

Eine fruchtige Tomatensuppe die mit etwas Sahne zur Cremesuppe wird.

Zutaten für 4 Personen:

- 500g San Marzano Tomaten frisch oder aus der Dose
- 2 Schalotten
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 Stiele Basilikum
- Etwas Weißwein
- Olivenöl
- Salz & Pfeffer

Schalotten und Knoblauch schälen und in etwas Olivenöl in einem Topf anschwitzen.

Mit etwas Weißwein ablöschen, die Tomaten und optional die Sahne zugeben.

Nach ca. 10 Minuten kann die Suppe abgeschmeckt und gemixt werden.

Zum Servieren die Suppe in den Teller geben und mit etwas Basilikum garnieren.

Wir wünschen Guten Appetit und gutes Gelingen.

---

[www.kochwerkstatt-wiesbaden.de](http://www.kochwerkstatt-wiesbaden.de) | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

---

Leckere, hausgemachte Nudeln mit einer saftigen Füllung.

Zutaten für 4 Personen:

- 500g Semola
- 500g Garnelen ohne Schale
- 1 rote Paprika
- 1 gelbe Paprika
- 1 grüne Paprika
- 5 Bio Eier gr. M
- ½ Bund Blattpetersilie

- 50ml Olivenöl
- Salz
- Muskatnuss
- 50g Butter
- 150ml Sahne
- 2 EL Wermut

Zubereitung:

Semola mit 4 Eiern etwas Salz, Muskatnuss und 2 EL Olivenöl zu einem Glatten, leicht feuchten Teig vermischen und 5 min. kneten.

Den Teig anschließend in Klarsichtfolie wickeln und bei Zimmertemperatur mindestens eine Stunde ruhen lassen.

Die Garnelen putzen und vom Darm befreien.

Anschließend die Garnelen mit der Sahne, etwas Salz und dem Wermut in einem Küchenkutter oder Standmixer zu einer cremigen Farce mixen.

Die Füllung in einen Spritzbeutel füllen und kaltstellen.

Sobald der Teig eine entsprechende Ruhepause hatte, diesen mit einem Nudelholz oder einer Nudemaschine in ca. 2 mm starke Bahnen ausrollen.

Eine Hälfte des Teiges dünn mit Ei bestreichen und die Garnelenfüllung mit ca. 2 cm Abstand auf die Teigbahn spritzen.

Die andere Hälfte des Teiges darüberlegen und vorsichtig die Luft heraus drücken.

Die Ravioli nun mit einem Ausstecher ausstechen und auf ein mehliertes Backblech zur Seite legen.

Den Backofen auf 250°C Vorheizen, Paprika vierteln und mit etwas Olivenöl bestrichen und leicht gesalzen auf ein Backblech legen.

Die Paprika für ca. 5 min. in den Backofen schieben bis sie gar ist.

Der noch heißen Paprika die Haut abziehen.

Die Ravioli in gesalzenem Wasser ca. 3-4 min. Kochen, bis diese al dente sind.

Eine Große Pfanne aufstellen und die Butter darin schmelzen.

Gehackte Petersilie und etwas Kochwasser zur Butter zugeben und mit Salz und Muskatnuss abschmecken.

Die Ravioli Kurz durch die Buttersauce schwenken und mit der Ofenpaprika anrichten.

Wir wünschen Guten Appetit!

Dies ist ein Rezept aus unserem Kochkurs [Mamma Mia - italienische Küche](#).

---

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

---

Aufgrund der hohen Nachfrage für den Kurs - [Asiatische Küche](#) - haben wir weitere Termine freigeschaltet.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch und einen gemeinsamen, kulinarischen Ausflug ins Land des lächelns.

---

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

---

Unser Rezept für eine Mandel Panna Cotta mit Cantuccini.

### **Zutaten:**

- 1 Liter Sahne
- 50ml Amaretto
- 7 Blatt Gelatine
- 100g Zucker
- 150g Mandeln gehobelt
- 200g Mandeln ganz
- 120g Butter
- ½ Pack Backpulver
- 400g Mehl
- 200g Zucker
- 2 Pack Vanillezucker
- 3 Eier
- 1Flasche Bittermandel Aroma oder 20ml Amaretto

## **Zubereitung:**

Die gehobelten Mandeln rösten, mit der Sahne, Zucker und dem Amaretto aufkochen und ziehen lassen.

