



# Slow Food® Karlsruhe

Rezepte aus dem Kochclub vom 04.03.2017:

## **Topinambur - Suppe mit Curry**

**Zutaten** für 4 Personen:

- 500 g Topinambur
- Hühnerbouillon
- Süße Sahne
- Salz
- Curry
- 1 Chilischote
- Zitronensaft
- Balsamicocreme

**Zubereitung:**

Topinambur schälen, in Stücke schneiden + in Salzwasser kochen. Wenn sie fast gar sind, das Kochwasser abgießen und durch heiße Bouillon ersetzen. Weiterköcheln lassen, bis die Topinambur weich sind, dann mit dem Pürierstab pürieren.

Salzen und mit süßer Sahne aufgießen und nochmal aufkochen lassen.

Zuletzt mit Curry, sehr fein gehackter Chilischote und Zitronensaft abschmecken, eventuell noch nachsalzen.

In den (vorgewärmten) Tellern mit einem Faden Balsamicocreme verzieren.



# Slow Food® Karlsruhe

## **Feldsalat mit Maronen in Orange-Karamell glasiert und mit Kürbiskernen**

**Zutaten** für 4 Personen:

- 130 gr Feldsalat
- 1 - 2 Schalotten
- 4 EL Olivenöl
- 2 EL Balsamico – Essig, weiß
- 50 ml Gemüsebrühe
- 1 TL scharfer Senf
- Salz + Pfeffer aus der Mühle
- 30 gr Butter
- 30 gr Zucker
- 50 gr Kürbiskerne
- 125 gr geschälte Maronen
- Zimt
- 125 ml Orangensaft
- kalte Butterstückchen

### **Zubereitung:**

Feldsalat putzen, gründlich waschen und trocken schleudern

Schalotten schälen, fein würfeln und in 1,5 EL heißem Öl in einer Pfanne 1 Minute anschwitzen

Dann mit Essig und Brühe ablöschen, Pfanne vom Herd ziehen, restliche 2,5 EL Öl und Senf unterquirlen, Vinaigrette salzen, pfeffern und abkühlen lassen.

Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, bis sie knacken und zu duften beginnen. Anschließend grob hacken.

Butter in der Pfanne erwärmen, Zucker hineinstreuen und diesen goldbraun karamellisieren lassen.

Maronen und Zimt hinzufügen, kurz darin wenden, danach das Ganze mit Orangensaft ablöschen und alles 6-8 Minuten sirupartig einkochen lassen.

Pfanne vom Herd ziehen. Butterstückchen nach und nach unterschwenken.

Feldsalat mit der Schalotten-Vinaigrette locker mischen und mit den noch warmen Maronen auf einem Teller anrichten. Salat mit gehackten Kürbiskernen bestreuen.

Guten Appetit !



# Slow Food® Karlsruhe

## Geschmortes Kaninchen mit Backpflaumen

### Zutaten

- 1- 2 Kaninchen, ca 2kg, vom Metzger zerlegen lassen
- Tütchen getrocknete Pflaumen
- n.B. kräftiger Schwarztee ( wir haben Earl Grey verwendet)
- 150 g geräucherter Bauchspeck, gewürfelt
- 2 EL Schweine- oder Butterschmalz
- Karotten, gewürfelt
- 5-6 Schalotten, Knoblauch im Ganzen
- ½ Flasche trock. Weißwein (Weissburgunder)
- 300g Sahne
- Zitrone (Saft und Zesten)
- Thymian, Salz, schwarzer frisch gemahlener Pfeffer, Zimt und Nelke

### Zubereitung

Als erstes die Trockenpflaumen ( entkernt) mindestens zwei Stunden in sehr starkem schwarzen Tee einweichen.

Das Kaninchen schon vorher vom Händler zerteilen lassen - jedes Bein einzeln und den Rücken . Die Fleischlappen links und rechts der Rippen mit Zahnstocher zusammen halten, (wie Rouladen) vorher gut salzen (evtl. selbst füllen?) Nun gibt man das Fett in den Bräter und brät den Speck an, herausnehmen, dann das gesalzene u. gepfefferte Fleisch und etwas Thymian, rundum vorsichtig anbraten, herausnehmen, warmstellen. Das kleingeschnittene Gemüse und die kleinen ganzen Zwiebeln anrösten mit einem Schluck Wein etwas verköcheln lassen, das Fleisch (Schlegel) und Speck einfüllen und mit Wein auffüllen, bis Fleisch halb bedeckt ist (der Rücken braucht wie das Brustfleisch beim Huhn nicht so lange Garzeit) Deckel drauf.

