

Rezepte aus Rheinland-Pfalz

Menthe au chocolat

Zutaten für 4 Personen

200 g Zartbitterschokolade, 3 Eier, 3 EL Zucker, 2 TL starker Espresso, 5 Stängel marokkanische Minze, 200 ml Sahne

Zubereitung

Schokolade grob hacken und über einem heißen Wasserbad schmelzen. - Eier trennen. Eiweiß nicht zu steif schlagen. Eigelbe und Zucker über einem Wasserbad cremig aufschlagen. Die abgekühlte Schokolade, Espresso und Eigelbmasse miteinander vermischen. Anschließend kalt schlagen, das Eiweiß unterheben und vollständig abkühlen lassen. – Minze waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und sehr fein hacken. Sahne steif schlagen und mit der Minze unter die Schokoladen-Eimasse heben. Im Kühlschrank mindestens 2 Std. kalt stellen.

Quelle: Kräuterküche – Zauberhafte Rezepte der Siefersheimer Kräutерhexen, Tre Torri Verlag 2010. Das Buch kann in unserer Bibliothek kostenlos ausgeliehen werden.

Ente mit Maronenfüllung

Zutaten für 4 Personen

1 junge Freilandente (ca. 1,5 kg), 250 g Maronen, ½ Sellerieknolle, 60 g Butter, ½ l Rosé, Salz, schwarzer Pfeffer, 1 Zwiebel gewürfelt, 3 TL Speisestärke

Zubereitung

Maronen kreuzweise einschneiden und in 1 l Wasser 15 Min. kochen und schälen. Sellerie schälen und grob würfeln, dann in 20 g Butter 5 Min. anbraten. Wein angießen, salzen, Maronen dazugeben und alles 15 Min. köcheln. Abgießen, Sud auffangen, Maronen und Sellerie pürieren oder zerstampfen.

Backofen auf 200 °C (Umluft 180 °C) vorheizen. Ente innen und außen salzen, mit der Masse füllen, mit Küchengarn zunähen und in der restlichen Butter rundherum ca. 15 Min. anbraten. Bräter schließen und Ente im Ofen ca. 1 Std. 20 Min. braten. Nach und nach mit dem heißen Weinsud begießen.

30 Min. vor Ende der Garzeit Zwiebeln hinzufügen, 10 Min. vor Ende der Bratzeit Deckel abnehmen. Ente tranchieren und anrichten. Sauce durch ein Sieb in einen kleinen Topf gießen und entfetten. Mit angerührter Speisestärke binden.

Quelle: Pfälzer Küche, HONOS Verlag GmbH Köln

Döbbekochen (Großer Knigges)

Zutaten

6-8 dicke Kartoffeln, 4 Zwiebeln, Salz, 300 g Dörrfleisch, Öl oder Schmalz, 2 alte Brötchen

Zubereitung

Die Kartoffeln werden gerieben und etwas gesalzen. Die Brötchen weicht man in etwas Wasser ein, drückt sie aus und verrührt die Kartoffeln, die Brötchen und die feingeschnittenen Zwiebeln miteinander. In einem eisernen Topf wird Schmalz erhitzt und die und die Hälfte des kleingeschnittenen Dörrfleisches hineingegeben. Dazu fügt man die Kartoffeln mit den gemischten Zutaten. Der Döbbekochen wird mit dem Rest des Dörrfleisches abgedeckt, bei 250 °C $\frac{3}{4}$ Std. und anschließend bei 200 °C $\frac{1}{4}$ Std. gebacken.

Tipp: Anstelle der Zwiebeln kann man auch 2 feingeschnittene Stangen Porree dazugeben.