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen.

Die Sahne durch ein Sieb gießen und anschließend die Gelatine darin auflösen.

Die Panna Cotta in ein Gefäß abfüllen und für ca. 4 Stunden kühl stellen.

Für die Cantuccini die restlichen Zutaten in eine Schüssel geben und zu einem geschmeidigen Teig mit den Händen verkneten.

Zwei Baquetteartige leibe Formen und auf einem mit Backpapier ausgelegtem Blech bei 180°C für 25 Minuten Backen.

Herausnehmen, auskühlen lassen und vorsichtig schneiden.

Das ganze nochmal bei 180°C für ca. 10- 15 Minuten backen.

---

[www.kochwerkstatt-wiesbaden.de](http://www.kochwerkstatt-wiesbaden.de) | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

---

Unser Rezept für Safranrisotto mit gebratener Garnele.

## **Zutaten:**

- 2 Schalotten
- 100g Risottoreis/Aborio
- 70ml Weißwein
- 60g Butter
- 2g Safran
- 200ml Gemüsebrühe
- 90g geriebener Parmesan
- 200g Garnelen

## **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, den Safran dazu geben.

Unter ständigem rühren das Risotto ca. 15 Minuten kochen lassen und immer mit etwas Gemüsebrühe auf füllen.

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

Zusätzlich kann noch ein kaltes Stück Butter mit eingerührt werden.

Die Garnelen schälen, den Darm heraus nehmen und in einer heißen Pfanne mit etwas Knoblauch, Chilli und Thymian anbraten.

---

[www.kochwerkstatt-wiesbaden.de](http://www.kochwerkstatt-wiesbaden.de) | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

---

Unser Rezept für Portweinschalotten, eine ideale Beilage zu geschmortem oder rosa gebratenem Fleisch.

## **Zutaten:**

- 500g Schalotten
- 300ml Portwein rot
- 300ml Rotwein trocken
- 80g Zucker
- 2 Stck Nelken
- 1/2 Zimtstange
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 EL Butter
- Etwas Salz und grober Pfeffer

## **Zubereitung:**

Den Zucker in einem weiten Topf karamellisieren lassen.

Portwein und Rotwein zugeben.

Den Karamell auflösen.

Die Schalotten und die Gewürze zugeben und köcheln lassen bis die Zwiebeln gar sind sowie die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Am Garzeitende die kalte Butter hinzugeben.

---

[www.kochwerkstatt-wiesbaden.de](http://www.kochwerkstatt-wiesbaden.de) | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

---

Unser Rezept für leckere Béchamelkartoffeln aus dem Kochkurs Omas Küche:

### **Zutaten:**

- 10 kleine Kartoffeln
- 1 EL Kümmel
- 40g Butter
- 40g Mehl
- 3 El Schalottenwürfel
- 500ml Brühe
- 500ml Milch
- Salz, Pfeffer und Muskat

### **Zubereitung:**

Die Kartoffeln waschen und in Salzwasser mit dem Kümmel kochen.

Kartoffeln abschütten und pellen.

Die Butter in einen Topf geben und die Schalotten glasig dünsten.

Das Mehl zugeben und eine Mehlschwitze herstellen.

Nun die Brühe und die Milch zugeben und mit dem Schneebesen unter stetigen Rühren aufkochen.

Die Sauce etwa 5 Minuten unter rühren durchkochen um den Mehlgeschmack auszukochen.

Die gepellten Kartoffel zugeben und in der Sauce warm werden lassen.

Mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss würzen.

Auf Wunsch mit gehackter Petersilie oder Schnittlauchröllchen garnieren.

---

[www.kochwerkstatt-wiesbaden.de](http://www.kochwerkstatt-wiesbaden.de) | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

---

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

---

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](http://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](http://www.kochwerkstatt-wiesbaden.de) | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82