

# Title: "Aachener Printen" (mit Pottasche)

Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Honig,  
65 g Butter,  
65 g brauner Zucker,  
375 g Mehl,  
je 1/2 TL Nelken-,  
-Koriander- und  
-Kardamompulver,  
1 ts Zimt,  
50 g gehacktes Zitronat,  
7 g Pottasche,  
Wasser,  
zerstossener brauner  
-Kandiszucker

Honig, Butter und Zucker in einem Topf erwärmen, auflösen und etwas abkühlen lassen. Das Mehl und die Gewürze in eine Schüssel geben, Zitronat hinzufügen und mit der Honig-Butter-Mischung verrühren. Die Pottasche in wenig Wasser auflösen und gut unter den Teig kneten. Anschließend den Teig 2 Stunden kalt stellen.

Dann den Teig auf der mit zerstoßenem Kandiszucker bestreuten Arbeitsfläche ausrollen und in Streifen von 8 cm Länge und 3 cm Breite schneiden; diese auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen.

Die Teigstücke dünn mit kaltem Wasser bestreichen. Im vorgeheizten Backofen, zweite Schiene von unten, bei 180 Grad etwa 15 bis 18 Minuten backen.

In einer Weissblechdose sind die "Aachener Printen" ca. 4 Wochen haltbar.

:Stichworte : Gebäck, Pottasche, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wußte  
: : Pottasche, Hirschhornsalz, Honigteig  
: : Folge 159, vom 03.November 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

# "Backesgrumbeere" (Bratkartoffeln mit Speck)

Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte

Yield: 1 Keine Angabe

1 1/2 kg rohe Kartoffeln,  
4 Zwiebeln,  
Butterfett zum Anbraten,  
750 g gesalzenes oder  
-geräuchertes Bau  
Salz,  
Pfeffer,  
Majoran,  
Sauerrahm

Kartoffeln und Zwiebeln schaelen und in Scheiben schneiden. Beides getrennt in Butterfett anbraten. Das Fleisch in Wuerfel schneiden. In einen Braeter schichtweise Kartoffeln, Zwiebeln und Fleischwuerfel schichten und jede Schicht mit Salz, Pfeffer und Majoran wuerzen. Eine Tasse Wasser ueber die Schichten giessen und mit 2 bis 3 Bechern Sauerrahm bedecken. Zugedeckt bei ca. 175 Grad 2 bis 2 1/2 Stunden langsam garen. In der letzten halben Stunde den Deckel abnehmen, damit das Gericht knusprig wird.

:Stichworte : Kartoffel, Pfalz, Pfannengericht  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Pfalz  
: : Folge 241, vom 08. Oktober 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

# "Bärglerfleisch" (Rindsgeschnetzeltes)

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 1 Keine Angabe

- 1 kg saftiges Rindfleisch  
-(Nierstück oder Hohe
- 1 Hand voll Speckwürfel,  
Salz,  
Pfeffer,
- 1 Zwiebel,
- 1/2 pk Weinessig oder  
-Balsamicoessig,  
Butter,
- 1 ts Stärkemehl

Speckwürfel in einer Pfanne glasig werden lassen. Das Fleisch in fingerdicke Streifen schneiden und zusammen mit den gehackten Zwiebeln im Fett der Speckwürfel anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und so lange weiterrosten bis das Fleisch Farbe hat. Mit 3 bis 4 Schoepfloeffel warmem Wasser und dem Essig ablösen und das Ganze 2 Stunden kochen lassen.

Dann das Kartoffelmehl mit Butter vermischen (Mehlbuttermilch), in das Bärglerfleisch geben und weitere 15 Minuten kochen lassen.

Das Fleisch auf einer tiefen Platte anrichten und die durch ein Sieb gestrichene Sauce darüber geben.

:Stichworte : Bern, Fleisch, Rind, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Berner Oberland  
: : Folge 219, vom 12. September 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

Title: "Basler Leckerli" (aus Honigteig)

Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen

Yield: 1 Keine Angabe

400 g Bienenhonig,  
200 g Zucker,  
200 g Mandeln,  
80 g Orangeat,  
80 g Zitronat,  
15 g Zimt,  
3 g Nelkenpulver,  
1/2 Muskatnuss,  
abgeriebene Schale einer  
-Zitrone,  
260 g Mehl,  
2 tb Kirschwasser

-----Glasure:-----

50 g Puderzucker,  
50 ml Wasser

Honig in einem grossen Kochtopf aufkochen. Zucker zugeben und 3 Minuten koecheln lassen. Nach und nach folgende Zutaten unterruehren: grob gehackte Mandeln, fein gehacktes Orangeat, fein gehacktes Zitronat, Zimt- und Nelkenpulver, geriebene Muskatnuss, abgeriebene Zitronenschale.

Kochtopf vom Feuer nehmen. Masse etwas abkuehlen lassen. Den Teig in eine Schuessel geben. Einen passenden, gut sitzenden Deckel bereithalten. Kirschwasser ueber den Teig giessen, anzuenden, sofort Deckel darauf legen und abloeschen. Mehl darueber sieben. Zuerst im Kochtopf mit dem Kochloeffel, dann auf einer trockenen Arbeitsflaeche von Hand gut durchkneten. Teig in die Schuessel zuruecklegen. Mit einem Tuch bedecken und 1 Stunde ruhen lassen. Backofen auf 180 Grad vorheizen. Zwei Kuchenbleche gut mit Mehl (durch ein Haarsieb) bestaeuben. Den Teig in zwei Haelften teilen, 4 mm dick auswallen und in 4 x 6 cm grosse Stuecke schneiden. Diese dicht an dicht auf die Bleche legen. 20 Minuten backen. Das an den Leckerli haftende Mehl abbuersten.

Glasure: Puderzucker sieben, mit Wasser aufkochen. Die noch warmen Leckerli mit dieser Glasure bestreichen. Ueber Nacht auf einem Gitter auskuehlen und trocknen lassen.

:Stichworte : Gebäck, Honig, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wußte  
: : Pottasche, Hirschhornsalz, Honigteig  
: : Folge 159, vom 03.November 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

Title: "Berner Leckerli" (aus Honigteig)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

350 g Bienenhonig,  
250 Zucker,  
20 g Zimt,  
abgeriebene Schale von 2  
-Zitronen,  
3 tb Kirschwasser,  
450 g Weizenmehl (Typ 1050)

MMMMM-----Glaser:-----  
60 g Puderzucker,  
3 tb Wasser

Bienenhonig in einem Topf warm werden lassen. Zucker, Zimt, abgeriebene Zitronenschalen und Kirschwasser dazuruehren. Mehl nach und nach darueber sieben. Immer wieder vermengen. Den Teig auskuehlen lassen, dann auf eine trockene Arbeitsflaeche geben und von Hand gut durchkneten. Den Teig in zwei Haelften teilen. Diese 5 mm dick auswallen, in Rechtecke von 3 x 4 cm schneiden. Mit etwas Abstand auf zwei mit Backpapier ausgelegte Kuchenbleche legen. 20 Minuten backen.

Glaser: Puderzucker sieben und mit Wasser vermengen. Die Leckerli noch warm mit dieser Glaser bestreichen. Auf einem Gitter auskuehlen lassen.

In einer Weissblechdose sind die "Berner Leckerli" 4 Wochen haltbar.

:Stichworte : Gebäck, Honig, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wußte  
: : Pottasche, Hirschhornsalz, Honigteig  
: : Folge 159, vom 03.November 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Bibeliskäs" (angemachter Quark)  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Magerquark,  
1/2 l Sahne (steif geschlagen),  
1 Zwiebel (fein gehackt),  
1 bn Schnittlauch (fein gehackt),  
Salz,  
Pfeffer

Den Quark durch ein Haarsieb streichen, dadurch wird er locker. Die geschlagene Sahne darunter heben. Die Zwiebel und den Schnittlauch dazumischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anstatt Schnittlauch koennen auch andere gruene Kraeuter wie Kerbel, Liebstoeckel oder Borretsch verwendet werden.

:Stichworte : Kräuter, Quark  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Kochen wie im südlichen Schwarzwald I  
: : Folge 104, vom 09. März 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Biedermeier-Kaffee"  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

1 schwarzer Kaffee,  
Zucker,  
"Schlagobers" (Schlagsahne),  
Biedermeierlikör (resp.  
-Eierlikör und  
-Marillenextrak

Kleinen, starken, schwarzen Kaffee, evtl. etwas gesuesst, in eine Schale (mit doppeltem Volumen) geben.

Schlagobershaube und darueber Biedermeierlikoer. Wenn Sie keinen Biedermeierlikoer (im oesterreichischen Einzelhandel erhaeltlich) haben, koennen sie ihn folgendermassen herstellen: Eierlikoer mit Marillenextrakt abschmecken.

Der Erfinder des Biedermeier-Kaffees ist uebrigens Kommerzialrat Gert Geiersdorfer.

:Stichworte : Kaffee  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kaffee  
: : Folge vom 10. März 1989  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Bierewecke" aus dem Schwarzwald  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

750 g getrocknete Birnenschnitze,  
500 g getrocknete Zwetschgen,  
300 g Zucker,  
1 1/2 kg Roggenmehl,  
20 g Hefe,  
1/4 l Wasser,  
1 tb Zucker,  
1 tb Salz,  
125 g Korinthen,  
125 g Sultaninen,  
250 g Walnusskerne (gehackt),  
40 g Zitronat (in Würfelchen  
-geschnitten),  
40 g Orangeat (in Würfelchen  
-geschnitten),  
1 1/2 ts Zimtpulver,  
1 ts Nelkenpulver,  
1/8 l Kirschwasser

Am Vortag die Birnenschnitze und die Zwetschgen waschen und in 1 1/2 l Wasser ueber Nacht einweichen. Am naechsten Tag die Birnen und Zwetschgen mit 300 g Zucker aufkochen und in ein Sieb geben. Die Bruehe auffangen und die Fruechte klein schneiden.

Das Roggenmehl in eine ausreichend grosse Schuessel geben und eine Vertiefung in das Mehl druecken. Darin mit der Hefe, etwas Zucker und etwas von der Bruehe einen Vorteig anruehren. Wenn der Vorteig Blasen geworfen hat, mit dem Mehl und etwa 400 ml Bruehe zu einem Brotteig verarbeiten, der etwa eine 3/4 Stunde geknetet werden muss. Ist der Teig zu fest, noch etwas Bruehe dazugeben. Etwas Bruehe zum Bestreichen uebrig lassen.

Dann kommen die klein geschnittenen Birnenschnitze und Zwetschgen, die Korinthen und die Sultaninen, die gehackten Nusskerne, das wuerfelig geschnittene Zitronat und Orangeat, Zimt- und Nelkenpulver, Kirschwasser und Salz hinzu. Nachdem alles gut durchgearbeitet ist, so dass die Zutaten moeglichst gleichmaessig im Teig verteilt sind, mit nassen Haenden fuenf laengliche Laibe formen und auf ein mit Mehl bestaebtes Brett setzen. Ueber Nacht ruhen lassen.

Am naechsten Tag in dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 1 1/2 Stunden backen. Bevor die Laibe in den Ofen kommen und nochmals 5 Minuten vor dem Herausnehmen werden sie mit dem Rest der Bruehe bestrichen, so dass sie eine dunkle, glaenzende Farbe bekommen.

:Stichworte : Birne, Brot, Hutzelmilch  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Hutzelmilch  
: : Folge 245, vom 03. Dezember 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Blancmanger"(Mandel-Milch-Dessert)  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

700 ml Sahne,  
250 g geschälte Mandeln,  
125 g Grießzucker,  
Bittermandel-Essenz,  
12 g weiße Gelatine

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Mandeln fein mahlen, mit dem Zucker und der Sahne aufs Feuer setzen und unter Ruehren langsam zum Sieden bringen. Vom Feuer nehmen. Die Gelatine in der heissen Fluessigkeit auflösen.

Einige Tropfen Bittermandel-Essenz zugeben, erkalten lassen. Mandelsahne durch ein Sieb in die mit kaltem Wasser ausgespuelte Form passieren. Zum Festwerden einige Stunden in den Kuehlschrank stellen. Auf eine Platte gestuerzt, anrichten.

:Stichworte : Dessert, Mandel, Milch, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Basel  
: : Folge 214, vom 16. Mai 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Bollito misto"  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 6 Personen

1 Schweinsfuß,  
4 l Wasser,  
1 tb Salz,  
1 Zwiebel (gewaschen und mit  
-äußerer Schale), besteckt  
-mit  
1 Lorbeerblatt und  
2 Nelken,  
1 kg Rindfleisch zum Sieden,  
1 Suppenhuhn mit Magen, Hals  
-und Füßen,  
1 Rinds- oder Kalbszunge,  
4 Karotten (gewaschen und  
-geschält),  
4 Rippen Bleichsellerie  
-(gewaschen) oder  
1/2 Sellerieknolle (gewaschen,  
-geschält, halbiert),  
1 Wirsing (gewaschen,  
-halbiert)

Den Schweinsfuss mit einer Stricknadel ueberall einstechen, in kochendes Wasser legen und 1 Stunde koecheln lassen. Wasser abschuetten. Frisches Wasser aufsetzen und salzen. Das Salzwasser mit der besteckten Zwiebel aufkochen, Rindfleisch, Schweinsfuss und Suppenhuhn beigeben. 40 Minuten kochen.

Dann die Zunge dazugeben. Nach 1 1/2 Stunden Kochzeit das Gemuese beifuegen, weitere 30 Minuten kochen lassen. Gesamte Kochzeit 2 bis 2 1/2 Stunden. Von Zeit zu Zeit abschaeumen. Die Bruehe abseihen (sie kann ueberall dort verwenden werden, wo Fleischbruehe benoetigt wird). Die Zunge wird von der Haut befreit, die von der Spitze her abgezogen und in Tranchen geschnitten wird. Das Suppenhuhn in 8 Stuecke teilen, das Rindfleisch ebenfalls in Tranchen schneiden. Dazu Pellkartoffeln servieren.

:Stichworte : Eintopf  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Eintöpfe  
: : Folge vom 12. Januar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Brösler" (Kartoffelspezialität)  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg mehlig kochende Kartoffeln  
-(am Vortag gekocht),  
Mehl,



Salz,  
Butterschmalz

Die geschaelten Kartoffeln ueber das "Broesler"-Gitter reiben oder wenn man dieses Gitter nicht hat, die Kartoffeln in ca. 1 cm grosse Wuerfelchen schneiden. Diese salzen, mit Mehl bestaeuben, so dass die Wuerfel ganz vom Mehl umhuellet sind.

In einer gusseisernen Pfanne 1 Essloeffel Butterschmalz heiss werden lassen und darin so viel "Broesler" anbraten wie auf einmal moeglich ist. Die angeroesteten "Broesler" in eine Kasserolle geben und diese fuer ca. 1 Stunde in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen stellen. Dabei die "Broesler" immer wieder wenden.

:Stichworte : Bayern, Beilage, Kartoffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Oberpfalz  
: : Folge 236, vom 04. Juni 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Brösmeli-Kuchen" (Kuchen aus altbackenem Brot)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

8 Eigelb,  
250 g Zucker,  
250 g Paniermehl (am besten von  
-dunklem Mischbrot),  
125 g geriebene Mandeln,  
1 ts Zimt,  
50 g Zitronat,  
1 Zitrone, abgeriebene Schale  
-von  
8 steif geschlagene Eiweiß,  
200 ml Malaga-Wein  
(für Kinder:  
100 ml Himbeersirup mit  
100 ml Wasser verdünnt)

MMMMM-----Für die Form:-----

etwas Butter,  
1 tb Paniermehl, ca.

Eigelb und Zucker schaumig rühren. Die restlichen Zutaten (ausser Malaga oder Sirup) beifuegen. In eine mit Butter bestrichene und mit Paniermehl bestreute Springform geben, 45 Minuten bei Mittelhitze (150 Grad) backen. Kuchen aus der Springform nehmen und auf ein Kuchengitter stuerzen, so dass sich das Gittermuster in die Oberflaeche des Kuchens drueckt. Dann den Kuchen auf eine Tortenplatte umdrehen und mit dem Malaga bzw. Himbeersirup begiessen.

:Stichworte : Brot, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Trockenenes Brot  
: : Folge 230 vom 27. Februar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Brunsli"  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Eiweiss,  
1 tb Kirschwasser oder Wasser,  
1/2 ts Zimt,  
1/4 ts Nelkenpulver,  
500 g Mandeln, geriebene  
100 g Blockschokolade, fein  
-geriebene  
350 g Zucker

Eiweiss in einer Schuessel mit einer Gabel leicht schlagen.  
Kirschwasser, Zimt und Nelkenpulver dazugeben.  
Mandeln, Blockschokolade und Zucker zufuegen. Alles von Hand rasch zu  
einem Teig kneten. Eventuell noch etwas Zucker beigeben. Mit einem  
Teller bedeckt 1 Stunde kalt stellen. Elektro-Ofen auf 125 Grad,  
Umluft-Ofen auf 100 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 1 vorheizen. Zwei  
Kuchenbleche mit Backpapier belegen. Den Teig auf Zucker gut 1 cm dick  
auswallen. Mit einem immer wieder in Zucker getauchten Foermchen  
ausstechen. Mit der Zuckerseite nach oben auf das Blech legen. 15  
Minuten backen. Die "Brunsli" muessen in der Mitte noch weich sein. Auf  
einem Gitter auskuehlen lassen. In einer Weissblechdose aufbewahrt sind  
"Brunsli" 4 Wochen haltbar.

:Stichworte : Plätzchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Grossmutter's Lieblingsplätzle  
: : Folge 183, vom 07. Dezember 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Buebeschpitzle" (Kartoffelnudeln)  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg frisch gekochte Kartoffeln,  
2 Eier,  
100 g Mehl,  
Salz,  
Muskatnuss,  
Butterfett,  
Semmelbrösel nach Belieben

Die frisch gekochten Kartoffeln so heiss wie moeglich schaelen und  
durch eine Kartoffelpresse druecken. Mit den uebrigen Zutaten auf einem  
Nudelbrett zu einem Teig verarbeiten, aus dem man etwa 10 cm lange,  
fingerdicke Buebeschpitzle rollt. Sie werden kurz vor dem Servieren in  
heissem Butterfett 6 bis 8 Minuten braun gebraten.

Man kann aber die Buebeschpitzle auch mit weniger Fett zubereiten,  
indem man sie in kochendes Salzwasser gibt, was im Hinblick auf die  
grassierende Angst vor dem Dickwerden empfehlenswert ist. Nachdem sie

abgekuehlt sind, in heissem Butterfett goldbraun backen oder auch einfach mit in Butter geroesteten Semmelbroeseln abschmaelzen.

:Stichworte : Baden, Beilage, Kartoffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im südlichen Schwarzwald II  
: : Folge 105 vom 23. März 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Buttergebackenes" mit Haselnussmakronen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Butter,  
500 g Mehl,  
4 tb Zucker, grosse  
1 Ei,  
3 tb Weisswein,  
1 Eigelb (zum Bestreichen)

MMMMM-----für die Haselnussmakronen:-----

125 g geriebene Haselnüsse,  
125 g Zucker,  
1 Vanillezucker,  
2 Eiweiss

Die weiche Butter schaumig ruehren und mit dem Mehl vermischen. Dann Zucker, Ei und Weisswein zugeben und zu einem festen Teig verarbeiten, mindestens 1 Stunde kalt stellen. Teig etwa 1/2 cm dick ausrollen. Dann mit Foermchen Figuren ausstechen und auf ein gut eingefettetes oder mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Den steifen Eischnee mit dem Zucker gut verruehren. Dann Haselnuesse dazugeben und alles gut mischen. Mit einem Teeloeffel Haeufchen auf die mit Eigelb bestrichenen Plaetzchen setzen und bei mittlerer Hitze (175 Grad) ca. 12 Minuten backen.

:Stichworte : Plätzchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Grossmutter's Lieblingsplätzle  
: : Folge 183, vom 07. Dezember 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Buttergebackenes" nach Werner O. Feisst  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Butter,  
500 g Mehl,  
4 tb Zucker, grosse  
1 Ei,  
3 tb Weisswein,  
1 Eigelb (zum Bestreichen)

Die weiche Butter schaumig ruehren und mit dem Mehl vermischen. Dann Zucker, Ei und Weisswein zugeben und zu einem festen Teig verarbeiten,

mindestens 1 Stunde kalt stellen. Teig etwa 1/2 cm dick ausrollen. Dann mit Foermchen Figuren ausstechen und auf ein gut eingefettetes oder mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Die Plaetzchen mit Eigelb bestreichen und bei mittlerer Hitze (175 Grad) im vorgeheizten Backofen etwa 10 Minuten backen.

Mutter Feisst hat auf das "Buttergebackene" Haselnussmakronen gesetzt.

:Stichworte : Plätzchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Grossmutter's Lieblingsplätzle  
: : Folge 183, vom 07. Dezember 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Capunet"

Categories: Mehlspeisen, Nudeln

Yield: 1 Keine Angabe

500 g Spinat,  
4 tb Paniermehl,  
1 sm Zwiebel (fein gehackt),  
1 tb Schnittlauch (fein  
-geschnitten),  
2 Minzeblätter (gehackt),  
Muskatnuss,  
2 Eier,  
300 g Mehl, ca.  
Salz,  
3 l Salzwasser

MMMMM-----zum Anrichten:-----

100 g Sbrinz (gerieben),  
3 tb Butter,  
1 Knoblauchzehe (gehackt)

Spinat kochen und hacken. Paniermehl, Zwiebel, Schnittlauch, Minze, Muskatnuss und Eier beifuegen und gut vermischen. Mehl und etwas Salz gut untermengen. Der Teig sollte dick sein.

Das Salzwasser aufkochen und den mit einem Teeloeffel abgestochenen Teig im Salzwasser garen. Wenn die Capunet an die Oberflaeche steigen, sind sie fertig, mit dem Schaumloeffel herausnehmen, abtropfen lassen und auf einer Platte warm stellen.

Zum Anrichten den Reibkaese zwischen die Capunet streuen. Butter heiss werden lassen, Knoblauch dazugeben und ueber die angerichteten Capunet verteilen.

:Stichworte : Kräuter, Mehlspeise, Spinat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Alpenkräuter  
: : Folge 260, vom 12. August 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Carbonara-Sauce" (Spaghettisauce)  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

100 g Butter,  
1 Zwiebel (sehr fein  
-geschnitten),  
100 g Schinken, roher (sehr fein  
-geschnitten),  
1/2 pk Weißwein, trockener (z.B.  
-Frascati),  
4 Eier,  
100 g Parmesan-Käse, geriebener  
Salz,  
Pfeffer

Die Zwiebel und den Schinken in Butter bis zu einer leichten Braeunung  
duensten. Mit Wein abloeschen und ein wenig einkochen lassen. Topf vom  
Feuer nehmen. In einer Schuessel die Eier verquirlen und den Parmesan-  
Kaese darunter mischen. Diese Mischung zu der abgekuehlten Zwiebel-  
Schinken-Masse geben, mit einem Holzloeffel alles gut vermischen,  
eventuell mit Salz und Pfeffer abschmecken und ueber die heissen  
Spaghetti geben.

:Stichworte : Butter, Nudel, Sauce, Spaghetti  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Butter  
: : Folge 232, vom 26. März 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Cassata" (Italienische Eistorte)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 runder Biskuitboden von ca.  
-20 cm Durchmesser und 2 cm  
-Höhe,  
50 g dunkle Schokolade, evtl.  
-mehr  
50 g gemischte kandierte  
-Früchte, evtl. mehr  
450 g Ricotta-Käse (italienischer  
-Frischkäse aus Kuhmolke),  
220 g Puderzucker,  
5 tb Rum

Eine halbkugelfoermige Schuessel von ca. 15 cm Durchmesser und ca. 8 cm  
Hoehe mit einem grossen Stueck Aluminiumfolie auskleiden. Gut gegen den  
Boden und die Waende druecken, um die Falten zu glaetten. Den  
Biskuitboden horizontal in zwei Haelften teilen. Die umgestuelpte Form  
auf die eine Haelfte legen. Mit der Spitze des Kuechenmessers den Rand  
entlang fahren und auf diese Weise einen Deckel ausschneiden, der  
spaeter zum Abschluss des Desserts verwendet wird. Aus der Mitte der

zweiten Haelfte eine runde Scheibe ausschneiden, die auf den Boden der Form passt. In die Form legen. Den verbliebenen Rand in 4 - 5 cm grosse Stuecke schneiden und damit die Waende der Form auskleiden.

Die Schokolade in kleine Splitter und die kandierten Fruechte in kleine Stuecke schneiden. Ricotta-Kaese, Puderzucker und Rum in eine Schuessel geben und mit dem Kochloeffel vermischen bis eine glatte, cremige Masse entstanden ist. Die Schokoladensplitter und kandierten Fruechte beifuegen und gut vermischen. Die Masse in die ausgekleidete Form giessen und die Oberflaeche glattstreichen. Mit der vorbereiteten Biskuitscheibe zudecken. Die Form mit einem Deckel oder Alufolie schliessen. Fuer mindestens 5 Stunden in den Kuehlschrank stellen. Zum Servieren den Deckel der Form abheben und die Cassata auf eine runde Platte stuerzen. Sorgfaeltig die Aluminiumfolie abziehen.

:Stichworte : Eis, Festliches, Menü, Torte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Festliches Menü 1997  
: : Folge 182, vom 23. November 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Chandertaler Louchgratin" (Lauchgratin)

Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins

Yield: 1 Keine Angabe

50 g Butter,  
1 gehackte Zwiebel,  
100 g Speckstreifen,  
100 g Schinkenwürfel,  
500 g Lauch,  
500 g Kartoffeln,  
100 ml Weißwein,  
300 ml Bouillon,  
Salz,  
Pfeffer

MMMMM-----Für die Sauce:-----

30 g Butter,  
40 g Mehl,  
400 ml Milch,  
Lauchsud,  
100 ml Rahm,  
100 g geriebener Käse,  
Salz,  
Muskat

Die gewaschenen Lauchstaengel in grobe Stuecke schneiden. Die Butter erhitzen und darin Zwiebel, Speck und Schinken anziehen lassen. Lauch dazugeben, mit Weisswein und Bouillon auffuellen, wuerzen und weich kochen.

Die Kartoffel schaelen und in Wuerfel schneiden. Diese in Salzwasser weich kochen und abschuetten. Lauch ebenfalls abschuetten und den Sud beiseite stellen.

Fuer die Sauce Butter erhitzen und Mehl darin anschwitzen. Lauchsud und Milch beifuegen, unter tuechtigem Ruehren zum Kochen bringen, Rahm beifuegen, abschmecken. Lauch und Kartoffeln sowie die Haelfte des Kaeses in die Sauce geben, vorsichtig mischen und in eine Gratinform

fuellen. Den restlichen Kaese darauf streuen und bei 200 Grad im Ofen gratinieren.

:Stichworte : Bern, Gratin, Lauch, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Berner Oberland  
: : Folge 219, vom 12. September 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Chloschterläckerli"-Klosterleckerli (aus Honigteig, mit  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

Pottasche)  
500 g Bienenhonig,  
115 g Zucker,  
1 ts Zimt,  
etwas Muskatnuss,  
3 Eigelb,  
abgeriebene Schale einer  
-Zitrone,  
500 g Mehl (Typ 1050),  
12 g Pottasche,  
1 tb Wasser

MMMMM-----Glasur:-----

100 g Puderzucker,  
2 tb Wasser

Bienenhonig erwaermen, aber nicht heiss werden lassen. Zucker, Zimt, Muskatnuss, Eigelb und abgeriebene Zitronenschale dazugeben. Mehl darueber sieben.

Pottasche mit Wasser auflösen. Zum Teig geben. Alles von Hand gut durchkneten. Mit einem feuchten Tuch bedecken und an einem warmen Ort 2 Stunden aufgehen lassen. Ueber Nacht in den Keller stellen. Den Teig 1 cm dick auswallen. In rechteckige Stuecke von 3 x 4 cm schneiden. Mit Abstand auf zwei mit Backpapier ausgelegte Kuchenbleche legen. In dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 12 Minuten goldbraun backen.

Glasur: Puderzucker sieben, mit Wasser vermengen. Damit die Leckerli bestreichen, solange sie noch warm sind. Auf einem Gitter auskuehlen lassen.

In einer Weissblechdose sind die "Chloschterlaeckerli" monatelang haltbar.

:Stichworte : Gebäck, Honig, Pottasche, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wußte  
: : Pottasche, Hirschhornsalz, Honigteig  
: : Folge 159, vom 03.November 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Ciabatta"  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Weißmehl (Typ 405),  
2 Tütchen Trockenhefe,  
1 tb Salz,  
1 tb Olivenöl,  
1/2 l Wasser

Mehl, Hefe, Salz und Olivenoel miteinander vermengen, nach und nach das Wasser begeben. Zuerst mit dem Kochloeffel, dann von Hand arbeiten. Es muss ein elastischer Teig entstehen, der sich nach einigen Minuten Kneten vom Schuesselrand loest. Mit einem feuchten Tuch bedecken. An einem warmen Ort (mindestens 20 Grad) 3 Stunden gehen lassen.

Den Teig (ohne ihn nochmals zu kneten, das ist ganz wichtig) mit dem Teigschaber in vier Teile teilen. Ebenfalls mit dem Teigschaber die einzelnen Teigportionen aus der Schuessel heben, vorsichtig mit Hilfe der bemehlten Haende eine laengliche Form (ca. 30 cm) ziehen, auf zwei gut bemehlte Backbleche legen und seitlich etwas einschlagen. Nicht druecken! Mit frisch angefeuchtetem Tuch zudecken und nochmals 1/2 Stunde gehen lassen. In dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen 35 Minuten backen.

:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brotbacken  
: : Folge 248 vom 28. Januar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Dämpffleisch" Schweinsbraten  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 1/2 Pfund Schweinefleisch vom  
-Hals,  
1 ts Salz,  
2 Knoblauchzehen,  
1 ts Thymian,  
1 ts Kümmel,  
1/4 l Wasser

Aus Salz, Knoblauch, Thymian und Kuemmel eine Kraeutermischung herstellen und das Fleisch rundherum damit einreiben. Das gewuerzte Fleisch in eine Kasserolle setzen und fingerhoch kaltes Wasser dazugeben. Die Kasserolle in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen stellen. Das Fleisch zugedeckt ca. 1 Stunde garen lassen. Immer wieder mit dem Saft begiessen.

In der letzten Viertelstunde um den Braten geschaelte Kartoffeln legen, die als Beilage zusammen mit Sauerkraut serviert werden.

:Stichworte : Fleisch, Kärnten, Österreich, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Kärnten  
: : Folge 246, vom 17. Dezember 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt



:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Eier im Gefängnis" (Patisson-Kürbis mit Eifüllung)  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 4 Portionen

4 sm Patisson-Kürbisse  
-(Bischofsmützen),  
1 l Gemüsebrühe,  
1 tb Butter,  
Salz,  
weißer Pfeffer aus der  
-Mühle,  
4 tb frisch gehackte  
-Gartenkräuter,  
8 Eier,  
8 tb frisch geriebener Parmesan-  
-oder Sbrinz-Käse

Die Patissons halbieren, Kerne und das faserige Innere entfernen. Die Kuerbisse in der heissen Gemuesebruehe 10 Minuten garen. 1 Tasse Gemuesebruehe aufbewahren, den Rest wegschuetten. Die abgetropften Kuerbisse in eine ausgebutterte feuerfeste Form setzen, mit Salz, Pfeffer wuerzen.

In jede Kuerbishaelfte ein Ei setzen, 1/2 EL gehackte Kraeuter und 1 EL geriebenen Kaese darueber streuen und die beiseite gestellte Bruehe angiessen. Die Form mit Alufolie bedecken und in dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen 20 Minuten backen. Die Folie entfernen und nochmals 10 Minuten backen. Die restlichen Kraeuter darauf streuen und mit geroestetem Baguette-Brot servieren.

:Stichworte : Gemüse, Kürbis  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste: Vergessene Gemüse  
: : Folge 240, vom 24. September 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Einspanner"  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kleiner, gestreckter Mokka  
(ein Espresso mit  
-nachlaufendem  
Kaffeewasser aufgefüllt zu  
-einer großen Tasse),  
"Schlagobershaube"  
-(Schlagsahne),  
Einspannerglass,  
eventl. Zucker

Der Einspaenner hat seinen Namen von den Wiener Fiakern bekommen, die, bedingt durch Futtermangel, nach dem Ersten Weltkrieg mit ihren Kutschen nur mit einem Pferd, dem "Einspaenner" fuhren. Sie hatten ihre Stammplaetze vor den Wiener Cafe-Haeusern und warteten dort auf Kundschaft. Mit einer Hand hielten sie die Zuegel der oft unruhigen Pferde und mit der anderen das Glas mit dem Henkel, aus dem sie ihren "Einspaenner" schluerften. So wurde aus einer Notwendigkeit dieses Glas erfunden. Aber weil es die anderen Gaeste appetitlich fanden, wollten auch sie so ein Glas. So wurde dieser Kaffee auch in den Cafes bekannt, wo es keine Kutschenstandplaetze gab. Gestreckter Mokka in ein Einspaenner-Glas geben und eine grosse Haube Schlagsahne darauf setzen. Eventuell Zucker darueber streuen.

:Stichworte : Kaffee  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kaffee  
: : Folge vom 10. März 1989  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Epfelkueche" (Apfelkuchen)  
Categories: Kuchen, Gebaeck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

125 g Butter,  
70 g Zucker,  
1 pk Vanillezucker,  
1 Ei,  
250 g Mehl,  
1 ts Backpulver,  
2 tb Kirschwasser,  
1 pn Salz

MMMMM-----Belag:-----

1 kg muerbe Aepfel,  
1/2 Zitrone, Saft von  
1 pk Vanillezucker,  
evtl. Sultaninen.

MMMMM-----Guss:-----

1/8 l Sauerrahm,  
60 g Zucker,  
2 tb Mehl,  
2 Eier,  
1/2 Zitrone, Schale von

Butter, Zucker, Ei, 1 Prise Salz und Kirschwasser schaumig schlagen, Mehl und Backpulver darunter geben und alles schnell zusammenschaffen. Den Teig 2 Stunden kuehl stellen und anschliessend auf das mit Butter vorgerichtete Obstkuchenblech druecken, einen kleinen Rand hochziehen. Die vorgerichteten Apfelschnitze werden eingekerbt, mit dem Zitronensaft und Vanillezucker laesst man sie noch etwas ziehen. Anschliessend werden sie kreisfoermig auf den Kuchen gelegt, die gewaschenen Sultaninen daraufgestreut.

Guss:

Eigelb, Zucker und die Haelfte des Sauerrahms ruehrt man zusammen schaumig, gibt die abgeriebene Zitronenschale dazu, das Mehl und den Rest des Sauerrahms, mengt den steifen Eischnee darunter und gibt den Guss auf den halbgebackenen Kuchen. Der Kuchen wird im vorgeheizten

Backofen bei 180 Grad eine dreiviertel Stunde gebacken.

:Stichworte : Apfel, Kinzigtal, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kinzigtal (II)  
: : Folge 124, vom 22. Februar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Erdäpfelstrudel" (Kartoffel-Apfel-Strudel)  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

600 g gekochte Kartoffeln vom  
-Vortag,  
Salz,  
150 g Grieß,  
500 g saure Äpfel (in schmale  
-Spalten geschnitten),  
100 g Zucker (mit Zimt vermischt),  
200 g Sauerrahm,  
100 g Butter

Die Kartoffeln schaelen und durch die Kartoffelpresse druecken. Griess und Salz gut untermischen. Die Haelfte dieser Kartoffelmasse in eine ausgefettete Auflaufform geben. Darauf die Apfelspalten legen, mit Zucker und Zimt bestreuen und den Sauerrahm darauf verteilen. Mit dem restlichen Kartoffelteig bedecken. Butterfloekchen darauf verteilen und in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen stellen bis der Auflauf goldbraun ist.

:Stichworte : Apfel, Bayern, Kartoffel, Strudel, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Oberpfalz  
: : Folge 236, vom 04. Juni 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Fleeschnepp" (Pfälzer Fleischklöße)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Schweinefleisch,  
250 g Rindfleisch,  
250 g Kalbfleisch,  
2 altbackene Brötchen,  
2 Eier,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskatnuss,  
1 bn Petersilie,  
Fleischbrühe

Fleisch und eingeweichte Broetchen durch den Wolf drehen. Eier, Gewuerze und die fein gehackte Petersilie dazugeben. Die Masse zu einem glatten Teig verarbeiten und einige Zeit ruhen lassen. Mit feuchten Haenden eigrosse Kloesse formen und in siedender Fleischbruehe garen. Mit Meerrettichsauce und Salzkartoffeln servieren.

:Stichworte : Fleisch, Kalb, Kloß, Pfalz, Rind, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Pfalz  
: : Folge 241, vom 08. Oktober 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Franziskaner" (Seniorenkaffee, auch aus koffeinfreiem Kaffee)  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

1 sm Kaffee,  
heiße Milch,  
3 ts "Schlagobers" (Schlagsahne),  
Schokostreusel,  
Spezialglas mit Stiel  
-("Laufglas")

In ein Laufglas Kaffee bis zur Haelfte einfuellen, heisse Milch dazugeben, "Schlagobers" (Schlagsahne) darauf und mit Schokostreuseln bestreuen. Dieser Kaffee wird wegen seiner Bekoemmlichkeit besonders gerne von den Senioren getrunken. Im 17. Jahrhundert soll angeblich ein Franziskanermoench diesen Kaffee erstmals gebraut haben. Der Moench schrieb es diesem Kaffee zu, dass er hundert Jahre alt wurde.

:Stichworte : Kaffee  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kaffee  
: : Folge vom 10. März 1989  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Frauenschenkel" (Fleischklößchen)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

125 g Reis,  
Salz,  
Pfeffer,  
25 g Butter,  
50 g Zwiebeln, fein gehackte  
250 g Rinder- oder  
-Lammhackfleisch  
1 ts schwarzer Pfeffer, gemahlen  
1 ts Zimtpulver,  
1 ts Paprikapulver,

3 Eier,  
250 g Butterfett oder Olivenöl  
-zum Braten,  
50 g Mehl oder feines Paniermehl

Reis waschen. 250 ml Wasser mit 1 TL Salz zum Kochen bringen, vom Feuer nehmen, den Reis hineingeben und 5 Minuten stehen lassen. Bei mittlerer Hitze die Butter schmelzen, die Zwiebeln hineingeben und 5 Minuten duesten.

Den Reis abgiessen, zu den Zwiebeln geben und 2 Minuten mitdaempfen. 50 ml Wasser und 1/4 TL Salz zugeben, zum Kochen bringen, dann den Topf zudecken und 5 Minuten leise koecheln lassen, bis die Fluessigkeit eingekocht ist. Abkuehlen lassen. Die Haelfte des Fleisches in einen Topf (ohne Fett) geben, zudecken und etwa 5 Minuten unter gelegentlichem Umruehren garen, bis der Fleischsaft eingekocht ist. Vom Feuer nehmen und das rohe Hackfleisch mit dem gegarten vermischen. Reis und Zwiebeln, Paprika, die Haelfte des Zimtpulvers und noch 1/2 TL Salz zugeben. 1 Ei untermischen und das Ganze 5 Minuten kneten. In zwoelf Portionen von der Groesse eines Huehnereis aufteilen und diese dann zu ovalen Kloesschen formen und leicht flach druecken. Die restlichen Eier in einer kleinen Schuessel gruendlich verquirlen. Das Fett oder Oel in einer Bratpfanne erhitzen. Mehl oder Paniermehl auf einem grossen Teller ausbreiten. Die Kloesse zuerst in Mehl wenden, dann in Ei tauchen und in das heisse Oel legen. Die Hitze reduzieren und die Kloesse von jeder Seite 2 Minuten braten, bis sie goldbraun sind. Topf mit einem Deckel schliessen und die Kloesse 5 Minuten in ihrem eigenen Dampf stehen lassen. Auf einer vorgewaermten Servierplatte anrichten, mit dem restlichen Zimt bestreuen und servieren.

:Stichworte : Fleisch, Hack, Lamm, Rind, Türkei  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Lykien/Türkei  
: : Folge 174, vom 22. Juni 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Gesottenes"

Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins

Yield: 1 Keine Angabe

500 g Rindfleisch (zum Kochen),  
1 1/2 l Wasser,  
1/4 l Weisswein,  
Suppengemüse (aus  
1 Karotte,  
1 Stück Sellerie,  
1 bn Petersilie,  
1 Lauchstange),  
1 Zwiebel,  
1 Lorbeerblatt,  
2 Nelken,  
1 sm Weisskraut,  
500 g Kartoffeln (in grobe Würfel  
-geschnitten),  
1 c Reis,  
100 g geräucherter Speck (fein  
-gewürfelt),

Butterfett,  
Salz,  
Pfeffer

Rindfleisch mit Wasser, Weisswein, Suppengemuese und die mit dem Lorbeerblatt und den Nelken besteckte Zwiebel zum Kochen bringen. Auf kleiner Flamme etwa 1 1/2 bis 2 Stunden koecheln.

Krautkopf halbieren, Strunk entfernen. Das Kraut in feine Streifen schneiden. In einem Topf etwas Butterfett schmelzen und die Speckwuerfel darin auslassen. Das Kraut dazugeben und mit 2 Schoepfloeffeln Bruehe abloeschen.

Nach ca. 20 Minuten weitere Bruehe beifuegen und so lange kochen lassen, bis das Kraut anfaengt zu zerfallen (nach ca. 1 Stunde).

Bruehe abseihen und Fleisch warm stellen. In die Bruehe Kartoffeln und Reis geben. Sobald Kartoffeln und Reis weich sind, das Kraut dazumischen und alles zusammen 10 bis 15 Minuten koecheln lassen.

Das Fleisch in mundgerechte Stuecke schneiden und diese wieder mit dem Eintopf vermischen. Heiss servieren.

:Stichworte : Eintopf, Fleisch, Rind, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Saas Fee  
: : Folge 225, vom 05. Dezember 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
sm: klein.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Gnücch in pigna" (Auflauf aus Kartoffelpüree und Käse)  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Schalenkartoffeln,  
1 Ei,  
3 tb Milch,  
3 tb Butter,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskat,  
200 g Formagella grassa oder  
-anderer Vollfettkäse, der  
-gut schmilzt,  
2 tb Butter für Butterflöckchen

Schalenkartoffeln noch warm schaelen und durch die Kartoffelpresse druecken. Ei verquirlen und beigeben. Ebenfalls die Milch und Butter beigeben. Alles gut untereinander mischen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Man kann auch uebrig gebliebenes Pueree verwenden. Kaese in duenne Scheiben schneiden. In eine ausgebutterte Auflaufform lagenweise Pueree und Kaesescheiben fuellen, zuoberst Kaese. Darueber Butterfloeckchen geben. Im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen in ca. 30 Minuten goldbraun backen.

:Stichworte : Auflauf, Käse, Kartoffel, Püree  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Kartoffeln: Püree, Puffer und Salat  
: : Folge 185, vom 11. Januar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Grassins"  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Butter,  
125 g Zucker,  
1 Eigelb,  
300 g Mehl,  
1 ts Backpulver, gestr.  
1 pn Salz

Zimmerwarme Butter schaumig rühren. Zucker und Eigelb dazugeben. Nach und nach das Mehl mit dem Backpulver und Salz darueber sieben. Schnell zu einem glatten Teig verarbeiten. In Plastikfolie gehuellt, 1 Stunde kalt stellen.

Elektro-Ofen auf 180 Grad, Umluft-Ofen auf 160 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 3 bis 4 vorheizen. Den Teig 5 mm dick auswallen. Mit einem Glas von 5 cm Durchmesser Plaetzchen ausstechen. Auf zwei mit Backpapier ausgelegte Kuchenbleche legen. 15 Minuten Backen. Auskuehlen lassen.

:Stichworte : Plätzchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Grossmutter's Lieblingsplätzle  
: : Folge 183, vom 07. Dezember 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Grossmutter's Schlupfkuchen" (Apfelkuchen)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

2 Eier (evtl. mehr, je nach  
-Grösse),  
100 g Zucker,  
125 g Mehl,  
1 ts Backpulver, gestr.  
5 tb Öl,  
2 pk Vanillezucker,  
1 kg feste, säuerliche Äpfel  
-(z.B. Boskop),  
1 pn Salz

MMMMM-----zum Beträufeln:-----

Butter

MMMMM-----zum Bestreuen:-----

Zimtzucker

Die Aepfel schaelen und ohne Kerngehaeuse in grobe Stuecke schneiden. Eier und Zucker zu einer dicken, cremigen Masse verruehren. Das mit dem Backpulver gesiebte Mehl und Salz vorsichtig unterziehen. Ganz zum Schluss das Oel schnell und kraeftig unterschlagen. Diese dickfluessige Masse in eine gefettete Springform geben. Die Apfelstuecke darauf verteilen (vom Teig sollte nichts mehr zu sehen sein). Vanillezucker darueber streuen und den Kuchen im vorgeheizten Ofen bei Mittelhitze langsam backen (etwa 45 Minuten). Der Kuchen ist fertig, wenn die zwischen den Apfelstuecken hervor-"geschlupften" Teigspitzen goldbraun sind. Dann mit zerlassener Butter betraeufern und mit Zimtzucker bestreuen.

Statt mit Aepfeln kann der Schlupfkuchen auch mit jedem anderen Obst zubereitet werden

:Stichworte : Apfel, Baden, Kuchen, Schwarzwald  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie bei den Fallers  
: : Folge 227, vom 16. Januar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Grumbeeresupp" (Kartoffelsuppe nach Pfälzer Art)

Categories: Vorspeisen, Suppen

Yield: 1 Keine Angabe

15 mittelgroße Kartoffeln,  
1 lg Zwiebel,  
1 sm Knolle Sellerie,  
2 Karotten,  
2 Stängel Lauch,  
175 g Butter,  
1 1/2 l Fleischbrühe,  
1 cn Sahne,  
Pfeffer,  
Salz,  
Majoran

Die Kartoffeln und das Gemuese waschen, putzen und in kleine Wuerfel schneiden. In Butter daempfen. Mit 1 l Fleischbruehe abloeschen und ca. eine halbe Stunde kochen lassen. Das weiche Gemuese und die Kartoffeln durch eine Flotte Lotte drehen oder im Mixer puerieren. Mit der restlichen Fleischbruehe auffuellen. Abschmecken mit Salz, Pfeffer und Majoran.

Vor dem Servieren die Suppe mit Sahne verfeinern.

:Stichworte : Kartoffel, Pfalz, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Pfalz  
: : Folge 241, vom 08. Oktober 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer



MMMMM

Legende:

cn: Dose  
lg: gross.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Halbseidene" Knödel

Categories: Beilagen

Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kartoffeln,  
225 g Stärkemehl,  
Salz,  
3/8 l heiße Milch, ca.  
2 Brötchen (gewürfelt),  
Butterschmalz zum Rösten

Die gewaschenen Kartoffeln werden in der Schale gekocht. Dann muessen sie etwas abkuehlen und werden - noch heiss - durch die Kartoffelpresse gedruickt. Diese Masse muss nun gut auskuehlen. Dann werden Staerkemehl und Salz darunter gearbeitet. Rasch die kochende Milch darueber giessen und gut verruehren (aus diesem Teig muessen sich leicht Kloesse formen lassen; sollte das nicht der Fall sein, so fehlt entweder noch etwas Kartoffelmehl oder heisse Milch). Mit bemehlten Haenden schoene Knoedel formen. Brotwuerfelchen in Butterschmalz roesten und in die Mitte der Knoedel druecken. Die Knoedel in kochendem Salzwasser ca. 15 bis 20 Minuten ziehen lassen. Auf einer gut vorgewaermten Platte servieren.

:Stichworte : Bayern, Beilage, Kartoffel, Knödel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Oberpfalz  
: : Folge 236, vom 04. Juni 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Herrengröstel" (Bratkartoffeln mit Fleisch)

Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte

Yield: 1 Keine Angabe

1 kg fest kochende Kartoffeln,  
1 Zwiebel (klein gehackt),  
30 g Butterfett,  
70 g Butter,  
3 tb Öl,  
400 g Kalbsschnitzelfleisch,  
1 Lorbeerblatt,  
Majoran,  
Salz,  
Pfeffer,  
Petersilie

Kartoffeln waschen und in Salzwasser nicht zu weich kochen. Noch heiss schaelen, auskuehlen lassen, dann in Scheiben schneiden. Eine grosse Eisenpfanne erhitzen, Butterfett hineingeben, dann die Zwiebel darin kurz anbraten. Die Kartoffelscheiben zufuegen und braten, bis sie eine schoene Farbe bekommen haben, dann sofort die Hitze herunterschalten und nach und nach 40 g der Butter zugeben. In einer zweiten Pfanne Oel und die restliche Butter erhitzen, das in Scheiben geschnittene Fleisch

zugeben, schnell und kraeftig roesten. Salzen. Fleisch mit den Kartoffeln mischen, klein gehackte Gewuerze zufuegen, nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit gehackter Petersilie bestreut servieren. Dazu passt sehr gut Krautsalat mit Speck.

:Stichworte : Bratkartoffel, Fleisch, Kalb, Kartoffel, Südtirol  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Südtirol  
: : Folge 243, vom 05. November 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Hildabrötchen"  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 45 Stück

300 g Mehl  
150 g Butter  
120 g Zucker  
1 pk Vanillezucker  
1 Ei  
2 tb Marmelade

MMMMM-----Für die Glasur:-----

125 g Puderzucker,  
2 tb Wasser

Unter das auf dem Backbrett gesiebte Mehl die Butter in moeglichst kleine Wuerfel schneiden und nach Zugabe von Zucker und Ei zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig 1/2 Stunde kuehl ruhen lassen.

Danach den Teig 1/4 cm dick auswallen und mit einem runden Foermchen im Durchmesser von 5 cm Plaetzchen austechen. Diese auf ein bestrichenes Blech setzen und bei mittlerer Hitze (150 Grad) etwa 20 bis 30 Minuten backen. Die Haelfte der Broetchen mit "Haegenmark" (Hagebuttenmarmelade) oder Johannisbeermarmelade bestreichen, die zweite Haelfte der Broetchen als Deckel darauf setzen.

Puderzucker und Wasser vermischen und damit die Oberflaeche der Hildabroetchen ueberziehen.

(Ergibt ca. 45 Stueck)

:Stichworte : Baden, Gebäck  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 162, Linzer Torte  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Hildabrötchen" nach Ursula Cantieni  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Mehl,

150 g Butter,  
100 g Zucker,  
1 pk Vanillezucker,  
1 Ei,  
1 pk Johannisbeergelee,  
Puderzucker

Aus Mehl, Butter, Zucker, Vanillezucker und dem Ei einen Muerbeteig kneten und im Kuehlschrank eine Stunde kalt stellen. Den Teig 2 mm dick auswallen und mit drei unterschiedlich grossen kreisrunden oder gewellten Ausstechfoermchen Plaetzchen ausstechen. Die Plaetzchen auf einem eingefetteten Backblech bei 180 Grad etwa 25 Minuten backen. Die noch heissen Plaetzchen wie folgt weiterverarbeiten: Das groesste mit Gelee bestreichen, darauf das zweitgroesste setzen, dieses ebenfalls mit Gelee bestreichen und das kleinste obenauf setzen, so dass ein kleiner Turm entsteht. Man muss dabei schnell arbeiten, da die Plaetzchen, wenn sie abgekuehlt sind, nicht mehr so gut zusammenkleben. Zum Schluss mit Puderzucker bestaeuben.

:Stichworte : Plätzchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Grossmutter's Lieblingsplätzle  
: : Folge 183, vom 07. Dezember 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Huhn in Pastis" (Huhn, mit Anisschnaps mariniert)  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Huhn (ca. 1,5 kg in 8  
-Stücke geschnitten),  
2 Hühnerleber,  
2 md Zwiebeln (fein geschnitten),  
4 Tomaten oder eine kleine  
-Dose Pelati  
(eingelegte, geschälte  
-Tomaten),  
3 Fenchelknollen (je nach  
-Größe halbier oder  
-geviertelt),  
6 Zweige Petersilie,  
500 g Kartoffeln (geschält und in  
-Scheiben geschnitten),  
6 Knoblauchzehen,  
1 sm rote Pfefferschote,  
2 Döschen Safran,  
150 ml Pastis (oder anderer  
-Anisschnaps wie z.B.  
-Ricard, Pernod),  
250 ml Olivenöl,  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle

Die Huehnerstuecke salzen, pfeffern, mit 1 1/2 Doeschen Safran bestreuen und zum Marinieren in eine flache Schuessel legen. Pastis und Olivenoel darueber trauefeln und ueber Nacht stehen lassen.

In Olivenoel die Zwiebeln auf kleinem Feuer ca. 7 bis 8 Minuten duesten. Die geschaelten Tomaten dazugeben und weitere 15 Minuten duesten lassen.

Die marinierten Huehnerstuecke, den Fenchel und die Petersilie ebenfalls dazugeben, mit der Marinade uebergiessen und mit so viel Wasser auffuellen, dass die Gefluegelstuecke bedeckt sind. Das Ganze 10 Minuten koecheln lassen.

Die Kartoffelscheiben beifuegen und offen weiter kochen lassen. Den geschaelten Knoblauch zusammen mit dem groben Salz und der Pfefferschote zerstampfen. Die gehackte Huehnerleber und 2 der inzwischen weichen Kartoffelscheiben darunter mischen und zu dem Bratensaft in die Kasserolle geben. Die Sauce nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den restlichen Safran darunter mischen. Beim Umruehren duerfen die Kartoffelscheiben nicht beschaedigt werden.

:Stichworte : Frankreich, Gefluengel, Huhn  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Groesmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Nizza  
: : Folge 234 vom 07. Mai 2000  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. FeiBt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

sm: klein.  
md: mittl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Käselocken" (Blätterteiggebäck)  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Blätterteig,  
1 Eiweiß,  
nach Geschmack geriebener  
-Käse zum Bestreuen

Den Blaetterteig 3 mm dick auswallen, mit Eiweiss bestreichen und mit dem geriebenen Kaese bestreuen. Davon 1 cm breite Streifen schneiden und diese der Laenge nach einige Male drehen. Auf ein mit kaltem Wasser abgespueltes Kuchenblech setzen und in dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 10 Minuten backen.

:Stichworte : Blätterteig, Buffet, Käse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Groesmutter noch wusste  
: : Partybuffet  
: : Folge 101, vom 26. Januar 1994  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. FeiBt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Kaffee Maria-Theresia"  
Categories: Getraenke  
Yield: 1 Keine Angabe

1 sm gestreckter heisser Mokka  
(ein Espresso mit  
-nachlaufendem Kaffeewasser  
-aufgefüllt zu einer groesen  
-Tasse),  
2 cl Orangenlikoer (Maria-  
-Theresia-Likoer),

2 cl Weinbrand,  
2 ts Rohrzucker, "Schlagobers"  
-(Schlagsahne),  
bunte Streusel,  
1 Spezialglas mit Stiel  
-("Laufglas")

Das Alkoholgemisch gibt man in ein vorgewärmtes Laufglas, Rohrzucker und Kaffee dazugeben. Schlagobers darauf setzen und mit bunten Streuseln bestreuen.

:Stichworte : Kaffee  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kaffee  
: : Folge vom 10. März 1989  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cl: centiliter  
sm: klein.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Kaffee Marzagran"  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kalter, leicht gesüßter  
-Kaffee,  
2 cl Maraschino oder Rum,  
Eiswürfel,  
Laufglas oder Longdrinkglas

Man füllt das Glas mit Eiswürfeln, giesst den Kaffee und den Maraschino darüber und serviert mit Strohalm. In manchen Cafe-Häusern Wiens wird der Kaffee heiss über die Eiswürfel gegossen.

:Stichworte : Kaffee  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kaffee  
: : Folge vom 10. März 1989  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cl: centiliter

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Kaffee Sobiesky"  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

1 sm Mokka,  
1 bis 2 TL Honig,  
2 cl Wodka,  
1 sm MokkaSchale

Auf einem Tablett werden der heiße Mokka, ein Glas Wodka und in einem kleinen Schuesselchen Honig serviert. Der Gast bereitet sich das Getränk am Tisch selbst zu.

:Stichworte : Kaffee  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kaffee  
: : Folge vom 10. März 1989  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cl: centiliter  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Kaffee Superb"  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

1 sm gestreckter heißer Mokka  
(ein Espresso mit  
-nachlaufendem Kaffeewasser  
-aufgefüllt zu einer großen  
-Tasse),  
2 cl Kaffeelikör,  
2 cl Weinbrand,  
Zucker,  
"Schlagobers" (Schlagsahne),  
Zimt,  
Spezialglas mit Stiel  
-("Laufglas")

In einem vorgewärmten Glas werden Weinbrand, Kaffeelikoer, heisser Kaffee und Zucker nach Geschmack gut verruehrt. Die Oberflaeche wird mit halb geschlagenem "Obers" bedeckt und mit wenig Zimt bestreut.

:Stichworte : Kaffee  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kaffee  
: : Folge vom 10. März 1989  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cl: centiliter  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Kaiser-Mélange"  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

1 sm gestreckter Mokka (ein  
-Espresso mit nachlaufen  
Kaffeewasser aufgefüllt zu  
-einer großen Tasse) ,  
1 Eidotter,  
2 Kaffeelöffel Honig,  
1 lg Mokkalchale

In eine grosse Mokkalchale kommt der Eidotter und der Honig (anstelle von Milch), unter staendigem Ruehren mit einer Gabel wird der Kaffee dazugegeben. Nach einem Rezept aus dem alten Wien gehoert noch etwas

Weinbrand dazu.

:Stichworte : Kaffee  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kaffee  
: : Folge vom 10. März 1989  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

lg: gross.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Kasnudeln" (Käsenudeln)  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

250 g gesiebtetes Mehl,  
1 ts Salz,  
1 Ei,  
6 tb Wasser, evtl. mehr

MMMMM-----Füllung:-----

2 trockene Brötchen (klein  
-geschnitten),  
500 g Quark,  
1 ts Salz,  
50 g Butter,  
50 g Zwiebeln,  
1 Ei,  
etwas Milch,  
1 Knoblauchzehe,  
1 ts fein gehackte  
-Pfefferminzblä  
1 ts fein gehackter Kerbel,  
1 ts fein gehackter Majoran

Teig: Aus Mehl, Salz, Ei und Wasser einen glatten, nicht zu festen Teig herstellen (ca. 20 Minuten kneten). Ueber Nacht im Kuehlschrank ruhen lassen.

Fuellung: Die fein gehackte Zwiebel in der Butter glasig daempfen. Die Brotwuerfelchen dazugeben und leicht mitroesten lassen. Wenn sie goldgelb sind, Zwiebeln und Brotwuerfelchen in eine Schuessel geben und so viel Milch darueber schuetten, dass sich die Brotwuerfel voll saugen koennen. Das Ei, die Gewuerze und den Knoblauch gut darunter arbeiten. Mit nassen Haenden kleine Kugeln formen.

Den gekuehlten Teig auswallen und in laengliche Streifen schneiden. Die Kugeln darauf setzen, und mit einem weiteren Teigstreifen bedecken. Mit einem Teigraedchen den Teig um die Fuellung herum abschneiden. Mit den Fingern den Rand zudruecken.

Diese gefuellten Nudeln in siedendes Salzwasser geben und ca. 1/4 Stunde ziehen lassen. Es ist ratsam, eine Probenudel zu entnehmen, um die richtige Kochzeit zu ermitteln. Die "Kasnudeln" aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und auf eine Platte geben. Mit geschmolzener Butter uebergiessen.

:Stichworte : Kärnten, Käse, Nudel, Österreich  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Kochen wie in Kärnten  
: : Folge 246, vom 17. Dezember 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Kebab vom Bosphorus" (mit Lammfleisch und Gemüse gefüllte Paprika)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

5 tb Olivenöl,  
400 g Lammfleisch,  
2 Auberginen (in kleine  
-Würfel geschnitten),  
1 grob gehackte Zwiebel,  
Salz,  
Pfeffer,  
4 Tomaten (in Würfelchen  
-geschnitten),  
50 g Pinienkerne,  
2 tb Pfefferminzblätter, fein  
-geschnitten  
2 tb Thymianblätter, fein  
-geschnitten  
100 g Champignons, blättrig  
-geschnitten  
4 Paprikaschoten (vom  
-Kerngehäuse befreit)  
4 Eigelb,  
100 g geriebener Hartkäse, z.B.  
-Parmesan,  
1 Msp. Zimt

3 EL Olivenöl erhitzen. Lammfleisch, Auberginen und Zwiebel darin 1/2  
Stunde auf grossem Feuer braten. Salzen und pfeffern. Tomaten,  
Pinienkerne, Pfefferminz- und Thymianblätter sowie die Champignons  
dazugeben.

Die Paprikaschoten in 2 EL Olivenöl ringsum ca. 5 Minuten anbraten,  
etwas auskühlen lassen. Mit der Fleisch- Gemüse-Masse füllen.  
Eigelb, Reibkäse und Zimt miteinander verrühren.

Die gefüllten Schoten in eine geölte Auflaufform stellen, die  
Ei-Käse-Mischung darüber verteilen. Im auf 150 Grad vorgeheizten  
Backofen 1/4 Stunde ueberbacken.

:Stichworte : Fleisch, Gemüse, Lamm, Paprika, Türkei

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Kochen wie in Lykien/Türkei

: : Folge 174, vom 22. Juni 1997

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Keftedakia" (Hackfleischbällchen)



Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Hackfleisch,  
3 sl Weißbrot,  
1 lg Zwiebel (fein gehackt),  
5 Knoblauchzehen (gehackt),  
2 tb Petersilie (fein gehackt),  
1 ts Minze und andere frische  
-Kräuter (gehackt),  
2 Eier,  
1 tb Weinessig,  
2 tb Olivenöl,  
Salz,  
Pfeffer,  
Olivenöl zum Braten,  
Mehl zum Wenden

Das Hackfleisch mit dem eingeweichten und gut ausgedrueckten Brot vermischen. Die Zwiebel, den Knoblauch, die Petersilie und die Kraeuter mit dem Fleisch vermengen. Eier Essig, Oel, Salz und Pfeffer hinzufuegen und alles zu einem homogenen Teig verarbeiten. Wenn er zu fest wird, etwas Wasser dazugeben. Den Fleischteig 2 Stunden stehen lassen. Das Oel erhitzen. Loeffelweise Hackfleisch abnehmen, zu Baellchen formen und in Mehl waelzen. Es ist ratsam, die "Keftedes" in zwei Pfannen gleichzeitig zu backen, weil die bemehlten Hackfleischbaellchen eine trockene Haut bekommen, wenn sie nicht sofort gebacken werden.

:Stichworte : Buffet, Fleisch, Hack  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Partybuffet  
: : Folge 101, vom 26. Januar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.  
sl: Scheib.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Kiechle" (Hefegebäck in Fett gebacken)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Mehl,  
1/4 l Milch,  
etwas geschmolzene Butter,  
1 Ei,  
20 Hefe, evtl. mehr

Alle Zutaten mischen und an einem warmen Ort gehen lassen. Mit zwei Essloeffeln Kloesschen abstechen und in Fett in einer Bratpfanne ausbacken. Mit Zimt und Zucker bestreuen und mit einer Vanillecreme oder Weinsauce servieren.

:Stichworte : Baden, Fettgebackenes, Gebäck, Kaiserstuhl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie am Kaiserstuhl  
: : Folge 229 vom 13. Februar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Klär's Troum" (Rindfleisch mit Apfelscheiben)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Rindfleisch, gekochtes  
2 Äpfel, säuerliche  
Creme fraiche,  
Apfelsaft,  
Salz,  
Pfeffer,  
Butterfett

Das gekochte Rindfleisch in feine Scheiben schneiden. Diese werden in heissem Butterfett auf einer Seite angebraten, auf der anderen Seite mit Creme fraiche bestrichen und mit dünnen Apfelscheiben belegt. Das Ganze mit wenig Apfelsaft angiessen und zugedeckt so lange schmoren lassen, bis die Apfelscheiben weich sind.

:Stichworte : Bern, Fleisch, Rind, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Berner Oberland  
: : Folge 219, vom 12. September 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Kletzenbrot" aus Kärnten  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kletzen (Dörrbirnen),  
1 l Wasser,  
500 g Roggenmehl,  
100 g Sauerteig (vom Bäcker oder  
-Reformhaus) oder 60 g Hefe,  
1 ts Salz,  
1 ts Zimtpulver,  
1/4 ts Nelkenpulver,  
4 tb Honig,  
2 tb Schnaps,  
250 g Walnüsse (grob gehackt)

Die Kletzen ueber Nacht einweichen. Im Einweichwasser weich kochen. Bluetenreste und Stiele entfernen und die Fruechte klein hacken. Die Nuesse mit Schnaps vermischen.

Aus Mehl, 1/4 l Kochbruehe, Sauerteig und den Gewuerzen einen Teig machen. Kletzen und Nuesse hineinkneten und an einem warmen Ort (bis zum doppelten Volumen) gehen lassen.

Mit nassen Haenden Laibe formen, in Brotkoerben nochmals 1 Stunde gehen lassen. Die Laibe auf ein eingefettetes Blech stuerzen und sie gut mit Wasser anfeuchten. In den auf 250 Grad vorgeheizten Backofen schieben. Nach 20 Minuten die Hitze auf 180 Grad reduzieren und die Laibe fertig backen (ca. 1 Stunde). Einmal mit Wasser bestreichen. Die Laibe sollten mindesten 1 Woche vor dem Genuss ruhen.

:Stichworte : Birne, Brot, Hutzelbrot

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Hutzelbrot  
: : Folge 245, vom 03. Dezember 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : vom Wettbewerb in Pforzheim (Frau Inge Weinbrecht)  
:Notizen (\*\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Kümmelkissen" (Blätterteiggebäck)  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Blätterteig,  
1 Eiweiß,  
Kümmel nach Geschmack,  
Salz

Den Blätterteig 3 mm dick ausrollen, mit Eiweiß bestreichen, mit Kümmel und Salz bestreuen. Den Teig in kleine Quadrate (5 x 5 cm) schneiden und auf ein mit kaltem Wasser abgspültes Kuchenblech setzen. In dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 10 Minuten backen.

:Stichworte : Blätterteig, Buffet, Gebäck, Herzhaft, Kümmel

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Partybuffet

: : Folge 101, vom 26. Januar 1994

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Lewerknepp" (Leberknödel)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g frische Schweineleber,  
2 altbackene Brötchen,  
1 lg Zwiebel,  
200 g durchwachsenes Dörrfleisch  
-oder geräucherter Speck,  
3 Eier,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskat,  
Majoran,  
1 1/2 l Salzwasser oder Fleischbrühe

Die Leber, die eingeweichten Brötchen, die Zwiebel und das Dörrfleisch durch den Fleischwolf drehen. Unter diese Masse die Eier mischen. Mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Majoran kräftig abschmecken. Den Teig einige Zeit kühlen stellen. Mit feuchten Händen Knödel formen oder mit einem Suppenlöffel Knödel abstechen und in siedendem Salzwasser oder Fleischbrühe 15 Minuten ziehen lassen. Mit goldgelb gerösteten Zwiebeln bestreuen und mit Kartoffelbrei und Sauerkraut servieren.

