

Unser Rezept für Rahmwirsing aus dem Kochkurs Omas Küche.

Zutaten:

- 1 kleiner Kopf Wirsing
- 2 Schalotten
- 0,1l Weißwein
- 0,2l Brühe
- 100g Speckwürfel
- 1 EL Öl
- 150ml Sahne
- Salz, Pfeffer und Muskat

Zubereitung:

Den Wirsing halbieren und vom Strunk entfernen.

Wirsing in dünne streifen schneiden und in heißem Salzwasser blanchieren.

In einem Topf die Speckwürfel im Öl auslassen und die gewürfelten Schalotten hinzugeben.

Alles glasig dünsten und mit dem Weißwein ablöschen.

Wirsing hinzugeben und mit der Sahne und der Brühe aufgießen.

Mit Salz, Pfeffer und frischer Muskatnuss würzen.

Einmal aufkochen und nach Wunsch etwas abbinden.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Hausgemachte Nudeln können mit allem möglichen gefüllt werden. Hier in der Variante mit Birnen und Gorgonzola.

Zutaten:

Rezept für den [perfekten Nudelteig](#):

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

Für die Füllung:

- 250 g Birnen
 - Knoblauchzehe(n) nach Geschmack
- 1 EL Butter
- 150 g Parmesan
- 200 g Gorgonzola
- 2 EL Semmelbrösel
- Eigelb
- Salz und Pfeffer, Muskat

Für die Sauce:

- 3 EL Butter
- 1 Handvoll Salbei, abgezupfte Blättchen

Zubereitung:

Beide Mehlsorten in eine Küchenmaschine geben oder auf der Arbeitsfläche eine Kühle 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.

Die Birnen waschen, würfeln und mit der Butter und dem Knoblauch kurz dünsten.

Anschließend fein hacken, Parmesan, Gorgonzola und Eigelb zufügen, nochmals verrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Den Teig dünn ausrollen und mit einem Glas ca. 8 cm große Kreise ausstechen, es sollten 16 Stück

werden!

Nun jeweils einen Teelöffel der Füllung auf den ausgestochenen Teig setzen, nicht ganz in der Mitte, sodass man die andere Teighälfte darüber klappen kann.

Die Ränder gut zusammendrücken, damit beim Kochen nichts herausquellen kann.

Die Ravioli in leicht kochendem Salzwasser mit einem Schuss Olivenöl in ca. 3-4 Minuten gar ziehen lassen.

Butter in der Pfanne aufschäumen lassen, die Salbeiblättchen kurz darin ziehen lassen und mit etwas Nudelwasser angießen, die Ravioli hinzugeben und schwenken.

Nach Wunsch kann mit etwas geriebenem Parmesan die Flüssigkeit gebunden werden.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Eine wunderbare Vorspeise mit süß-sauren Akzenten. Der Ideale Starter ins Herbst/Wintermenü.

Zutaten:

- 300g Feldsalat
- 2 El grober Senf
- 70ml weißen Balsamico Essig
- 100ml Öl
- 200g Kräuterseitlinge
- 1 Granatapfel
- Olivenöl
- 80g Pinienkerne oder Walnüsse
- 60g Parmesan gerieben oder gehobelt
- Meersalz, Zucker, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Vinaigrette

Senf und Essig in ein hohes Gefäß geben, mit einem Pürierstab vermischen. Das Öl tröpfchenweise dazu geben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Feldsalat

Den Feldsalat behutsam waschen, faule Blätter aussortieren und die Wurzel entfernen.

Kräuterseitlinge

Die Kräuterseitlinge putzen, ggf. schneiden oder halbieren. In einer heißen Pfanne anbraten, etwas Olivenöl zum Schluss dazu geben und mit Meersalz und frischem Pfeffer aus der Mühle würzen.

Granatapfelpesto

Den Granatapfel öffnen und die Kerne herausnehmen. Die Granatapfelkerne mit den Pinienkernen und Olivenöl im Mixer pürieren. Etwas Parmesan zum Schluss dazu geben und ebenfalls mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Feldsalat in einer Schüssel mit dem Dressing vermischen und auf einem Teller anrichten. Das Pesto auf dem Teller verteilen, danach die gebratenen Pilze.

