauce abschmecken. Sie benötigt vermutlich kein Salz und Pfeffer mehr, denn die Füllung, die ihre Würze auch an die Sauce abgegeben hat, und Wein und Fond sind geschmackvoll und würzig genug. Kartoffelstücke und Rosenkohl daneben geben und alles mit ein wenig Sauce übergießen.

Gefüllte Pute mit Waldpilzmischung



Die gegarte, junge Pute mit der Füllung, den Waldpilzen und der aromatischen Sauce

Eine junge, gefüllte Pute mit einer süß-scharfen Füllung und vielen Waldpilzen in einer aromatischen Sauce als Beilage. Ja, is' denn heut' scho' Weihnachten? Die Füllung besteht aus süßen und scharfen Zutaten, die sich gegenseitig ergänzen und miteinander harmonisieren, dazu kommen noch die frischen Kräuter. Als Beilage habe ich jeweils 400 g frische Pfifferlinge und Maronen verwendet, weil ich diese noch übrig hatte, und als „Gemüse“ mit einer Pilzsauce zubereitet. Man kann aber als Beilage auch diverse Gemüsesorten wählen, die man noch vorrätig hat und die man in der Sauce in der Bratreine mitgart. Oder auch Semmelknödel – besonders, wenn die Füllung die Pute nur von innen würzen soll und nicht mitgegessen wird.

Zutaten für 4 Personen:

- 1 junge Pute, ca. 3–4 kg

Zutaten für die Füllung:

- 3 Scheiben Weißbrot

- 200 ml Sahne
- 1 Ei
- 8 getrocknete Aprikosen
- 8 getrocknete Datteln
- ca. 20 Rosinen
- ca. 20 Mandeln
- 1 frische Feige
- 3 rote, thailändische Chilischoten
- ein kleines Stück frischer Ingwer
- 5 Knoblauchzehen
- 200 g Speck
- 4 Zweige frischer Majoran
- 6 Blätter frischer Salbei
- 2 Zweige frischer Rosmarin
- 1 Bund frische Petersilie
- $\frac{1}{2}$ Zitrone (Saft)
- 1 TL scharfer Senf
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- $\frac{1}{2}$ TL Ceylon-Zimt
- Salz
- Pfeffer

Zutaten für die Beilage:

- 400 g Pfifferlinge
- 400 g Maronen

alternativ:

- Kartoffeln
- Tomaten
- Paprika
- Lauch
- Wurzeln
- Frühlingszwiebeln
- Zwiebeln
- Knoblauchzehen
- Semmelknödel

- 1,5 l Gemüsefond
- $\frac{1}{2}$ l trockener Weißwein

Zutaten für die Würzmischung:

- 2 EL dunkle Sojasauce
- scharfes Paprikapulver
- Chilipulver
- Salz
- 1 EL Honig

- einige Stängel frische Petersilie
- evtl. Küchengarn

Zubereitungszeit: Marinierzeit: 1 Tag | Vorbereitungszeit: 1 Std. | Garzeit: 5 Stdn.

Eine tiefgefrorene Pute 1 Tag bei Zimmertemperatur auftauen. Die Plastikhülle entfernen, die Innereien entnehmen und die Pute unter fließendem Wasser abwaschen. Danach trockentupfen. Die Pute mit einem Topf kochendes Wasser übergießen, das bewirkt, dass sich die Haut der Pute zusammenzieht. Dann von allen Seiten salzen und pfeffern. An einem luftigen Ort oder auch im Kühlschrank 1 Tag lang ruhen und marinieren lassen. Das Salz bewirkt, dass sich die Haut der Pute noch mehr zusammenzieht und sie dadurch im Backofen sehr knusprig wird.



Die fertig zubereitete Füllmasse – optisch nicht besonders ansprechend

Aprikosen, Datteln und Mandeln längs in kleine Stifte schneiden. Knoblauchzehen und Ingwer schälen und kleinschneiden. Speck, Chilischoten und Feige ebenfalls kleinschneiden. Drei Toastbrotsscheiben in kleine Stücke schneiden, in eine große Schüssel geben, die Sahne und ein Ei darüber geben und alles gut verrühren. Einige Minuten das Weißbrot die Flüssigkeit aufsaugen lassen. Majoran, Salbei, Rosmarin und Petersilie kleinwiegen. Dann alles zusammen in die Brotmischung geben. Saft der halben Zitrone und Senf hinzugeben. Alles gut verrühren und schließlich noch mit Kreuzkümmel, Zimt, Salz und Pfeffer würzen.



