Kalbsrücken unter der Frischkäse – getrocknete Tomaten – Kruste

Ein rosa gebratener Kalbsrücken mit einer Kruste aus Kräuterfrischkäse und getrockneten Tomaten, ist schnell zubereitet und schmeckt einfach herrlich mediterran. Das saftige Fleisch mit dem kräftigen Topping ist einfach eine tolle Kombination. In weniger als 30 Minuten lässt sich dieses Gericht zubereiten und Ihre Familie und- oder Gäste werden begeistert sein. In folgendem Rezept zeigen wir, wie schnell dieses exklusive Gericht zubereitet werden kann. Die Angaben sind für 4 Personen.

Rezept:

- 1 kg Kalbsrücken pariert, ohne Kette und Deckel (lassen Sie sich von Ihrem Metzger das Stück zuschneiden)
- 250 g Bresso
- 250 g getrocknete Tomaten in Olivenöl
- 1 Zehe Knoblauch
- Salz
- Pfeffer

Den Kalbsrücken in vier Scheiben schneiden und trocken tupfen. Die getrockneten Tomaten sehr fein hacken und den zuvor geschälten und geschnittenen Knoblauch, zusammen mit dem Bresso unter die Masse rühren. Die Frischkäse – Tomaten Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Kalbfleisch wie ein Steak in der Panne oder auf dem Grill von beiden Seiten anbraten und ordentlich würzen. Danach die Steaks in eine Feuerfesten Form oder auf ein Backblech setzen. Nachdem die Steaks etwas ausgekühlt sind, kann der Frischkäse großzügig auf die vier Stücke Fleisch aufgeteilt werden.

Jetzt das Kalb in den vorgeheizten Backofen schieben. Oberhitze / Grill bei 220° bis die Kruste eine schöne Farbe hat und die Kerntemperatur der Steaks bei 54° liegt. Nach kurzer Ruhephase ist das Gericht nun fertig zum servieren.

Als Beilage empfehlen wir etwas Gemüse und Nudeln oder Kartoffeln.

Das Team der Kochwerkstatt Wiesbaden wünscht viel Spaß beim Nachkochen und guten Appetit!

---

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Antipasti Variation als Türmchen mit Bruschetta, Oliven und Büffelmozzarella

Gegrilltes Gemüse mit Olivenöl und frischen, mediterranen Kräutern gehört wohl zu jeder italienischen Vorspeisevariation. Ebenso ist das Bruschetta ein Klassiker den jeder gerne mag. In Verbindung mit ein paar Oliven und Büffelmozzarella, findet sich alles in dieser Vorspeise wieder um den Auftakt zu einem schönen italienischem Menü zu starten. Selbstverständlich dürfen Sie ihr Gemüse ganz nach eigenem Gusto zusammenstellen, hierbei ist alles erlaubt was schmeckt. In unserem Rezept für Antipasti haben wir uns für 4 Personen für folgende Variante entschieden:

Rezept Antipasti Türmchen:

- 4 Stck. Vollreife Strauchtomaten
- 1 Aubergine
- 1 Zucchini
- 1 Fenchel
- 1 Paprika
- 400 g Kirschtomaten
- 2 Zehen Knoblauch
- 3 Schalotten
- Olivenöl
- Balsamico
- 12 Oliven
- 100 g Büffelmozzarella Bambinis
- 4 Scheiben Weißbrot
- Salz
- Zucker
- grober Pfeffer

Als erstes wird das Gemüse gewaschen und ordentlich abgetrocknet. Den Knoblauch schälen und hacken sowie die Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. (Wir empfehlen hierbei mit einem scharfen Messer zu arbeiten, da stumpfe klingen die ätherischen Öle aus dem Schnittgut drücken und dieses dann leicht oxidiert und bitter schmeckt)

Der Fenchel wird in ca. 2 cm dicke Scheiben geschnitten und auf einer Platte oder einem Teller mit Salz und Zucker zu gleichen Teilen bestreut. Pro Fenchel Scheibe in etwa die Menge eines Teelöffels. Von beiden Seiten mit der Salz & Zucker Beize für einige Minuten marinieren bis das Gemüse Wasser zieht. Hierbei gilt, je länger desto besser.

Das restliche Gemüse (bis auf die Tomaten) auch in Scheiben schneiden und leicht mit Olivenöl beträufeln. Eine Pfanne oder den Grill vorheizen und das Gemüse von beiden Seiten grillen. Hierbei entsteht im Idealfall ein schönes Grillmuster.