Quelle: „Westerwälder Rezepte gewürzt mit Geschichten und Gedichten“, © 1985 Westerwald-Brauerei H. Schneider, Hachenburg

Spargel-Schlemmertopf

Zutaten für 4 Personen

1 kg Spargel, 250 g frische kleine Champignons, 1 Schweinefilet (ca. 500 g in 8 Medaillons geschnitten), 2 Eier, 100 ml saure Sahne, 60 g geriebener Schweizer Käse, 2 EL Semmelbrösel, 1 EL Butterschmalz, Salz, Pfeffer, Muskatnuss, Butter für die Form

Zubereitung

Spargel waschen, schälen und in 3 cm lange Stücke schneiden. In einem kräftig mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker gewürzten Sud 15 Min. garen; zum Abtropfen auf ein Sieb geben. Die geputzten Champignons in der Spargelbrühe 3 Min. blanchieren, abtropfen lassen und vorsichtig mit dem Spargel mischen. Die Lendenscheiben in einer Pfanne im Butterschmalz von jeder Seite ca. 2 Min. anbraten, mit wenig Pfeffer und Salz würzen und in eine gebutterte Auflaufform legen. Den Spargel mit den Champignons über das Fleisch geben, die Eier mit der Sahne verquirlen, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und über das Gemüse gießen; mit dem Käse und den Semmelbröseln bestreuen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Umluft 180 °C) ca. 20 Min. überbacken. Mit frischem Weißbrot oder Salzkartoffeln servieren. Dazu passt ein Weißburgunder oder eine Chardonnay Spätlese trocken.

Quelle: „Lust auf Rheinhessen“, Leinpfad Verlag 2002. Rezept von Charlotte Meloth, Weingut Meloth, Osthofen

Bachforelle Benediktiner Art

Zutaten für 4 Personen

4 küchenfertige Forellen, 1 kleine Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 Salbeizweig, 1 Rosmarinzweig, 2 EL Olivenöl, angeriebene Schale einer Zitrone, 2 EL Weißweinessig, 300 ml Wasser, 20 g Sultaninen, Salz, 1 EL Dinkelmehl, 1 EL gehackte glatte Petersilie

Zubereitung

Forellen innen und außen unter fließendem kaltem Wasser abspülen, säubern, trocken tupfen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Salbei und Rosmarin abspülen und trocken tupfen. – Das Olivenöl bei mittlerer Temperatur in einem Bratentopf erhitzen und darin Zwiebel, Knoblauch, Salbei und Rosmarin einige Minuten bei schwacher Hitze andünsten. Forellen hinzufügen und 5 Min. anbraten. Mit 200 ml Wasser ablöschen. Zitronenschale, Essig, Sultaninen und Salz zugeben und das Ganze 10 Min. köcheln lassen. Forellen und Kräuter (diese wegwerfen) vorsichtig herausnehmen und warm stellen. Dinkelmehl mit 100 ml Wasser verrühren und die Sauce damit binden. Sauce kurz aufkochen. – Forellen auf Fischplatten anrichten, mit der Sauce begießen und mit der Petersilie garniert servieren. Dazu schmecken Salzkartoffeln.

Quelle: Kochen nach Hildegard von Bingen, Komet-Verlag Köln

Beifuß-Gulasch

Zutaten für 4 Personen

750g Schweinenacken, 350g Zwiebeln, 2 mittelgroße mehligkochende Kartoffeln, 3 EL Butterschmalz, Salz, Pfeffer, 1 rote Chilischote, 1 EL Beifußrispen, 500 ml Roséwein, 400 g Äpfel

Zubereitung

Schweinenacken in Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Kartoffeln schälen und waschen. In einem Schmortopf das Butterschmalz erhitzen, Fleischwürfel von allen Seiten scharf anbraten, salzen und pfeffern. Aus dem Topf nehmen und beiseite stellen. Zwiebelringe im restlichen Fett glasig anschwitzen. Fleisch zugeben und alles kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Chilischote mit Kartoffeln (ganz) und Beifuß dazugeben. Mit dem Wein aufgießen und aufkochen. Bei geschlossenem Topf und geringer Hitze ca.40 Min. schmoren. In der Zwischenzeit Äpfel waschen, schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und würfeln. Chilischote und Kartoffeln aus dem Topf nehmen. Apfelwürfel zum Gulasch geben und weitere 15 Min. köcheln lassen. Kartoffeln mit einer Gabel zerdrücken und kurz vor Ende der Garzeit das Gulasch damit abbinden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Quelle: Kräuterküche. Zauberhafte Rezepte von den Siefersheimer Kräutерhexen. Tre Torri Verlag, 2010