Die gewürzte Pute mit der Füllmasse – kurz vor dem Garen im Backofen

Die Pute mit einer Gabel oder einem spitzen Messer rundherum einstechen, damit das Fett auslaufen kann – sie wird sonst nicht knusprig. Die Füllmasse mit einem Esslöffel in die Pute füllen, eventuell bleibt je nach Größe der Pute ein Rest übrig. Damit die Füllung aus der Pute nicht herausquillt, die beiden Putenschenkel mit dem Hautlappen am Bürzel zusammenbinden oder notfalls Küchengarn verwenden. Den Backofen auf 120° C Umluft erhitzen und die gefüllte Pute auf einem Bratrost auf mittlerer Schiene in den Backofen schieben. Fond und Weißwein in die Bratreine gießen und diese auf der untersten Schiene einschieben. Pilze oder Gemüse – letztere in grobe Stücke geschnitten – in die Bratreine geben und einfach mitgaren lassen. Da die Bratreine auch das abtropfende Fett der Pute auffängt und sich beim Garen dort eine aromatische Sauce bildet, behalten z.B. die frischen Pfifferlinge nicht mehr ihre goldgelbe Farbe, sondern werden leider etwas unansehnlich dunkelbraun. Die Pute 5 Stunden garen und jede viertel bis halbe Stunde mit dem Bratenfond übergießen.

In der letzten Viertelstunde der Garzeit die Temperatur des Backofens auf 240° C erhöhen und die Pute von beiden Seiten mit der Würzmischung bepinseln. Dann noch richtig kross und knusprig bräunen.

Nach dem Garen die Bratreine mit dem Bratenfond und den Pilzen respektive Gemüse herausnehmen und den Fond abschmecken. Die Füllmasse aus der Pute entnehmen und auf Tellern anrichten. Die Füllung ist vom Geschmack her sehr kräftig und Süße und Schärfe der Zutaten gleichen sich gut gegenseitig aus. Die Pute mit einem großen Fleischmesser zerteilen und Putenstücke auf die Teller geben.

Übrigens, hochwertige Küchengeräte wie Fleischmesser als Geschenk zu Weihnachten oder für die eigene Küche oder Zubehör für das Fondue am Silvesterabend gibt es beispielsweise bei [Migusta](#).

Die Waldpilze oder das Gemüse und die kräftige Sauce zu den Putenteilen und der Füllung dazugeben. Isst man die Füllung nicht mit, kann man noch einige Semmelknödel dazugeben, die man vor Ende der Garzeit der Pute zubereitet hat. Das Ganze mit etwas kleingeschnittener Petersilie garnieren.

Hähnchengeschnetzeltes mit Steinpilzen in Rahmsauce auf Pappardelle



Hähnchenbrustgeschnetzeltes mit Steinpilzen und knusprigen Speckstreifen auf Pasta

Eine schmackhafte Alternative zu gebratenem oder gefülltem Hähnchenbrustfilet oder auch Hühnerfrikassee. Es gelingt eigentlich immer, denn eine Mehlschwitze ist einfach und schnell zubereitet und sie bindet die Sauce sämig ab. Der Weißwein und der Fond geben das Ihrige an Geschmack an die Sauce ab. Die Sahne sorgt für helle Farbe. Und Steinpilze und Speck liefern noch eine zusätzliche, kräftige Geschmacksnuance.

Zutaten für 2 Personen:

- 1 Hähnchenbrustfilet
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Frühlingszwiebel
- 4–5 Steinpilze
- 1 Scheibe durchwachsener Bauchspeck
- trockener Weißwein
- 200 ml Geflügel- oder Gemüfefond
- 8–10 Stängel frische Petersilie

- 100 ml Sahne
 - 1 EL Mehl
 - Salz
 - Pfeffer
 - Butter
-
- 250 g Pappardelle

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 40 Min.