:Stichworte : Innerei, Knödel, Leber, Pfalz, Schwein

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Kochen wie in der Pfalz  
: : Folge 241, vom 08. Oktober 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Mäusle" (Salbeiblätter in Teig ausgebacken)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

100 g Mehl,  
Salz,  
1/8 l Milch,  
1 Ei,  
1 ts Öl,  
40 g Salbeiblätter,  
Öl zum Ausbacken,  
1 ts Zimtpulver,  
2 tb Zucker

Mehl mit Salz und Milch glatt rühren. Ei trennen, Eigelb und Oel (1 TL) untermischen. Eiweiss mit etwas Salz steif schlagen und unter den Teig ziehen. Salbeiblaetter waschen und sehr gut trocken tupfen. Oel in einem Topf auf 180 Grad erhitzen. Es ist heiss genug, wenn an einem Holzloeffel, den man in das Oel taucht, Blaeschen aufsteigen.

Salbeiblaetter an den Stielen festhalten, in den Teig tauchen und portionsweise im heissen Oel ausbacken. Zum Abtropfen auf Kuechenkrepp legen und warm halten, bis alle Salbeiblaetter gebacken sind.

Zimtpulver mit Zucker mischen und die "Maeusle" damit bestreuen.

:Stichworte : Fettgebackenes, Gebäck, Salbei  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Salbei  
: : Folge 255 vom 20. Mai 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Mein erstes Brot"  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Vollkornmehl,  
1 Tütchen Trockenhefe,  
12 g Salz,  
330 ml Wasser (zimmerwarm)

Mehl in eine Teigschuessel geben. Trockenhefe und Salz mit Hilfe des Backhorns oder des Kochloeffels gruendlich unter das Mehl mischen. Zimmerwarmes Wasser portionsweise zufuegen. Zuerst mit dem Backhorn, spaeter von Hand vermengen. In der Schuessel kneten, bis sich der Teig

von dieser loest. Dann auf einer trockenen Arbeitsflaeche 5 Minuten tuechtig durchkneten. Zu einer Kugel formen. In die Schuessel zuruecklegen. Diese mit einem feuchten Tuch bedecken und an einen warmen Ort stellen. Den Teig 2 Stunden gehen lassen. Das Teigvolumen hat sich um die Haelfte vergroessert.

Den Teig nochmals auf der Arbeitsflaeche gut durchkneten, zu einem Fladen druecken. Diesen zu einem laenglichen Laib formen und in eine gut gefettete Kastenform legen. Nochmals mit einem feuchten Tuch bedecken und weitere 30 Minuten gehen lassen. Das Brot mit Oel bepinseln und in dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen 65 Minuten backen. Auf einem Gitter auskuehlen lassen.

:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brotbacken  
: : Folge 248 vom 28. Januar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Melichstriwle" (Vanillespätzle)  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Für den Teig:-----

300 g Mehl,  
3 ganze Eier,  
1 Eigelb,  
150 ml Milch,  
70 g Zucker,  
2 ts Zimt

MMMMM-----Zum Garen:-----

1.5 l Milch,  
150 g Zucker,  
1 Vanilleschote,  
50 g Butter,  
50 g brauner Zucker

Mit einem Holzloeffel das Mehl und die Eier verruehren. Nach und nach die Milch, dann den Zucker und den Zimt zufuegen. Den Teig so lange ruehren, bis er glatt ist und Blasen wirft. 30 Minuten ruhen lassen. Etwas von diesem Teig auf ein Holzbrett geben und mit einem Messer oder einem Schaber duenne, lange Streifen in die mit dem Zucker und der Vanilleschote zum Kochen gebrachte Milch schaben. Sobald die Spaetzle wieder an die Oberflaeche kommen, mit einem Schaumloeffel herausnehmen und in eine leicht eingefettete feuerfeste Form geben.

Den braunen Zucker darueber streuen und das Ganze im vorgeheizten Backofen bei 240 Grad 2 bis 3 Minuten karamellisieren lassen.

"Melichstriwle" zusammen mit einem saeuerlichen Kompott (Rhabarber, Aepfel, Zwetschgen oder Mirabellen) servieren.

:Stichworte : Elsass, Spätzle, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Elsass  
: : Folge 231 vom 12. März 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Moschtsuppe"  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

etwas Butter oder  
-Butterschmalz,  
1 tb Mehl,  
1 md Zwiebel (fein gehackt),  
3 tb "Selchspeck" (gekocht und  
-leicht geräuchert),  
1 Karotte,  
1/2 Stange Lauch,  
1 Stück Sellerie,  
1 Kartoffel,  
200 ml Most (Apfelwein oder  
-Weißwein),  
3/4 l Wasser,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskatnuss,  
Schnittlauch,  
1 Knoblauchzehe,  
geröstete Brotwürfelchen

Die fein gehackte Zwiebel zusammen mit dem Mehl in Butter goldgelb anroesten. Speckwuerfelchen dazugeben, kurz mitroesten und mit Most und Wasser abloeschen. Das wuerfelig geschnittene Gemuese in die Suppe geben und langsam weich kochen lassen. Abschmecken mit Salz und Pfeffer. Vor dem Servieren mit geroesteten Brotwuerfelchen und reichlich Schnittlauch bestreuen.

:Stichworte : Most, Österreich, Suppe, Vorarlberg, Wein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Vorarlberg  
: : Folge 247, vom 14. Januar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
md: mittl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Pissaladière"(Zwiebelkuchen)  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g Brotteig (siehe Rezept),  
2.5 kg Zwiebeln (in feine Ringe  
-geschnitten),  
4 ungeschälte Knoblauchzehen,  
1 Bouquet (1/2 Lorbeerblatt,  
1 Zweiglein Bohnenkraut,  
1 Zweiglein Oregano),  
12 Anchovisfilets (Sardellen  
-aus dem Salz),  
24 sm schwarze Oliven,  
100 ml Olivenöl

Im heissen Olivenoel die Zwiebeln mit den ungeschaelten Knoblauchzehen und dem Kraeuterbouquet auf kleinem Feuer ca. 2 Stunden daempfen, ohne dass sie Farbe annehmen. Zum Schluss die Kraeuter herausnehmen.

In eine gefettete Springform (28 cm Durchmesser) den ausgewallten Brotteig legen und einen Rand von ca. 3 cm hoch ziehen. Der Teig muss noch einmal 20 Minuten gehen, dann fuer 10 Minuten in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen stellen.

Das Zwiebelmus mit einem Schaumloeffel (damit das Oel abfliessen kann) auf den vorgebackenen Teig geben. Darauf die Anchovisfilets und die Oliven verteilen und nochmals fuer 15 Minuten in den Backofen stellen. Vor dem Servieren mit Pfeffer aus der Muehle bestreuen und warm servieren.

:Stichworte : Frankreich, Herzhaft, Mehlspeise, Zwiebel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Nizza  
: : Folge 234 vom 07. Mai 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Quetschekuche" (Zwetschgenkuchen)

Categories: Mehlspeisen, Nudeln

Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

500 g Mehl,  
1 c lauwarme Milch,  
40 g Hefe,  
200 g Butter,  
2 Eier,  
100 g Zucker,  
1 ts Salz

MMMMM-----Belag:-----

2 kg Zwetschgen

MMMMM-----zum Bestreuen:-----

Zucker,  
Zimt

Die Haelfte des Mehls mit Milch und Hefe anruehren. Den Teig an einem warmen Ort gehen lassen. Dann das restliche Mehl, die weiche Butter, die Eier, den Zucker und das Salz darunter arbeiten. Den Teig wieder an einem warmen Ort gehen lassen. Den Teig duenn auswallen und auf ein grosses eingefettetes Backblech legen, den Rand dabei hochziehen.

Die Zwetschgen waschen, entsteinen und "zipflig" einschneiden. Das Obst dachziegelfoermig auf den Teig legen. Den belegten Kuchen nochmals kurz gehen lassen. Dann in dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 45 Minuten backen. Noch heiss mit Zimt und Zucker bestreuen.

:Stichworte : Kuchen, Pfalz, Zwetschge  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Pfalz  
: : Folge 241, vom 08. Oktober 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

c: Tasse  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Regrutesuppe" (Gemüsesuppe)  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 sm Kohlkopf,  
1 Staude Lattich oder  
-Stangensellerie,  
1 Karotte,  
1 weißes Speiserübchen  
-(Navet),  
1 Kohlrabi,  
4 Kartoffeln,  
1 c Erbsen,  
1 sm Blumenkohl,  
Petersilie,  
Schnittlauch,  
Salz,  
1 l Fleischbrühe

Kohlkopf, Lattich oder Stangensellerie in kleine Stuecke schneiden.  
Ruebe, Karotte, Kohlrabi und Kartoffeln schaelen und in kleine  
Scheibchen schneiden. Blumenkohl putzen und in Roeschen zerteilen. Das  
zerkleinerte Gemuese und die Erbsen mit Fleischbruehe uebergiessen und  
2 Stunden zugedeckt kochen lassen bis das Gemuese weich ist.

Die Suppe mit Muskatnuss und eventuell mit Salz abschmecken. Vor dem  
Servieren mit fein gehackter Petersilie und fein gehacktem Schnittlauch  
bestreuen.

:Stichworte : Bern, Gemüse, Schweiz, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Berner Oberland  
: : Folge 219, vom 12. September 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Reindling" (Hefekuchen)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

500 g Mehl,  
20 g Hefe,  
50 g Butter, evtl. mehr  
1/4 l Milch,  
1 Ei,  
1 Eigelb,  
50 g Zucker,  
1 ts Salz,  
1 ts Anis



MMMMM-----Füllung:-----

50 g Butter,  
100 g Zucker,  
2 tb Zimt,  
100 g Rosinen

Einen Hefeteig zubereiten, gut aufgehen lassen und durchkneten. 1 cm dick ausrollen, zuerst mit zerlassener Butter, dann mit Zucker, Zimt und Rosinen bestreuen. Fest zusammenrollen und in einer gut eingefetteten Gugelhupf-Form bei 180 Grad backen. In der Form abkuehlen lassen.

:Stichworte : Hefeteig, Kärnten, Kuchen, Österreich  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Kärnten  
: : Folge 246, vom 17. Dezember 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Ritschert" (Eintopf)  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Bohnen,  
250 g Graupen,  
500 g Räucherfleisch (Kasseler),  
1 Hand voll Liebstöckel,  
3 Stängel Gundelrebe,  
2 Salbeiblätter,  
2 Lorbeerblätter,  
150 g Selleriewurzeln (gewürfelt),  
50 g Petersilienwurzeln  
-(gewürfelt),  
100 g Möhren (gewürfelt),  
100 g Lauch (in Rädchen  
-geschnitten),  
1 1/2 l Wasser,  
Salz nach Bedarf

Bohnen und Rollgerste ueber Nacht in Wasser einweichen. Abschuetten. Bohnen und Gerste zusammen mit dem Fleisch und den Gewuerzen halb gar kochen. Das klein geschnittene Gemuese dazugeben und mit der Speise fertig garen. Das Fleisch von den Knochen loesen, in mundgerechte Stuecke schneiden und mit dem Eintopf mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

"Ritschert" gehoert neben den "Kasnudeln" zu den wichtigsten Kaerntner Spezialitaeten.

:Stichworte : Eintopf, Fleisch, Gemüse, Kärnten, Kasseler  
: : Österreich, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Kärnten  
: : Folge 246, vom 17. Dezember 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Rosamunde" Tomaten-Butter-Creme (z.B. als Crackerbelag)  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

100 g Doppelrahm-Frischkäse  
(Philadelphia-, Gervais-  
-oder Gala-Käse),  
100 g Butter, weiche  
1 tb Tomatenmark,  
1 Zwiebel, fein gehackte  
1 tb Rosenpaprika,  
Salz,  
Pfeffer

Alle Zutaten miteinander vermischen, auf die Cracker streichen und kalt servieren.

:Stichworte : Buffet, Butter, Creme  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Butter  
: : Folge 232, vom 26. März 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Rüeblikuchen" (Karottenkuchen)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Rohzucker,  
200 g Butter,  
4 Eier,  
1 ts Zimt, gestr.  
1 ts Kardamom, gestr.  
1/2 ts Nelkenpulver, gestr.  
250 g Mandeln,  
1 pn Salz,  
250 g Karotten,  
2 tb Rum, weißer  
350 g Mehl (Typ 405 oder 1050),  
1/2 pk Backpulver,  
einige Marzipan-Karotten  
-zur Dekoration

Rohzucker und Butter geschmolzen (aber nicht warm) miteinander gut verrühren. Eier gut verquirlen und begeben. Zimt, Kardamom, Nelkenpulver, gemahlene Mandeln, Salz, geschälte, fein geraffelte Karotten und weißen Rum dazumischen. Mehl und Backpulver ueber den Teig sieben. Vermengen. Eine Springform (26 cm Durchmesser) ausbuttern. Den Teig einfüllen. Den Kuchen in dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen eine gute Stunde backen. Den Kuchen mit Puderzucker bestäuben und mit Marzipan-Karotten dekorieren.

:Stichworte : Karotte, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Karotten - von der Suppe bis zum Dessert  
: : Folge 194, vom 17. Mai 1998

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Saaner Ravegchöch" (Butterrüben)  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg gelbe Schmalzrüben  
-(Butterrüben),  
1 kg Kartoffeln,  
2 tb Mehl,  
Salz,  
1 pn Muskatnuss,  
1 pn Nelkenpulver,  
1 c Milch

Rueben und Kartoffeln in Stuecke schneiden und in etwas Wasser weich kochen. Salz beifuegen und das Gemuese durchpassieren. Das Mehl anroesten und darunter ziehen, wuerzen. Milch mit dem Schneebesen tuechtig unterruehren.

:Stichworte : Beilage, Bern, Kartoffel, Rübe, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Berner Oberland  
: : Folge 219, vom 12. September 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Sabinchen" (Blätterteigpastetchen mit Schafskäse)  
Categories: Pasteten, Terrinen  
Yield: 1 Keine Angabe

75 g Butter,  
1 pn Salz,  
1 pn Zucker,  
250 g Feta (Schafskäse),  
3 Eier,  
3 tb Sauerrahm,  
1 tb frischer Dill (gehackt),  
Blätterteig

Butter, Salz und Zucker schaumig ruehren. Kaese durch ein Haarsieb streichen und mit Eigelb, Sauerrahm und Dill vermischen. Eiweiss zu Schnee schlagen und unter die Kaesemasse mischen. Kleine Auflauffoermchen mit Blaetterteig auslegen. Die Kaesemasse hineinfuellen. Mit einem passenden Blaetterteigdeckel schliessen, Oberflaeche mit Eigelb bepinseln und in dem auf 200 Grad vorgeheizten

Backofen ca. 20 Minuten backen.  
:Stichworte : Buffet, Fingerfood, Pastete  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Ostergäste  
: : Folge 168, vom 30. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Saftplätzli" (Rindfleisch in Wein)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

750 g Rindfleisch aus der Hüfte  
(in kleinfingerdicke  
-Tranchen geschnitten)  
3 sehr fein gehackte  
-Schalotten,  
200 ml trockener Weißwein oder  
-Apfelwein,  
50 g Butter,  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle

Fleischtranchen quer in je 2 Stuecke schneiden. Beidseitig mit wenig Salz und Pfeffer bestreuen. Fleischstuecke uebereinander in eine Form (klein und hoch mit Deckel) schichten. Dazwischen Schalotten und Butterfloekchen streuen.

Zum Schluss mit Wein uebergiessen. Die Form zudecken (falls sie keinen Deckel hat, kann auch Alufolie verwendet werden) und 1 1/2 Stunden im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen garen.

:Stichworte : Fleisch, Rind, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Basel  
: : Folge 214, vom 16. Mai 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Salade nicoise" (bunter Salat mit Sardellen)  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Tomaten (in dicke Scheiben  
-geschnitten und gesalzen),  
1 Knoblauchzehe,  
1 hart gekochtes Ei (in  
-Achtel geschnitten),  
4 Anchovis (Sardellen, in  
-Salz eingelegt),  
1 grüne Paprika (in dünne  
-Streifen geschnitten),  
1 sm Zwiebel (in dünne Scheiben  
-geschnitten),

50 g Puffbohnen aus der Dose,  
1 Zweig fein gehacktes  
-Basilikum,  
4 tb Olivenöl,  
16 schwarze Oliven,  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle

Eine Platte mit der halbierten Knoblauchzehe einreiben und darauf die Tomaten, Zwiebel, Paprika, Bohnen und Anchovis anrichten. Aus Oel, Salz, Pfeffer und Basilikum eine Sauce herstellen und das Gemuese damit benetzen. Eier und Oliven darauf arrangieren. Im Kuehlschrank ziehen lassen.

:Stichworte : Frankreich, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Nizza  
: : Folge 234 vom 07. Mai 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Salsa Pizzaiola" (Grundsaucen für Pizza-Auflagen und Tomatensauce)  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

1 tb Olivenöl,  
1 Zwiebel, fein gehackte  
2 Knoblauchzehen, gepresste  
1 Dose, ca. 400 g, Pelati,  
-(geschälte Tomaten),  
2 rote Paprika,  
3 tb Tomatenpüree, evtl. mehr  
1/2 ts Salz,  
Pfeffer aus der Mühle,  
einige frische  
-Basilikumblätter  
1 ts frische oder getrocknete  
-Oreganoblättchen  
oder  
1 bis 2 TL italienische  
-Kräutermischung,  
1 pn Zucker,  
Cayennepfeffer

Oel in der Pfanne warm werden lassen. Zwiebel, Knoblauch und klein gewuerfelte Paprika darin weich daempfen. Pelati- Tomaten ohne Fluessigkeit zugeben, Tomaten mit dem Kochloeffel zerkleinern, Tomatenpueree zugeben. Mit Salz, Pfeffer und gehackten Oreganoblättchen oder italienischer Kraeutermischung wuerzen und auf kleinem Feuer unter gelegentlichem Umruehren ca.eine halbe Stunde koecheln lassen. Topf dabei nicht ganz zudecken. Mit Zucker und Cayennepfeffer abschmecken. Zum Schluss gehackte Basilikumblätter darueber streuen.

:Stichworte : Italien, Sauce, Tomate, Veneto  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Veneto/Italien  
: : Folge 62, vom 14. Juni 1991

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Samtsuppe" (Paprika-Suppe)  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Paprikaschoten, rote  
1 Zwiebel,  
1 Knoblauchzehe,  
50 g Butter,  
50 g Mehl,  
3/4 l Hühnerbrühe,  
1 tb Tomatenmark,  
Salz,  
weißer Pfeffer aus der  
-Mühle,  
1/2 ts Zucker,  
Worcestersauce,  
1/8 l süße Sahne,  
1 tb gehackte Petersilie

Paprikaschoten in den auf 250 Grad (Gas Stufe 6) vorgeheizten Backofen legen und backen, bis die Haut ganz schrumpelig geworden ist. Die Paprikaschoten dann in ein feuchtes Kuechentuch einschlagen, fuerf Minuten ruhen lassen und haehlen. Die Schoten aufschneiden, von den Samenstraengen und Staengeln befreien und fein hacken (oder im Mixer puerieren). Zwiebel und Knoblauchzehe schaelen, sehr fein hacken und in der heissen Butter glasig werden lassen. Das Mehl zufuegen, hell anschwitzen lassen und mit der Bruehe unter Ruehren abloeschen. Bei nicht zu starker Hitze 15 Minuten koecheln lassen. Dann zusammen mit dem Paprikapueere durch ein Haarsieb streichen. Die Suppe mit Tomatenmark verruehren, mit Salz, Pfeffer, Zucker und Worcestersauce abschmecken und wieder erhitzen. Die Sahne steif schlagen. Die Suppe in Tassen fuehlen, mit je einem dicken Sahneklecks bedecken und mit Petersilie bestreut auftragen.

:Stichworte : Festliches, Menü, Paprika, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Festliches Menü 1997  
: : Folge 182, vom 23. November 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Sauce Mousseline"  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Reduktion:-----

4 tb Weißweinessig,  
2 tb Wasser,  
4 Pfefferkörner,  
1 Schalotte,  
Petersilie

MMMMM-----Zum Einrühren:-----

2 tb Wasser, evtl. mehr  
3 Eigelb,  
100 g Butter,  
100 ml geschlagene Sahne

Fuer die Reduktion die entsprechenden Zutaten aufsetzen und solange kochen, bis die Fluessigkeit fast eingedampft ist. Die Restfluessigkeit durch ein Sieb streichen und im Wasserbad heiss werden lassen (aber nicht kochen!).

2 bis 3 EL Wasser dazumischen, die Eigelb mit dem Schneebesen untermuehren und nach und nach die in Wuerfelchen geschnittene Butter, bis die Sauce cremig und schaumig ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss die Sahne unterziehen.

:Stichworte : Butter, Gemüse, Sauce, Spargel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Butter  
: : Folge 232, vom 26. März 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Sauce Soubise"  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Fisch auf Lauch:-----

2 Stangen Lauch (in Rädchen  
-geschnitten),  
80 g Butter, ca.  
4 Fischfilets z. B. Dorsch,  
1 Zitrone,  
Salz

MMMMM-----Sauce:-----

400 g Zwiebeln (geschält und in  
-Stücke geschnitten),  
80 g Butter,  
50 g Mehl,  
1/2 l Milch,  
Salz,  
Muskatnuss,  
2 tb Sahne,  
1 c Bouillon

Fisch: Butter in der Kasserolle schmelzen, die Lauchraedchen darauf verteilen. Die Fischfilets mit Zitronensaft betraeufeln, salzen und auf das Gemuesebett legen. 20 Minuten zugedeckt duensten.

Sauce: Die Zwiebelstuecke in kochendes Wasser geben und 10 Minuten sieden. Abschuetten und abtropfen lassen. In 30 g Butter die gekochten

Zwiebeln dueren (sie dueren allerdings keine Farbe annehmen). Von Zeit zu Zeit Bouillon dazugeben. Die Zwiebeln im Mixer puerieren. Die restliche Butter (50 g) schmelzen, Mehl dazuruehren und mit Milch abloeschen. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Das Zwiebelpueree darunter mischen und 20 Minuten koecheln lassen. Vor dem Servieren nach Geschmack fluessige Sahne darunter ziehen.

:Stichworte : Butter, Fisch, Sauce, Zwiebel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Butter  
: : Folge 232, vom 26. März 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Sauerfleisch" (Rindfleischsalat)  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g gekochtes Rindfleisch,  
50 g Zwiebeln,  
6 tb heiße Rindsuppe,  
6 tb Essig,  
etwas Salz,  
4 tb Öl,  
etwas Pfeffer

Das gekochte, kalte Rindfleisch in duenne Scheiben schneiden, mit Zwiebelringen belegen. Die heisse Suppe mit Essig mischen, eventl. etwas salzen und ueber das Fleisch giessen. Gut durchziehen lassen. Dann erst Oel, besonders gut schmeckt Kuerbisoel, und etwas Pfeffer darauf geben.

:Stichworte : Fleisch, Kärnten, Österreich, Rind, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Kärnten  
: : Folge 246, vom 17. Dezember 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Saure Leberle"  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

600 g frische Kalbsleber,  
Milch,  
6 tb fein gehackte Schalotten,  
40 g Butterschmalz,  
3 tb Mehl,  
1/8 l Fleischbrühe,  
1/8 l trockener Silvaner,  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle,



1 pn Zucker,  
4 tb Sauerrahm,  
Petersilie zum Garnieren

Die Kalbsleber 1/2 Stunde in Milch legen, trocken tupfen, Haeute entfernen und in schmale Streifen schneiden. In einer Pfanne die Schalotten mit der Haelfte des Butterschmalzes glasig duensten, die Leber dazugeben und von allen Seiten unter stetem Wenden hoechstens 4 Minuten anroesten.

Vorsicht: Die Leberstuecklein sollten innen rosa bleiben. Braet man sie zu lange, werden sie hart. Leber und Schalotten auf einer vorgewaermtten Platte im Backofen warm stellen. Den Rest des Butterschmalzes in der Pfanne mit dem Bratfond erhitzen, das Mehl dazugeben und unter staendigem Ruehren braun anroesten. Mit der angewaermtten Fleischbruehe abloeschen. Unter staendigem Ruehren den Wein hinzufuegen, aufkochen lassen und etwa 5 Minuten koecheln.

Mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker und dem Sauerrahm abschmecken. Die Leber mit den Schalotten und dem Sauerrahm hineingeben. Das Ganze muss noch 2 Minuten koecheln. Beim Anrichten fein gehackte Petersilie darueber streuen.

Am besten schmecken sie mit "Braegel" oder mit Brot.

Braegel ist die im Schwarzwald uebliche Form von Bratkartoffel, bei der die Scheiben von gekochten Kartoffeln sorgfaeltig in hoechstens zwei Lagen in der Pfanne gebraten werden, damit jede Kartoffelscheibe rundherum angebraten ist. Bei groesserer Menge muss man zwei oder drei Pfannen verwenden.

:Stichworte : Baden, Innerei, Kalb, Leber, Schwarzwald  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie bei den Fallers  
: : Folge 227, vom 16. Januar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Schäufele" - Geräucherte Schweineschulter  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 8 Personen

1 Schäufele (ca. 3 kg),  
1 Zwiebel,  
1 Lorbeerblatt,  
4 Nelken,  
1 ts schwarze Pfefferkörner,  
1 ts Wacholderbeeren

Das Schaeufele in einen Kochtopf geben und mit Wasser gerade bedecken. Dazu die mit den Nelken und dem Lorbeerblatt gespickte Zwiebel sowie die Pfefferkoerner und die zerdrueckten Wacholderbeeren geben. Den Sud ganz allmaehlich zum Kochen bringen, er darf jedoch nur Blaeschen ziehen. Nach etwa 2 Stunden ist das Schaeufele gar.

Man erkennt es daran, dass sich das Fleisch vom Knochen zu loesen beginnt. Das Fleisch aufschneiden und servieren. Sauerkraut und Kartoffelbrei schmeckt gut dazu, aber auch Kartoffelsalat.

:Stichworte : Fleisch, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im südlichen Schwarzwald I

: : Folge 104, vom 09. März 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Schäuferle" (gepökelttes geräuchertes Schulterstück vom Schwein)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Schäuferle,  
Salz,  
Pfeffer,  
Wasser

Das Schaeuferle ist ein Stueck vom Schwein und zwar aus der Schulter.  
Durch den Schulterknochen sieht es so wie eine Schaufel aus. Das  
Fleischstueck ist jedoch ohne Schwarte.  
Das Schaeuferle mit Salz und Pfeffer bestreuen und in die Fettpfanne  
des auf 220 Grad vorgeheizten Backofens legen.  
Mit etwas heissem Wasser uebergiessen. Mit dem ausgetretenen Fleischsud  
den Braten zwischendurch fleissig begiessen. Sobald das Fleisch eine  
schoene Farbe hat, gegebenenfalls noch etwas Wasser zugeben. Die  
Garzeit betraegt ca. 1 Stunde. Zum Schaeuferle werden Kartoffelknoedel,  
Blaukraut oder Krautsalat serviert.

:Stichworte : Bayern, Fleisch, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Oberpfalz  
: : Folge 236, vom 04. Juni 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Schniderspattle" (Nudelaufwurf)  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g sehr breite Nudeln,  
50 g Butterfett,  
3 lg Zwiebeln (gehackt),  
Salz,  
Pfeffer,  
1/4 l Sahne,  
eventuell eine Hand voll  
-Speckwürfel

Die Nudeln in reichlich Salzwasser ca. 10 Minuten "al dente" kochen  
(sie sollten noch Biss haben), abschuetten, mit kaltem Wasser  
abschrecken und abtropfen lassen.  
In Butterfett die Zwiebeln goldgelb duensten, mit Salz und Pfeffer  
wuerzen. Nach Bedarf Speckwuerfelchen in einer Pfanne glasig werden  
lassen. In eine ausgebutterte Auflaufform abwechselnd Nudeln, Zwiebeln  
und Speckwuerfelchen schichten. Die Sahne darueber giessen und in dem  
auf 180 Grad vorgeheizten Backofen fuer ca. 35 bis 40 Minuten  
ueberbacken.

:Stichworte : Auflauf, Elsass, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Kochen wie im Elsass  
: : Folge 231 vom 12. März 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Schupfnudeln" (Nudeln aus Roggenmehl)  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g Roggenmehl (Typ 815),  
1/4 l Wasser

MMMMM-----zum Abkochen:-----

3 l Wasser,  
3 tb Salz

MMMMM-----zum Braten:-----

Butterfett

Roggenmehl und Wasser zu einem festen Teig verarbeiten (Salz sollte man nicht dazugeben, weil die Schupfnudeln sonst im Kochwasser zerfallen). Nun "schupft" (rollt) man aus dem Teig mit bemehlten Haenden die bereits von den Buebeschpitzle bekannte Form, je duenner, desto besser. Ideal sind bleistiftduenne Schupfnudeln. Diese portionsweise im kochenden Salzwasser geben. Wenn sie gar sind, schwimmen sie an die Oberflaeche. Mit dem Schaumloeffel herausnehmen und zum Erkalten auf eine Platte legen. Dann in heissem Butterfett goldbraun braten. Sauerkraut gehoert auf alle Faelle dazu.

:Stichworte : Baden, Beilage, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im südlichen Schwarzwald II  
: : Folge 105 vom 23. März 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Schwammerlbrühe" (Pilzsuppe)  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

700 g frische gemischte Pilze,  
3 tb Butter,  
3 tb Mehl,  
1 sm geschnittene Zwiebel,  
2 l Gemüse- oder Fleischbrühe,  
Salz,  
1 tb gehackte Petersilie,  
1/8 l Sahne

Die Pilze putzen, gruendlich waschen und in feine Scheibchen schneiden. Die Butter glasig werden lassen und darin die gut abgetrockneten Pilze und die klein geschnittene Zwiebel darin duensten. Sobald der Saft der

Pilze eingezogen ist, mit Mehl bestäuben, gut und schnell verrühren und mit Brühe auffüllen. Salzen und ca. 15 Minuten kochen lassen. Zum Schluss mit Sahne abschmecken und mit Petersilie bestreuen.

:Stichworte : Bayern, Pilz, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Oberpfalz  
: : Folge 236, vom 04. Juni 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Schwarz-Wyss-Gützli" (Schwarz-Weiss-Gebäck)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Weisser Teig:-----

150 g Mehl,  
1 Vanilleschote,  
50 g Zucker,  
100 g Butter,  
1 pn Salz,  
1/2 Eiweiss

MMMMM-----Schwarzer Teig:-----

150 g Mehl,  
65 g Zucker,  
100 g Butter,  
1 pn Salz,  
40 g Kakaopulver,  
1 Eiweiss

Weisser Teig:

Mehl auf eine trockene Arbeitsfläche sieben. In der Mitte des Mehls eine Vertiefung machen. Vanilleschote der Länge nach aufschlitzen, die Kerne herauskratzen und zum Mehl geben. Zucker, Butter in Flockchen, Salz und Eiweiss in die Vertiefung geben. Mit dem Teigschaber, später mit den Händen, zu einem glatten Teig kneten, in Plastikfolie hüllen und 1 Stunde kühlen stellen.

Schwarzer Teig:

Arbeitsvorgang wie beim weissen Teig.

Elektro-Ofen auf 175 Grad, Umluft-Ofen auf 150 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 2 bis 3 vorheizen. Von jeder Sorte Teig möglichst ein gleich grosses und mindestens 2 mm dickes Stück auswallen. Beide Stücke aufeinander legen und zu einer Rolle formen oder von jeder Teigsorte gleich viele Stränge von je 1 cm Durchmesser rollen und schachbrettartig zusammenpressen. Die Teigrolle 1 Stunde kühlen stellen. Danach in 5 mm dicke Scheiben schneiden.

Auf mit Backpapier belegte Kuchenbleche legen und je nach Dicke 12 bis 15 Minuten backen.

:Stichworte : Plätzchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Grossmutter's Lieblingsplätzle  
: : Folge 183, vom 07. Dezember 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Simmetaler Munihaxe" (Kalbshaxen)

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 1 Keine Angabe

1 Kalbshaxe,  
40 g Öl,  
1 ts Mehl,  
Gemüse garnitur (1 Karotte,  
-1 Stück Lauch, 1 Stück  
-Sellerie),  
400 ml Wasser,  
100 ml Weißwein,  
Salz,  
italienische Gewürzkräuter  
-(Thymian, Rosmarin, Oregano

Die Kalbshaxe aussen einschneiden, im Mehl wenden und mit Salz und Krautern gut wuerzen. Im heissen Oel rundum anbraten. Etwas Wasser und die Gemuesegarnitur beigegeben und die Haxe unter gelegentlichem Wenden und Begiessen im Ofen 2 Stunden braten. 15 Minuten vor dem Anrichten den Wein zugeben. Die knusprige Haxe wird erst auf dem Tisch tranchiert.

:Stichworte : Bern, Fleisch, Haxe, Kalb, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Berner Oberland  
: : Folge 219, vom 12. September 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Spazofai" (Wurstgulasch)

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 1 Keine Angabe

800 g grüne und rote Paprika,  
1 kg reife Tomaten,  
1 kg Bauernwürste (grobe  
-Schweinswürste,  
-Bauernbratwürste  
Olivenöl,  
1 Knolle Knoblauch,  
etwas frische Minze,  
4 Lorbeerblätter,  
Salz,  
Pfeffer,  
Rotwein (nach Geschmack),  
1 bn Petersilie

Paprika waschen, Strunk und Kerne entfernen und in Viertel schneiden. Die Tomaten haekten, vierteln und die Kerne entfernen. Die Wuerste in mundgerechte Stuecke schneiden und in einem Topf in wenig Oel anbraten. Die Wurststuecke herausnehmen, abtropfen lassen und in eine Kasserolle

schichten. In dem Fett der Wuerste die Paprikaviertel kurz braten, herausnehmen und zu den Wurststuecken in die Kasserolle geben. Die Tomatenviertel, den fein geschnittenen Knoblauch, die klein geschnittene Minze, Lorbeerblaetter, Salz und Pfeffer in das Wurstfett geben. Alles anbraten, mit Rotwein abloeschen und einige Minuten koecheln lassen. Dann die Sauce zu dem Paprikagemuese und der Wurst geben. Fein gehackte Petersilie darueber streuen. Alles gut vermischen und noch etwas Oel dazugeben. Nochmals 20 Minuten bei mittlerer Hitze koecheln lassen und in der Kasserolle servieren.

:Stichworte : Gulasch, Paprika, Wurst  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Paprikaschote, grün, gelb und rot  
: : Folge 197, vom 30. August 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Stächelbärger Härdöpfelturte" (Kartoffelkuchen)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

125 g Butter,  
5 Eier,  
250 g Zucker,  
150 g geriebene Mandeln,  
Zitronenschale,  
250 g gekochte Kartoffeln,  
Backpulver

Die Butter schaumig rühren. Zucker, Eigelb, Zitronenschale und Mandeln begeben und ca. 10 Minuten weiterrühren. Die passierten Kartoffeln und das Backpulver dazugeben. Die Eiweiss zu Schnee schlagen und unter die Masse heben.

Den Kuchenteig in eine ausgefettete und mit Paniermehl ausgestreute Kuchenform geben und bei 175 Grad ca. 45 Minuten backen.

:Stichworte : Bern, Kartoffel, Kuchen, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Berner Oberland  
: : Folge 219, vom 12. September 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Stopfer"  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 l Milch,  
2 ts Salz,  
3 tb Sahne,  
300 g Weizengrieß oder  
-Dinkelgrieß,  
2 tb Maisgrieß,  
2 tb Buchweizenschrot, eventuell  
120 g Butter

Milch, Salz, Sahne und die Haelfte der Butter aufkochen. Den Griess einruehren und zugedeckt ca. 2 Stunden quellen lassen. Die Masse zerstoessen und unter staendigem Auflockern langsam in der restlichen Butter braten. Mit Kaffee oder Kompott bzw. Heidelbeermus servieren.

:Stichworte : Grieß, Österreich, Süßspeise, Vorarlberg  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Vorarlberg  
: : Folge 247, vom 14. Januar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Strozza preti" oder "Pfarrerwürger"(Nocken aus Brot)

Categories: Beilagen

Yield: 1 Keine Angabe

100 g Mehl,  
2 Eier,  
50 g Spinat,  
50 g Ricotta-Käse oder Quark,  
50 g in Wasser eingeweichtes  
-altbackenes Brot,  
Salz,  
Pfeffer

Aus Mehl und Eiern einen Spaetzleteig herstellen, dazu den Spinat, den Kaese und das eingeweichte Brot geben und gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit zwei Kaffeeloeffeln kleine, mandelfoermige Kloesschen ausstechen und im koechelnden Salzwasser sieden. Wenn die Kloesschen an die Oberflaeche steigen, herausnehmen und abtropfen lassen. Mit in reichlich Butter geduensteten Salbeiblaettern uebergiessen und mit einer Tomatensauce servieren.

:Stichworte : Beilage, Brot, Mehlspeise, Nocke  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Trockenenes Brot  
: : Folge 230 vom 27. Februar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Stuffedato" (Rindfleischragout mit Makkaroni)

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Ochsenfleisch (in grobe  
-Würfel geschnitten),  
250 g roher Schinken (in kleine  
-Würfel geschnitten),  
250 g Zwiebeln (klein gehackt),  
1 kg Tomaten (geschält, entkernt  
-und in grobe Stücke  
-geschnitten),  
1 Lorbeerblatt,  
1 Zweig Thymian,  
1 Gewürznelke,

1/2 Flasche herber Weißwein,  
3 Zehen Knoblauch,  
1 Hand voll frische  
-provençalische Kräuter oder  
-2 EL Herbes de provence,  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle

MMMMM-----Makkaroni:-----

500 g Makkaroni,  
1 tb Olivenöl,  
Salz

In einer Kasserolle auf kleinem Feuer das klein geschnittene Fett des Specks schmelzen. Die Zwiebeln darin 7 bis 8 Minuten daempfen. Rindfleisch- und Schinkenwuerfel dazugeben, gut vermischen, so dass das Fett des Specks gut aufgenommen werden kann. Nochmals 5 Minuten daempfen. Die Tomaten, Lorbeerblatt, Thymian und Nelken untermischen, mit Wein abloeschen und zugedeckt 1 Stunde kochen lassen. Waehrend der Kochzeit ein- bis zweimal umruehren. Salzen und die geschaelten Knoblauchzehen dazugeben. Mit 2 l heissem Wasser aufgiessen und die fein gehackten Kraeuter beifuegen. Zugedeckt ca. 1 Stunde langsam weiterkochen lassen bis die Sauce dickflussig ist, dabei immer wieder ruehren. Lorbeerblatt, Nelken und Thymian herausnehmen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Abkuehlen lassen und im Kuehlschrank fuer den naechsten Tag aufbewahren. (Die Sauce muss langsam und sehr lange kochen, damit das Fleisch all seine Kraft und seinen Wohlgeschmack entfaltet und die Sauce sehr zart wird.) Das "Stuffatu" kann mit Weissbrot gegessen werden, mit Reis, Kartoffeln oder Teigwaren, z.B. "Makkaroni in Stuffato".

Makkaroni:

In einem grossen Topf Salzwasser mit 1 EL Olivenoel zum Kochen bringen. Makkaroni hineingeben, einmal umruehren, damit sie nicht zusammenkleben, 20 Minuten kochen lassen. Gut abschuetten.

Die Sauce in einem grossen Topf heiss machen und die gekochten Makkaroni gut darunter mengen. Eventuell nochmals abschmecken und auf einer heissen Platte servieren.

:Stichworte : Fleisch, Korsika, Ragout, Rind  
:Notizen (\*) : Quelle: Kochen wie auf Korsika  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 238, vom 02. Juli 2000  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Topfenkuchen" (Käsekuchen)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

500 g Mehl,  
200 g Butter,  
1 Ei,  
etwas Wasser

MMMMM-----Füllung:-----



250 g Topfen (Quark),  
1 Ei,  
80 g Zucker

MMMMM-----zum Bestreuen:-----  
Zucker

Die Butter schaumig rühren, Mehl, Ei und soviel Wasser (ca. 2 EL) dazurühren bis ein mittelfester Teig entsteht. Die Hälfte davon dünn ausrollen und auf den Boden einer Springform legen.

Den "Topfen" wenn nötig passieren, mit Ei und Zucker gut vermischen und auf den Teigboden streichen.

Die zweite Teighälfte ausrollen und auf den Belag legen. Die Ränder zusammendrücken. Einige Male mit einer Gabel anstechen. Mit Zucker bestreuen und in dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 1/2 Stunde backen.

:Stichworte : Kärnten, Käsekuchen, Kuchen, Österreich  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Kärnten  
: : Folge 246, vom 17. Dezember 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Tourte nach der Art des Münstertals"  
Categories: Pasteten, Terrinen  
Yield: 1 Keine Angabe

900 g mageres Hackfleisch vom  
-Schwein,  
300 g Hackfleisch vom Kalb,  
20 g Butterfett, ca.  
4 Eier,  
1 lg Zwiebel, fein gehackte  
1 bn Petersilie, fein gehackte  
Salz,  
Pfeffer,  
600 g Blätterteig

MMMMM-----zum Bestreichen:-----  
1 Ei

Die Springform (24 cm Durchmesser) mit Blätterteig auslegen und zwar so, dass ein Rand übersteht. Aus dem restlichen Blätterteig einen Deckel zuschneiden. In Butterfett die gehackte Zwiebel und das Hackfleisch dämpfen.

Die Eier und die gehackte Petersilie dazugeben, salzen und pfeffern und alles gut durchmischen.

Die Fleischfüllung in die ausgelegte Springform geben und zwar so, dass die Mitte höher ist als der Rand. Den Teigrand umschlagen und mit Eiweiß bestreichen. Den vorbereiteten Teigdeckel darauf setzen und gut andrücken.

Die Oberfläche mit Eigelb bestreichen und mit einer Gabel verzieren. Die Tourte in dem auf 215 Grad vorgeheizten Backofen ca. 1 Stunde backen.

:Stichworte : Blätterteig, Elsass, Fleisch, Hack, Kalb, Pastete  
: : Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Elsass

: : Folge 231 vom 12. März 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Verheierte" (Suppe mit Gemüse, Kartoffeln und Spätzle)  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Suppenfleisch,  
Wurzelgemüse (Karotte,  
-Lauch, Sellerie,  
-Petersilienwurzel  
4 mittelgroße Kartoffeln,  
Salz

MMMMM-----für den Spätzleteig:-----

2 Suppenschöpfer Mehl,  
3 Eier,  
Salz

Suppenfleisch und Wurzelgemüse in ca. 1,5 l Wasser kochen. Salzen. Ca. 20 Minuten vor Ende der Garzeit die geviertelten Kartoffeln zugeben und weich kochen.

Aus Mehl und Eiern sowie Salz einen Spaetzleteig herstellen (eventuell ein wenig Wasser begeben, falls der Teig zu fest ist). Spaetzle mit Teigschaber oder Messer in kochendes Salzwasser schaben. Wenn sie an der Oberfläche schwimmen, herausnehmen, kalt abschrecken und kurz vor dem Servieren zur Suppe geben. Das Fleisch in mundgerechte Wuerfel schneiden und ebenfalls in die Suppe geben.

:Stichworte : Kraichgau, Spätzle, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kraichgau I  
: : Folge vom 13. April 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Vogelheu" (altbackenes Brot mit Ei)  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

60 g Milchbrot,  
2 Eier,  
30 g Butter,  
Salz

Das Brot in duenne und kleine Scheibchen schneiden. Die Eier mit dem Salz in der Schuessel verquirlen. Butter in der Bratpfanne heiss werden lassen. Das Brot dazugeben und bei mittlerer Hitze roesten. Die verquirlten Eier darueber giessen.

Mit dem Bratschaeufelchen wenden und stochern bis die Eier gestockt sind. Sofort anrichten und mit gruenem Salat servieren.

:Stichworte : Brot, Ei

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Trockenes Brot  
: : Folge 230 vom 27. Februar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Wiener Mélange"  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 c Kaffee,  
1/2 c Milch

Eine grosse Mokkaschale wird mit Kaffee halb gefuellt. Die Milch wird am Dampfahn der Espressomaschine schaumig geblasen, zum Kaffee gegeben und schon ist die "Wiener Melange" fertig. Gibt man zu dieser Melange einen Apfelstrudel, Nuss- oder Mohnbeugel oder aber eine Sachertorte, so hat man die bekannte Wiener Jause. In Italien wird dieser Kaffee genauso gemacht (eventl. auch mit Schlagsahne), die Oberflaeche wird mit Kakao oder Schokospaenen bestreut. Der Kaffee heisst dort Cappucino.

:Stichworte : Kaffee  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kaffee  
: : Folge vom 10. März 1989  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Wurstwecken" (gefülltes Blätterteiggebäck)  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Zutaten-----

500 g Blätterteig,  
2 Eigelb,  
Mehl zum Auswallen

MMMMM-----zur Füllung:-----

300 g Schweinehack,  
1 altbackenes Brötchen,  
2 fein gehackte Schalotten,  
1 tb gehackte Petersilie,  
Pfeffer aus der Mühle,  
Muskatnuss,  
1 ts Butter,  
3 tb Milch

Das in Milch eingeweichte Broetchen ausdruecken und mit dem Wiegemesser fein hacken. Schalotten in Butter daempfen. Fleisch, gedaempfte Schalotten, eingeweichtes, klein geschnittenes Broetchen und Petersilie in einer Schuessel gut miteinander vermengen. Mit Salz, Pfeffer und frisch geriebener Muskatnuss wuerzen. Aus dieser Masse 12 (ca. 8 cm lange ) Wuerstchen formen.

Blaetterteig auf wenig Mehl messerrueckendick zu einem Rechteck

auswallen. Mit einem scharfen Messer in 12 (8x10 cm) Rechtecke schneiden. Auf jedes Rechteck ein Wuerstchen legen. Den Teig darueber schlagen und mit etwas Wasser an den Kanten zusammen kleben.

Backblech mit kaltem Wasser abspuelen. Wecken auf das Blech legen. Mit Eigelb bepinseln. In dem auf 250 Grad vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten backen. Nach 10 Minuten Temperatur auf 200 Grad reduzieren.

:Stichworte : Gebäck, Herzhaft, Mehlspeise, Schweiz, Wurst  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Basel  
: : Folge 214, vom 16. Mai 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Wurstweggen" (Gefülltes Blätterteiggebäck)  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Blätterteig,  
125 g Bratwurstbrät,  
125 g gekochter Schinken (fein  
-gehackt),  
1 Zwiebel (fein gehackt),  
1 tb Butter,  
1 bn Petersilie (gehackt),  
1 Eiweiß,  
1 Ei

Den Blaetterteig auswallen und in Quadrate (10 x 10 cm) schneiden. Zwiebel und Petersilie in Butter weich daempfen, auskuehlen lassen, mit dem Braet, dem Schinken und dem Eiweiss vermengen. Aus dieser Masse laengliche Wuerstchen formen und in die Mitte der Teigquadrate setzen. Die Raender mit Eiweiss bestreichen und zusammendruecken. Mit Eigelb die "Wurstweggen" bestreichen und auf ein mit kaltem Wasser abgespueltes Kuchenblech setzen. In dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen 12 bis 15 Minuten goldbraun backen.

:Stichworte : Buffet, Fleisch, Gebäck, Herzhaft, Mehlspeise, Wurst  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Partybuffet  
: : Folge 101, vom 26. Januar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Züpfе" (Hefezopf)  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Hefewürfel,  
50 g Wasser,

75 g Butter,  
500 g Mehl (Typ 405),  
12 g Salz,  
1/4 l Milch

MMMMM-----Für die süße Variante:-----

80 g Zucker,  
50 g Sultaninen

Hefewuerfel in Wasser aufloesen, 15 Minuten stehen lassen. Butter weich werden lassen. Mehl in eine Schuessel sieben. In der Mitte eine Vertiefung machen. Die aufgeloeste Hefe hineinschuetten. Mit etwas Mehl zu einem duennen Brei verruehren. 15 Minuten stehen lassen. Salz beifuegen. Die weiche Butter mit dem Backhorn unter das Mehl arbeiten. Nach und nach Milch dazugeben. Mit dem Backhorn, spaeter mit den Haenden zu einem Teig verarbeiten.

(Fuer die suesse Variante: Zucker und Sultaninen beigeben.)

Auf einer trockenen Arbeitsflaechе mit den Haenden gut durchkneten. Zu einer Kugel formen. Mit einem feuchten Tuch bedeckt, an einem warmen Ort 2 Stunden gehen lassen. Teig von neuem durchkneten. Drei Teigstuecke von je ca. 300 g abwiegen. Jedes Stueck zu einer ca. 40 cm langen Rolle ausrollen. Die drei Straenge nebeneinander legen, oben etwas umschlagen und wie einen Haarzopf flechten, der unten wieder umgeschlagen wird. Auf ein gefettetes oder mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.

Den Zopf nochmals mit einem feuchten Tuch zugedeckt 1/2 Stunde gehen lassen. Dann mit Eigelb bepinseln und in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen fuer ca. 70 Minuten geben. Nach 60 Minuten umdrehen, damit auch der Boden schoen gebraeunt wird. Auf einem Gitter auskuehlen lassen.

:Stichworte : Brot, Frühstück  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mit dem Frühstück fängt der Tag an  
: : Folge 189, vom 08. März 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: "Zwiebelwaje" (Zwiebelkuchen)  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

250 g Mehl,  
1/2 ts Salz,  
1/2 tb Weinessig,  
4 tb Sonnenblumenöl,  
100 ml eiskaltes Wasser,  
2 tb Butter

MMMMM-----Belag:-----

2 tb Butter,  
600 g Zwiebeln,  
3 Eier,  
100 ml Sahne,  
100 ml Milch,  
Salz,  
Pfeffer

Das Mehl in eine Schuessel sieben. Alle restlichen Zutaten fuer den Teig mit einem Kochloeffel oder Teigschaber rasch miteinander vermengen, mit moeglichst kalten, nassen Haenden zusammendruecken, in ein feuchtes Tuch gewickelt mindestens 1/2 Stunde im Kuehlschrank lassen. Den Teig fuer ein Kuchenblech von 30 cm Durchmesser auswallen, auf das mit einem Backpapier belegte Blech legen und am Rand hochziehen. Mit einer Gabel mehrmals einstechen.

Fuer den Belag die Butter schmelzen, die Zwiebeln beigeben und auf kleiner Flamme 10 Minuten duensten. Abkuehlen lassen. Die uebrigen Zutaten miteinander vermengen, zum Zwiebelbrei geben. Diesen auf dem Teig verteilen. Im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen 20 bis 30 Minuten goldbraun backen. Sofort servieren.

:Stichworte : Herzhaft, Kuchen, Mehlspeise, Zwiebel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwiebel - hat 7 Häute, beisst alle Leute  
: : Folge 186 vom 25. Januar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Aalröllchen mit Salbei  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 ausgenommener, enthäuteter  
-Aal,  
200 ml herber Weißwein,  
Salz,  
Pfeffer,  
Salbeiblätter,  
100 ml Öl,  
1 Zitrone, Saft von

Das Konstanzer Rezept sieht das nicht vor, ich empfehle aber, den Aal mindestens eine Stunde lang, besser ueber Nacht, im Weisswein zu marinieren.

Man schneidet ihn in 5 cm lange Stuecke, salzt ihn innen und aussen, wickelt um jedes Stueck ein bis zwei Salbeiblaetter, die mit der Oel-Zitronensaft-Mischung bestrichen werden.

Auf dem Grill auf beiden Seiten je 10 Minuten durchbraten. Waehrend des Grillvorgangs ein- bis zweimal mit der Oel-Zitronensaft- Mischung bestreichen. Mit Oel und Essig servieren.

:Stichworte : Aal, Bodensee, Fisch, Süßwasser  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Konstanz - Fische aus dem See  
: : Folge 110, vom 08. Juni 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Abendsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen

Yield: 1 Keine Angabe

2 Kartoffeln,  
1 sl Bauernbrot, evtl. mehr  
1/4 l Wasser,  
Schweineschmalz,  
1 Zwiebel

Die Kartoffeln schaelen, kochen und zerstampfen. Das Brot "schnefeln" (klein schneiden) und dazugeben. Mit Wasser auffuellen und kochen. Zum Schluss im heissen Schweineschmalz die fein geschnittene Zwiebel roesten und ueber die Suppe geben.

:Stichworte : Baden, Schwarzwald, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie bei den Fallers  
: : Folge 227, vom 16. Januar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Äpfel mit Preiselbeeren  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

2 Äpfel,  
Preiselbeeren im Glas,  
250 g Zucker,  
1 l Wasser,  
1/2 Zitrone, Saft von

Aepfel schaelen, halbieren, Kerngehaeuse entfernen. Apfelhaelften in Zuckerwasser mit Zitronensaft weich pochieren, mit Preiselbeeren fuellen und warm servieren.

:Stichworte : Apfel, Dessert, Emmental  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Emmental (I)  
: : Folge 127, vom 12. April 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Afelia (Schweinefleisch in Wein)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 8 Personen

1 1/2 kg Schweinefleisch  
(am besten vom Hals oder  
-von der Schulter!),  
2 tb gemahlener Koriandersamen,  
1 c trockener Rotwein,  
Olivenöl,  
Salz,  
Pfeffer  
Fleisch in Ragout-Stücke  
-schneiden, in ein Gefäß  
-geben, dann den Wein

-hinzugeben  
marinieren lassen. Dann  
-wird das Fleisch aus der  
-Marinade genommen und in  
-Oliven  
Zeit ist das Fett des  
-Fleisches geschmolzen und  
-man nimmt mit einem  
-Schaumlöffel  
um es in einen anderen Topf  
-zu geben. Man würzt mit dem  
-Koriandersamen und mit S  
Dann lässt man das Afelia  
-zugedeckt ca. 1 Stunde  
-köcheln. Afelia schmeckt  
-gut mi  
besten aber mit Bourgouri  
-Pilaf.  
Rezept nach Hotel Amathus

:Stichworte : Fleisch, Schwein, Zypern  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie auf Zypern  
: : Folge 175, vom 6. Juli 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Aioli (Knoblauchmayonnaise)  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

6 Knoblauchzehen, evtl. mehr  
1 Eigelb,  
1/4 l Olivenöl,  
1 ts Zitronensaft,  
Salz,  
schwarzer Pfeffer

Ganz original waere es, die Knoblauchzehen in einem Moerser zu  
zerstampfen, dann das Eigelb und nach und nach - am Anfang tropfenweise  
- das Olivenoel beizugeben und dabei immer in der gleichen Richtung mit  
dem Stoessel zu ruehren. Schliesslich - wenn eine zarte, weiche Creme  
entstanden ist - gibt man den Zitronensaft bei und schmeckt mit Salz  
und Pfeffer ab. Heute macht man Aioli im Mixer.

:Stichworte : Knoblauch, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Knoblauch, schützt nicht nur vor Vampiren  
: : Folge 187 vom 08. Februar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
ts: Tl.



MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Aioli (Knoblauchmayonnaise)  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

6 Knoblauchzehen,  
1 Eigelb,  
1/4 l Olivenöl,  
1 ts Zitronensaft,  
Salz,  
schwarzer Pfeffer

Ganz original waere es, die Knoblauchzehen in einem Moerser zu zerstampfen, dann das Eigelb und - am Anfang tropfenweise - dann nach und nach das Olivenoel beizugeben, dabei immer in der gleichen Richtung mit dem Stoessel zu ruehren. Schliesslich, wenn eine zarte, weiche Creme entstanden ist, gibt man den Zitronensaft bei und schmeckt mit Salz und Pfeffer ab.

Heute macht man Aioli mit dem Mixgeraet.

(Feisst/Rueegg: "Grossmutter's Mittelmeerkueche - Kochen wie im Urlaub", Albert-Mueller-Verlags-AG

:Stichworte : Frankreich, Knoblauch, Mayonnaise, Mittelmeer  
: : Provence, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Provence  
: : Folge 152, vom 12. Juni 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Altes Hunsrücker Hochzeitsessen  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Kg weiße Bohnen  
(sie werden über Nacht  
-eingeweicht),  
1 l Fleischbrühe,  
1 Kg Sauerkraut,  
2 tb Schmalz oder Öl,  
1 kleingeschnittene Zwiebel,  
1 Kg Rauchfleisch  
-(gestreifter Spe  
1 Stange Meerrettich,  
1/2 l Milch,  
1 ts Salz  
1 ts Zucker,  
2 tb Mehl,  
2 Eier,

MMMMM-----zum Garnieren-----  
etwas Petersilie  
etwas Schnittlauch

Sauerkraut mit Rauchfleisch (gestreifter Speck), suesser Meerrettich und weisse Bohnen; diese Zusammenstellung einfacher Zutaten ist so gelungen, dass sie Feinschmecker ins Schwaermen bringt. Das Festessen

muss aus einer Zeit stammen, als im Hunsrueck noch keine Kartoffeln angebaut wurden. Damals gab es Bohnen oder Erbsen als Beilage. Jahrhundertlang hat sich dieses Gericht erhalten. In Simmern und Umgebung wird es auch heute noch in manchen Familien zur Hochzeit gereicht.

Zuerst die weissen Bohnen in einem grossen Topf in der Fleischbruehe weichkochen. Vorsicht! Zwischendurch etwas Wasser hinzugiessen und ruehren, sonst brennen sie an. Das Rauchfleisch in fingerdicke Scheiben schneiden. Die Haelfte davon zusammen mit den Bohnen kochen. In einem grossen Topf oder Braeter die Zwiebel in Oel oder Schmalz roesten, das Sauerkraut und die anderen Rauchfleischscheiben dazugeben und ebenfalls kochen. Nun den Meerrettich putzen, feinraspeln und ihn in der Milch unter staendigem Ruehren aufkochen lassen. Vom Herd nehmen. Das Mehl mit etwas Milch glattruehren und unter den Meerrettich geben. Den Meerrettich etwas abkuehlen lassen und dann die Eier unter die Masse ruehren. Das Ganze auf kleiner Flamme unter staendigem Ruehren 5 Minuten ziehen lassen, von der Kochstelle nehmen. Der Meerrettich wird spaeter kalt zum Fleisch gegessen. Sobald die weisse Bohnen weichgekocht sind, kann serviert werden. Dazu wird, wie in alten Zeiten, Bier und Branntwein getrunken.

(Christiane Becker: Die Hunsruecker Kueche, erschienen im Selbstverlag der Autorin, Bremen 1, Ostendorpstr. 9, Tel.: 0421/702550)

:Stichworte : Bohne, Hunsrück, Speck  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwischen Schwenkbraten und Krommbiere-Wurst  
: : (Rezepte aus dem Hunsrück)  
: : Folge 118, vom 09. November 1994 und  
: : Folge 119, vom 23. November 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Altfränkische Kalbsschnitzel  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Schnitzel à 150 g,  
Salz,  
Pfeffer,  
edelsüßer Paprika,  
Mehl,  
1 tb Schweineschmalz,  
1 kg Spinat,  
1/2 Zwiebel,  
etwas Butter,  
Knoblauchsatz  
1 kg Stangenspargel

MMMMM-----Käsesauce:-----

100 g Butter,  
50 g Mehl,  
0.4 l Milch,  
50 g Parmesan

Zuerst bereitet man den Spargel zu, weil er am laengsten braucht. Die

geschälten Stangen werden in leichtem Salzwasser fünf Minuten bei geschlossenem Deckel gekocht. Anschliessend lässt man sie eine Viertelstunde nur noch offen ziehen. Dem Sud wird eine Butterflocke und eine Prise Zucker beigefügt. Wer die Schalen und Abschnitte nicht fuer eine Creme-Suppe verwendet, sollte sie 20 Minuten kochen und das durchpassierte Kochwasser fuer den Stangenspargel hernehmen. Es erhöht dessen Aroma.

Frischen Blattspinat lässt man fünf Minuten in Salzwasser aufwallen, schreckt ihn dann in Eiswasser ab, damit er seine grüne Farbe behält, presst ihn in einem Tuch aus und gibt ihn in die Pfanne. Darin wurde bereits eine halbe gehackte Zwiebel in etwas Butter angeschwitzt. Man verrührt das Ganze einige Minuten und würzt mit Salz, Pfeffer, edelsüßem Paprika und Knoblauchsatz.

Mit derselben Gewürzmischung reibt man auch die geklopften Schnitzel ein, wendet sie in Mehl und brät sie in Schweineschmalz auf jeder Seite drei Minuten. Fuer die Kaesesauce stellt man zunächst aus Butter und Mehl eine helle Einbrenne her und verrührt sie gut mit der zugegossenen Milch. Diese sogenannte "Sauce Bechamel" wird noch mit geriebenem Parmesan verfeinert.

Das Gericht wird auf einer Platte angerichtet, und zwar bildet der Blattspinat die Unterlage fuer die Schnitzel. Darauf wird der Stangenspargel gelegt und alles mit der Kaesesauce ueberzogen. Das Ganze ueberbackt man im Rohr bei Oberhitze. Im "Hotel Strausse" in Wuerzburg macht man's jedenfalls so.

:Stichworte : Bayern, Fleisch, Kalb, Schnitzel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Oberbayern  
: : Folge 074, vom 11. September 1992  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Amaretto-Zabaglione  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Eigelb,  
4 tb Zucker,  
100 ml Weißwein oder Apfelsaft,  
100 ml Sherry,  
2 Blatt Gelatine,  
200 ml Sahne,  
2 tb Amaretto (Mandellikör),  
2 tb Mandelblättchen

:Stichworte : Buffet, Dessert, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Ostergäste  
: : Folge 168, vom 30. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Amerikaner  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

125 g Butter  
160 g Zucker,  
1 pn Salz,  
3 Eier,  
1 Zitrone (abgeriebene  
-Schale),  
500 g Mehl,  
1 pk Backpulver,  
1/4 l Milch

MMMMM-----Zuckerguss:-----

250 g Puderzucker,  
1 tb Zitronensaft,  
3 tb Wasser

Butter, Zucker und Salz schaumig rühren; Eier nacheinander zugeben, ebenso die Zitronenschale. Das Mehl mit dem Backpulver mischen und wechselweise mit der Milch unterrühren. Der Teig sollte ziemlich fest sein.

Auf ein gefettetes Blech mit einem Essloeffel Teighäufchen geben (Abstand halten, lauft aus), bei 200 Grad 20 Minuten goldbraun backen. Mit einem Messer vorsichtig vom Blech lösen und die glatte Unterseite (noch heiss) mit Zuckerguss bestreichen.

:Stichworte : Gebäck, Pfalz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Pfälzerwald  
: : Folge 140, vom 29. November 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ananas zu Fleisch und Wild  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 c Wasser,  
1/2 c Zucker,  
eine frische Ananas in  
-Stücken,  
1/2 ts gehackter  
Ingwer, eine Prise  
Nelken, eine Prise  
Salz

Wasser mit Zucker aufkochen, Ananas zugeben, eventuell nacheinander in zwei Portionen. Die Stücke in 10 bis 20 Minuten weichkochen. Salz, Ingwer und Nelken hinzufügen und noch weitere fünf Minuten koecheln

lassen. Die Fruchtsauce wie Preiselbeeren zu Wild auf den Tisch stellen.  
:Stichworte : Ananas, Beilage, Exotisch, Fleisch, Frucht, Wild  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte I - Bananen und Ananas  
: : Folge 057, vom 11. Januar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
: : (aus: Das große Buch der Früchte, Südwest-Verlag)  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

c: Tasse  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ananas-Rahm-Eis  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 l Dose Ananas,  
nach Belieben etwas  
-Orangensaft,  
50 g Zucker, evtl. mehr  
400 ml Sahne,  
2 Eiweiß zu Schnee geschlagen

Ananasstuecke mit etwas Orangensaft im Mixer puerieren, den Zucker, die geschlagene Sahne und den Eischnee darunter ziehen. Diese Creme in eine Eisschale, die kalt ausgespult oder deren Boden mit Pergamentpapier belegt wurde, fuellen. Mindestens 3 Stunden im Tiefkuehlfach des Kuehlschranks gefrieren lassen. Das fertige Eis mit Ananasstueckchen und mit roten kandierten Kirschen garnieren, evtl. mit frischem, leicht gesuesstem Himbeermark servieren.

Als festliches Menue mit  
Eierstichsuppe  
Lachs-Forellen-Terrine  
Truthahn mit Kastanienfuellung  
Plumcake  
Ananas-Rahm-Eis

:Stichworte : Ananas, Dessert, Eis, Festliches, Menü  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Festliches Menü 1995  
: : Folge 141, vom 13. Dezember 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ananasfleischragout  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

3 tb Öl,  
75 g Krabben,  
1 tb Mehl,  
1 Eigelb,  
1 lg Zwiebel,  
250 g Schweinefleisch,  
50 g Ananas in Würfeln,  
1 tb Fisch- oder Namplasauc,

1 tb Sojasauce,  
1/4 ts Vetsin (Monosodiumglutamat),  
etwas scharfer Pfeffer oder  
-Tabasco,  
1 pn Korianderpulver

Das Oel erhitzen. Die Krabben mit Mehl bestaeuben, Eigelb zugeben, die Krabben gut darin wenden. Sofort in Oel goldgelb braten, mit einem Schaumloeffel herausheben. Die gehackte Zwiebel in derselben Pfanne goldgelb werden lassen, das in Wuerfel geschnittene Schweinefleisch hinzufuegen und fuenf Minuten garen. Danach Fisch- und Sojasauce, Vetsin, Pfeffer oder Tabasco und Koriander hinzufuegen. Gut umruehren. Ananas mit dem Fleisch vermischen. Alles noch drei Minuten braten lassen. In eine Schuessel geben und mit den Krabben obenauf servieren.

Dazu gehoert Reis und gruener Salat. Sehr schoen sieht es aus, wenn eine Ananas mitsamt dem Schopf laengs halbiert und ausgehoehlt wird.

In den beiden Haelften kann man dann je eine Portion auftragen. Wenn man das Gruen der Ananas nass macht, laesst sich das Gericht im Backofen fuer kurze Zeit warm halten.