Löwenzahnbrot mit Gänseblümchenquark

Zutaten für 4 Personen

Für das Brot: 500 g Dinkelmehl (Type 630), 1 Pck. Trockenhefe, 1 TL Salz, 1 TL Zucker, 1 Bund Löwenzahn (ca. 75 g), 1 EL Korianderkörner, Mehl zum Formen, 300 ml lauwarmes Wasser.
Für den Quark: 250 g Sahnequark, 75 g Blauschimmelkäse, 1 EL Zitronensaft, 6 Löwenzahnblätter, 1 ½ TL Zuckerrübensirup, Salz, 1 ½ Handvoll Gänseblümchenblüten

Zubereitung

Brot: Mehl, Trockenhefe, Salz und Zucker verrühren. Wasser dazugießen und zu einem weichen Teig verkneten (mit Knethaken oder von Hand). Teig abgedeckt an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat. Inzwischen Löwenzahnblätter abspülen, trockentupfen und fein schneiden. Teig durchkneten und Löwenzahn unterkneten. Backform mit Korianderkörnern ausstreuen und den Teig darin 30 Minuten gehen lassen. Alternativ das Brot mit den Händen zu einem Laib formen und mit den Korianderkörnern bestreuen. Den Backofen auf 200° (Umluft 180°, Gas Stufe 4) vorheizen. Teig aus der Backform auf ein bemehltes Backblech stürzen und im Backofen ca. 45 Minuten backen.
Quark: Sahnequark, Blauschimmelkäse und Zitronensaft verrühren. Löwenzahnblätter abspülen, trockentupfen, kleinschneiden und unter den Quark rühren. Mit Zuckerrübensirup und Salz abschmecken, mit Gänseblümchen bestreuen und zum frischen Brot servieren.

Quelle: Dirk Maus, Sandhof, 55262 Heidesheim am Rhein

Silvaner-Kräuter-Nudelnest mit Spargelspitzen und Jambon de Mayence

Zutaten

1 Packung Silvaner-Kräuter-Nudeln (online oder bei verschiedenen rheinhessischen Winzern erhältlich), 1 Bund grüner Spargel, 100 g Jambon de Mayence, 2 getrocknete, eingelegte Tomaten, frischer Oregano, evtl. geriebener Rigatino

Zubereitung

Grüne Spargelspitzen 1 Minute in kochendem Salzwasser blanchieren, mit Hilfe einer Siebkelle entnehmen und direkt in einer Schüssel mit kaltem Wasser und Eiswürfeln abschrecken. Im kochenden Spargelwasser nun die Silvaner-Kräuter-Nudeln bissfest garen. Die Spargelspitzen kurz in Butterfett anbraten, während die Nudeln abtropfen. Den rauchwürzigen Mainzer Traditionsschinken in breite Streifen schneiden und mit einigen Butterflocken unter die Nudeln rühren. Diese mit Hilfe einer Fleischgabel zu einem Nest aufdrehen und in einem Pastateller platzieren. Mit fein geschnittenen Streifen der eingelegten Tomaten, Spargelspitzen und frischem Oregano garnieren.

