

Die kulinarische Klangreise Frühling

24. Mai 2014
Bielefeld, Jöllenbeck

Klang und Geschmack im Rhythmus der Jahreszeiten.

Schmeckt der Frühling grün? Klingt junges Gemüse frisch?

Brennesselbrot

Eingelegte Radieschen

Radieschenblätter-Pesto

Radieschendip

Spargel/Frischkäse/Aufstrich

Grüner Spargel/Kartoffel-Tortilla

Wildkräutertarte mit Ziegenkäse

Spargelsalat mit Rhabarber vinaigrette

Kohlrabi-Erdbeersalat

Rhabarber-Erdbeergrütze mit Schokosahne

Erdbeer-Tarteletts



Brennesselbrot

150 g Weizenmehl
150 g Dinkelvollkornmehl
1 TL Salz
1 TL Honig
1 Päckchen Trockenhefe
150 ml Wasser
1 TL weiche Butter
1 Zwiebel, fein gehackt
Butter
50 g junge Brennesselblätter
1 Prise Muskatnuss
Salz

Die Blätter mit kochendem Wasser überbrühen und 2 Minuten ziehen lassen.

Abgießen, trockenschleudern, grob durchhacken.

Die Zwiebel in etwas Butter glasig garen, die Brennesselblätter zugeben und ca.3 Minuten miteinander dünsten. Salzen, pfeffern und mit einer Prise Muskat würzen. Abkühlen lassen.

Aus Mehl, Hefe, Salz, Honig und Wasser einen Teig herstellen, die abgekühlte Brennesselmasse unterkneten und den Teig gehen lassen. Den aufgegangenen Teig zu einer Platte ausrollen und mit der zimmerwarmen Butter bestreichen. Dann die Butter mit dem Teig gut verkneten, er muss richtig glänzen, und einen Laib formen. Nochmals zugedeckt 15 Minuten gehen lassen.

Danach längs etwa 2 cm tief einschneiden.

Backofen 220 Grad, untere Schiene für 10 Minuten, dann die Hitze reduzieren auf 190 Grad für weitere 20-25 Minuten.

Das Brot ist gar, wenn der Boden beim Klopfen hohl klingt.

Radieschen, eingelegt

750 g Radieschen, ohne Blätter (siehe Pesto)
Saft und Zesten einer Zitrone
200 ml Weißweinessig
200 ml Wasser
1 Lorbeerblatt
2 EL Zucker
1 EL Salz

Wasser und Essig, mit den Gewürzen aufkochen. Die Radieschen zugeben und 5 Minuten köcheln. Radieschen rausnehmen und in sterile Schraubverschlussgläser füllen. Den Sud nochmal sprudelnd aufkochen und sofort die Radieschen damit übergießen und die Gläser auffüllen. Deckel schließen und 10 Minuten umgedreht abkühlen lassen.

Radieschenblätterpesto

Grün von 2 Bund Radieschen, gewaschen, grob vorgeschnitten
50 g angeröstete Sonnenblumenkerne
1 Knoblauchzehe, gehackt
Salz
Saft einer halben Zitrone
50 g geriebenen Hartkäse
150 ml Rapsöl

Alle Zutaten in einem Mixer oder mit dem Zauberstab pürieren. Wer es etwas lieblicher mag, kann noch Honig zugeben.

Alternativen sind zu Beispiel:

Feldsalat, Kohlrabiblätter, zarte Grünkohlblätter, Möhrengrün, Vogelmiere, Giersch, Rote Bete Blätter

Radieschendip

10 Radieschen, fein würfeln
1 säuerlicher Apfel, fein würfeln
1 Bund Schnittlauch, feine Röllchen
200 g Mayonnaise
200 g Schmand
3 EL glatte Petersilie, fein gehackt
1 Prise grobes Salz
Mayonnaise, möglichst selbstgemacht, mit dem Schmand verrühren. Alle anderen Zutaten behutsam unterziehen und abschmecken. Den Dip möglichst zeitnah herstellen, denn die Radieschen geben Wasser ab.

Rhabarber Curd

250 g geputzten Rhabarber, in 2 cm Stücke geschnitten
50 g brauner Zucker
1 EL Holunderblütensirup
50 g Butter
2 Eigelb

Den vorbereiteten Rhabarber mit dem Zucker bestreuen und 15 Minuten Saft ziehen lassen. Dann mit dem Holunderblütensirup aufkochen und unter Rühren den Rhabarber zerkochen lassen. Pürieren und eventuell nachsüßen. 50 g Butter zugeben, schmelzen lassen. Die Masse muss nun abkühlen. Erst dann werden die 2 Eigelb zugegeben und alles wieder langsam erwärmt. Fleißig rühren, die Masse darf nicht ansetzen, muss aber eine dicke Konsistenz bekommen. Nicht köcheln, das Eigelb gerinnt sonst. Curd in ein Schraubglas füllen und im Kühlschrank aufbewahren. Maximal 3 Tage!!