Die Steinpilze in Stücke schneiden, Butter in einer kleinen Pfanne erhitzen und die Steinpilze bei mittlerer Temperatur 8–10 Minuten anbraten. Herausnehmen und beiseite stellen. Die Speckscheibe quer in Streifen schneiden und in der gleichen Pfanne in Butter kross anbraten. Ebenfalls herausnehmen und auch separat beiseite stellen.

Das Hähnchenbrustfilet längs in zwei Scheiben schneiden und diese dann quer in kurze Stücke. Schalotte, Knoblauchzehen und Frühlingszwiebel schälen und kleinschneiden. Butter in einem kleinen Topf erhitzen. Das Gemüse kurz darin anbraten, dann das kleingeschnittene Filet dazugeben und mitbraten. Das Mehl auf die Butter am Topfbeoden geben und eine amehlschwitze zubereiten. Dazu das Mehl mit dem Kochlöffel kräftig in der Butter rühren und etwas anbraten. Dann mit einem guten Schuss trockenem Weißwein ablöschen. Alles gut verrühren und den Wein zu $\frac{1}{3}$ reduzieren. Dann den Fond hinzugeben. Und die Sahne. Kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken. Von der Petersilie die Blätter abzupfen, diese kleinschneiden und hinzugeben. Alles 15 Minuten bei geringer Temperatur köcheln lassen.

Währenddessen die Pappardelle nach Anleitung zubereiten.

Die Sauce nochmals abschmecken. Pasta in zwei tiefen Nudeltellern anrichten, großzügig vom Hähnchengeschnetzelten mit Sauce darüber geben und das Ganze mit einigen Streifen knusprigem Speck krönen.

Gefülltes Hähnchenbrustfilet im Weißkohlmantel



Hähnchenbrustfilet, gefüllt mit Speck und Käse,
umwickelt mit Weißkohl

Ich überlegte zuerst, für die Füllung des Filets Käse und gekochten Schinken zu nehmen, das kam mir dann aber zu sehr wie ein Hähnchenbrustfilet à la Cordon Bleu vor. Also entschied ich mich für Käse mit Speck. Und da das Filet mit Weißkohl umwickelt wird, kommt sowohl unter den Weißkohl als auch in den Gemüfefond eine Prise Kümmel.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Hähnchenbrustfilet
- 6 große Blätter Weißkohl
- 2 Scheiben durchwachsener Bauchspeck
- 1 Scheibe Gouda

- etwas mittelscharfer Senf
- Kümmel
- etwas Gemüfefond
- Salz
- Pfeffer
- Butter
- Küchengarn

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20–30 Min. | Garzeit 20 Min.

6 große Weißkohlblätter vom Kohlkopf lösen. In einem großen Topf mit kochendem Wasser 15 Minuten weich kochen. Bei jedem Blatt den dicken Stiel bis fast zur Hälfte des Blattes herausschneiden.

Das Hähnchenbrustfilet längs einschneiden, damit man es aufklappen kann. Beide Innenseiten ganz dünn mit Senf bestreichen, dann salzen und pfeffern. Eine Speckscheibe auf eine der Innenseiten legen, die Goudascheibe längs einmal zusammenfalten und darüber legen und schließlich mit einer weiteren Speckscheibe abschließen. Das Filet zusammenklappen. Auf die obere Seite des Filets eine kleine Prise Kümmel verteilen. Nacheinander das gefüllte Filet mit den Weißkohlblättern umhüllen und einschlagen. Dann quer zum Filet mit zwei Küchengarnsträngen vorsichtig zusammenschnüren.

Butter in einer Pfanne erhitzen. Das umwickelte Filet nacheinander auf beiden Seiten bei mittlerer Temperatur jeweils einige Minuten anbraten. Wer es noch schmackhafter und würziger möchte, kann eine kleine Menge Speckwürfel zusammen mit dem umwickelten Filet in der Butter anbraten. Dann das umwickelte Filet auf die Seite, auf der das letzte umhüllende Weißkohlblatt zusammenschließt, legen und eine zweite Prise Kümmel in die Butter hineingeben. Etwas Gemüfefond dazugeben, den Deckel auf die Pfanne legen und 15 Minuten bei mittlerer Temperatur garen.