:Stichworte : Ananas, Exotisch, Fleisch, Frucht, Krabbe  
: : Meeresfrucht, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte I - Bananen und Ananas  
: : Folge 057, vom 11. Januar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
: : (aus: Das große Buch der Früchte, Südwest-Verlag)  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ananasomelette  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Pro Person:

2 Eier,  
1 tb Milch,  
1 pn Salz,  
etwas Butter,  
Ananasscheiben,  
etwas Sirup

Aus Eiern, Milch und Salz ein Omelette backen, indem die Zutaten zunaechst schaumig geschlagen und dann in heisser Butter in einer Pfanne gebacken werden. Dabei mit dem Pfannenmesser unter das Omelette fahren, um es vom Boden zu loesen. Ist es nicht mehr fluessig, auf den Teller gleiten lassen.

Mit je einer Scheibe Ananas und einigen Tropfen Sirup zu Tisch geben.

:Stichworte : Ananas, Ei, Exotisch, Frucht, Omelette  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte I - Bananen und Ananas  
: : Folge 057, vom 11. Januar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
: : (aus: Das große Buch der Früchte, Südwest-Verlag)

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:

tb: El.

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Andalusische Erdbeeren  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Erdbeeren,  
1 tb Orangenlikör,  
2 tb Zucker,  
4 Eigelb,  
100 g Puderzucker,  
1/8 l Weißwein,  
1 Orange, abgeriebene Schale  
-von  
1/8 l Sahne,  
Schale einer Orange (in  
-ganz feine Streifen  
-geschnitten)

Die gewaschenen, entstielten Erdbeeren halbieren, in eine Schuessel legen, mit dem Likoer betrauefeln, den Zucker darueber streuen, umruehren und ½ Stunde kuehl stellen.

Eigelb, Puderzucker, Weisswein und abgeriebene Orangenschale miteinander vermengen und im Wasserbad zu einer schaumigen Creme schlagen (nicht kochen). Abkuehlen lassen. Mit der ganz steif geschlagenen Sahne vermischen. Die Creme ueber die marinierten Erdbeeren anrichten, die Orangenstreifen darueber verteilen.

:Stichworte : Dessert, Erdbeere, Mai  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was gibt es jetzt? Spargel und Erdbeeren  
: : Folge 193, vom 03. Mai 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Andalusischer Gazpacho (andalusische kalte Suppe)  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

6 sl getoastetes Toastbrot,  
4 Eier,  
2 tb Milch,  
2 tb Olivenöl,  
2 Knoblauchzehen,  
3/8 l Gemüsebrühe  
(möglichst kalt und  
-fettfrei),  
6 tb Olivenöl,  
2 tb Weißweinessig,  
1/8 l Rahm,

12 ts Zucker,  
Cayennepfeffer,  
Salz,  
Pfeffer,  
2 sl Toastbrot ohne Rinde

Das Brot zerschneiden, in ein Mixgeraet geben. Eier und Milch mit einer Gabel miteinander verschlagen.

2 EL Olivenoel erhitzen, den Knoblauch darin duensten. Die Eimasse beigeben, dick werden lassen, ebenfalls in den Mixer geben. Die Gemuesebruehe 5 EL Olivenoel, Weissweinessig, Rahm, Zucker, Cayennepfeffer, Salz, Pfeffer beifuegen. Alles ganz fein puerieren, abschmecken und ueber Nacht kalt stellen.

1 EL Olivenoel erhitzen, die Brotwuerfel darin hellbraun roesten. Den kalten Gazpacho mit den geroesteten Brotwuerfel servieren.  
(Feisst/Rueegg: "Grossmutter's Mittelmeerkueche - Kochen wie im Urlaub", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Andalusien, Kalt, Mittelmeer, Spanien, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Mittelmeerkueche - Andalusien  
: : Folge 153, vom 26. Juni 1996  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sl: Scheib.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Andalusisches Kaninchen  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

4 tb Olivenoel,  
3 Paprika,  
1 Kaninchen in Ragout-Stuecke  
-zerteilt,  
3 Zwiebeln,  
2 Knoblauchzehen,  
1/8 l Huennerbruehe,  
Salz,  
Pfeffer,  
4 tb Sherry

MMMMM-----fuer den Reis:-----

600 ml Wasser,  
Salz,  
300 g Reis (z. B. Arborio),  
1 Brieflein Safran

Olivenoel erhitzen, die in Streifen geschnittenen Paprika darin 5 Min. duensten. Das Gemuese herausnehmen. Im gleichen Oel das Fleisch hellbraun anbraten. Mit Wasser oder Bruehe abloeschen, wuerzen und ca. 1/2 Stunde schmuergeln lassen. Das Gemuese wieder dazugeben. Mit Sherry verfeinern. Fuer den Reis Wasser mit Salz aufkochen, den Reis beigeben, 15 Minuten koecheln lassen. Dann mit Safran wuerzen.

Den Reis in einer vorgewaermten Schuessel anrichten, die Fleischstuecke



mit dem Gemuese darauf verteilen.

(Feisst/Rueegg: "Grossmutter's Mittelmeerkueche - Kochen wie im Urlaub",  
Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Andalusien, Fleisch, Kaninchen, Mittelmeer, Spanien  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Andalusien  
: : Folge 153, vom 26. Juni 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Apfel mit Turban  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 mittelgroße süße Äpfel,  
150 g Zucker,  
150 g gehackte Haselnüsse,  
1 tb Sultaninen,  
1 ts Zimt,  
1 ts Pimentpulver,  
2 ts Vanillezucker,  
2 Eiweiß

Die Aepfel waschen, schaelen und das Kerngehaeuse mit einem  
Apfelaustecker entfernen. Die Aepfel in einem Topf mit dem Zucker und 1  
Tasse Wasser 20 Minuten kochen lassen. Dann mit einer Schaumkelle aus  
dem Sirup nehmen und den Sirup aufheben.

Die Haselnuesse, die Sultaninen, den Zimt, das Pimentpulver und den  
Vanillezucker mischen und in die Aepfel fuellen.

Die Aepfel in eine gebutterte Auflaufform setzen und falls von der  
Nuss-Sultaninenmasse noch etwas uebrig waere, um die Aepfel streuen.

Die Eiweiss zu steifem Schnee schlagen und unter Ruehren den Sirup  
zufuegen, so dass eine Creme entsteht.

Diese Creme mit einem Loeffel oder mit einem Spritzsack in Form eines  
Turbans auf die Aepfel geben. Die Aepfel im auf 150 Grad heissen  
Backofen ca. 20 bis 30 Minuten leicht braun werden lassen.

:Stichworte : Apfel, Süßspeise, Türkei  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Lykien/Türkei  
: : Folge 174, vom 22. Juni 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Apfel-Chutney  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

2 kg Äpfel  
500 g Zwiebeln  
500 g Rosinen

1 l Weißweinessig  
400 g Zucker  
1 ts Nelkenpulver  
1 ts Zimtpulver  
1 tb Salz  
eventuell etwas Chilipulver

Essig, Zucker, Gewuerze und Salz miteinander in einem Emaille-Kochtopf aufkochen.

Aepfel, Zwiebeln und Rosinen beigegeben. Auf kleinstem Feuer zu einem Mus kochen.

Dabei oft umruehren, damit das Chutney nicht anbrennt. Heiss in Schraubdeckelglaeser abfuellen.

An einem dunklen kuehlen Ort aufbewahren.

:Stichworte : Apfel, Chutney  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen und Backen mit Äpfeln  
: : Folge 198, vom 13. September 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Apfel-Speck-Pfannkuchen (halb süß und halb pikant)  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

2 Tassen Milch,  
1 c Wasser,  
6 tb Mehl, evtl. mehr  
1 Msp. Backpulver,  
4 Eier,  
etwas Salz,  
4 tb Zucker, gehäufte  
2 Äpfel, säuerliche  
50 g Butter,  
125 g fetter Speck in dünnen  
-Scheiben,  
1/2 ts Zimt

Milch und Wasser vermischen, das Mehl mit dem Schneebesen so einruehren, dass es keine Kluempchen gibt. Etwas Backpulver einstreuen, die Eier, Salz und 3 EL Zucker zugeben. Den Teig 10 Minuten quellen lassen. Die Aepfel schaelen und vierteln, die Kerngehaeuse entfernen und die Viertel in duenne Scheiben schneiden. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen, ein Viertel des Teigs hineingiessen. Apfel- und Speckscheiben auf den Pfannkuchen legen. Wenn die Unterseite schoen braun gebacken ist, den Pfannkuchen ueber den Deckel umwenden und von der anderen Seite knusprig backen. Aus dem Teig noch drei weitere Pfannkuchen backen, die vor dem Anrichten mit Zimt und dem restlichen Zucker bestreut werden.

:Stichworte : Apfel, Ei, Mehlspeise, Pfannkuchen, Speck  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 163, vom 19, Januar 1997

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.  
c: Tasse  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Apfeldessert  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Vanillecreme:-----

1/4 l Sahne,  
1 Vanillestange,  
Zucker nach Geschmack,  
2 Eigelb

MMMMM-----Apfelmus:-----

500 g Äpfel,  
1 Stück Zimtstange,  
1/4 l steif geschlagene Sahne,  
Löffelbiskuits,  
Calvados

Vanillestange der Laenge nach aufschneiden und mit Zucker in fluessiger Sahne aufkochen. Die Eigelb unter Ruedhren dazumischen. Vom Feuer nehmen, Vanillestange auskratzen und die Schote herausnehmen. Die Creme erkalten lassen.

Aepfel schaelen, in Stuecke schneiden und mit einem Stueck Zimtstange und Zucker (je nach Belieben) kochen bis die Aepfel weich sind. Dann Zimtstange herausnehmen und Aepfel puerieren.

Loeffelbiskuits mit Calvados traenken und eine Glasschale damit auslegen. Die erkaltete Vanillecreme und das erkaltete Apfelmus schichtweise in die Glasschale geben und bis zum Servieren kuehl stellen.

Wenn Kinder mitessen oder Alkohol vermieden werden muss, koennen die Biskuits auch mit Apfelsaft getraenkt werden.

:Stichworte : Apfel, Dessert  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fleischlose Küche  
: : Folge 220, vom 26. September 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Apfelkrapfen mit Bierschaumsauce  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 6 Personen

6 lg Äpfel (ca. 700 g)  
1 tb Puderzucker,  
2 tb Cognac

MMMMM-----Ausbackteig:-----

150 g Mehl,  
1 tb Öl,  
1 pn Salz,  
1 tb Speisestärke,  
2 Eigelb,  
40 g Zucker,  
1/2 l Altbier,  
2 Eiweiß,  
1 l Pflanzenfett zum Ausbacken

MMMMM-----Sauce:-----  
2 Eigelb,  
1 Ei,  
100 g Zucker,  
1 c Altbier

Mit dem Apfelausstecher die Kerngehaeuse entfernen, Aepfel schaelen, in 5 bis 6 mm dicken Scheiben schneiden, mit Puderzucker bestaeuben, mit Cognac betrauefeln. 60 Minuten ruhen lassen.

Fuer den Ausbackteig Mehl, Oel, Salz, Speisestaerke, Eigelb, Zucker und Bier zu einem dickflussigen Teig verruehren. Eiweiss steif schlagen und unter die Teigmasse heben.

Die Apfelscheiben durch den Teig ziehen und in heissem Fett (180 Grad) in einem Fett-Topf goldgelb ausbacken. Warm stellen.

Fuer die Sauce Ei, Eigelb und Zucker schaumig ruehren. Altbier darunter mischen. Im heissen Wasserbad so lange schlagen bis die Masse weisscremig ist.

Mit den ausgebackenen Apfelringen anrichten.

:Stichworte : Apfel, Bier, Fettgebackenes, Krapfen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Bier  
: : Folge 060, vom 12. April 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.  
pn: Prise  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Apfelkuchen "Demoiselles Tatin"  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Kuchenteig (ergibt zwei Kuchen):-----  
125 g kalte Butterflocken (  
die Großmutter tat sie über  
-Nacht in den Keller,  
wir haben den Kühlschrank.  
-Eilige stellen die Flocken  
1/2 Stunde in den Tiefkühler)  
250 g Mehl  
1 ts Salz, gestrichener  
4 tb möglichst kaltes Wasser,  
-evtl. mehr

MMMMM-----Belag:-----

50 g Butter  
150 g Staubzucker  
900 g Äpfel  
150 g Kuchenteig

Die Butter mit moeglichst kuehlen Haenden unter das Mehl reiben, das Wasser loeffelweise begeben, rasch kneten, eine Kugel formen, ueber Nacht in den Keller oder 1 Stunde in den Tiefkuehler stellen.

Die Aepfel schaelen und vierteln (Jonathan, Gravensteiner oder Golden Delicious). Das Kerngehaeuse entfernen und die Apfelviertel in 5 mm dicke Scheiben schneiden.

Eine Springform mit 1 EL Butter bestreichen. 1/2 Tasse Staubzucker auf den Boden gleichmaessig verteilen und mit einer Lage Apfelscheiben belegen.

Diese mit 1 EL Staubzucker und 1 TL Butterflocken bestreuen. Naechste Lage Apfelscheiben einlegen und wieder mit 1 EL Staubzucker und 1 TL Butterflocken bestreuen.

Diesen Vorgang wiederholen, bis alle Apfelscheiben eingelegt sind. Letzte Schicht mit 2 EL Staubzucker und 1 EL Butterflocken bestreuen.

Springform auf den Boden des vorgewaermten Ofens stellen und nun mit auf hoechster Stufe eingeschalteter Unterhitze 1/2 Stunde backen.

Kuchenteig ausrollen und damit die Apfelscheiben in der Springform bedecken. Nochmals 10 Minuten backen, bis der Deckel eine goldbraune Farbe hat.

Die Form aus dem Ofen nehmen und den Apfelkuchen auf einen feuerfesten Teller stuerzen (der Teigdeckel wird zum Boden). Die Oberflaeche mit 2 EL Staubzucker bestreuen.

Kuchen nochmals auf die oberste Backrille schieben und 5 bis 10 Minuten ueberbacken, bis der Zucker karamellisiert.

:Stichworte : Apfel, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen und Backen mit Äpfeln  
: : Folge 198, vom 13. September 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Apfelkuchen (Torta di mele)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg geschälte Äpfel in kleine  
-Stücke geschnitten  
3 Eier  
350 g weisses Mehl  
200 g Zucker  
1 pk Backpulver

100 g Butter  
1 pk Milch  
1 pk Weisswein

Die Eier mit dem Zucker schaumig rühren. Dann die zimmerwarme Butter, Mehl, Milch, Wein und das Backpulver dazugeben und alles gut vermischen. Die Apfelstücke darunter heben. Diesen Teig in eine eingefettete Kuchenform geben und fuer ca. 1 Stunde in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen geben.

:Stichworte : Apfel, Italien, Kuchen, Veltlin  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 210, Kochen wie im Veltlin  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Apfelkuchen mit Rahmguss  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Blätterteig,  
säuerliche Äpfel,  
150 g geschälte und geriebene  
-Mandeln,  
2 1/2 dl Rahm,  
100 g Puderzucker

Eine Backform wird mit Blätterteig belegt. Darauf gibt man schichtweise in dünne Scheibchen geschnittene Äpfel bis ca. 1/2 cm unter den Rand der Form. Mandeln werden mit Rahm verrührt und ueber die Äpfel gegossen.

Der Kuchen wird mit dem Puderzucker bestreut und im heissen Ofen gebacken (20 Minuten unterste Rille bei 200 Grad. Fuer die letzten 5 Minuten Ofen auf "Grill" schalten).

:Stichworte : Apfel, Engadin, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Engadin  
: : Folge 134, vom 30. August 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Apfelkuchen vom Blech  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Backblech

280 g Mehl (Type 1050),  
1 pk Backpulver,  
150 g Magerquark,  
60 g Pflanzenöl,  
6 tb Milch (1,5% Fett),  
1 ts flüssiger Süßstoff,

1 pn Salz,  
1 kg Äpfel,  
    Zimtpulver,  
20 g Mandelblätter,  
    Fett für das Backblech

Das Blech einfetten. Den Backofen auf 170 Grad vorheizen. Das Mehl mit dem Backpulver mischen und auf ein Backbrett sieben. In die Mitte eine Vertiefung druecken und den Quark, das Oel, die Milch, den Suesstoff und das Salz hineingeben. Alle Zutaten zu einem glatten Teig verkneten.

Die Aepfel waschen, schaelen, vom Kerngehaeuse befreien und in duenne Scheiben schneiden.

Den Teig auf dem Blech gleichmaessig ausrollen. Die Apfelscheiben auf dem Teig verteilen, mit Zimt und den Mandelblaettchen bestreuen.

Den Apfelkuchen im Backofen (Mitte) etwa 30 Minuten backen.

Den Kuchen auskuehlen lassen und in 24 gleich grosse Stuecke schneiden.

:Stichworte : Apfel, Diabetes, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen für Diabetiker  
: : Folge 202, vom 08. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer  
: : 90 kcal

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Apfelküchle in Salbeiteig  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

125 g Weißmehl,  
50 g Mandeln (gemahlen),  
6 tb Salbeiblätter (fein  
    -geschnitten),  
1/2 ts Salz,  
4 tb flüssiger Honig,  
5 dr Bittermandelaroma,  
200 ml Bier oder Apfelsaft,  
2 Eigelb,  
2 Eiweiß,  
1 pn Salz,  
4 säuerliche Äpfel,  
1 Zitrone (Saft),  
3 tb Wasser,  
    Öl zum Frittieren,  
    einige Salbeiblätter (in  
    -feinen Streifen),  
2 tb Puderzucker

Mehl, Mandeln, fein geschnittene Salbeiblaettchen und Salz in einer Schuessel gut mischen. In einem anderen Gefaess die Haelfte des Honigs, Bittermandelaroma, Bier oder Apfelsaft mischen und unter die Mehlmischung geben. Zu einem glatten Teig verruehren. Die Eigelb

darunter mischen und den Teig 30 Minuten gehen lassen.

Die Eiweiss zu Schnee schlagen und den restlichen Honig darunter heben.  
Kurz vor dem Ausbacken mit dem Teig mischen.

Die Aepfel schaelen (vom Kerngehaeuse befreien) und in dicke Ringe schneiden. Den Zitronensaft mit dem Wasser mischen und ueber die Apfelringe geben. Die Ringe durch den Teig ziehen und im heissen Oel (ca. 190 Grad) backen.

Die Apfelkuechle mit Puderzucker bestaeuben und mit Salbeistreifen bestreuen.

:Stichworte : Apfel, Fettgebackenes, Gebäck, Salbei  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Salbei  
: : Folge 255 vom 20. Mai 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.  
dr: Tropfen

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Apfelmuskuchen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g Mehl,  
200 g Zucker,  
100 g Butter,  
2 Eier,  
1/2 ts Salz,  
1/2 ts gem. Nelken,  
1 ts Backpulver,  
1/2 ts Muskat,  
1 ts Zimt,  
1 Schnaps

MMMMM-----Außerdem:-----

1 lg Tasse Apfelmus,  
150 g Rosinen,  
100 g gehackte Walnüsse

Mehl, Zucker, Butter, Eier, Salz, Nelken, Backpulver, Muskat, Zimt und Schnaps gut miteinander verruehren und einige Minuten kneten.  
Dann Apfelmus, Rosinen und Walnuesse daruntermengen.  
Der Teig in eine ausgebutterte Kastenform geben und bei mittlerer Hitze etwa eine Stunde backen.

:Stichworte : Apfel, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Hotzenwald  
: : Folge 138, vom 11. Oktober 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

lg: gross.



ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Apfelrösti  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g altbackenes Brot,  
50 g Rosinen,  
8 saftige,  
säuerliche Äpfel,  
80 g Butter,  
100 g Zucker,  
1 Msp. Zimt,  
100 ml Apfelsaft

Brot in feine Scheiben schneiden. Rosinen in lauwarmem Wasser einweichen. Aepfel schaelen, in Scheibchen schneiden. Die Haelfte der Butter in der Pfanne schmelzen und das Brot und die Apfelscheibchen dazugeben, mischen und zugedeckt 10 Minuten daempfen. Von Zeit zu Zeit die restliche Butter dem Pfannenrand entlang begeben. Zucker darueber streuen. Zimt in Apfelsaft auflösen. Die ausgedrueckten Rosinen und den Apfelsaft ueber die Apfelroesti geben.

:Stichworte : Apfel, Brot, Obst, Rösti, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
:  
: : Trockenenes Brot  
:  
: : Folge 230 vom 27. Februar 2000  
:  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Apfelrotkohl  
Categories: Beilagen  
Yield: 2 Personen

400 g Rotkohl,  
100 g Apfel,  
1 sm Zwiebel,  
2 Gewürznelken,  
1 Lorbeerblatt,  
20 g Schmalz,  
1 tb Essig,  
1 Spritzer flüssiger Süßstoff,  
Salz,  
schwarzer Pfeffer,  
100 ml entfettete, heiße Fleisch-  
-oder Knochenbrühe

Den Kohlkopf putzen, halbieren und den Strunk herausschneiden. Den Rotkohl in feine Streifen schneiden. Den Apfel vierteln und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel schaelen und mit den Nelken und dem Lorbeerblatt spicken.

Das Schmalz in einem Schmortopf zerlassen, dann den Kohl und die Apfelscheiben in das Fett geben. Mit dem Essig, dem Suesstoff, Salz und Pfeffer wuerzen. Gut umruehren. Die Fleischbruehe dazugiessen und die Zwiebel dazugeben. Das Gemuese zugedeckt bei mittlerer Hitze 30 bis 40 Minuten schmoren lassen. Dabei ab und zu umruehren.

Die Zwiebel herausnehmen und den Rotkohl eventuell nochmals wuerzen.

:Stichworte : Beilage, Diabetes, Gemüse, Kohl, Rotkohl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen für Diabetiker  
: : Folge 202, vom 08. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
: : 170 kcal

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Apfelsauce  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

1 lg Apfel  
100 g mittelfester Käse  
-("Fontina")  
50 g gekochter Schinken  
30 g beliebige Nüsse  
4 tb Olivenöl  
Salz  
Pfeffer  
1/2 Zitrone, Saft von

Apfel schaelen, vom Kerngehaeuse befreien und in kleine Wuerfel schneiden. Kaese und Schinken ebenfalls in kleine Wuerfel schneiden. Nuesse schaelen und grob hacken. Alle Zutaten miteinander vermengen.

:Stichworte : Apfel, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen und Backen mit Äpfeln  
: : Folge 198, vom 13. September 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Apfelspeise  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

Apfelmus,  
3 sl Pumpernickel, evtl. mehr  
3 dl Rahm,  
30 g Zucker,  
3 tb Preiselbeeren,  
30 g Schokoladeraspeln

MMMMM-----für Apfelmus:-----

1 1/2 kg Äpfel,  
100 g Zucker, evtl. mehr (je nach  
-Sorte),  
2 dl Wasser oder Süßmost,  
etwas Zimt,

eventuell Zitronenschale

Die Aepfel schaelen, mit dem Kernhaus in Achtel schneiden, mit Zucker und Wasser oder Suessmost aufsetzen, zugedeckt rasch weichkochen und sofort passieren (durchstreichen). Das Mus eventuell mit etwas Zimtpulver bestaeuben.

Pumpernickel fein zerkruemeln oder reiben und gut mit Calvados traenken. Den Rahm steif schlagen, leicht suessen.

In eine Schuessel lagenweise Apfelmus und Brot geben. Den Rahm als dicke Schicht daraufstreichend. Mit Preiselbeeren ein Raendchen drauflegen, eventl. Mit Schokoladeraspeln bestreuen.

:Stichworte : Apfel, Dessert  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Dünsten und Sieden  
: : Folge 166, vom 02. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.  
sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Appenzeller Bienenstich  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig-----

300 g Mehl  
50 g Butter  
2 tb Zucker  
1 ts Salz  
1 1/2 dl Milch,  
1 pk Vanillezucker  
10 g Hefe

MMMMM-----Guss-----

50 g Butter  
2 tb Honig, evtl. mehr  
1 tb Milch  
100 g Mandelblättchen

MMMMM-----Füllung-----

1 tb Stärkemehl  
2 dl Milch  
1 tb Zucker  
1 Ei  
1/2 Vanillestange  
1 dl Rahm

Aus den Teigzutaten einen Hefeteig ruehren und 1 Stunde an einem warmen Platz gehen lassen.

Die Zutaten fuer den Guss mischen und erwaermen. Teig in eine Springform (24 cm) geben. Die Gussmasse darauf verteilen. Im Ofen bei 180 Grad 25 Minuten backen bis der Guss goldbraun ist.

Aus den Zutaten fuer die Fuellung, jedoch ohne Rahm eine Creme kochen

und erkalten lassen. Dann die geschlagene Sahne darunter mischen. Den Kuchen halbieren, Schnittflaechе mit der Creme bestreichen und Kuchen wieder zusammensetzen.

:Stichworte : Appenzell, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 206, Kochen wie in Appenzell  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.  
pk: Pkg.  
ts: Tl.

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Appenzeller Fleischvögel  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

4 dünne Rindhuftplätzli  
8 sl Mostbröckli oder Bündner  
-Fleisch oder Rohschinken  
200 g Kalbsbrät  
1/2 ts Kümmel  
Salz  
Pfeffer  
2 sm Zwiebeln, feingehackt  
100 g eingeweichte, getrocknete  
-Steinpilze  
4 dl vergorener Apfelwein  
Mehlbutter (Butter mit Mehl  
-gut verkneten)  
1 Lorbeerblatt  
2 Nelken  
Öl

Braet, Zwiebeln, ausgedrueckte Steinpilze, Kuemmel, Salz und Pfeffer gut miteinander vermischen und anbraten.

Auf jedes Rindhuftplaetzli zunaechst jeweils 2 Scheiben Mostbroeckli legen, darauf von der obigen Fuellmasse und wie eine Roulade zusammenrollen und fixieren. In heissem Oel die Fleischvoegel von jeder Seite anbraten und mit Apfelwein abloeschen. Mehlbutter zum Binden dazugeben, sowie Lorbeerblatt und Nelken und ca. 30 Minuten koecheln lassen.

:Stichworte : Appenzell, Fleisch, Kalb, Rind, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 206, Kochen wie in Appenzell  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

Legende:

dl: deciliter  
sm: klein.  
sl: Scheib.  
ts: Tl.

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Appenzeller Haferflockensuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen

Yield: 1 Keine Angabe

1 sm Zwiebel in Ringe geschnitten  
6 tb Haferflocken  
30 g Butter  
1 bn Petersilie, fein geschnitten  
1 sm Lauch, in Streifen  
-geschnitten  
8 dl Hühnerbrühe  
2 dl Rahm  
100 g Appenzeller, gerieben  
1 bn Schnittlauch, gehackt

Die Zwiebeln in heisser Butter glasig werden lassen. Die Haferflocken dazugeben und unter Rühren 2 bis 3 Minuten roesten. Petersilie und Lauch ebenfalls dazugeben und kurz mitdunsten. Mit Brühe abloeschen und 15 bis 20 Minuten koecheln lassen. Mit Rahm verfeinern.

Beim Anrichten dick mit geriebenem Appenzeller und Schnittlauch bestreuen.

:Stichworte : Appenzell, Käse, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 206, Kochen wie in Appenzell  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
dl: deciliter  
tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Appenzeller Käsekugeln  
Categories: Käsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g geriebener Appenzeller Käse  
8 Eiweiß  
Salz  
Pfeffer aus der Mühle  
Fritieröl

Das Eiweiss zu Schnee schlagen und mit dem geriebenen Kaese, Salz und Pfeffer gut vermischen. Mit einem Loeffel Kugeln formen und in der Friteuse ausbacken.

Schmeckt warm und kalt zu Wein oder einem "Appenzeller" (Kraeuterlikoer)

:Stichworte : Appenzell, Käse  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 206, Kochen wie in Appenzell  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Appetitanregender Salat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Kopfsalat,  
2 Tassen Bananenscheiben,

2 Tassen Ananaswürfel,  
1 c Grapefruitfilets,  
2 tb süße Sahne,  
1 tb Zitronensaft,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 pn Zucker, eventuell  
2 tb Walnusskerne

Den Salat waschen, schoene zarte Blaetter auf eine Platte legen, darauf die Bananenscheiben, darueber Ananaswuerfel, mit Grapefruitfilets verzieren. Die aus Sahne, Zitronensaft, Salz und Pfeffer gemischte Salatsauce, die eine Prise Zucker enthalten kann, daruebergiessen und mit den Walnusskernen betreuen. Kalt auftragen.

:Stichworte : Ananas, Banane, Exotisch, Frucht, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte I - Bananen und Ananas  
: : Folge 057, vom 11. Januar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
: : (aus: Das große Buch der Früchte, Südwest-Verlag)  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Aprikosenglasur  
Categories: Grundlagen, Informationen  
Yield: 1 Keine Angabe

450 g Aprikosenkonfitüre,  
3 tb Wasser,  
1 tb Zucker,  
kandierte Orangenscheiben

Aprikosenkonfituere mit Wasser und Zucker bei mittlerer Hitze aufkochen. Den Kuchen damit einpinseln. Ueber die fest gewordene Glasur kann man anschliessend zusaetzlich noch Zuckerguss streichen. Nach Belieben mit kandierten Orangenscheiben garnieren.

:Stichworte : Glasur, Grundlage, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gugelhupf  
: : Folge 205, vom 20. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Aprikosenparfait  
Categories:  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g Aprikosen,  
50 g Zucker,  
2 Eigelb,

50 g Puderzucker,  
200 ml Sahne,  
Apricotbrandy

Aprikosen halbieren, entsteinen und in wenig Wasser mit 50 g Zucker weichkochen. Danach durch ein Haarsieb passieren. Eigelb und Puderzucker schaumig rühren. Die Aprikosenmasse daruntermischen. Die Sahne schlagen und unter die Aprikosenmasse heben. Das Ganze fuer ca. 90 Min. ins Kuehlfach stellen. Vor dem Servieren kann man etwas Apricotbrandy daruebergiessen.

:Stichworte : Anniviers, Aprikose, Dessert, Parfait  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Val d'Anniviers  
: : Folge 163, vom 11. Juli 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Aprikosensorbet mit Minze  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Aprikosen (oder Pfirsiche),  
40 g Zucker,  
1/4 l trockener Weißwein  
-(ersatzweise Apfels  
1/2 bn Minze oder Zitronenmelisse,  
2 tb Zitronensaft

Obst schaelen und in Wuerfel schneiden. Mit Zucker und einem Achtelliter Wein weich kochen. Im Mixer puerieren und mit der fein gehackten Minze oder Zitronenmelisse mischen. Das Ganze in eine Metallschuessel geben und in den Gefrierschrank stellen. Das Sorbet alle 20 Minuten mit dem Schneebesen kraeftig durchruehren, damit sich keine Eiskristalle bilden.

Sobald das Sorbet fest ist, mit einem Eisportionierer oder mit einem Essloeffel Kugeln abstechen und in hohe Glaeser verteilen. Mit dem restlichen, gut gekuehlten Wein aufgiessen und sofort servieren.

:Stichworte : Aprikose, Dessert, Kräuter, Minze, Pfirsiche, Sorbet  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gartenkräuter / Wildkräuter  
: : Folge 169, vom 13. April 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
bn: Bd.  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Arabisches Fladenbrot  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Hefewürfel,  
50 ml Wasser,  
500 g Weißmehl (Typ 405),  
10 g Salz,

50 ml Olivenöl,  
250 ml Wasser

Hefewuerfel in 50 ml zimmerwarmem Wasser auflösen und 10 Minuten stehen lassen.

Mehl in eine Schuessel sieben und in die Mitte eine Vertiefung machen. Das Hefewasser hineingeben, mit etwas Mehl zu einem duennen Brei ruehren und 15 Minuten stehen lassen.

Salz und portionsweise Olivenoel und 250 ml zimmerwarmes Wasser zugeben und zu einem Teig verarbeiten. Diesen zuerst in der Schuessel, bis alles Mehl hineingearbeitet ist, dann von Hand auf einer trockenen Arbeitsflaeche zu einem glatten Teig kneten. 5 Minuten durchkneten. Zu einer Kugel formen. In die Schuessel zurueckgeben. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 1 1/2 Stunden gehen lassen.

Danach nochmals durchkneten. Zu einer Kugel formen. Diese in acht gleich grosse Stuecke teilen. Zu Kugeln formen und nochmals 30 Minuten gehen lassen.

Die Kugeln mit dem Wallholz zu 1 1/2 cm dicken Fladen druecken. Auf ein gefettetes oder mit Backpapier belegtes Kuchenblech legen. In dem auf 250 Grad vorgeheizten Backofen 12 Minuten backen.

Serviervorschlag: Der Kante entlang mit einer Schere aufschneiden. Mit Salat oder gebratenem Hackfleisch fuellen.

:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brotbacken  
: : Folge 248 vom 28. Januar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Arabisches Fladenbrot  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Würfel Hefe,  
50 ml Wasser,  
1/2 kg Weißmehl (Typ 405) oder  
-Vollkornmehl,  
10 g Salz,  
100 ml Olivenöl,  
200 ml Wasser

Hefe in 50 ml Wasser auflösen und 10 Minuten stehen lassen. Mehl in eine Schuessel sieben. In der Mitte eine Vertiefung machen. Die aufgeloeste Hefe hineingeben, mit etwas Mehl zu einem duennen Brei verruehren. 15 Minuten stehen lassen.

Salz dazumischen. Mit dem Backhorn oder dem Kochloeffel bei portionsweiser, abwechselnder Zugabe von 100 ml Olivenoel und 200 ml Wasser zu einem Teig verarbeiten. Diesen zuerst in der Schuessel, bis alles Mehl hineingearbeitet ist, dann von Hand auf einer trockenen Arbeitsflaeche zu einem glatten Teig kneten. 5 Minuten durchkneten. Zu einer Kugel formen. In die Schuessel zurueckgeben. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 1 1/2 Stunden gehen lassen.

Den Teig zu einer Kugel formen. Diese in acht gleich grosse Stuecke



teilen und wieder zu Kugeln formen. Weitere 30 Minuten gehen lassen. Die Kugeln mit dem Wallholz zu 1 1/2 cm dicken Fladen druecken. Auf ein gefettetes oder mit Backpapier belegtes Kuchenblech legen. In dem auf 250 Grad vorgeheizten Backofen 12 Minuten backen. Danach der Kante entlang mit einer Schere aufschneiden. Mit Salat oder gebratenem Hackfleisch gefuellt servieren.

:Stichworte : Brot, Fladenbrot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pizza und Pitta  
: : Folge 103, vom 23. Februar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ardezer Fleischtorte  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 8 Personen

320 g Kalbfleisch (vom  
-Ragoutstück),  
320 g Schweinefleisch (vom  
-Ragoutstück),  
180 g grüner Speck,  
70 g geräucherter Speck,  
50 g Geflügelleber,  
70 g Champignons,  
100 g Apfelschnitze,  
2 tb Öl,  
3 tb Madeira (portugiesischer  
-Süßwein),  
3 tb Cognac,  
3/4 tb Salz,  
1 Zweig Thymian,  
2 Blatt Salbei,  
1/2 Blatt Lorbeer,  
2 Eier verquirlt,  
1 dl Rahm,  
100 g Sultaninen,  
100 g dünne Spickspeckscheiben

Fleisch- und Speckstuecke in gleich grosse, ca. 40 g schwere Stuecke schneiden und im sehr heissen Oel kurz anbraten.

Gefluegelleber, Champignons und Aepfel ebenfalls beigeben und mitduensten. Mit dem Madeira und Cognac abloeschen und flambieren. Wuerzen mit Salz, Thymian, Salbei und Lorbeer.

Masse erkalten lassen und durch die feinste Scheibe des Fleischwolfes drehen. Eingeweichte Sultaninen druntermischen.

Terrinenform mit den Spickspeckscheiben exakt auslegen. Fleischmasse einfuellen und mit einem Essloeffel flachdruecken, damit keine Hohlraeume entstehen. Speckscheiben einschlagen. Terrinendeckel aufsetzen.

Die Fleischtorte im Ofen im Wasserbad bei ca. 160 Grad waehrend 45 bis 60 Minuten pochieren. Terrine in der Form erkalten lassen.

Gestuerzte Fleischtorte in 1 cm dicke Tranchen schneiden. Mit Blumenstielen aus Lauch, einem mit Preiselbeeren gefuellten Apfel und geviertelten Essigzwetschgen kann ein gefaelliger Teller angerichtet

werden.

:Stichworte : Engadin, Fleisch, Kalb, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Engadin  
: : Folge 134, vom 30. August 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Auberginen in Öl  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Auberginen,  
50 ml Weißweinessig,  
Salz,  
1 Msp. geriebener Muskat  
6 Gewürznelken,  
1 ts Pfefferkörner,  
1/2 Zimtstange,  
Olivenöl

Auberginen waschen, Stielansatz entfernen, in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Diese so zerteilen, dass sie sich gut in Schraubendeckelglaeser fuellen lassen.

Weissweinessig, Salz, Muskat, Gewuerznelken, Pfefferkoerner und Zimtstangen aufkochen. Die Gemuesescheiben portionsweise 3 Minuten darin koecheln lassen, mit dem Schaumloeffel herausheben, in die mit heisser Essig-Salzloesung (2 El Essig, 2 El Salz auf 1 l kochendes Wasser) ausgespuelten Schraubendeckelglaeser geben. Die Gewuerze dabei in die einzelnen Glaeser verteilen. Auskuehlen lassen. Ueber das Gemuese so viel Olivenoel geben, dass es vollstaendig damit bedeckt ist. Glaeser verschliessen. Dunkel, kuehl und trocken aufbewahren (4 bis 6 Monate haltbar).

:Stichworte : Aubergine, Eingelegtes, Gemüse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Vorräte für den Winter  
: : Folge 177, vom 14. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Auberginen-Tomaten-Gemüse  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Auberginen ,  
4 lg Tomaten,  
6 tb Olivenöl,  
6 Knoblauchzehen,

- 2 Zweige Pfefferminze,
- 1 Msp. Puderzucker,
- Salz,
- Pfeffer aus der Mühle

Die Auberginen auf eine Platte setzen, mit Salz bestreuen und 30 Minuten "weinen" lassen. In der Zwischenzeit den Knoblauch und die Pfefferminze fein hacken. Die Tomaten schaelen, entkernen und in Viertel schneiden. Wenn die Auberginen genuegend geweint haben, sorgsam auspressen und die Fluessigkeit abtrocknen.

In 3 EL heissem Olivenoel die Auberginenscheiben auf kleinem Feuer anbraten. Den Knoblauch und die Pfefferminze darueber streuen, das restliche Olivenoel darauf trauefeln.

Parallel dazu in 2 EL Olivenoel die Tomaten geben und den Puderzucker darueber streuen. Bei mittlerem Feuer ca. 3 Minuten duensten, dabei zwei- bis dreimal umruehren. Dann den Topf vom Feuer nehmen. Wenn die Auberginen Farbe angenommen haben, jedoch nicht zerfallen sind, mit dem Schaumloeffel aus dem Topf nehmen, so dass sie gut abtropfen koennen und unter die Tomaten mischen. Das Gemuese fuer ca. 5 Minuten auf kleines Feuer stellen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit gekochtem Reis servieren.

:Stichworte : Aubergine, Beilage, Gemuese, Korsika, Tomate  
 :Notizen (\*) : Quelle: Kochen wie auf Korsika  
 : : Pfannkuchen und Omelettes  
 : : Folge 238, vom 02. Juli 2000  
 : : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

- tb: El.
- lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Auberginen-Tomatengratin  
 Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
 Yield: 1 Keine Angabe

- 1 kg geschälte Tomaten,
- 3 Zwiebeln,
- 4 Knoblauchzehen,
- 2 tb Olivenöl,
- 2 tb Tomatenpüree,
- Petersilie,
- Thymian,
- 1 Lorbeerblatt,
- Salz,
- schwarzer Pfeffer,
- 1 kg Auberginen,
- 100 g geriebener Gruyère

Die fein gehackten Zwiebeln und Knoblauchzehen in Olivenoel goldgelb duensten. Tomaten, Tomatenpueree und Kraeuter dazugeben und mit Salz und Pfeffer wuerzen. Das Ganze 30 Minuten halb zugedeckt koecheln lassen. In der Zwischenzeit werden die Auberginen vom Stielansatz befreit und ungeschgelt der Laenge nach in Scheiben geschnitten. Diese werden portionsweise in reichlich Olivenoel auf beiden Seiten hellbraun gebraten. Auf einem Kuechenkrepp abtropfen lassen. Danach mit Salz und Pfeffer wuerzen. In eine ausgebutterte Gratinform zunaechst etwas von der Tomatensauce geben, darauf eine Schicht Auberginenscheiben legen, darauf Tomatensauce verteilen und mit wenig Kaese bestreuen. Dann

wieder Auberginenscheiben draufgeben usw. bis alle Zutaten aufgebraucht sind. Mit Tomatensauce und Kaese abschliessen. Den Gratin fuer ca. 30 Minuten in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen geben.

:Stichworte : Aubergine, Gratin, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gratinieren  
: : Folge 165, vom 16. Februar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Aufgezogene Pfannkuchen  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

siehe Pfannkuchen sowie  
Marmelade,  
Sahne,  
Zucker,  
Zimt

Pfannkuchen backen, mit Marmelade bestreichen, zusammenrollen und in eine ausgebutterte Form nebeneinander legen. Mit Zucker und Zimt bestreuen und mit fluessiger Sahne bedecken. Fuer ca. 30 Minuten in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen geben.

:Stichworte : Ei, Mehlspeise, Pfannkuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 163, vom 19, Januar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Auflauf mit Kirschwasser  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

Milchbrotschnitten,  
Butter,  
Kirschwasser,  
Zucker,  
125 g geschälte und fein  
-gestoßene Mandeln,  
8 Eiweiß,  
1 Zitrone

Milchbrot in beliebig dicke Scheiben schneiden und in heisser Butter von jeder Seite goldbraun braten. Wenn sie etwas erkaltet sind, in Kirschwasser tauchen und auf eine Platte legen. Danach Zucker darueber streuen. Die geschaelten und gestossenen Mandeln mit 2 EL Zucker hell roesten, in eine Schuessel geben und ruehren bis sie etwas erkaltet sind. Das Eiweiss zu Schnee schlagen, mit der fein zerschnittenen Zitronenschale und dem Saft mischen und zu den Mandeln geben. Die geroesteten Brotscheiben in eine ausgebutterte Auflaufform legen und darauf ca. halb Finger dick die Mandel-Ei-Masse darauf geben und darauf wieder geroestete Brotscheiben und wieder Mandel-Ei- Masse bis das Brot

und die Mandel-Ei-Masse aufgebraucht sind. Die Auflaufform wird in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen fuer ca. 20 Minuten gestellt, damit der Auflauf schoen aufgehen kann.

:Stichworte : Auflauf, Schwaben, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Schwaben  
: : Folge 136, vom 27. September 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ausgebackene Vanillecreme  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 l Sahne,  
1 Stange Vanille,  
140 g Zucker,  
2 ganze Eier  
6 Eigelb,  
etwas Butter zum Ausfetten  
-der Formen,  
Fett zum Ausbacken

Die Sahne laesst man mit einer der Laenge nach aufgeschnittenen Stange Vanille mit Zucker aufkochen und dann erkalten. Unterdessen die ganzen Eier und die Eigelb mit dem Schneebesen gut schlagen und mit der Vanille-Sahne vermischen.

Kleine runde Becher (von ca. 5 cm Durchmesser) einfetten und die Vanille-Sahne-Masse hineinfuellen. Im Wasserbad zugedeckt ca. 25 Min. bei 180 Grad stocken lassen. (Am besten die Saftpfanne vom Backofen zur Haelfte mit Wasser fuellen, Formen hineinstellen, mit einem anderen Backblech zudecken.) Danach Vanille-Sahne erkalten lassen und aus der Form stuerzen und in Backteig nach franzoesischer Art wenden, in schwimmendem Fett ausbacken. Zum Entfetten auf Kuechenpapier legen. (Johann Rottenhoefer, "Anweisung in der feinen Kochkunst", Verlag Lothar Borowsky

:Stichworte : Dessert, Fettgebackenes  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fettgebackenes  
: : Folge 144, vom 14. Februar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Austernpilze  
Categories: Grundlagen, Informationen  
Yield: 1 Keine Angabe

Austernpilze wachsen im Wald an Stuempfen von Laubbaeumen. Die Zuechter verwenden meist kein Holz mehr, sondern bauen die Pilze auf einem Spezialsubstrat an, das zum groessten Teil aus Stroh besteht.

Austernpilze haben ein festes Fleisch und werden deshalb auch Kalbfleischpilz genannt. Am besten schmecken die noch nicht ganz ausgewachsenen Pilze. In den letzten Jahren hat der Austernpilz einen wahren Siegeszug in den Kuechen angetreten.

Beim Einkauf sollte man darauf achten, dass die dachziegelartig uebereinander liegenden Pilzhuete nach unten gebogen sind. Ausserdem sollen sie sich fest und kernig anfuehlen.

Austernpilze sollte man frisch zubereiten. Doch man kann sie im Kuehlschrank (am besten in einer Schale im Gemuesefach) oder in einem kuehlen dunklen Keller auch noch einige Tage lagern.

Putzen der Zuchtpilze: Stiele werden etwas abgeschnitten und entweder mit Kuechenpapier sauber abgewischt oder kurz unter fliessendem Wasser gewaschen und trocken getupft.

Bei den Austernpilzen schneidet man die einzelnen Pilze vom Strunk ab und trennt die Stiele von den Hueten. Austernpilzstiele werden fein gehackt oder in sehr duenne Streifen geschnitten.

Pilze duerfen erst nach Fertigstellung des Gerichtes gesalzen werden. Andere Gewuerze wie Thymian, Pfeffer, Majoran oder Kuemmel koennen vorher dazugegeben werden.

:Stichworte : Fleischlos, Pilz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fleischlose Küche  
: : Folge 220, vom 26. September 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Avocadodressing  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

1 reife Avocado,  
1 tb Zitronensaft,  
1 tb Weißweinessig,  
1 ts Dijonsenf,  
Salz  
frisch gemahlener schwarzer  
-Pfeffer,  
1 dr Tabascosauce, evtl. mehr

Avocado halbieren, entsteinen, Fruchtfleisch herausschaben, mit Zitronensaft, Weinessig und Senf im Mixer oder in der Kuechenmaschine zu einer weichen Creme schlagen. Mit Salz, Pfeffer und Tabasco nach Geschmack wuerzen und als Salatsauce verwenden.

(R. Elliot: "Das internationale vegetarische Kochbuch", Christian-Verlag)

:Stichworte : Avocado, Dressing  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotisches Gemüse  
: : Folge 148, vom 10. April 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
ts: Tl.  
dr: Tropfen

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Avocados püriert  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

- 2 weiche Avocados,  
Salz,  
Pfeffer,  
Zitronensaft,  
zerhackte Petersilie,
- 1 feingehackte Zwiebel,
- 1 zerhacktes hartes Eier,  
-evtl. mehr

Avocados halbieren, Steine entfernen. Das butterweiche Fleisch mit einem Loeffel oder Messer herausschaben und zusammen mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft im Mixer zu einer Creme verarbeiten (wer kein Mixer hat, kann das Fruchtfleisch mit einer Gabel zerdruecken). Zum Schluss je nach Geschmack Petersilie, Zwiebel und hartgekochte Eier vorsichtig drunterheben. Die Konsistenz soll koernig bleiben, man sollte die einzelnen Elemente in der Masse noch unterscheiden koennen. Zu frischem Weissbrot servieren.

(Salcia Landmann: "Bittermandel und Rosinen";, Herbig-Verlag)

:Stichworte : Avocado, Vorspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotisches Gemüse  
: : Folge 148, vom 10. April 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Avocadosuppe mit Dill  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

- 2 reife Avocados,
- 1 Zitrone,
- 1/2 l Hühnerbrühe,
- 2 tb trockener Sherry,
- 1 tb frischer Dill oder 1 TL  
-gemahlener Dill,
- 1 sm Zwiebel,
- 100 g Crème fraiche

Zunaechst muss die Huehnerbruehe abkuehlen. Avocados schaelen und in Stuecke schneiden. Mit Zitronensaft betraeufeln, damit sich das Fruchtfleisch nicht verfaerbt. Die Avocados mit der Haelfte der Bruehe und der Zwiebel im Mixer fein puerieren. Dabei entsteht eine dicke, glatte Creme. In eine Glas- oder Porzellanschuessel geben und mit dem Sherry, der Creme fraiche, Salz und Pfeffer sowie der restlichen Bruehe verruehren. Abschmecken. Den kleingeschnittenen Dill ueber die Suppe geben und fuer einige Minuten in das Gefrierfach stellen. Die Avocadocreme sollte gekuehlt serviert werden.

:Stichworte : Avocado, Dill, Kräuter, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Vom Kochen mit Kräutern  
: : Folge 170, vom 27. April 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Baba au rhum  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Hefewürfel,  
3 tb Wasser,  
250 g Weißmehl (Typ 405),  
50 g Butter,  
4 Eier,  
1 Zitrone, abgeriebene Schale  
-von  
1 pn Salz,  
180 g Zucker,  
500 ml Wasser,  
200 g Zucker,  
100 ml Rum,  
350 g Aprikosenmarmelade,  
1 tb Zitronensaft,  
2 tb Wasser,  
100 ml Sahne

Hefe in 3 EL Wasser auflösen.  
Mehl in eine Schüssel sieben, in der Mitte eine Vertiefung machen. Die aufgelöste Hefe hineingeben, etwas Mehl unterrühren. Mit einem feuchten Tuch zugedeckt 15 Minuten gehen lassen. Nach und nach geschmolzene Butter (nicht zu heiß), Eier, Zitronenschale, Salz und Zucker unterarbeiten. Zuerst mit dem Kochlöffel, dann mit den Händen gut bearbeiten, zu einer Kugel formen, mit einem feuchten Tuch bedeckt 1 1/2 Stunden gehen lassen.  
Nochmals durchkneten. In eine gut bebutterte Ringform (30 cm) füllen. Mit einem feuchten Tuch bedeckt 30 Minuten gehen lassen.

Elektro-Ofen auf 220 Grad, Umluft-Backofen auf 200 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 5 vorheizen. 20 Minuten backen, auf einem Gitter etwas auskühlen lassen.

200 g Zucker in 500 ml Wasser so lange kochen, bis der Zucker sich aufgelöst hat. Auskühlen lassen, Rum begeben. Den Kuchen auf eine Platte stellen und mit dem Sirup bestreichen, bis er ganz damit getränkt ist.

Aprikosenmarmelade mit Zitronensaft und 2 EL Wasser vermengen, aufkochen. Den Kuchen auf eine trockene Platte stellen und damit bestreichen. Sahne schlagen und den Kuchen damit verzieren.

("Kathrin Rueeggs Lieblings-Kuchen", Mueller-Rueschlikon-Verlag)

:Stichworte : Hefeteig, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Torten und Pralinen  
: : Folge 167, vom 16. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----



Title: Backeskrommbiere (Kartoffeln aus dem Backofen)  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 1/2 kg rohe Kartoffeln in Scheiben  
-geschnitten,  
4 Zwiebeln in Scheiben  
-geschnitten,  
Fett zum Anbraten,  
750 g geräuchertes Bauchfleisch,  
-gewürfelt,  
Salz,  
Pfeffer,  
Majoran,  
1 c Wasser,  
2 cn Saure Sahne

Kartoffelscheiben und Zwiebelringe getrennt kurz anbraten. In einen gefetteten gusseisernen Braeter lagenweise Kartoffeln, Fleisch, Zwiebeln, Kartoffeln ... geben, wuerzen. Das Wasser und die Saure Sahne daruebergiessen, zudecken und bei mittlerer Hitze 2 bis 2 1/2 Stunden im Backofen garen. In der letzten halben Stunde nimmt man den Deckel ab, damit es eine Kruste gibt.

Dieses Gericht wurde frueher beim Brotbacken mit in den Backes geschoben und war mit dem Brot zusammen gar.  
Heute bereitet man es im Kuechenherd.

(Heimatrezepte aus Omas Kueche, Werbegemeinschaften Idar-Oberstein)

:Stichworte : Hunsrück, Kartoffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwischen Schwenkbraten und Krommbiere-Wurst  
: : (Rezepte aus dem Hunsrück)  
: : Folge 118, vom 09. November 1994 und  
: : Folge 119, vom 23. November 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cn: Dose  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Backteig auf deutsche Art  
Categories: Grundlagen, Informationen  
Yield: 1 Keine Angabe

280 g Weißmehl (Typ 405),  
3 Eigelb,  
1 ts Trockenhefe,  
3 tb Butter,  
12 tb Milch, evtl. mehr  
1 tb Zucker,  
1 pn Salz

Das gesiebte Mehl mit der Trockenhefe vermischen. In geschmolzene Butter lauwarme Milch geben, Eigelb, Zucker und Salz dazumischen und mit dem Mehl gut vermengen, so dass eine fluessige Masse entsteht. Diese zum Gehen an einen warmen Ort stellen.

(Johann Rottenhoefer, "Anweisung in der feinen Kochkunst", Verlag Lothar Borowsky

:Stichworte : Fettgebackenes, Grundlage  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fettgebackenes  
: : Folge 144, vom 14. Februar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Backteig auf französische Art  
Categories: Grundlagen, Informationen  
Yield: 1 Keine Angabe

280 g Weißmehl (Typ 405),  
1/4 l Weißwein, ca.  
5 tb Olivenöl,  
Eischnee von 4 bis 5 Eiern,  
Salz

Das gesiebte Mehl wird mit Weisswein und Olivenoel zu einem zarten,  
etwas dickflussigen Teig geruehrt. Leicht salzen.  
Der Eischnee wird darunter- gemengt.

Zu bemerken ist, dass dieser Teig erst kurz, ehe man denselben braucht,  
angemacht werden darf, denn langes Stehen wuerde ihn verderben. Ebenso  
ist darauf zu sehen, dass er die gehoerige Dicke hat und die  
Beimischung des Oels genau ist, denn ein Loeffel voll Oel zuviel macht  
ihn fett, und bei zu wenig wird der Teig nach dem Backen wieder weich  
und zaeh.

(Johann Rottenhoefer, "Anweisung in der feinen Kochkunst", Verlag  
Lothar Borowsky

:Stichworte : Fettgebackenes, Grundlage  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fettgebackenes  
: : Folge 144, vom 14. Februar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Badische Hechtklößchen  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Klößchen:-----

250 g Hechtfleisch,  
2 Brötchen,  
1/4 l Milch,  
150 g Butter,  
4 Eier,  
Pfeffer aus der Mühle,  
Salz,  
Muskatnuss,

fein gehackte Petersilie

MMMMM-----Sauce:-----

250 g Fischgräten (auch Köpfe und  
-Flossen),  
20 g Butter,  
2 tb in Streifen geschnittener  
-Lauch,  
2 tb fein geschnittene  
-Champignons,  
1 tb fein gehackte Petersilie,  
4 tb Weißwein,  
1/2 l Wasser,  
3/8 l Sauerrahm,  
Salz,  
weißer Pfeffer,  
2 tb fein gehackter Dill

Fuer die Kloesschen Hechtfleisch (am Rueckgrat beginnend) vom Hecht wegschneiden und mit der Pinzette alle Graeten entfernen. Graeten fuer den Sud aufbewahren. Broetchen mit Milch uebergiessen und einweichen.

Aus dem Hechtfleisch, der Butter, den ausgedrueckten Broetchen, den Eiern, den Gewuerzen und der Petersilie, am besten im Mixer, eine homogene Masse herstellen. Aus dieser Masse mit einem Essloeffel Kloesse formen, die etwas kleiner als Eier sind. Diese Kloesse in siedendem Salzwasser etwa 10 Minuten vorsichtig gar ziehen lassen, nicht kochen.

Fuer die Sauce: Eine Fischbruehe bereiten. Dafuer die Graeten in der Butter anduensten, Lauch, Champignons und Petersilie mitduensten. Dann den Wein und das kalte Wasser hinzugeben. Auf kleiner Flamme diesen Sud 1/2 Stunde koecheln lassen. Dann durch ein Haarsieb passieren und etwa auf 1/4 l einkochen. Den Sauerrahm hinzugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ganz zum Schluss den Dill in die Rahmsauce geben, die nun nicht mehr aufkochen darf, damit der Dill seine schoene gruene Farbe behaelt. Auf einer Platte die Hecht Kloesschen in dieser Sauce anrichten.

Reis oder feine Nudeln dazu servieren.

Als Weihnachtsmenue:

Zitronensuppe  
Huehnerpastete  
Badische Hecht Kloesschen  
Rindsbraten in Rotwein  
Weihnachtszabaione

:Stichworte : Fisch, Hecht, Menü, Süßwasser, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Weihnachtsmenü 2000  
: : Folge 244, vom 19. November 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Badisches Ochsenfleisch  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Ochsenbrust  
 (Hochrippe, Brustkern, oder  
 -Brustspitze),  
 500 g Rinderknochen,  
 davon wenigstens 1  
 -Markknochen,  
 2 Karotten,  
 2 Stangen Lauch,  
 1/2 Sellerieknolle  
 (möglichst mit Blättern),  
 2 mittelgroße Zwiebeln

MMMMM-----für die Suppe:-----

250 g Suppennudeln,  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 Muskatnuss,  
 Schnittlauch (gehackt)

**Tipp:**

Ochsenfleisch schmeckt nur dann, wenn man ein rechtes Stueck davon kocht. Ausserdem muss genuegend Fett am Fleisch sein. Bekanntlich sind Geschmacksstoffe fettloeslich, ohne Fett schmeckt das Fleisch trocken und nichtssagend. Zum Ochsenfleisch passen auch suesssaure Zwetschgen, suesssaure Kuerbisse und Meerrettichsauce. Wird es ohne Meerrettichsauce serviert, schmecken Rahmkartoffeln sehr gut dazu.

Salzwasser mit Gemuese und Knochen in einem grossen Topf zum Kochen bringen. Wenn das Wasser sachte zu sprudeln beginnt, das abgewaschene Fleisch hineingeben. So schliessen sich die Poren durch das heisse Wasser sofort und der Saft laeuft nicht aus. Das Fleisch 1 bis 2 Stunden sachte koecheln lassen.

Herausnehmen und einige Minuten ruhen lassen. In Scheiben schneiden und auf einer Platte anrichten. Ein wenig von der Bruehe ueber das Fleisch giessen. Nach Belieben das Gemuese mit auf der Platte anrichten.

Fuer die Nudelsuppe: Fadennudeln in Salzwasser gar kochen. Wenn sie noch ein wenig Biss haben, abgiessen und in die Suppenterrine geben. Die heisse Fleischbruehe durch ein Haarsieb giessen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Das Mark aus den Markknochen loesen und dazugeben. Etwas fein geschnittenen Schnittlauch darueber streuen. Wenn die Nudelsuppe das Hauptgericht sein soll, stellt man das Fleisch mit dem Gemuese in kaltem Wasser auf (die Poren schliessen sich nicht, das Fleisch gibt seine Kraft an die Bruehe ab). Ausserdem 1 oder 2 Markknochen hineingeben. Das Fleisch so lange kochen, bis es zu zerfallen beginnt. Aus der Suppe nehmen, ebenso die Knochen. Gemuese durch ein Haarsieb streichen und in die Bruehe geben. Abschmecken, einen Teil des Fleisches und des Marks und die abgekochten Nudeln in jeden Teller geben, die heisse Bruehe darueber giessen.

:Stichworte : Baden, Fleisch, Rind  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Kochen wie im südlichen Schwarzwald II  
 : : Folge 105 vom 23. März 1994  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Baeckeoffe

Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 6 Personen

800 g Schweineschulter,  
800 g Rindfleisch vom Bug  
800 g Lammschulter ohne Knochen,  
1 Schweinshaxe,  
1 sm Schweineschwanz,  
3 lg Zwiebeln,  
1 Stange Lauch (weißer Teil),  
-5 Knoblauchzehen,  
1 Lorbeerblatt,  
3 Nelken,  
1.6 kg geschälte und in Scheiben  
-geschnittene Kartoffeln,  
Salz  
Pfeffer aus der Mühle,  
200 g Mehl (nach Belieben),  
1 l Weißwein, ca.

:Einleitung :  
Zubereitung in einer ca. 40 cm langen, 25 cm breiten und 20 cm hohen Keramikform Das gesamte Fleisch wird eine Nacht lang eingelegt.

:Zubereitung :  
Das Fleisch in grosse Wuerfel schneiden. Zusammen mit der Schweinshaxe und dem Schweineschwanz salzen und pfeffern. Eine Nacht lang mit den gehackten Knoblauchzehen im Weisswein marinieren. Eine Schicht Kartoffelscheiben mit etwas Lauch in die Terrine geben. Das Fleisch, die Schweinshaxe und den Schweineschwanz, die kleingeschnittenen Zwiebeln, das Lorbeerblatt und die Nelken drauflegen.

Mit den restlichen Kartoffelscheiben und Zwiebeln bedecken. Den Weisswein darueber giessen. Wenn noetig etwas Wasser zufuegen, damit die Fluessigkeit bis ungefaehr 3/4 der Hoehe der Terrine reicht. Zudecken.

Um die Form hermetisch zu verschliessen, kann der Deckel mit einem Teigstreifen (aus 200 g Mehl und etwas Wasser) verklebt werden. Dieser Kniff ist nicht unbedingt notwendig, doch er sorgt im allgemeinen bei den Gaesten fuer einen grossen Ueberraschungseffekt. Das Ganze im heissen Backofen (180 Grad C/Stufe 6-7) 2 1/2 bis 3 Stunden garen.

(Simone Morgenthaler, Ernest Wieser, Louis Fortmann: Die besten Rezepte aus dem Elsass, Edition DNA, Strassburg)

:Stichworte : Elsass, Fleisch, Lamm, Rind, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Elsass (II)  
: : Folge 132, vom 28. Juni 1995  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

lg: gross.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Barenfang  
Categories: Getranke  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Honig,  
1/2 Weingeist (90% bis 96%),  
1 Stück Stangenzimt,  
1/2 Vanilleschote,  
1 Nelke,  
1 c Wasser

Das Wasser erhitzen und darin die Gewuerze eine Weile ziehen lassen (nicht kochen!). Die Gewuerze herausnehmen und in den etwas abgekuehlten Sud den Honig geben, der moeglichst frisch (also noch nicht verzuckert) ist. Wenn alles gut gemischt und kalt ist, den Weingeist dazugiessen und alles gruendlich vermischen. Den Baerenfang in Flaschen fuellen (nicht ganz voll, da von Zeit zu Zeit immer wieder geschuettelt werden soll).

Das ist das Grundrezept, das sich beliebig veraendern laesst.

:Stichworte : Alkoholisch, Getraenk, Ostpreußen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Ostpreußen/Masuren  
: : Folge 257, vom 1. Juli 2001  
: : von Kathrin Ruegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

Legende:

c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bärlauchbrot  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Flûtebrot,  
Butter,  
kleingehackter Bärlauch

Das Flûtebrot der Laenge nach durchschneiden und die Schnittflaechen mit Butter bestreichen. Den kleingehackten Baerlauch drueberstreuen. Die Brothaelften fuer ca. 5 Minuten in den auf 220 Grad heissen Backofen geben.

:Stichworte : Bärlauch, Brot, Kraeuter, Wildkraeuter  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gartenkraeuter / Wildkraeuter  
: : Folge 169, vom 13. April 1997  
: : von Kathrin Ruegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bärlauchkraeuterbutter  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb feingehackter Bärlauch,  
100 g Butter,  
Salz,  
Pfeffer,

MMMMM-----nach Geschmack:-----

Muskat und  
Zitronensaft

Die weiche Butter mit den Zutaten gut vermischen, am besten auf dem Brett mit einem stumpfen Messer. Dann ein ca. 3 cm dickes Roellchen formen und fest werden lassen.

Zum Servieren von der Bärlauchbutter mit einem in heisses Wasser getauchtes Messer ca. 1/2 cm dicke Scheibchen abschneiden. Anstatt Bärlauch koennen auch andere Kraeuter verwendet werden.

(zum Belegen von Beefsteaks, Entrecotes, Hammelkoteletts)

:Stichworte : Bärlauch, Butter, Kräuter, Wildkräuter  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gartenkräuter / Wildkräuter  
: : Folge 169, vom 13. April 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bärlauchsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Handvoll kleingeschnittener  
-Bärlauch,  
1 tb Butter,  
1 tb Mehl,  
1 l Gemüsebrühe,  
Sahne zum Abschmecken,  
feingehackter Bärlauch zum  
-Garnieren

Den Bärlauch in der Butter andaempfen lassen. Dann das Mehl darueber staeuben und mit der Gemuesebruehe auffuellen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss mit Sahne verfeinern. Vor dem Servieren feingehackter Bärlauch ueber die Suppe streuen.

:Stichworte : Bärlauch, Kräuter, Suppe, Wildkräuter  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gartenkräuter / Wildkräuter  
: : Folge 169, vom 13. April 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Baguettes  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Hefewürfel,  
100 g Wasser,  
500 g Weizenmehl - Typ 405,  
12 g Salz,  
250 g Mineralwasser

Hefe in 100 g Wasser auflösen und 10 Minuten stehen lassen. Mehl in eine Schüssel sieben. In der Mitte eine Vertiefung machen. Die aufgelöste Hefe hineinschütten. Mit etwas Mehl zu einem dünnen Brei verrühren. 15 Minuten stehen lassen. Salz dazugeben. Mit dem Backhorn oder dem Kochlöffel bei portionenweiser Zugabe von 250 g Mineralwasser zu einem Teig verarbeiten. Diesen von Hand zuerst in der Schüssel, bis alles Mehl hineingearbeitet ist, dann auf einer trockenen Arbeitsfläche zu einem glatten Teig kneten. 5 Minuten durchkneten. In die Schüssel zurückgeben. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 1 1/2 Stunden gehen lassen. Von neuem durchkneten. Falls der Teig an der Arbeitsfläche klebt, diese leicht mit Weismehl bestäuben. Teig zu einer Kugel formen. Diese in zwei möglichst gleich große Teile zerschneiden. Jeden Teil nochmals durchkneten, zu einem länglichen Laib formen. Beide Laibe auf ein mit Öl bepinseltes Backblech oder mit Backpapier ausgelegtes Kuchenblech geben.

Konventionellen Backofen auf 220 Grad, Umluft-Backofen auf 200 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 4-5 einschalten.