Die Strauchtomaten ebenfalls in Scheiben schneiden und etwas mit Pfeffer uns Salz würzen. Die Kirschtomaten vierteln und ebenfalls mit Salz, Pfeffer, Knoblauch und etwas Zucker würzen. Im

Anschluss die geschnittenen Schalotten hinzugeben und mit Olivenöl und Balsamico abschmecken.

Das gegrillte Gemüse etwas abkühlen lassen und ebenfalls, wie oben beschrieben, mit Salz und Pfeffer sowie Olivenöl würzen. Je nach Geschmack darf auch heller oder dunkler Balsamico zum Einsatz kommen.

Die Brotscheiben von beiden Seiten mit Olivenöl bestreichen und ebenfalls auf dem Grill oder in der Pfanne knusprig werden lassen. Danach direkt mit den Kirschtomaten belegen und sofort servieren.

Das abgekühlte Gemüse, wie auf dem Bild oben, zwischen die Tomatenscheiben stapeln, beginnend mit dem Fenchel als Fundament. Das so entstandene Türmchen mit einen Holzspieß mit dem Mozzarella und den Oliven auf dem Teller fixieren.

Fertig ist eine schöne Vorspeise in außergewöhnlicher Anrichteweise.

Das Team der Kochwerkstatt Wiesbaden wünscht viel Spaß beim Nachkochen und guten Appetit!

---

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Der perfekte, hausgemachte Nudelteig , welcher immer gelingt!

Es gibt viele Wege einen Nudelteig herzustellen und mindestens genau so viele Meinungen dazu welcher der richtige Teig ist. Wir sind an diese Frage anders herangegangen und haben uns gefragt, welche Anforderungen wir an einen solchen, universellen, Nudelteig stellen. Da es uns in erster Linie darum geht, Rezepte für den Hausgebrauch zu erstellen, ist es uns unter anderem sehr wichtig, dass wir nicht zulange Wartezeiten haben und trotzdem den Spaß am Selbermachen vermitteln. Das folgende Rezept haben wir in unzähligen Kursen verwendet und es ist für fast alle Arten der anschließenden Zubereitung geeignet. Wir empfehlen den Teig für gefüllte Nudeln in verschiedenen Formen uns ganz besonders für hausgemachte Tagliatelle und Pappardelle.

Rezept für den perfekten Nudelteig:

- 300 g Maismehl
- 300 g Weizenmehl 405
- 6 Stck. Eier Größe M
- 1 EL Olivenöl
- 1 TL Salz

Beide Mehlsorten in eine Küchenmaschine geben oder auf der Arbeitsfläche eine Kuhle formen. Die Eier, das Salz und das Olivenöl dazugeben und mindestens 5 Minuten kneten. Dann den Teig in zwei

Kugeln formen und oben in Kreuzform einritzen, anschließend in Klarsichtfolie verpacken und mindestens 15 Minuten ruhen lassen.

Der Teig kann nach der Ruhezeit wie gewohnt mit der Nudelmaschine oder dem Nudelholz verarbeitet werden.

Das Team der Kochwerkstatt Wiesbaden wünscht viel Spaß beim Nachkochen und guten Appetit!

---

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Die Mexikanische Marinade eignet sich hervorragend dafür große Fleischstücke, auch gerne im Vakuum, über Nacht zu marinieren.

Sie enthält wenig Salz und verhält sich dadurch weniger hydroskopisch als mancher Dry-Rub.

Rezept für 150 ml:

3 Knoblauchzehen geschält

¼ TL zerstoßene schwarze Pfefferkörner

80 ml Essig (am besten Apfelessig)

3 EL Öl

1 Prise Kreuzkümmel

1 Prise Koriander

¼ TL Oregano

Salz nach Geschmack

Los geht’s:

In einem Mixer alle Zutaten mixen.

Rohes Fleisch einreiben und mindestens eine Stunde ziehen lassen.

Nach Geschmack grillen oder braten.

Das Team der Kochwerkstatt Wiesbaden wünscht viel Spaß beim Nachkochen und guten Appetit!

---

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Der Mustard Paint ist ein Lack auf Senfbasis, der vor dem Grillen als Marinade verwendet werden kann um bei direkter Hitze eine schöne krustige Oberfläche zu erhalten.

Beim vorherigen marinieren der Fleischteile wirkt der Senflack auch über einen zuvor aufgebrachten Dry-Rub.

Unser Tip: auch gerne mal mit Geflügel zu verwenden!

Rezept für 400 ml:

200 ml Bier

300 g mittelscharfer Senf

100 g brauner Zucker

1½ Teelöffel Salz

½ Teelöffel Pfeffer

Tabasco nach Geschmack

Los geht’s:

Süß-Scharf ist das Aroma dieser dünnen Grundsauce, mit der das Grillgut vor dem Garen bestrichen

wird, um dem Grillgut seinen typischen Senfgeschmack zu verleihen

Das Team der Kochwerkstatt Wiesbaden wünscht viel Spaß beim Nachkochen und guten Appetit!