Herausnehmen, auf einen Teller geben und das Küchengarn entfernen. Das umwickelte Filet in zwei Hälften teilen, etwas von dem Fond mit Kümmel darüber geben und servieren.

Ente-Champignons-Tomaten-Sugo auf Gnocchi



Sugo auf Gnocchi

Heute geht es ganz fix mit dem Rezept – eine weitere Resteverwertung des Sugos vom Rezept für die gefüllten Pfannkuchen. Die Zubereitung des Sugos bitte [hier](#) nachlesen. Und dann kommen Entenfleisch und Champignons [hier](#) hinzu. Das übrig gebliebene Sugo nochmals kräftig einreduzieren lassen, dass es sehr sämig und dickflüssig wird. Ich wollte es zunächst mit einer Habanero scharf zubereiten, habe diese jedoch vergessen hinzuzugeben. Dann bekam das Sugo zumindest

kräftig frischen Parmesan oben drauf. Und die Gnocchi einfach nach Anleitung zubereiten. Diese Nudelsorte heißt tatsächlich Gnocchi, auch wenn es nicht die Gnocchi aus Kartoffeln sind, ein anderer Name für die Pasta ist – meines Wissens nach – etwa Muschelhörnchen oder ähnliches.

Gefüllter Pfannkuchen mit Ente-Champignon-Tomatensugo-Füllung



Gefüllter Pfannkuchen

Ein Entenschenkel war noch übrig. Also ran an das Ausbeinmesser und an die Arbeit. Und dann war da noch viel Sugo von gestern übrig. Also experimentierte ich und kombinierte die Ente mit vorrätigen frischen Champignons und

dem Sugo zu einer Füllung für Pfannkuchen. Und da das alles so lecker ist, gönnte ich mir bei großem Hunger gleich zwei Pfannkuchen. ☐ Die Zubereitung des Sugos vom gestrigen Gericht bitte [hier](#) nachlesen.

Zutaten für 1 Person:

- 200 g entbeinter Entenschenkel
- 10 braune Champignons
- 5–6 EL fertiges Sugo

- 4–5 EL Mehl
- 2–3 Eier
- 50–100 ml Milch
- frisch gemahlene Muskatnuss
- Salz
- Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 20 Min.

Entenfleisch in kleine Würfel schneiden. Die Champignons in dünne Scheiben. Butter in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch und die Pilze darin anbraten. Vom Sugo hinzugeben und alles einige Minuten durchgaren. Warm stellen.

Mehl in eine Schüssel geben, Eier hinzugeben und etwas von der Milch. Mit einem Schneebesen verrühren und weiterhin von der Milch hinzugeben, damit der Pfannkuchenteig nicht zu zähflüssig, aber auch nicht zu dünn ist. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Butter in einer weiteren großen Pfanne erhitzen und den Teig darin verteilen, so dass er einen schönen Pfannkuchen ergibt. Auf einer Seite einige Minuten leicht kross braten, dann den Pfannkuchen mit einem oder auch zwei Pfannenwendern in der Pfanne wenden und nochmals einige Minuten braten.

Pfannkuchen auf einem großen Teller anrichten und auf eine Hälfte davon die Füllung verteilen. Pfannkuchen zuklappen und

servieren.

Variation eines Hühner-Frikassee



Hühner-Frikassee auf Reis

Ob dieses Rezept einem originalen Hühner-Frikassee-Rezept entspricht, kann ich nicht beantworten, weil ich kein originales Rezept kenne. Mich hat nur die Zubereitung der türkischen Pansensuppe – bei der u.a. eine Mehlschwitze verwendet wird – sehr überzeugt, weil die Suppe dann mit noch zwei zusätzlichen Eigelb sehr sämig und wunderbar weich wird. Deswegen habe ich das Frikassee zwar nicht mit einer Mehlschwitze zubereitet, aber kräftig mit Mehl abgebunden, damit die Sauce durch die Stärke schön sämig wird.

