

Unser Rezept für Papas Arrugadas mit Mojo Rojo und Mojo Verde aus dem [Kochkurs spanische Tapas](#)

Zutaten:

1 kg Drilling Kartoffeln

300 g grobes Meersalz

Gemischte Kräuter

6 Knoblauchzehen

Pflanzenöl

1 Glas Ajvar

3 Eigelb

Pfeffer & Salz

1/2 TL Cumin

1/2 TL Kapern

1/2 TL Sardellenpaste

1 TL Paprikapulver edelsüß

Zubereitung:

Die Kartoffeln in einem großen Topf knapp mit Wasser bedecken und mit dem Meersalz zum Kochen bringen. Nach ca. 25 min. Kochzeit sollte das Wasser fast verdunstet sein. Die Kartoffeln sollten weich und leicht runzelig sein und auf den Kartoffeln sollte sich eine Salzkruste gebildet haben – die Kartoffeln können abgeschüttet werden. Vor dem Servieren warmhalten!

Mojo Verde (grün): Die Kräuter mit 3 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer, Cumin, Kapern, Sardellenpaste, 2 Eigelb und Pflanzenöl zu einer gebundenen Emulsion vermischen. Final abschmecken.

Mojo Rojo (rot): Den Ajvar mit 3 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer, Paprikapulver, einem Eigelb und Pflanzenöl ebenfalls zu einer gebundenen Emulsion vermischen und final abschmecken.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Unser Rezept für marinierte Oliven:

Zutaten:

schwarze & grüne Oliven

Knoblauch

Olivenöl

Kümmel & Fenchelsamen

frischer Rosmarin, Thymian & Salbei

Salz & Pfeffer

1 BIO-Orange

2 BIO-Zitronen

Zubereitung:

Die Oliven abgießen und in eine große Schüssel geben. Die Fenchelsamen mit dem Kümmel in einer Pfanne ohne Öl auf mittlerer Hitze vorsichtig rösten, bis die Samen anfangen zu springen - direkt über die Oliven geben. Knoblauchzehen mit dem flachen Messer zerdrücken. Salbeiblätter in feine Streifen schneiden und mit etwas Olivenöl zu den Oliven geben. Rosmarin- & Thymianzweige zwischen den Handinnenflächen etwas reiben, damit die ätherischen Öle freigesetzt werden -

ebenfalls in die Schüssel geben. Nun die Schale der Orange und den Zitronen vorsichtig abreiben (auf keinen Fall das Weiße mitreiben – wird bitter!). Mit etwas Salz und Pfeffer würzen, gut durchmischen und kaltstellen.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Unser Rezept für: Lomo de cerdo con jamón serrano Schweinemedallions im Serranomantel mit Salbei auf Sherry-Champignons aus dem [Kochkurs Tapas - spanische Küche](#)

Zutaten:

4-5 Schweinelenden

700 g Champignons

450 ml Sherry medium dry

4-5 Packungen Serranoschinken

1 Bund Salbei

Pfeffer & Salz

Butter

je 5 Zweige Rosmarin & Thymian frisch

Knoblauch

Zubereitung:

Die Schweinelenden parieren und in kleine Medallions schneiden, etwas plattieren und mit Pfeffer und Salz würzen. Auf einem Küchensbrett die Serranoscheiben auslegen, mit einem Salbeiblatt

belegen und die gewürzten Medaillons darin fest einwickeln. Die Champignons putzen und vierteln.

Die Medaillons in einer Pfanne oder auf dem Grill scharf anbraten/grillen und auf einem Teller zur Seite stellen. Die Champignons in einer großen Pfanne in etwas Pflanzenöl scharf anbraten und mit Butter, Rosmarin, Thymian und Knoblauch schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen, die Medaillons hinzugeben und direkt mit Sherry ablöschen & flambieren.

Die Medaillons solange im Sud garen, bis sie fertig sind.

Servieren:

Immer 2 Medaillons auf etwas Sherry-Champignons in eine Tapasschale legen und mit etwas frittiertem Rucola garnieren. Wer möchte, kann noch ein wenig Rosmarin und Thymian (gekürzt) als Strauß dazwischen stecken.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Unser Rezept für Boquerones fritos aus den [Kochkurs spanische Tapas](#)

Zutaten:

500 g frische Sardellen

5 Knoblauchzehen

Mehl

Meersalz

Pflanzenöl

Zitronen

1/2 Bund Petersilie

Zubereitung:

Die Sardellen mit einem kleinen Messer auf der Bauchseite unterhalb des Kopfes der Länge nach einschneiden und die Innereien entfernen. Die ausgenommenen Sardellen in einer großen Schüssel mit den angedrückten Knoblauchzehen und der gehackten Petersilie mind. 3 h marinieren.

Zitronen zu Spalten schneiden. Etwas Petersilie hacken.

