

Lass uns **Kochen**

Michael Rothbart

Spinatsuppe mit Kartoffel Croutons

Zutaten für 2 Portionen

Menge Zutaten

- 2 Kartoffeln (ca. 200 g)
- 1 Dose Kichererbsen (Abtropfgewicht 130 g)
- 1 EL Tahin (Sesampaste)
- 200 g TK-Spinat
- gemahlener Kreuzkümmel
- Salz/Pfeffer
- 1 EL Öl



Zubereitung

Schritt 1 von 2

Die Kartoffeln waschen und in Salzwasser ca. 20 Min. kochen. Die Kichererbsen abgießen. Den Sud auffangen und mit dem Handrührgerät zu steifem Schnee schlagen. Die Kichererbsen pürieren. Mit Tahin, 100 ml Wasser und Spinat erhitzen, bis dieser völlig aufgetaut ist. Mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer würzen.

Schritt 2 von 2

Die Kartoffeln abschrecken, pellen und in kleine Würfel schneiden. In einer beschichteten Pfanne in Öl knusprig braun braten, salzen. Die Suppe erhitzen und den aufgeschlagenen Kichererbsen Sud unterheben. Mit Kartoffel Croutons toppen.

Lass uns **Kochen**

Michael Rothbart

Schweinefilet in Curry-Sahne

Zutaten : 4 Personen

1 kg Schweinefilet
Salz Pfeffer
3 EL mittelscharfer Senf
20 Scheiben Bacon
1 Bund glatte Petersilie
350 g Crème fraîche
450 g Schlagsahne
4 TL Curry
30 g Tomatenmark
½ TL Zucker Öl



Zubereitung

- 1** Den Backofen vorheizen (E-Herd: 200 °C/Umluft: 180 °C)
Ein tiefes Backblech mit Öl fetten.
- 2** Schweinefilets waschen und trocken tupfen. In 20 (ca. 2-3 cm dick) Medaillons schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. Jedes Medaillon dünn mit Senf bestreichen.
Medaillons jeweils mit einer Scheibe Bacon umwickeln und mit der "Nahtstelle" nach unten auf ein tiefes Backblech oder in eine große Auflaufform legen.
- 3** Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und fein hacken. Crème fraîche, Sahne, Curry und Tomatenmark in einer Schüssel glattrühren.
Gehackte Petersilie, bis auf etwas zum Garnieren, unterrühren.
Mit Pfeffer, Salz und Zucker abschmecken.
- 4** Sahne-Mischung über die Medaillons geben und im heißen Ofen auf der zweiten Schiene von unten ca. 20-25 Minuten garen. Mit übriger Petersilie bestreuen. Dazu
schmeckt Baguette. Pasta oder Reis

Lass uns **Kochen**

Michael Rothbart

Gnocchi - Grundrezept

Zutaten für 4 Portionen

800 g	Kartoffel (mehlig kochend)
130 g	Mehl (griffig)
130 g	Hartweizengrieß (Semola)
2 Stk	Ei
2 Prise	Salz 2 Prise Pfeffer



Zubereitung :

1. Für die Gnocchi zuerst die Erdäpfel samt Schale garen (im Wasser oder mit Dampf). Ausdämpfen lassen und noch heiß die Schale abziehen. Die noch warmen Erdäpfel durch eine Kartoffelpresse drücken.
2. Dann Mehl, Grieß und Ei beifügen, salzen und pfeffern und alles zu einem geschmeidigen Teig kneten. Den Teig für 1 Stunde ruhen lassen (nicht kaltstellen).
3. Mit Hilfe von 2 Teelöffeln aus dem Teig etwas abstechen und daraus ein Probe Nockerl formen. Reichlich Salzwasser zum Kochen bringen und das Gnocchi Stück hineingeben. Die Hitze drosseln, bis das Wasser nicht mehr kocht und das Gnocchi 10 Minuten gar ziehen lassen. Mit einer Lochkelle ein Gnocchi aus dem Wasser holen und probieren. Ist er zu weich, dann mehr Grieß unter den Teig kneten.
4. Nun den Kartoffelteig zu Rollen formen, die etwa 2 cm breit sind und davon 2 cm lange Stücke abschneiden. Mit den Zinken einer Gabel das typische Rillenmuster hineindrücken. Alle Gnocchi im Salzwasser bei mittlerer Hitze ca. 8 Minuten gar ziehen lassen, mit der Lochkelle rausfischen und im Sieb abtropfen lassen.