In den auf 200° C vorgeheizten Backofen schieben und die Temperatur nun auf 180° C zurückdrehen. Ein grosses Kaninchen braucht etwa 1.5 Stunden, bis es gar ist. Während der Bräter im Ofen steht, schaut man hin und wieder nach und wendet dabei die Fleischstücke und giesst evtl. noch etwas Weisswein nach. Nach etwa 40 Minuten Garzeit, legt man die abgetropften Pflaumen dazu und giesst die Sahne an, abschmecken und wahrscheinlich nachsalzen. Den Deckel auflegen und zurück in den Ofen schieben. Nach einer Stunde die Rückenteile wieder dazugeben. Sollte noch zuviel Flüssigkeit vorhanden sein, kann man auch die letzten 15 Minuten ohne Deckel weiter schmoren. (Ginge auch noch auf dem Herd)

Zur Verfeinerung der Sauce den Zitronensaft hineinträufeln und mit etwas Zimt und Nelke abschmecken. Vielleicht noch Sahne oder etwas Wein zugeben, evtl. nachsalzen und nachpfeffern und die restlichen ganzen Pflaumen dazugeben. Also immer wieder abschmecken.

Als Beigabe passen dazu schmale Bandnudeln oder Schupfnudeln.  
Guten Appetit für 6 - 8 Personen.



# Slow Food® Karlsruhe

## Mousse au Chocolat

**Zutaten** für 4-6 kleine Gläschen:

- 200g Schokolade (Vollmilch, Zartbitter, auch mit Crunch-Effekt, ganz nach Belieben, eine Schokoladenmischung ist natürlich auch erlaubt)
- 50g weiße Schokolade (zum Raspeln)
- 125g Mascarpone
- 150ml Schlagsahne, kalt

## Zubereitung

Die Schokolade schmelzen, entweder über dem Wasserbad oder in der Mikrowelle. Wer es sich einfacher machen will, gibt einen Schuss Sahne dazu. Die Mascarpone unter die Schokolade rühren. Die Schlagsahne steif schlagen und unter die Crème heben. **Mind. 1-2 Stunden kühl stellen (=> muss bei der Vorbereitung entsprechend berücksichtigt werden!)**

Vor dem Servieren gern mit etwas geraspelter Schokolade garnieren.

## Vorbereitungszeit:

15 Minuten Zubereitung plus 1-2 Stunden Kühlungszeit

## Tipp:

Die geschmolzene Schokolade wird erst mit Mascarpone verrührt. Das macht die Zubereitung einfacher, auch wenn die Schokolade sehr heiß ist, funktioniert es super und die Crème hat die richtige Konsistenz um die Sahne unterzuheben.



# Slow Food® Karlsruhe

## Marinierte Orangenfilets

### Zutaten (für 4 Portionen):

- 1 Mokalöffel Maizena (Maisstärke)
- 100 ml Grand Marnier
- 1 Mokalöffel Ingwer fein geschnitten
- 1 MS Vanillemark aus 1/8 ausgeschabter Vanilleschote
- 2 EL Zucker
- 2 Orangen saftig
- ca. 140 ml Orangensaft am besten frisch gepresst

### Zubereitung:

1)

Orangen schälen und filetieren. Zucker karamellisieren, mit Orangensaft (125 ml) und Grand Marnier ablöschen. Ingwer und Vanillemark dazugeben, 15 Minuten schwach köcheln.

2)

Maizena mit etwas Orangensaft anrühren, in die Sauce gießen und kurz köcheln, bis sie bindet. Orangenfilets einlegen und mindestens 1 Stunden ziehen lassen.



# Slow Food® Karlsruhe

## Schokoladen-Orangen Mousse

### Zutaten (für 10 Personen)

- 5 Orange(n)
- 5 Blatt Gelatine => durch z. B. Agar-Agar ersetzen
- 250g Schokolade, weiße
- 250g Mascarpone
- 5 EL Orangenlikör
- 500ml Schlagsahne

### Für die Schoko-Blätter:

- 125g Kuvertüre, halbbitter
- 20 Kaffir-Zitronenblätter
- Orange(n) - Zesten, marinierte

### Zubereitung

Die Orangen heiß abwaschen und trocken tupfen. Von einer Orangen die Schale abreiben, von der anderen Zesten abziehen. (Die Zesten kann man mit Zucker, Orangensaft, Anisstern, Zimt, Kardamom, Vanille marinieren). Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen.

Die Schokolade im Wasserbad schmelzen. Bei weißer Schokolade ist es besonders wichtig, dass die Temperatur dabei nicht zu hoch ist. Orangenabrieb und Mascarpone dazugeben.

Die Orangen filetieren und dabei den Saft auffangen. Diesen mit Orangenlikör erhitzen und die Gelatine/Agar-Agar darin lösen. Etwas von der Schokoladenmasse in die Orangen-Gelatine rühren und dann alles in die Schokoladen-Mascarpone-Masse geben und unterrühren.

Schlagsahne steif schlagen und vorsichtig unterheben. Im Kühlschrank ca. 2 Stunden fest werden lassen.

Für die Blätter die Kuvertüre schmelzen. Die Blätter mit einer Seite durchziehen und auf einem Brett (nicht im Kühlschrank!) fest werden lassen. Danach lassen sich die Blätter leicht von der Schokolade abziehen und haben ihren Abdruck hinterlassen.

Aus der Mousse Nocken stechen und auf einem Teller mit den Schokoblättern und Orangenfilets anrichten. Nach Belieben mit Orangenzesten verzieren.

### Vorbereitungszeit:

Ca. 30 Min. Ruhezeit: ca. 2 Std.