Pflanzenöl in einer hohen Pfanne oder einem Topf erhitzen. Die Sardellen aus der Marinade nehmen, in Mehl wenden und anschließend im heißen Öl frittieren. Die Sardellen kurz abtropfen und mit Zitronenspalten, Petersilie und Meersalz garnieren. Mit Aioli servieren.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Rezept für Albondigas aus dem [spanischen Kochkurs Tapas](#)

Zutaten:

1 kg Rinderhackfleisch

4 EL Tomatenmark

je 2 Dosen gehackte & ganze Tomaten

Zwiebeln

Knoblauch

Salz & Pfeffer

Cayennepfeffer

geräuchertes Paprikapulver

Pflanzenöl & Olivenöl

3 EL brauner Zucker

2 EL dunkler Balsamico

300 ml Rotwein

Gemüsebrühe

Blattpetersilie

1 EL Kräuter der Provence

Zubereitung:

Das Rinderhackfleisch in einer großen Schüssel mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer & geräuchertem Paprikapulver würzen und kleine Bällchen formen. Zwiebeln in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl bei mittlerer Hitze glasig anschwitzen. Anschließend den feingehackten Knoblauch hinzufügen. Tomatenmark hinzugeben und kurz mit anschwitzen und dabei etwas braunen Zucker hinzufügen. Die Pfanne erst mit Balsamico und dann mit Rotwein ablöschen und verkochen lassen. Nun die Dosentomaten hinzufügen und ein wenig mitköcheln lassen. Anschließend alles pürieren und mit den restlichen Gewürzen und Kräutern der Provence abschmecken und warm stellen.

Die Hackbällchen in einer großen Pfanne mit Pflanzenöl von allen Seiten anbraten, mit Gemüsebrühe ablöschen und kurz darin köcheln lassen. Die Bällchen anschließend in der Tomatensoße fertig garen.

Blattpetersilie hacken.

Servieren:

Albondigas entweder in kleinen Tapasschalen á 5 Bällchen oder in einer großen Schale mit Tomatensoße

servieren und mit gehackter Petersilie und wahlweise mit etwas frittiertem Rucola garnieren.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Rezept Aioli aus dem Kochkurs Tapas

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Das Rezept zu unserer Gulaschsuppe:

Zutaten:

500g Rindfleisch

2 - 3 große Kartoffeln

2 Paprikaschoten

2 Karotten

2 Knoblauchzehen

1 Peperoni

1 EL geräuchertes Paprikapulver

3 große Zwiebeln

2 EL Paprika Edelsüß

2 EL Tomatenmark

100ml Rotwein trocken

1,5 L Kalbsfond

3 Lorberblätter

3 Nelken

8 Wacholderbeeren

2 TL Majoran

2 El Butterschmalz

Abrieb von einer Zitrone

Salz & Pfeffer

Zubereitung:

Zunächst die Kartoffeln schälen, klein würfeln und mit Wasser bedeckt in einer Schale zur Seite stellen. Die Paprikaschoten entkernen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Anschließend die Peperoni putzen, entkernen und fein hacken. Nun die Karotten und die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Nun noch die Knoblauchzehen schälen und in sehr feine Würfel schneiden. Alle Zutaten zur Seite stellen.

In einem weiten Topf den Butterschmalz erhitzen und das Fleisch darin rundherum scharf anbraten. Fleisch gut würzen. Die Zwiebel und den Knoblauch hinzugeben und ebenfalls anbraten. Dann das Tomatenmark mit anrösten und anschließend mit dem Rotwein ablöschen. Den Rotwein einreduzieren lassen und dann mit Kalbsfond auffüllen. Gewürze bis auf Zitrone und Majoran zugeben.

In etwa 25 Minuten vor Garzeitende das Gemüse, die Peperoni und die Kartoffeln zugeben und mit garen.

Die Suppe mit Zitronenabrieb und Majoran abschmecken. Nach Bedarf noch Salz und Pfeffer zugeben. Wenn die Suppe nicht die gewünschte Konsistenz hat entweder Kalbsfond zugeben oder etwas mit Stärke abbinden.

Wir wünschen gutes Gelingen.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Asiatisch marinierte Maishähnchenbrust vom Grill:

Zutaten für 4 Personen:

4 Maishähnchenbrüste

4El Sojasauce

4EL Austernsauce

5El Honig

1 El Geriebener Ingwer

2 Zehen Knoblauch, gehackt

2 Thaichilis, gehackt

2 Stängel Zitronengras, Fein geschnitten

1 Tl Chinesisches 5 Gewürze Pulver

Saft von 2 Limetten

Zubereitung:

Die Maishähnchenbrüste nur mit Salz würzen und auf dem Grill, indirekt bei ca. 140°C garen bis eine Kerntemperatur von 62° C erreicht wurde.

Die Brüste anschließend mit der Hautseite kurz, auf direkter Flamme knusprig Grillen.

Nun eine Marinade aus den Restlichen Zutaten herstellen und das Hühnchen darin Marinieren.

Dazu passt perfekt ein Knackiger [Thai-Salat](#).

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Das Rezept zu unsere Jalapeno Hot Sauce aus den Grillkursen

Zutaten:

500g Jalapenos

2 Zehen Knoblauch

50ml Heller Balsamico Essig

Salz

3 Schalotten

Jalapenos und Zwiebeln putzen und klein schneiden. Knoblauch schälen und zusammen mit den Jalapenos und den Zwiebeln in einem kleinen Topf mit etwas Öl kurz anbraten. Die Jalapenos mit Essig ablöschen, Salz zugeben und alles zusammen in einem Stand Mixer fein mixen.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

Unser Rezept für eine gegrillte Zitronenlimonade.

10 Zitronen
2 Orangen
100g Honig
5 Zweige Minze
200g Brauner oder Palmzucker
Eiswürfel
2 l Mineralwasser

Die Zitronen und die Orangen halbieren und die Schnittflächen mit Zucker bestreuen.

Die Zitrushälften auf dem vorgeheizten Gas oder Holzkohlegrill legen und bei direkter Hitze dunkelbraun grillen, bis der Zucker karamellisiert.

Die Zitrusfrüchte und Minzstängel in einer Karaffe mit Mineralwasser, Honig und Eiswürfeln mischen, kurz ziehen lassen und Eiskalt servieren.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82