Spargelsalat mit Rhabarber-Vinaigrette

500 g grüner Spargel, unteres Drittel schälen
500 g weißer Spargel, ganz schälen
1 Pr Salz
1 Pr Zucker

VINAIGRETTE

2 St Rhabarber, putzen, in kleine Stücke schneiden
4 EL Honig
1 Frühlingszwiebel, feine Ringe
Schalenabrieb von 1 Orange
Saft von 2 Orangen
1 Ei Himbeeressig
8 g Ingwer, fein gehackt
1 kl rote Chilischote, entkernt, gehackt
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
1/2 TL Fenchelsamen, gemörsert
1/2 TL grobes Meersalz
1/2 TL Pfeffer
3 EL Rapsöl

Die Rhabarberstücke mit 2 Ei Honig Saft ziehen lassen. Orangensaft mit der Hälfte des Rhabarbers aufkochen. Knoblauch, Ingwer und Chili zugeben und köcheln, bis die Flüssigkeit auf die Hälfte reduziert ist und der Rhabarber zerfallen ist.

Restlichen Rhabarber, Orangenschale, Frühlingszwiebel, Essig, Öl und Gewürze zufügen, alles verrühren, ziehen lassen.

Die beiden Spargelsorten in ein wenig, mit Salz und Zucker gewürztem Wasser, knapp gar kochen. Den Spargel herausnehmen, den Sud auf die Hälfte einkochen lassen und zur Vinaigrette geben.

Den Spargel auf einer Platte anrichten und mit der Vinaigrette zusammen anrichten.

Erdbeer-Kohlrabi-Salat

2 kl Kohlrabi, in dünne Scheiben gehobelt
1 rote Chili, entkernt, dünne Ringe
3 Frühlingszwiebeln, feine Ringe
600 g Erdbeeren, halbiert oder geviertelt
Saft von 2 Orangen
Salz
Pfeffer
2 TL brauner Zucker
6 TL weißer Balsamico
Blätter von 1 Bund Basilikum

Den Chili, wer es schärfer mag, die Kerne nicht entfernen, mit Zucker, Salz, Pfeffer, Orangensaft und Essig verrühren. Die Kohlrabischeiben mit der Marinade vermengen und ziehen lassen. Zeitnah die Frühlingszwiebelringe, die Erdbeeren und Basilikumblätter unterheben. Die Erdbeeren verändern, durch den Essig, sehr schnell die Farbe. Daher die Erdbeeren erst kurz vorm Servieren dazu geben.

Erbsen-Lauchzwiebeltarte mit Ziegenkäse

250 g Mehl
1 Bd Kräuter, nach Belieben, z.B. Schnittlauch, Kerbel, Petersilie
125 g Butter
5 Eier
150 g Ziegenfrischkäse
200 ml Milch
Pfeffer
1 Bd Lauchzwiebeln, in feinen Ringe schneiden
180 g Erbsen TK
150 g Ziegenkäserolle
2 Radieschen, in feine Scheiben geschnitten
Mehl und Butter für die Form
Hülsenfrüchte zum Blindbacken

Mehl, Butter, 1 Ei, 1/2 TL Salz und 1-2 EL kaltes Wasser zu einem Teig verarbeiten. In Folie wickeln und mindestens 1 Stunde kühlen.

Die Hälfte der Kräuter grob hacken und mit dem Frischkäse, 4 Eiern und der Milch pürieren. Salzen und pfeffern.

Backofen 200 Grad. Tarteform ausfetten und mehlieren. Teig ausrollen und die Form damit auskleiden. Einen Rand hochziehen. Den Teigboden mit einer Gabel mehrmals einstechen.

Backpapier auf den Teig legen und Hülsenfrüchte einfüllen. Auf der mittleren Schiene 15 Minuten backen. Hülsenfrüchte und Backpapier entfernen und weitere 10 Minuten backen. Erbsen und Frühlingzwiebelringe auf dem Tarteboden verteilen. Die Eiermilch darübergießen. Ziegenweickäse zerbröckeln und auf die Tarte streuen.

30-40 Minuten auf der 2. Schiene von unten fertig backen.

In der Zwischenzeit die andere Hälfte der Kräuter grob zerkleinern, eventuell noch mit anderen Kräutern z.B. Vogelmilch ergänzen. Diese dann mit den Radieschenscheiben vermengen und auf der Tarte anrichten. Etwas grobes Meersalz und ein paar Tropfen Öl runden das Gericht ab.

Kartoffel-Spargel-Tortilla

1 kg Kartoffeln, am Vortag gekocht
500 g grüner Spargel, untere Enden geschält
Tomatenöl
5 Eier
1 EL Speisestärke
Salz
Pfeffer
Chiliflocken

Die Pellkartoffeln in feine Scheiben schneiden und in einer Pfanne, ohne Fett, in kleinen Portionen, anbraten.

