

Chorizo-Tintenfisch-Salat

Zutaten:

4 Stück Tintenfischtuben

2 Stück Paprika Rot

1 Stück große rote Zwiebel

100g Luftgetrocknete geräucherte Chorizo

2 Zehen Knoblauch

Olivenöl

Salz

geräuchertes Paprikapulver

Zitronensaft

Zubereitung:

Die Tintenfischtuben in ca. 1 cm breite Streifen schneiden und in einer heißen Pfanne mit reichlich Olivenöl etwa 4 Minuten anbraten.

Die Chorizo in feine Streifen schneiden und ebenfalls anbraten.

Zwiebeln und Paprika ebenfalls in kleine Streifen schneiden, den Knoblauch fein hacken und ebenfalls anschwitzen.

Alle Zutaten in eine Schüssel geben, und mit Salz, Olivenöl, geräuchertem Paprikapulver und Zitronensaft abschmecken.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Calamari fritti

Tintenfisch Tuben

Milch

Salz, Pfeffer, Ei, Tempura, Mehl

Die Tintenfisch Tuben in Ringe schneiden und in der Milch einlegen.

Danach werden Sie gewürzt und frittiert bis diese Gold braun sind.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Buttermilch-Mousse

300ml Buttermilch

1 Zitrone

75g Zucker

5El Zitronensaft

200ml Schlagsahne

Zubereitung:

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen.

300ml Buttermilch mit Zitronenschale abschmecken. Zucker und Zitronensaft in einem kleinen Topf zu einem Sirup aufkochen und vom Herd nehmen, nun die Gelatine einrühren und etwas abkühlen lassen.

Im abgekühlten Zustand den Sirup und die Buttermilch miteinander verrühren und die geschlagene Sahne unterheben. Die Mousse Masse in schalen verteilen und im Kühlschrank für 3 Stunden kaltstellen.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Bulgurreis

500g Bulgur
1,5l Brühe
Salz, Knoblauchöl
125g Butter

Die Brühe aufkochen und über den Bulgur geben.

Danach einen Deckel drauf und für 15 minuten ziehen lassen.

Danach mit der Butter, Salz Pfeffer & Knoblauchöl abschmecken.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Börek - gefüllt mit Feta und Spinat

Zutaten:

1 Packung
Yufka Teigblätter
400 Gramm Spinat
2 Stück Zwiebeln
2 Stück Knoblauchzehen
1 Stück
Feta
2 Stück Eier
200 ml Milch
80 ml Olivenöl

Zubereitung:

Für die Füllung Zwiebeln und Knoblauch in Würfel schneiden und in einem Topf mit einem Schuss Olivenöl anbraten, bis die Zwiebeln glasig sind. Tiefgefrorenen Spinat hinzufügen und erwärmen, bis der Spinat abgetaut ist. Mit Salz und Pfeffer würzen. Topf vom Herd nehmen.

Feta mit der Hand zerbröseln (oder in Würfel schneiden) und zur Füllung hinzufügen, umrühren, zur Seite stellen.

In einer kleinen Schüssel Eier, Milch und Olivenöl, Salz und Pfeffer hinzufügen. Diese Mischung ist später dazu da, die getrockneten Yufkabblätter miteinander zu verbinden (Teig-Kleber).

Backbleche mit Backpapier auslegen oder mit Öl bestreichen, damit der Teig später nicht am Blech

festklebt.

Danach das Blech mit einer ersten Lage Yufka auslegen; wenn die Teigblätter zu klein sind für das Backblech, können so viele Lagen Yufka nebeneinander/leicht übereinander gelegt werden, bis die Fläche bedeckt ist.

Dann folgt eine Lage Teig-Kleber: Ca. 3-4 Esslöffel Teig-Kleber auf dem Yufka verteilen. Darauf eine Lage Spinatfüllung (3-4 Esslöffel) verteilen.

Danach kommt wieder eine Schicht Yufka, die wieder mit Teig-Kleber angefeuchtet wird. So wird Börek Schicht für Schicht aufbereitet (Yufka, Kleber, Füllung, Yufka, Kleber, Füllung...), bis Yufkapackung und Füllung verbraucht sind.

Das Aufsichten sollte mit einer Schicht Yufka enden, die einmal komplett mit Teig-Kleber angefeuchtet wird. Wenn der Teigkleber nicht reicht, kann neuer angerührt werden.

Der Yufka darf in der obersten/letzten Schicht nicht trocken sein; großzügig den Kleber verteilen. Das Ganze kommt dann bei 175/180 ° für 30-40 Minuten in den Backofen, bis die obere Seite knusprig gebacken ist.

Die Kochwerkstatt Wiesbaden wünscht viel Spaß beim Nachkochen und guten Appetit!