Quelle: <https://www.rheinhessen.de>

Putengeschnetzeltes in Rahmsauce „Café de Paris“

Zutaten

500 g Putengeschnetzeltes, 500 ml Sahne, 100 g Schinkenspeck, 1 kleine Zwiebel, Salz, Pfeffer, 3 EL Gewürzmischung „Café de Paris“, 1 EL Olivenöl, 250 ml Hühnerbrühe, 3 EL Tessiner Senfsauce, Ananas

Zubereitung

Olivenöl und 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen. Geschnetzeltes anbraten, aus der Pfanne nehmen. Im Bratfett Zwiebelwürfel und Speck anbraten, mit Sahne ablöschen und den Dip „Cafe de Paris“ einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und als Beilage Reis oder Spätzle servieren.

Tipp: Putengeschnetzeltes mit 2 EL Gewürzmischung „Café de Paris“ und Olivenöl marinieren, 2 Std. ziehen lassen, dann braten

Quelle: Weingut Göbel-Schleyer-Erben, Ernst/Mosel

Rosmarin-Kipferl

Zutaten für 6 Personen

200 g Mehl, 126 g weiche Butter, 1 Eigelb, 5 g gehackter Rosmarin, 70 g Zucker, 120 g gemahlene Mandeln, 200 g Rosmarinzucker (dazu den Zucker mit 5 g fein gehacktem Rosmarin mischen), Salz, 1 Vanilleschote

Zubereitung

Die weiche Butter mit Eigelb, Salz, ausgekratzter Vanilleschote, Zucker, gemahlene Mandeln und Mehl verkneten und einen elastischen Teig herstellen. Daraus kleine Kipferl oder Hörnchen formen. Im Backofen bei 150 °C hell backen. Noch warm im Rosmarinzucker wälzen und in einer Dose aufbewahren.

Quelle: Detlev Ueter, Gastronomisches Bildungszentrum Koblenz

Käsefeige auf Pflücksalat

Zutaten für 4 Personen

4 frische Feigen, 100 g Ziegenkäse, Akazienhonig, Pflücksalat, 0,2 l rheinhessischer Rotwein, 0,2 l Balsamessig, 50 g Zucker

Zubereitung

Zucker in einem Topf bis zur hellen Bräune karamellisieren lassen. Mit Wein und Essig ablöschen und unter Beobachtung auf halber Herdleistung gemächlich zu einem dickflüssigen Sirup einkochen. - Die Feigen waschen und von oben kreuzweise in der oberen Hälfte einschneiden. Den Ziegenkäse in vier Portionen teilen und in die angeschnittene Stelle drücken. Etwas Akazienhonig obenauf geben und unter dem Backofengrill in der mittleren Schiene unter Beobachtung überbacken.

Vinaigrette für den Pflücksalat: 2 EL gutes Olivenöl, 1 EL hochwertigen Balsamessig und 1 TL Balsamico-Reduktion verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und den Salat darin wenden. Aus den angemachten Salatblättern ein Nest formen, in die vorsichtig die gratinierten Feigen gesetzt werden. Zum Schluss mit einem spitzen Teelöffel dekorativ etwas Balsamico-Reduktion darüber ziehen.

Quelle: <https://www.rheinhessen.de/kaesefeige-auf-pfluecksalat>

Kirschkuchen mit Dornfelder Rotwein Rezept von Hiltrud Frieß (Weingut Frieß, Weinolsheim)

Zutaten

Für den Knetteig: 180 g Weizenmehl, 1 gestrichener TL Backpulver, 80 g Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker, 1 Prise Salz, 1 Ei, 80 g Butter

Für die Füllung: ca. 500 g Sauerkirschen, entsteint, 2 Päckchen Puddingpulver Schokolade, 200 g Zucker, 750 ml Dornfelder Rotwein

Für den Belag: 500 ml Schlagsahne, 1 gestrichener TL Zucker, 1 Päckchen Sahnesteif, 1/2 gestrichener TL Zimt

Zubereitung

Aus den angegebenen Zutaten einen Knetteig zubereiten, 2/3 des Teiges auf den gefetteten Springformboden (Durchmesser 26 cm) ausrollen. Springformrand um den Boden stellen. Übrigen Teig zu einer Rolle formen, als Rand auf den Boden legen und so an die Form drücken, dass ein ca. 3 cm hoher Rand entsteht.