---

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Das Schichtfleisch aus dem Dutchoven wird in kürzester Zeit zum Lieblingsrezept.

Rezept für 6-8 Personen:

1 großer Schweinenacken 2,5 – 3 kg

3 – 4 große Metzgerzwiebeln

Frischer Knoblauch nach Geschmack

3 bunte Paprika

Ca. 250 g Bacon in Scheiben

Magic Dust

Jack Daniels BBQ Sauce oder Southern BBQ Sauce

Los geht’s:

Den Schweinenacken in etwa daumendicke Scheiben schneiden.

In einem extra Gefäß mit reichlich Magic Dust trocken marinieren.

Die Paprika in Streifen schneiden und die Zwiebeln in dicke Scheiben.

Knoblauchzehen schälen und andrücken.

Den Dutchoven von der Mitte heraus sternförmig mit den Baconstreifen auslegen, so dass Sie am Rand etwas überlappen.

Jetzt den Dutchoven etwas schräg aufstellen und Fleisch, Zwiebeln, Paprika vertikal abwechselnd anordnen bis der Topf voll ist.

Den Topf wieder gerade stellen, die angedrückten Knoblauchzehen zwischen das Fleisch stecken und etwas BBQ Sauce darüber geben.

Den überlappenden Bacon nach innen Falten und restliche freie Fläche mit weiteren Baconscheiben abdecken.

Schichtfleisch wird zwischen 160 und 180 Grad ca 3-4 Stunden gegart.

Die passende Anzahl der Briketts richtet sich nach der Größe des Dutch Ovens, der Außentemperatur und der gewünschten Garhitze. Orientieren Sie sich an den Angaben des Herstellers.

Das Team der Kochwerkstatt Wiesbaden wünscht viel Spaß beim Nachkochen und guten Appetit!

---

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Unser Magic Dust ist der ultimative Dry-Rub und ist für alle Fleischteile bestens geeignet.

Ob Pulled Pork, Beef Brisket oder auch für das legendäre Schichtfleisch aus dem Dutchoven.

Magic Dust lässt sich leicht auch in größeren Mengen herstellen und im Schraubglas oder Vakuumbeutel bevorraten

Rezept

8 Teile Paprika (mild)

4 Teile Salz

4 Teile Chilipulver

4 Teile Knoblauchpulver

3 Teile Puderzucker

2 Teile Senfpulver

2 Teile Cayenne Pfeffer

2 Teile schwarzer Pfeffer

1 Teil brauner Zucker

1 Teil Kreuzkümmel (Cumin)

Ein Teil kann ein Eimer sein oder ein Esslöffel je nachdem wie viel du zubereiten möchtest.

Fängst du also mit Esslöffeln an ist alles andere auch in Esslöffel zu sehen.

An Geräten wird eine Küchenmaschine benötigt

Los geht’s:

Alle Bestandteile in die Küchenmaschine geben und gut durchrühren, fertig ist der Magic Dust.

Magic Dust ist ein würziger Universal-Rub, der in keinem Haushalt fehlen sollte.

Egal ob auf Schwein oder Geflügel: Magic Dust sorgt immer für die richtige Würze !

Das Team der Kochwerkstatt Wiesbaden wünscht viel Spaß beim Nachkochen und guten Appetit!

---

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Die klassische Südstaaten BBQ Sauce mit dem Dixieland-typischen süß-sauren Aroma.

Im Gegensatz zu den meist süß klebrigen und rauchigen Varianten haben wir bei dieser eine etwas frischere Variante die aber auch deutlich säurelastiger ist.

Rezept für 500 ml:

1 Tasse gelber Senf

1/2 Tasse Zucker

1/4 Tasse brauner Zucker

3/4 Tasse Apfelessig

1/4 Tasse Wasser

2 EL Chilipulver (oder weniger)

1 TL schwarzer Pfeffer

1 TL weißer Pfeffer

1/4 TL Cayenne (optional)

1/2 TL Sojasauce

2 EL Butter

1/2 EL „liquid smoke“, falls gewünscht

Und ein paar Spritzer Worcestershiresauce

Los geht’s:

Alle Zutaten bis auf die Sojasauce, Butter und Liquid Smoke 30 Minuten simmern,

anschließend die restlichen Zutaten zugeben und weitere fünf Minuten köcheln.