Diese Brote mit einem feuchten Tuch bedeckt nochmals 30 Minuten gehen lassen. Mit kaltem Wasser bepinseln. Der Laenge nach in der Mitte 1 cm tief einschneiden. 60 Minuten backen. Nach 30 Minuten Backzeit und nach dem Herausnehmen nochmals mit kaltem Wasser bepinseln. Die Baguettes sollten nur ganz leicht goldbraun sein. Auf dem Gitter auskühlen lassen. Zum Tiefkühlen (3 Wochen) geeignet. ("Kathrin Rueegg Brotbackstube", Albert-Mueller-Verlag, Rueschlikon)

:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brot und Brötchen  
: : Folge 142, vom 17. Januar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bananen-Apfel-Sahne (ab 10. Monat)  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Banane  
1/2 Apfel  
1 ts Sahne

Banane schälen, halbieren, 2 cm vom Endstück entfernen, Rest mit einer Gabel fein zerdrücken und schlagen. Apfelhälfte in Schnitze teilen, Kerngehäuse entfernen und in den Entsafter geben. Bananenmus, Apfelsaft und Sahne vermischen und sofort fuettern

:Stichworte : Kleinkind, Obst, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Kost für kleine Feinschmecker  
: : Folge 181, vom 09, November 1997  
: : aus dem Buch von Monika Arndt: Das Baby-Kochbuch,  
: : gesunde Ernährung für Ihr Kind, dtv 36536 entnommen.  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----



Title: Basilikum in Öl  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

Basilikum,  
Olivenöl

Basilikum ist aber besonders schimmelanfaellig, deshalb empfiehlt sich dafuer eine andere Methode. Basilikumblaetter waschen, gut trocknen, grob zerschneiden, in den Mixer geben. So viel Olivenoel dazugeben, dass das Mixmesser gut damit bedeckt ist. Fein mixen in ganz saubere, mit heisser Essig-Salzloesung (2 El Essig, 2 El Salz auf 1 l kochendes Wasser) ausgespuelte, Schraubdeckelglaeser fuellen.

Nach einem Tag nochmals mit etwas Oel auffuellen. Fest verschliessen, dunkel, kuehl und trocken lagern. Das so eingelegte Basilikum schmeckt auch im Fruehling noch absolut gartenfrisch.

:Stichworte : Basilikum, Eingelegtes, Gewürz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Vorräte für den Winter  
: : Folge 177, vom 14. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Basilikumgelee  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

1 l Apfelsaft  
(Apfelstücke mit Schale und  
-Kernhaus kochen und  
-abseihen),  
1 kg Zucker,  
2 Zitronen, Saft von  
50 g Basilikumblätter (klein  
-gezupft),  
2 tb Rum

Gelierprobe: 1 kleinen Teller ins Kuehlfach stellen. Man gibt einen Tropfen des Einkochgutes auf einen solchen kalten Teller und haelt ihn schraeg. Bleibt der Tropfen fest, so kann die Konfituere abgeschaeumt und sofort eingefuellt werden. Das Abschaeuemen geschieht am besten mit einem grossen Loeffel. Konfituerenschaum kann als Joghurtzusatz oder als bald zu konsumierender Brotaufstrich verwendet werden.

Saft mit Zucker und Zitronensaft vermengen und kochen bis zur Gelierprobe.

Basilikumblaetter dazugeben. Nochmals 2 Minuten kochen. Gelierprobe machen! In heiss ausgespuelte Glaeser fuellen.

Mit Rum die Glaeserdeckel ausspuelen. Die Glaeser sofort damit verschliessen. Auf den Kopf gestellt auskuehlen lassen.

Dessertvorschlag: Vanilleeis mit Basilikumgelee.

:Stichworte : Basilikum, Gelee  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Basilikum  
: : Folge 256, vom 17. Juni 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Basler Mehlsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

5 tb Butterfett,  
5 tb Mehl,  
1 fein gehackte Zwiebel,  
2 l Knochenbrühe,  
Salz,  
Muskat,  
100 ml Rotwein,  
4 tb Sahne,  
50 g geriebener Parmesan- oder  
-Sbrinz-Käse

Das Butterfett erhitzen. Auf kleiner Flamme unter staendigem Ruehren das Mehl 1/2 Stunde roesten. Es muss kastanienbraun werden. Waehrend der letzten 10 Minuten die Zwiebel mitroesten. Mit der Fleischbruehe nach und nach abloeschen. Dabei gut ruehren, damit keine Knoellchen entstehen. Wenigstens 2 Stunden koecheln lassen, salzen, wuerzen, den Rotwein beigeben.

In gut vorgewaermte Suppenteller anrichten, eventuell einen Essloeffel Sahne in die Tellermitte geben. Mit dem Kaese bestreuen.

:Stichworte : Schweiz, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Basel  
: : Folge 214, vom 16. Mai 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Basler Osterfladen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Für Teig:-----

250 g Mehl,  
125 g Butter,  
50 g Zucker,  
1 pn Salz,  
ganz wenig Wasser

MMMMM-----Für die Füllung:-----

125 g Grieß oder  
italienischen Reis,  
1/2 l Milch,  
100 g Zucker,  
100 g Sultaninen,  
100 g geschälte Mandeln  
-(gestiftet oder grob  
-gehackt),

- 1 Zitrone, abgeriebene Schale  
-von
- 4 Eigelb,
- 4 Eiweiß (ganz steif  
-geschlagen)

Mit Mehl, Butter, Zucker, Salz und Wasser einen geschmeidigen Teig kneten. In einer 26 cm Springform den Teig flachdruecken und am Rand etwa 2 cm hochziehen.

Fuer die Fuellung Milch aufkochen, Griess oder Reis einruehren und kochen, bis sich der Brei vom Topfrand loest.  
Zutaten der Reihe nach begeben. Die Masse ein wenig auskuehlen lassen und dann das steif geschlagene Eiweiss drunterziehen. Auf den Teigboden geben.

Fladen eine halbe Stunde auf der mittleren Rille goldbraun backen, mit Alufolie bedecken und noch fuenf Minuten auf der untersten Backofenrille belassen.

(Rueegg/Feisst: "Was die Grossmutter noch wusste",  
Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Kuchen, Ostern  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Osterbrote  
: : Folge 147, vom 27. März 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Basler Ruchbrot

Categories: Brot

Yield: 2 Laibe

- 1 kg Ruchmehl (Weizenmehl), Typ  
-1050,
- 2 Tütchen Trockenhefe,
- 25 g Salz,
- 550 g Wasser,
- 1 tb Brotgewürz oder Kümmel

Mehl in eine Schuessel sieben. Trockenhefe und Salz drueberstreuen. Alles mit Hilfe des Backhorns oder des Kochloeffels gruendlich mischen. Nach und nach das Wasser dazugeben. Anfangs mit dem Backhorn oder dem Kochloeffel, spaeter mit den Haenden vermengen, dann zuerst in der Schuessel, spaeter auf einer trockenen Arbeitsflaeche 10 Minuten kneten. Zu einer Kugel formen. Diese in die Schuessel zuruecklegen. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 2 Stunden gehen lassen. Von neuem durchkneten. Den Teig zu einer Kugel formen. Diese in zwei moeglichst gleich grosse Stuecke teilen. Dem einen Stueck Brotgewuerz oder Kuemmel begeben, indem man in den zum Fladen gedruckten Teig mit den Fingern viele Loecher drueckt und das Gewuerz drueberstreut. Kneten, bis es gleichmaessig im Teig verteilt ist. Beide Teigstuecke zu einem laenglichen Laib formen. Auf ein geeltes oder mit Backpapier belegtes Kuchenblech legen.

Konventionellen Backofen auf 220 Grad, Umluft-Backofen auf 200 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 4-5 einschalten. Die Brote mit einem nassen Tuch bedeckt nochmals 30 Minuten gehen lassen. Mit kaltem Wasser bepinseln

oder mit Hilfe des Mehlsiebs mit 1 EL Mehl bestreuen. Jeden Laib drei bis viermal ca. 1 cm tief einschneiden. 1 Stunde backen. Die Laibe umdrehen. Nochmals 15 Minuten backen. Haltbarkeit: tiefgekuehlt 2 Monate ("Kathrin Rueeggs Brotbackstube", Albert-Mueller-Verlag, Rueschlikon)

:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brot und Brötchen  
: : Folge 142, vom 17. Januar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bauernbrot (ab 12. Monat)  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Bauernbrotmehl (Typ 812)  
1 kg Dinkelmehl (Typ 812)  
500 g Dinkel-Vollkornmehl  
Mehl für das Backbrett  
2 Würfel Hefe  
1.8 l Wasser, etwa  
4 ts Meersalz  
100 g Kürbiskerne  
100 g Sonnenblumenkerne  
100 g Sesamsaat (geschält und  
-gemahlen)  
Öl für das Backblech

In einer grossen Schuessel die drei Mehlsorten mischen und in der Mitte eine Mulde hineindruecken. Hefe mit 300 ml lauwarmem Wasser in einer kleinen Schuessel auflösen und in die Mulde giessen. Meersalz ringsherum verteilen (darf nicht zur Hefe kommen!). An einem warmen Ort etwa 30 Minuten gehen lassen. Kuerbis- und Sonnenblumenkerne im Blitzhacker fein hacken und zusammen mit der gemahlene Sesamsaat unter das Mehl mischen. Nach und nach etwa 1,5 l lauwarmes Wasser dazugeben, dabei den Teig etwa 15 Minuten kraeftig kneten, bis er glaenzt und elastisch ist. Die Schuessel mit einem Tuch abdecken und den Teig an einem warmen Ort ueber Nacht gehen lassen, bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat.

Den Teig noch mal kurz durchkneten, 4 Laibe formen und diese auf einem bemehlten Backbrett mit einem Tuch bedeckt etwa 20 Minuten ruhen lassen, bis die Laibe doppelt so gross sind. Backofen auf 200 Grad (Gas Stufe 3) vorheizen und das Backblech einölen. Die Laibe mit nassen Haenden nacheinander auf das Backblech setzen und auf der mittleren Schiene jeweils 1 1/4 Stunden backen. Als Brotbelag eignet sich z.B. Kraeuterquark.

:Stichworte : Brot, Kleinkind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Kost für kleine Feinschmecker  
: : Folge 181, vom 09, November 1997  
: : aus dem Buch von Monika Arndt: Das Baby-Kochbuch,  
: : gesunde Ernährung für Ihr Kind, dtv 36536 entnommen.  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bayerischkraut  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Kopf Weißkraut,  
40 g Schweineschmalz,  
1 Zwiebel,  
2 tb Essig,  
1 tb Zucker,  
1 saurer Apfel,  
Salz,  
Pfeffer,  
1/8 l Fleischbrühe,  
1 tb Kümmel, evtl.

Den Kohlkopf teilen, putzen und in nicht zu feine Blätter hobeln. Den Zucker mit dem Schmalz leicht brauen, die gehackte Zwiebel und den zerschnittenen Apfel mit anbraten und zum Kraut geben. Salzen, pfeffern und mit Brühe angießen. Den Deckel schließen und etwa 1 Stunde lang schmoren. Eventuell noch Brühe zugeben. Zum Schluss mit Essig sauerlich abschmecken. Manche Hausfrauen schmoren noch 1 EL Kümmel mit.

:Stichworte : Beilage, Gemüse, Kohl, Weißkohl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Rotkraut - Weißkraut  
: : Folge 158, vom 20. Oktober 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Beereflure (Birnenmuskuchen)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Für den Hefeteig:-----

500 g Mehl,  
75 g Butter,  
1 Ei,  
1/4 l Milch,  
1 pn Salz,  
4 tb Zucker,  
40 g Hefe,  
Butter zum Einfetten

MMMMM-----Für den Belag:-----

400 g getrocknete Birnenschnitze,  
Zucker,  
gemahlener Sternanis,  
Zimt,  
1/2 pk Weißwein oder Rotwein,  
1 Schnapsglas Zwetschgen- oder  
Birnen Schnaps oder  
Trester

Beereflare gab es im Hunsrueck zu allen Hochzeitsfesten, Kindtaufen und zur Kerp (Kirmes, Kirchweihe). Dieses Rezept stammt aus dem kleinen Dorf Holzbach bei Simmern, dort wird er auch heute noch gerne gebacken. Frueher wurden fuer den Beereflare kleine runde, dicke Birnen gesammelt, die sogenannte Faatsbeer, eine in den Hunsruecker Waeldern wildwachsende Birne. Zum Trocknen wurden die Birnen geviertelt und im Backes (Brotbackofen der Gemeinde) nach dem Brotbacken, mit der im Ofen noch vorhandenen Waerme, getrocknet. Die Birnenschnitze bewahrte man bis zum Backen in Leinensaeckchen auf und haengte sie auf den Speicher. Der Beereflare wird heute auch mit anderen Birnen gebacken; je aromatischer die Birne ist, desto koestlicher schmeckt spaeter der Kuchen.

Der Teig fuer den Beereflare wird nach dem Grundrezept fuer Hefeteig zubereitet. Den vorbereiteten Hefeteig in eine gefettete Springform geben, den Rand hochdruecken. Wer den Kuchen mit einem Riemchengitter belegen moechte, kann fuer den Boden 2/3 des Teiges verwenden und das andere Drittel ausrollen. Nun Streifen ausradeln, die dann zum Schluss wie ein Gitter ueber den Belag gelegt werden. Fuer den Belag werden die Birnenschnitze ueber nacht in kaltem Wasser eingeweicht und in dieser Bruehe gekocht. Nun werden sie immer wieder durch ein Sieb gestrichen, erst durch ein Sieb mit groben Loechern, spaeter durch ein feineres Sieb. Man gibt reichlich Zucker dazu, bis das Birnenmus dunkelbraun wird und glaenzt. Nun das Mus mit gemahlenem Sternanis und Zimt verfeinern. Je nach Wunsch ruehrt man Rot- oder Weisswein, Quetscheschnaps (Zwetschgenschnaps), Beereschnaps (Birnenschnaps) oder Trester unter. Mit dem Birnenmus bestreicht man dick den vorbereiteten Hefeteig und kratzt mit der Gabel Gitter- oder Schlangemuster in das Mus. Jetzt den Beereflare bei 220 Grad C backen, bis der Boden goldbraun und knusprig ist. Der koestliche Beereflare wird mit frischer Sahne zum Kaffee serviert.

(Christiane Becker: Die Hunsruecker Kueche, erschienen im Selbstverlag der Autorin, Bremen 1, Ostendorpstr. 9, Tel.: 0421/702550)

:Stichworte : Birne, Hunsrück, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwischen Schwenkbraten und Krommbiere-Wurst  
: : (Rezepte aus dem Hunsrück)  
: : Folge 118, vom 09. November 1994 und  
: : Folge 119, vom 23. November 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Beetenbartsch  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g geschälte, gekochte Rote  
-Bete,  
3/4 l Gemüsebrühe,  
1 sm Zwiebel,  
Majoran,  
Salz,  
20 g Mehl, evtl. mehr  
1/2 ts Zucker,

1 tb Essig,  
1/8 l Sauerrahm,  
1 tb geräucherte Speckwürfel

Die Zwiebel mit Majoran in Bruehe kochen. Bruehe und Rote Bete miteinander mixen. Mehl in Wasser anruehren und ebenfalls in den Mixer geben. Aufkochen lassen. Mit Salz, Essig und Zucker abschmecken. Zuletz Sauerrahm und ausgelassene Speckwuerfel dazugeben.

:Stichworte : Ostpreußen, Rote Bete, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Ostpreußen/Masuren  
: : Folge 257, vom 1. Juli 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Benedictine Kuchen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 2 Kuchen

250 g gemahlene Mandeln,  
250 g feiner Zucker,  
4 Eier,  
12 Eidotter,  
1 tb Benedictine Likör,  
100 g gesiebttes Mehl,  
100 g Stärkemehl,  
Fett und Mehl für die Form,  
4 tb Benedictine Likör,  
50 g Aprikosenmarmelade zum  
-Bestreichen,  
100 g gehackte, geröstete Mandeln

MMMMM-----Für den Zuckerguss:-----

250 g Puderzucker,  
3 tb heißes Wasser, evtl. mehr  
100 g Pistazien oder Walnüsse  
-(ca.)  
zum Verzieren

Aus Mandeln, Zucker, zwei ganzen Eiern und den Eigelben einen geschmeidigen Teig ruehren.

Danach die zwei weiteren Eier und den Likoer hinzufuegen. Das Mehl und das Staerkemehl unter die Masse heben. Zwei Backformen fetten, mit Mehl austauben und zu je 2/3 mit dem Teig fuellen.

Die Kuchen im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad je nach Groesse 20 bis 50 Minuten backen. Sofort nach dem Backen die Kuchen aus den Formen nehmen und abkuehlen lassen. Anschliessend mit Likoer betrauefeln und mit Aprikosenmarmelade bestreichen. Die Seiten mit den geroesteten Mandeln garnieren. Obenauf den aus Puderzucker und Wasser zubereiteten Zuckerguss streichen und mit Pistazien oder Walnuessen garnieren.

(R. Holzberger/H. Kessler: Klosterkueche, Mosaik-Verlag)

:Stichworte : Eifel, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Kochen wie in der Eifel II  
: : Folge 163, vom 25. Januar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bergtatsch  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Kräuterschnaps oder Kirsch  
-oder Marc,  
2 tb Zucker,  
1 tb Mehl,  
1 pn Salz,  
2 dl kaltes Wasser, evtl. mehr  
4 tb Butter

Schnaps mit Zucker vermischen, Mehl und Salz daruntermengen, Wasser begeben, zu einem dicken Teig rühren. Die Haelfte der Butter in einer Bratpfanne heiss werden lassen, den Teig zugeben, die Unterseite goldbraun backen, die zweite Butterhaelfte beifuegen. Die Omelette wenden. Wenn sie ebenfalls goldbraun geworden ist, mit der Roestischaufel in Stuecke teilen, die schliesslich ringsum schoen gebraten sein sollen.

Mit Zucker und Zimt bestreuen und warm servieren.

:Stichworte : Mehlspeise, Schweiz, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Schweiz (Ballenberg)  
: : Folge 063, vom 04. Oktober 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Berner Platte  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 tb Schweinefett oder  
-Butterfett,  
1 lg Zwiebel,  
1 kg Sauerkraut,  
5 Wacholderbeeren,  
1 dl Weißwein,  
750 g Rippli oder Laffli  
-(Schüfeli),  
500 g Magerspeck aus dem Rauch,  
1 Rindszunge (geräuchert, je  
-nach Belieben),  
1 Berner Zungenwurst,



3 Gnagi, evtl. mehr  
 1 Schweinsöhrli oder -  
 -schwänzli, evtl. meh  
 500 g Rindfleisch zum Sieden,  
 500 g Suppenknochen,  
 1 Karotte,  
 1 Stück Sellerie

Die in Streifen geschnittene Zwiebel in Schweinefett oder Butter anduensten, ohne dass sie Farbe annimmt. Das gut ausgepresste Sauerkraut und die Wacholderbeeren beifuegen, mehrmals wenden und mit Wein sowie 3 dl Wasser abloeschen.

Speck und Rippli beifuegen. Zudecken und im Ofen oder auf dem Herd 1 1/2 Stunden langsam garwerden lassen. Die Kochzeit haengt von der Groesse und Qualitaet der Fleischstuecke ab.

Deshalb mehrmals kontrollieren, damit das Fleisch nicht verkocht. 20 Minuten vor Ende der Kochzeit die Wurst unter das Kraut legen und mitkochen lassen. In einem separaten Topf die Rindszunge 3 bis 4 Stunden in ungesalzenem Wasser ziehen lassen.

Nach der halben Kochzeit Gnagi, Oehrli oder Schwaenzli beifuegen. Das Rindfleisch mit Suppenknochen und Gemuesegarnitur ebenfalls getrennt zubereiten. Nach Belieben die Fleischbouillon voraus servieren.

Das Fleisch in Portionen schneiden, ueber das gut abgetropfte Kraut geben und mit Salzkartoffeln servieren.

:Stichworte : Fleisch, Schweiz  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Kochen wie in der Schweiz (Ballenberg)  
 : : Folge 063, vom 04. Oktober 1991  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
 tb: El.  
 lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bierewecke (Früchtebrot)  
 Categories: Brot  
 Yield: 1 Keine Angabe

750 g getrocknete Birnenschnitze,  
 500 g getrocknete Zwetschgen,  
 300 g Zucker,  
 1 1/2 kg Roggenmehl,  
 20 g Hefe,  
 1/4 l Wasser,  
 1 tb Zucker,  
 1 tb Salz,  
 125 g Korinthen,  
 125 g Sultaninen,  
 250 g Walnuskerne,  
 40 g Zitronat,  
 40 g Orangeat,  
 1 1/2 ts Zimt,  
 1 ts Nelkenpulver,  
 1/8 l Kirschwasser

Am Vortag die Birnenschnitze und die Zwetschgen waschen und in 1 1/2 l Wasser ueber Nacht einweichen. Am naechsten Tag die Birnen und Zwetschgen mit 300 g Zucker aufkochen und in ein Sieb geben. Die Bruehe auffangen.

Das Roggenmehl in eine ausreichend grosse Schuessel geben und eine Vertiefung in das Mehl druecken. Darin mit der Hefe, etwas Zucker und von der Bruehe einen Vorteig anruehren. Wenn der Vorteig Blasen geworfen hat, mit dem Mehl und etwa 400 ml Bruehe zu einem Brotteig verarbeiten, der etwa 3/4 Stunde geknetet werden muss. Ist der Teig zu fest, noch etwas Bruehe dazugeben. Etwas Bruehe zum Bestreichen uebrig lassen. Dann kommen die klein geschnittenen Birnenschnitze, die klein geschnittenen Zwetschgen, die Korinthen und die Sultaninen, die gehackten Nusskerne, das wuerfelig geschnittene Zitronat und Orangeat, Zimt, Nelken, Kirschwasser und Salz hinzu.

Nachdem alles gut durchgearbeitet ist, so dass die Zutaten moeglichst gleichmaessig im Teig verteilt sind, fuenf laengliche Laibe formen und auf ein mit Mehl bestaeubtes Brett setzen. Ueber Nacht ruhen lassen. Am naechsten Tag bei etwa 180 Grad etwa 1 1/2 Stunden im vorgeheizten Backofen backen. 5 Minuten vor dem Herausnehmen werden sie mit dem Rest der Zwetschgenbruehe bestrichen, so dass sie eine dunkle, glaenzende Farbe bekommen.

:Stichworte : Brot, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 161, Weihnachtsgeschenke aus der Küche  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Biergulasch

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 1 Keine Angabe

750 g Rind- und Schweinefleisch,  
1 tb Paprika edelsüß,  
300 g Zwiebeln,  
80 g Schweineschmalz,  
1/2 ts Kümmelpulver,  
Salz,  
weißer Pfeffer,  
150 g Champignons,  
1/2 l helles Bier,  
1 Gewürzsträußchen  
(je 1 Stiel Oregano,  
Rosmarin und  
Petersilie),  
2 tb geriebenes Schwarzbrot,  
-gehäuften

Fleisch in Wuerfel schneiden. Zwiebel schaelen, grosse halbieren. Schweineschmalz erhitzen, Fleisch und Zwiebeln darin anbraten. Paprika darueber streuen. Kuemmelpulver und Salz, das Gewuerzstraeusschen und die Haelfte des Bieres zugeben. Zugedeckt bei kleiner Hitze 40 Minuten garen.

Champignons putzen, waschen und 10 Minuten vor Ende der Garzeit mit dem Schwarzbrot sowie dem restlichen Bier zum Fleisch geben. Bei kleiner Hitze noch 5 Minuten koecheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

:Stichworte : Bier, Fleisch, Gulasch, Rind, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Bier  
: : Folge 060, vom 12. April 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bircher-Müesli  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

6 tb Haferflocken,  
12 tb Wasser,  
6 tb Sahne,  
Saft von 3 bis 4 Zitronen,  
6 bis 12 Äpfel,  
6 tb geriebene Mandeln oder  
-Hasel- oder Walnüsse,  
Zucker

Die Haferflocken in dem Wasser ca. 12 Stunden einweichen. Sahne, Zitronensaft zum eingeweichten Hafer rühren.

Die Aepfel waschen, Fliege und Stiel entfernen und sofort direkt in die Mischung reiben unter zeitweiligem Umrühren, um ein Anlaufen zu vermeiden. Das fertige Mueesli mit den geriebenen Nuessen bestreuen.

Je nach Jahreszeit koennen anstatt Aepfel andere Fruechte oder auch 2 bis 3 verschiedene Sorten verwendet werden, z.B. alle Arten von Beeren (3/4 kg, eventl. zerdrueckt), Bananen in Scheibchen oder zerdrueckt, 3 bis 4 Orangen in Schnitzchen und -saft, Pfirsiche sowie Aprikosen abgerieben, Kirschen klein geschnitten oder gehackt, Doerrfruechte etc. Die Aepfel sollten auf der rostfreien Bircherraffel gerieben werden. Anstatt Haferflocken koennen auch Hirse und andere Flocken sowie Weizenkeimlinge dazugemischt werden. Anstatt Sahne kann auch Quark oder Joghurt verwendet und statt Zucker kann auch mit Honig gesuesst werden.

:Stichworte : Frühstück, Müsli  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mit dem Frühstück fängt der Tag an  
: : Folge 189, vom 08. März 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Birchermüesli  
Categories: Vegetarisches, Vollwert  
Yield: 1 Keine Angabe

6 tb grobe Haferflocken (ca. 60  
-g),  
12 tb Wasser,  
6 tb Milch oder Joghurt,

1 Zitrone, Saft von  
4 Äpfel (evtl. mehr),  
6 tb geriebene Nüsse,  
brauner Zucker oder Honig  
-zum Süßen

Alle Zutaten miteinander mischen und mit Saisonfruechten garnieren. Mit Vollkornbrot und Butter servieren.

:Stichworte : Müsli, Vollwertküche  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Vitaminspritze  
: : Folge 146, vom 13. März 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Birnenauflauf  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

100 g Butter, weiche  
3 Eigelb,  
50 g Zucker,  
3 tb Zucker,  
100 ml Sahne,  
50 g Paniermehl,  
80 g Mandeln, geschälte,  
-geriebene  
2 tb Birnenschnaps,  
1 ts Zimtpulver,  
4 Birnen-Hälften aus der Dose,  
Eischnee von 2 bis 3 Eiweiß

Butter, Eigelb und Zucker miteinander schaumig rühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Die Sahne unterrühren, Paniermehl und Mandeln unterheben, mit Birnenschnaps und Zimt würzen. Zum Schluss den Eischnee darunter heben.

Die Mischung in eine ausgebutterte Auflaufform geben. Die Birnen-Hälften fächerförmig aufschneiden und darauf legen. Die Form in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen für ca. 20 bis 30 Minuten stellen.

:Stichworte : Auflauf, Birne, Butter, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Butter  
: : Folge 232, vom 26. März 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Birnenpizzoccheri  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Weißmehl,  
75 ml Milch,  
75 ml Sahne,  
3 Eier,  
2 l Wasser,  
100 g Zucker,  
50 g Butter,  
3 lg Birnen (sie sollten beim  
-Kochen nicht zerfallen)

Mehl, Milch, Sahne und Eier in eine Schuessel geben und so lange sorgfaeltig Wasser dazugeben bis ein zaehfluessiger Teig entsteht. Wenn er nur noch schwer von der Kelle faellt, auf ein nasses Holzbrett streichen und mit einem Messer dicke Spaetzle in das kochende Wasser schaben. Wenn die Pizzoccheri an die Oberflaeche steigen herausnehmen, kalt abspuelen und abtropfen lassen.

Den Zucker in einer Pfanne karamellisieren. Die Pfanne vom Feuer nehmen und die Butter untermischen. Etwas Wasser dazufuegen und auf kleinem Feuer den Zucker auflösen. Die duennen Birnenscheiben hineinlegen und 10 Minuten schmoren lassen. Die weichen mit Karamell ueberzogenen Birnenscheiben unter die Pizzoccheri mischen und diese Mischung in heisser Butter knusprig anbraten.

:Stichworte : Birne, Nudel, Puschlav, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Puschlav  
: : Folge 254 vom 06. Mai 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Birnentorte  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Blech

MMMMM-----Belag:-----

1/2 l Wasser,  
50 g Mandeln,  
5 tb Himbeergelee,  
3 tb Wasser,  
2 tb Kirschwasser,  
250 g Rahmquark,  
100 ml Rahm,  
1 tb Zucker,  
1 kg reife Birnen (geschält, in  
-Hälften geschnitten),  
1 tb Zitronensaft, Mandelsplitter

Sie koennen entweder einen »Schwaebischen Hefeteig« oder einen »Geriebenen Hefeteig« verwenden, siehe Rezept

1/2 l Wasser aufkochen, die Mandeln hineingeben. Fuenf Minuten stehen lassen. Die Mandeln schaelen, in Spaene schneiden. In einer Bratpfanne ohne Fett leicht roesten. Himbeergelee, 3 EL Wasser, Kirschwasser miteinander vermengen und fuenf Minuten koecheln. Rahmquark, Rahm und Zucker miteinander vermengen und auf den gebackenen und ausgekuehlten Kuchenboden streichen. Die Birnenhaelften darauf legen, mit

Zitronensaft betrauefeln. Das Himbeergelee auf den Belag streichen und mit Mandelsplittern bestreuen.

:Stichworte : Birne, Torte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pikante Kuchen im Herbst  
: : Folge 178, vom 28. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Biskuitrolle (ab 12. Monat)  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMFür den Biskuitboden auf einem rechteckigen Backblech (29 x 39-----  
cm):

6 Eier  
5 tb Zucker, schwach gehäufte  
3 tb Weizenmehl Typ 550, schwach  
-gehäufte  
2 tb Speisestärke, schwach  
-gehäufte

MMMMM-----Für die Füllung:-----

175 ml Sahne  
125 g Frischkäse oder Magerquark  
100 g pürierte Beeren  
(z. B. Himbeeren,  
-Erdbeeren,  
-Kulturheide  
oder  
40 ml frisch gepresster Fruchtsaft  
(z. B. von Mandarinen,  
-Orangen oder Kiwis)  
1 tb Rohrzucker, unraffiniertes  
1 Msp. Bourbon-Vanille  
2 tb Zucker zum Bestreuen

Fuer den Biskuit die Eier trennen. Eiweiss in einer Ruehrschiessel steif schlagen und den Zucker dazumischen. Eigelb in die Masse geben und nur mit dem Schneebesen leicht unterziehen. Mehl und Speisestaerke in die Eimasse sieben und vorsichtig unterheben. Den Boden eines Backbleches mit Pergamentpapier auslegen. Biskuitmasse auf dem Pergamentpapier verteilen. Glattstreichen und im Backofen auf der unteren Schiene etwa 10 Minuten backen, bis der Biskuitboden eine goldgelbe Farbe angenommen hat. Inzwischen fuer die Fuellung Sahne schlagen, Frischkaese oder Magerquark, puerierte Beeren oder Fruchtsaft, Rohrzucker und Bourbon-Vanille dazugeben und zu einer saemigen Creme verruehren. Ein Kuechentuch auf einer Arbeitsflaeche ausbreiten und gleichmaessig mit Zucker bestreuen. Biskuitboden aus dem Backofen nehmen, das hisse Backblech mitsamt dem Biskuitboden mit einer blitzschnellen Handumdrehung auf das Kuechentuch stuerzen, so dass der Biskuitboden mit der Oberflaeche nach unten in der Mitte des Kuechentuches liegt. Das Backblech wegnehmen und das Kuechentuch mitsamt dem Biskuitboden im noch heissen Zustand locker aufrollen, damit sich der Biskuitboden spaeter zu einer Rolle formen laesst. Alles sofort wieder entrollen und das Pergamentpapier vorsichtig evtl. mit Hilfe eines grossen Messers- von der Unterseite des Biskuitbodens

abziehen. Ungleichmaessige Raender des Biskuits abschneiden und dem mithelfenden Kind zum Essen geben.

Die Innenseite (nach innen gerollte Seite) des Biskuitbodens gleichmaessig mit der Fuellung bestreichen. Biskuitboden mit Fuellung aufrollen und die Rolle mit der aufgerollten Seite nach unten auf eine ovale oder rechteckige Platte setzen.

:Stichworte : Bisquit, Kleinkind, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Kost für kleine Feinschmecker  
: : Folge 181, vom 09, November 1997  
: : aus dem Buch von Monika Arndt: Das Baby-Kochbuch,  
: : gesunde Ernährung für Ihr Kind, dtv 36536 entnommen.  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Biskuitrolle mit Erdbeer- oder Kiwisahne  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Eier,  
4 tb warmes Wasser,  
50 g Fruchtzucker,  
1 ts flüssiger Süßstoff,  
75 g Mehl (Type 405),  
45 g Speisestärke,  
1 gestr. TL Backpulver

MMMMM-----Füllung:-----

4 Blatt Gelatine,  
400 g frische Erdbeeren oder Kiwi,  
1 ts flüssiger Süßstoff,  
250 g Sahne (30 % Fett),  
12 g Fruchtzucker zum Bestäuben,  
Pergamentpapier,  
Fett

Ein Backblech mit Pergamentpapier auslegen. Das Pergamentpapier einfetten. Den Backofen auf 170 Grad vorheizen.

Die Eier in Eigelb und Eiweiss trennen. Das Eiweiss mit dem Wasser steif schlagen. Den Fruchtzucker unter weiterem Schlagen langsam in den Eischnee rieseln lassen. Die Eigelb und den Suesstoff vorsichtig unterschlagen. Das Mehl, die Speisestaerke und das Backpulver mischen. Diese Mehlmischung auf die Schaummasse sieben und vorsichtig unterheben.

Den Biskuiteig gleichmaessig auf dem Blech verstreichen und sofort im Backofen (Mitte) in 15 bis 20 Minuten backen. Den Biskuiteig direkt nach dem Backen auf ein angefeuchtetes Kuechentuch stuerzen. Das Pergamentpapier mit kaltem Wasser bepinseln und schnell abziehen. Den Biskuiteig mit dem Geschirrtuch aufrollen und 2 bis 3 Stunden auskuehlen lassen.

Fuer die Fuellung die Gelatine 3 bis 4 Minuten in kaltem Wasser einweichen. In wenig Wasser in heissem Wasserbad auflösen. Die Erdbeeren waschen und gut abtropfen lassen. Etwa 1/3 der Erdbeeren puerieren, die uebrigen Erdbeeren je nach Groesse vierteln oder achteln. Die aufgeloeste Gelatine und den Suesstoff unter das

Erdbeermuss rühren und kühlen stellen.

Die Sahne steif schlagen. Wenn das Erdbeermuss anfängt zu stocken, die Sahne und die Erdbeeren unterheben.

Die Biskuitrolle vorsichtig auseinander rollen und die Erdbeeresahne auf dem Biskuit verteilen. Sofort wieder aufrollen und kühlen stellen. Vor dem Servieren die Biskuitrolle mit dem Fruchtzucker bestreuen.

Aus der Biskuitrolle lassen sich 15 Stücke zu je 1 BE schneiden.

Variante:

Die Biskuitrolle schmeckt auch mit einer Zitronen-Sahne-Füllung.

Zitronen-Sahne-Füllung:

1/2 l Wasser,  
abgeriebene Schale einer unbehandelten Zitrone,  
4 EL Zitronensaft,  
1 bis 1 1/2 TL flüssiger Süßstoff,  
3 Blatt weiße Gelatine,  
1/4 l geschlagene Sahne (30 % Fett),  
12 g Fruchtzucker zum Bestäuben

Zitronen-Sahne-Füllung:

Wasser mit Zitronenschale, Zitronensaft, flüssigem Süßstoff aufkochen und kurz aufwallen lassen. Dann die Blattgelatine in wenig Wasser im heißen Wasserbad auflösen, unter den noch warmen Zitronensaft rühren und kalt stellen. Wenn die Zitronenmasse dicklich wird, geschlagene Sahne (30 % Fett) leicht unterheben. Die Biskuitrolle füllen und vor dem Servieren mit Fruchtzucker bestreuen. Aus der Biskuitrolle lassen sich 13 Stücke zu je 1 BE schneiden.

:Stichworte : Bisquit, Diabetes, Erdbeere, Kiwi, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen für Diabetiker  
: : Folge 202, vom 08. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
: : 130 kcal

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Blätterteig mit Wurstfüllung  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Blätterteigboden für ein  
-rechteckiges Kuchenblech  
oder entsprechend viele  
-kleinere Böden

MMMMM-----Füllung:-----

500 g Bratwurstbrät,  
1 Zwiebel,  
1 Knoblauchzehe,  
Petersilie,  
1 Ei,  
2 tb Paniermehl,  
5 tb Sbrinz- oder Parmesankäse,



Salz,  
Pfeffer,  
Majoran

Alle Zutaten fuer die Fuellung gut miteinander vermischen.  
Blaetterteigboden in ca. 10 x 10 cm grosse Quadrate schneiden. Auf  
jedes Stueck 1 EL der Wurstmasse geben.  
Die Teigstuecke zusammenrollen und den inneren Rand mit Eiweiss  
(Kleber) bestreichen.

Die Oberflaeche der Blaetterteigrollen mit Eigelb bepinseln und in dem  
auf 220 Grad vorgeheizten Backofen ca. 30 Minuten backen.

:Stichworte : Buffet, Fingerfood, Wurst  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Ostergäste  
: : Folge 168, vom 30. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Blaukraut (Rotkohl)  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Blaukraut,  
3 tb Schmalz,  
1 sm geschnittene Zwiebel,  
1 tb Zucker,  
Salz,  
2 saure Äpfel (in Würfel  
-geschnitten),  
3 tb Essig,  
1/8 l Fleischbrühe, ca.  
1 Lorbeerblatt,  
2 Nelken,  
1 Schnapsgläser Rotwein, ca.  
1 tb Mehl, eventuell

Das Kraut putzen, vierteln, dabei vom Strunk befreien und ganz fein  
hobeln oder schneiden.  
Schmalz im Topf erhitzen, die Zwiebeln und die Aepfel darin anduensten.  
Das geschnittene Kraut dazugeben. Sofort Essig darueber giessen und  
kurz durchduensten. Fleischbruehe, Zucker, Salz, Lorbeerblatt und  
Nelken ebenfalls dazugeben und bei geschlossenem Topf bei niedriger  
Temperatur 45 bis 60 Minuten koecheln. Kurz vor Beendigung der Garzeit  
den Rotwein zufuegen und nach Geschmack mit Mehl bestaeuben. Gut  
durchkochen lassen und nochmals abschmecken.

:Stichworte : Bayern, Beilage, Kohl, Rotkohl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Oberpfalz  
: : Folge 236, vom 04. Juni 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Blindhuhn  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g weiße Bohnen,  
375 g durchwachsener Räucherspeck,  
250 g grüne Bohnen,  
250 g Karotten,  
250 g Kartoffeln,  
2 große, säuerliche Äpfel,  
4 sm Birnen,  
Bohnenkraut,  
Salz,  
1 pn Zucker

Die weissen Bohnen ueber Nacht in 3/4 l Wasser einweichen. Im Weichwasser etwa 90 Minuten weich kochen. In den letzten 30 Minuten den Speck, das geputzte Gemuese und das Obst (Birnen ganz, Aepfel geschaelt und gewuerfelt) dazugeben. Mit Salz, einer Prise Zucker und Bohnenkraut abschmecken.

:Stichworte : Eintopf, Gemüse, Ostpreußen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Ostpreußen/Masuren  
: : Folge 257, vom 1. Juli 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
sm: klein.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Blumenkohlsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 2 Personen

1/2 sm Blumenkohl oder  
100 g Blumenkohlröschen,  
Salz,  
200 ml entfettete Fleisch- oder  
-Knochenbrühe,  
weißer Pfeffer,  
Muskatnuss,  
2 ts fein gehackte Petersilie

Den Blumenkohl putzen, die Roeschen teilen und waschen. Die Blumenkohlroeschen in wenig Salzwasser in 15 bis 20 Minuten garen. Die Blumenkohlroeschen in ein Sieb geben. Etwa 200 ml von dem Blumenkohlwasser mit der Bruehe aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss wuerzen. Die Blumenkohlroeschen hineingeben und nochmals aufkochen.

Die Petersilie darueber streuen und die Suppe sofort servieren.

:Stichworte : Blumenkohl, Diabetes, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen für Diabetiker  
: : Folge 202, vom 08. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
: : 30 kcal

MMMMM

Legende:

sm: klein.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Böhmisches Knödel

Categories: Beilagen

Yield: 1 Keine Angabe

1 Pfund Mehl,  
4 alte Semmeln,  
1/8 l Milch, evtl. mehr  
2 Eier,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskat

Aus den Zutaten erkennt man schon, dass diese boehmische Knoedel unbaendige Saucenschlucker werden muessen. Mehl und Semmeln, die ja wiederum aus Mehl bestehen, da wuenscht man sich schon ein saftiges Bratl dazu. Was fuer eins? Das bleibt Ihnen ueberlassen. Ich koennt' mir ein Bifflamott (Boeuf a la mode) oder einen Sauerbraten gut vorstellen.

Zuerst macht man sich ans Mehl und an die Milch. Die ruehrt man in einer Schuessel glatt zusammen, gibt nach und nach die Eier hinzu und wuerzt. Mit der Milch ist man freilich ein wenig zurueckhaltend, denn wenn davon zuviel in den Teig kommt, geht er spaeter nicht mehr so gut auf, wie man es von ihm erwartet. Er soll gerade so fluessig sein, dass er den in Wuerfel geschnittenen alten Semmeln ein bequemes Quartier bieten kann. Wer sie ein wenig anroestet, macht keinen Fehler.

Aus dem gut verruehrten Gemisch formt man nun mit bemehlten Haenden zwei laengliche Laibe. Die laesst man so lange in Ruhe, bis das leicht gesalzene Wasser sprudelt. Dann werden sie zwanzig Minuten darin gekocht. Der Deckel muss zu sein - hoechstens der Kochloeffel dazwischen, hat der Chefkoch von "Janka-Braeu" in Zwiesel gesagt.

Wenn die zwei Teigwuerste fertig sind, zerlegt man sie mit einem Bindfaden (Zwirn, Spagat) in Scheiben. Wer einem boehmischen Knoedel mit dem Messer schneidet, ist ihn nicht wert, heisst es.

:Stichworte : Bayern, Beilage, Knödel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Oberbayern  
: : Folge 074, vom 11. September 1992  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Boeuf en daube (traditionelles Rindfleischgericht)

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 8 Personen

2 kg Rindfleisch (Oberschale  
-oder Bug)  
in mittelgroße Würfel

-geschnitten,  
Olivenöl,  
4 Knoblauchzehen,  
3 Zwiebeln,  
200 g grüner Speck, gewürfelt

MMMMM-----Für die Marinade:-----

3 Lorbeerblätter,  
3 Gewürznelken,  
1 Stückchen getrocknete  
-Orangenschale,  
1 Stückchen Sternanis,  
1 Flasche kräftiger Rotwein  
(etwa Gigondas oder  
-Châteauneuf-du-Pape)  
Pfeffer,  
Salz,  
150 g entkernte schwarze Oliven

Das Gefaess, in dem diese Speise gekocht wird, sollte aus Ton sein und einen schweren, vertieften Deckel haben, in den man waehrend des Garens Wasser zur Verdunstung fuellt (wir schlagen Roemertopf vor). Das Fleisch sollte einige Stunden oder ueber Nacht in der Marinade liegen, damit es muerbe wird.

In einer Pfanne Olivenoel sanft erhitzen und die grob zerkleinerten Zwiebeln und den gehackten Knoblauch langsam darin anduensten. Speckwuerfel und das abgetropfte marinierte Fleisch kurz anbraten. Das Ganze in den Tontopf geben und mit der Marinade uebergiessen, salzen und pfeffern. Den Deckel (eventl. umgekehrt) auf den Tontopf legen, in den Deckel Wasser fuellen und in den vorgeheizten Backofen geben. Das Fleisch muss langsam garen (je langsamer und laenger die Daube gart, desto weicher wird das Fleisch). Zwanzig Minuten vor Ende der Garzeit die entkernten Oliven hinzufuegen und mit koecheln lassen.

(de Font-Verger: "Die Kueche der Provence", HAeDECKE-Verlag)

:Stichworte : Fleisch, Frankreich, Mittelmeer, Provence, Rind

: : Römertopf

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Mittelmeerküche - Provence

: : Folge 152, vom 12. Juni 1996

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bohnen gratiniert

Categories: Beilagen

Yield: 1 Keine Angabe

750 g junge, grüne Bohnen,  
1 Zwiebel (fein gehackt),  
1 Knoblauchzehe (gepresst),  
1 Hand voll Petersilie  
-(gehackt),  
3 tb Butter,  
Pfeffer aus der Mühle,  
Salz,  
60 g Parmesan (frisch gerieben)

Die Bohnen waschen, an den Enden kappen und im Salzwasser bei geringer Hitze in ca. 15 Minuten Knapp weich kochen. Die Butter schmelzen, Zwiebel und Knoblauch darin duensten. Mit etwas Bohnenbruehe abloeschen

und die Flüssigkeit einkochen lassen bis die Zwiebel weich ist. Die Bohnen abgiessen und mit der gehackten Petersilie sowie der Zwiebelmischung in eine Auflaufform geben. Salzen, pfeffern und mit dem Parmesan bestreuen. Im heissen Backofen ca. 5 Minuten gratinieren.

:Stichworte : Beilage, Bohne, Gemüse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste: Bohnen  
: : Folge 239, vom 16. Juli 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bohnen in Speckbutter  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

750 g frische, grüne Bohnen,  
1/4 bn Bohnenkraut,  
Salz,  
100 g magerer Räucherspeck,  
1 tb Butter,  
1 bn Petersilie,  
weißer Pfeffer aus der Mühle

Die Bohnen waschen und an den Enden kappen. Mit dem Bohnenkraut in Salzwasser bei geringer Hitze bissfest garen. Den Speck in Streifen schneiden. Die Butter in einer kleinen Pfanne schmelzen und die Speckstreifen darin glasig anbraten. Die Bohnen abgiessen und das Bohnenkraut entfernen. Die Bohnen mit gehackter Petersilie mischen, die heisse Specksauce darüber giessen und alles mit weissem Pfeffer bestreuen.

:Stichworte : Beilage, Bohne, Gemüse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste: Bohnen  
: : Folge 239, vom 16. Juli 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bohnen mit Hackfleisch  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Pfund Hackfleisch,  
2 lg Zwiebeln,  
2 Knoblauchzehen,  
2 tb Mehl,  
1 cn Bohnen,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskat,  
Fleischbrühe oder Bratensaft

Hackfleisch mit den kleingewürfelten Zwiebeln und den Knoblauchzehen

gut anbraten, mit dem Mehl bestaeuben und der Bohnenbruehe auffuellen.  
Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Fleischbruehe oder Bratensaft  
abschmecken. Die Bohnen dazugeben und ca. 20 Min. zugedeckt ziehen  
lassen. Salzkartoffeln schmecken gut dazu.

(Heimatrezepte aus Omas Kueche, Werbegemeinschaften Idar-Oberstein)

:Stichworte : Bohne, Fleisch, Hack, Hunsrück  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwischen Schwenkbraten und Krommbiere-Wurst  
: : (Rezepte aus dem Hunsrück)  
: : Folge 118, vom 09. November 1994 und  
: : Folge 119, vom 23. November 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cn: Dose  
tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bohnen-Tomaten-Salat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Prinzessbohnen,  
4 Tomaten,  
2 Schalotten (fein gehackt),  
2 tb roter Weinessig,  
5 tb Öl,  
1 Msp. Senf,  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle

Die Bohnen waschen, putzen und in Salzwasser etwa 15 Minuten bissfest  
garen. Anschliessend in Eiswasser abschrecken. Die Schalotten mit  
Essig, Oel, Senf, Salz und Pfeffer zu einer Marinade verruehren. Die  
Tomaten kurz ueberbruehen, kalt abschrecken, haeuten, in Spalten  
schneiden und auf Kuechenpapier gut abtropfen lassen. Bohnen und  
Tomaten gruendlich in der Marinade wenden und vor dem Servieren etwas  
durchziehen lassen. Als Beilage zu Kurzgebratenem oder mit knusprigem  
Brot als Zwischenmahlzeit reichen.

:Stichworte : Bohne, Salat, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste: Bohnen  
: : Folge 239, vom 16. Juli 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bohnenbündelchen im Omelett-Teig  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Bohnen (Prinzessbohnen) ,  
3 Eier,  
Estragon (fein gehackt),

Muskatnuss,  
etwas Mehl,  
Öl oder Ausbackfett

Bohnen in Salzwasser kochen. Waehrend die gekochten Bohnen auskuehlen, 3 Eigelb zu Schaum schlagen. Mit Salz und Muskatnuss wuerzen. Die gehackten Estragonblaettchen darunter mischen. Die 3 Eiweiss zu Schnee schlagen und unter das Eigelb heben. Die Bohnen mit Zwirn zusammenbinden, so dass ein langes Stueck Faden zum Anfassen bleibt. Die Buendelchen mit Mehl bestaeuben, in den Omelett-Teig tauchen und im heissen Fett goldgelb backen. Zum Fixieren der Bohnen kann auch ein Streifen Speck oder Schnittlauch verwendet werden.

:Stichworte : Bohne, Ei, Gemüse, Omelette  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste: Bohnen  
: : Folge 239, vom 16. Juli 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bohneneintopf  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Hammelfleisch oder  
-Bauchspeck,  
3 Zwiebeln,  
3 Knoblauchzehen,  
1 Nelke,  
800 g frische Bohnen,  
600 Kartoffeln

Fleisch in 3 cm grosse Wuerfel schneiden, Zwiebeln schaelen und wuerfeln, Knoblauchzehen zerquetschen. Oel im Schmortopf erhitzen, zuerst Zwiebelwuerfel, dann Fleisch darin anduensten. Knoblauch, Pfeffer, Salz, Lorbeerblatt, Nelken und Fleischbruehe zugeben und im geschlossenen Topf 1 Stunde kochen. Bohnen mit Bohnenkraut dazugeben und noch 20 Minuten kochen. Dazu Salzkartoffeln servieren. Oder die Kartoffeln, in Stuecke geschnitten, 25 Minuten vor Beendigung der Garzeit in den Eintopf geben.

(Frisch vom Markt, Reiff Schwarzwaldverlag Offenburg)

:Stichworte : Bohne, Eintopf, Fleisch, Hammel, Kinzigtal  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kinzigtal I  
: : Folge 163, vom 08. Februar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bohneneintopf mit Lammfleisch  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

750 g Lammschulter (in grobe  
-Würfel geschnitten),  
1 Zwiebel (fein gehackt),  
2 tb Öl,  
Salz,  
weißer Pfeffer,  
750 g grüne Bohnen

(waschen, putzen und in  
-Stücke brechen),  
500 g Kartoffeln  
(waschen, schälen und in  
-große Würfel schneiden),  
4 lg Tomaten  
(gehäutet und in Viertel  
-geschnitten),  
1/8 l heiße Fleischbrühe,  
3 Stängel Bohnenkraut

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Das Oel in einer grossen  
Kasserolle erhitzen und die Fleischwuerfel ringsum anbraten. Mit Salz  
und Pfeffer wuerzen und die Zwiebel dazugeben. Die Kasserolle auf die  
mittlere Schiene des Backofens stellen und das Fleisch 45 Minuten  
schmoren lassen. Zwischendurch evtl. etwas Wasser zugiessen. Die Bohnen  
und die Kartoffeln zum Fleisch geben, die Fleischbruehe angiessen und  
weitere 30 Minuten im Ofen garen. Das Bohnenkraut waschen, trocken  
tupfen und fein hacken und mit den Tomaten in den Eintopf mischen. Nach  
15 Minuten das Gericht mit Salz und Pfeffer abschmecken und heiss  
servieren.

:Stichworte : Bohne, Eintopf, Fleisch, Lamm  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Eintöpfe  
: : Folge vom 12. Januar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bohnensuppe  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 kg Rindfleisch,  
2 Knochen,  
750 g Bohnen,  
Salz,  
Pfeffer,  
500 g Kartoffeln,  
Bohnenkraut

Fleisch und Knochen 1 Stunde kochen. Bohnen waschen und eventuell  
entzweischneiden. Kartoffeln schaelen und in Viertel schneiden. Bohnen  
und Kartoffeln zusammen mit dem Bohnenkraut in die Fleischbruehe geben.  
Nochmals 1/2 Stunde kochen. Knochen entfernen. Fleisch klein schneiden.  
Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vor dem Servieren mit  
Petersilie bestreuen.

:Stichworte : Bohne, Eintopf, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste: Bohnen  
: : Folge 239, vom 16. Juli 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bolognese-Sauce



Categories: Saucen, Marinaden

Yield: 1 Keine Angabe

1 tb Olivenöl,  
1 tb Butter,  
100 g gesalzener Speck,  
500 g Hackfleisch (Rind und  
-Schwein gemischt),  
1 Zwiebel,  
2 Karotten,  
1/4 Sellerieknolle,  
2 Rippen Bleichsellerie,  
2 dl herber Rotwein,  
1 cn geschälte Tomaten,  
2 tb Tomatenpüree,  
1 tb frische Rosmarinnadeln oder  
-1 TL getrocknete,  
1 tb frische, feingeschnittene  
-Salbeiblätter oder 1 TL  
-getrocknete,  
Salz,  
Pfeffer

Olivenoel und Butter schmelzen, den in Wuerfel geschnittenen Speck begeben, etwas anziehen lassen, Fleisch begeben, durchbraten, die feingehackte Zwiebel, das feingeschnittene Gemuese ebenfalls begeben, 5 Minuten daempfen, mit dem Wein abloeschen. Geschaelte Tomaten und Tomatenpueree begeben, 1 1/2 Stunden auf kleinem Feuer kochen, die Kraeuter beifuegen, nochmals 1/2 Stunde koecheln lassen, salzen, pfeffern. Sauce ueber die gekochten Spaghetti geben.

(Feisst/Rueegg: "Essen wie damals", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Hack, Nudel, Sauce, Spaghetti  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Balkongarten  
: : Folge 151, vom 22. Mai 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
cn: Dose  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Boudin aux pommes (Blutwurst mit gedämpften Äpfeln)

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 1 Keine Angabe

500 g Blutwurst,  
6 lg Äpfel

Wuerste enthaeuten, in Scheiben schneiden (ca. 1 cm) und in Butter anbraten. Aepfel in Viertel schneiden und in wenig Wasser weich kochen lassen, sie sollten jedoch nicht zerfallen. Kurz vor Ende des Kochens, je nach Suesse der Aepfel, etwas Zucker beifuegen. Aepfel vom Feuer nehmen und ein Stueck Butter dazugeben. Wurst und Aepfel miteinander servieren.

:Stichworte : Blutwurst, Innerei, Savoyen, Wurst  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Savoyen  
: : Folge 252 vom 08. April 2001

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Boumiano - Bohémienne (Auberginen-Tomaten-Topf)  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 6 Personen

4 Auberginen (1 1/4 kg),  
1 Zwiebel,  
4 Tomaten (800 g),  
1 bn Petersilie,  
6 Knoblauchzehen,  
Olivenöl,  
Pfeffer,  
Salz,

MMMMM-----eventl.-----

1 tb Mehl,  
50 g geriebener Käse

Die Auberginen schaelen und in kleiner Stuecke schneiden. Zum Wasserziehen mit Salz bestreuen. Den Boden einer Sauteuse (flache Kasserolle) mit Olivenoel bedecken, sanft erhitzen. Die kleingehackte Zwiebel anduensten, bis sie glasig ist. Die geschaelten, entkernten Tomaten vierteln und zu den Zwiebeln geben. Etwa 5 Minuten unter regelmaessigem Umruehren anduensten. Die Auberginen mit Kuechenkrepp trocknen und hinzufuegen. Umruehren. Petersilie und Knoblauch, beides klein gehackt, untermengen. Gut 30 Minuten duensten, immer wieder umruehren. Abschmecken. Fertig ist die Bohemienne, wenn die Tomaten und die Auberginen ein cremiges Mus bilden. Dem wird manchmal nachgeholfen, indem man 1 EL Mehl hinzufuegt. Es darf jedenfalls kein Wasser mehr in der Pfanne zurueckbleiben. Noch saemiger wird dieses Gericht, wenn vor dem Servieren etwas geriebenen Kaese hineingeruehrt wird. Kalt kann man eine Bohemienne sehr gut als Vorspeise servieren.

(de Font-Verger: "Die Kueche der Provence", HAeDECKE-Verlag)  
:Stichworte : Aubergine, Frankreich, Gemüse, Mittelmeer, Provence  
: : Tomate, Vorspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Provence  
: : Folge 152, vom 12. Juni 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
bn: Bd.  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bourgouri Pilaf  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 4 Personen

1 Zwiebel,  
Tomatenmark,

Petersilie,  
 200 g Bulgur,  
 eine Handvoll feine Nudeln,  
 Olivenöl,  
 1/4 l Fleischbrühe,  
 Lorbeerblatt,  
 Salz,  
 Pfeffer

Oel in einen Kochtopf geben, die fein gehackte Zwiebel darin glasig  
 duensten, die in der Hand klein zerdrueckten Fadennudeln nach und nach  
 beifuegen, dann den Bulgur und das Tomatenmark. Etwas anroesten lassen.  
 Dann mit der Fleischbruehe abloeschen. Umruehren. Zudecken. 25 Minuten  
 koecheln.

Rezept nach Hotel Amathus

:Stichworte : Eintopf, Pilav, Zypern  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Kochen wie auf Zypern  
 : : Folge 175, vom 6. Juli 1997  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Brandade de morue (pürierter Stockfisch)  
 Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
 Yield: 6 Personen

1 kg Stockfisch (möglichst ein  
 -Schwanzstück),  
 Olivenöl,  
 1/2 l Milch,  
 1 Knoblauchzehe,  
 1 ts gehackte Petersilie,  
 1 Sardelle,  
 Pfeffer,  
 1 Zitrone, Schale von  
 Brotscheiben

Nachdem die Flossen entfernt sind, den Stockfisch 24 Stunden in kaltes  
 Wasser legen. Danach spülen und in einem grossen Topf mit kaltem  
 Wasser zum Kochen bringen und 30 Minuten sieden lassen. Danach in einem  
 Sieb abtropfen und die Graeten entfernen. Die Haut jedoch nicht  
 abziehen, da sie zum Binden der Masse nuetzlich ist. In einem grossen,  
 moeglichst gusseisernen oder kupfernen Topf Olivenoel zum Sieden  
 bringen. Wenn das Fett raucht, den Stockfisch hineingeben und sofort  
 mit heftigem Ruehren beginnen. Den Topf von der Herdplatte nehmen, die  
 Masse weiter energisch mit dem Kochloeffel bearbeiten. Allmaehlich die  
 kochende Milch und etwas Olivenoel unterruehren.

Knoblauch, Petersilie und Sardelle im Moerser zerdruecken. In einer  
 Pfanne in etwas Olivenoel leicht anbraten. Unter die Stockfischmasse  
 ruehren. Mit Pfeffer abschmecken und zum Schluss die geriebene Schale  
 einer Zitrone in die Masse einruehren. Brot in Olivenoel roesten und  
 zur warmen oder kalten Brandade servieren.

(de Font-Verger: "Die Kueche der Provence", HAeDECKE-Verlag)

:Stichworte : Fisch, Frankreich, Mittelmeer, Provence, Stockfisch  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Mittelmeerküche - Provence  
 : : Folge 152, vom 12. Juni 1996  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Brasilianischer Cocktail  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Pro Person

3 Zitronen, Saft von  
1/8 l Milch,  
1 tb Zucker,  
1/2 Banane,  
2 tb Himbeergeist oder  
-Kirschwasser

Alle Zutaten im Mixer schlagen, mit Eiswuerfel auftragen. Ergibt ein hohes Cocktailglas.

:Stichworte : Banane, Cocktail, Exotisch, Frucht, Getränk  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte I - Bananen und Ananas  
: : Folge 057, vom 11. Januar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
: : (aus: Das große Buch der Früchte, Südwest-Verlag)  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bratäpfel zum Fastenbrechen  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 säuerliche Äpfel,  
2 tb gemahlene Mandeln,  
2 tb Honig,  
1 ts Zimt

Kerngehaeuse ausstechen und die Oeffnung mit einer Mischung aus Mandeln, Honig und Zimt fuellen. Im Backofen bei 200 Grad weich backen. (aus dem "Kurhaus Hildegard")

:Stichworte : Apfel, Dessert, Fasten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fastenkur nach Hildegard von Bingen  
: : Folge 145, vom 28. Februar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Braten und Schmoren  
Categories: Grundlagen, Informationen  
Yield: 1 Keine Angabe

Liebe Zuschauerinnen und Zuschauer,  
zu unserer Sendung ueber das Braten und Schmoren hier zunaechst einmal  
zwei Grundregeln, die wir nach dem Fuelscher-Kochbuch, einem  
Standardwerk des Kochens zitieren.

Grundregel fuer Bratenzubereitung auf dem Herd fuer kleinere Braten  
(Rindshuft, Kalbs- und ungarischer Braten, mit oder ohne Knochen, evtl.  
kleines Gefluegel). Bratpfanne am besten aus emailliertem Guss mit  
Deckel.

Vorbereiten des Fleisches nach Angabe im Rezept.

Anbraten: Wenig Fett oder Oel rauchheiss werden lassen. Zuerst die  
Schnittflaechen des Fleisches anbraten, dann die uebrigen Seiten unter  
Wenden. Wenn noetig mit Salz und Pfeffer noch wuerzen. Je heisser das  
Fett, umso rascher entsteht die braune Kruste, die das Austreten des  
Saftes verhindert und das Fleisch kraeftig und aromatisch macht.

Beigeben der Bratengarnitur und Knochen sowie weitere Zutaten (je nach  
Rezept) und alles schoen braun werden lassen unter oefterem Wenden.

Abloeschen mit wenig Fluessigkeit (Fleischbruehe oder Wasser, knapp 1  
cm) und diese von Zeit zu Zeit ergaenzen.

Bratzeit je nach Fleischart und Angabe im betr. Rezept Garprobe: Beim  
Einstechen mit der Fleischgabel soll der Braten weich sein. Ihn  
herausheben und warmstellen auf einer Platte mit umgekehrtem Teller  
(evtl. auf einem Wasserbad).

Die Bratensauce wenn noetig verduennen oder binden mit etwas  
Kartoffelmehl (mit kaltem Wasser angeruehrt) und in ein Pfaennchen  
absieben. Bis zum Servieren auf kleinem Feuer heiss halten.

Grundregel fuer Bratenzubereitung im Ofen fuer groessere Fleischstuecke  
von mindestens 1 kg sowie bei gefuellten oder englischen und gespickten  
Braten, groesseren Hackbraten, Wild und Gefluegel. Niedere Kasserolle,  
ein sogenannten Braeter, am besten aus emailliertem Guss verwenden. Das  
Holzbrett, auf welchem das Fleisch vorbereitet wird, leicht benetzen  
oder oelen.

Vorbereiten des Bratens nach Angabe im Rezept (spicken, wuerzen,  
fuellen usw.) und in die Pfanne legen, samt Knochen und Bratengarnitur.  
Uebergiessen mit heissem Fett (auch Oel). Fetttes Fleisch und Gefluegel  
mit einer Tasse heissem Wasser uebergiessen. Die Pfanne sofort in den  
heissen Ofen schieben.

Braten unter haeufigem Begiessen mit dem Fett (oder dem Bratensaft),  
ca. alle 10 Minuten. Gefuellte, gespickte und Hackbraten sowie  
Gefluegel nicht wenden waehrend des Bratens. Evtl. die Oberflaechen mit  
benetztem Papier bedecken.

Sobald der Braten und alle Zutaten gut braun geworden sind, wenn noetig  
etwas Fett abschöpfen, dann wenig heisses Wasser oder Fleischbruehe  
neben das Fleisch giessen (nicht darueber wegen Kruste!) Bratzeit je  
nach Angabe im Rezept. Garprobe: Beim Einstechen mit einer Fleischgabel  
muss der Braten weich sein.

Den Braten aus der Kasserolle nehmen, bis zum Tranchieren warmstellen,  
am besten auf Schuessel mit umgekehrtem Teller (Saft!), evtl. auf einem  
Wasserbad. Kasserolle auf den Herd stellen.

Die Bratensauce wenn noetig verduennen (bei englischem Braten,  
Gefluegel usw. den Fond zuerst auflösen), in ein Pfaennchen absieben.  
Evtl. Gewuerz beigeben, nach Belieben mit 1/2 TL Kartoffelmehl (kalt  
angeruehrt) binden.

Ihr

Werner O. Feisst

Ihre

Kathrin Rueegg

:Stichworte : Braten, Fleisch, Grundlage  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Braten und Schmoren  
: : Folge 164, vom 02. Februar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Brathähnchen  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Hähnchen,  
Salz,  
Pfeffer,  
20 g Butter,  
1 Zweig Petersilie,  
1 Zwiebel,  
1 Karotte,  
Butterfett zum Anbraten

MMMMM-----für die Variante zusätzlich:-----

2 sl dünn geschnittenen Speck,  
1/4 l Fleischbrühe für die Sauce

Das Haehnchen wird mit Salz und Pfeffer ausgerieben und, wenn man sonst keine Verwendung dafuer hat, Herz und Leber mit der gewaschenen Petersilie und Butter in den Tierkoerper gesteckt. Dann das Haehnchen zunaehen. In heissem Butterfett mit Zwiebel und Karotte anbraten.

Das Haehnchen sollte die erste Haelfte der Bratzeit auf der Brust und erst in der zweiten Haelfte auf dem Ruecken liegen, damit das Brustfleisch nicht trocken wird.

2 bis 3 Monate alte Haehnchen sollten 30 Minuten, solche von 3 bis 6 Monate 40 bis 45 Minuten unter fleissigem Begiessen des Fettes Garen.

Nach Belieben kann das Haehnchen vor dem Braten auch mit duenn geschnittenem Speck umbunden werden.

10 Minuten vor dem Anrichten muessen die Speckscheiben entfernt werden. Wenn man eine Sauce moechte, wird der Bratenansatz losgekratzt, heisse Fleischbruehe dazugegossen, aufkochen lassen. Vor dem Servieren die Sauce absehen.

("Kochbuch der Koch- und Haushaltungsschulen", Druck v. G.Braun)

:Stichworte : Braten, Geflügel, Huhn  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Braten und Schmoren  
: : Folge 164, vom 02. Februar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Brathuhn in Wein mit Steinpilzen (Pollo al vino e funghi)  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Brathuhn  
3 tb Olivenöl  
50 g Butter  
1 Zweig Thymian

4 Gewürznelken  
2 Gläser Rotwein  
30 g getrocknete Steinpilze  
Fleischbrühe  
Salz

Das Brathuhn in Butter und Olivenoel zusammen mit Thymian und Nelken von allen Seiten braeunen. Salzen. Mit dem Rotwein abloeschen und auf kleiner Flamme koecheln lassen (Fluessigkeit ueberpruefen, eventuell etwas Fleischbruehe nachgiessen). Nach einer halben Stunde die eingeweichten Pilze dazugeben und das Ganze noch einmal 20 Minuten weiter koecheln.

Zum Schluss mit Mehlbutter (Mehl mit Butter gut vermischen) die Sauce nach Geschmack binden.