Lass uns **Kochen**

Michael Rothbart

Bratapel mit Orangensalz-karamell

Zutaten . 4 Personen

40 g gesalzene Butter
1 Bio-Orange
1 Vanilleschote
3 EL ganze Haselnüsse ohne Haut
4 Äpfel (à ca. 150 g)
4 EL brauner Zucker
1 EL Rosinen



Zubereitung

- 1 Butter in einem kleinen Topf schmelzen. Orange heiß waschen, trocken tupfen, 4
Streifen Schale mit einem Sparschäler abziehen und Rest Schale fein abreiben.
Orange auspressen. Vanilleschote längs aufschneiden und Mark herauskratzen.
Schote längs in vier Streifen schneiden. Schale, Saft, Vanillemark und Butter verrühren.
Haselnüsse grob hacken. Äpfel schälen, Kerngehäuse mit einem Apfelausstecher entfernen
und Apfel in waagerechte Scheiben schneiden.
- 2 Äpfel in eine Auflaufform stellen und mehrfach mit Orangenbutter bepinseln. Im
Rundherum mit Zucker bestreuen. Äpfel mit Rosinen, Haselnüssen Ofen
und je einem Streifen Orangenschale und einem Streifen Vanilleschote füllen. Im
vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C/ Umluft: 175 °C) 10 Minuten backen. Ofen
runter schalten (E-Herd: 175 °C/ Umluft: 150 °C) und weitere 40 Minuten garen. Äpfel
noch warm mit Karamellsud servieren.

Lass uns **Kochen**

Michael Rothbart

Pumpkin-Pie



Zutaten: Für den Teig:

350 g	Mehl
140 g	Zucker
150 g	Butter, Zimmertemperatur
60 ml	Milch (Kondensmilch)
1 TL	Backpulver
½	Zitrone(n), Saft davon
	Fett für die Form

Für die Füllung:

600 g	Hokkaidokürbis(se)
700 ml	Milch (Kondensmilch)
2 Pck.	Vanillepuddingpulver
5 EL	Zucker
50 g	Weichweizengrieß
1 TL	Ingwerpulver (frischen Ingwer)
1 TL	Zimt / eventuell Vanille dazu

Zubereitung

Für den Teig alle trockenen Zutaten (Mehl, Zucker und Backpulver) in einer Rührschüssel vermischen. Nach und nach die weiche Butter, Vanillemilch und Zitronensaft hinzufügen. Alles zu einem glatten Teig verknetet und im Kühlschrank beiseitestellen.

Den Hokkaido waschen, entkernen und mit Schale in grobe Stücke schneiden. Die Kürbistücke in ausreichend Wasser ca. 15 - 20 Minuten garkochen.

(Ich habe den Kürbis im Ofen bei 180° ca. 25 - 30 Min. weich werden lassen und dann ohne Schale mit einem Esslöffel 600 g. ausgehöhlt)

Das Wasser abschütten und das weiche Kürbisfleisch abkühlen lassen.

Während der Abkühlzeit den Pudding aufsetzen. Dazu ca. 200 ml der Milch (**in Amerika nimmt man Kondensmilch**) mit dem Zucker und dem Puddingpulver vermischen. Die restliche Milch in einem Topf aufkochen. Sobald die Milch kocht, das aufgelöste Puddingpulver mit Hilfe eines Schneebesens so lange unterrühren, bis ein dickflüssiger Pudding entsteht.

Das Kürbisfleisch pürieren und mit dem noch warmen Pudding, dem Weichweizengrieß und den Gewürzen (Ingwer, Zimt und evtl. etwas Vanilleextrakt) (**ich verwende frischen Ingwer**) sorgfältig vermischen.

Den Backofen auf 175 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Boden einer 26 Ø Springform mit Backpapier bespannen und den Rand mit etwas Margarine einfetten.

In der Springform 2/3 des Teiges mit den Händen dünn auslegen und etwa 2 - 3 cm am Springformrand hochdrücken. Der Teig sollte sich wie ein Plätzchenteig verarbeiten lassen. Falls der Teig zu sehr klebt, die Hände leicht bemehlen. Die Kürbis-Puddingmasse in die Springform geben und gleichmäßig verteilen. Den restlichen Teig auf ein Stück Backpapier legen, mit Frischhaltefolie bedecken, auf die Größe der Springform ausrollen und wenden. Das Backpapier abziehen und mit Hilfe der Frischhaltefolie den Teigdeckel auf den Kuchen stülpen. Zuletzt die Frischhaltefolie vorsichtig abziehen und die Teigländer leicht am Kuchenrand andrücken.

Den Kuchen auf mittlerer Schiene ca. 50 Minuten backen, bis er eine schöne goldene Farbe bekommen hat. Nach der Backzeit den Kuchen aus dem Ofen holen und in der Form - z. B. über Nacht - gut abkühlen lassen.