Das Team der Kochwerkstatt Wiesbaden wünscht viel Spaß beim Nachkochen und guten Appetit!

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Jack Daniels BBQ Sauce ist einer unser ewigen Klassiker und gehört definitiv zu unseren vielseitigsten Favoriten!

Rezept für ca. 1 Liter:

Jack Daniels Whiskey

Chipotles Dose

Ketchup

Zuckerrübensirup

Apfelessig

Knoblauchgranulat

Zwiebelgranulat

Schwarzer Pfeffer

Koriander

Liquidsmoke

Senfmehl

Brauner Zucker

Geräucherte Paprika

Salz

An Geräten wird eine Küchenmaschine benötigt, ein Sieb und ein (guseisener) Topf

Los geht’s:

300 ml / 1 Cup	Jack Daniels in die Küchenmaschine geben
100 g / ½ Dose	Chipotle Peppers (von La Costena) dazu geben
1 Ltr.	Ketchup
125 ml / ½ Cup	Apfelessig (kann in die gebrauchte Ketchupflasche gegeben werden um den Rest Ketchup noch zu bekommen)
125 ml / ½ Cup	Zuckerrübensirup
250 g / 1 Cup	brauner Zucker
½ Teelöffel	Knoblauch
½ Teelöffel	Zwiebeln
½ Teelöffel	Senfmehl
½ Teelöffel	schwarzer gemahlener Pfeffer
½ Teelöffel	Koriander gemahlen
½ Teelöffel	geräucherte Paprika
2 Teelöffel	Liquid Smoke
1 gute Prise	Salz

Das ganze durch mixen und durch ein Sieb in den Topf geben, Kurz erhitzen und fertig ist die BBQ-Sauce !

Das Team der Kochwerkstatt Wiesbaden wünscht viel Spaß beim Nachkochen und guten Appetit!

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Für die Kürbiscremesuppe eignet sich am besten der Hokkaido Kürbis.

Bei diesem kann nämlich die tieforangene Schale nach Wunsch mit verwendet werden. Diese erzeugt nach dem pürieren eine tolle und intensive Farbgebung der Suppe.

Wenn die Schale mit verwendet werden soll würden wir einen Biokürbis empfehlen

Rezept für 6 Personen:

2 Hokkaido Kürbisse

1 große Metzgerzwiebel

1 daumendickgroßes Stück Ingwer

1 Knoblauchzehe

1 Liter Gemüsebrühe

3 EL Pflanzenöl

200 ml Weißwein (Riesling)

500 ml Schlagsahne

50 Gramm Butter

1 frische Chili

1 Teelöffel Kreuzkümmel

1 EL Currypulver

Pfeffer

Los geht’s:

Die beiden Kürbisse halbieren und vom Strunk und Innenleben befreien. Danach das Fruchtfleisch in große Würfel schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und ebenfalls würfeln. Den Ingwer unter zur Hilfenahme eines Teelöffels mit kratzenden Bewegungen von der Schale befreien und danach in dünne Scheiben schneiden.

Einen weiten Topf auf mittlere Hitze bringen, das Öl und die Butter hinzugeben und den Kürbis, die Zwiebel, den Knoblauch und den Inger anschwitzen. Unter gelegentlichem Rühren den Topfinhalt so lange farblos dünsten bis der Kürbis an den Außenseiten eine pelzige Konsistenz annimmt.

Jetzt das Currypulver und die Chilischote (je nach Wunsch können die Samen der Chili entfernt werden und somit der Schärfegrad reguliert werden) hinzugeben.

Kurz weiter schwitzen lassen und mit dem Weißwein ablöschen.

Wenn der Alkohol verkocht ist, die Gemüsebrühe angießen, einmal aufkochen und bei geringer Hitze ca. 30 Minuten bei geschlossenem Deckel leicht simmern lassen.

Nach ca. 30 Minuten schauen ob der Kürbis weich ist, wenn nicht, die Garzeit dementsprechend verlängern.

Wenn alles weich genug ist, die Temperatur etwas erhöhen, die Sahne hinzugeben, einmal aufkochen lassen und von der Flamme nehmen.

Jetzt mit einem Pürierstab so lange pürieren bis eine homogene Suppe entstanden ist. Zum Schluß mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und eventuell noch etwas Currypulver abschmecken.

Als Topping eignet sich hervorragend ein Löffel Schmand mit etwas frischer Chili und gerösteten Kürbiskerne.
Wer es etwas exotischer mag, kann die Schlagsahne auch durch Kokosmilch ersetzen.

Das Team der Kochwerkstatt Wiesbaden wünscht viel Spaß beim Nachkochen und guten Appetit!

---

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82