Spargel in Stücke schneiden und in etwas Tomatenöl anbraten. Der Spargel soll ruhig Farbe annehmen, mit einer Prise Zucker karamelisieren.

Kartoffeln und Spargel in eine gefettete Auflaufform geben. Eier verschlagen, die Speisestärke mit kaltem Wasser glattrühren, zu der Eiermasse geben, salzen und pfeffern. Die Eiermilch in die Form gießen.

Backofen 180 Grad, mittlere Schiene 20 Minuten backen.

Vor dem Servieren mit Chiliflocken bestreuen.

Rhabarber-Erdbeer-Grütze mit Schoko-Sahne

SCHOKOSAHNE

110 g Zartbitterkuvertüre, gehackt
375 ml Sahne

GRÜTZE

750 g Erdbeeren, geputzt
30 g frischer Ingwer, in dicke Scheiben schneiden
50 g Puderzucker
250 ml Rhabarbersaft
1 TL Orangenabrieb
3 EL Orangensaft
300 g Rhabarber, in 2 cm Stücke schneiden
20 g Speisestärke

Die Kuvertüre schmelzen. Die Sahne aufkochen, vom Herd ziehen und die flüssige Kuvertüre einrühren. Kurz mit dem Zauberstab pürieren, sodass eine völlig glatte Masse entsteht. Abkühlen lassen und abgedeckt über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Die Masse wird dann mit einem Handrührgerät wie Schlagsahne langsam steif geschlagen.

300 g der Erdbeeren halbieren. Restliche Erdbeeren beiseite stellen.

Puderzucker karamelisieren, mit Rhabarbersaft ablöschen, halbierte Erdbeeren, Ingwer, Orangenabrieb- und Saft zugeben, einmal aufkochen und abgedeckt 5 Minuten köcheln lassen.

Diese Masse durch ein Sieb streichen, nochmals unter Rühren aufkochen, die Speisestärke einrühren, die Rhabarberstücke zugeben, 5-7 Minuten köcheln.

Die Stücke sollen nicht zerfallen.

Restliche Erdbeeren in Scheiben schneiden und untermischen. Grütze in eine Schüssel füllen und abkühlen lassen.

Erdbeer-Tartelettes

Mürbeteig (für ca. 72 Mini-Tartelettes)

130 g Zucker
130 g Butter
1 Eigelb
2 Prisen Salz
330 g Mehl
1 Msp Backpulver
1 EL Milch

Zucker mit der Butter zu einem glatten Teig verarbeiten. Eigelb und Salz dazu. Das Mehl mit dem Backpulver mischen und mit der Milch zügig unterkneten. Ist der Teig zu krümelig, noch etwas Milch unterkneten.

Teig 30 Min in Frischhaltefolie gewickelt im Kühlschrank ruhen lassen.

Teig zwischen zwei aufgeschnittenen Gefrierbeuteln ca. 3mm dick ausrollen. Kreise von ca. 5-6 cm ausstechen und die Mulden eines Minimuffinbleches damit auskleiden. In jede Teigmulde ein Papierförmchen legen und Reis oder getrocknete Erbsen geben. Die Mürbeteig-Tartelettes im vorgeheizten Ofen (160°C Umluft) ca. 12 Minuten blindbacken. Kurz abkühlen lassen in der Form, dann herausnehmen und vollständig auf einem Kuchengitter abkühlen lassen (die Tartelette-Böden können einige Tage luftdicht verschlossen aufbewahrt werden).

Vanillecreme

250 ml Milch
50 g Zucker
Mark von einer 1/2 Vanilleschote
2 Eigelbe
20 g Stärke
50 g weiße Schokolade, geschmolzen
250 ml Sahne, steif geschlagen

Milch und ca. 20 g des Zuckers mit dem Mark und der ausgekratzten Vanilleschote in einem kleinen Topf aufkochen. 10 Minuten abgedeckt ziehen lassen. In einer Schüssel das Eigelb mit der Stärke und dem restlichen Zucker gut vermischen. Die Vanillemilch langsam unterrühren und alles gut vermischen. Anschließend das Ganze zurück in den Topf geben und unter ständigem Rühren bei mittlerer Temperatur aufkochen. Wenn die Creme Blasen schlägt, noch etwa 2 Minuten unter ständigem Rühren köcheln lassen. Die geschmolzene Schokolade unterrühren. Mit Folie abdecken und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen. Die Vanilleschote entfernen und die geschlagene Sahne in 2 Etappen unterheben.

Kurz vor dem Servieren die Vanillecreme in einen Spritzbeutel/ Gefrierbeutel geben und die Mürbeteigböden damit zu ca. 2/3 füllen.

Mittelgroße Erdbeeren, gewaschen und vom Stielansatz befreit (große Erdbeeren halbieren). Die geputzten Erdbeeren auf die Creme setzen. Die Törtchen mit Puderzucker bestreut servieren.

Bon Appetit!