Für die Füllung Puddingpulver nach Packungsanleitung, aber nur mit Zucker und Rotwein zubereiten, die entsteinten Kirschen unterheben, und diese Füllung auf dem Boden verteilen.

Bei 180 °C (Gas Stufe 3, Umluft 160 °C) etwa 50 Min. backen. Den Kuchen in der Form auf einem Kuchenrost abkühlen lassen, dann aus der Form lösen. Sahne mit Zucker und Sahnesteif steif schlagen, mit Spritzbeutel auf den Kuchen spritzen oder aufstreichen. Vor dem Servieren mit Zimt bestäuben.

Quelle: <http://www.rheinhessen.de/dornfelder-kirschkuchen>, aus dem Buch „Noch mehr Lust auf Rheinhessen“, Leinpfad Verlag 2004

Dinkel-Hühnchen nach Hildegard von Bingen

Zutaten für 4 Personen

2 Zwiebeln, 1 küchenfertiges Hühnchen (ca. 1,5 kg), 1 EL Butterschmalz, 1 Tasse Dinkelkörner, 2 Tassen Hühnerbrühe, 1 Tasse Rotwein, 3 EL Sonnenblumenöl, je 1 Prise Galgant und Bertram, Bockshornkleepulver, 100 ml Wasser, Salz

Zubereitung

Zwiebeln schälen und fein hacken. Hühnchen unter fließendem Wasser abspülen und trocken tupfen. Das Fleisch vom Knochen lösen und sehr klein schneiden. – Die Zwiebeln in einem Topf bei mittlerer Hitze im Butterschmalz anbraten. Dinkelkörner zugeben und unter Rühren kurz mitbraten. Mit Hühnerbrühe und Wein ablöschen und bei schwacher Hitze ca. 30 Min. garen. – In einem zweiten Topf das Sonnenblumenöl erhitzen und das Hähnchenfleisch von allen Seiten anbraten. Mit Galgant, Bertram, Bockshornklee und Salz würzen. 100 ml Wasser zugeben und das Fleisch darin gar köcheln. Das Fleisch anschließend zum Fond in den anderen Topf geben und weitere 3-5 Min. köcheln. In tiefen Tellern servieren.

Quelle: Kochen nach Hildegard von Bingen, Komet-Verlag, Köln

Himbeersoufflé

Zutaten für 4 Portionen

3 Eier (trennen), 30 g Puderzucker, 80 g Quark, ½ EL Speisestärke, 1 Prise Salz, 1 Vanilleschote, 100 ml Cognac, 100 g Marzipanrohmasse, 40 g Schlagsahne, 2 EL Zucker, 50 g Himbeerpüree, Butter und Zucker für die Förmchen, Himbeerkompott, Puderzucker

Zubereitung

Eine Auflaufform mit heißem Wasser füllen und den Backofen auf 180 °C vorheizen. Die Eigelbe mit dem Puderzucker im heißen Wasserbad schaumig rühren. Den Quark, die Speisestärke, das Salz, das ausgekratzte Vanillemark und den Cognac nach und nach unterrühren. Die Marzipanrohmasse mit der Schlagsahne, dem Zucker und dem Himbeerpüree zu einer homogenen Masse vermischen und dem Eiergemisch zufügen. Das Eiweiß zu festem Schnee schlagen und vorsichtig unterheben. Die Förmchen buttern und mit Zucker austreuen. Die Masse bis einen Zentimeter unter dem Rand einfüllen und im heißen Wasserbad ca. 30 Minuten garen. Die Förmchen herausnehmen und die Soufflés mit Himbeerkompott und Puderzucker anrichten und sofort servieren.

Quelle: Annette Kretzschmar: Die Wildfrüchteküche. Thorbecke 2011. Das Buch kann in der Bibliothek des Hauses Burgund kostenlos ausgeliehen werden.