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

BBQ Bacon Potato Volcano

4 große Kartoffeln
300g Cheddar
225g Frischkäse
1 Stange Frühlingslauch
12 Streifen Bacon
BBQ Sauce
Sour Cream
Schnittlauch

Die Kartoffeln 20 min vorkochen. Danach oben und unten abschneiden und mit einem Parisienausstecher die Kartoffel aushöhlen.

200g Cheddar mit dem Frischkäse und der in feine Ringe geschnitten Frühlingslauch mit einander vermischen und in die Kartoffeln füllen.

Danach wird die gefüllte Kartoffel mit Bacon umwickelt und aufrecht im Grill bei 175c gegrillt.

Nach 30 min bestreuen wir die Kartoffeln von oben mit dem Restlichen Cheddar und glasieren den Bacon mit BBQ Sauce.

Nun für weitere 15 min im Grill lassen.

Zum Servieren mit einem Löffel Sour Cream und Schnittlauch garnieren.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Hier Findest du das Rezept von unserem Asiatischen Gurkensalat aus dem Kochkurs „[Asiatische Küche](#)“

Rezept Asiatischer Gurkensalat

Zutaten:

2 Stück Salatgurke

Crushed Chili Shrimp Powder

Glutamat

Salz

Sesamöl

Sesam

Die Gurken waschen, und mit dem Messerrücken rundherum weicklopfen.
Anschließend die Gurke halbieren und in Rauten oder Dreiecke schneiden.
Mit den Restlichen Zutaten marinieren und abschmecken.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Hier findest das Rezept für unsere Asiatischen Drum Sticks – Sauer-Scharf Marinierte Hähnchenkeulen aus dem Kochkurs „[Asiatische Küche](#)“

Rezept für 4 Personen:

- 12 Hühnerflügel
- 2 El Magic Dust
- 4 El Sojasauce

- 4 El Süße Chillisauce
- ½ Bund Koriander
- 3 El Fischsauce
- 2 Grüne Thaichili
- Saft von 2 Limetten

Zubereitung:

Die Hähnchenkeulen zunächst mit Magic Dust würzen und indirekt bei 180°C ca. 20 min. grillen, bis sie komplett durchgebraten sind. Koriander und Thaichillis sehr fein hacken und mit den Restlichen Zutaten vermischen um eine Sauer-Scharfe Marinade zu erhalten. Die Keulen nach dem Grillen Marinieren – dass hat den Vorteil, dass die Marinade nicht verbrennt!

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Hier findest du das Rezept von unserem Zwiebelkuchen aus dem Kochkurs „[Heimatliebe](#)“

Zwiebelkuchen

Zwiebelkuchenteig

Zutaten:

250g Mehl

100g weiche Butter

5g Salz

Messerspitze Hefe

100g Wasser lauwarm

Zubereitung:

Alle Zutaten zu einem Teig verkneten, in Frischhaltefolie wickeln und bei Zimmertemperatur etwa

eine Stunde ruhen lassen.

Anschließend auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und in eine gefettete Quiche Form geben.

Den Boden mit einer Gabel mehrfach einstechen und bei 180 Grad 10 Minuten vorbacken.

Zwiebelkuchenfüllung

Zutaten:

4 große Zwiebeln

100g Speckwürfel

200g Schmand

100g Creme Fraiche

5 Eier

Salz

Pfeffer

Kümmel gemahlen

Muskat

Zubereitung:

Zwiebeln in Streifen schneiden und mit dem Speck und etwas Öl farblos in einer Pfanne andünsten bis die Zwiebeln glasig werden.

Die Restlichen Zutaten vermischen, würzen und anschließen die Zwiebeln und den Speck unterrühren.

Die Masse auf den vorgebackenen Boden geben und bei 170 Grad ca. 25 min backen.

Die Masse sollte nun fest und Goldbraun sein.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Hier findest du unser Rezept für das Waldpilz-Risotto aus dem Kochkurs „[Mamma Mia – Die Italienische Küche](#)“

Waldpilz-Risotto

Zutaten:

2 Schalotten

100g Risotto Reis

70ml Weißwein

60g Butter

200ml Gemüsebrühe

90g geriebener Parmesan

Zubereitung:

Die Schalotten in feine Würfel schneiden und in etwas Butter glasig anschwitzen, den Reis dazugeben und ebenfalls farblos anschwitzen.

Danach mit dem Weißwein ablöschen, ein reduzieren lassen und mit heißer Gemüsebrühe auffüllen.

Unter ständigem rühren den Risotto Reis ca. 15 Minuten kochen lassen und immer mit etwas Gemüsebrühe auffüllen.

Den geriebenen Parmesan dazu geben und mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken.

Zusätzlich kann noch ein kaltes Stück Butter mit eingerührt werden.

Die Pilze putzen und zurechtschneiden. Anschließend etwas Butter in eine Pfanne geben und die Pilze darin anbraten.

Je nach Belieben kann dort eine angedrückte Zehe Knoblauch oder ein Thymian / Rosmarin Zweig hinzugefügt werden.

Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen.

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82