Auf den Salat ein paar Granatapfelkerne verteilen sowie geröstete Pinienkerne. Ebenfalls kann etwas gehobelter Parmesan dazu gereicht werden.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Es muss nicht immer geschmort sein!

Die herrliche Entenbrust schmeckt hervorragend und ist ein edles Stück Fleisch, welches sehr gut rosa gegart werden kann.

Zutaten:

- 1 Kopf Rotkohl
- 3 Äpfel z. B. Boskop
- 100 g Butter
- 2 EL Zucker
- 1 Zwiebel
- 3 Gewürznelken
- 2 Lorbeerblätter
- 1 Zimtstange
- 0,2 l Rotwein
- 0,1 l Rotweinessig
- 3 EL Preiselbeeren Glas
- 100g Gänseschmalz
- 4 Barbarie Entenbrüste
- 300 g Mehl
- 4 Eier
- 1 Teelöffel Salz

Zubereitung:

Für das Rotkraut von dem Kohl die äußeren Blätter entfernen, den Kopf halbieren, den Strunk herausschneiden und die Hälften fein reiben.

Die Äpfel waschen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen, die Äpfel schälen und in kleine Würfel schneiden.

Das Butterschmalz in einem Topf erhitzen, die Apfelstücke dazugeben, mit Zucker bestreuen und leicht karamellisieren lassen.

Den Rotkohl dazugeben und mit andünsten.

Mit Essig und Wein ablöschen.

Die Zwiebel mit den Nelken spicken und zusammen mit der Zimtstange sowie dem Lorbeerblatt dazugeben.

Zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 40 Minuten weich schmoren lassen.

Mit den Preiselbeeren und Salz abschmecken und die Gewürze sowie die gespickte Zwiebel wieder entfernen und mit einer geriebenen Kartoffel oder etwas Speisestärke Abbinden.

Die Haut der Entenbrüste rautenförmig einschneiden und würzen.

Zuerst die Hautseite und danach die andere Seite scharf anbraten.

Nun bei 120 °C für 25 Minuten im Ofen garen lassen.

Aus den angegebenen Zutaten, wie Mehl, Salz, Eier, nach Wunsch auch noch zusätzlich 1 EL Öl und so viel kaltes Wasser wie notwendig ist (das richtet sich nach der Größe der Eier und der Mehlqualität) einen zunächst etwas zähen Spätzleteig zusammenrühren.

Dieser Spätzleteig sollte nun mit einem Rührlöffel solange weiter bearbeitet und geschlagen werden, bis ein glatter glänzender Teig entsteht, welcher Blasen wirft.

Den Spätzleteig nun gut 20 – 30 Minuten zum Quellen des Mehles, in der warmen Küche stehen lassen.

Die Spätzle nun mit einem Spätzlehobel in Kochendes, gesalzenes Wasser hobeln und ca. 2min. kochen.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Ein alter Klassiker, neu belebt und immer noch beliebt, insbesondere in der Weihnachtszeit.

Der Bratapfel lässt sich sehr gut vorbereiten und schmeckt herrlich nach Weihnachten.

Zutaten:

Für die Vanillesauce

- 250 ml Milch
- 1 TL Speisestärke
- 3 EL Zucker
- 3 Eigelbe
- 1 Vanilleschote

Für die Bratäpfel

- 4 säuerliche Äpfel (z. B. Boskop)
- 75 g gehobelte Mandeln
- 2 TL Rosinen
- 3 EL Puderzucker
- 1 Msp. gemahlener Zimt
- 50 g Marzipanrohmasse

Zubereitung:

Für die Vanillesauce von der Milch 3-4 Esslöffel abnehmen und zur Seite stellen.

Die restliche Milch aufkochen und vom Feuer nehmen.

Speisestärke, Zucker und Vanille mischen, mit der beiseite gestellten Milch und den Eigelben glatt rühren.

In die nicht mehr kochende Milch einrühren und unter Rühren erhitzen (nicht kochen!) bis die Masse eine sämige Konsistenz aufweist. Abkühlen lassen und gelegentlich umrühren.

Den Backofen auf 180°C Umluft vorheizen.

Die Äpfel waschen, trocken reiben und das Kernhaus ausstechen.