Hunsrücker „Gefilde“ – Gefüllte Kartoffelklöße

Zutaten für 4 Personen

Grundrezept für Knödel halb/halb aus 2 kg rohen und 1 kg gekochten Kartoffeln oder wahlweise fertige Knödelmasse aus dem Kühlregal

Für die Füllung:

2 Eier, 500 g gemischtes Hackfleisch, 150 g Hausmacher Leberwurst, 4 EL Schinkenspeck, 1 Tasse Semmelbrösel, Salz, Pfeffer, 2 Zwiebeln, grob gehackte glatte Petersilie

Für die Sauce:

200 g Schinkenspeck, 40 g gute Butter, 2 fein geschnittene Frühlingszwiebeln, 200 ml süße Sahne, Pfeffer, Salz und eine Prise Muskat

Zubereitung

Schinkenspeck und die sehr fein gehackten Zwiebeln sanft in etwas Rapsöl dünsten, Zwiebeln dürfen nicht braun werden. Nach und nach Hackfleisch, Leberwurst und Gewürze zugeben und ca. 10 Minuten unter ständigem Rühren garen. Die Masse gut abkühlen lassen und dann nochmals mit der frischen Petersilie vermengen. Aus der Kartoffelmasse handtellergroße Fladen formen, aus ca. 2 guten EL der Fleischmasse eine Kugel formen und diese mit der Kartoffelmasse umschließen und fest formen. Etwa 15 Minuten in siedendem Salzwasser garen, bis diese an der Oberfläche schwimmen. Für die Sauce Butter, Schinkenspeck und Zwiebeln sanft braten, würzen und mit der Sahne ablöschen, über die Klöße gießen und sofort servieren.

Rezept von: Restaurant Goldener Hirsch, Mainz

200 Jahre Rheinhessen „Kleine feine Rheinhessen“ Hausmacher Kartoffel-Canapés

Zutaten für 16 Häppchen

8 mittelgroße festkochende Kartoffeln, Salz, 1 Lorbeerblatt, Butterschmalz, Muskat. Für Belag/Garnitur: 8 Scheiben fein aufgeschnittene Kümmel-, Schwartenmagen oder andere Sülzwurst, 2 Gewürzgurken in feinen Scheiben, Majoran, 1 mittelgroße rote Zwiebel (in hauchfeinen Ringen), Meersalz, Pfeffer

Zubereitung

Pellkartoffeln (in Schale) am Vortag mit Salz und Lorbeer je nach Größe 15 – 25 Min. weich garen. Ausdämpfen lassen und pellen. Kleinere Kartoffeln quer halbieren und an den Enden mit dem Messer so begradigen, dass sie von selbst stehen, ohne umzufallen. Große Kartoffeln in 1 – 2 cm dicke Scheiben schneiden. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Kartoffelscheiben darin bei mittlerer Hitze goldgelb, aber nicht zu kross braten. Mit Salz und einer Prise Muskat würzen. Kartoffeln auf einem Küchentrepp zwischenlagern und leicht entfetten. Mit je einer halben zusammengeklappten Scheibe Hausmacher Aufschnitt belegen. Auf den warmen Kartoffeln wird die Sülze leicht glasig und die Wurst bekommt ein kräftigeres Aroma. Wurst daher sparsam dosieren und noch leicht warm servieren.

Anrichten: Kartoffelhappen mit Zwiebelringen, Gurkenscheiben und Majoran garnieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und auf Platten oder kleinen Einzeltellern anrichten.