:Stichworte : Geflügel, Huhn, Italien, Veltlin  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 210, Kochen wie im Veltlin  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bratwurst  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Pfund Schweinefleisch,  
-nicht mager,  
Zitronenschale,  
Pfeffer,  
Salz,  
1 pk Wasser,  
Bratwurstdaerme vom Schwein  
oder von einer Geiß  
oder von einem Schaf

Man hackt Schweinefleisch, es darf aber nicht mager sein, denn sonst wird die Bratwurst trocken. Man rechnet auf eine Bratwurst 1/2 Pfund gehacktes Fleisch. Das Fleisch wird zuerst wohl geklopft, dann wird es fein gehackt, in eine Schuessel getan, Zitronenschale so fein als moeglich dazu geschnitten, Pfeffer, Salz daran getan, und das Fleisch selbst mit einem Trinkglas Wasser angemacht.

Hernach nimmt man Bratwurstdaerme von Schweinen, oder welches noch besser ist, von Geissen oder Schafen, gibt das Fleisch in eine Spritze und fuellt die Daerme damit. Man bratet sie auf dem Rost, gibt sie zu Kohl oder Weisskraut auf den Tisch.

(aus Oberrheinisches Kochbuch aus dem Jahr 1811)

:Stichworte : Wurst  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Wurstmachen  
: : Folge 047 vom 10. November 1989  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Braune Nudeln  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----für den Grund-Teig siehe:-----  
Festtagsnudeln oder  
Hartweizengrießnudeln oder  
Vollkornnudeln

MMMMM-----sowie:-----  
2 tb Kakaopulver, evtl. mehr  
2 tb Puderzucker, evtl. mehr

Gewuenschten Grund-Teig wie jeweils beschrieben herstellen. 2 bis 3 El  
Kakaopulver und 2 bis 3 El Puderzucker beimengen.

- fuer suesse Gerichte

:Stichworte : Grundlage, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 213, Die Sendung von den Nudeln  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Brennesselsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Butter,  
1 Zwiebel (fein gehackt),  
2 Hand voll  
-Brennesselblätter (nur die  
-Spitzen),  
1 l Gemüsebrühe,  
3 Kartoffeln (gerieben)

In der heissen Butter die Zwiebel glasig duensten, Brennessel beigeben  
und mitduensten. Mit Gemuesebruehe abloeschen. Kartoffeln in die Suppe  
reiben und 20 Minuten koecheln lassen. Im Mixer puerieren und mit Salz  
und Pfeffer abschmecken.

:Stichworte : Brennessel, Kräuter, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Alpenkräuter  
: : Folge 260, vom 12. August 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Brezelsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

2 Zwiebeln,  
1 tb Öl,



3 Laugenbrezeln,  
1/2 Fleischbrühe,  
1/2 l dunkles Bier,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskat

Eine Zwiebel hacken, im Oel andaempfen, die in 1 cm grosse Stuecke geschnittenen Brezeln beigeben, 5 Minuten anbraten, mit Fleischbruehe und Bier abloeschen, 20 Minuten koecheln, wuerzen. Die zweite Zwiebel in Ringe schneiden, diese knusprig braten, ueber die angerichtete Suppe streuen.

:Stichworte : Bier, Brot, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Bier  
: : Folge 060, vom 12. April 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Brezelsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 6 Personen

1 kg Fleischknochen vom Kalb,  
1/2 kg Hühnerklein,  
1 bn Suppengrün,  
1 Zwiebel,  
40 g Butterschmalz,  
Salz,  
10 weiße Pfefferkörner,  
1 Lorbeerblatt,  
1/2 l Weißwein (Ruländer),  
2 l heißes Wasser,  
60 g Butter,  
40 g Mehl,  
0.1 l süßer Rahm,  
2 Eigelb,  
4 tb Weißwein,  
Salz,  
Pfeffer,  
40 g Butter,  
2 Brezeln,  
2 tb gehackte Petersilie

In einem grossen Topf oder Braeter Butterschmalz zerfliessen lassen, Kalbsknochen zugeben, unter oeffterem Wenden leicht anbraten. Suppengemuese und Zwiebel grob schneiden und zugeben; anduensten. Huehnerklein, Pfefferkoerner, Salz und Lorbeerblatt zugeben, kurz durchmengen, mit dem Wein abloeschen, einmal aufkochen und mit dem heissen Wasser auffuellen. Die Bruehe mit einer Schaumkelle abschaeumen und bei kleiner Flamme, im offenen Topf, mindestens 2 Stunden leicht kochen. Bruehe durch ein Sieb geben, auskuehlen lassen und ueberschuessiges Fett abheben. Nach dem Kochvorgang wird ca. 1 1/2 l Bruehe vorhanden sein. Die Herstellung der Bruehe wird man zweckmaessigerweise am Vortag vornehmen, da sonst die Zubereitungszeit sehr lang ist.

Aus Butter, Mehl und Bruehe eine helle Grundsuppe bereiten, 15 Minuten sanft durchkochen. Sahne, Eigelb und Wein verruehren und die Suppe damit legieren; mit einem Schneebesen gut durchschlagen und nochmals abschmecken.

Brezeln in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden und in Butter goldgelb roesten; auf die Suppentassen verteilen, mit heisser Suppe auffuellen, mit etwas gehackter Petersilie bestreuen und sofort servieren.

:Stichworte : Pfalz, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Pfälzerwald  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Brioche  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Hefewürfel,  
50 ml Wasser,  
375 g Mehl (Typ 405),  
200 g Butter,  
2 sm Eier (100 g),  
40 g Zucker,  
1 pn Salz

Hefe in Wasser auflösen und 10 Minuten stehen lassen. Mehl in eine Schuessel sieben und in die Mitte eine Vertiefung druecken. Die aufgelöste Hefe hineingeben. Mit etwas Mehl zu einem duennen Brei ruehren. 15 Minuten stehen lassen.

Butter weich werden lassen. Die Eier mit der Schale wiegen. Etwas Eiweiss wegnehmen (wird spaeter gebraucht) und durch Butterzusatz auf 100 g korrigieren. Die Eier mit einer Gabel verquireln. Eiweiss, Butter, Zucker und Salz mit dem Mehl mischen. Den Teig zuerst mit dem Backhorn, dann von Hand gut durchkneten. Wenn alles Mehl eingearbeitet ist, den Teig auf eine mit Mehl bestaeubte Arbeitsflaeche stuerzen. Nochmals 5 Minuten durchkneten. Zu einer Kugel formen. Diese in die Teigschuessel zurueckgeben. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 2 Stunden gehen lassen oder (wenn Sie zum Fruhestueck frische Bioches servieren wollen) mit einem nassen Tuch bedeckt ueber Nacht in den Kuehlschrank stellen.

Den gegangenen Teig gut durchkneten. Im ersten Fall nimmt man vom Teig ein faustgrosses Stueck weg, formt den Rest des Teiges zu einer glatten Kugel und legt diese in die mit Oel bepinselte Briocheform oder kleine Springform.

Man drueckt oben eine etwa 3 cm tiefe Delle in den Teig, bepinselt diese mit etwas Eiweiss und legt das kleinere, ebenfalls zu einer Kugel geformte Teigstueck hinein.

Im zweiten Fall teilt man die Kugel, die man zu einem Fladen gedrueckt hat, wie eine Torte in acht Stuecke, nimmt jeweils ein fingerbeergrosses Stueck Teig weg und formt aus jedem Stueck eine Kugel. Das weggenommene Stueck wird ebenfalls zu einem kleinen Kuegelchen geformt und schliesslich wie oben beschrieben auf die kleinen Brioche gelegt.

Mit einem nassen Tuch bedeckt 30 Minuten gehen lassen. Die Brioche in dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen 15 (kleine Brioche) bzw. 25 Minuten (grosse Brioche) backen. Moeglichst frisch essen.

:Stichworte : Gebäck, Hefeteig  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Allerlei aus Hefeteig  
: : Folge 251 vom 11. März 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Broccoli-Topf  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg mehlig kochende Kartoffeln,  
600 g Broccoli,  
100 g Alfa-Alfa-Sprossen,  
100 g Sojasprossen,  
50 g Bockshornklee- Sprossen,  
1 cn Creme fraiche,  
Salz,  
weißer Pfeffer,  
Muskatnuss

Die Kartoffeln waschen, schaelen, in Wuerfel schneiden und 10 Minuten in wenig Wasser bei mittlerer Hitze kochen.

Vom Broccoli die Roeschen abtrennen, Stiele schaelen, in 2 cm lange Stuecke schneiden und zusammen mit den Sprossen zu den Kartoffeln geben. Weitere 10 Minuten koecheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss wuerzen und mit Creme fraiche verfeinern.

:Stichworte : Brokkoli, Gemüse, Kartoffel, Keimling, Sprosse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Keimlinge und Sprossen  
: : Folge vom 09. Februar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cn: Dose

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Brotsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

6 mittelgroße Kartoffeln,  
3 altbackene Brötchen, evtl.  
-mehr  
1 l Wasser,  
Salz,  
4 tb Sauerrahm

Die Kartoffeln waschen, schaelen, in Wuerfel schneiden, im Salzwasser aufsetzen, 10 Minuten kochen lassen, das in Stuecke geschnittene Brot

beigeben, kochen bis Brot und Kartoffeln zerfallen sind.

Wer die Suppe cremig servieren will, streicht sie durch ein Haarsieb oder passiert sie durch die Flotte Lotte. Anrichten ueber Sauerrahm, gut vermengen.

:Stichworte : Baden, Brot, Schwarzwald, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie auf dem Vogtsbauernhof  
: : Folge 054 vom 08. Juni 1990  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Brotteig  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Mehl (Typ 1050),  
1 Tütchen Trockenhefe,  
15 g Salz, ca.  
275 g Wasser

Mehl in eine Schuessel sieben, Hefe und Salz darueber streuen. Alles mit Hilfe des Backhorns oder des Kochloeffels gruendlich mischen. Nach und nach das Wasser dazugeben. Dann mit den Haenden vermengen, zuerst in der Schuessel, spaeter auf einer trockenen Arbeitsflaeche 10 Minuten kneten. Zu einer Kugel formen. Diese in die Schuessel zuruecklegen und mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 2 Stunden ruhen lassen.

:Stichworte : Brot, Frankreich, Teig  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Nizza  
: : Folge 234 vom 07. Mai 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bubespitzle mit saurem Rahmsössle  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Bubespitzle:-----

1 kg mehlig kochende Kartoffeln,  
250 g Mehl,  
Salz,  
Muskatnuss,  
2 Eier

MMMMM-----Sauce:-----

200 ml Sahne,  
knapp 20 ml milder  
-Weinessig (rot oder  
1 bis 2 Schalotten,  
2 Eigelb,  
Salz,  
frisch gemahlener Pfeffer

-und Muskatnuss

Bubespitzle:

Die Kartoffeln, am besten am Vortag, mit der Schale kochen, schaelen und mit dem Kartoffelstampfer zerdruecken.

Dann zusammen mit dem Mehl, den Eiern, Salz und Muskat zu einem homogenen Teig kneten. Aus dem Teig etwa 5 cm lange, fingerdicke und an den Enden spitz zulaufende Roellchen formen, in kochendes Salzwasser geben.

Sobald sie an die Oberflaeche auftauchen, herausnehmen und warm stellen. Zum Schluss mit Butter in einer Pfanne leicht anbraten.

Rahmsoessle:

Sahne bei schwacher Hitze sanft einkoecheln lassen bis sie dicklich wird, etwas salzen; Schalotten ganz duenn schneiden und dazugeben, danach den Essig einruehren und Topf von der Platte nehmen. Die beiden Eigelb verquirlen, mit dem Schneebeesen unterruehren und die Sauce schaumig schlagen. Mit frisch gemahlenem Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Diese Sauce ueber die knusprig angebratenen Bubespitzle geben.

Isst man Kalbsschnitzel dazu, werden diese gepfeffert, in Butterfett angebraten und mit der Sauce angerichtet.

:Stichworte : Baden, Schwarzwald  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie bei den Fallers  
: : Folge 227, vom 16. Januar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Buchteln, Wuchteln oder Rohrnudeln

Categories: Dessert, Süßspeisen

Yield: 1 Keine Angabe

500 g Mehl,  
20 g Hefe,  
100 g Butter,  
3 Eigelb,  
50 g Zucker,  
1/4 l lauwarme Milch, ca.  
1 pn Salz,  
Marmelade zum Füllen

Mehl mit Salz und Zucker vermischen und Hefe einbroeseln. Butter zerrinnen lassen und dazugeben. Eigelb mit Milch verquirlen und ebenfalls dazumischen. Einen mittelfesten Hefeteig schlagen. Zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen. Dann mit einem Loeffel Teigstuecke abstechen und auseinanderziehen, mit Marmelade fuellen und zusammendrehen. Etwas Butter in einer Auflaufform zergehen lassen.

Buchteln einlegen. Noch einmal gehen lassen.

In dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 30 bis 45 Minuten backen. Vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen.

:Stichworte : Mahlspeise, Süßspeise, Tirol  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Tirol  
: : Folge 249 vom 11. Februar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Buchweizen-Pfannkuchen

Categories: Mehlspeisen, Nudeln

Yield: 1 Keine Angabe

500 g Buchweizenmehl,  
1/2 l Milch, gut  
2 Eier, evtl. mehr  
Salz,  
1 pn Zucker

MMMMM-----zum Ausbacken:-----

Butterfett, Schmalz oder Öl

Snobisten genossen sie heute fuer teures Geld als russische "Blinis" und behaupten, dass es nichts Besseres zu Kaviar gaebe. Im eigenen Land waren deftige "Buchweizenpfannkuchen" ein Bauernessen und traditionsbewusste Feinschmecker genossen sie noch heute nach der heimischen Art.

Zubereitung:

Buchweizenmehl mit Milch, Eiern, Salz und ganz wenig Zucker zu einem glatten Teig verruehren. Am besten mehrere Stunden stehen lassen, damit das Mehl richtig quellen kann. Wenig Fett in der Pfanne erhitzen und darin etwa handteller-grosse Pfannkuchen schoen knusprig backen. (Hinweis: Heute ersetzt man gern 60% des Buchweizenmehls durch normales weisses Mehl, Type 405).

:Stichworte : Buchweizen, Ei, Mehlspeise, Pfannkuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 163, vom 19, Januar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Buchweizennudeln (Pizzoccheri)

Categories: Mehlspeisen, Nudeln

Yield: 1 Keine Angabe

450 g Buchweizenmehl  
150 g Weissmehl  
Wasser  
Salz

Buchweizenmehl, Weissmehl, Wasser und Salz werden zu einem Teig verarbeitet und ausgewallt. Den Teigplatte in ca. 1 cm breite und ca. 4 bis 5 cm lange Nudeln schneiden.

:Stichworte : Buchweizen, Italien, Nudel, Veltlin  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 210, Kochen wie im Veltlin  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bühler Zwetschgen-Reis  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 c Reis  
3 Tassen Milch  
1 c Schlagsahne  
1 c Zwetschgenmus  
etwas Zucker  
etwas Vanillezucker  
gestiftelte Mandeln

Eine Tasse Reis in 3 Tassen siedender Milch, die mit Vanillezucker gesuesst wurde, koernig kochen. Nach dem Erkalten eine Tasse geschlagenen Rahm und eine Tasse Zwetschgenmus daruntermischen. Mit gestiftelten Mandeln, die mit etwas Zucker geroestet wurden, bestreuen und recht kalt servieren.

:Stichworte : Reis, Süßspeise, Zwetschge  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 92, Zwetschgen und Meerrettich  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bündner Beckibraten  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1.5 kg Schafgigot, entbeint,  
2 Knoblauchzehen,  
Salz,  
Pfeffer,  
2 tb Butter,  
2 Zwiebeln,  
2 dl Rotwein, trockenen  
1 Nelke,  
3 Karotten,  
1 Stück Sellerie,  
500 g Kartoffeln,  
1 Zweiglein Thymian,  
2 dl Bouillon (evtl. mehr)

Das Fleisch mit durchgepresstem Knoblauch und Pfeffer gut einreiben. In der Butter allseitig gut anbraten. Die Zwiebeln grob schneiden, zufuegen, Rotwein und Nelke beigeben, Deckel aufsetzen und in den gut vorgeheizten Ofen schieben (190 Grad). 50 Minuten braten. Inzwischen den Sellerie, die Karotten und die Kartoffeln schaelen und wuerfeln. Die Gemuese zum Fleisch geben und zusammen mit dem Thymian 10 Minuten mitbraten, dann nach und nach die Bouillon beifuegen. Eine Stunde weiterschmoren. Das Fleisch aus dem Braeter nehmen, tranchieren und mit dem Gemuese und dem Bratensaft im Braeter servieren.

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Graubünden  
: : Folge 114, vom 14. September 1994 und  
: : Folge 115, vom 28. September 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bündner Birnenbrot

Categories: Brot

Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Dörrbirnen (Bündner  
-Langbirnen),  
250 g gedörrte, entsteinte  
-Zwetschgen,  
250 g Feigen,  
125 g gehacktes Zitronat,  
2 ts Zimtpulver,  
1 ts Anis,  
1/2 ts Nelkenpulver,  
150 ml eingedickter Birnensaft,  
50 g Rosinen,  
4 cl Kirschwasser,  
500 g Weißbrotteig

MMMMM-----Brotteig:-----

30 ml Wasser,  
15 g Hefe,  
10 g Salz,  
400 helles Roggenmehl,  
100 g Weizenmehl (Typ 1040)

Die gedörrten Früchte über Nacht einweichen und in kleine Würfel schneiden. Die Gewürze, die Nüsse, Rosinen, das Kirschwasser und den Birnensaft dazugeben und gut zu einer festen Masse vermischen.

Für den Brotteig das Salz im lauwarmen Wasser auflösen und die zerbröckelte Hefe darin aufquellen lassen. Das Mehl auf eine Arbeitsfläche geben und das "Hefewasser" nach und nach unter das Mehl arbeiten. Gut durchkneten. Den Teig auswallen.

Die Füllung wie eine dicke Wurst auf die Mitte des ausgewallten Teigs legen. Die Seiten darüber legen und nach Belieben verzieren.

:Stichworte : Birne, Brot, Hutzelbrot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Hutzelbrot  
: : Folge 245, vom 03. Dezember 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : vom Wettbewerb in Pforzheim (Frau Inge Weinbrecht)  
:Notizen (\*\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cl: centiliter

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bündner Bohnen- und Erbsensuppe

Categories: Vorspeisen, Suppen

Yield: 1 Keine Angabe



100 g weiße Bohnen,  
 100 g Gerste,  
 2 1/2 l Wasser,  
 3 tb Butter,  
 1 Lauchstängel,  
 2 Karotten,  
 1 Zwiebel, besteckt mit  
 1 Lorbeerblatt und  
 1 Gewürznelke,  
 1/2 Sellerieknolle,  
 1/2 sm Wirsing,  
 2 Kartoffeln,  
 Knochen eines Rohschinkens  
 (notfalls eines gekochten  
 -Schinkens) und/oder  
 250 g Salzspeck,  
 geräucherte Schweinswürste,  
 wenn möglich  
 -Engadinerwürs  
 Schnittlauch,  
 eventuell Salz

Weisse Bohnen und Gerste ueber Nacht einweichen. Die kleingeschnittenen  
 Gemuese in Butter andaempfen. Diese mit Fleisch im kalten Wasser  
 aufsetzen und auf kleinem Feuer 2 1/2 bis 3 Stunden kochen. 20 Minuten  
 vor Beendigung der Kochzeit die kleingeschnittenen Kartoffeln und die  
 Engadinerwuerste begeben, eventuell nachsalzen. Mit Schnittlauch  
 bestreuen.

:Stichworte : Bohne, Erbse, Schweiz, Suppe  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Kochen wie in der Schweiz (Ballenberg)  
 : : Folge 063, vom 04. Oktober 1991  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
 sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bündner Bohnen- und Gerstensuppe  
 Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
 Yield: 1 Keine Angabe

100 g weiße Böhnchen,  
 100 g Gerste,  
 2 1/2 l Wasser,  
 3 tb Butter,  
 1 Lauchstengel,  
 2 Karotten,  
 1 Zwiebel besteckt mit  
 1 Lorbeerblatt und  
 1 Gewürznelke,  
 1/2 Sellerieknolle,  
 1/2 sm Wirsing,  
 2 Kartoffeln,  
 Knochen eines Rohschinkens  
 (notfalls eines gekochten  
 -Schinkens) und/oder  
 250 g Salz-Speck,  
 2 Paar geräucherte

-Schweinswürste,  
wenn möglich  
-Engadinerwürs  
Schnittlauch,  
eventl. Salz

Weisse Boehnchen und Gerste ueber Nacht einweichen, die kleingeschnittenen Gemuese in Butter andaempfen, alles mit dem kalten Wasser und dem Fleisch aufsetzen, auf kleinem Feuer 2 1/2 bis 3 Stunden kochen, 20 Minuten vor Beendigung der Kochzeit die kleingeschnittenen Kartoffeln und die Engadinerwuerste begeben, eventl. nachsalzen, mit Schnittlauch bestreuen. Die Suppe schmeckt eigentlich aufgewaermt am allerbesten.

Aber Achtung: dann kann sie Blaehungen verursachen. Wir Kinder nannten sie deshalb auch "Musigmoeggli-suppa"!

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Graubünden  
: : Folge 114, vom 14. September 1994 und  
: : Folge 115, vom 28. September 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Bunter Fischtopf  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

750 g Fischfilet,  
Zitronensaft,  
4 tb Butter,  
1 Zwiebel,  
1 Stange Lauch,  
1 sm Sellerieknolle,  
5 Karotten,  
750 g grüne Bohnen oder Rosenkohl,  
5 md Kartoffeln,  
Petersilie,  
Salz,  
Pfeffer

Die Fischfilets saeuern, mit Zitronensaft saeuern und beiseite stellen. Gemuese putzen und in Wuerfel bzw. Raedchen schneiden. Kartoffeln schaelen und ebenfalls in Raedchen schneiden. Die fein geschnittene Zwiebel in Butter anduensten und das Gemuese dazugeben. Nach 10 Minuten mit 2 Tassen heissem Wasser abloeschen und salzen. 20 Minuten koecheln lassen. Die Fischfilets darauf legen und 15 Minuten mitdaempfen lassen. Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vor dem Servieren mit gehackter Petersilie bestreuen.

:Stichworte : Eintopf, Fisch, Ostpreußen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Ostpreußen/Masuren  
: : Folge 257, vom 1. Juli 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.  
md: mittl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Busecca (Kuttelsuppe)  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

150 g Borlotti- oder andere  
-weisse getrocknete Boh  
3 tb Butterfett  
1 lg Zwiebel, in Ringe  
-geschnitten  
1 Knoblauchzehe, gepresst  
2 Karotten, in Scheiben  
-geschnitten  
1 Lauch, in Streifen  
-geschnitten  
1/4 Sellerieknolle, in Scheiben  
-geschnitten  
1/4 Weisskohl, in Streifen  
-geschnitten  
1 sm Blumenkohl, in Röschen  
-zerzupft  
3 tb Tomatenmark oder 3 Tomaten  
-in Schnitze zerteilt  
500 g Kutteln (Kaldaunen)  
vom Metzger vorgekocht und  
-in Streifen geschnitten  
1 1/2 l Fleischbrühe  
2 Kartoffeln, gewürfelt  
1 Handvoll italienischer Reis  
1/4 l Merlot oder anderer  
-trockener Rotwein  
Salz  
Pfeffer  
100 g Parmesankäse, gerieben

Die Bohnen ueber Nacht einweichen. Das Einweichwasser abschuetten. Die Butter zergehen lassen, Zwiebel und Knoblauch darin schwenken, dann nach und nach die uebrigen Gemuese, die Bohnen und zuletzt die Kutteln beigeben. Durchdaempfen. Mit der Fleischbruehe abloeschen. 2 Stunden koecheln lassen. Eventuell noch etwas Bruehe beigeben. Kartoffeln und Reis dazugeben, wuerzen. Den Kaese separat dazu servieren.

:Stichworte : Eintopf, Kuttel, Schweiz, Suppe, Tessin  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 212, Kochen wie im Tessin  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Butterkekstorte  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Für den Boden:-----  
18 zerbröselte Butterkekse,  
150 g Butter

MMMMM-----Für die Füllung:-----  
500 g Quark,  
4 Eier,  
3 tb Zucker,  
1 Zitrone, Saft und  
-abgeriebene Schale  
100 g Pinien- oder geschälte  
-Mandelkerne,  
100 g Rosinen,  
1 pk Vanillezucker

Kekse zwischen 2 Lagen Haushaltspapier legen und mit dem Wallholz rasch einige Male darueber fahren. Das gibt die gleichmaessigsten Broesel. Broesel und Butter miteinander vermengen und die Masse in eine 24-cm-Springform druecken.

Fuer die Fuellung:

Alle Zutaten miteinander mischen, auf den Kuchenboden geben und 1/2 Stunde lang backen. Im Ofen abkuehlen lassen.

(Rueegg/Feisst: "Was die Grossmutter noch wusste",  
Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Backen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Böden, salzig und süß  
: : Folge 149, vom 24. April 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Butterknöpfle (Suppeneinlage)  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

125 g Butter, zimmerwarm,  
4 Eier,  
Salz,  
Muskat,  
Pfeffer,  
3 tb Mehl,  
8 tb Weckmehl (am besten aus  
-Weißbrot),  
1 l Fleischbrühe

Die Butter schaumig ruehren, die uebrigen Zutaten nach und nach begeben. Jeweils gut vermengen. Den Teig 30 Minuten stehen lassen. Die Fleischbruehe aufkochen, die Knoepfle 1/2 TL-gross abstechen, in der Bruehe ziehen lassen.

:Stichworte : Baden, Einlage, Neuenburg, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus dem Kochbuch der Hirschenwirtin  
: : Folge 116, vom 12. Oktober 1994 und  
: : Folge 117, vom 26. Oktober 1994

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Buttersauce zu jungem Gemüse  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

2 feingehackte Schalotten,  
1 tb guter Wein- oder  
-Kräuteressig,  
1 sm Stück Lorbeerblatt,  
100 g Butter

Schalotten, Essig und Lorbeerblatt werden gekocht bis die Flüssigkeit fast ganz verdampft ist. Der Rest wird in ein Schuesselchen abgeseiht, das man nun auf ein leise kochendes Wasserbad stellt. Unter Rühren mit dem Holzloeffel gibt man nach und nach die Butter in Flocken hinzu und wuerzt mit etwas Pfeffer und Salz. Das Feuer darf nicht zu stark sein, denn die Butter soll nicht flüssig werden, sondern die Sauce muss wie dicklicher Rahm aussehen und im richtigen Moment serviert werden.

:Stichworte : Butter, Gemüse, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Junges Gemüse  
: : Folge 172, vom 25. Mai 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Calzone mit Kräutern  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

1/2 Hefewürfel (20 g) oder  
1 pk Trockenhefe,  
3 tb Wasser,  
500 g Mehl,  
2 ts Salz,  
2 Knoblauchzehen (gepresst),  
4 tb Olivenöl,  
400 ml Wasser

MMMMM-----Belag:-----

4 tb Petersilie (fein gehackt),  
4 tb Oregano (fein gehackt),  
2 Zweiglein Rosmarin, Nadeln  
-von  
4 tb Olivenöl,  
Salz,  
Pfeffer

Teig: Die Hefe mit dem Wasser auflösen (entfällt bei Trockenhefe), ca. 10 Minuten stehen lassen. Unterdessen das Mehl in eine Schüssel sieben. In der Mitte des Mehls eine Vertiefung machen. Das Hefe-Wasser-Gemisch hineinschütten, etwas Mehl dazugeben. 1/4 Stunde stehen lassen. (Vorteig entfällt bei der Verwendung von Trockenhefe, die man einfach zum Mehl mischt).

Das Salz dem Schüsselrand entlang begeben. Knoblauch und Öl dazugeben, dann nach und nach das Wasser unterarbeiten. Zuerst das Backhorn (Teigschaber oder Teigknetchen), später die Hände dazu verwenden und so lange kneten, bis sich der Teig von der Schüssel löst. Eine Kugel daraus formen. Diese zurück in die Schüssel legen und - mit einem feuchten Tuch bedeckt - 90 Minuten gehen lassen.

Belag: Den gegangenen Teig nochmals gut durchkneten. Mit dem Wallholz eine möglichst rechteckige, ca. 2 cm dicke Platte ausrollen. Die Zutaten für den Belag gut miteinander vermischen und auf eine Hälfte der Platte streichen, dabei vorne und auf den Seiten einen ca. 3 cm breiten Rand frei lassen. Die unbestrichene Seite darüber klappen. Im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 40 Minuten backen.

:Stichworte : Kräuter, Mehlspeise, Pizza, Rosmarin  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Rosmarin  
: : Folge 253 vom 22. April 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Canard à l'orange  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 junge Ente,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 Zweiglein Thymian,  
1 ungespritzte Orange  
(dünn abgeschnittene Schale  
-und Fruchtfleisch),  
1 c heißes Wasser,  
4 Orangen, Saft von  
1 ungespritzten Orange, die  
-abgeriebene Schale von

MMMMM-----Für die Garnitur:-----

40 g Butter,  
1 ts Zucker,  
2 Orangen geschält,  
in dünne Scheiben  
-geschnitten,  
1 pk Portwein oder Sherry

Die bratfertige Ente wird innen und aussen mit Salz und Pfeffer eingerieben. Sollte die Brust zu fett sein, empfiehlt es sich, sie mit einer Spicknadel an mehreren Stellen einzustechen. In den Bauch gibt man ein Zweiglein Thymian oder Majoran, Orangenschale sowie das

entkernte und in Wuerfel geschnittene Orangenfleisch. Man steckt die Oeffnung mit einem kleinen Holzspiesschen fest und gibt die Ente mit der Brust nach unten auf den Rost eines gut vorgeheizten Ofens. In die Auffangschale darunter kommt heisses Wasser, die Haelfte des Orangensaftes sowie die duenn abgeriebene Schale einer Orange. Nach einer halben Stunde wendet man die Ente, drosselt die Hitze, giesst den restlichen Orangensaft ueber die Ente und bestreicht von nun ab alle 5 Minuten den Braten mit Fond. Sollte die Fluessigkeit zu sehr verbrutzeln, muss heisses Wasser nachgegossen werden. In 1 1/4 bis 1 1/2 Stunden ist die Ente braun und gar.

Zeit fuer die Garnierung: Man laesst in der Pfanne Butter schmelzen, gibt den Zucker dazu und ruehrt, bis die Masse zu karamellisieren beginnt, und taucht Scheibe fuer Scheibe die restlichen zwei Orangen hinein. Nun nimmt man die Ente aus dem Ofen, tranchiert sie, richtet sie auf einer heissen Platte an, umgibt sie mit den karamellisierten Orangenscheiben und stellt sie warm. Indessen wird der Fond sorgfaeltig entfettet, mit Portwein oder Sherry aufgefuellt und einmal kurz aufgeköcht. Dazu passen vorzueglich Roestkastanien.

(Grete Willinsky: "Mittelmeerkueche", Humboldt-Taschenbuch-Verlag)

:Stichworte : Ente, Geflügel, Orange  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Vitaminspritze  
: : Folge 146, vom 13. März 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.  
c: Tasse  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Caprese (Tomatensalat mit Mozzarella)

Categories: Salate

Yield: 1 Keine Angabe

4 mittelgroße Tomaten (in  
-Scheiben geschnitten),  
2 Mozzarella-Käse (halbiert  
-und in Scheiben  
-geschnitten),  
Salz,  
Pfeffer,  
1 bn Basilikum (zerzupft),  
6 ts Olivenöl,  
4 ts Roteinessig

Tomaten und Mozzarella abwechselnd schuppenartig auf eine flache Platte oder auf 4 Salatteller legen. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Die Basilikumblaetter darauf verteilen. Oel und Essig gut miteinander vermischen und ueber den Salat trauefeln.

:Stichworte : Basilikum, Salat, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Basilikum  
: : Folge 256, vom 17. Juni 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Capuns  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Mehl,  
2 Eier (evtl. mehr)  
150 ml Wasser,  
1 pn Salz,  
100 g Speck, luftgetrockneter  
100 g Schinken, roher  
1 Landjäger,  
2 tb Petersilie,  
1 ts Pfefferminzblätter,  
20 Blätter Schnittmangold  
(Ersatz: große  
-Spinatblätter o  
Blattgrün von Stielmangold,  
-1 Min. blanchiert),  
100 ml Milch,  
100 ml Fleischbrühe,  
100 g Sbrinz oder Gruyère-Käse  
-(gerieben),  
2 tb Butter

Aus Mehl, Eier (verklopft), Wasser und Salz einen ganz dicken Spaetzleteig herstellen und 1/2 Stunde stehen lassen. Speck und Schinken in feine Wuerfel und Landjaeger in kleine Stuecke geschnitten, feingehackte Petersilie und Pfefferminzblaetter beigeben. Je einen Essloeffel Teig in ein Mangoldblatt geben, einwickeln, dicht an dicht in eine leicht bebutterte Bratpfanne legen, Milch und Fleischbruehe dazugiessen und 15 Minuten koecheln lassen. Abgetropft lagenweise mit dem Kaese auf eine vorgewaermte Platte legen. Die Butter braun werden lassen und daruebergiessen.

Capuns fuer Eilige: Mangoldblaetter 3 Minuten blanchieren, hacken und zum Teig geben. Den Teig in teelloeffelgrossen Stuecken in kochendem Salzwasser garen. Mit dem Schaumloeffel herausheben.

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Graubünden  
: : Folge 114, vom 14. September 1994 und  
: : Folge 115, vom 28. September 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Carbonara  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

100 g Speckwürfel,



4 Eier,  
4 tb Sahne,  
Salz,  
Pfeffer,  
4 tb Parmesan,  
2 tb Petersilie

Speckwuerfel in einer Pfanne glasig braten. Auskuehlen lassen. Eier, Sahne und geriebener Parmesan miteinander vermischen, mit Salz und Pfeffer wuerzen. Die erkalteten Speckwuerfel mitsamt dem Fett begeben. Alles mit den abgekochten Teigwaren vermengen. Nochmals heiss werden lassen, aber nicht mehr kochen. Vor dem Servieren mit gehackter Petersilie bestreuen.

:Stichworte : Nudel, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 213, Die Sendung von den Nudeln  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Cazzuola (Schweinefleischtopf mit Gemüse)  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

2 kg gesalzene Schweinerippen,  
in Würfel geschnitten (oder  
-Speck aus dem Salz),  
600 g in grobe Streifen  
-geschnittenes Gemü  
(Lauch, Karotten, Sellerie,  
-Weißkraut,  
Zwiebeln und gehackte  
-Knoblauchzehen),  
2 dl Weißwein,  
400 g Kartoffeln

Frau Tresch, Wirtin im Bahnhoftsbuffet in Goeschenen, erzaehlt uns heute von einem Gericht, das seit der Zeit des Gotthardtbahntunnelbaues in ihrem Dorfe ueberliefert wird: Die Cazzuola. Sie nimmt eingesalzene, in Wuerfel geschnittene Schweinerippchen oder Speck aus dem Salz und waessert sie etwa 1 Stunde lang in kaltem Wasser, damit sie etwas Salz verlieren. Dann schuettet sie die Ragoutstuecke ab, laesst sie gut abtropfen, gibt sie in eine Kasserolle und braet sie rundherum schoen braun an. Darauf schuettet Frau Tresch den groessten Teil des Fettes ab, gibt das in Streifen geschnittene Gemuese hinzu und laesst alles zusammen gut anziehen. Nun greift sie zur Weissweinflasche und loescht ab, fuellt dann mit Wasser auf, bis das Fleisch knapp ueberdeckt ist und laesst dieses Gemisch ungefaehr anderthalb Stunden lang kochen. Nach dieser Zeit sollte das Wasser fast eingekocht sein. Frau Tresch serviert Cazzuola zusammen mit Salzkartoffeln. Das kraeftige Gericht schmeckt uns heute noch ebenso gut wie seinerzeit den italienischen Arbeitern beim Gotthardtunnelbau, die das Rezept mitgebracht und im Urnerland zurueckgelassen haben. Die Cazzuola sei seit 1880 bis in die zwanziger Jahre unseres Jahrhunderts hinein als weitherum beruehmte Spezialitaet im Bahnhofbuffet Goeschenen gekocht worden, als noch der Vater des unvergessenen Schriftstellers Ernst Zahn und spaeter dieser selbst dort als Paechter die Wirtschaft fuehrte.

:Stichworte : Eintopf, Fleisch, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Spanisch-Brötli-Bahn  
: : Folge 176, vom 20. Juli 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Chabis Schafffleisch  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Butterfett,  
1 kg gewürfeltes Schafffleisch  
-mit Knochen,  
1 kg Weißkohl,  
2 lg Zwiebeln,  
4 Knoblauchzehen,  
Salz,  
Pfeffer

Das Butterfett schmelzen, das Fleisch ringsum gut anbraten. Fleisch herausnehmen. Den Weisskohl feinschneiden, waschen, aber nicht abtropfen lassen in dem Bratfett anduensten.

Dann in eine Kasserolle Gemuese und Fleisch lagenweise geben. Zuletzt die feingehackten Zwiebeln und den gepressten Knoblauch. Salzen und pfeffern. Der Weisskohl zieht soviel Wasser, dass das Fleisch darin geduenstet werden kann. Mit Salzkartoffeln servieren.

:Stichworte : Fleisch, Schaf, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Schweiz (Ballenberg)  
: : Folge 063, vom 04. Oktober 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Chäs-Tschoope  
Categories: Käsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g ein bis zwei Tage altes  
-dunkles Bauernbrot  
in mundgerechte Würfel  
-geschnitten  
1/2 l heiße Milch  
1 in dünne Scheiben  
-geschnittene Zwiebel  
viel ausgelassene Butter  
200 g geriebener Appenzeller Käse  
Pfeffer aus der Mühle

Die Zwiebel in viel Butterfett glasig duensten, die eingeweichten Brotstuecke dazugeben und Farbe annehmen lassen. Mit dem geriebenen

Kaese ueberstreuen und auf beiden Seiten eine Kruste entstehen lassen.

Mit Apfelmus oder gruenem Salat servieren.

:Stichworte : Appenzell, Brot, Käse  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 206, Kochen wie in Appenzell  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Chäsflade  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Weißmehl  
250 geriebener Appenzeller Käse  
1/2 ts Salz  
1/2 ts Koriander  
1/2 ts Anis  
Milch

Mehl mit Kaese und etwas Salz mischen. Koriander und zerdrueckte Aniskoerner zugeben und mit Milch anruehren, so dass daraus ein dickfluessiger Teig entsteht. Ueber Nacht stehen lassen. In einer grossen Springform bei etwa 250 Grad backen (Nadelprobe machen).

Chaesflade wird heiss zu saurem Most serviert. Frische Butter wird noch beim Essen darauf gestrichen.

:Stichworte : Appenzell, Herzhaft, Käse, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 206, Kochen wie in Appenzell  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Chäsmaggerone  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Kartoffeln,  
wie für dünne Pommes frites  
-geschnitten  
350 g Eierhörnli  
200 g geriebener Appenzeller  
1 Zwiebel, in Ringe  
-geschnitten  
100 g Butter

Kartoffeln in genuegend Salzwasser aufsetzen und nach 5 Minuten die Eierhoernli dazugeben. Zwiebelringe in heisser Butter braeunen lassen.

Backofen auf 100 Grad vorheizen. Wenn die Hoernli weich sind, Kartoffeln und Hoernli abschuetten.

In eine ausgefettete Auflaufform wechselweise Kartoffeln-Hoernli und Kaese geben. Darueber die gebraeunten Zwiebelringe streuen und in den vorgeheizten Backofen stellen bis der Kaese geschmolzen und goldgelb ist.

Dazu schmeckt am besten eine Appenzeller Siedwurst und Apfelmus. Oder nur Apfelmus.

:Stichworte : Appenzell, Auflauf, Käse, Kartoffel, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 206, Kochen wie in Appenzell  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Challa (Mohnzopf für Schabbat und Feiertage)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Mehl,  
1 Ei,  
2 ts Salz,  
1/2 Trinkglas Zucker,  
1 Trinkglas Öl,  
2 Würfel Hefe in 0,2 l warmem  
-Wasser aufgelöst,  
ca. noch 1 Glas lauwarmes  
-Wasser

MMMMM-----zum Bestreichen-----

Eigelb  
Mohn

Mehl und aufgeloeste Hefe mit dem Knethaken rühren. Die restlichen Zutaten hinzufuegen. Teig so lange kneten bis er glatt und glaenzend wird. Mit einem Kuechentuch zudecken und 2 Stunden gehen lassen. Danach entweder aus dem Teig 2 Zoepfe flechten oder 2 Schnecken formen. Zoepfe oder Schnecken auf ein Backblech legen, mit Eigelb bestreichen und mit Mohn bestreuen. In dem auf 175 bis 200 Grad vorgeheizten Backofen 3/4 Stunde backen.

:Stichworte : Gebäck, Koscher, Mohn  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit der Frau des Rabbi  
: : Folge 222, vom 24. Oktober 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Champagnerkraut  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Sauerkraut,  
2 tb Butterfett,  
Salz,  
1 Zwiebel,  
etwas Zucker,  
1/4 l Wasser, ca.  
3 Wacholderbeeren,  
200 g Ananasstücke,  
1 kl. Fläschchen Sekt  
-(Pikkolo), evtl. meh

Die klein geschnittene Zwiebel in Butterfett glasig duensten, bevor das zerpflueckte Sauerkraut dazugegeben wird. Mit Salz, Zucker und den zerdrueckten Wacholderbeeren wuerzen, umruehren und sofort mit kochendem Wasser uebergiessen. Zugedeckt ca. 30 Minuten langsam kochen lassen, das Kraut muss knackig bleiben. Zum Schluss die geraspelten Ananasstuecke unterheben und nochmals mit den Gewuerzen suesssauer abschmecken. Nun den Pikkolo oeffnen, ueber das Kraut sprudeln lassen, umruehren und sofort auf die warme Platte geben.

Anmerkung: Wir empfehlen, vor der Zubereitung das rohe Sauerkraut zu pruefen und wenn es zu sauer ist, es kurz zu waessern. Nach unserer Erfahrung sollte man das fertig gekochte Kraut mit etwas Zucker und ein paar Tropfen Balsamico-Essig "suesssauer" abschmecken, ehe man den Sekt dazugibt.

:Stichworte : Beilage, Kohl, Sauerkraut  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Weihnachtsmenü 1996  
: : Folge 160 vom 17.November 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Champignon-Sahne-Sauce  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Zutaten Sahne-Sauce:-----

1 Zwiebel,  
1 Knoblauchzehen, evtl. mehr  
2 tb Olivenöl,  
1/2 l Sahne,  
40 g Parmesankäse,  
Salz,  
Pfeffer,  
frisch gemahlene Muskatnuss,

MMMMM-----außerdem:-----

100 g Champignons

Eine Sahne-Sauce bereiten (siehe Rezept). Champignons in Scheiben schneiden, in die Sauce geben und nochmals kurz erhitzen.

:Stichworte : Champignon, Nudel, Pilz, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 213, Die Sendung von den Nudeln  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Champignonrührei  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

5 g Olivenöl,  
50 g Champignonscheiben,

1 Ei,  
1 tb Mineralwasser,  
Salz,  
Pfeffer,  
25 g getoastetes Mischbrot (1  
-BE),  
45 g Leinsamenbrot  
(1 1/2 BE),  
10 g Halbfettmargarine

Pilze im heissen Olivenoel duensten lassen. Ei und Mineralwasser verquirlen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ei zu den Pilzen geben und stocken lassen. Getoastetes Brot mit Margarine zum Ruehrei servieren.

:Stichworte : Diabetes, Ei, Frühstück  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen für Diabetiker  
: : Folge 202, vom 08. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer  
: : 300 kcal

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Chateaubriand  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 4 Personen

500 g Rindsfilet  
(aus der Mitte des Filets  
-geschnitten  
und sollte nie schwerer  
-sein als 500 g)  
Butterfett

Das Fleisch (man kann auch ein Stueck aus einer gut abgehangenen Rinderhuefte verwenden, die wesentlich guentzlicher ist als Filet) in wenig Fett langsam von allen Seiten anbraten (wenn das Fleisch zu scharf angebraten wird, bekommt es eine Kruste und die Hitze kann so nicht in das Innere des Fleisches eindringen). Kasserolle in den auf 80 Grad vorgeheizten Backofen fuer ca. 40 bis 45 Minuten stellen.

:Stichworte : Diät, Filet, Fleisch, Rind  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 209, Schlankwerden beginnt im Kopf  
:Notizen (\*\*): Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Chili con Carne (Pfefferfleisch)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

750 g mageres Rindfleisch,  
1 Suppenteller gekochte rote  
-Bohnen, (sogenannte  
-"spanische")  
eventl. aus der Dose),  
3 Zwiebeln,

1 Knoblauchzehe,  
 1 tb Paprika, gehäufte  
 2 scharfe rote Pfefferschoten  
 -(Chili), evtl. mehr  
 4 Tomaten,  
 3 tb Öl, evtl. mehr  
 Salz,  
 schwarzer Pfeffer,  
 heißes Wasser

In heissem Öl das in Würfeln geschnittene Fleisch andampfen. Die klein geschnittenen Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und unter ständigem Rühren mitdampfen lassen. Wenn das Fleisch braun angebraten ist, die entkernten und in Streifen geschnittenen Pfefferschoten ebenfalls dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen und so viel kochendes Wasser darüber gießen, dass das Fleisch nicht anbrennen kann. Das Gericht soll zugedeckt 1 1/2 Stunden schmoren. Danach kommen die geschälten und geviertelten Tomaten und ein gehäufte Teller gekochte rote Bohnen hinzu. Das Ganze muss noch 1/2 Stunde sanft durchdampfen.

:Stichworte : Chili, Fleisch, Gewürz, Rind  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Gewürz I  
 : : Folge 191, vom 05. April 1998  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
 tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Chilireis mit Ananas  
 Categories: Reisgerichte  
 Yield: 1 Keine Angabe

1 lg Ananas  
 1 rote Paprika, in Würfeln  
 -geschnitten  
 225 g Zucchini, geputzt und  
 -gewürfelt  
 6 Frühlingszwiebeln, in  
 -Scheiben geschnitten,  
 2 tb geröstete Pinienkerne  
 3 tb gehackte Petersilie  
 300 g gekochter Langkornreis  
 2 tb Sonnenblumenöl  
 Salz  
 Pfeffer

Ananas halbieren, das Fruchtfleisch herausnehmen und würfeln. In Öl Paprika- und Zucchiniwürfel 5 Minuten dünsten. Frühlingszwiebeln dazugeben und weiterdünsten. Dann Reis, Chili, Gewürze und Ananas daruntermischen. Wenn alle Zutaten heiß sind, wird das Reisgemüse in die ausgehöhlten Ananashälften gefüllt und serviert.

Dieses Gericht kann auch gut kalt gegessen werden.

:Stichworte : Ananas, Reis  
 :Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
 : : Folge 207, Die Sendung vom Reis  
 :Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Choriatici (Griechischer Bauernsalat)

Categories: Salate

Yield: 1 Keine Angabe

einige Kopfsalatblätter,  
6 Tomaten,  
1 Gurke,  
1 Zwiebel,  
1 Handvoll schwarze Oliven,  
100 g Feta (griechischer  
-Schafskäse),  
getrocknetes Oregano,  
Weißweinessig,  
Olivenöl,  
Salz,  
Pfeffer

Tomaten achteln, Zwiebel in nicht zu feine Scheiben, Gurke in halbierte 1/2 cm dicke Stücke schneiden. Alles in eine Schüssel geben, Oliven darunter mischen. Aus Weißweinessig, Salz, Pfeffer und Olivenöl eine Marinade herstellen und den Salat damit anmachen. Vier Teller mit Blattsalat auslegen, den Salat darauf anrichten. Den in Würfel geschnittenen Fetakäse auf dem Salat verteilen und zum Schluss das Ganze mit getrocknetem Oregano gut bestreuen.

:Stichworte : Griechenland, Salat

:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:

: : Folge 217, Grüne Salate

:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Christstollen

Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen

Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Mehl  
60 g Hefe  
100 g Zucker  
1/4 l lauwarme Milch  
400 g Butter  
1 Zitrone, abgeriebene Schale  
-von  
2 Eier  
1 pn Salz, gute  
350 g Rosinen  
150 g Korinthen  
75 g Zitronat, gewürfeltes  
75 g Orangeat, gewürfeltes  
100 g Mandelstifte  
3 tb Rum

MMMMM-----Zum Bestreichen und Bestreuen:-----

100 g Butter

100 g Puderzucker



Das Mehl auf eine Arbeitsflaeche geben. In die Mitte eine Mulde druecken und die Hefe hineinbroeckeln. 2 EL von dem Zucker darueber streuen und die Hefe mit 6 EL Milch und etwas Mehl zu einem Vorteig ruehren. Zugedeckt 15 Minuten an einem warmen Platz gehen lassen. Den Vorteig mit dem Mehl, dem restlichen Zucker, der restlichen Milch, der Butter, der Zitronenschale, den Eiern und dem Salz gut verkneten und den Teig schlagen, bis er Blasen wirft. 20 bis 25 Minuten zugedeckt gehen lassen. Die Rosinen, die Korinthen, das Zitronat, das Orangeat und die Mandeln mit dem Rum betraefeln und unter den Hefeteig kneten. Den Teig teilen und auf einer bemehlten Arbeitsflaeche zu zwei etwa 5 cm dicken, ovalen Stuecken ausrollen. Die Teigplatten mit dem Nudelholz der Laenge nach in der Mitte etwas eindruucken, dann die eine Haelfte ueber die andere klappen, so dass eine Stollenform entsteht. Backofen auf 210 Grad vorheizen. Das Backblech einfetten. Die Stollen in genuegend grossem Abstand voneinander auf das Blech legen. 20 Minuten zugedeckt gehen lassen. Im Backofen auf der mittleren Schiene 60 bis 80 Minuten backen. Noch heiss mit zerlassener Butter bestreichen und mit Puderzucker besieben.

:Stichworte : Stollen, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 161, Weihnachtsgeschenke aus der Küche  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Chrutchräpfli(Spinatravioli)  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Weißmehl  
5 tb Wasser  
1/2 tb Salz  
2 Eier  
1/2 tb Öl  
300 g Spinat  
1 tb Mehl  
1 tb Butter  
etwas Fleischbrühe  
1 Zwiebel  
Schnittlauch  
Petersilie  
Salz  
Muskat

Mit den ersten fuenf Zutaten einen glatten und elastischen Teig herstellen. Unter erwaermtem Schuesselchen ca. 20 Minuten ruhen lassen. Dann auf dem bemehlten Tisch moeglichst viereckig auswallen, bis er chraepfliduenn ist (ca. 1mm). Einige Minuten antrocknen lassen.

Dann den Spinat mit Zwiebel und Gruenem fein hacken, in Butter daempfen und mit dem Mehl bestaeuben. Ein wenig Fleischbruehe begeben, so dass die Fuellung dick wird. Kraeftig wuerzen. Den Teig mit dem Teigraedchen in ca. 5 x 7 cm grosse Rechtecke schneiden. Mit kleinen Haeufchen der Fuellung belegen. Die eine Randhaelfte mit Wasser benetzen. Jedes Rechteck zur Haelfte ueberschlagen. Langenweise im siedenden Salzwasser waehrend ca. 7 Minuten leise kochen lassen. Abgetropft auf warmer

Platte mit Butter und Reibkaese servieren.

:Stichworte : Klosters, Nudel, Ravioli, Spinat  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 208, Kochen wie in Klosters  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Chumus  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Kichererbsen,  
2 Knoblauchzehen,  
Tachini (eine Sesamcreme,  
-die es z.B.  
in griechischen und  
-türkische Geschäfte  
fertig zu kaufen gibt),  
1 Zitrone, Saft von  
Salz,  
schwarzer Pfeffer,  
Olivenöl,  
Oliven, gehackte  
Petersilie

Am einfachsten ist es, wenn man Kichererbsen aus der Dose verwendet.  
Sonst weicht man die trockenen Kichererbsen ueber Nacht in Wasser ein,  
dem man eine Handvoll Salz zugefuegt hat. Am darauffolgenden Tag wird  
das Wasser abgegossen und die Kichererbsen kommen in ein Sieb zum  
Abtropfen. Dann werden sie in einem Topf gerade mit Wasser bedeckt, dem  
man 2 bis 3 Essloeffel Natron beigefuegt hat. Darin muessen sie einmal  
aufkochen.

Dann kommen sie in ein Sieb, werden mit kaltem Wasser abgespuelte und in  
heissem Wasser mit den Haenden gerubbelt so dass die Haeute abgehen.  
Die enthaeuteten Kichererbsen muessen nun noch so lange kochen bis sie  
butterweich sind. Erst zum Schluss salzen, wenn ueberhaupt.

Kichererbsen, Tachini, Knoblauch, Zitronensaft in den Mixer geben und  
zu einer weichen glatten Creme verarbeiten. In einer Schuessel  
anrichten, dabei in die Mitte eine Vertiefung machen und mit ein wenig  
Olivenoel fuellen. Mit gehackter Petersilie bestreuen und mit Oliven  
dekorieren.

Rezepte nach Hotel Amathus

:Stichworte : Dip, Kichererbse, Zypern  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie auf Zypern  
: : Folge 175, vom 6. Juli 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Civet de porc (Schweinsragout)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1.5 kg Schweinekarree ohne Knochen,

30 g Schweinefett,  
 30 Butter,  
 1 pk Rotwein,  
 1/2 pk Wasser,  
 100 g Creme fraiche,  
 1 pk Schweineblut  
 (Alternative: nach Geschmack  
 1/4 Tafel Bitterschokolade  
 -(gerieben)),  
 1 tb Mehl,  
 1/2 pk Marinade,  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 Croutons

MMMMM-----für die Marinade:-----

1/2 l trockener Weißwein,  
 1 Bouquet garni,  
 2 Zwiebeln (vierteln),  
 2 tb Öl,  
 Salz,  
 schwarze Pfefferkörner

Das Fleisch in Wuerfel schneiden und 12 Stunden in die Marinade legen.  
 Das Fleisch abtropfen lassen und in Butter und Schweinefett anbraten.  
 Mit Mehl bestaeuben und mit Rotwein abloeschen. Das Wasser und das 1/2  
 Glas Marinade (abgeseiht) dazugeben. 1 Stunde und 45 Minuten koecheln  
 lassen. 10 Minuten vor dem Servieren die Sauce mit Creme fraiche und  
 Blut bzw. Schokolade binden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf  
 kleinem Feuer fertig garen. Auf einer Platte mit Croutons servieren.

:Stichworte : Fleisch, Ragout, Savoyen, Schwein  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Kochen wie in Savoyen  
 : : Folge 252 vom 08. April 2001  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
 pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Clafoutis - Bettelmann  
 Categories: Dessert, Süßspeisen  
 Yield: 6 Personen

Reste von Brioche,  
 -Gugelhupf oder  
 8 sm Milchbrötchen  
 3/4 l Milch  
 150 g Zucker  
 4 Eier  
 etwas Zimt  
 1 pk Vanillezucker  
 1 kg Zwetschgen  
 50 g Rosinen  
 1 tb Butter  
 3 tb Weckmehl

Briocestuecke mit heisser Milch uebergiessen, erkalten lassen. Mit der  
 Hand oder einer Gabel zu einem Brei verarbeiten. Zucker, Eier, Zimt

und Vanillezucker beifuegen, gut vermengen und die entsteinten Zwetschgen und die Rosinen dazugeben. Eine ausgebutterte Auflaufform wird mit etwas Weckmehl bestaeubt. Der Teig wird in die Form gefuellt, mit Weckmehl bestreut und Butterfloeckchen darueber verteilt. Die Form kommt fuer 1 Stunde in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen. Mit einer Stricknadel oder mit einem Messer wird geprueft, ob der Auflauf gar ist. Bleibt die Nadel nach dem Einstechen trocken, ist der Bettelmann fertig. Er wird entweder warm oder kalt gegessen. Bei der Grossmutter gab es eine Suppe dazu.

:Stichworte : Auflauf, Süßspeise, Zwetschge  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 92, Zwetschgen und Meerrettich  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.  
pk: Pkg.

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Cocktailsauce  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

Mayonnaise (s.o.  
-Grundrezept),  
4 tb Tomatenmark,  
1 ts Weißweinessig,  
einige Spritzer Tabasco,  
2 tb Cognac

Alle Zutaten miteinander vermengen.

:Stichworte : Mayonnaise, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Weihnachtsmenü 1998  
: : Folge 203, vom 22. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Colomba pasquale (Ostertaube)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Hefewürfel,  
100 g Wasser,  
550 g Mehl (Typ 405),  
180 g Butter,  
3 Eier (180 g mit Schale),  
120 g Orangeat,  
1 tb Mehl,  
120 g Zucker,  
1 pn Salz,  
1 ungespritzten Zitrone,  
-abgeriebene Schale von

Hefewuerfel in Wasser auflösen und 10 Minuten stehen lassen. Mehl in eine Schüssel sieben. In der Mitte eine Vertiefung machen. Die aufgelöste Hefe hineinschütten. Mit etwas Mehl zu einem dünnen Brei verrühren. 15 Minuten stehen lassen.

Butter weich werden lassen. Eier (Gewicht korrigieren entweder durch Wegnahme von Eiweiß oder Zugabe von Milch) mit einer Gabel verquirlen. Orangeat mit Mehl überpulvern (damit das Orangeat nicht auf den Boden des Backwerks rutscht).

Alle Zutaten mit einander vermischen, zuerst mit dem Backhorn oder Kochlöffel, dann von Hand gut durchkneten. Eventl. die Arbeitsfläche mit etwas Mehl bestäuben. Teig zu einer Kugel formen, diese in die Teigschüssel zurückgeben und mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 2 Stunden gehen lassen.

Den Teig nochmals durchkneten. Zu einer Kugel formen. Ein Viertel abtrennen, beiseite legen. Das große Teigstück zu einem länglichen Laib (dem Körper einer Taube) formen. Auf ein gefettetes oder mit Backpapier bedecktes Kuchenblech legen. Aus dem kleineren Teigstück zwei Kugeln drehen. Diese so an den Leib legen, dass das Ganze mit etwas Fantasie als Vogel gelten kann. Mit einem nassen Tuch bedeckt 1/2 Stunde gehen lassen. Zwei Rosinen als Augen in den Teig drücken. Die "Taube" mit einem Eigelb bestreichen. Mit einer Gabel Zierstriche (Federn) anbringen. Bei 200 Grad ca. 25 Minuten backen. Danach auf einem Gitter auskühlen lassen. Möglichst frisch servieren.

(Rueegg: "Kathrin Rueegg's Brotbackstube", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Kuchen, Ostern  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Osterbrote  
: : Folge 147, vom 27. März 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Consommé double (doppelte Kraftbrühe)  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 l Fleischbrühe,  
1 ts Salz,  
300 g gehacktes mageres  
-Rindfleisch,  
1/2 Karotte (geschält und fein  
-geschnitten),  
1 Stange Lauch (fein  
-geschnitten),  
1 Eiweiß

Hackfleisch, Gemüse und Eiweiß im Kochtopf gut vermengen. Die Fleischbrühe dazugießen. Auf kleiner Hitzestufe erwärmen, dabei ständig rühren. Sobald der Siedepunkt erreicht ist, den Kochtopf von der Platte nehmen. Diese auf kleinste Waermestufe schalten. Den Kochtopf nach einigen Minuten wieder darauf stellen. 1 1/2 bis 2 Stunden ziehen lassen. Nicht kochen! Die Brühe durch das Sieb filtern.

:Stichworte : Brühe, Menü, Suppe, Vorspeise, Weihnachten

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Weihnachtsmenü 1998  
: : Folge 203, vom 22. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Cordon bleu nach Tessiner Art  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

4 große, dünne Kalbsschnitzel  
-(je ca. 150 g),  
Salz,  
Pfeffer,  
4 sl gekochter Schinken,  
4 sl Emmentalerkäse,  
1 tb Zitronensaft,  
2 tb Mehl,  
2 Eier,  
5 tb Paniermehl,  
2 tb Butterfett

Schnitzel beidseitig mit Salz und Pfeffer wuerzen und jedes Schnitzel zu einer Tasche zusammenlegen. In diese Tasche je eine Scheibe Schinken und eine Scheibe Kaese legen. Mit einem Zahnstocher die Tasche verschliessen. Mit Zitronensaft begiessen; 1/2 Stunde marinieren.

Auf je einem Teller Mehl, verquirlte Eier und Paniermehl richten. Die Fleischpakete zuerst im Mehl, dann im Ei und schliesslich im Paniermehl wenden und dieses ringsum gut andruecken. Die Cordon bleu im heissen Butterfett goldbraun anbraten.

:Stichworte : Fleisch, Käse, Kalb  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Käse - nicht nur aufs Butterbrot  
: : Folge 199, vom 27. September 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Crème au Miel (Honigcreme)  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 l Rahm,  
1 Zitrone, Schale von  
300 g Honig,  
4 Blätter Gelatine

1/2 l Rahm, Schale der Zitrone und 50 g Honig aufkochen, 4 bis 5 Min. kochen lassen, dabei staendig ruehren.

Die Gelatineblaetter in kaltem Wasser einweichen, gut audruecken. Die Zitronenschale aus der Rahmmischung nehmen, Gelatine mit der Creme vermengen. Die restliche Rahm (1/2 l) ganz steif schlagen und darunterziehen. Alles in eine kalt ausgespuelte Puddingform fuellen. Ueber Nacht kuehl stellen. Vor dem Servieren die restliche Honigportion (250 g) im Wasserbad erwaermen und ueber den gestuerzten Pudding giessen.

Feisst/Rueegg: "Was die Grossmutter noch wusste",  
Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Dessert, Frankreich, Honig, Mittelmeer, Provence  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Provence  
: : Folge 152, vom 12. Juni 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Crème brûlée (geröstete Creme)  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

3 tb Zucker,  
1 l Rahm,  
6 Eigelb

Der Zucker wird hellbraun karamellisiert. Dann gibt man den Rahm dazu und laesst den Zucker aufloesen. Man fuegt die zerklopfen Eigelb bei und ruehrt auf dem Feuer bis eine Crème entsteht. Diese Crème wird in einer Glasschuessel angerichtet und waehrend des Erkaltens immer wieder umgeruehrt, so dass sich keine Haut bildet.

:Stichworte : Cremespeise, Dessert, Ei, Emmental  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Emmental (II)  
: : Folge 128, vom 26. April 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Croissant aus Quarkblätterteig  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

150 g Mehl,  
1/3 tb Salz,  
150 g Sahnequark,  
120 bis 150 g Butter

Das Mehl in die Schuessel sieben. Salz, Quark und Butter dazugeben. Den Teig mit einem Tischmesser bearbeiten (nicht von Hand), bis er sich zusammenballt und gleichmaessig aussieht. Wenn moeglich, einige Stunden an der Kaelte ruhen lassen.

Den Teig ausrollen. Ein Rechteck von 50 x 30 cm herausschneiden. Am unteren Rand alle 15 cm eine Markierung machen. Am oberen Rand die erste Markierung nach 7,5 cm, die weiteren Markierungen ebenfalls nach 15 cm. Mit dem Teigrad und einem Lineal von der unteren Ecke zur ersten

Markierung am oberen Rand usw. gleichschenklige Dreiecke ausschneiden. Links und rechts faellt ein Rest weg. Die Dreiecke von der Breitseite her aufrollen und rund biegen. Die Hoernchen mit Abstand voneinander auf ein gefettetes Blech legen. Nochmals unter einem Tuch rund 30 Minuten gehen lassen. Im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen 15 bis 20 Minuten goldbraun backen.

:Stichworte : Brot, Croissant, Frühstück  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mit dem Frühstück fängt der Tag an  
: : Folge 189, vom 08. März 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Currycreme (für gefüllte Eier )  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

6 Eier, hart gekochte  
100 g Butter, weiche  
1 tb Zitronensaft,  
1 tb Currypulver, gehäufte  
2 Msp. Ingwer, frisch  
-geriebener  
Salz,  
Pfeffer

Die Eier schaelen, halbieren, das Eigelb sorgfaeltig herausloesen und in eine Schuessel geben. Die Eiweiss unten etwas flach schneiden und zugedeckt beiseite stellen.

Butter und Zitronensaft schaumig ruehren. Die Eigelb mit einer Gabel gut zerdruecken und unter kraeftigem Ruehren unter die Buttermischung geben. Mit Curry, Ingwer, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit dem Spritzsack die Creme in die vorbereiteten Eier fuellen. Kuehl servieren.

:Stichworte : Buffet, Butter, Creme, Ei  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Butter  
: : Folge 232, vom 26. März 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Das Ei  
Categories:  
Yield: 1 Keine Angabe

Liebe Zuschauerinnen und Zuschauer,  
in unserer Sendung hat Dr. oec. troph. Nicolai Worm, Muenchen, Lehrbeauftragter fuer Sporternaehrung an der Universitaet Innsbruck und an der Trainer-Akademie des Deutschen Sportbundes, Koeln, ueber die Bedeutung des Huehnereis in der Ernaehrung gesprochen und sich auch zu



dem von vielen befürchteten Einfluss des Hühnereis auf den Cholesterinspiegel geäußert. Hier die Kurzfassung eines Textes aus seiner Feder zu diesem Thema:

Gegen den regelmäßigen Verzehr von Eiern werden seit vielen Jahren Bedenken wegen ihres angeblich gesundheitsgefährdenden Potentials geäußert. Als gesundheitsbedenklich gelten vor allem das in allen tierischen Nahrungsmitteln vorkommende Cholesterin. Dieser Nahrungsfaktor wird immer wieder mit einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen in Verbindung gebracht. Die koronare Herzkrankheit bzw. Herzinfarkt ist die häufigste Todesursache in Deutschland und in den meisten anderen westlichen Industrie-Ländern. Nach der sogenannten "Lipid-Hypothese" soll eine Aufnahme von Cholesterin und tierischem Fett zu erhöhten Cholesterinspiegeln im Blut führen, was wiederum zu einem erhöhten Risiko für Herzinfarkt führen würde. Diese postulierten Zusammenhänge konnten jedoch bisher noch niemals wissenschaftlich nachgewiesen werden. Neue und besonders aussagefähige Studien weisen nun darauf hin, dass diese Behauptungen gänzlich unsinnig sind.

Eier sind wertvolle Nahrungsmittel:

Das Hühnerei gehört zu den nährstoffreichsten Nahrungsmitteln. Es hat nicht nur die höchste biologische Eiweißqualität aller natürlichen Nahrungsmittel, es ergänzt sich mit solchen pflanzlichen Grundnahrungsmitteln wie Kartoffeln und Getreideprodukten zu einer besonders wertvollen Eiweißquelle. Tierisches Eiweiß aus Eiern hat generell eine höhere biologische Wertigkeit, ist besser verdaulich und zeigt eine höhere Bioverfügbarkeit als die meisten pflanzlichen Proteine. Wenn man die heute als besonders wichtig eingeschätzte Nährstoffdichte des Eies betrachtet, d.h. wenn man den Nährstoffgehalt in Beziehung zum Energiegehalt setzt, dann finden sich für die fettlöslichen Vitamine A, D, E und K sowie für die Vitamine B2, B12 und Folsäure aussergewöhnlich hohe, d. h. günstige Werte. Bei den Mineralien sind es Eisen, Zink, Phosphor und Selen.