Für die Füllung die Hälfte der Mandeln mit den Rosinen, 1 EL Puderzucker und dem Zimt mischen, die Marzipanrohmasse fein hacken und untermengen.

Die Äpfel damit füllen und in eine gebutterte Auflaufform setzen.

Mit den restlichen Mandeln bestreuen und mit dem restlichen Puderzucker bestauben.

Die Butterstückchen darauf verteilen und im vorgeheizten Backofen 30-40 Minuten backen.

Herausnehmen, auf Tellern anrichten und mit der lauwarmen Vanillesauce übergießen.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Das Maronenschaumsüppchen eignet sich erstklassig als kleiner Shot vorab oder als eigenständige Vorspeise.

In Herbst und Winter ein wunderbarer Start in das Menü.

Zutaten:

- 4 Schalotten

- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Butter
- 200 g Maronen, geschält und vorgegart
- 100 ml weißer Portwein
- 600 ml Geflügelfond
- 200 ml Sahne
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Chili
- 2 Scheiben Toastbrot
- 1 EL Butter
- Salz
- 1 Msp. Zimt
- Chili

Zubereitung:

Die Schalotten und den Knoblauch fein würfeln und in der Butter anschwitzen, die Maronen zugeben und leicht rösten.

Das Ganze mit Portwein ablöschen, den Geflügelfond und die Sahne zugeben und die Maronen weich kochen.

Anschließend fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und Chili aus der Gewürzmühle abschmecken.

Das Toastbrot entrinden und würfeln. Die Butter schmelzen, die Brotwürfel zugeben und unter gelegentlichem Rühren goldbraun braten. Mit Salz, Zimt und Chili würzen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Die Suppe in den Tellern anrichten und mit den Croutons servieren.

Man kann zusätzlich etwas Milchschaum auf die Suppe gegeben.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Schnelles Rezept für eine leckeres Crostini mit Datteln und Speck. Ideal als eigenständiger Snack oder würzig-süße Zugabe zu Fleisch.

Rezept:

- 1 Baquette
- 250g Datteln
- 125g Speckwürfel
- 1 Zwiebel
- 1 Chili oder Peperoni
- 50ml Weißwein
- 50ml Olivenöl
- Salz & Pfeffer

Zubereitung:

Das Weißbrot in dünne Scheiben schneiden, mit etwas Olivenöl bestreichen und im Backofen bei 200°C für ca. 7 Minuten rösten.

Den Speck in einer Pfanne auslassen, die Zwiebel fein würfeln und mit anbraten. Die Datteln entsteinen, mit dem Speck und den Zwiebeln in einen Mixer geben, etwas gehackte Chili und Weißwein dazugeben und zerkleinern. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Unser Rezept für gekochte Zwiebel-Mettwurst im Glas:

Sehr gut für Anfänger geeignet und wirklich lecker.

Rezept:

- 750g Schweinebauch (mit Schwarte)
- 450g Schweineschulter
- 300g Rindfleisch
- 25% Brühe vom gesamten Fleischgewicht nach dem Kochen
- 20g Nitritpökelsalz
- 3,5g Pfeffer
- 2g Paprika mild

- 0,5g gemahlener Koriander
- 2g Muskat
- 75g gebratene Zwiebeln
- 30g Kartoffelstärke

Zubereitung:

Das Fleisch wird in grobe Würfel geschnitten und für ca 15 Minuten gekocht.

Nach dem Kochen das Fleisch mit den Gewürzen und den Zwiebeln mischen, durch die Grobe scheiben des Fleischwolfs drehen.

Dann alles mit der Brühe vermengen und ein weiteres Mal durch die feine Scheibe des Fleischwolfs drehen.

Im Anschluss alles in Gläser füllen (maximal zu 3/4) und im Einkochautomat für mindestens 2 Stunden einkochen.

Die Gläser im Anschluss kaltstellen und festwerden lassen.

Wir wünschen viel Erfolg und guten Appetit!

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Baba Ganoush ist ein, aus gebackenen Auberginen hergestelltes, Püree welches ein fester Bestandteil jedes Vorspeisentellers ist. Es ist kinderleicht in der Zubereitung und lässt sich prima vorbereiten. Im Kühlschrank hält es sich zwei bis drei Tage.