Quelle: raffiniert rheinhessisch – im Glas und auf dem Teller / www.raffiniert-rheinhessisch.de

Glasierte Kalbshaxe mit Schalotten und Maronen

Zutaten für 4 Personen

1 Kalbshaxe (1200-1400 g), 2 EL Traubenkernöl, 300 g Maronen (geschälte Esskastanien), 300 g Schalotten, 600 ml Kalbsjus (leicht gebunden, evtl. aus dem Feinkostgeschäft), 1 Zweig Thymian, 1 Zweig Rosmarin, Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, Paprikapulver, 4 Pimentkörner

Zubereitung

Kalbshaxe mit Salz, Pfeffer und Paprika kräftig würzen und im Traubenkernöl anbraten. Dann das Fleisch im Ofen bei ca. 150 °C etwa 90 Min. garen. Nach der Hälfte der Zeit die Maronen, Rosmarin, Thymian, Piment und die geschälten Schalotten zugeben und mit 200 ml der Kalbsjus ablöschen und fertiggaren. Anschließend die Haxe herausnehmen und an einem warmen Platz 10 Min. ruhen lassen. Inzwischen zur Sauce mit den Maronen und Schalotten den restlichen Kalbsfond zugeben und kochen lassen. Wenn die Sauce die gewünschte Dicke erreicht hat, die Kalbshaxe zugeben und mit der Sauce übergießen. Haxe tranchieren und mit Maronen, Schalotten und Sauce anrichten.

Quelle: LebensLust Rheinhessen. Kochbuch von Dirk Maus, Typodruck Horn & Kohler-Beauvoir GmbH, Mainz.

Das Kochbuch kann kostenlos in der Bibliothek des Hauses Burgund ausgeliehen werden.

Wilde Forelle mit Dostblüten à la Karin

Zutaten für 4 Personen

8 Forellenfilets (jedes ca. 100 g), Salz, Pfeffer, 2 Sängel glatte Petersilie, 8 Zweige blühender Dost, 1 Schalotte, 1 Knoblauchzehe, 1 Möhre, 4 EL Dostblütenessig (alternativ: Weißweinessig), 500 ml trockener Weißwein (z.B. weißer Burgunder), 6 schwarze Pfefferkörner, 1/2 TL Meersalz, 6 EL Creme fraîche, 1 TL körniger Dijonsenf

Zubereitung

Forellenfilets waschen, trocken tupfen, salzen, pfeffern und in eine Pfanne mit Deckel legen. Die Kräuter waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und fein hacken. Die Dostblüten zum Garnieren beiseite stellen.

Schalotte, Knoblauch und Möhreschälen und klein schneiden.

Zusammen mit den Kräutern, Dostblütenessig, Weißwein, Pfeffer und Salz in einen kleineren Topf geben und ca. 20 Minuten köcheln lassen.

Die Marinade über die Fische geben, den Deckel auflegen und bei geringer Hitze ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Anschließend abkühlen lassen.

Die Filets aus der Marinade nehmen. Die Marinade durch ein Sieb gießen.

Mit Creme fraîche und Dijonsenf verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
Die Sauce über die Filets geben und mit den Dostblüten garnieren.

Quelle: Kräuterküche. Zauberhafte Rezepte von den Siefersheimer Kräutlerhexen, Verlag Tre Torri

Eingelegte Walnüsse

Zutaten für 4 Einmachgläser à 250 ml

1 kg frische Walnüsse ohne Schale, 1 kg Zucker, 1 l Weinessig, 20 g Ingwerwurzel, 4 Gewürznelken, 1 Zimtstange

Zubereitung

Die Walnüsse in einer Schüssel mit Wasser einige Zeit einweichen, dann die feine Haut abziehen.

Nüsse in einem Topf mit Wasser etwa 15 Minuten weich kochen.

In einem zweiten Topf Zucker, Essig, Ingwer, Nelken und Zimt aufkochen.

Die Nüsse aus dem Wasser holen und in den Gewürzsud legen.

Nach dem Abkühlen mit dem Sud in gespülte Einmachgläser schichten und mit Einmachhaut verschließen. An einem dunklen Ort etwa 4 Tage durchlassen lassen.

Die eingelegten Walnüsse zu Wildgerichten servieren.

Quelle: Pfälzer Küche, Honos Verlag GmbH Köln