Für eine moderne, kalorienbewusste Ernährung sind fettfrei gegarte Eier, wie z.B. gekochte und pochierte Eier besonders empfehlenswert, oder auch Rühr- und Spiegeleier und Omelettes bei fettarmer Zubereitung. Wer auf Eier verzichtet, erschwert die Versorgung mit essenziellen Nährstoffen. Anteile von Eiern in der Ernährung erleichtern eine adäquate Nährstoffversorgung. Speziell bei Kindern und Jugendlichen aber auch bei den Senioren ist eine ausreichende Nährstoffversorgung ohne diese kostengünstigen, wertvollen Nahrungsmittel schwieriger zu gestalten.

Cholesterin in der Nahrung ohne Einfluss auf Cholesterinwerte im Blut:

Wissenschaftliche Studien können keinen Zusammenhang zwischen Cholesterinzufuhr mit der Nahrung und der Höhe des Cholesterinspiegels innerhalb einer Bevölkerung feststellen. Die Cholesterinzufuhr erhöht auch nachweislich nicht das Herzinfarktrisiko.

Die weit verbreiteten Empfehlungen zu einem reduzierten Eierkonsum müssen aufgrund der vorliegenden wissenschaftlichen Erkenntnisse eindeutig zurückgewiesen werden. Daraus folgt, dass die meisten Menschen ihr Frühstücksei wieder mit bestem Gewissen genießen können.

Literaturhinweise zu den Rezepten:

Elisabeth Fuelscher: "Das Fuelscher-Kochbuch", Albert-Mueller Verlag  
Horst Scharfenberg: "Aus Deutschlands Kuechen", Hallwag-Verlag

"Kochen und Backen wie im Westerwald", Schloss-Verlag, Muenchen  
"Pizza und andere Mehlspeisen", Moewig-Verlag

Ihr  
Werner O. Feisst,

Ihre Kathrin Rueegg

und das Grossmutterteam

:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 163, vom 19, Januar 1997  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feisst  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Dauerwurst  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

- 1 Pfund mageres  
-Schweinefleisch
- 1 Pfund mageres Rindfleisch,
- 1 Pfund gepökelter Speck

MMMMM-----Auf 1,5 kg Fleisch kommt:-----

- 1 lg Prise Salpeter,
- 30 g Salz,
- 2 ts Pfeffer,
- 3 zerquetschte Knoblauchzehen,  
Gewürz nach Wunsch  
(empfohlen wird  
-Paprikapulver, s

Fleisch hacken (Hackfleisch) und ueber Nacht in Rotwein einlegen.  
Dann kommen alle angegebenen Zutaten dazu, gut vermischen und die Masse  
in Rinds- oder Schweinsdaerme fuellen.  
In der Sendung werden die Daerme mit dem Fleischwolf und einer Tuelle  
gefuellt. Die Wuerste werden nach ca. 10 cm doppelt mit Wurstgarn  
abgebunden. An einem kalten und trockenen Platz sollten die Wuerste nun  
trocknen. Man kann sie auch in den Rauch haengen. Am besten schmecken  
sie, wenn sie zwei Monate, an der kuehlen Luft haengend, aufbewahrt  
werden.

:Stichworte : Wurst  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Wurstmachen  
: : Folge 047 vom 10. November 1989  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feisst  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

Legende:  
lg: gross.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Deppelappes (Kesselkuchen)  
Categories: Kartoffel-, Gemueseegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kartoffeln,  
 3 Eier,  
 3 lg Zwiebeln (gerieben),  
 4 Schweinemettwürste (fein  
 -geschnitten),  
 1 bn Petersilie (fein gehackt),  
 Salz,  
 Muskat,  
 1 bn Petersilie (fein gehackt),  
 1 Brötchen (in Wasser  
 -eingeweicht und  
 -ausgedrückt),  
 150 g Rauchspeck (fein  
 -geschnitten)

Die Kartoffeln schaelen, reiben und in einem Sieb abtropfen lassen, dabei das Kartoffelmehl auffangen. Die Fluessigkeit weggiessen. Eier, Zwiebeln, Mettwuerste, Petersilie, das ausgedrueckte Broetchen und das Kartoffelmehl unter die Kartoffelmasse mischen. Mit Salz und Muskat wuerzen.

Die Speckwuerfel mit etwas Sonnenblumenoel in den Braeter geben und glasig werden lassen. Die Kartoffelmasse dazugeben. In dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen 2 Stunden backen. Viele Hausfrauen reduzieren die Backzeit auf 1 Stunde. Waehrend der Backzeit kleine Loecher in die Kartoffelmasse druecken und den duennen Oelfilm vorsichtig ueber den Teig verteilen.

Deppelappes wird heiss mit Apfelmus und Kaffee gegessen.

:Stichworte : Kartoffel, Speck  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Aus der Küche einer alten Stadt: Trier  
 : : Folge 109, vom 25.05.1994  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
 lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Dessert mit Dörrobst  
 Categories: Dessert, Süßspeisen  
 Yield: 1 Person

5 Dörrzwetschgen oder  
 -entsprechend anderes  
 -Dörrobst  
 Rotwein  
 1 Nelke  
 1/2 Zimtstange  
 1 cn Joghurt  
 1 ts Honig

Das Doerrobst in ein kleines Toepfchen geben und soviel Rotwein daruebergiessen, dass das Doerrobst gerade bedeckt ist, Nelke und Zimtstange dazugeben, kochen bis das Obst weich ist. In eine Dessertschale Joghurt fuellen, Honig darueberfliessen lassen und an den Rand der Dessertschale das Doerrobst legen.

:Stichworte : Dessert, Diät, Dörrobst  
 :Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:

: : Folge 209, Schlankwerden beginnt im Kopf  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
cn: Dose  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Dinkel und Grünkern  
Categories: Grundlagen, Informationen  
Yield: 1 Keine Angabe

Liebe Zuschauerinnen und Zuschauer,  
diese Sendung ist dem Dinkel gewidmet. "Nanu", werden Sie fragen, "und wo bleibt der Gruenkern?" Das ist es eben.  
Gruenkern ist Dinkel. Es wird folgende Geschichte erzählt über die Entstehung von Gruenkern. Es war ein sehr kaltes und feuchtes Jahr, so kalt und feucht, dass der Dinkel Ende August noch nicht reif war. Da haben ihn die Bauern trotzdem geschnitten, um wenigstens etwas zu haben und haben die grünen unreifen Dinkelkörner auf riesigen Blechen über dem Feuer gedörrt. Das Ergebnis war Gruenkern. Und so wird er bis heute erzeugt. Dinkelkörner werden grün geerntet und werden über dem Feuer geröstet. Natürlich geschieht dies heute maschinell, aber die Buntschuhbauern, die sich gegen die Vernutzung ihres Landes als Automobilversuchsanlage gewehrt haben, haben noch einmal, so höre ich, die alten traditionellen Dörrmethoden aufgenommen.

Dinkel ist ein altes Getreide und wurde bis in unsere Zeit an vielen Stellen angebaut, vor allem dort, wo das Klima für den Anbau von Weizen nicht ausreicht. So viele Orts- und Landschaftsnamen erinnern daran: Dinkelacker, Dinkelberg, Dinkelsbühl ...  
Die heilige Hildegard von Bingen hat Wunderdinge vom Dinkel behauptet. Für sie war Dinkel das gesündeste Nahrungsmittel überhaupt.

Ihr Werner O. Feißt  
Ihre Kathrin Rüeegg

:Stichworte : Dinkel, Grünkern, Information  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Dinkel und Grünkern  
: : Folge 143, vom 31. Januar 1996  
: : von Kathrin Rüeegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Dinkel-Gemüse-Pizza  
Categories: Vegetarisches, Vollwert  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Für den Teig:-----

300 g feine Dinkelflocken,  
1/3 Würfel Hefe,  
1 pn Zucker,  
1 tb kaltgepresstes  
-Sonnenblumenöl,  
1/4 l warmes Wasser, ca.

MMMMM-----Für den Belag:-----

750 g geputztes Gemüse nach Saison  
(Zucchini, Karotten,  
-Fenchel, Sellerie, Bohnen,  
-Kürbis),

1     Zwiebel,  
 1     Knoblauchzehe,  
       Butter,  
       Salz,  
       Galgant,  
       Bertram,  
       Bachminze,  
       Kreuzkümmel,  
       Muskat,  
       Dill,  
       Petersilie,  
 300 g geriebener Käse

Die Dinkelflocken mit Hefe und Zucker in etwas lauwarmem Wasser anruehren. Das Oel zuzufuegen und alle Zutaten zu einem geschmeidigen Hefeteig kneten. Etwa 3/4 Stunde gehen lassen. Saemtliche Gemuese grob raspeln. Zwiebel und Knoblauch schaelen, hacken, in Butter anduensten, das Gemuese zuzufuegen und ca. 10 Minuten mitduensten. Mit den Gewuerzen und gehackten Kraeutern abschmecken. Den Teig rechteckig ausrollen und auf ein Backblech legen, die Gemuesemasse aufstreichen, mit dem Kaese bestreuen und bei 200 Grad ca. 45 Min. backen.

Variationen:

- 1.) 400 g Kaese ueber die Gemuesemasse streuen
- 2.) 1 Becher Sauerrahm und 2 bis 3 Eier mit dem Gemuesebelag vermengen
- 3.) 1 Becher Sauerrahm mit dem Gemuese vermengen, 100 g Schafskaese zerbroeckeln und auf dem Gemuesebelag verteilen, 300 g geriebenen Kaese drueberstreuen und backen.

(Dr.W.Strehlow: "Das Hildegard von Bingen Kochbuch", Heyne-Verlag)

:Stichworte       : Dinkel, Fasten, Pizza, Vollwertkuiche  
 :Notizen (\*)     : Quelle: Was Groemutter noch wusste  
 :                 : Fastenkur nach Hildegard von Bingen  
 :                 : Folge 145, vom 28. Februar 1996  
 :                 : von Kathrin Rueegg und Werner O. FeiBt  
 :Notizen (\*\*)    : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
 pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Dinkel-Walnuss-Brot  
 Categories: Brot  
 Yield: 1 Keine Angabe

600 g Dinkelmehl (fein gemahlen),  
 1/2     Wuermel Hefe,  
 1/2 ts Honig,  
 100 ml warmes Wasser,  
 200 ml warme Milch,  
 100 g zerlaufene Butter,  
       2 ts Salz,  
       1 pn Brotgewuermz,  
 200 g grob gehackte Wuermelnuesse,  
       Mehl zum Bestaeben

Dinkelmehl mit Hefe, Honig, Wasser und 2/3 der Butter verruehren. Salz und Brotgewuermz darunter mengen. Ca. 40 Minuten gehen lassen. Nochmals gut durchkneten. Die mit Mehl bestaebten Wuermelnuesse in den Teig hineinarbeiten.

Teig in eine Kastenform geben und so lange gehen lassen, bis sich das

Volumen verdoppelt hat.

:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brotbacken  
: : Folge 248 vom 28. Januar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Dinkelmüsli  
Categories: Vegetarisches  
Yield: 2 Personen

2 tb Dinkelkörner (evtl. mehr),  
grob in der Mühle gemahlen  
-und  
12 Stunden in Wasser  
-eingeweicht  
1 Apfel  
1 sm Birne  
Honig zum Süssen  
2 tb süssen Rahm

Obst kleinschneiden, mit dem gequollenen Dinkel gut vermengen, mit  
Honig suessen  
und mit Sahne betrauefeln. Dazu schlagen wir einen Kraeutertee vor. Im  
Studio haben wir aus Rosenknospen, Orangenblueten und Pfefferminz  
(alles in der Apotheke erhaeltlich) eine Teemischung vorgestellt.

:Stichworte : Diät, Dinkel, Vegetarisch  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 209, Schlankwerden beginnt im Kopf  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Diots au vin blanc (Bauernbratwürste in Weinsauce)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

8 Diots oder  
rohe Bauernbratwürste oder  
große, rohe Nürnberger  
-Bratwürste

MMMMM-----zum Anbraten:-----

Butterfett

MMMMM-----für die Sauce:-----

100 g Butter,  
2 Zwiebeln (in feine Ringe  
-geschnitten),  
3 Schalotten (in feine Ringe),

1 Bouquet garni  
(Kräutersträußchen aus  
Petersilie,  
Thymian,  
Lorbeer,  
kann auch Basilikum,  
Rosmarin,  
Sellerieblätter und  
Bohnenkraut enthalten),  
200 ml trockener Weißwein,  
1 tb Mehl,  
Salz,  
Pfeffer

Die Wuerste in einer Pfanne in Butterfett ca. 15 Minuten von allen  
Seiten anbraten und warm stellen. In einer Kasserolle die in Ringe  
geschnittenen Zwiebeln und Schalotten in der Butter duensten. Sobald  
sie Farbe angenommen haben, mit Mehl ueberstaeuben und mit Wein  
abloeschen. Auf kleinem Feuer eindicken lassen. Mit einem Holzloeffel  
ruehren. Die Wuerste begeben, die von der Sauce bedeckt sein muessen.  
Das Bouquet garni dazugeben und auf kleinem Feuer 45 Minuten schmoren  
lassen. Heiss mit Dampfkartoffeln servieren.

:Stichworte : Innerei, Savoyen, Wurst  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Savoyen  
: : Folge 252 vom 08. April 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Dünsten und Sieden  
Categories: Grundlagen, Informationen  
Yield: 1 Keine Angabe

Liebe Zuschauerrinnen und Zuschauer,  
wir haben es einmal wissen wollen, was man eigentlich genau unter den  
einzelnen Garverfahren versteht, die in Rezepten immer wieder  
auftauchen. Hier eine kleine Liste.

Pochieren:

Langsames Garziehenlassen bei einer Temperatur unterhalb des Kochens,  
70 bis 95 Grad Blanchieren:

Kurzzeitiges Garen in kochender Fluessigkeit

Daempfen:

Garen durch Wasserdampf auf einem Siebeinsatz ueber kochender  
Fluessigkeit in geschlossenem Topf Beim Dampfkochtopf (Garen unter  
Druck) wird das Gemuese schneller weich als die Aromastoffe  
aufgeschlossen werden.

Kochen/Sieden:

Garen in viel siedender Fluessigkeit bei einer Temperatur von 100 Grad  
Gemuese beim Kochen nicht zudecken, weil es sich sonst verfaerbt. Es  
entsteht eine Saeure, die abziehen muss. Sie ist am Verfaerben schuld.  
Darum auch in moeglichst viel Wasser kochen.

Duensten:

Garen im eigenen Saft unter Zugabe von wenig Fett und Fluessigkeit bei  
einer Siedetemperatur von 100 Grad im geschlossenen Topf  
Gemuese kann nach den o. a. Techniken gegart werden. Zartes Gemuese  
sollte eher pochiert, blanchiert, gedaempft oder geduenstet werden,  
Gemuese, das zu Salat verarbeitet werden soll, sollte gekocht werden.

Ihr Werner O. Feisst  
Ihre Kathrin Rueegg  
:Stichworte : Dünsten, Grundlage, Sieden  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Dünsten und Sieden  
: : Folge 166, vom 02. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Duftbäder  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Anregend, erfrischend:-----

10 dr Teebaumöl,  
4 dr Rosmarinöl

MMMMM-----Beruhigend:-----

4 dr Orange,  
3 dr Sandelholz

MMMMM-----Für die Lebensfreude:-----

5 dr Basilikum,  
3 dr Sandelholz

Oele mit 1 bis 2 EL Kaffee- oder Schlagsahne mischen und ins Badewasser geben. Fuer eine wirkliche Entspannung sollten Sie sich 20 Minuten Zeit nehmen.

:Stichworte : Bad, Nonfood  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Tröstende und heilende Düfte  
: : Folge 184, vom 23. Dezember 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
dr: Tropfen

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Duftkissen für müde und gerötete Augen  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

Lavendel und andere Kräuter

Das kleine Kraeuterkissen mit Lavendel und anderen Kraeutern ca. 10 Minuten auf die Augen legen und entspannen.

:Stichworte : Kräuter, Nonfood  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Tröstende und heilende Düfte  
: : Folge 184, vom 23. Dezember 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Duftöl (Rezept aus der Bibel)



Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

50 ml Olivenöl,  
15 dr Myrrhe,  
7 dr Zimt,  
4 dr Kalmus,  
4 dr Cassia (chin. Zimt)

Alles gut miteinander mischen und in ein Flaeschchen fuellen.

:Stichworte : Duftöl, Nonfood  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Tröstende und heilende Düfte  
: : Folge 184, vom 23. Dezember 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
dr: Tropfen

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eglifilet auf dem Kräuterbett  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

8 Eglifilets,  
1/2 Zitrone,  
Salz,  
2 tb frische Butter,  
einige Schalotten,  
100 ml Weißwein,  
100 ml Sauerrahm,  
1 Handvoll gehackte  
-Petersilie,  
1 Handvoll gehackte  
-Zitronenmelisse,  
Pfeffer

Die Filets mit etwas Zitronensaft saeuern, 1/4 Stunde kuehlstellen, salzen. Die Butter schmelzen, die gehackten Schalotten darin daempfen, die Filets begeben, mit dem Wein betrauefeln. Auf jeder Seite 2 bis 3 Minuten duensten. Die Fische sind gar, wenn sie fest geworden sind, d.h. sich auf dem Kochloeffel nicht mehr biegen. Auf einer vorgewaermten Platte in den warmen Ofen stellen. Der Sauce den Rahm und die Kraeuter begeben, einige Minuten daempfen, mit Pfeffer und eventuell noch etwas Salz abschmecken, ueber die Fische giessen und mit Salzkartoffeln servieren.

:Stichworte : Bodensee, Egli, Fisch, Süßwasser  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Konstanz - Fische aus dem See  
: : Folge 110, vom 08. Juni 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eglifilet nach Schaffhauser Art

Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

800 g Eglifilets,  
1 Zitronensaft,  
Salz,  
Pfeffer,  
2 in feine Streifen  
-geschnittenen Zwie  
1 tb gehackte Petersilie,  
3 tb Butter,  
2 dl Rahm,  
4 Tomaten

Eglifilets mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft wuerzen. Die Zwiebeln in 1 EL Butter glasig braten. Petersilie und Eglifilet beigeben. Zugedeckt auf kleinem Feuer ca. 8-10 Minuten daempfen. Den Rahm dazugiessen und kurz aufkochen lassen. In der Zwischenzeit die Tomaten halbieren und mit der Schnittflaeche nach oben in eine gebutterte Gratinform legen. Salzen und pfeffern und mit Butterfloeckchen bestreuen. 10 Minuten im Ofen grillieren. Die Felchenfilets anrichten und mit den Tomaten garnieren.

:Stichworte : Egli, Fisch, Meersburg, Süßwasser  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Meersburg (II)  
: : Folge 130, vom 24. Mai 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
:Notizen (\*\*\*) : W.A. Imhof: Gaumenfreuden aus Bach und See,  
: : Albert-Müller-Verlag

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eglifilets an Weisswein  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Egli-Filets,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 ts gemischte Kräuter  
(Estragon, Dill,  
-Petersilie, Thymian,  
-Majoran),  
3 Schalotten,  
100 g Butter,  
200 ml Weisswein  
(Dorin, Dezaley oder  
-Gutedel),  
100 ml Doppelrahm

Die Filets mit Salz, Pfeffer und den Kraeutern einreiben. 1 Stunde ruhen lassen. Die gehackten Schalotten in ein wenig Butter anbraten und mit dem Wein abloeschen. Die Egli-Filets in diese Sauce legen und bei kleiner Hitze 10 Minuten ziehen lassen. Herausnehmen und auf einer Platte warm stellen. Die Bouillon auf die Haelfte einkochen. Die Sahne hineinruehren. Leicht eindicken lassen. Die Sauce von der Feuerstelle nehmen und nach und nach die Butter unter kraeftigem Schlagen zugeben.

Die Filets mit dieser Sauce ueberziehen und sofort servieren.

:Stichworte : Egli, Fisch, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie am Genfer See  
: : Folge 223, vom 07. November 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eglifilets in Sahne  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

600 g Eglifilets,  
1 c Mehl,  
Salz,  
weißer Pfeffer aus der  
-Mühle,  
2 tb Butterfett, evtl. mehr  
2 tb Butter,  
1/4 l Sahne,  
2 Zitronenscheiben, evtl. mehr  
1 Zitrone

Eglifilets waschen, abtrocknen. Mehl mit etwas Salz und Pfeffer vermischen. Fischfilets darin wenden, ueberschuessiges Mehl abklopfen. In heissem Butterfett beidseitig braten. Zum Schluss noch kleine Butterfloekchen darauf zerfliessen lassen. Filets mit etwas Zitronensaft betrauefeln und warm stellen. Bratsatz mit der Sahne loskochen, dabei die Zitronenscheiben zufuegen. Eventuell salzen und pfeffern. Die Sahnesauce ueber die Eglifilets giessen.

:Stichworte : Egli, Filet, Fisch, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Weihnachtsmenü 1996  
: : Folge 160 vom 17.November 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eier im Blätterteigbeutel  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 hartgekochte Eier  
4 sl Blätterteig  
175 g Zwiebeln  
2 tb Butter  
375 g frische Champignons  
Salz  
Pfeffer aus der Mühle  
6 tb süsse Sahne

1 bn gehackte Petersilie  
1 Eigelb zum Bestreichen

Eier hartkochen, abschrecken und schaelen. Den Blaetterteig auf Zimmertemperatur auftauen.

Die feingehackten Zwiebeln in Butter glasig werden lassen. Die geputzten, feingewuerfelten Champignons zu den Zwiebeln geben, alles gut durchduensten. Mit Salz und Pfeffer wuerzen und so lange erhitzen, bis die Fluessigkeit vollstaendig verdampft ist. Die Sahne zufuegen und wieder einkochen lassen. Petersilie in die Pilz-Zwiebel-Masse geben und kalt stellen. Jede Blaetterteigscheibe zu einer Groesse von ca. 20x20 cm auswallen. Die Raender mit Eigelb bestreichen, damit die Enden besser zusammenkleben. Darauf einen guten Essloeffel Pilzmasse geben, das hartgekochte Ei daraufsetzen und die vier Teigenden gut zusammendruicken, ebenfalls die Raender. Die Beutelchen mit Eigelb bestreichen und auf ein Kuchenblech setzen. Bei 220 Grad fuer ca. 20 Minuten in den Backofen geben.

:Stichworte : Ei  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 211, Die Sendung vom Ei  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schaefler

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.  
sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eier mit Zwiebeln (eine Vorspeise fuer Schabbat)  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

8 Eier,  
1 Zwiebel,  
Öl,  
Salz,  
Pfeffer,  
2 tb Hühnerfett oder  
-Sonnenblumenöl,

Eier hart kochen. Mit dem Eierschneider einmal laengs und dann quer schneiden oder mit der Gabel noch warm zerdruecken. Fein gehackte Zwiebel, Huehnerfett oder Oel, Salz und Pfeffer zufuegen und gut vermischen.

Auf Tellern portionsweise anrichten. Mit Tomaten, Paprika oder Petersilie garnieren.

Mit Challa (Mohnzopf) servieren.

:Stichworte : Ei, Koscher, Vorspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit der Frau des Rabbi  
: : Folge 222, vom 24. Oktober 1999  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefler

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eier-Broccoli-Gratin

Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

750 g Broccoli  
Salz  
4 hartgekochte Eier  
Butter zum Einfetten  
weisser Pfeffer  
Muskat  
1/4 l Milch  
3 Eier  
3 tb geriebener Parmesankäse

Broccoli putzen und in Roeschen zerteilen. Die dickeren Stiele schaelen und in Scheiben schneiden. Das Gemuese in kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten blanchieren, abgiessen und mit kaltem Wasser abschrecken. Die gekochten Eier schaelen und achteln. Eine feuerfeste Form ausbuttern. Broccoli und Eierachtel abwechselnd nebeneinander in die Form legen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat wuerzen. Eier, Milch und Kaese gut verquirlen und mit Salz und Pfeffer wuerzen. Diese Mischung ueber das Gemuese geben. Die Auflaufform in den auf 225 Grad vorgeheizten Backofen fuer ca. 15 bis 20 Minuten schieben bis der Kaese hellbraun ist.

:Stichworte : Brokkoli, Ei, Gemüse, Gratin  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 211, Die Sendung vom Ei  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eiercreme  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Eigelb  
75 g Zucker  
100 g Doppelrahmfrischkäse  
1/8 l Milch  
1/4 l Sahne  
1 pk Vanillezucker  
2 cl Rum  
3 Blätter Gelatine

Eigelb ruehren, waehrend dessen Zucker hineinrieseln lassen. Weiterruehren bis die Creme fast weiss ist. Frischkaese mit Milch verruehren und unter die Creme, die nun im Wasserbad steht, schlagen. Die in Rum eingeweichte Gelatine ebenfalls daruntermischen und weiterschlagen bis die Creme dick wird. Dann muss die Creme abkuehlen.

Die Sahne steif schlagen, Vanillezucker untermischen und unter die abgekuehlte Creme ziehen. Die Creme muss fuer mehrere Stunden in den Kuehlschrank, bis sie fest ist.

:Stichworte : Dessert, Ei  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 211, Die Sendung vom Ei  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:

cl: centiliter  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eierflan  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Eier  
1/2 c Creme fraiche  
Salz  
weisser Pfeffer aus der  
-Mühle  
1 pn Muskat  
1 tb Butter  
50 g Speck, durchwachsener  
-geräucherter  
1 sm Zwiebel,  
200 g frische Pfifferlinge  
Schnittlauch  
Petersilie  
50 g Feldsalat  
einige Tropfen Essig  
einige Tropfen Olivenöl

Die Eier mit der Creme fraiche in einer Schuessel schlagen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat wuerzen.

Die Butter erhitzen und den kleingewuerfelten Speck darin auslassen. Die kleingeschnittene Zwiebeln dazu geben und mitschwitzen lassen. Dann die Pfifferlinge dazu geben und alles noch einmal 5 Minuten duensten. Die feingeschnittenen Kraeuter untermischen und gegebenenfalls mit Salz und Pfeffer nachwuerzen. Diese Mischung auf kleine ausgebutterte Auflauffoermchen verteilen und mit der Eimasse auffuellen. Die Auflauffoermchen ins Wasserbad stellen (am besten in die Saftpfanne) und im Backofen das Ei stocken lassen. In der Zwischenzeit den Feldsalat putzen und waschen, auf Teller anrichten. Aus Salz, Pfeffer, oel und Essig eine Marinade machen und ueber den Salat geben. Zum Schluss den Flan auf den Feldsalat stuerzen und sofort servieren.

:Stichworte : Ei, Flan  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 211, Die Sendung vom Ei  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.  
pn: Prise  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eierlikör  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 l Milch,  
7 Eigelb,  
250 g Zucker,  
1 tb echter Vanillezucker,  
150 g Alkohol (96%) aus der  
-Apotheke oder 1/2 l Co

Die Milch aufkochen und anschliessend wieder erkalten lassen. Die Eigelb schaumig schlagen und dabei nach und nach den Zucker und den Vanillezucker einrieseln lassen. Anschliessend nach und nach die Milch zugiessen und so lange weiter schlagen, bis der Zucker geloest ist. Unter weiterem Schlagen langsam den Alkohol zugiessen. Die Fluessigkeiten wirklich nur nach und nach zugiessen, denn sind die jeweils zugegossenen Mengen zu gross, kann der Likoeer ueberschaeumen. Den Likoeer in kleine Flaschen oder Karaffen fuellen und dabei stets nachgiessen, sobald sich der Schaum gesetzt hat. Die fast randvollen Flaschen mit Stoepsel oder Korken verschliessen und bis zum Verzehr kuehl aufbewahren.

:Stichworte : Alkohol, Ei, Likör, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 161, Weihnachtsgeschenke aus der Küche  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eierpfannkuchen  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Mehl,  
1/4 l Milch, ca.  
2 Eier, evtl. mehr  
1 sm Prise Salz

MMMMM-----zum Braten:-----

Butterfett

Aus Mehl, Milch, Eigelb und einer Prise Salz einen Teig ruehren und 15 Minuten ruhen lassen. Eiweiss zu steifem Schnee schlagen und unterheben. Die Pfanne mit wenig Fett erhitzen, Teig mit einer kleinen Schoepfkelle einfuellen, zerfliessen lassen und auf der Unterseite backen. Wenn die Oberseite nicht mehr fluessig ist, durch Rucken den Pfannkuchen loesen und umwenden; Koenner werfen ihn mit elegantem Schwung herum. Etwas Fett darunter schieben und auf der zweiten Seite auch goldgelb backen.

:Stichworte : Ei, Mehlspeise, Pfannkuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 163, vom 19, Januar 1997  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eierpfannkuchen mit Buecklingen  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Mehl,  
1/4 l Milch, ca.  
2 bis 3 Eier, evtl. mehr

1 sm Prise Salz,  
einige Stücke entgräteter,  
-gehäuteter Bückling

MMMMM-----zum Braten:-----  
Butterfett

Aus Mehl, Milch, Eigelb und einer Prise Salz einen Teig rühren und 15 Minuten ruhen lassen. Eiweiss zu steifem Schnee schlagen und unterheben, Buecklingsstuecke beifuegen. Die Pfanne mit wenig Fett erhitzen, Teig mit einer kleinen Schoepfkelle einfuellen, zerfliessen lassen und auf der Unterseite backen. Wenn die Oberseite nicht mehr fluessig ist, durch Rucken den Pfannkuchen loesen und umwenden; Koenner werfen ihn mit elegantem Schwung herum. Etwas Fett darunter schieben und auf der zweiten Seite auch goldgelb backen.

:Stichworte : Bückling, Ei, Fisch, Mehlspeise, Pfannkuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 163, vom 19, Januar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eierpfannkuchen mit Käse  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Mehl,  
1/4 l Milch, ca.  
2 Eier, evtl. mehr  
1 sm Prise Salz,  
einige kleine Scheiben  
-vollfetter Käse (Emmentaler  
-oder Edamer)

MMMMM-----zum Braten:-----  
Butterfett

Aus Mehl, Milch, Eigelb und einer Prise Salz einen Teig rühren und 15 Minuten ruhen lassen. Eiweiss zu steifem Schnee schlagen und unterheben, Kaesescheiben beifuegen. Die Pfanne mit wenig Fett erhitzen, Teig mit einer kleinen Schoepfkelle einfuellen, zerfliessen lassen und auf der Unterseite backen. Wenn die Oberseite nicht mehr fluessig ist, durch Rucken den Pfannkuchen loesen und umwenden; Koenner werfen ihn mit elegantem Schwung herum. Etwas Fett darunter schieben und auf der zweiten Seite auch goldgelb backen.

:Stichworte : Ei, Käse, Mehlspeise, Pfannkuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 163, vom 19, Januar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----



Title: Eierpfannkuchen mit Speck  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Mehl,  
1/4 l Milch, ca.  
2 Eier, evtl. mehr  
1 sm Prise Salz,  
einige Scheiben  
-geräucherter, fetter oder  
-durchwachsener Speck

MMMMM-----zum Braten:-----  
evtl. etwas Butterfett

Aus Mehl, Milch, Eigelb und einer Prise Salz einen Teig rühren und 15 Minuten ruhen lassen. Eiweiss zu steifem Schnee schlagen und unterheben. In der Pfanne den Speck glasig werden lassen (ggf. etwas Butter zugeben). Teig mit einer kleinen Schoepfkelle zufügen, zerfliessen lassen und auf der Unterseite backen. Wenn die Oberseite nicht mehr fluessig ist, durch Rucken den Pfannkuchen loesen und umwenden; Koenner werfen ihn mit elegantem Schwung herum. Etwas Fett darunter schieben und auf der zweiten Seite auch goldgelb backen.

:Stichworte : Ei, Mehlspeise, Pfannkuchen, Speck  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 163, vom 19, Januar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eierpfannkuchen mit Waldpilzen  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Mehl,  
1/4 l Milch, ca.  
2 Eier, evtl. mehr  
1 sm Prise Salz,  
1 cn Waldpilze,  
Zwiebeln,  
etwas Butter

MMMMM-----zum Braten:-----  
Butterfett

Aus Mehl, Milch, Eigelb und einer Prise Salz einen Teig rühren und 15 Minuten ruhen lassen. Eiweiss zu steifem Schnee schlagen und unterheben. Die Pfanne mit wenig Fett erhitzen, Teig mit einer kleinen Schoepfkelle einfüllen, zerfliessen lassen und auf der Unterseite backen. Wenn die Oberseite nicht mehr fluessig ist, durch Rucken den Pfannkuchen loesen und umwenden; Koenner werfen ihn mit elegantem Schwung herum. Etwas Fett darunter schieben und auf der zweiten Seite auch goldgelb backen. In einem Topf Butter erhitzen, klein geschnittene Zwiebeln angehen lassen, Waldpilze aus der Dose darin duensten, abschmecken und die Pfannkuchen damit füllen.

:Stichworte : Ei, Mehlspeise, Pfannkuchen, Pilz

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 163, vom 19, Januar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cn: Dose  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eierstich  
Categories: Sonstiges  
Yield: 6 Personen

2 Eier,  
8 tb Milch,  
Salz,  
Muskat

Eier und Milch gut miteinander verquirlen. Die Masse in ein gut ausgebuttertes Foermchen fuellen, zudecken und in ein leicht sprudelndes Wasserbad stellen. Wenn der Eierstich fest und erkaltet ist, stuerzen und in kleine Wuerfel schneiden. In Fleischbruehe mit Schnittlauch servieren.

:Stichworte : Ei, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Spanisch-Brötli-Bahn  
: : Folge 176, vom 20. Juli 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eierstichsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Ei,  
1 tb Milch, evtl. mehr  
Salz,  
Muskatnuss,  
Petersilie oder  
-Schnittlauch,  
1 l Fleischbrühe

Das Ei mit den uebrigen Zutaten verquirlen, in eine ausgefettete kleine Form (eventl. Tasse) fuellen und zugedeckt im Wasserbad stocken lassen. Abkuehlen, aus der Form nehmen und mit einem Messer in kleine Stuecke schneiden. Den Eierstich in einer Fleischbruehe ziehen lassen und mit Petersilie oder Schnittlauchroellchen bestreuen.

Als festliches Menue mit  
Eierstichsuppe  
Lachs-Forellen-Terrine  
Truthahn mit Kastanienfuellung  
Plumcake

Ananas-Rahm-Eis

:Stichworte : Festliches, Fleischbrühe, Menü, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Festliches Menü 1995  
: : Folge 141, vom 13. Dezember 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Einfaches Pilzragout  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Mischpilze,  
1 Zwiebel,  
1 tb Butter,  
etwas Petersilie,  
Salz  
Pfeffer

Die fein gehackte Zwiebel in Butter glasig werden lassen und darin die in mundgerechte Stuecke geschnittenen Pilze daempfen. Petersilie darueber streuen und mit Salz und Pfeffer wuerzen.

:Stichworte : Beilage, Pilz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Waldpilze  
: : Folge 156, vom 22. September 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eingelegte Paprikaschoten mit Zitrone  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Paprika,  
1/4 l herber Weißwein,  
1/2 l Wasser,  
3 Zitronen, Saft von  
4 Knoblauchzehen,  
2 Thymianzweige,  
1 ts Salz,  
1 ts Pfefferkörner,  
200 ml Olivenöl,  
1 Zitrone

Das Gemuese waschen , Stielansatz entfernen, der Laenge nach achteln, Kerne herauskratzen. Wein, Wasser, Saft von 3 Zitronen und die Gewuerze miteinander aufkochen, 10 Minuten koecheln lassen. Die Schnitzel und die dem Glasrand entlang hochgestellten Zitronenscheiben in die mit heissem Essig-Salzwasser (2 El Essig, 2 El Salz auf 1 l kochendes Wasser) ausgespuelten Schraubdeckelglaeser fuellen. Den Sud kochend darueber giessen. Die Glaeser in eine Auflaufform stellen, diese zu 2/3

mit kochendem Wasser fuellen, im auf 100 Grad vorgeheizten Backofen 60 Minuten sterilisieren. Im Backofen auskuehlen lassen.

:Stichworte : Eingelegtes, Gemüse, Paprika  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Vorräte für den Winter  
: : Folge 177, vom 14. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eingelegter fixfertiger Randensalat (Rote Beete)  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Randen,  
1/2 l Weißweinessig,  
0.1 l Wasser,  
1 ts Salz, gestr.  
2 tb Zucker,  
3 tb Meerrettich,  
1 mittelgroße Zwiebel,  
1 tb weiße Pfefferkörner,  
1 tb Kümmel, eventl.  
3 Gewürznelken, evtl. mehr  
1 Lorbeerblatt

Die Randen waschen, Stiele entfernen. Dabei so schneiden, dass man die Randen dicht an dicht in eine Gratinform stellen kann. Diese in den auf 180 Grad vorgeheizten Ofen schieben und eine gute Stunde darin weich werden lassen. Essig, Wasser, Zucker und Salz aufkochen. Meerrettich waschen, schaelen, in moeglichst kleine Wuerfel schneiden. Zwiebeln ebenfalls schaelen, halbieren, die Haelften in Streifen schneiden. Die Randen schaelen, in Wuerfel schneiden. Noch warm abwechslungsweise mit Meerrettich, Zwiebelstreifen, Pfeffer, Kuemmel, Nelken und Lorbeer in Glaeser mit Schraubverschluss schichten. Die Essig-Salz-Zucker-Loesung nochmals aufkochen, daruebergeben, den Schraubdeckel mit etwas Rum ausspuelen. Glaeser sofort verschliessen.

:Stichworte : Eingelegtes, Rote-Beete, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwetschgen und Meerrettich  
: : Folge 098, vom 8. September 1993  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eingelegter, fixfertiger Rote-Beete-Salat  
Categories: Marmeladen, Eingelegtes  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Rote Beete,  
500 ml bis 600 ml Weißweinessig,  
100 ml Wasser,

1 gestr. Tl Salz,  
 2 tb Zucker,  
 3 tb Meerrettich,  
 1 mittelgroße Zwiebel,  
 1 tb weiße Pfefferkörner,  
 eventuell 1 El Kümmel,  
 3 bis 4 Gewürznelken,  
 1 Lorbeerblatt,  
 etwas Rum (zum Ausspülen  
 -der Schraubdeckel)

Rote Beete waschen, Stiele entfernen, dabei so schneiden, dass man sie dicht an dicht in eine Gratinform stellen kann. Diese in den auf 180 Grad vorgeheizten Ofen schieben und eine gute Stunde darin weich werden lassen. Essig, Wasser, Zucker und Salz aufkochen. Meerrettich waschen, schaelen, in moeglichst kleine Wuerfel schneiden. Zwiebeln ebenfalls schaelen, halbieren, die Haelften in Streifen schneiden. Rote Beete schaelen, in Wuerfel schneiden. Noch warm abwechselnd mit Meerrettich, Zwiebelstreifen, Pfeffer, Kuemmel, Nelken und Lorbeer in Glaeser mit Schraubverschluss schichten. Die Essig-Salz-Zucker-Loesung nochmals aufkochen, daruebergeben, den Schraubdeckel mit etwas Rum ausspuelen. Glaeser sofort verschliessen.

:Stichworte : Eingelegtes, Meerrettich, Rote-Beete, Salat  
 :Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
 : : Folge 92, Zwetschgen und Meerrettich  
 :Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
 tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eingemachtes Kalbfleisch  
 Categories: Fleischgerichte, Innereien  
 Yield: 1 Keine Angabe

500 g Kalbfleisch (Brust),  
 2 Lorbeerblätter,  
 1 Stück Lauch,  
 1 Karotte,  
 1 sm Zwiebel,  
 2 Nelken,  
 Koriander,  
 Petersilie,  
 Zitronenscheibe,  
 1/4 l herber Weißwein,  
 2 1/2 l kochendes Wasser

MMMMM-----Für die Sauce:-----

60 g Butter,  
 80 g Mehl,  
 1 l Kochbrühe,  
 1 Eigelb,  
 Salz,  
 Pfeffer

Fleisch, Gemuese, Gewuerze und Wein in kochendes Wasser geben und so lange kochen bis das Fleisch weich ist (ca. 1/2 bis 3/4 Stunde).

In der Zwischenzeit die Sauce herstellen: Butter schmelzen und das Mehl leicht darin anroesten. Wenn die Einbrenne nach Brot riecht, mit der warmen Fleischbruehe abloeschen - dabei mit dem Schneebsen ruehren,

damit es keine Kluempchen gibt. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Eigelb binden. Das weiche Fleisch in Ragoutstuecke schneiden und in die Sauce geben. Mit Nudeln, Gelberueben und Erbsen servieren.

:Stichworte : Baden, Fleisch, Kaiserstuhl, Kalb  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie am Kaiserstuhl  
: : Folge 229 vom 13. Februar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eingemachtes Kalbfleisch  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

600 g Kalbsbrust, in Würfel  
-geschnitten,  
1/2 l Wasser,  
1 tb eingesottene Butter  
-(Butterfett),  
1 bn Petersilie,  
1 Zwiebel,  
1 Lorbeerblatt,  
2 Nelken,  
1 Zitronenschnitt,  
Salz,  
Pfeffer,  
2 tb eingesottene Butter,  
2 tb Weißmehl,  
1/4 l trockener Weißwein,  
Salz,  
Pfeffer,  
2 dl Sahne,  
1 Eigelb

Das Fleisch mit dem kochenden Wasser uebergiessen, zugedeckt 5 Minuten stehen lassen. Abseihen (Wasser nicht wegschuetten!). Butter heiss werden lassen, das Fleisch ringsum anduensten. Zugedeckt 20 Minuten im eigenen Saft schmoren lassen. Die besteckte Zwiebel, Petersilie und Zitronenschnitt beigeben, salzen, pfeffern, eventuell noch etwas Fleischwasser beifuegen, 1 Stunde auf kleinem Feuer koecheln lassen. Aus der restlichen Butter mit dem Mehl eine Mehlschwitze bereiten, mit dem Weisswein und dem restlichen Fleischwasser abloeschen, mit Salz und Pfeffer wuerzen, 20 Min. koecheln lassen. Petersilie, Zitrone und Zwiebel aus dem Fleisch entfernen, Fleisch und Sauce miteinander vermengen, nochmals aufkochen. Die Sahne mit dem Eigelb vermengen, das Fleisch darueber anrichten, nochmals gut vermengen. Nicht mehr kochen. Servieren zu breiten Nudeln, am besten selbstgemachten.

:Stichworte : Baden, Fleisch, Kalb, Schwarzwald  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie auf dem Vogtsbauernhof  
: : Folge 054 vom 08. Juni 1990  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

dl: deciliter  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Einkochen von Frucht- und Beerensaft - ohne Zuckerzugabe  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

Ausser Erdbeeren und Melonen (deren Saft praktisch keinen Geschmack mehr hat) lassen sich alle Beeren und Obstarten im Dampfsafter zu Saft verarbeiten.

Zubereitung:

Holunder- und Johannisbeeren muessen nicht entstielt werden. Fallobst in Stuecke zerschneiden. Auch Kerngehaeuse und Schale koennen mitverarbeitet werden. Falls man Fruchtsaftmischungen machen will (z.B. Holunder und Aepfel), verarbeitet man die Fruechte schon miteinander. Den Untersatz des Dampfsafters mit Wasser, den Einsatz mit den gewaschenen, evtl. zerkleinerten Fruechten fuellen. Das Schlauchende mit der mitgelieferten Klemme gut schliessen. Vorsichtshalber eine Schuessel darunter stellen. Das Wasser im Entsafter so lange kochen lassen, bis das Schauglas im Entsafter-Schlauch dieselbe Farbe hat wie die entsprechende Frucht (dauert 1 1/2 - 2 Stunden). Wasserstand des Untersatzes kontrollieren! Saubere Flaschen mit ganz heissem Wasser ausspuelen. Den aus dem Entsafter ausfliessenden Saft direkt in die Flaschen laufen lassen. Diese mit Buegelverschluss oder Gummikappen sofort verschliessen.

:Stichworte : Obst, Saft  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Vorräte für den Winter  
: : Folge 177, vom 14. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eintopf aus Dinkelkörnern und Linsen  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Dinkelkörner,  
200 g Linsen,  
1 lg Zwiebel, in Ringe  
-geschnitten,  
50 ml Olivenöl,  
500 ml siedendes Wasser,  
1 ts Salz

Dinkelkoerner gut spuelen und in kaltes Wasser einlegen. Linsen spuelen und ca. 45 Minuten in leicht gesalzenem Wasser sieden. Zwiebeln in Oel goldenbraten. Dinkelkoerner und Linsen hinzufuegen, das ganze 1 Minute anbraten und dann das gesalzene heisse Wasser daraufgiessen. Aufsieden lassen, Hitze zuruecknehmen. Etwa 30 Minuten sieden, bis der Dinkel weich und das Wasser aufgesaugt ist. Waehrend des Kochens hin und wieder nachschauen, ob der Dinkel noch nicht gar, das Wasser jedoch verbraucht ist. Noetigenfalls etwas Wasser beifuegen.

(Ruth Keenan: "Zu Gast bei Moses", Albert-Mueller-Verlag, Rueschlikon)

:Stichworte : Dinkel, Eintopf, Linse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Dinkel und Grünkern  
: : Folge 143, vom 31. Januar 1996

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
lg: gross.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Eintopf mit Schaf- oder Lammfleisch  
Categories:  
Yield: 1 Keine Angabe

600 g Schaf- oder Lammfleisch aus  
-der Schulter,  
1 Lauchstange,  
1 Karotte,  
1 sm Sellerie,  
1 Kohlrabi,  
3 geschälte Tomaten,  
2 Zwiebeln,  
1/4 l Weißwein (Fendant oder  
-Gutedel),  
Bouillon,  
Butterfett,  
Lorbeer,  
Thymian,  
Estragon,  
Salz,  
Pfeffer

Das Fleisch in Wuerfel schneiden und in Weisswein fuer ca. 2 Stunden einlegen. Karotte, Sellerie und Kohlrabi in feine Scheiben, Zwiebel in Ringe schneiden. Tomaten schaelen. Fleisch aus der Marinade nehmen, gut abtrocknen und im heissen Butterfett zusammen mit den Zwiebelringen von allen Seiten anbraten. Dann das kleingeschnittene Gemuese und die geschaelten Tomaten dazugeben. Alles gut durchdaempfen lassen. Mit der Marinade abloeschen. Das Ganze muss nun so lange koecheln bis das Fleisch weich ist. Wenn die Fluessigkeit nicht ausreicht, Bouillon begeben.

:Stichworte : Anniviers, Eintopf, Fleisch, Lamm, Schaf  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Val d'Anniviers  
: : Folge 163, vom 11. Juli 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Elsässischer Gugelhupf  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Mehl,  
75 g Zucker,  
10 g Salz, ca.  
150 g Butter,  
2 Eier,



1/4 l Milch, ca.  
25 g Backhefe,  
75 g Sultaninen,  
40 g ganze Mandeln, ca.  
1 sm Gläschen Kirschwasser,  
25 g Puderzucker

Die Zutaten sollten Zimmertemperatur haben. Zunaechst fuer den Vorteig die Hefe mit der Haelfte der lauwarmen Milch und etwas Mehl zu einem zaehen Teig kneten und diesen an einem warmen Ort gehen lassen, bis er ungefaehr das doppelte Volumen hat. Das restliche Mehl mit dem Salz, dem Zucker, den Eiern und der uebrigen warmen Milch in eine Schuessel geben und gut vermischen. Diesen Teig von Hand 15 Minuten gruendlich durchkneten. Die in den Haenden erwaermte Butter und den aufgegangenen Vorteig zufuegen. Das Ganze noch einmal 5 Minuten kneten. Der Teig muss sich vom Schuesselrand loesen. Mit einem Tuch abdecken und an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen. Dann den Teig mit den Haenden leicht klopfen, bis er wieder in sich zusammenfaellt. Die zuvor in Kirschwasser eingelegten Sultaninen dazugeben.

Je nach Belieben kann auch noch ein kleines Glaeschen Kirschwasser zugefuegt werden.

Die Gugelhupfform mit Butter einfetten und unten auf dem Boden in jede Rille eine Mandel legen. Den Teig in die Form geben und ein zweites Mal gehen lassen. Er sollte praktisch bis zum oberen Rand aufgehen. Dann in dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen 50 Minuten backen. Falls er zu dunkel zu werden droht, einfach waehrend des Backvorgangs ein Backpapier darauf legen oder die Temperatur auf 180 Grad senken. Aus der Form stuerzen und mit Puderzucker bestaeuben.

:Stichworte : Gugelhupf, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gugelhupf  
: : Folge 205, vom 20. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Emmentaler Hamme (Bauernschinken)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 10 Personen

1 ganze Hamme  
-(Bauernschin  
2 dl Milch oder 1 nussgroßes  
-Stück Butter,  
1 Zwiebel, mit Lorbeerblatt  
-und Nelke gespickt,  
1 Lauchstängel

Den Schinken in eine tiefe Schuessel oder Pfanne geben und mit kaltem Wasser bedeckt 24 Stunden stehen lassen. Herausnehmen und mit 3-4 l Wasser, Milch oder Butter, gespickter Zwiebel und Lauchsengel auf kleinem Feuer ziehen (nicht kochen!) lassen. Das erste Kilo benoetigt eine Stunde, jedes weitere zusaetzlich eine halbe Stunde. Sobald der Schinken gar ist, aus dem Sud nehmen und die Schwarte abziehen. Heiss servieren. Bei Tisch in Tranchen schneiden.

:Stichworte : Emmental, Fleisch, Schinken, Schwein

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Emmental (I)  
: : Folge 127, vom 12. April 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Emmentaler Käseschnitten  
Categories: Käsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

8 sl Brot,  
Butter,  
8 ts Weißwein,  
8 sl Emmentaler  
8 Hälften eingekochter  
-Pfersiche

Die Brotscheiben werden mit Butter bestrichen und mit der Butterseite auf das Backblech gelegt, mit Weisswein befeuchtet, Kaesescheiben drauflegen, in den auf starker Oberhitze vorgewärmten Ofen schieben, ca. 5 Minuten backen, bis sich goldene Blasen auf dem Kaese zeigen. Das Kompott im Saft erhitzen, damit die fertig gebackenen Kaeseschnitten belegen.

(Rueegg/Feisst: Vom Apfel bis zur Zwiebel, Mueller-Rueschlikon-Verlag)

:Stichworte : Brot, Emmental, Käse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Emmental (II)  
: : Folge 128, vom 26. April 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sl: Scheib.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Emmentaler Kartoffelsalat  
Categories: Salate  
Yield: 6 Personen

1 kg Kartoffeln,  
Salz  
Pfeffer aus der Mühle,  
Muskatnuss,  
2 dl Bouillon,  
1 ts Senf,  
2 tb Weißweinessig,  
5 tb Öl,  
1 Zwiebel,  
1 bn Petersilie,  
1 bn Schnittlauch

Die Kartoffeln in der Schale weichkochen. Darauf achten, dass sie nicht zerfallen. Solange sie noch warm sind, schaelen und in Scheiben

schneiden. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss wuerzen und die warme Bouillon daruebergeben. Stehen lassen, bis die Kartoffeln erkaltet sind. Senf, Essig, Oel und die feingehackte Zwiebel zu einer saemigen Sauce ruehren und sorgfaeltig unter die Kartoffeln mischen. Petersilie und Schnittlauch fein hacken und ueber den Salat streuen.

:Stichworte : Emmental, Kartoffel, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Emmental (I)  
: : Folge 127, vom 12. April 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
dl: deciliter  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Engadiner Nusstorte  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Zutaten:-----

300 g Mehl,  
150 g Weizenstärke (z.B.  
-Mondamin),  
1 gestr. TL Backpulver,  
1 pn Salz,  
250 g Butter,  
4 Eigelb,  
2 dl Rahm

MMMMM-----Füllung:-----

10 bittere Mandeln,  
300 g Walnüsse,  
150 g Zucker,  
2 Msp. Nelkenpulver,  
2 Msp. Zimt,  
6 tb Bienenhonig

Mehl, Staerke, Backpulver und Salz in eine Schuessel sieben, die kalte Butter in Floeckchen zerteilen und mit dem Mehl zerreiben. Eigelb und Rahm dazugeben. Alles moeglichst rasch von Hand zusammenkneten. Zu einer Kugel formen. In Plastikfolie gehuellt 1 Stunde kaltstellen.

Den Teig in zwei moeglichst gleich grosse Teile teilen.  
Elektro-Backofen auf 180 Grad, Umluft-Backofen auf 160 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 3 - 4 vorheizen.

Teigstuecke zu einem Boden und einem Deckel in Springformgrosse auswallen. Boden am Rand hochziehen, einstechen.

Fuellung:

Mandeln und Walnuesse zweimal durch die Mandelmuehle treiben. Zucker in einem Pfaennchen schmelzen. Nuesse, Nelkenpulver, Zimt und Bienenhonig daruntermengen. Sofort (noch moeglichst heiss) auf den Teigboden geben. Mit der zweiten Teigplatte bedecken. Diese mit 2 Eigelb bestreichen. Mit einer Gabel in regelmaessigen Abstaenden (1 cm) einstechen.

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Graubünden

: : Folge 114, vom 14. September 1994 und  
: : Folge 115, vom 28. September 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Englische Orangenkonfitüre  
Categories: Marmeladen, Eingelegtes  
Yield: 1 Keine Angabe

1.5 kg ungespritzte Orangen (etwa  
-9 Stück),  
500 g ungespritzte Zitronen (etwa  
-4 Stück),  
2 l kaltes Wasser,  
3 1/2 kg Zucker,  
2 tb Rum

Orangen und Zitronen gut waschen. Die aeussere Haut duenn abschaelen und fein wiegen. Die weisse Haut moeglichst gut entfernen, ebenso die weissen Faeden, die sich zwischen den Schnitzen befinden. Das Fruchtfleisch moeglichst fein zerschneiden. Die Kerne (die viel Pektin enthalten) in ein Mullsaeckchen binden. Dazulegen. Wasser dazugiessen. 2 bis 3 Tage an einem kuehlen Ort zugedeckt stehen lassen. Dann alles auf einem kleinen Feuer 1/2 Stunde koecheln lassen. Das Kernsaeckchen entfernen. Einen Teller fuer Gelierprobe ins Tiefkuehlfach stellen. Zucker zum Fruchtmus geben. Auf kleinem Feuer aufkochen. 30 Minuten koecheln lassen. Ruehren! Eventuell abschaeumen.

Gelierprobe machen: Man gibt einen Tropfen des Einkochgutes auf einen solchen kalten Teller und haelt ihn schraeg.

Bleibt der Tropfen fest, so kann die Konfituere abgeschaeumt und sofort eingefuellt werden. Das Abschaeumen geschieht am besten mit einem grossen Loeffel. Konfituerenschaum kann als Joghurtzusatz oder als bald zu konsumierender Brotaufstrich verwendet werden. Sofort in heiss ausgespuelte Glaeser abfuellen. Diese mit Deckeln verschliessen, die zuvor mit Rum ausgespuelte wurden. Auf dem Kopf stehend auskuehlen lassen.

:Stichworte : Konfitüre, Orange, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 161, Weihnachtsgeschenke aus der Küche  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Englische Osterbrötchen  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Mehl (Typ 405),  
50 g Wasser,  
1/2 Hefewürfel,  
75 g Butter,

12 g Salz,  
250 g Milch,  
100 g Zucker,  
Muskat,  
50 g Orangeat

MMMMM-----Für Glasur:-----

1 Eischnee,  
80 g Puderzucker gut miteinander  
-vermischen

Hefewuerfel auflösen in Wasser und ca. 15 Minuten stehen lassen.  
Butter weich werden lassen.

Mehl in eine Schuessel sieben. In der Mitte eine Vertiefung machen. Die aufgeloeste Hefe hineinschuetten. Mit etwas Milch zu einem duennen Brei verruehren. 15 Minuten stehen lassen. Salz beifuegen.

Die weiche Butter mit dem Backhorn oder dem Kochloeffel unter das Mehl arbeiten. Nach und nach Milch, Zucker, Orangeat und Muskat dazugeben. Mit dem Backhorn oder dem Kochloeffel, spaeter mit den Haenden zu einem Teig verarbeiten.

Auf einer trockenen Arbeitsflaeche mit den Haenden gut durchkneten. Zu einer Kugel formen. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 2 Stunden gehen lassen. Teig von neuem durchkneten. Kleine runde Broetchen formen und auf ein bebuttertes, bemehltes Blech setzen. Die Oberflaeche mit der Schere kreuzweise einschneiden. Die Broetchen wieder ca. 15 Minuten gehen lassen, mit Eigelb bestreichen und das Kreuz nochmals nachschneiden. Bei 200 Grad ca. 20 Minuten backen. Danach sofort in die eingeschnittene Stelle dicke Glasur spritzen. (Fuelscher: "Das Fuelscher Kochbuch", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Brötchen, England, Ostern  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Osterbrote  
: : Folge 147, vom 27. März 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ente auf Gemüsebett  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Ente,  
4 Rippen Stangensellerie,  
4 Karotten,  
1 Zwiebel,  
1 tb Olivenöl,  
Salz,  
Pfeffer,  
200 ml herber Weißwein,  
1 bn Schnittlauch

Ente in acht Teile teilen. Falls es sich um eine Wildente handelt, zwei Stunden in fliessendes Wasser legen, um den Wildgeruch zu vermindern. Das Gemuese waschen, fein schneiden, in Olivenoel gut durchdaempfen, salzen, pfeffern. Die Entenstuecke darauf legen, alles eine Viertelstunde durchdaempfen, mit dem Weisswein abloeschen. Den fein gehackten Schnittlauch begeben, gut vermengen. 1 1/2 Stunden in dem auf 150 Grad vorgeheizten Ofen

braten.

Gelegentlich umruehren. Eventuell etwas Fleischbruehe dazugeben.

:Stichworte : Ente, Geflügel, Italien, Veneto  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Veneto/Italien  
: : Folge 62, vom 14. Juni 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Entenbrust  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Entenbrüstchen,  
Salz,  
Butterfett,  
Pfeffer,  
Paprikapulver,  
2 Zwiebeln,  
2 Karotten,  
2 Tomaten,  
1 Stange Lauch,  
1/2 Knolle Sellerie,  
1/4 l Riesling,  
200 g gekochter Schinken,  
150 g frische Champignons,  
eventl. Etwas Mehlbutter

Die Entenbruestchen waschen, trockentupfen, mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver einreiben und in einer Kasserolle in heissem Butterfett anbraten.

Tomaten ueberbruehen und die Haut abziehen. Tomaten zusammen mit den zerkleinerten Zwiebeln und Karotten sowie dem zerkleinerten Sellerie und Lauch zu dem Fleisch geben und mitschmoren lassen. Mit Weisswein abloeschen. Die Entenbruestchen immer wieder damit begiessen.

Kurz vor Ende der Bratzeit (ca. 20 Minuten) den feingewuerfelten Schinken und die feingeschnittenen Champignons dazugeben und noch ca. 10 Minuten mitschmoren lassen. Die Entenbruestchen herausnehmen und warmstellen, ebenso das mitgegarte Gemuese, das extra serviert wird.

Den Bratensaft mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken. Eventl. mit Mehlbutter binden.

:Stichworte : Ente, Geflügel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Hotzenwald  
: : Folge 137 vom 11. Oktober 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Entenbrust in Altbierteig auf Pflaumensauce  
Categories: Geflügelgerichte

Yield: 1 Keine Angabe

- 4 ausgelöste Entenbrüstchen  
-(ca. 400 g),  
etwas Butterschmalz

MMMMM-----Teig:-----

- 300 g Roggenmehl,
- 200 g Weizenvollkornmehl,
- 2 pk Trockenhefe,
- 2 ts Zucker,
- 1 pn Salz,
- 300 ml Altbier (Zimmertemperatur)

MMMMM-----Sauce:-----

- 5 Trockenpflaumen
- 100 ml Fleischbrühe,
- 3 tb Pflaumenmus,
- 3 tb Altbier,
- 1 ts Rotweinessig,
- Cayennepfeffer,
- Pfeffer,
- Salz

Teig aus den angegebenen Zutaten kneten und 15 Minuten gehen lassen.  
Entenbruestchen in Butterschmalz rundum anbraten, pfeffern und salzen.  
Teig durchkneten und 1 cm dick ausrollen, in 4 Rechtecke schneiden und  
darin die Entenbruestchen einwickeln, mit etwas Wasser bestreichen, bei  
ca. 200 Grad 40 Minuten backen.

Fuer die Sauce den Bratenfond mit Fleischbrueehe loskochen, Pflaumenmus  
und Altbier zugeben, mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer wuerzen. Die in  
Streifen geschnittenen Pflaumen kurz mit erhitzen.

Sauce mit den Entenbruestchen anrichten.

:Stichworte : Bier, Ente, Geflügel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Bier  
: : Folge 060, vom 12. April 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

- tb: El.
- pk: Pkg.
- pn: Prise
- ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Entrecote in Pfeffersauce  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

- 4 Entrecotes  
-(Zwischenrippenstück vom  
-Rind), von je ca. 200 g,  
grob geschroteter schwarzer  
-Pfeffer,
- 20 g Butterschmalz,  
Salz,
- 4 tb Wasser,

1/8 l trockener Rotwein,  
4 tb süße Sahne,  
2 tb Cognac,  
40 g Butter,  
2 tb eingelegte grüne  
-Pfefferkörner

Das Fleisch mit beliebig viel Pfeffer einreiben und 5 Minuten stehen lassen. Butterschmalz in einer grossen schweren Pfanne erhitzen, das Fleisch darin auf jeder Seite 30 Sekunden scharf anbraten, dann bei nicht so starker Hitze pro Seite noch etwa 3 Minuten braten. Erst jetzt salzen. Die Entrecotes warm stellen.

Den Bratfond mit dem Wasser loskochen, dann Rotwein und Sahne zufuegen und unter Ruehren um etwa 1/3 einkochen. Dann erst den Cognac zufuegen. Neben dem Herd die Butter in kleinen Flocken einruehren, dabei aber nicht zu stark ruehren. Die Sauce mit Salz abschmecken und die etwas zerdrueckten gruenen Pfefferkoerner hineingeben.

Die Entrecotes auf vorgewaermten Portionsteller anrichten und mit der Sauce umgossen sofort mit Kartoffeln und gruenen Bohnen servieren.

:Stichworte : Entrecote, Fleisch, Rind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Spanisch-Brötli-Bahn  
: : Folge 176, vom 20. Juli 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Erbsen mit Minze  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Butter,  
4 Minzeblätter (Pfeffer- oder  
-Krauseminze),  
800 g Erbsen,  
Salz,  
Pfeffer

Erbsen kochen. Gartenfrische Erbsen brauchen eine Kochzeit von nur 7 bis 8 Minuten. Man verwendet nur so viel Wasser, dass sie ganz knapp damit bedeckt sind. Dieses Wasser mit wenig Salz, einer Prise Zucker und ein paar Petersilienstaengeln aufkochen, die Erbsen beigeben. Je mehr Zeit zwischen dem Pfluecken und dem Kochen verstrichen ist, desto laenger ist auch die Garzeit. Schoen gruen bleiben die Erbsen nur, wenn man sie beim Kochen nicht zudeckt! Butter schmelzen, die Minzeblaetter darin schwenken, die abgeseihten Erbsen beigeben und heiss werden lassen.

:Stichworte : Beilage, Erbse, Gemüse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Gemüse von der Reichenau  
: : Folge 111, vom 22. Juni 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:



tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Erbsensuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g getrocknete gelbe Erbsen,  
2 l Wasser,  
Salz,  
1 Zwiebel,  
2 Nelken,  
2 Lorbeerblätter,  
1 Knoblauchzehe,  
2 Kartoffeln,  
2 Karotten,  
1 sm Lauch,  
1 Schalotte,  
50 g Butter,  
200 g geräucherter Speck (in 4  
-Portionen geschnitten),  
150 g geräucherter Speck (in  
-Streifen geschnitten)  
Weißbrotdcroûtons,  
Pfeffer

Die getrockneten Erbsen waschen und in 2 l Wasser ca. 1/2 Stunde koecheln lassen. In Butterfett die fein gehackte Schalotte glasig duensten. Die geschaelten und in Wuerfel geschnittenen Kartoffeln, die in Raedchen geschnittenen Karotten und den fein geschnittenen Lauch dazugeben und mitduensten.

Sobald das Gemuese beginnt, Farbe anzunehmen, zu den Erbsen geben. Die mit den Nelken und Lorbeerblaettern gespickte Zwiebel sowie die Knoblauchzehe und die 4 Portionen Speck dazugeben und eine weitere 1/2 Stunde koecheln lassen.

In etwas Butter die feinen Speckstreifen braeunen. Im gleichen Bratfett die Brotwuerfelchen anroesten. Vor dem Servieren Speckstreifen und Weissbrotwuerfelchen ueber die Suppe geben.

:Stichworte : Elsass, Erbse, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Elsass  
: : Folge 231 vom 12. März 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Erbsensuppe mit Rosmarin  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

700 g frische Erbsen oder  
-tiefgekühlte,  
1/2 ts Rosmarinnadeln (möglichst  
-frisch),  
20 g Butter,  
1 Knoblauchzehen (gepresst),  
-evtl. mehr

1 l Fleischbrühe,  
1/2 sm Sellerie (in kleine  
-Würfelchen geschnitt  
1/2 Zitrone (Saft),  
Salz,  
Pfeffer

In der heissen Butter die Erbsen zusammen mit dem Rosmarin anduensten.  
Mit Fleischbruehe abloeschen, Knoblauch beifuegen und 12 bis 15 Minuten  
garen.

4 EL Erbsen zum Garnieren beiseite stellen. Die Suppe im Mixer  
puerieren.

Den geschaelten Sellerie in kleine Wuerfelchen schneiden. In  
Zitronensaft wenden. In wenig Salzwasser "al dente" kochen, abseihen  
und warm stellen.

Die Erbsensuppe nochmals aufkochen und gegebenenfalls mit Salz und  
Pfeffer abschmecken. Die Garnitur-Erbsen und die Selleriewuerfelchen  
auf 4 Teller verteilen und mit der heissen Suppe uebergiessen.

:Stichworte : Erbse, Rosmarin, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Rosmarin  
: : Folge 253 vom 22. April 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Erbsensuppe mit Shiitake-Pilzen  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Erbsen,  
1 c Wasser,  
1 l Gemüsebrühe,  
200 g Shiitake-Pilze,  
20 g Butter,  
1 tb gemahlene Dinkelmehl,  
1 tb fein gemahlene Mandeln,  
1 tb Currypulver,  
Salz,  
1/8 l Sahne,  
10 Minzeblättchen

Die frischen Erbsen mit dem Wasser zum Kochen bringen und 5 Minuten  
kochen lassen. Die Gemuesebruehe dazugiessen und weitere 15 Minuten  
kochen lassen. Die Suppe durch ein Sieb streichen oder im Mixer  
puerieren.