Rezept:

- 2 Stk Auberginen
- 4 Stk Knoblauchzehen (fein gehackt)
- 2 EL Zitronensaft
- 3 EL Tahina (Sesampaste)
- 3 EL Olivenöl
- 1 TL Cumin (gemahlen)
- 1 TL Paprikapulver

1/2 TL Chili (gemahlen)
1 EL Petersilie (fein gehackt)
Salz
Pfeffer

Optional noch eine, in feine Würfel geschnittene, grüne Paprika dazugeben.

Zubereitung:

Die beiden Auberginen waschen und auf ein Backblech mit Backpapier geben. Für etwa 30 -40 Minuten in den auf 180° vorgeheizten Backofen geben.

Wenn das innere weich und das äußere ledrig-dunkel ist, wurde das Garzeitende erreicht. Mit einem Löffel das Fruchtfleisch aus den Auberginen lösen und entweder hacken oder mit der Gabel zerdrücken. Dann die restlichen Zutaten (optional die grüne Paprika) untermischen und gut abschmecken. Die Creme wird bei Zimmertemperatur serviert.

Wir wünschen guten Appetit! Wenn Sie von uns gezeigt bekommen möchten wie man Baba Ganoush richtig zubereitet, empfehlen wir den [Kurs 1001 Nacht](#)

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Ein ewiger Klassiker der italienischen Küche, nicht altmodisch aber bewährt. Herrlich frisch und leicht, mit hochwertigen Produkten auf ein Minimum herunter gebrochen. Das Fleisch wird kurzgebraten und Gemüse und Kartoffeln lassen sich wunderbar vorbereiten. So gelingt es stressfrei auch zu hause ein feines Gericht für mehrere Gäste auf den Tisch zu bringen. Saltimbocca hat das ganze Jahr Saison und schmeckt im Sommer wie im Winter.

Rezept für 4 Personen:

Saltimbocca alla romana

- 800g Kalbsrücken oder Oberschale
- 8 Scheiben Parmaschinken
- 8 Blätter Salbei
- Salz und Pfeffer aus der Mühle
- 2 EL Olivenöl zum Braten

Mediterranes Gemüse

- 1 Aubergiene
- 1 Zucchini
- 1 rote Paprika
- 1 gelbe Paprika
- 1 grüne Paprika
- 250g Kirschtomaten (San Marzano)
- 2 rote Zwiebeln
- 1 kleiner Staudensellerie
- 5 Zehen Knoblauch gehackt
- 200g Dose passierte Tomaten
- Italienische Kräuter nach Geschmack
- Salz und Pfeffer aus der Mühle

Rosmarin Kartoffeln

- 800g Drillinge / kleine Kartoffeln
- Rosmarin
- Olivenöl

Den Kalbsrücken parieren und in vier Scheiben schneiden. Rundherum mit Salz und Pfeffer würzen den Parmaschinken auflegen und zwischen Fleisch und Schinken die Salbeiblätter so platzieren, dass man sie mit einem Zahnstocher fixieren kann. Den Kalbsrücken dann erst auf der Seite mit den Schinken so lange anbraten bis dieser braun und etwas knusprig ist dann in der Pfanne wenden und auf der Fleischseite fertig garen bis zu einer Kerntemperatur von ca 54°

Das Gemüse alles in gleich große kleine Würfel schneiden. Eine weite Pfanne mit hohem Rand oder einen weiten Topf mit Olivenöl erhitzen und dann das Gemüse hinzugeben und unter Rühren glasig dünsten. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und dann die passierten Tomaten hinzugeben. Mit dem Saft der Tomaten und den frischen Kräutern das Gemüse fertig schmoren. Am Ende mit etwas Zucker und Olivenöl abschmecken.

Die Kartoffeln waschen und halbieren, auf einem Backblech mit Olivenöl beträufeln und mit Salz würzen. Im vorgeheizten Backofen bei 200° ca 18 Minuten backen. Am Ende der Garzeit mit viel Rosmarin und etwas Pfeffer würzen.

Ein sehr einfaches Gericht was eigentlich immer gelingt. Das Team der Kochwerkstatt Wiesbaden wünscht viel Spaß beim nach kochen!