Ich habe diese Variation mit dem mir noch vorhandenen Gemüse

zubereitet – es müssen nicht immer Spargel, Wurzeln und grüne Erbsen sein. Dazu das Abbinden mit Mehl und ein wenig Sahne und Weißwein, damit man auch eine schöne, weiße Sauce erhält. Et voilà!

Zutaten für 2 Personen:

- 250 g Hähnchenbrustfilet
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Cherrydatteltomaten
- 2 braune Champignons

ein kleines Stück von:

- rote Spitzpaprika
- Zucchini
- Wurzel
- Lauch
- Brokkoli

- etwas frisches Selleriekraut
- 3 TL Kapern
- 4–5 Zweige frische Petersilie

- trockener Weißwein
- 400 ml Geflügelfond
- 50 ml Sahne
- 1 $\frac{1}{2}$ EL Mehl
- 1 Eigelb

- frisch gemahlene Muskatnuss
- Salz
- Pfeffer
- Butter

- Basmatireis

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 20 Min.

Schalotte, Knoblauchzehen und Frühlingszwiebeln schälen. Schalotte und Knoblauchzehen grob schneiden, die Frühlingszwiebel kleinschneiden. Champignons in dünne Streifen schneiden. Das restliche Gemüse und auch das Hähnchenbrustfilet in mundgerechte Stücke schneiden. Auch das Selleriekraut und die Petersilie klein schneiden.

Butter in einem großen Topf erhitzen. Das Hähnchenbrustfilet darin anbraten. Das ganze Gemüse bis auf die Petersilie hinzugeben und mit anbraten. Den Deckel drauf und bei geringer Temperatur etwas Flüssigkeit ziehen lassen. Mit etwas Mehl abstäuben und anbraten lassen. Mit einem Schuss Weißwein ablöschen und den Gemüsefond hinzugeben. Dann die Sahne, die Kapern und die Petersilie. Die Sauce mit dem restlichen Mehl abbinden. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken. Alles etwa 10 Minuten bei geringer Temperatur köcheln lassen.

Währenddessen den Basmatireis nach Anleitung zubereiten. In das Hähnchen-Frikassee ein Eigelb einrühren, dann aber das Frikassee nicht mehr kochen.

Den Reis in zwei tiefen Tellern anrichten, vom Hühner-Frikassee dazugeben und reichlich Sauce darüber verteilen.

Marinierte Wachteln auf Ofengemüse in Rotwein-Sauce



Zwei Wachteln mit Ofengemüse in Rotweinsauce

Zwei Wachteln hatte ich noch übrig. Ich habe eine Marinade aus Honig, heller Soja-Sauce, Pul biber und frischen Kräutern wie Rosmarin und Thymian zubereitet und die Wachteln darin mariniert. Dazu Ofengemüse, das zusammen mit den Wachteln in der Auflaufform im Backofen in Rotwein garte.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Wachteln, je etwa 150 g
- 1 TL Honig
- 2 TL helle Soja-Sauce
- 1 TL Pul biber
- 4–5 Zweige frischer Thymian
- 1 Zweig frischer Rosmarin

- 4–5 große Röschen Brokkoli
- 4 Cherrydatteltomaten
- 2 braune Champignons
- 3 Knoblauchzehen

- etwas trockener Rotwein (hier Chianti von 2012)

- Salz
- Pfeffer

Zubereitungszeit: Marinierzeit 1 Std. | Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 40–50 Min.

Von den frischen Kräutern die Blättchen abzupfen und diese kleinwiegen. Honig, Soja-Sauce, Pul biber und die Kräuter vermischen. Die beiden Wachteln damit einreiben und marinieren lassen.

Das Ofengemüse z.T. schälen und in grobe Stücke oder Hälften teilen. Die Wachteln in eine Auflaufform legen und das Gemüse daneben verteilen. Die übrige gebliebene Marinade mit einem Schuss trockenem Rotwein vermischen und dies über Wachteln und Gemüse geben.

Backofen auf 200° C Umluft erhitzen. Wachteln und Gemüse noch ein wenig salzen und pfeffern und für 40–50 Minuten auf mittlerer Ebene in den Backofen geben.

Dann beides auf einem Teller anrichten und die Rotwein-Sauce darüber geben. Dazu den übrig gebliebene Chianti in einem schönen Rotweinglas servieren.