Die Shiitake-Pilze in feine Streifen schneiden. Die Butter in einem  
Topf erhitzen, die Pilzstreifen darin unter Ruehren 5 Minuten von allen  
Seiten anbraten. Das Mehl, die Mandeln und das Currypulver zugeben,  
leicht anroesten und die Erbsensuppe angiessen. Die Suppe zum Kochen  
bringen, nach Geschmack mit Salz wuerzen. Fuenf Minuten kochen lassen.  
Die Sahne einruehren. Die Minzeblaettchen waschen, in Streifchen  
schneiden und ueber die Suppe streuen.

:Stichworte : Erbse, Fleischlos, Pilz, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fleischlose Küche  
: : Folge 220, vom 26. September 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Erbsmus  
Categories: Beilagen  
Yield: 6 Portionen

600 g getrocknete, gelbe Erbsen,  
1 Karotte,  
1 Zwiebel,  
1 sm Lorbeerblatt,  
20 g Knollensellerie,  
Bouillonwürfel,  
200 g geräucherter Speck,  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle,  
Muskatnuss,  
50 g Butter

Die Erbsen mit heissem Wasser uebergiessen und in diesem Wasser langsam zum Kochen bringen, Topf zudecken und eine Stunde leise kochen lassen ohne umzuruehren. Dann Kochwasser abschuetten, soviel frisches Wasser zu den Erbsen geben, dass diese gerade bedeckt sind. Karotte, Zwiebel, Sellerie, Lorbeerblatt, Speck und Bouillonwuerfel dazugeben. Wieder zum Kochen bringen. Unbedeckt so lange kochen bis die Erbsen weich sind und zerfallen. Nicht anbrennen lassen, eventuell etwas Wasser dazugeben.

Gemuese, Speck und Lorbeer herausnehmen. Erbsen puerieren und mit Salz, Pfeffer und wenig Muskatnuss wuerzen.  
Unter staendigem Ruehren zur Konsistenz von Kartoffelbrei einkochen.  
Butter dazugeben und mit dem Schneebesen aufschlagen. Zusammen mit dem in Stuecke geschnittenen Speck servieren.

:Stichworte : Beilage, Erbse, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Basel  
: : Folge 214, vom 16. Mai 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Erdbeerbowle  
Categories: Getranke  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Erdbeeren,  
300 g Zucker,  
1 Flasche Riesling-Wein,

1 Flasche Riesling-Sekt

Erdbeeren waschen und in ein Bowle-Gefaess geben. Zucker darueber streuen und den Riesling-Wein darueber giessen. Einige Stunden kuehl stellen. Vor dem Servieren mit Riesling-Sekt auffuellen.

:Stichworte : Bowle, Erdbeere, Getraenk, Mai  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Was gibt es jetzt? Spargel und Erdbeeren  
: : Folge 193, vom 03. Mai 1998  
: : von Kathrin Ruegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Erdbeercremetorte  
Categories: Kuchen, Gebaek, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

1 pk Butterkekse,  
100 g Butter

MMMMM-----Erdbeercreme:-----

500 g Erdbeeren (puriert),  
4 Blatt weiße Gelatine,  
120 g Zucker,  
1 Vanilleschote,  
1 pn Salz,  
4 Eigelb,  
1/4 l Sahne

Butterkekse in ein frisches Kuechenhandtuch geben und mit dem Wallholz die Kekse ganz fein zerdruecken. Diese Kruemel mit der Butter gut verarbeiten und damit den Boden einer Springform auslegen.

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Erdbeeren mit dem Mixstab puerieren. Das Pueree mit der Haelfte des Zuckers und der aufgeschnittenen Vanilleschote und einer Prise Salz zum Kochen bringen.

Eigelb mit dem restlichen Zucker schaumig ruehren und vorsichtig das heisse Erdbeerpueree (zuvor die Vanilleschote entfernen) mit dem Schneebesen hineingeben.

Alles nochmals erhitzen, aber nicht zum Kochen bringen. Dann die ausgedrueckte Gelatine unter Ruehren hineingeben, bis sich die Blaetter auflösen. Danach die Creme kalt stellen.

Sahne steif schlagen und unter die abgekuehlte Creme ziehen. Diese Creme auf den vorbereiteten Kuchenboden geben. Fuer ca. 1 1/2 Stunden in den Kuehlschrank stellen, bis die Masse fest ist.

:Stichworte : Erdbeere, Mai, Torte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Was gibt es jetzt? Spargel und Erdbeeren  
: : Folge 193, vom 03. Mai 1998  
: : von Kathrin Ruegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Erdbeeren mit grünem Pfeffer  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Erdbeeren,  
je nach Geschmack Zucker  
-oder Vanillezucker  
Zitronensaft,  
1 tb grüner Pfeffer, evtl. mehr  
Minzeblätter

Erdbeeren waschen, halbieren und in Dessertschaelchen verteilen. Etwas Zitronensaft darueber geben. Je nach Geschmack mit Zucker oder Vanillezucker suessen und gruene Pfefferkoerner darueber streuen. Mit Minzeblaettchen garnieren.

:Stichworte : Erdbeere, Gewürz, Obst, Pfeffer  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gewürz I  
: : Folge 191, vom 05. April 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Erdbeerknopf  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

Butter,  
Paniermehl,  
2 tb Mondamin,  
1/2 l Milch,  
100 bis 150 g Zucker,  
5 Eier,  
1 Handvoll geschälte, grob  
-gehackte Mandeln,  
1 Zitrone, abgeriebene Schale  
-von  
300 g Erdbeeren

:Stichworte : Bodensee, Dessert, Erdbeere  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Konstanz - Fische aus dem See  
: : Folge 110, vom 08. Juni 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Essenz vom Kalbsschwanz mit Trüffelklösschen  
Categories: Vorspeisen, Suppen

Yield: 1 Keine Angabe

2 kg Kalbsschwanz,  
Salz,  
Pfeffer,  
100 g Butterschmalz,  
2 Zwiebeln,  
4 Karotten,  
3 Tomaten,  
1/4 Sellerieknolle,  
1 Knoblauchzehe,  
200 g Rinderwade,  
4 Eiweiß,  
Portwein oder Sherry

MMMMM-----Für die Klösschen:-----

500 g Kalbsbrät,  
1/4 l Sahne,  
50 g Trüffelbruch (aus der  
-Dose), eventuell  
1 bn Kerbel

Kalbsschwanz in Stuecke schneiden, wuerzen und in Butterschmalz anbraten. Das Gemuese schaelen, grob zerkleinern, dazugeben und anroesten. In einem Topf mit 4 Liter kaltem Wasser ansetzen und auf kleiner Flamme koecheln bis sich das Fleisch vom Knochen loest. Die Bruehe durch ein Sieb giessen und abkuehlen lassen. Danach die Rinderwade durch die grobe Scheibe des Fleischwolfes drehen, mit den 4 Eiweiss vermischen und zur abgekuehlten Bruehe geben (zum Klaeren). Den Ansatz langsam erwaermen, dabei oefters umruehren bis das Eiweiss gestockt ist und die Bruehe klar wird. Anschliessend durch ein Tuch giessen. Mit Portwein oder Sherry abschmecken.

Fuer die Kloesschen: Kalbsbraet mit der Sahne durcharbeiten. Eventuell nun den fein gehackten Trueffelbruch und wenig von der Essenz dazugeben und vermengen. Mit Kaffeeloeffeln kleine Kloesschen abstechen und in kochendem Salzwasser 5 bis 10 Minuten ziehen lassen.

Die Kloesschen in vorgewaermten Tassen oder Tellern anrichten und mit heisser Essenz auffuellen. Mit Kerbelblaettchen bestreuen.

Anmerkung: Die Kloesschen schmecken auch ohne Trueffel hervorragend! Aber natuerlich geben die teuren Trueffel schon einen letzten Pfiff.

:Stichworte : Kalb, Suppe, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Weihnachtsmenü 1996  
: : Folge 160 vom 17.November 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Falsomagro (gefüllter Rindsrollbraten)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----1.)-----

2 tb Olivenöl,  
150 g Rinderhack,  
2 rohe Schweinsbratwürste  
-ohne Haut,

1 Zwiebel

MMMMM-----2.)-----

1 Stück Rindfleisch,  
-rechteckig geschnit  
etwa 1/2 cm dick geklopft  
-(ca. 600 bis 700 g),  
4 sl Spickspeck,  
4 hartgekochte Eier,  
100 g Parmesan in dünne Scheiben  
-gehobelt

MMMMM-----3.)-----

3 tb Olivenöl,  
3/8 l herber Rotwein,  
1 l Rinderbrühe

Das Olivenoel erhitzen (1.), Zwiebel darin glasig daempfen. Die uebrigen Zutaten von 1.) beigegeben, durchdaempfen.

Das Fleisch auf einen Tisch ausbreiten, mit dem Speck belegen. Den gedaempften Fleischbrei daraufstreichen, Kaese darueber legen und Eier der Reihe nach drauflegen. Alles zu einer satten Rolle rollen und gut mit Zwirn umwickeln.

Olivenoel (3) erhitzen. Die Rolle gut ringsum anbraten. Mit Wein abloeschen. Diesen einkochen lassen. Die Bruehe beigegeben und zugedeckt (je nach Fleischqualitaet) 2 bis 3 Stunden schmoren lassen.  
(Rueegg/Feisst: "Grossmutter's Mittelmeerkueche - Kochen wie im Urlaub", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Braten, Fleisch, Italien, Mittelmeer, Rind, Sizilien  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Sizilien  
: : Folge 154, vom 10. Juli 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Farcement (Auflauf mit Kartoffeln, Trockenobst u. Speck)  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

1.5 kg Kartoffeln,  
1 kg entsteinte, getrocknete  
-Zwetschgen,  
300 g Rosinen oder  
getrocknete Kirschen oder  
getrocknete Birnenschnitze,  
500 g Räucherspeck (in feine  
-Würfel geschnitten),  
1 tb Butterfett,  
1 tb Mehl,  
1 Ei,  
2 tb Zucker,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 sm Glas Cognac

MMMMM-----zum Auslegen der Form:-----  
30 sehr feine Scheiben  
-Räucherspeck

Trockenfruechte am Vorabend in Wasser einweichen. Am Zubereitungstag Kartoffeln schaelen, raspeln und gut abtropfen lassen. Die eingeweichten Zwetschgen klein schneiden. Den Speck mit heissem Wasser ueberbruehen und in Butterfett duensten. Alle Zutaten miteinander vermischen. Eine Farcement-Form (oder grosse Gugelhupf-Form) mit den Speckscheiben auslegen. Die Farce hineinfuellen und im Wasserbad 4 Stunden garen. Die Form stuerzen, das Farcement in Scheiben schneiden und warm servieren.

Scheiben des kalten Farcement kann man in Butter anbraten. Schmeckt wunderbar!

:Stichworte : Auflauf, Kartoffel, Savoyen, Trockenobst  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Savoyen  
: : Folge 252 vom 08. April 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Faruedi (Kastanien mit Fenchel)  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g frische Kastanien oder  
2 Handvoll getrocknete  
-Kastanien  
Salz,  
2 sm Fenchelknollen,  
frische Butter

Die Kastanien schaelen und von den Haeutchen befreien. Gedoerrte Kastanien zuvor ueber Nacht einweichen. Zusammen mit dem in Streifen geschnittenen Fenchel mit Salzwasser bedeckt weichkochen. Die Kochzeit des Fenchels ist 20 Minuten kuerzer, d.h. entsprechend spaeter beifuegen. Wenn das Gemuese weich und die gesamte Fluessigkeit aufgesogen ist, fuegt man reichlich Butter bei.

:Stichworte : Beilage, Fenchel, Kastanie  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kastanien  
: : Folge 056 vom 23. November 1990  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fasan  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe



1 Fasan, jung  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle,  
6 Wacholderbeeren, zerdrückte  
2 sl Speck, fetter  
1 tb Butter,  
1/2 ts Paprikapulver, edelsüßes

MMMMM-----Sauce:-----

1 tb Butter,  
1 Zwiebel,  
1 Knoblauchzehe,  
1 Msp. Thymian, gerebelter  
1 tb Mehl,  
1/4 l Weißwein, herber  
Salz,  
Pfeffer

Fasan auswaschen, abtrocknen, Salz, Pfeffer und vier zerdrueckte Wacholderbeeren vermischen und damit den Fasan innen und aussen einreiben. Speckscheiben ueber die Brust binden; dabei auch Keulen zusammenbinden. Bei 250 Grad im vorgeheizten Ofen etwa 40 Minuten braten. Nach 10 Minuten die Hitze auf knapp 200 Grad reduzieren. Mehrmals mit Butter, die mit Paprikapulver verknetet wurde, und Bratfett bepinseln.

Sauce:

Hals und Magen des Fasans scharf in Butter anbraten. Dazu klein gehackte Zwiebel, zerdrueckte Knoblauchzehe und Thymian geben. Mit Mehl bestaeuben und leicht braeunen. Mit Weisswein abloeschen und mit Salz, Pfeffer und zwei zerdrueckten Wacholderbeeren wuerzen. Etwa 15 Minuten kochen; eventuell etwas Wasser nachgiessen. Sauce passieren.

:Stichworte : Fasan, Geflügel, Weihnachten, Wild  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Weihnachtsmenü 1996  
: : Folge 160 vom 17.November 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sl: Scheib.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fastenknödel (Semmelknödel)  
Categories: Beilage  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g Brötchen,  
50 g Butter,  
1 Zwiebel (fein gehackt),  
Petersilie (fein gehackt),  
Salz,  
3 Eier,  
eventuell etwas Mehl,  
1/4 l Milch, ca.

MMMMM-----für Käseknödel:-----

250 g geriebener Käse (Tilsiter  
-oder Bergkäse)

Broetchen in kleine Wuerfel schneiden und mit heisser Milch angiessen.  
Zwiebel und Petersilie in Butter anduensten und mit Salz abschmecken.  
Eingeweichtes Brot mit Zwiebel und Petersilie mischen, Eier und  
eventuell etwas Mehl darunter mischen und einen Knoedelteig herstellen.  
Mit nassen Haenden Knoedel formen und im koechelnden Salzwasser garen.  
Will man "Kasknoedel" (Kaeseknoedel) herstellen, mischt man unter die  
Brotmasse 250 g geriebenen Kaese (Tilsiter oder Bergkaese).

:Stichworte : Knödel, Tirol  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Tirol  
: : Folge 249 vom 11. Februar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fastenkur nach Hildegard von Bingen

Categories:

Yield: 1 Keine Angabe

Liebe Zuschauerinnen und Zuschauer,  
wir haben unseren Gast, Herrn Dr. Wighard Strehlow gebeten, einen  
kleinen Text ueber die heilige Hildegard und das Fasten aufzuschreiben:  
Als Hildegard von Bingen am 17. September 1189 in ihrem Kloster  
Rupertsberg in Bingen starb, hinterliess sie zahlreiche Buecher ueber  
Theologie, Medizin, Kunst, Politik, Musik und Weltgeschichte. Heute,  
nach 800 Jahren, wird ihr Werk in seiner umfassenden Groesse erst voll  
gewuerdigt. Ja, ihre visionaere Schau hat heute eine solche weltweite  
Beachtung gefunden, dass man von einer "Hildegard-Renaissance" sprechen  
kann. Besonders die Hildegard- Heilkunde hat bisher Tausenden von  
Patienten in oft hoffnungslosen Situationen geholfen, weil sie wie  
keine andere abendlaendische christliche Ganzheitsmedizin den uralten  
und ewigen Menschheitstraum vom Heil-Sein an Leib und Seele  
beruecksichtigt. Der Mensch ist von Natur aus gesund und wird auch von  
den Heilkraeften der Natur immer wieder durch richtige Ernaehrung und  
gesunden Lebensstil in seinen gesunden Zustand zurueckgefuehrt.  
Hildegard beschreibt in ihrer Psychotherapie 35 Kraeftepaare, die dem  
Koerper entweder Krankheit oder Gesundheit bringen koennen. Erst wenn  
die seelischen Wunden durch das Fasten gereinigt werden, koennen  
Krankheiten an Leib und Seele wieder ausheilen.

Die Praxis des Hildegard-Fastens

Einleitung

Das Hildegard-Fasten ist eine einfache Methode, um den Koerper von  
seinen Gift- und Schlackenstoffen zu reinigen und die Seele von ihren  
Belastungen zu befreien. Hildegard empfiehlt das Fasten als  
psychotherapeutisches Universalmittel fuer 29 von 35 seelischen  
Krankheiten. Die meisten Leute sind ganz erstaunt, dass sie voellig  
ohne Essen aktiv, froehlich und leistungsfaeig sein koennen. Dabei ist  
das Fasten eine natuerliche Methode. Einige Tiere sind grosse  
Fastenkuenstler und verbringen die groessten Leistungen im Fasten; z.B.  
verkriecht sich die Baerenmutter in ihre Hoehle und bringt im Winter  
meistens 2 Junge zur Welt, die sie, ohne zu fressen und trinken, allein  
aus ihrem Fett naehrt. Putzmunter kommt die Familie Baer im Fruehjahr  
wieder aus ihrer Hoehle. Der Hirsch verzichtet in seiner Brunftzeit auf  
das uebliche Futter, um bei seinen Hirschkuehen fuer Nachwuchs zu  
sorgen, wobei er darueber hinaus seine Rivalen meist unter  
lebensgefaehrlichen Kaempfen in die Flucht schlaegt.  
Genauso ist das Fasten fuer den Koerper eine Erholung, da er die  
taegliche Verdauungsarbeit einspart und die freiwerdende Energie fuer  
seine Regeneration verwendet. Die Seele erholt sich beim Fasten, da sie

sich der Flut der taeglichen Probleme und Gedanken nun besser widmen kann, weil der Koerper entlastet ist. Dadurch ist der Mensch zu geistigen Hoehenfluegen faehig, weil alles aus dem Wege geraeumt wird, was uns von Gott trennt.

Die 3 Schwierigkeitsstufen des Fastens

Die leichteste Fastenform: Dinkel, Obst und Gemuese

Das Dinkelfasten erfolgt nach einer 4- bis 6-woechigen konsequenten Basisdiaet mit Dinkel, Obst und Gemuese und kann von jedermann durchgehalten werden. Ein Uebermass an tierischem Eiweiss und Milcheiweiss sowie zu fettreiche Speisen sind zu meiden. Die Patienten werden darauf hingewiesen, sich mindestens 1 Stunde pro Tag in irgendeiner Form an der frischen Luft zu bewegen, wobei auch Tanztherapie, Gymnastik, Atmungs- und Haltungstherapie und andere bewaehrte Bewegungstherapien auf dem Tagesplan stehen. Konflikte, Folgen von Ueberbelastung, Frustration, Aerger, Angst, Ehrgeiz und andere Stressformen, die zu funktionellen und organischen Stoerungen fuehren koennen, muessen in dieser Zeit durch die Hildegard-Psychotherapie (s. weiter unten) ueberwunden werden. Beim Dinkelfasten wird 3-mal am Tag Dinkel in irgendeiner Form angeboten, wobei auch Gemuese, Obst und Salate in der breitestmoeglichen Palette, den Jahreszeiten angepasst, auf dem Tisch erscheinen.

Ernaehrungsplan Dinkelfasten

Morgens:

Habermusvariationen: Schrotbrei, Koerner, Porridge, Fruehstuecksbroetchen usw.

Mittags:

Dinkelreis, Dinkelnudeln, Dinkelspaetzle, Dinkelgriess, Dinkelknoedel mit Gemuese und Edelkastanien, Dinkelkopfsalat, Obstsalat

Abends:

Dinkelschrotbrei, Griesssuppe oder Dinkelbrot mit Butter bzw.

Kraeuterkaese Das Brotfasten: die Dinkelreduktionskost

Bei der Dinkelreduktionskost isst man in 2-taegigem Wechsel die normale Hildegard-Diaet, an Reduktionstagen ausschliesslich Dinkelbrot und Fencheltee, wobei auch Dinkelkopfsalat zum Mittagessen gereicht werden kann. Auf tierisches Eiweiss, Milcheiweiss und tierisches Fett (Butter) muss an den Reduktionstagen verzichtet werden. Von dieser Reduktionskost kann man sich lange Zeit, bis zu 6 Monate lang, ohne jegliches Gesundheitsrisiko ernaehren.

Besonders bei Uebergewichtigen und Bluthochdruckpatienten sowie Stoffwechselkranken ist diese milde Methode sehr beliebt. Es entsteht weder ein Hungergefuehl, noch wird der Appetit stimuliert, da am Reduktionstag nach Bedarf Dinkelbrot und Fencheltee bzw. Dinkelkaffee in beliebiger Menge zur Verfuegung stehen. Aus der grossen Erfahrung beruehmter Fastenaerzte weiss man, dass Menschen bis zu 10 Jahren lang unter extremen Bedingungen von Vollkornbrot und Wasser leben koennen. Da an den Reduktionstagen keine tierischen Eiweisse oder Fette angeboten werden, ist der Koerper gezwungen, seine eigenen Eiweiss- und Fettspeicher abzubauen, wobei sowohl eine Gewichtsreduktion als auch eine Entschlackung und Umstimmung bei ernaehrungsbedingter Ueberernaehrung erfolgt.

Ich moechte das Beispiel eines 36 Jahre alten maennlichen Fastenpatienten erwaehren, der sich nach einer Hildegard- Fastenkur entschloss, sein Koerpergewicht von 143 Kilo bei einer Groesse von 182 cm durch eine Dinkelreduktionskost weiter zu senken. Nach 6 1/2 Monaten hatte der Patient insgesamt 46 Kilo abgenommen und sah strahlend aus wie ein junger Mann. Zusaetzlich brachte ihm diese Kur eine eiserne Disziplin. Ohne Eile und Stress konnte er jetzt seine Arbeit verrichten, obwohl er frueher "nie fertig" wurde.

## Ernaehrungsplan bei Dinkelreduktionskost

Am 1. Tag normale Hildegard-Kueche mit Dinkel, Obst und Gemuese, also abwechslungsreiche Mischkost, wobei auch Fleisch und Milcheiweiss als Beilagen gereicht werden koennen.

Am Reduktionstag:

Morgens:

Habermus mit Apfelkompott, Zimt und Dinkelkaffee

Mittags:

Dinkelkopfsalat, Dinkelreis, Dinkelgriesssuppe, Dinkelschrotbrei,

Dinkelnudeln ohne Ei Abends:

Dinkelbrot und Fencheltee

## Das Hildegard-Fasten

Das Hildegard-Fasten ist die schwierigste Fastenform. Daher sollte es am besten nicht allein, sondern - vor allem wenn man das erstemal fastet - gemeinsam mit anderen durchgefuehrt werden. Es besteht darin, nichts zu essen, sondern 8 bis 10 Tage nur ein Fastengetraenk zu sich zu nehmen, das nach dem Subtilitaetsprinzip, d.h. nach dem Heilwert der Nahrungsmittel, ausgesucht wird: \* Dinkelkaffee, Fenchel- und Kraeutertee \* Dinkelgriess-Gemuese-Suppe und \* Obstsaefte, z.B. Apfel- oder Traubensaft, mit Fencheltee vermischt

Der Fastenernaehrungsplan

Morgens:

Man beginnt den Tag bei dieser Fastenkur damit, dass man Dinkelkaffee oder Fencheltee trinkt, eventuell gesuesst mit 1 TL Honig

Mittags:

Mittags trinkt man eine Dinkelfastenbruehe (Dinkelgriesssuppe) mit viel Gemuese. Das folgende Rezept gilt fuer 2 Personen:

Dinkelfastenbruehe (fuer 2 Personen)

300 g Gemuese (Fenchelknollen, gruene Bohnen, Karotten, Sellerie, Petersilienwurzel), Wasser, 2 EL Dinkelgriess, gehackte Kraeuter (Petersilie, Beifuss, Gundelrebe, Liebstoeckel, Menge nach Geschmack), Gewuerze (Bertram, Quendel, Galgant, Muskat, Menge nach Geschmack), 1 Prise Salz Das Gemuese fein schneiden, bei offenem Topf in wenig Wasser duensten und puerieren. Dinkelgriess 5 Minuten in 1 l Wasser aufkochen. Pueriertes Gemuese dazugeben, kurz aufkochen, wuerzen und mit Salz abschmecken Abends: Abends trinkt man Fencheltee mit Apfelsaft oder eine Dinkelkoernerbruehe

Dinkelkoernerbruehe 300 g Gemuese (Fenchelknolle, Sellerie, Bohnen, Karotten, Rote Beete, Petersilienwurzel), 1 Tasse Dinkelkoerner, Kraeuter und Gewuerze s. o., 1 l Wasser Das feingeschnittene Gemuese und die uebrigen Zutaten (Kraeuter erst kurz vor Ende der Garzeit zugeben) werden 20 Minuten im Wasser aufgekocht. Das Ganze absieben und die Fluessigkeit warm trinken.

Der Fastenbeginn - die Darmentleerung durch Ingwer-Ausleitungskekse und Einlauf Mit den Ingwer-Ausleitungskekse erreicht man bei allen Hildegard-Fastenformen ein mildes Umschalten auf die koerpereigene Selbstversorgung aus den Schlacken des Bindegewebes, wobei nur die schlechten Saefte den Koerper verlassen und die guten erhalten bleiben. Soweit der Text von Herrn Dr. Strehlow. Wollen Sie mehr ueber die heilige Hildegard und ihre Heilmethoden wissen, wenden Sie sich an Herrn Dr. Wighard Strehlow, Kurhaus Hildegard GmbH, Strandweg 1, 78476 Allensbach.

Ihr Werner O. Feisst

Ihre Kathrin Rueegg

Und hier Rezepte aus der Hildegard-Kueche:

Selleriecremesuppe

Huehnerbrueste mit Weinblaettern

Fenchelsalat

Brataepfel zum Fastenbrechen

Dinkel-Gemuese-Pizza

Kichererbsenbratlinge/Felafel  
Kichererbsen-Gemuese-Bratlinge  
Joghurt-Salatsauce  
Quendel-, Galgant- oder Muskatsauce

:Stichworte : Fasten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fastenkur nach Hildegard von Bingen  
: : Folge 145, vom 28. Februar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fastenmayonnaise  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

2 Mokkaassen Wasser,  
1/2 Mokkaasse Mehl,  
1 ts Essig,  
etwas Zucker,  
1 tb Senf,  
Salz,  
2 tb Sonnenblumenöl,  
einige Tropfen Zitronensaft

Mehl mit Wasser vermischen und bei niedriger Hitze staendig ruehren bis eine dicke Creme entsteht. Wenn sie kalt geworden ist, den Essig hinzufuegen sowie Senf, Salz und tropfenweise das Oel und Zitronensaft.

:Stichworte : Mayonnaise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Leichter in den Frühling  
: : Folge 188, vom 22. Februar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Feine Gewürzbrötchen  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Mehl,  
80 g Zucker,  
1/2 bis 1 Tasse Milch,  
125 g Korinthen,  
100 g Butter,  
20 g Hefe,  
1 ts Piment,  
1 pn Salz

Mehl in eine Schuessel sieben. Piment darunter mischen. In der Mitte eine Vertiefung machen. Die zerbroeckelte Hefe mit einem Teeloeffel Zucker und etwas warmer Milch verruehren und in die Vertiefung schuetten. Gehen lassen. Wenn der Vorteig gegangen ist, Zucker, Salz, geschmolzene Butter und die restliche Milch gut dazumischen und schlagen bis ein mittelfester Teig entsteht. Zuletz die gesaeuberten

und ganz trockenen Korinthen untermischen. Mit einem feuchten Tuch bedecken und an einer warmen Stelle gehen lassen. Wenn er beinahe das Doppelte seines Volumens erreicht hat, eigrosse Semmelchen daraus formen und mit Abstaenden auf ein eingefettetes oder mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Nochmals mit einem feuchten Tuch bedecken und gehen lassen. Danach mit einem stumpfen Messer ein Kreuz in die Semmelchen schneiden und in dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen 15 bis 20 Minuten backen. Noch heiss aus dem Ofen nehmen, mit gezuckerter Milch bestreichen und warm mit Butter servieren.

:Stichworte : Brötchen, Frühstück  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mit dem Frühstück fängt der Tag an  
: : Folge 189, vom 08. März 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Feine Schokoladentorte  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

6 Eier,  
140 g Puderzucker,  
140 g Butter,  
140 g bittere Schokolade  
140 g geriebene Haselnüsse

Eigelb mit Puderzucker und Butter schaumig rühren. Schokolade schmelzen und unterrühren. Aus dieser Masse eine Tasse abnehmen (das wird die Creme) und die Nuesse zugeben. Eiweiss sehr steif schlagen und vorsichtig unterrühren. Kastenform mit Backpapier auslegen. Bei mittlerer Hitze 1/2 Stunde backen.

Erkaltete Torte einmal quer durchschneiden, mit Creme bestreichen, zusammensetzen und von allen Seiten mit Creme ueberziehen. Mit einer Gabel Muster ziehen.

:Stichworte : Koscher, Schokolade, Torte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit der Frau des Rabbi  
: : Folge 222, vom 24. Oktober 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Felchen Müllerinart  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

2 Felchen,  
Zitrone,  
Salbei,  
Salz,  
Pfeffer,  
Mehl zum Wenden

Fische mit Zitronensaft betrauefeln, salzen und pfeffern,  
Salbeiblaetter in die Bauchhoehle geben, den Fisch in Mehl wenden und  
in Butter braten.

:Stichworte : Felchen, Fisch, Meersburg, Süßwasser  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Meersburg (II)  
: : Folge 130, vom 24. Mai 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Felchenfilet nach Konstanzer Art  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g Felchenfilet,  
1 Zwiebel,  
1 sm Dose Champignons,  
Salz,  
1/2 Zitrone,  
Petersilie,  
1/8 l trockener Weißwein,  
1 Eigelb,  
1/8 l Sahne,  
1 tb Butter

Man gibt in eine feuerfeste Form etwas Butter und laesst darin die  
feingewiegte Zwiebel leicht anduensten. Nun legt man die Felchenfilets  
in die Form, belegt sie mit Champignons und wuerzt mit Salz,  
Zitronensaft und Weisswein. Das Ganze wird mit Alufolie bedeckt und ca.  
10 bis 15 Minuten bei 200 Grad im Backofen gedaempft. Aus dem  
entstandenen Fischsud bereitet man eine helle Sauce, die mit Eigelb und  
Rahm gebunden und ueber das fertige Felchenfilet gegossen wird. (Das  
Rezept stammt von Frau Monika Ries, Moos)

:Stichworte : Bodensee, Felchen, Fisch, Süßwasser  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Konstanz - Fische aus dem See  
: : Folge 110, vom 08. Juni 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fenchelsalat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

750 g Fenchelgemüse (kleinere  
-Knolle),  
1/2 bn Petersilie (glatte),  
1/8 l trockener Weißwein,  
1/2 l Wasser,  
Salz,  
1 ts Rohrzucker,  
3 tb Weinessig,  
4 tb Sonnenblumenöl,

Bertram,  
etwas schwarzer Pfeffer

Harte Stiele und Kraut von den Fenchelknollen entfernen, das Kraut aber aufheben. Fenchel waschen und halbieren.

Wasser, Wein, Salz und Zucker aufkochen, Fenchel hineinlegen und halbweich garen lassen (ca. 15 Min.). Fenchel abtropfen und abkuehlen lassen. Fenchelkraut und Petersilie klein zerhacken. Die halbierten Fenchelknollen jeweils in vier Streifen schneiden, auf eine tiefe Platte setzen und mit Essig, Oel, den zerhackten Kraeutern, Pfeffer und Gewuerze anrichten. Variation: Man kann auch rohen Fenchelsalat bereiten, wofuer man dann die einzelnen Fenchelblaetter in kleine Streifen schneidet und mit einer Salatgrundsauce (Zitronen- oder Essigmarinade) oder Joghurtsauce anrichtet.

Das kleingehackte Fenchelkraut zum Garnieren benuetzen. Eignet sich sehr gut fuer Fischgerichte.

(Wighard Strehlow: "Die Ernaehrungstherapie der heiligen Hildegard", Bauer-Verlag)

:Stichworte : Fasten, Fenchel, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fastenkur nach Hildegard von Bingen  
: : Folge 145, vom 28. Februar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Festtagsbraten

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 1 Keine Angabe

1 Rollschinken (ca. 4 bis 5  
-Pfund),  
1 l Spätburgunder,  
1 Zwiebel,  
etwas Sellerie,  
1 Karotte,  
Petersilie,  
Butterfett,  
etwas Zucker,  
Salz,  
4 cl Schwarzwälder Kirschwasser,  
1 tb Mehl,  
4 tb Rahm,  
Tomatenmark

Schinken waehrend ca. 2 Stunden in Wasser koecheln lassen. Dann vorsichtig die Schwarte abziehen und den Schinken in einen Braeter legen. Rotwein und die in Wuerfel geschnittene Zwiebel, Sellerie, Karotte sowie die Petersilie ueber den Schinken geben.

Im vorgeheizten Backofen ca. 1 Stunde unter oefters Begiessen braten. Dann die Fettseite kreuzfoermig einschneiden, die Flaeche mit Zucker bestreuen und mit Kirschwasser uebergiessen. Der Schinken wird wieder in den Backofen gestellt, damit er glaciert.

Der Bratenfond mit etwas Schinkenkochbruehe aufkochen und mit Mehl und



Rahm binden. Die Sosse durch ein Sieb streichen und mit Salz und Tomatenmark abschmecken.

Der Schinken wird in Scheiben auf einer Platte festlich angerichtet.

:Stichworte : Braten, Fleisch, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Hotzenwald  
: : Folge 137 vom 11. Oktober 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cl: centiliter  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Festtagsnudeln  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Mehl,  
3 Eier,  
3 ts Olivenöl,  
Salz

Das Mehl auf einer flachen Unterlage aufhaeuften, eine Mulde eindruecken. Die Zutaten hineingeben und mit einem Backhorn von innen nach aussen mit dem Mehl vermischen, darauf achten, dass die Mulde erhalten bleibt, bis eine zusammenhaengende Teigmasse entsteht. Mit den Haenden etwa 10 bis 15 Minuten kneten, bis der Teig glatt ist. Sollte er zu fest sein, vorsichtig etwas Wasser oder Oel zugeben, ist er zu weich, etwas Mehl unterkneten. Den Teig zu einer Kugel formen. Eine angewaermte Schuessel darueber stuelpen und den Teig 1/2 bis 1 Stunde ruhen lassen. Den Teig in 2 bis 3 Portionen teilen und jeweils 1 Portion ausrollen. Die anderen Portionen bleiben so lange zugedeckt liegen. Damit der Teig nicht klebt, die Arbeitsflaeche und das Nudelholz etwas einmehlen. Von der Mitte zum Rand hin Teig duenn (ca. 2 bis 3 mm) auswallen und zum Trocknen ueber einen Besenstiel, der z.B. ueber zwei Stuehlen liegt, haengen. Nach ca. 20 Minuten die bemehlte Teigplatte von beiden Seiten zur Mitte hin aufrollen und mit einem scharfen Messer Baender in der gewuenschten Breite abschneiden. Die abgeschnittenen Teigbaender mit einem Griff erfassen und zum Trocknen fuer ein paar Minuten auf ein ausgebreitetes Kuechentuch auseinanderschuettern. Die Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser, dem 1 El Oel beigegeben wurde, in 3 bis 5 Minuten kochen.

Nudelherstellung mit der Maschine: Teig wie oben herstellen Walzen auf den groesstmoeglichen Spalt einstellen. Eine leicht bemehlte, tischtennisgrosse Teigkugel mehrmals durchdrehen, zusammenfalten und wiederholen, bis der Teig keine Poren mehr zeigt. Abstand der Walzen schrittweise verkleinern, so dass der Teig duenner und laenger wird. Teigplatten auf einer bemehlten Arbeitsflaeche etwa 5 Minuten ruhen lassen. Die Teigplatten mit der entsprechenden Walze zu Bandnudeln durchdrehen. Auf einem Tuch ausgebreitet etwa 20 bis 30 Minuten trocknen lassen.

:Stichworte : Grundlage, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 213, Die Sendung von den Nudeln  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Festtagspudding  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

8 Eier,  
3/4 l Sahne,  
250 g Zucker

Die Zutaten werden gut verruehrt. Zucker karamellisieren und eine Puddingform aus Weissblech mit Deckel damit ausfuettern. Die gut gemischte Puddingmasse in die Form fuellen. Die Puddingform verschliessen und im Wasserbad eine Stunde koecheln. Danach die Form aus dem Wasser nehmen, erkalten lassen und vorsichtig, aber schnell auf einen Servierteller stuerzen.

:Stichworte : Dessert, Pfalz, Pudding  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Pfalz  
: : Folge 241, vom 08. Oktober 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Festtagsschwein  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Schweinefleisch (von der  
-Keule),  
1 pk herber Weißwein,  
1 guter Weinessig,  
8 geschälte Knoblauchzehen,  
-ca.  
schwarzer Pfeffer,  
Salz,  
3 tb Butter,  
Mehl,  
Sahne nach Belieben

Roemertopf 15 Minuten waessern. Das Fleisch mit einer Tasse Wasser, dem Wein, Weinessig, Knoblauch und den Gewuerzen in den gewaesserten Roemertopf geben. Falls der Deckel nicht fest sitzt, mit einem Teig aus Mehl und Wasser abdichten. Den Topf bei mittlerer Hitze ca. 2 1/2 Stunden in den Backofen stellen. Anschliessend den Sud bis auf einen kleinen Rest in einen anderen Topf abgiessen und das Fleisch ohne Deckel nochmals 15 Minuten in den Backofen stellen, damit es Farbe annimmt. In der Zwischenzeit den Sud aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mehl und Butter gut vermischen und den Sud mit Mehlbutter binden. Nach Belieben mit einem Schuss Sahne abschmecken. Das Fleisch aus dem Topf nehmen, zum "Ausruhen" auf ein Brett legen, in Scheiben schneiden, auf einer Platte anrichten und Sauce darueber giessen.

:Stichworte : Fleisch, Knoblauch, Römertopf, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Knoblauch, schützt nicht nur vor Vampiren  
: : Folge 187 vom 08. Februar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fettgebackenes

Categories:

Yield: 1 Keine Angabe

Liebe Zuschauerinnen und Zuschauer,  
in unserer heutigen Sendung haben wir frittiert. Frittieren ist das Backen in heissem Oel oder Fett bei einer Temperatur zwischen 160 und 180 Grad. Bis auf wenige Ausnahmen muss das, was man frittieren will, mit einer Schutzschicht aus Ausbackteig oder Paniermehl umhüllt werden. Die Schutzschicht muss sehr sorgfaeltig erstellt werden, damit das Frittiergut im heissen Fett sich nicht oeffnet und bei wasserhaltigem Inhalt zum Spritzen fuehrt.

Wir haben in der Sendung eine Friteuse verwendet, nicht zuletzt aus Sicherheitsgruenden. Ausserdem laesst sich die Temperatur des Fettes bei einer Friteuse genau einstellen. Die Grossmutter hat zum Frittieren ihre Bratpfanne verwendet, die richtige Frittiertemperatur hat sie dadurch festgestellt, dass sie einen hoelzernen Kochloeffel eintauchte. Wenn sich am Stiel kleine Blaeschen gebildet haben, war die Temperatur richtig.

Zum Frittieren gibt es im Handel eigens Frittieroel. Ein weiteres Oel, das sich eignet, ist Erdnussoel. Ausserdem wird oft Palmfett verwendet. Wir haben auf den Rat von Herrn Dr. Worm Butterschmalz genommen. Natuerlich hat das Fett auch Auswirkungen auf den Geschmack der Speise. Auch in dieser Hinsicht empfiehlt sich Butterschmalz. Wichtig ist die richtige Temperatur des Frittierfettes. Bei einer Temperatur von 170 bis 180 Grad nimmt das Frittiergut nicht mehr als 2# Fett auf. Ist das Fett zu kalt, saugt sich der Ausbackteig bzw. die Panade mit Fett voll (bis 20#). Ist das Fett bzw. Oel zu heiss, verbrennt die aeussere Schicht, waehrend das Innere nicht gar wird.

Die Frittierzeit betraegt zwischen 3 und 15 Minuten. Am besten richtet man sich nach der Braeunung der aeusseren Schicht. Dann sollte man das jeweils erste frittierte Stueck probieren.

Wenn man das Frittierfett bzw. -oel nach Gebrauch, noch warm, aber nicht mehr heiss filtert, kann man es mehrere Male verwenden. Eine Entsorgung findet am besten dadurch statt, dass man das Fett bzw. Oel, ehe es unbrauchbar wird, zum Braten oder Kochen verwendet.

Vorsicht beim Umgang mit dem heissen Fett. Es besteht Verletzungs- und Brandgefahr. Vor allem haben Kinder nichts beim Frittieren verloren!

Ihr Werner O. Feisst

Ihre Kathrin Rueegg

:Stichworte : Fettgebackenes  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fettgebackenes  
: : Folge 144, vom 14. Februar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fideriser Turta  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----für den Teig-----  
375 g Mehl  
250 g Butter  
250 g Zucker  
200 g geriebene Mandeln,  
4 Eier  
1 pn Salz  
Zimt  
Zitronenschale

Die Zutaten mischen und zu einem Teig kneten und die Hälfte davon als Boden in eine Backform legen. Die Himbeermarmelade daraufstreichen und den Rest des Teiges als Deckel darauflegen. Den Kuchen bei 150 Grad zwischen 40 - 45 Minuten backen.

:Stichworte : Klosters, Kuchen, Mandel  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 208, Kochen wie in Klosters  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Filet à la Jardinière (Lendenbraten mit Gemüse)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Rindsfilet,  
etwas Spickspeck,  
reichlich Butter zum  
-Anbraten,  
1 lg Tasse Sauerrahm,  
eventuell etwas Fleischbrühe

Das Filet wird gehäutet, fein gespickt und mit reichlich Butter angebraten. Sobald es rundum Farbe angenommen hat, wird Sauerrahm darüber gegeben. Der Braten sollte immer wieder mit der entstandenen Flüssigkeit begossen werden. Falls es nötig ist, kann der Fond später auch mit etwas Fleischbrühe verdünnt werden. Ein Filet gewöhnlicher Grösse benötigt zum vollen Garwerden etwa eine Stunde; es wird dann in Scheiben geschnitten und diese in der natürlichen Form, dicht nebeneinanderliegend, auf einer erwärmten Platte angerichtet und mit verschiedenen Gemüsen, wie sie die Jahreszeit bietet, garniert.

:Stichworte : Filet, Fleisch, Rind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Gemüse von der Reichenau  
: : Folge 111, vom 22. Juni 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Filets de perches (Eglifilets)  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Eglifilet

MMMMM-----zum Wenden:-----  
Mehl

MMMMM-----zum Frittieren:-----  
Erdnussöl

Eglifilet trockentupfen, in Mehl wenden, das ueberschuessige Mehl abschuetteln und im 180 Grad heissen Erdnussoel 1 Minute frittieren. Die Fische aus dem Oel nehmen, 1 Minute ruhen lassen und nochmals im 180 Grad heissen Erdnussoel 1 Minute frittieren. Mit einer Zitronen-Butter-Sauce servieren.

:Stichworte : Egli, Fisch, Savoyen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Savoyen  
: : Folge 252 vom 08. April 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fisch in Orangensaft  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

1000 g Heilbutt in Filets oder  
-anderer guter Fisch,  
1/2 c feingehackte Zwiebeln,  
2 Knoblauchzehen,  
2 tb Öl,  
2 tb gehackte Petersilie,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 c Orangensaft, ca.  
1 tb Zitronensaft

Den Fisch in eine Auflaufform legen. Zwiebeln und Knoblauch unter staendigem Hin- und Herwenden im heissen Oel goldgelb, aber nicht braun werden lassen. Petersilie dazugeben, mit Salz und Pfeffer wuerzen, gleichmaessig ueber den Fisch verteilen. Orangen- und Zitronensaft verruehren, Zucker zugeben und ueber den Fisch giessen. 20 bis 25 Minuten bei 180 Grad im Backofen Garen.

Mit Eischeiben belegt auftragen. Wenn man mag, die Eier mit etwa Rosenpaprika ueberpudern.

(B. Kranz: "Das grosse Buch der Fruechte", Suedwest-Verlag)

:Stichworte : Fisch, Heilbutt, Orange  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Vitaminspritze  
: : Folge 146, vom 13. März 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fisch mit Kräuterkruste  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg festfleischiges Fischfilet,  
50 g Mandeln, blanchierte,  
-gemahlene  
1 sm Hand voll Walnüsse oder  
-blanchierte Pinienkerne,  
2 tb Semmelbrösel,  
3 Zwiebeln,  
3 Knoblauchzehen, evtl. mehr  
1 ts Zimt,  
1/3 c Öl,  
1 pn Safranpulver, winzige  
1/2 Zitrone,  
1 pn Zucker,  
Salz

Die Fischfilets salzen. Safran mit Zitronensaft mischen und den Fisch damit einreiben. In heissem Oel rasch auf beiden Seiten anbraten (die Fischstücke müssen ganz bleiben). Fischfilets in eine ausgebutterte Auflaufform legen und darauf eine Kräutercreme streichen, die wie folgt zubereitet wird (für ca. 20 Minuten bei mässiger Hitze ueberbacken):

Nüsse, geriebene Zwiebeln, zerdrückte Knoblauchzehen, die in Milch eingeweichten Semmelbrösel, Salz und Zimt und etwas Zucker im Mixer gut verarbeiten. Tropfenweise Oel und wenig Zitronensaft dazumixen, bis eine geschmeidige Creme entsteht.

:Stichworte : Filet, Fisch, Gewürz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gewürz II  
: : Folge 192, vom 19. April 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.  
pn: Prise  
c: Tasse  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fisch nach Messina Art  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g Schwertfisch oder Kabeljau,  
1 lg Zwiebel (fein gehackt),  
1 Selleriezweig (klein  
-geschnitten),  
1 tb Kapern,  
1 cn Pelati (geschälte Tomaten),  
50 g grüne Oliven,  
3 Zucchini,  
Mehl,  
Öl,

300 g Brotteig,  
Salz,  
Pfeffer,  
Oregano,  
Thymian,  
Butter

Zwiebel in Oel duensten und einige Minuten zugedeckt kochen lassen, Sellerie dazugeben, mit etwas Wasser weiterkochen lassen. Die entkernten Oliven und die Kapern hinzufuegen. Die mit der Gabel zerdrueckten Pelati und den in kleine Stuecke zerzupften Fisch untermischen. Mit Salz und Pfeffer wuerzen und zugedeckt leise koecheln lassen.

In der Zwischenzeit die Zucchini waschen, schaelen und in Staebchen schneiden. In Mehl wenden und in ausreichend Oel frittieren; auf Kuechenpapier entfetten.

Mit dem Brotteig eine ausgefettete Springform belegen. Die abgetropften Zucchini auf den Teigboden verteilen, darueber die Fischmasse geben. Mit Thymian und Oregano bestreuen und im heissen Ofen 40 Minuten backen. Warm essen.

:Stichworte : Fisch, Kabeljau, Schwertfisch, Thymian  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Thymian  
: : Folge 258, vom 15. Juli 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cn: Dose  
tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fischfilets an Salbeisauce  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Fischfilets,  
Zitrone,  
Salz,  
Pfeffer,  
Mehl,  
Butterfett,  
2 tb Butter,  
16 Salbeiblättchen

Die Fischfilets mit Kuechenkrepp trocken tupfen, mit Zitronensaft saeuern und mit Salz und Pfeffer wuerzen. Die Filets in Mehl wenden und im erhitzten Butterfett auf jeder Seite ca. 4 Minuten goldgelb braten. Die Fische herausnehmen und warm stellen.

In einem Topf die Butter schmelzen, die Salbeiblaettchen darin kurz durchdaempfen und ueber die Fischfilets geben.

:Stichworte : Fisch, Salbei  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Salbei  
: : Folge 255 vom 20. Mai 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fischfilets mit Karottenpüree  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Dorschfilets,  
Zitronensaft,  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle,  
3 bn Dill,  
2 Zitronen, unbehandelt  
Butter zum Dünsten,  
1 Zwiebel,  
500 g Karotten,  
1/8 l Brühe,  
1 tb Crème fraîche,  
1 Msp. Cayennepfeffer,  
Muskatnuss,  
Worcestersauce,  
Zitronensaft

Die Fischfilets unter fließend kaltem Wasser gut abspülen, trockentupfen, mit Zitronensaft betraufeln, salzen und pfeffern. Den Dill abbrausen, abtropfen lassen und in eine gebutterte Auflaufform geben. Darauf die Fischfilets legen. Die Zitronen unter fließendem heißen Wasser gut abbuersten, in Scheiben schneiden und diese auf den Fischen verteilen. Die Fische in dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen (mittlerer Schiene) 25 Minuten garen.

In der Zwischenzeit Zwiebel schälen und in Butter dünsteln. Die Karotten schälen und in dünne Scheiben schneiden. Kurz mit der Zwiebel andünsteln. Mit der Brühe aufgießen und 15 Minuten köcheln. Dann alles puerieren, die Crème fraîche unterrühren und das Püree mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer, Muskat, Worcestersauce und Zitronensaft abschmecken. Den restlichen Dill fein hacken und in das Karottenpüree streuen. Karottenpüree zum Fisch servieren.

:Stichworte : Dorsch, Filet, Fisch, Karotte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Karotten - von der Suppe bis zum Dessert  
: : Folge 194, vom 17. Mai 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fischpastetchen  
Categories: Pasteten, Terrinen  
Yield: 15 Pastetchen

70 g Kapern,  
50 g Butter,  
50 g Zwiebeln,



400 g Dorsch,  
400 g Seelachs oder anderen Fisch,  
150 g kleine Crevetten,  
200 g Champignons,  
1 kg Pastetenteig (aus dem  
-Geschäft)

Das Fischfleisch und Champignons hacken, mit Pfeffer, Salz,  
Muskatbluete wuerzen. Feingehackte Zwiebeln, Kapern, Crevetten und  
Butter gut druntermengen. Die mit Butter eingefetteten Foermchen mit  
Pastetenteig auslegen. Die Fischfarce hineinfuellen. Aus Pastetenteig  
Deckel ausschneiden und darauf legen. Mit der Gabel kleine Loecher in  
die Oberflaeche stechen. Die Pastetchen werden fuer ca. 35 Minuten in  
den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen gegeben.

:Stichworte : Fisch, Pastete  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Spanisch-Brötli-Bahn  
: : Folge 176, vom 20. Juli 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fischsalat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g gekochter, entgräteter  
-Fisch,  
1 sm Zwiebel (fein gehackt),  
1 tb Kräuter:  
Petersilie, Salbei,  
-Rosmarin, Thymian (fein  
-gehackt),  
3 tb Mayonnaise,  
Senf,  
Zitronensaft,  
Sahne,  
Salz,  
Pfeffer

Den Fisch in kleine Stuecke teilen. Die Zwiebel und die Kraeuter unter  
die Mayonnaise mischen und nach Geschmack mit Senf, Zitronensaft, Salz  
und Pfeffer wuerzen. Mit Sahne verfeinern. Die zerkleinerten Fische  
darunter heben und gut durchziehen lassen. Mit Toastbrot servieren.

:Stichworte : Fisch, Salat, Salbei  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Salbei  
: : Folge 255 vom 20. Mai 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fischspeise (Fischauflauf)  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

1 1/2 Pfund gekochte Kartoffeln,  
1 tb Salz,  
30 g Butter,  
1 Ei,  
2 tb Mehl,  
1 1/2 Pfund Fischreste,  
1/3 l Béchamel

MMMMM-----Béchamel:-----  
30 g Butter,  
30 g Weißmehl,  
5 dl Milch

MMMMM-----Zum Bestreichen:-----  
1 Eigelb

MMMMM-----Für die Form:-----  
Butter,  
1 tb Weckmehl

MMMMM-----Béchamel:-----  
30 g Butter schmelzen, 30 g  
-Weißmehl drüberstreuen, gut  
-verrühren, 5 dl Milch nach  
-un  
Mit den gekochten,  
-geriebenen Kartoffeln,  
-Salz, Ei, Butter und Mehl  
-bereitet man  
(E. Wundt, M. Künzler,  
-U.Rothmund: Kochbuch der  
-Koch- und  
-Haushaltun

:Stichworte : Auflauf, Fisch, Staufen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Staufen (I)  
: : Folge 125, vom 08. März 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fischsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Meeresfische  
(auch Köpfe, Flossen u.ä.  
-aus dem Fischgeschäft),  
1 md Zwiebel,  
1 tb gehackte Petersilie,  
2 sm Lorbeerblätter,  
1/2 l Weißwein,  
1 Zitrone, Saft von  
7 weiße Pfefferkörner,

125 g Tomatenmark,  
3 ts Paprikapulver,  
1 pn Safran,  
Salz,  
Pfeffer

MMMMM-----für die Rouille (rote Knoblauchmayonnaise):-----

2 Eigelb,  
1 ts Essig,  
1 ts Senf,  
300 ml Olivenöl,  
3 gepresste Knoblauchzehen,  
Paprikapulver,  
Cayennepfeffer

MMMMM-----außerdem pro Portion-----

2 sl getoastetes Baguettebrot,  
geriebener Gruyère-Käse

Den Fisch, die geschaelte und halbierte Zwiebel zusammen mit Petersilie, Lorbeerblaetter, Zitronensaft, Weisswein in 1 1/2 l Wasser zum Kochen bringen und 30 Minuten koecheln lassen. Pfefferkoerner dazugeben und die Bruehe etwa 5 Minuten weiter ziehen lassen. Dann durch ein Sieb giessen und die Bruehe wieder aufkochen. Tomatenmark, Paprika und Safran dazugeben und so lange koecheln, bis sich die Menge um 1/3 reduziert hat.

Fuer die Rouille die Eigelb, die Haelfte des Essigs und den Senf gut verruehren und das Oel zunaechst tropfenweise, danach etwas rascher darunter schlagen bis die Mischung eine sahnige Konsistenz hat. Dann den restlichen Essig beifuegen. Diese Mayonnaise mit Paprikapulver rostrot faerben und mit ausgepressten Knoblauchzehen und Cayennepfeffer wuerzen.

Jeweils zwei getoastete Baguettescheiben mit Rouille bestreichen und in einen Suppenteller legen, Fischsuppe darueber giessen und mit Gruyere-Kaese bestreuen.

:Stichworte : Fisch, Frankreich, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Nizza  
: : Folge 234 vom 07. Mai 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.  
md: mittl.  
pn: Prise  
sl: Scheib.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fischsuppe mit Ananas  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 frische Ananas,  
450 g Bambussprossen aus der Dose,  
350 g Fischfilets (Zackenbarsch  
-oder Goldbrasse),  
1/2 tb Tamarindenmark,  
2 tb Öl,

1 ts Zucker,  
1/2 ts Salz,  
1 Msp. Ingwerpulver  
1 Msp. weißer Pfeffer,  
1/2 tb NUOCMAM-Sauce,  
1/2 Limette, Saft von  
1/2 tb frische gehackte  
-Pfefferminzblätter

MMMMM-----Für die NUOCMAM-Sauce:-----

4 getrocknete Chilischoten,  
2 Knoblauchzehen,  
1 Zitrone,  
1 ts Zucker,  
1 tb Weinessig,  
1 tb Shrimp-Paste,  
1 tb Austernsauce.

Die Ananas schaelen, vom holzigen Strunk in der Mitte befreien und in  
Stuecke schneiden. Die Bambussprossen abtropfen lassen und in Scheiben  
schneiden. Das Fischfilet waschen, trockentupfen und wuerfeln.

Das Tamarindenmark mit 1/2 Tasse Wasser bis auf die Haelfte der  
Fluessigkeit einkochen lassen und durch ein Sieb streichen. Das Oel in  
einem Wok oder in einer grossen Pfanne erhitzen und die Bambussprossen  
mit den Ananasstuecken kurz darin anbraten. Den Zucker darueberstreuen,  
die Tamarindenbruehe aufgiessen und umruehren. 3/4 l Wasser mit dem  
Salz zum Kochen bringen, die Fischfiletwuerfel einlegen und mit dem  
Ingwerpulver, dem Pfeffer, der NUOCMAM-Sauce und dem Limettensaft  
wuerzen.

Die Bambussprossen-Ananas-Mischung zufuegen und die Suppe bei milder  
Hitze noch 2 bis 3 Minuten kochen lassen. Mit der Minze bestreuen.

:Stichworte : Ananas, Exotisch, Fisch, Frucht, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte I - Bananen und Ananas  
: : Folge 057, vom 11. Januar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
: : (aus: Spezialitäten der Welt köstlich wie noch nie,  
: : Verlag Gräfe und Unzer)  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Flachswickel  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 15 Stück

250 g Mehl,  
20 g Hefe,  
125 g weiche Butter,  
1 lg Ei,  
1/2 c lauwarme Milch,  
1 pn Salz

MMMMM-----Zum Auswallen:-----

75 g Hagelzucker

Das Mehl in eine Schuessel sieben. Die Hefe dazubroeckeln. Die Butter, das Ei, die Milch und das Salz dazugeben, unter das Mehl mengen und alles so lange mit einem Kochloeffel schlagen, bis der Teig sich vom Schuesselrand loest und Blasen wirft.

Den Hagelzucker auf die Arbeitsflaechе streuen. Vom Teig eigrosse Stuecke abnehmen, diese etwas in die Laenge ziehen und in dem Hagelzucker wenden, dabei ein Ende nach rechts und das andere Ende in entgegengesetzter Richtung drehen.

Das Backblech einfetten. Die Flachswickel auf das Blech legen und an einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen.

Die Flachswickel in dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 7 bis 10 Minuten sehr hell backen. Auf einem Kuchengitter abkuehlen lassen und gleich servieren.

:Stichworte : Gebäck, Hefeteig  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Allerlei aus Hefeteig  
: : Folge 251 vom 11. März 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

lg: gross.  
pn: Prise  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Flambierte Bananen  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

6 Bananen,  
4 tb Zucker  
4 Würfelzucker an der  
-Orangenschale abgeri  
50 g Butter,  
2 Orangen, Saft von (evtl.  
-mehr)  
3 tb Bananenlikör oder Curacao  
-oder Grand Marnier etc.

MMMMM-----Zum Flambieren:-----

3 Gläschen Cognac oder Rum

In der Flambierpfanne den Zucker auch die Wuerfel und Butter zusammen schmelzen und leicht gelb werden lassen, 3 bis 4 EL Orangensaft und etwas Likoer beifuegen.

Die Bananen geschaelt und laengs halbiert, in die Pfanne geben und 3 bis 5 Minuten leise kochen (immer wieder mit der in der Pfanne befindlichen Fluessigkeit begiessen) bis sie glasig und gelblich geworden sind.

Zum Flambieren jetzt den Cognac oder Rum daruebergiessen und rasch anzuenden oder die Pfanne gegen die Flamme halten. Kurz brennen lassen, dann mit dem Rest Orangensaft abloeschen und die Bananen sofort auf die einzelnen Teller anrichten.

Variationen:

a) Mit den Bananen schoene Beeren, Schnitze von Ananas, Mandarinen oder

Orangen flambieren oder sie dazu servieren.

b) Zum Servieren mit den Bananen eine Schale voll in Wuerfel geschnittenes Vanille- oder Himbeereis bereit halten.

:Stichworte : Banane, Exotisch, Frucht, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte I - Bananen und Ananas  
: : Folge 057, vom 11. Januar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
: : (aus: Das Fülcher Kochbuch, Albert-Müller-Verlag)  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Flammkuchen

Categories: Mehlspeisen, Nudeln

Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

1/2 Würfel Hefe,  
50 ml Wasser,  
1/2 kg Weißmehl (Typ 405) oder  
-Vollkornmehl,  
10 g Salz,  
100 ml Olivenöl,  
200 ml Wasser

MMMMM-----Belag:-----

150 ml Sahne,  
150 g Rahmquark,  
2 tb Sonnenblumenöl,  
Salz,  
Pfeffer,  
200 g Schwarzwälder Speck (in  
-feine Streifen geschnitt  
2 Zwiebeln (in feine Ringe  
-geschnitten)

Hefe in 50 ml Wasser auflösen und 10 Minuten stehen lassen. Mehl in eine Schuessel sieben. In der Mitte eine Vertiefung machen. Die aufgelöste Hefe hineingeben, mit etwas Mehl zu einem dünnen Brei verrühren. 15 Minuten stehen lassen.

Salz dazumischen. Mit dem Backhorn oder dem Kochlöffel bei portionsweiser, abwechselnder Zugabe von 100 ml Olivenöl und 200 ml Wasser zu einem Teig verarbeiten. Diesen zuerst in der Schuessel, bis alles Mehl hineingearbeitet ist, dann von Hand auf einer trockenen Arbeitsfläche zu einem glatten Teig kneten. 5 Minuten durchkneten. Zu einer Kugel formen. In die Schuessel zurückgeben. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 1 1/2 Stunden gehen lassen.

Teig so dünn wie möglich ausrollen. Je dünner, desto besser. Sahne, Rahmquark, Sonnenblumenöl, Salz und Pfeffer gut miteinander vermischen und auf den Teig streichen. Speckstreifen und Zwiebelringe darüber streuen. Für ca. 1/4 Stunde in den auf 250 Grad vorgeheizten Backofen schieben.

:Stichworte : Herzhaft, Mehlspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pizza und Pitta  
: : Folge 103, vom 23. Februar 1994

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Flan (Karamellköpfli)  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

10 tb Zucker,  
1/2 l Milch,  
5 Eier (gut verquirlt)

Zuerst eine oder mehrere Formen mit flachem Boden aus Metall vorbereiten, die insgesamt ein Fassungsvermögen von ca. 3/4 l haben. Die Formen nicht einölen. In ein flaches Gefaess stellen, das sich fuer ein Wasserbad im Backofen eignet (z.B. Kuchenblech oder Kasserolle). 5 EL Zucker in einer Bratpfanne karamellisieren. Sofort in die Formen giessen, diese hin- und herbewegen, damit sich das Karamell gleichmaessig auf dem Boden verteilt (Achtung: mit Topflappen arbeiten, furchtbar heiss!).

Milch gut mit dem restlichen Zucker verruehren, die Eimasse beigeben, nochmals gut umruehren. Auf die erkaltete Karamellmasse giessen. Die Formen in das Wasserbad-Gefaess stellen, dieses in den Backofen schieben, so viel heisses Wasser in das Wasserbadgefaess dazugiessen, dass es ca. 1 cm unter der Milchmasse steht. In dem auf 180 Grad erhitzten Backofen stocken lassen (das dauert je nach Groesse der Gefaesse 3/4 bis 1 Stunde). Das Wasser darf nicht sieden. Mit einer Stricknadel eine Probe machen. Man muss die Nadel trocken aus der Masse ziehen koennen.

Kalt stellen, dann die Eimasse mit einem Messer vom Formenrand loesen, stuerzen. Eventuell mit Schlagsahne servieren.

:Stichworte : Dessert, Ei, Flan, Puschlav  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Puschlav  
: : Folge 254 vom 06. Mai 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fleisch auf Vorrat (ab 11. Monat)  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Bauernhuhn  
300 g Knollensellerie  
1/2 Stange Lauch (weißer Teil)  
3 Schalotten  
1 bn Petersilie  
5 Korianderkörner  
1 Schale für Eiswürfel

Das Huhn waschen und in einem grossen Topf mit kaltem Wasser langsam

zum Kochen bringen. Gemuese putzen, waschen und dazugeben. Von der Petersilie die Staengel mitverwenden. Das Huhn etwa 2 Stunden zusammen mit den Korianderkoernern bei schwacher Hitze koecheln lassen. Die Suppe durch ein Sieb giessen und in den Topf zurueckgeben. Als Suppengrundlage weiterverwenden. Das halbe Suppenhuhn entbeinen, das Fleisch durch den Wolf drehen und in der Eiswuerfel-Schale kurz tiefgefrieren. Danach die "Fleischwuerfel" in eine gut verschliessbare Plastikdose setzen und tiefkuehlen. Dieses Fleisch sollte innerhalb von zwei Monaten aufgebraucht sein. Fuer den Mittagsbrei einen gefrorenen "Fleischwuerfel" etwa 5 Minuten vor dem Gar-Ende zum Gemuesegericht geben. Die Fleischbruehe eignet sich auch gut fuer stillende Muetter.

Im Wochenbett sollte sie zur Kraeftigung jeden Tag getrunken werden.

:Stichworte : Fleisch, Geflügel, Kleinkind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Kost für kleine Feinschmecker  
: : Folge 181, vom 09, November 1997  
: : aus dem Buch von Monika Arndt: Das Baby-Kochbuch,  
: : gesunde Ernährung für Ihr Kind, dtv 36536 entnommen.  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fleischkäse

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 1 Keine Angabe

250 g gehacktes Kalbfleisch  
500 g gehacktes Schweinefleisch,  
250 g gehackter grüner Speck,  
250 g gehackte Schweinsleber,  
2 Zwiebeln,  
150 g in Wasser eingeweichtes  
-Brot,  
1 Msp. Piment,  
1 tb getrockneten Majoran,  
Pfeffer,  
Cayennepfeffer,  
1 ts Speisewürze,  
1 ts schwarzes Senfpulver,  
2 tb Hefeflocken,  
1/2 ts Muskatnuss,  
2 tb Cognac,  
2 Eier,  
1/2 ts Salz

Alle Zutaten entweder einige Male durch den Fleischwolf drehen oder in einer Kuechenmaschine ganz fein puerieren. In eine mit Oel ausgepinselte Kastenform geben, im auf 200 Grad vorgeheizten Ofen ca. 1 Stunde backen.

Nadelprobe machen! Mit frischem Brot, Senf, Radieschen und Bier servieren.

:Stichworte : Bier, Fleisch, Innerei, Kalb, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Bier  
: : Folge 060, vom 12. April 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer



MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fleischlaibchen bzw. Kohlrouladen

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 1 Keine Angabe

2 Brötchen,  
1/8 l Milch,  
500 g Hackfleisch,  
Salz,  
Pfeffer,  
Majoran,  
Thymian,  
Petersilie,  
20 g Butter,  
1/2 Zwiebel (gehackt),  
1 Ei,  
Mehl,  
Butterfett

MMMMM-----für Kohlrouladen:-----

1 Weißkohl,  
100 g Speck (in feine Scheiben),  
-ca.  
3 tb Sauerrahm, evtl. mehr  
Petersilie (gehackt)

Brötchen in feine Würfel schneiden, mit Milch übergießen und gut durchziehen lassen. Zwiebel in Butter rösten.

Hackfleisch mit den Gewürzen, dem ausgedrückten Brot, den Zwiebeln und dem Ei vermischen und zu einer festen Masse verkneten. Wenn der Fleischteig zu weich ist, etwas Semmelbrösel einkneten.

Aus dem Teig mit Mehl eine Wurst formen, gleich große Stücke abschneiden, zu Laibchen formen, flach drücken und im nicht zu heißen Butterfett beidseitig langsam anbraten. Die Fleischlaibchen herausnehmen und anrichten.

Für Kohlrouladen die Kohlkopfbblätter in Salzwasser blanchieren und die starken Blattrippen flach klopfen. Auf jedes Kohlblatt ein Fleischlaibchen legen und das Kohlblatt zusammenrollen. In eine mit Speckscheiben ausgelegte Auflaufform legen. Mit gehackter Zwiebel bestreuen, mit Fleischbrühe übergießen und in dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen zugedeckt 40 Minuten dinsten. Mit Sauerrahmaubchen und gehackter Petersilie in der Form servieren.

:Stichworte : Fleisch, Hack, Tirol  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Tirol  
: : Folge 249 vom 11. Februar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fleischpfannkuchen  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----  
250 g Mehl,  
4 Eier,  
Salz,  
1/2 l Milch,  
Butterfett

MMMMM-----Füllung:-----  
400 g Hackfleisch oder Haschee  
(gekochtes Rindfleisch  
-durch den Fleischwolf  
-gedreht),  
60 g Butter,  
1 Zwiebel (gewürfelt),  
2 tb gehackte Petersilie,  
2 tb Mehl,  
1/4 l Fleischbrühe,  
0.1 l Sauerrahm,  
Salz,  
Pfeffer

Aus den Zutaten fuer die Pfannkuchen einen Teig bereiten und ca. 1/2 Std. quellen lassen. Zwiebel und Petersilie in einer Pfanne in Butter glasig duensten, Fleisch zugeben und unter haeufigem Wenden leicht anroesten. Mehl ueberstaeuben und mit der Bruehe aufgiessen; ca. 1/4 Stunde leicht durchkochen. Waehrend dieser Zeit die Pfannkuchen backen. Die Fleischsosse mit Sauerrahm, Salz und Pfeffer abschmecken, die fertigen Pfannkuchen mit der Fleischmasse bestreichen, aufrollen und sofort servieren. Reichen Sie hierzu gruenen Salat.

:Stichworte : Pfalz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Pfälzerwald  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fleischsalat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Pfund gekochtes Rindfleisch,  
4 hartgekochte Eier,  
feingewiegte Essiggurken je  
-nach Geschmack,  
kleingeschnittene Rote  
-Beete nach Geschmack,  
1/2 feingehackte Zwiebel,  
1 tb Senf,  
Öl,  
Weinessig

Von den 4 hartgekochten Eiern werden zwei Dotter beiseite gestellt, das Weisse und die uebrigen zwei ganzen Eier werden gewiegt und zusammen mit den Essiggurken, Rote Beete und Zwiebel gut vermengt.

Dann werden die zwei Eidotter durch ein Sieb gestrichen, mit Senf, Oel und Essig zu einer Tunke geruehrt, mit der obigen Masse vermengt und ueber das in Wuerfel geschnittene Fleisch gegeben.

Alles muss nun gut miteinander vermischt werden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Der Salat sollte noch einige Stunden stehen.

:Stichworte : Baden, Fleisch, Rind, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Breisgau  
: : Folge 133, vom 5. Juli 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fleischschnaka (Fleischschnecken)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 6 Personen

MMMMMM-----Füllung:-----

400 g gekochtes Rindfleisch oder  
-andere Siedfleischreste,  
400 g rohe Schweineschulter,  
2 Eier,  
1 lg Zwiebel,  
2 Schalotten,  
2 Knoblauchzehen,  
Petersilie,  
Schnittlauch,  
etwas Muskatnuss,  
Salz  
Pfeffer

MMMMMM-----Nudelteig:-----

500 g Mehl,  
4 Eier,  
1 pk Wasser  
(1 oder 2 dl je nach der  
-Größe der Eier),  
1 tb Salz,  
1 ts Essig  
etwas Öl  
etwas Butter,  
2 l Rindsbouillon

Mit dem Teig beginnen. Das Mehl auf ein Brett geben, in eine Vertiefung die Eier schlagen. Das in Wasser aufgelöste Salz, das ganze Wasser oder einen Teil davon, sowie einen Teelöffel Essig zufügen. Der Essig sorgt fuer die Oxidation des Eigelbs und beschleunigt so das Trocknen des Teigs. Diesen Teig gut durchkneten. Zwei Kugeln formen und eine Stunde ruhen lassen.

In der Zwischenzeit fuer die Fuellung das gekochte Rindfleisch und das rohe Schweinefleisch durch den Fleischwolf drehen (mittlere Lochgroesse). Die Zwiebel und die Schalotten klein hacken und in etwas Butter glasig duensten. Mit den Eiern, dem kleingehackten Knoblauch, Schnittlauch und Petersilie unter die Fuellung mischen. Eine Prise geriebene Muskatnuss zufügen. Salzen und pfeffern. Die Teigkugeln 3 mm

duenn ausrollen. Die Fuellung gleichmaessig auf den runden Teig verteilen und das Ganze wie bei einer Biskuitrolle einrollen. Dann die Rolle in ca. 4 cm dicke Scheiben schneiden und diese in einer Oel-Butter-Mischung auf beiden Seiten goldgelb anbraten. Mit der heissen Bruehe abloeschen und auf kleiner Flamme 15 bis 20 Minuten koecheln lassen.

Die Fleischschnecken werden mit etwas Bruehe heiss in einem Suppenteller serviert. Dazu gibt es einen gruenen Salat.

(Simone Morgenthaler, Ernest Wieser, Louis Fortmann: Die besten Rezepte aus dem Elsass, Edition DNA, Strassburg)

:Stichworte : Elsass, Fleisch, Rind, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Elsass (II)  
: : Folge 132, vom 28. Juni 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.  
lg: gross.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Florentiner Kekse (aus Honigteig, mit Hirschhornsalz und  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen

Yield: 1 Keine Angabe

Pottasche)

MMMMM-----Für die Florentiner-Masse:-----

125 g Butter,  
125 g Zucker,  
70 ml Schlagsahne, ca.  
40 g Honig,  
18 g sehr fein geschnittenes  
-Zitronat,  
18 g sehr fein geschnittenes  
-Orangeat,  
75 g Mandelstifte,  
75 g Mandelblätter

MMMMM-----Für den Honigkuchen-Teig:-----

250 g Honig,  
80 g Zucker,  
75 ml Wasser,  
450 g Mehl,  
7 g Pfefferkuchengewürz,  
8 g Hirschhornsalz,  
8 g Pottasche,  
150 g Kuvertüre

Florentiner-Masse: Mit Ausnahme der Mandeln alle Zutaten aufkochen bis sich die Masse vom Topfrand loest. Die Mandelstifte und -blaettchen unterheben. Diese Masse auf etwa zwei Drittel eines mit Backpapier ausgelegten Backblechs streichen und im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad etwa 10 Minuten backen.

Dann herausnehmen und runde, etwa 2 bis 3 cm Durchmesser grosse Plaetzchen ausstechen (die Teigreste koennen Sie separat verwenden).

Honigteig: Honig, Zucker und Wasser aufkochen und abkuehlen lassen. Mehl und Pfefferkuchengewuerz unterkneten. Hirschhornsalz und Pottasche getrennt in Wasser auflösen und nacheinander unter den Teig kneten. Den Teig 4 mm dick ausrollen und runde Plaetzchen (5 cm Durchmesser) ausstechen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad etwa 8 Minuten backen. Herausnehmen.

Die kleinen Florentiner auf die Honigkuchen setzen. Im Backofen weitere 8 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und abkuehlen lassen. Die Kuvertuere im Wasserbad schmelzen. Die Plaetzchen mit der Unterseite und dem Rand in die aufgeloeste Kuvertuere tauchen.

:Stichworte : Gebäck, Hirschhornsalz, Honig, Pottasche  
: : Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wußte  
: : Pottasche, Hirschhornsalz, Honigteig  
: : Folge 159, vom 03.November 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Flûtes  
Categories: Brot  
Yield: 4 Flûtes

1 Hefewürfel,  
100 g Wasser,  
500 g Weizenmehl - Typ 405,  
12 g Salz,  
250 g Mineralwasser

Alle 4 Straenge auf das mit Oel bepinselte oder mit Backpapier ausgelegte Kuchenblech geben.

Konventionellen Backofen auf 200 Grad, Umluft-Backofen auf 175 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 4 einschalten. Die Flûtes mit einem feuchten Tuch bedeckt nochmals 30 Minuten gehen lassen. Mit kaltem Wasser bepinseln. 40 Minuten backen. Nach 20 Minuten Backzeit nochmals mit kaltem Wasser bepinseln. Die Flûtes sollten nur ganz leicht goldbraun sein.

("Kathrin Rueeggs Brotbackstube", Albert-Mueller-Verlag, Rueschlikon)

:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brot und Brötchen  
: : Folge 142, vom 17. Januar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Focaccia  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Würfel Hefe,  
100 ml Wasser,  
1 kg Weißmehl (Typ 405) oder  
-Vollkornmehl,  
20 g Salz,  
200 ml Olivenöl,  
400 ml Wasser,  
Olivenöl zum Bestreichen  
-und Salz

Hefewuerfel in 100 ml Wasser auflösen und 10 Minuten stehen lassen. Mehl in eine Schüssel sieben. In der Mitte eine Vertiefung machen. Die aufgelöste Hefe hineingeben, mit etwas Mehl zu einem dünnen Brei verrühren. 15 Minuten stehen lassen.

Salz dazumischen. Mit dem Backhorn oder dem Kochlöffel bei portionsweiser, abwechselnder Zugabe von 200 ml Olivenöl und 400 ml Wasser zu einem Teig verarbeiten. Diesen zuerst in der Schüssel, bis alles Mehl hineingearbeitet ist, dann von Hand auf einer trockenen Arbeitsfläche zu einem glatten Teig kneten. 5 Minuten durchkneten. Zu einer Kugel formen. In die Schüssel zurückgeben. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 1 1/2 Stunden gehen lassen. Den Teig durchkneten, zu einer Kugel formen. Diese in zwei gleich große Stücke teilen. Jedes Stück nochmals durchkneten. Ein Stück ergibt den Belag für ein rechteckiges Kuchenblech.

Auswallen, mit den Händen auseinander drücken. Der Teig ist sehr elastisch. Am Rand etwas hochziehen. Mit einer Gabel einstechen. Pizzaboden mit Olivenöl bestreichen und mit Salz würzen. Dann den Teig für 1/4 Stunde in den auf 250 Grad vorgeheizten Backofen geben.

:Stichworte : Mehlspeise, Pizza, Teig  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pizza und Pitta  
: : Folge 103, vom 23. Februar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Forelle "Müllerin"  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Person

- 1 fangfrische Forelle,  
etwas Mehl zum Wenden,  
Butter,
- 1 Zitrone,  
Salz,  
Pfeffer

Die ausgenommene Forelle innen und aussen mit Salz und Pfeffer würzen und mit Zitronensaft beträufeln. Den Fisch in Mehl wenden und in heisser Butter ca. 10 Minuten bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten braten. Mit brauner Butter, Zitronenscheiben und Petersilie servieren.

:Stichworte : Fisch, Forelle, Süßwasser  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus Schwarzwaldbächen: Forellen  
: : Folge 195 vom 14. Juni 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Forelle blau  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Person

- 1 fangfrische, ausgenommene  
-Forelle,
- 1 l Wasser,
- 1/4 l Essig,

Saft einer Zitrone,  
    Suppengrün,  
1/2 ts Salz

Die ausgenommene Forelle kurz unter fliessend kaltem Wasser saeubern.  
Wasser, Essig, Zitronensaft, Suppengruen und Salz aufkochen und die  
Forelle 8 bis 10 Minuten zugedeckt darin ziehen lassen (Forellen  
duerfen nicht kochen!).

Ein Zeichen der Frische ist auch, dass sich die Forelle kruemmt.

:Stichworte      : Fisch, Forelle, Süßwasser  
:Notizen (\*)     : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
:                 : Aus Schwarzwaldbächen: Forellen  
:                 : Folge 195 vom 14. Juni 1998  
:                 : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*)    : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Forelle im Salatmantel  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Person

1    fangfrische Forelle,  
3    Salatblätter (oder Mangold-  
      -oder Spinatblätter),  
1    Schalotte,  
      Petersilie,  
      Salz,  
      Pfeffer,  
      Lebensmittelfaden

Die ausgenommene Forelle innen und aussen mit Salz und Pfeffer wuerzen  
und mit Zitronensaft betrauefeln. Die Schalotte in Scheiben schneiden  
und diese zusammen mit dem Petersilienstraeusschen in die Bauchhoehle  
geben. Die Salatblaetter kurz in heisses Wasser tauchen. Dann den Fisch  
mit den blanchierten Blaettern umwickeln. Mit Lebensmittelfaden  
fixieren. Eine feuerfeste Form mit Butter bestreichen, den Fisch  
hineinlegen und in dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen ca. 20  
Minuten backen.

:Stichworte      : Fisch, Forelle, Süßwasser  
:Notizen (\*)     : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
:                 : Aus Schwarzwaldbächen: Forellen  
:                 : Folge 195 vom 14. Juni 1998  
:                 : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*)    : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Forelle im Wurzelbett  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Pro Person:-----  
1    Forelle,  
      Salz,  
      Zitronensaft,  
40 g Butter,  
      Petersilie,

Schnittlauch,  
150 g Karotten,  
150 g Zwiebeln,  
Butterflocken

Forelle waschen, salzen und mit Zitronensaft betrauefeln. Butter mit Petersilie und Schnittlauch vermischen, mit Salz und Zitronensaft abschmecken und in die Bauchöffnung füllen. Forelle in Butter auf allen Seiten anbraten und auf eine Alufolie setzen. Das sehr fein geschnittene Gemüse um den Fisch verteilen. Butterflocken auf den Fisch geben und die Folie verschliessen. In dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 35 Minuten garen.

:Stichworte : Fisch, Forelle, Österreich, Süßwasser, Vorarlberg  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Vorarlberg  
: : Folge 247, vom 14. Januar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Forelle in Orangensauce  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 4 Personen

4 fangfrische Forellen,  
150 g Mandelblättchen,  
Butter zum Anbraten,  
2 Orangen, ungespritzte (in  
-Scheiben geschnitten),  
2 Orangen, Saft von (evtl.  
-mehr)  
Salz,  
Pfeffer,  
Zitronensaft,  
Mehl zum Wenden,  
200 ml Crème fraîche,  
Petersilie

Die ausgenommenen Forellen waschen, innen und aussen mit Salz und Pfeffer wuerzen und mit Zitronensaft betrauefeln. Die Orangen in Scheiben schneiden und halbieren, in die Bauchhöhle der Forellen legen. Die Fische in Mehl wenden und in heisser Butter von beiden Seiten braun braten. Gleichzeitig in einer anderen Pfanne Mandelblättchen in Butter roesten und mit Orangensaft abloeschen. Mit Salz und Pfeffer wuerzen und mit Creme fraiche verfeinern. Eventuell die Sauce mit Mehlbutter binden. Die Forellen auf einer Platte anrichten, die Sauce darueber geben und das Gericht mit klein gehackter Petersilie bestreuen.

:Stichworte : Fisch, Forelle, Süßwasser  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus Schwarzwaldbächen: Forellen  
: : Folge 195 vom 14. Juni 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Forellen mit Sauce  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe



#### 4 Forellen

MMMMM-----Sud:-----

2 l Wasser,  
2 tb Salz,  
1 tb Zitronensaft,  
2 tb Essig,  
evtl. Weißwein,  
1/2 Zwiebel (besteckt mit 1  
-Lorbeerblatt und 1 Nelke  
1 Karotte,  
1 Stück Lauch,  
1 Stück Sellerie,  
etwas Thymian oder Dill

MMMMM-----Sauce:-----

100 g Butter,  
15 g Mehl,  
Fischsud,  
1 Eigelb,  
Zitronensaft

Die Zutaten fuer den Sud mischen und aufkochen, etwas abkuehlen lassen und die ausgenommenen Fische darin ziehen lassen. (Der Sud darf nicht mehr aufkochen, da die Fische sonst sofort aufspringen. Die Fische sind gar, wenn die Augen heraustreten und sich die Flossen leicht herauszupfen lassen.) Die Fische herausnehmen und warm stellen. Butter mit Mehl mischen und Fischsud dazuruehren. Aufkochen lassen und mit Eigelb und Zitronensaft verfeinern. Die Sauce zu den Forellen servieren.

:Stichworte : Fisch, Forelle, Süßwasser  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus der Küche einer alten Stadt: Trier  
: : Folge 109, vom 25.05.1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Forellenfilets in Wermut  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 4 Personen

800 g Forellenfilets,  
100 g Butter,  
200 ml Weißwein,  
100 ml weißer trockener Wermut-  
-Wein,  
1 Zwiebel,  
1 ts Estragon,  
200 ml Sahne,  
Salz,  
Pfeffer,  
Zitronensaft

Weisswein und Wermut zusammen mit der gehackten Zwiebel, Estragon und Pfeffer einkochen lassen. 80 g Butter unter stetigem Ruehren mit dem Schneebesen flockenweise darunter ziehen. Mit Salz und Zitronensaft abschmecken, mit Sahne verfeinern. Die ausgenommenen Forellenfilets

salzen, pfeffern und mit Zitronensaft betrauefeln. Den gewuerzten Fisch kurz in der restlichen Butter braten und anrichten. Die Sauce darueber geben.

:Stichworte : Fisch, Forelle, Süßwasser  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus Schwarzwaldbächen: Forellen  
: : Folge 195 vom 14. Juni 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Forellenköpfchen  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

350 g geräucherte Forellen (von  
-Haut und Gräten befreit),  
300 ml Sahne oder noch besser  
-Crème double (40 % Fett  
2 Eier,  
1 tb Kapern,  
Salz,  
Pfeffer,  
Cayennepfeffer

MMMMM-----Für die Meerrettich- und Tomatensahne:-----

100 ml Sahne,  
2 tb Tomatenmark,  
2 tb geriebener Meerrettich

MMMMM-----Zur Garnitur:-----

einige Dillzweige,  
-Zitronenschnitze

Den Fisch mit Creme double und Eiern in den Mixer geben und zu einer homogenen Masse verarbeiten. Mit den Kapern, Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer vermengen. Grosszuegig wuerzen.  
Je nach Groesse vier bis acht Pastetenfoermchen ausbuttern und so mit der Fischmasse fuellen, dass ein halbzentimeterhoher Rand frei bleibt.Die Foermchen in einen Kochtopf stellen und diesen so mit kochendem Wasser fuellen, dass das Wasser bis einen Zentimeter unterhalb des Foermchenrandes geht. 15 Minuten koecheln lassen. Das Wasser darf nur Blasen werfen, aber nicht sprudeln. Wenn sich die Masse in den Foermchen gefestigt hat und vom Rand loest, stellt man sie kalt. Die zweite Sahneportion wird gesalzen, steif geschlagen und eine Haelfte mit Tomatenmark, die andere Haelfte mit Meerrettich vermischt. Die erkalteten Koepfchen werden einen Moment in heisses Wasser gehalten (aber so, dass das Wasser den Inhalt nicht beruehrt), auf einen Teller gestuerzt, mit der zweifarbigen Sahne, einigen Dillspitzen und Zitronenschnitzen garniert.

:Stichworte : Fisch, Forelle, Süßwasser  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus Schwarzwaldbächen: Forellen  
: : Folge 195 vom 14. Juni 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Formaggini in Öl  
Categories: Marmeladen, Eingelegtes  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM--Für ein 500-ml-Glas mit Schraubdeckel benötigt man ca.:-----  
300 g Frischkäse,  
1 ts weiße Pfefferkörner,  
1 ts getrocknete Rosmarinnadeln,  
1 Lorbeerblatt,  
1/2 getrocknete Chilischote,  
1 Knoblauchzehe  
Olivenöl

Gekaufter oder selbst gemachter Frischkaese muss gut getrocknet werden. Deshalb legt man ihn ausgepackt auf einen Teller in den Kuehlschrank. Man schuettet taeglich die Molke ab und dreht den Kaese um. Bleibt der Teller trocken, kann der Kaese eingelegt werden. Frischkaese in quadratische Wuerfel von ca. cm schneiden, zusammen mit Pfefferkoernern, Rosmarinnadeln, Lorbeerblatt abwechselnd in das Glas einschichten. Obenauf 1/2 getrocknete Chilischote und 1 Knoblauchzehe legen. Das Glas darf nur bis unter den Schraubrand gefuellt werden. Nun so viel Olivenoel darueber giessen, bis die Zutaten knapp bedeckt sind. Zwischen Oel und Deckel soll noch etwas Luft sein. Kuehl, aber nicht im Kuehlschrank, aufbewahren. Mindestens 2 Monate haltbar.

:Stichworte : Eingelegtes, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 161, Weihnachtsgeschenke aus der Küche  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Französische Sauce  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

125 ml Weißweinessig,  
150 ml Sonnenblumenöl,  
1 Eigelb, gekochtes  
Senf,  
eventl. Tabasco,  
Salz,  
Pfeffer

Eigelb mit der Gabel zerdruecken mit Weissweinessig, Senf und den Gewuerzen gut vermischen und Oel dazugeben, eventuell einen Schuettelbecher verwenden.

:Stichworte : Salat, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 217, Grüne Salate  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Französisches Omelett  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

6 Eier, frische, evtl. mehr

MMMMM-----pro Ei:-----  
1 pn Salz und  
2 tb Wasser oder Milch  
40 g Butter,

MMMMM-----zum Garnieren-----  
Petersilie

Eier, Salz und Wasser bzw. Milch gut verquirlen. In einer Pfanne die Haelfte der Butter schmelzen. Die Eiermasse hineingiessen und etwas anbacken lassen, unter leichtem Bewegen der Pfanne und Hineinschieben des geronnenen Eies mit einem Schaeufelchen. Sobald nur noch die Oberflaeche feucht ist, das Omelett mit Hilfe des Schaeufelchens zur Haelfte ueberschlagen oder aufrollen. (Wird das Omelett gefuellt, dann die Fuellung vor dem Ueberschlagen darauf verteilen.) Den Rest der Butter begeben, das Omelett auf der unteren Seite noch leicht braun backen. Das fertige Omelett sofort auf eine heisse Platte stuerzen, mit etwas Petersilie garnieren und rasch auftragen.

:Stichworte : Ei, Omelette  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 163, vom 19, Januar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Frischkäse nach Art der Seidenweber  
Categories: Käsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Speisequark,  
frische Kräuter:  
Schnittlauch,  
Kerbel,  
Petersilie,  
Estragon,  
1 Knoblauchzehe,  
125 g Crème fraiche,  
Öl,  
Essig,  
Salz  
Pfeffer

Quark gut abtropfen lassen, damit die Masse nicht zu duennfluessig wird. Mit etwas Creme fraiche glattschlagen.

Die gewaehlten Kraeuter sehr fein hacken und loeffelweise unter die Quarkmischung schlagen bis sie sich so gut mit dem Frischkaese verbunden haben, dass man sie kaum noch sieht.

Einige Tropfen Knoblauchsaft hineinpresse.

Je nach Geschmack kann man noch etwas Öl oder ein paar Tropfen Essig dazumischen. Der Käse soll gekühlt serviert werden.

:Stichworte : Frischkäse, Kräuter  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Vom Kochen mit Kräutern  
: : Folge 170, vom 27. April 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fruchtpunsch (für die Kinderparty)  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

2 l Orangensaft,  
1 l Ananassaft,  
Zucker nach Geschmack,  
2 Zitronen, Saft von  
1 l Mineralwasser

Bei den Säften, die bei uns im Handel sind, ist die Zugabe von Zucker überflüssig, sie sind süß genug. Die oben angegebenen Zutaten mischen und kühlen servieren.

Getränke mit Ananassaft sind pikant, erfrischend und wunderbar aromatisch.

:Stichworte : Alkoholfrei, Ananas, Exotisch, Frucht, Getränk, Kind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte I - Bananen und Ananas  
: : Folge 057, vom 11. Januar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
: : (aus: Das große Buch der Früchte, Südwest-Verlag)  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Frühlingsauflauf  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Spinat,  
1 dl dicke Sahne (Crème fraîche),  
16 Spargelspitzen  
(wenn möglich von grünem  
-Spargel),  
3 frische Champignons,  
Butter,  
Zitronensaft

MMMMM-----für den Gratinierrguss:-----

2 Eigelb,  
1 dl dicke Sahne (Crème fraîche),  
300 g geriebener Gruyère oder  
-Parmesan,  
Salz

Den Spargel schälen, waschen und in schwach gesalzenem Wasser, dem man etwas Zitronensaft beigemischt hat, fast gar kochen. Inzwischen den

Spinat gruendlich waschen, die harten Stiele entfernen, kurz in Salzwasser blanchieren, bis die Blaetter schlapp sind, abtropfen lassen und grob hacken. Der Spargel sollte jetzt fast gar sein. Aus dem Kochwasser nehmen, abtropfen lassen und die gruenen Spitzen abschneiden (der uebrige Teil der Stangen wird fuer diesen Auflauf nicht verwendet). Nun eine Auflaufform buttern; die Haelfte der dicken Sahne hineingeben und ein paar blaettrig geschnittene Champignons. Leicht salzen. Dann mit einer Schicht Spinat bedecken, auf die die Spargelspitzen gelegt werden. Mit Butterfloeckchen bestreuen. Dann den Rest der dicken Sahne darauf geben und mit einer neuen Lage Spinat bedecken.

Gratinierguss: Rasch die beiden Eigelb mit 1 dl saurer Sahne verquirlen fast allen Gruyere zugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und diesen Guss ueber den Auflauf geben. Abschliessend den restlichen Kaese drueberstreuen und in den auf 175 Grad vorgeheizten Backofen fuer 20 Minuten stellen.

:Stichworte : Auflauf, Gemuese  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Junges Gemuese  
: : Folge 172, vom 25. Mai 1997  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Fuatscha Grassa  
Categories: Kuchen, Gebaeck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

130 g Butter,  
40 g Zucker,  
1 Ei,  
1 pn Salz,  
abgeriebene Zitronenschale,  
150 g Mehl, evtl. mehr

Butter, Zucker, Ei, Salz und abgeriebene Zitronenschale zu einem weichen Teig ruehren. Mehl von Hand leicht darunterkneten.

Teig kalt stellen. Gekuehlten Teig 5 mm dick ausrollen und Rondellen von ca. 12 cm Durchmesser ausstechen (ergibt 2 bis 3 Stueck). Mit Zucker bestreuen. Auf Backpapier bei 180 Grad im vorgeheizten Ofen waehrend 10 Minuten goldbraun backen.

Fuatscha grassa werden als grosse Fladen ausgestochen. Aus dem Teig kann man jedoch auch Kleingebaeck machen.

In diesem Fall etwas duenner ausrollen.

:Stichworte : Engadin, Gebaeck, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Engadin  
: : Folge 134, vom 30. August 1995  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

pn: Prise

Title: G'felkti Büchlampe (Gefüllter Rinderbauch)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 6 Personen

- 1 Rinderbauch (ca. 1,8 kg)  
vom Metzger auf einer Seite  
-aufgeschnitten,
- 3 lg Zwiebeln,
- 5 Eier,
- 100 g Gänsefett oder Butterfett,
- 5 sl Brot,
- 1/2 l Milch (zum Einweichen des  
-Brots)
- 300 g Petersilie,  
Schnittlauch und Kerbel,
- 50 g Zucker (zum Karamellisieren  
-der Sauce),
- 1 l heller Saucenfond oder
- 1 l Wasser mit zwei Brühwürfeln,
- 2 kg Steckrüben oder Karotten,  
Muskatnuss,  
Salz,  
Pfeffer,  
Paniermehl (wenn nötig),  
Küchengarn

Den Rinderbauch vom Metzger auf einer Seite aufschneiden lassen. Fuer die Fuellung die kleingeschnittenen Zwiebeln in dem Fett glasig duensten und abkuehlen lassen. Das Brot in der heissen Milch einweichen, ausdruecken und zu den lauwarmen Zwiebeln geben. Das Ganze gut vermischen. Dann die Eier und die kleingehackten Kraeuter dazugeben. Eine grosse Menge dieser Kraeuter verleiht dem Gericht ein besonders koestliches Aroma. Salzen und pfeffern. Den Rinderbauch mit der Masse fuellen. Falls diese noch zu fluessig ist, etwas Paniermehl hinzufuegen.

Nach dem Fuellen den Rinderbauch zunaehen. Das Fleisch in einem gusseisernen Topf in etwas Fett anbraten. 50 g Zucker drueberstreuen und karamellisieren lassen. Die Rueben schaelen, wie die Kartoffeln fuer den "Baeckeoffe" in Scheiben schneiden und dazugeben. Bis in halber Hoehe mit dem Fond auffuellen.

Zugedeckt im Backofen (200 Grad C) 1 1/2 Stunden schmoren. Den gefuellten Rinderbauch aufschneiden und die Scheiben auf den Rueben anrichten.

(Simone Morgenthaler, Ernest Wieser, Louis Fortmann: Die besten Rezepte aus dem Elsass, Edition DNA, Strassburg)

:Stichworte : Elsass, Fleisch, Innerei, Rind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Elsass (II)  
: : Folge 132, vom 28. Juni 1995  
: : von Kathrin Ruegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

Legende:

lg: gross.  
sl: Scheib.

Title: Gaisburger Marsch  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g mageres Rindfleisch,  
Suppenknochen,  
1 bn Suppengemüse,  
Salz,  
1 sm Zwiebel besteckt mit  
1 Gewürznelke,  
500 g in Fleischbrühe nicht zu  
-weich gekochte  
-Kartoffelwürfel  
Spätzle,  
1 Zwiebel (in Ringe  
-geschnitten und in Butter  
-geschmälzt)

Aus Fleisch, Suppenknochen, Suppengemüse und der besteckten Zwiebel eine kraeftige Fleischbruehe kochen. In eine vorgewaermte Suppenschuessel Kartoffeln und Spaetzle zu gleichen Teilen mischen, ebenso das in Wuerfel geschnittene, gekochte Rindfleisch und so viel durchgeseibte heisse Fleischbruehe, dass eine dicke Suppe entsteht. Mit Salz und Muskatnuss wuerzen. Vor dem Auftragen den Eintopf mit in Butter gebraeunten Zwiebeln bestreuen.

:Stichworte : Eintopf  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Eintöpfe  
: : Folge vom 12. Januar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gaisburger Marsch  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Rindfleisch, mager, zum  
-Kochen,  
reichlich Suppenknochen,  
1 bn Suppengrün,  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle,  
geriebene Muskatnuss,  
400 g Kartoffeln,  
1/2 Rezept Spätzle,  
1 lg Zwiebel,  
1 tb Butter

Rindfleisch und Knochen gut waschen und zusammen mit dem Suppengruen in kaltem Salzwasser aufsetzen und kochen, bis das Fleisch weich ist. Bruehe abseihen. Fleisch herausnehmen und beiseite stellen. Kartoffeln schaelen, in laengliche, nicht zu grosse Schnitze schneiden und in der Bruehe weich kochen. Fleisch in Wuerfel schneiden und zugeben. Alles miteinander vermischen. Zwiebel schaelen, in Wuerfel schneiden und in der Butter braeunen. Mitsamt dem Fett ueber den Eintopf schuetten.



"Gaisburger Marsch" wird mit dem Loeffel gegessen. Er ist ein vollstaendiges Essen.

:Stichworte : Eintopf, Fleisch, Rind, Schwaben, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Schwaben  
: : Folge 136, vom 27. September 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gambas al ajilio (Krabben in Knoblauchöl)  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Krabben,  
7 tb Olivenöl,  
Salz, schwarzer Pfeffer,  
3 Knoblauchzehen,  
1 tb feingehackte Petersilie  
Zubereitung:  
Krabben in heißem Olivenöl  
-anbraten. Danach salzen und  
-pfeffern. Die Krabben in  
Bratöl feingehackte  
-Knoblauchzehen ca. 5  
-Minuten dünsten und mit dem  
-Öl über die  
10 Minuten in den auf 200 Grad  
-vorgeheizten Backofen geben.

:Stichworte : Andalusien, Krabbe, Meeresfrucht, Mittelmeer  
: : Spanien  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Andalusien  
: : Folge 153, vom 26. Juni 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gans mit Sauerkraut  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 4 Personen

1 Gans  
15 Wacholderbeeren  
500 gekochtes Sauerkraut, evtl.  
-mehr  
Salz  
Pfeffer  
125 ml Gin

Butterfett zum Anbraten  
1/2 l Bouillon  
125 ml Weißwein

Die Gans innen und aussen mit Pfeffer und Salz wuerzen. Das gekochte Sauerkraut mit 10 Wacholderbeeren in die Gans einfuellen und zunaehehen. Die restlichen Wacholderbeeren zerstoessen, in der Haelfte des Gin ziehen lassen und die Gans damit einreiben. Die Gans in heissem Butterfett anbraten und mit heisser Bouillon abloeschen. Unter oefterem Begiessen weich braten. Die Sauce muss haeufig waehrend des Kochens entfettet werden. Zum Schluss den Wein dazugiessen. Mit dem restlichen Gin flambieren und nochmals 10 Minuten koecheln lassen. Die Gans tranchieren und zusammen mit dem Kraut anrichten. Die Sauce darueber giessen.

:Stichworte : Gans, Gefluegel, Weihnachtsmenue  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 224, Weihnachtsmenue 1999  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schaefler

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gebackene Apfelringe  
Categories: Dessert, Suesspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

12 schoene muerbe Aepfel,  
Zucker,  
1 Schnapsglas Kirschwasser,  
Fett zum Ausbacken

Die Aepfel werden geschaelt und vom Kernhaus entfreit, in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Mit Zucker bestaeuben und mit Kirschwasser betraefeln. Eine Stunde ziehen lassen.

Vor dem Anrichten in Backteig nach franzoesischer Art tauchen und im schwimmenden Fett goldgelb ausbacken.

Zum Entfetten auf Kuechenpapier legen.

(Johann Rottenhoefer, "Anweisung in der feinen Kochkunst", Verlag Lothar Borowsky

:Stichworte : Apfel, Dessert, Fettgebackenes  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Fettgebackenes  
: : Folge 144, vom 14. Februar 1996  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. FeiBt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefler

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gebackene Aprikosen oder Zwetschgen  
Categories: Dessert, Suesspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

15 reife Aprikosen,  
Zucker

Die Aprikosen werden halbiert, die Kerne herausgenommen und die Haut abgezogen. Mit Zucker bestreuen und eine Stunde ziehen lassen. Vor dem Anrichten werden die Aprikosen in den Backteig auf franzoesische Art getaucht und im schwimmenden Fett goldgelb ausgebacken. Zum Entfetten auf Kuechenpapier legen.

Gebackene Zwetschgen

Gleiche Zubereitungsart wie bei den Aprikosen, nur ist zu bemerken, dass reife Fruechte besser schmecken.

(Johann Rottenhoefer, "Anweisung in der feinen Kochkunst", Verlag Lothar Borowsky

:Stichworte : Aprikose, Dessert, Fettgebackenes, Zwetschge  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fettgebackenes  
: : Folge 144, vom 14. Februar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gebackene Griebenwurst mit Zwiebeln und Äpfeln  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----pro Person als kräftiges Vesper:-----

200 g frische Griebenwurst,  
1 Apfel,  
1 Zwiebel,  
1 tb Butterschmalz,  
1 ts Schweineschmalz,  
1 ts Majoran,  
etwas Pfeffer aus der Mühle

Griebenwurst in 2 cm dicke Raedchen schneiden. Apfel vom Kerngehaeuse befreien und in Ringe schneiden, Zwiebel in Ringe schneiden. In einer entsprechenden Pfanne das Butterschmalz zerfliessen lassen, Apfel und Zwiebel leicht anduensten, herausnehmen und warmstellen. Schweineschmalz in die Pfanne geben und die Griebenwurst darin braten. Wenn die Wurstscheiben gewendet werden, Zwiebel und Apfel wieder in die Pfanne geben, mit Majoran bestreuen. Alles leicht braeunen lassen, aber nicht vermengen. Auf einem angewaermten Teller servieren. Hierzu gehoert kraeftiges Schwarzbrot und ein frischer Wein.

:Stichworte : Grieben, Innerei, Pfalz, Wurst  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Pfälzerwald  
: : Folge 140, vom 29. November 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gebackene Kartoffeln  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

Kartoffeln,  
Salz,  
Kümmel,  
Olivenöl,  
Salbei oder Thymian

Kartoffeln in starkem Salzwasser und mit Kuemmel kochen. Danach schaelen und in Olivenoel mit Salbei oder Thymian anbraten.

:Stichworte : Beilage, Kartoffel, Menü, Weihnachten

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Weihnachtsmenü 1998  
: : Folge 203, vom 22. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gebackene Kürbisblüten  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Eier, evtl. mehr  
Salz,  
etwas Weissemehl,  
20 Kürbisblüten,  
Paniermehl,  
Butterfett,  
Puderzucker

Aus den Eiern, Salz und Weissmehl einen duennen Pfannkuchenteig machen. Den Teig 1/2 Stunde stehen lassen. Kuerbisblueten gut waschen. Den Stiel nicht entfernen, den Stempel aber wegschneiden. Die Blueten zuerst im Pfannkuchenteig, dann im Paniermehl wenden und im heissen Butterfett auf beiden Seiten hellbraun backen (2 bis 3 Minuten). Mit Puderzucker bestreuen.

:Stichworte : Fettgebackenes, Gebäck, Kürbis  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Kürbis 14. August 1992  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gebackene Orangenschnitten  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

6 Orangen,  
Orangenlikör,  
Backteig auf französische  
-Art,  
Öl zum Ausbacken

Orangen werden geschaelt in Schnitze geteilt und die weisse innere Haut sorgfaeltig abgenommen, so dass nichts von dieser daran bleibt, Kerne entfernen. Orangenschnitze mit Orangenlikoer ca. 1 Stunde marinieren. Kurz vor dem Anrichten Orangenschnitze abtropfen lassen, in den Backteig auf franzoesische Art tauchen und im schwimmenden Fett goldgelb backen. Zum Entfetten auf Kuechenpapier legen.

(Johann Rottenhoefer, "Anweisung in der feinen Kochkunst", Verlag Lothar Borowsky

:Stichworte : Dessert, Fettgebackenes, Orange  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fettgebackenes  
: : Folge 144, vom 14. Februar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gebackene Rotaugen  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

2 kg Rotaugen,  
Salz,  
Pfeffer,  
Öl zum Ausbacken

Die Fische saeubern, salzen und im schwimmenden Oel goldgelb backen. (Es muss so viel Oel genommen werden, dass der Topf ca. 6 bis 7 cm hoch gefuellt ist. Am besten eignet sich dazu ein Braeter. Wichtig ist, dass das Oel so heiss wie moeglich ist, bevor man die Fische hineingibt. Heiss genug ist das Oel, wenn es beim Hineinlegen der Fische zischt. Bei ausreichender Temperatur ist der Fisch innerhalb 4 Minuten so knusprig gebacken, dass man ihn problemlos mit den Graeten verzehren kann.) Dazu Weissbrot oder Kartoffelsalat servieren. "Weil Fisch schwimmen muss", empfiehlt sich als Getraenk ein trockener Moselwein.

:Stichworte : Fisch, Rotauge, Süßwasser  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus der Küche einer alten Stadt: Trier  
: : Folge 109, vom 25.05.1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gebackene Sardinen  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

800 g ausgenommene frische  
-Sardinen,  
Salz,  
Pfeffer,  
4 Blatt Alufolie (ca. 30 x 40  
-cm),  
2 Zwiebeln (in Ringe  
-geschnitten),  
1 Paprika (in Streifen  
-geschnitten),  
4 Tomaten (in Achtel  
-geschnitten),  
200 g Champignons (blättrig  
-geschnitten),  
2 Zitronen (mit der Schale in  
-Scheiben geschnitten),  
20 Lorbeerblätter

Die Fische innen und aussen unter fliessendem Wasser spielen, trocken tupfen, innen und aussen wuerzen. Auf die Alublaetter verteilen. Dann die restlichen Zutaten ebenfalls dazulegen. Jedes Alublatt zu einem losen Paket wickeln, dabei beachten, dass die Seiten und Enden gut verschlossen sind. Auf einem heissen Grill 5 Minuten backen.

:Stichworte : Fisch, Sauce, Türkei  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Lykien/Türkei  
: : Folge 174, vom 22. Juni 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gebackener Fisch  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Fischfilets,  
Zitrone,  
Salz,  
Ausbackteig,  
1 Ei,  
Fett zum Ausbacken

Seezungenfilets oder andere Fischfilets werden mit Zitrone betrauefelt gesalzen und eine Stunde stehen lassen. Danach werden sie abgetrocknet, in Ausbackteig getaucht und im schwimmenden Fett goldgelb ausgebacken. Zum Entfetten werden die Fische auf Kuechenpapier gelegt.

(Johann Rottenhoefer, "Anweisung in der feinen Kochkunst", Verlag Lothar Borowsky

:Stichworte : Fettgebackenes, Fisch  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fettgebackenes  
: : Folge 144, vom 14. Februar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gebeizte Entenbrust  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 ts Koriander,  
1 ts weiße Pfefferkörner,  
5 Pimentkörner,  
10 Wacholderbeeren,  
4 Lorbeerblätter,  
4 Entenbrustfilets (ca. 300  
-g),  
Salz und Pfeffer,  
4 sm Zwiebeln (geviertelt),  
400 ml Wasser,  
400 ml Crème fraîche,  
2 tb Stärkemehl,  
1 ts Zucker

Die Gewuerze im Moerser fein zerstoessen. Die Haut der Entenbrust rautenfoermig einschneiden. Mit den Gewuerzen beidseitig einreiben. In Plastikfolie eingepackt und mit einem Teller beschwert ueber Nacht im Kuehlschrank ziehen lassen.

Den Backofen auf 225 Grad vorheizen. Das Fleisch beidseitig salzen und mit der Hautseite nach unten in der Kasserolle anbraten. Dann wenden. Die Zwiebeln beigegeben, anduensten. Mit Wasser und dem Saft, der sich beim Marinieren gebildet hat, abloeschen. Die Kasserolle in den vorgeheizten Backofen stellen und zugedeckt 15 bis 20 Minuten garen.

Fleisch herausnehmen und warm stellen. Das eventuell ueberstehende Fett vom Fond entfernen. Die Creme fraiche zugeben. Das Staerkemehl mit 4 EL

Wasser verruehren, in die Sauce geben und aufkochen lassen. Eventuell mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

:Stichworte : Ente, Geflügel, Menü, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Weihnachtsmenü 1998  
: : Folge 203, vom 22. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gebeizte Lammschulter  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----1 Weinbeize (3 Tage):-----

1/2 l herber Rot- oder Weißwein,  
2 dl Rot- oder Weißweinessig,  
2 dl Wasser,  
1 in Ringe geschnittene  
-Zwiebel,  
1 in Rädchen geschnittene  
-Karotte,  
2 gepresste Knoblauchzehen,  
2 Lorbeerblätter,  
2 Gewürznelken,  
5 Wacholderbeeren,  
5 schwarze Pfefferkörner

MMMMM-----Sonstiges-----

1 Lammschulter (ausgebeint  
-oder mit Knochen),  
Weinbeize,  
2 tb Butterfett,  
Salz,  
Pfeffer,  
Paprika,  
1 dl Rahm

Die festen Zutaten in den kalten Flüssigkeiten aufsetzen, langsam zum Kochen bringen, 30 Minuten koecheln, abkuehlen, alles ueber das Fleisch giessen, zudecken, im Winter 3, im Sommer 2 Tage kuehl gelagert beizen, taeglich einmal wenden.

Wichtig: gebeiztes Fleisch muss vor dem Anbraten gut trockengetupft werden. Man achte darauf, dass das Oel oder die eingesottene Butter zum Anbraten gut erhitzt werden, bevor man das Fleisch zugibt. Beize fuer die Zubereitung der Sauce verwenden! Das Fleisch beizen, trockentupfen. Das Butterfett heiss werden lassen, das Fleisch darin ringsum anbraten. 1 dl der Beize zum Abloeschen verwenden, die Beizgemuese beigeben, alles zugedeckt 1 1/4 Stunde koecheln lassen. Eventuell noch mehr Beize zugeben. Das Fleisch herausnehmen, warmstellen,. Die Sauce abseihen, eventuell nachwuerzen, den Rahm zugeben, alles nochmals gut warm werden lassen (aber nicht kochen!). Ueber das in Scheiben geschnittene Fleisch geben.

:Stichworte : Fleisch, Lamm, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Kochen wie in der Schweiz (Ballenberg)  
: : Folge 063, vom 04. Oktober 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gebrannte Haferflockensuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

20 g Butter,  
4 tb Haferflocken,  
1 l Kalbsfuß-Suppe,  
eventl. Sahne zum  
-Verfeinern,  
Petersilie.

Haferflocken in Butter etwas roesten. Mit der Bruehe abloeschen und die Suppe so lange koecheln bis eine saemige Suppe entsteht. Vor dem Servieren etwas Sahne auf die Suppe giessen und mit Petersilie bestreuen.

:Stichworte : Baden, Kaiserstuhl, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie am Kaiserstuhl  
: : Folge 229 vom 13. Februar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gebrannte Mehlsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

80 g Butterfett, evtl. mehr  
120 g Mehl,  
1 sm Zwiebel (fein gehackt),  
2 l Fleischbrühe,  
Salz,  
Muskatnuss,  
Rotwein zum Abschmecken,  
Sauerrahm nach Geschmack,  
eventl. geriebener Sbrinz-  
-oder Parmesan-Käse

Butterfett erhitzen (verwendet man zu wenig Fett, ballt sich das Mehl beim Roesten zusammen). Auf kleiner Flamme unter staendigem Ruehren in ca. 1/2 Stunde das Mehl im Butterfett zu kastanienbrauner Farbe roesten. Etwa 10 Minuten vor Beendigung des Roestens die gehackte Zwiebel beifuegen und mitroesten. Mit Fleischbruehe abloeschen und etwa 2 Stunden koecheln lassen. Damit die Mehlsuppe schmeckt, ist es notwendig, das Mehl sorgfaeltig zu roesten und die Suppe nach vorgeschriebener Laenge zu kochen. Dann wird sie mit einem Schuss



Rotwein abgeschmeckt und mit 1 bis 2 EL Sauerrahm angerichtet. Sehr gut schmeckt die Suppe mit geriebenem Kaese.

:Stichworte : Baden, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im südlichen Schwarzwald II  
: : Folge 105 vom 23. März 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gebratene Auberginen mit Tzatziki  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Auberginen,  
Salz,  
Olivenöl

MMMMM-----Für Tzatziki:-----

2 cn Joghurt, evtl. mehr  
(am besten griechischer  
-Schafsjoghurt  
oder anderer fester  
-Joghurt),  
4 Knoblauchzehen  
etwas Olivenöl,  
ein paar Tropfen Essig,  
Salz

Auberginen waschen und in Scheiben schneiden, mit Salz bestreuen und 1/2 Stunde stehen und "weinen" lassen.  
Danach im frischen Wasser ausdruecken, um die Bitterstoffe zu entfernen.

Auberginenscheiben mit Kuechenkrepp abtrocknen und in Mehl waelzen.  
Olivenoel erhitzen und die Auberginenscheiben anbraten.

Fuer Tzatziki:

Die gepressten Knoblauchzehen mit Salz vermischen, Joghurt dazu geben.  
Ein wenig Olivenoel und Essig druntermischen. Mit Salz abschmecken. Auf die gebratenen Auberginenscheiben Tzatziki geben und in den Kuehlschrank stellen.

(Rueegg/Feisst: "Grossmutter's Mittelmeerkueche - Kochen wie im Urlaub", Albert-Mueller-Verlags-AG

:Stichworte : Aubergine, Gemüse, Griechenland, Mittelmeer  
: : Peloponnes  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Peloponnes  
: : Folge 155, vom 11. September 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cn: Dose

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gebratene Lachsscheiben in Sauerampfersauce  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

- 4 Lachsscheiben von je ca.  
-200 g,  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle,
- 1 Zitrone, Saft von  
Mehl zum Bestäuben,  
Butterschmalz zum Braten

MMMMM-----Für die Sauce:-----

- 1 Handvoll Sauerampfer,
- 1 Strauß Petersilie,
- 20 g Butter,
- 1 tb Mehl, evtl. mehr
- 2 Tassen Fischsud oder Brühe,
- 4 tb süße Sahne

Die Lachsscheiben salzen und pfeffern, mit Zitronensaft betrauefeln und mit etwas Mehl bestaeuben. Im heissen Butterschmalz auf beiden Seiten etwa 5 Minuten goldbraun braten und warm stellen.

Fuer die Sauce den Sauerampfer zusammen mit der Petersilie am besten im Mixer fein hacken. In einem kleinen Topf Butter erhitzen und die feingehackten Kraeuter hineingeben. Kurz anduensten, Mehl unter Ruehren dazugeben und mitduensten.

Nach kurzer Zeit mit Fischsud oder Brueehe abloeschen. Sauce ueber die Lachsscheiben geben und mit schmalen Nudeln servieren.

(Feisst: Baden - Kulinarische Streifzuege, Sigloch-Edition)

:Stichworte : Fisch, Kräuter, Lachs, Sauerampfer, Wildkräuter  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gartenkräuter / Wildkräuter  
: : Folge 169, vom 13. April 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gebratene und in Olivenöl eingelegte Paprikaschoten  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

- 1 kg Paprika,
- 500 ml Olivenöl,
- 1 Lorbeerblatt,
- 200 ml Rotweinessig,
- 1 ts Salz,
- 1 daumenlanges Stück  
-Meerrettich

Paprika waschen, trocknen, vierteln, Stielansatz und Kerne entfernen. Die Paprikaschnitze in zwei bis drei Portionen so lange braten, bis sie sich am Rand zu braeunen beginnen. Man hebt sie mit einem Schaumloeffel aus dem Oel und legt sie in Schraubdeckelglaeser, die zuvor mit heissem Essig-Salzwasser (2 El Essig, 2 El Salz auf 1 l kochendes Wasser) ausgespult werden. In jedes Glas gibt man 1

Lorbeerblatt. Zum zurueckgebliebenen Oel gibt man Rotweinessig, Salz, und den gewaschenen, geschaelten und in feine Stuecke geschnittenen Meerrettich. Man kocht alles auf, gibt den Sud kochend ueber das Gemuese. Das Gemuese muss vom Sud vollstaendig bedeckt sein. Eventuell Oel nachgiessen. Sofort verschliessen, dunkel, kuehl und trocken lagern.

:Stichworte : Eingelegtes, Gemüse, Paprika  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Vorräte für den Winter  
: : Folge 177, vom 14. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gebratener Kalbsrücken  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Kalbsrücken (ca. 1 1/2 kg)  
1 l Magermilch,  
1 ts Salz,  
1 Döschen Sardellenfilets,  
3 tb Butterschmalz,  
300 ml Wasser, ca.  
100 ml Sauerrahm

Kalbsruecken vom Metzger wie Rehruecken schneiden lassen (vom zweiten Nackenwirbel bis zu den Keulen, Rueckenwirbel und Rippenknochen entfernt, sowie alle sehnigen Teile).

Das ueber Nacht in der Milch eingelegte Fleisch trockentupfen, mit den Sardellenfilets spicken, indem man diese unter die Fettschicht schiebt. Mit Salz einreiben. Das Butterschmalz erhitzen, das Fleisch auf allen Seiten anbraten, waehrend man nach und nach das Wasser dazugiesst und das Fleisch immer wieder mit dem Bratenfond begiesst.

Nach 1 1/2 Stunden mit dem Sauerrahm bestreichen. Nochmals einige Minuten braten. Auf einer warmen Platte anrichten.

:Stichworte : Baden, Fleisch, Kalb, Neuenburg  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus dem Kochbuch der Hirschenwirtin  
: : Folge 116, vom 12. Oktober 1994 und  
: : Folge 117, vom 26. Oktober 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gedämpfte Bohnen  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg junge Buschbohnen,  
50 g Butterfett oder Öl,

1 Zwiebel (fein gehackt),  
1 Knoblauchzehe (fein  
-gehackt),  
Bohnenkraut

(Das folgende Verfahren spart Fett und ist vor allem in der Diaet- und Vollwertkueche angebracht) Die Enden der Bohnen entfernen und die Bohnen waschen. In dem heissen Fett Zwiebel, Knoblauch und Bohnenkraut duensten. Die gewaschenen, noch feuchten Bohnen begeben und bei geschlossenem Deckel, damit kein Dampf entweicht, 20 bis 40 Minuten (haengt von der Bohnensorte ab) daempfen. Zum Schluss salzen.

Wie es Werners Mutter machte:

Die Bohnenenden entfernen, die Bohnen waschen und mit einem sauberen Kuechentuch trocken reiben. In heissem Olivenoel Zwiebel und Knoblauch daempfen, die Bohnen und das Bohnenkraut dazugeben und durch Aufschuetteln im zugedeckten Topf dafuer sorgen, dass jede Bohne mit Oel bedeckt ist. Dann mit wenig Wasser abloeschen und bei offenem Topf (Kochloeffel unter den Deckel legen) 20 bis 40 Minuten daempfen (je nach Sorte). Vorsicht: Wasser eventl. ergaenzen, damit sie nicht anbrennen. Zum Schluss salzen.

:Stichworte : Beilage, Bohne, Gemuese  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste: Bohnen  
: : Folge 239, vom 16. Juli 2000  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. FeiBt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gedampfter Lachs  
Categories: Fischgerichte, Meeresfruechte  
Yield: 1 Keine Angabe

4 sl Lachs,  
2 tb Butter,  
1 Zwiebel, fein gehackt,  
2 ts Senfpulver,  
100 ml herber Weisswein,  
100 ml Huennerbruehe,  
Salz,  
Pfeffer

Die Butter schmelzen, die Fischscheiben darin ca. 5 Minuten daempfen, umdrehen, Zwiebeln begeben, mitdaempfen, den Fisch auf eine warme Platte legen. Zu den Zwiebeln das Senfpulver ruehren, mit Wein und Bruehe abloeschen, aufkochen, ueber den Fisch giessen. Salzkartoffeln und gruener Salat dazu servieren.

:Stichworte : Baden, Fisch, Lachs, Neuenburg  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Aus dem Kochbuch der Hirschenwirtin  
: : Folge 116, vom 12. Oktober 1994 und  
: : Folge 117, vom 26. Oktober 1994  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. FeiBt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sl: Scheib.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gedämpftes Gemüse  
Categories: Beilagen  
Yield: 2 Personen

- 4 sm Fenchelknollen oder  
entsprechend viel anderes  
-Gemüse  
wie Karotten, Wirsing,  
-Lauch, Chicoree, Paprika  
-etc.
- 1 c Gemüse- oder Fleischbrühe  
(wir haben ein Huhn  
-gekocht, die Hühnerbrühe  
-dafür  
und das Fleisch für ein  
-Abendessen verwendet)  
etwas Butterfett

Das Gemüse waschen und in Stücke oder Scheiben schneiden. Butterfett in einem gut zu schliessenden Topf schmelzen und das noch nasse Gemüse darin andampfen. Mit wenig Brühe ablösen, Deckel schliessen und das Gemüse weiterdampfen bis es weich ist.

:Stichworte : Diät, Gemüse  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 209, Schlankwerden beginnt im Kopf  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gedeckter Apfelkuchen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

- 300 g Mehl,
- 250 g Zucker,
- 150 g Butter,
- 1 pn Salz,
- 750 g Äpfel,
- 1 Zitronen, Saft von
- 1 ts gem. Zimt,
- 50 g Korinthen,
- 50 g gem. Haselnüsse,
- 50 g Mandelblättchen,
- 3 tb Aprikosenmarmelade,
- 4 tb Puderzucker,
- 4 cl Kirschwasser (2  
-Schnapsgläser)

Das gesiebte Mehl, 200 g Zucker, Butter, Ei, Salz verkneten und 2 Stunden im Kuehlschrank ruhen lassen. 2/3 des Teiges ausrollen, Boden und Rand der Springform belegen. Boden mehrmals mit der Gabel einstechen und 15 Minuten auf Mittelschiene backen.

Äpfel schälen, vierteln, mit dem restl. Zucker, Zitronensaft, Zimt, Korinthen, Nüssen und Mandeln und ein wenig Wasser 10 Minuten dinsten.

Den restlichen Teig rund ausrollen. Vorgebackenen Kuchenboden mit Aepfeln fuellen, Teigplatte auflegen, 30 Minuten backen und erkalten lassen. Mit der erhitzten Marmelade bestreichen und trocknen lassen, Puderzucker mit Kirschwasser verruehren und damit den Kuchen glasieren.

:Stichworte : Apfel, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Oberschwaben  
: : Folge 163, vom 12. Dezember 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cl: centiliter  
tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gedeckter Zwetschkuchen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Sie verwenden einen Mürbeteig-----

(250 g Mehl,  
3 tb Zucker,  
125 g Butter,  
1 Ei,  
1 Msp. Salz) s.o.

MMMMM-----Belag:-----

150 g geriebene Haselnüsse,  
6 tb Zwetschgenmus,  
300 g Zwetschgen (halbiert,  
-entsteint, in Viertel  
-geschnitten),  
1 Eigelb,  
Puderzucker

Teig teilen. Eine Haelfte fuer den Boden auswallen, auf das Kuchenblech setzen, Rand etwas hoch ziehen. Darauf zuerst Haselnuesse streuen, dann das Zwetschgenmus darueber streichen und die Zwetschgenschnitze darauf verteilen. Den restlichen Teig ebenfalls ausrollen und sorgfaeltig auf den Kuchen legen. Mit einem Teigraedchen in der Mitte kreuzweise einschneiden. Den Teig mit Eigelb bestreichen, dann die ausgeraedelten Teigzipfel zuruecklegen. Auf der untersten Schiene des auf 220 Grad vorgeheizten Backofens 1/2 Stunde backen. Vor dem Servieren die zurueckgelegten Teigspitzen mit Puderzucker bestreuen.

:Stichworte : Kuchen, Obst, Pflaume  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pikante Kuchen im Herbst  
: : Folge 178, vom 28. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gedörrte Bohnen

Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

Bohnen (am besten  
-Stangenbohnen),  
Bohnenkraut,  
Salz,  
Speckwürfel,  
Zwiebel,  
Olivenöl

Stangenbohnen eignen sich besser als Buschbohnen, die zum Doerren zu zart sind. Die moeglichst frisch gepflueckten Bohnen waschen, die beiden Enden wegbrechen, in leicht gesalzenem Wasser 5 Minuten blanchieren, auf einem Kuechenpapier abtrocknen. Auf einem engmaschigen Gitter im Schatten trocknen lassen. In einem Stoffsack aufbewahren. Gleichzeitig doerrt man Bohnenkraut, das man in einem Extra-Saeckchen, zusammen mit den Bohnen aufbewahrt.

Und wie kocht man dieses Gemuese? Ueber Nacht in reichlich lauwarmen Wasser einweichen. Speckwuerfel und Zwiebel in Olivenoel glasig duensten, die eingeweichten Bohnen etwas abgetropft beigeben, mitduensten, nach und nach von der Einweichbruehe noch etwas beigeben, mit einer Prise Bohnenkraut wuerzen, salzen, pfeffern. Kochzeit 1 Stunde. Dazu gehoeren Salzkartoffeln.

:Stichworte : Bohne, Eingemacht  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Vorräte für den Winter  
: : Folge 177, vom 14. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gedörrte Küchenkräuter  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Am besten eignen sich zum Dörren:-----

Thymian  
Majoran  
Oregano  
Estragon  
Rosmarin  
Salbei

Kurz vor der Bluete sind sie am aromatischsten. Zum Doerren die Triebspitzen (allgemein: die vordersten 10 cm des Krautstengels mit den eventuellen Seitentrieben) verwenden. Sie sollten moeglichst an einem sehr sonnigen Tag vor der Mittagszeit gepflueckt werden. Sie werden mit Garn gebuendelt (ca. 5 Stiele pro Bund) und frei haengend im Schatten aufgehängt, bis die Blaetter ganz sproede sind. Man kann sie auch - dann ungebundelt eingelegt - im Doerrapparat trocknen. Der Backofen eignet sich dazu nicht (auch auf der untersten Stufe ist die Hitze zu gross). Die getrockneten Blaetter von den Stielen abstreifen, eventuell noch feiner zerbroeseln, in Glaesern aufbewahren.

Fuer Gewuerzsalz zerreibt man sie fein, indem man sie durch ein Sieb streicht oder im Mixer zerkleinert.

:Stichworte : Eingemacht, Getrocknet, Gewürz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Vorräte für den Winter  
: : Folge 177, vom 14. September 1997

: von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gedörrte Paprika  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

#### Paprika

Sie werden mitsamt dem Stiel entweder im Umluft-Backofen (50 Grad) bei leicht geöffneter Backofentüre, im Doerrapparat oder, auf einem Faden aufgereiht (pralle Sonne erlaubt) getrocknet, bis sie ganz duerr sind.

:Stichworte : Eingemacht, Gemüse, Getrocknet, Paprika  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Vorräte für den Winter  
: : Folge 177, vom 14. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gedörrte Tomaten  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

Tomaten,  
1 sm Estragonzweig,  
1 geschälte Knoblauchzehe,  
Olivenöl,  
Salz,  
Essig

Reife, aber nicht ueberreife Tomaten waschen, Stielansatz entfernen, quer durchschneiden, mit der Schnittflaeche nach oben dicht an dicht auf ein Gitter legen. Tomaten duerfen an der prallen Sonne getrocknet werden. Der Trocknungsvorgang dauert einige Tage. Man muss aber daran denken, die Tomaten ueber Nacht ins Haus zu nehmen. Natuerlich kann man den Trocknungsvorgang auch im Backofen vornehmen (50 Grad waehrend 12 bis 18 Stunden, aber wieso soll man hier Strom verschleudern?).

Die Tomaten muessen noch etwas elastisch sein, So sind sie, in einem Stoffsack aufbewahrt, mindestens 1 Jahr haltbar. Nach und nach werden sie portionsweise ueber Nacht in eine Salzloesung gelegt (2 Tl Salz auf 1 l Wasser). Man trocknet sie auf einem Kuechentuch, schichtet sie in die mit Essig-Salzwasser ( 2 El Essig, 2 El Salz auf 1 l kochendem Wasser) ausgespuelten und anschliessend im Backofen gut getrockneten Schraubdeckelglaeser. Pro Glas gibt man 1 kleinen Estragonzweig und 1 geschaelte Knoblauchzehe bei, fuellt mit Olivenoel auf (zwischen Oberflaeche und Deckel 1 cm Luft lassen!) und verschliesst gut.

Haltbarkeit: 4 Monate. Dunkel, kuehl und trocken aufbewahren.

:Stichworte : Eingemacht, Gemüse, Getrocknet, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Vorräte für den Winter  
: : Folge 177, vom 14. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.



MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gedörrte Zucchini  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

#### Zucchini

Die Zucchini lassen sich doerren, so lange die Kerne noch weich sind. Bei aelteren Exemplaren muss man das Kerngehaeuse und die Schale entfernen. Das Gemuese waschen, in 5 mm dicke Scheiben schneiden, dicht an dicht auf ein Kuchenblech legen und einige Tage an der prallen Sonne trocknen lassen. Ueber Nacht ins Haus nehmen. Natuerlich lassen sie sich auch im Umluft-Backofen (Tuere etwas offen lassen) bei 50 Grad oder im Doerrapparat trocknen. Vor der Zubereitung die gedoerrten Zucchini ueber Nacht in viel kaltem Wasser einweichen.

:Stichworte : Eingemacht, Gemuese, Getrocknet, Zucchini  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Vorräte für den Winter  
: : Folge 177, vom 14. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Geflügelleberparfait  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

125 g Geflügelleber,  
125 ml Sahne,  
125 g Butter,  
Pfeffer,  
Cayennepfeffer,  
1 tb Cognac

Die Gefluegelleber in Stuecke schneiden und in der Sahne einige Minuten kochen. Die noch warme Leber puerieren (z.B. im Mixer) und die Butter gut untermischen. Mit Pfeffer, Cayennepfeffer, Salz und Cognac abschmecken. Die Creme in eine Schuessel geben und ueber Nacht in Kuehlschrank stellen.

:Stichworte : Buffet, Geflügel, Leber, Parfait  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Partybuffet  
: : Folge 101, vom 26. Januar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gefüllte Bischofsmützen  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

4 mittelgroße Bischofsmützen  
(Patissons, eine Art

-Speisekürbisse),  
Salz

MMMMM-----Füllung:-----

1 Zwiebel,  
1 Lauchstange,  
2 Möhren,  
1 bn glatte Petersilie,  
150 Magerquark, evtl. mehr  
3 Eigelb,  
75 g geriebener Parmesan,  
Pfeffer aus der Mühle,  
Majoran,  
Oregano,  
Fett für die Form

MMMMM-----Sauce:-----

1/8 l trockener Weißwein,  
200 g Gorgonzola,  
200 g süße Sahne

Stielansatz der Bischofsmuetzen zurueckschneiden. Gemuese in siedendem Salzwasser ca. 5 Minuten garen. Herausnehmen, kalt abschrecken, dann einen Deckel wegschneiden und die Bischofsmuetzen bis auf einen Rand von ca. 2 cm aushoehlen. Bei jungen Exemplaren kann das Innere in kleine Wuerfel geschnitten und fuer die Fuellung verwendet werden. Bei sehr gross gewachsenen aelteren Bischofsmuetzen ist der Kernanteil fast zu gross.

Fuer die Fuellung Zwiebel, Lauch und Moehren fein wuerfeln. Petersilie fein hacken. Zusammen mit dem Fruchtfleisch, Quark, Eigelb und geriebenen Kaese vermischen. Kraeftig mit Salz, Pfeffer und Kraeutern abschmecken. Diese Masse in die vorbereiteten Bischofsmuetzen fuellen. Nebeneinander in eine gut gefettete feuerfeste Form stellen. In der Mitte des auf 200 Grad vorgeheizten Backofens ca. 30 Minuten ueberbacken.

Fuer die Sauce den Wein etwas einkochen lassen. Gorgonzola mit Sahne vermischen und unter staendigem Ruehren zum Wein geben. Bei kleiner Hitze saemig einkochen lassen. Mit Pfeffer abschmecken. Die Sauce zu den gefuellten Bischofsmuetzen servieren.

:Stichworte : Gemüse, Kürbis  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Kürbis 14. August 1992  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
bn: Bd.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gefüllte Bratäpfel  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Äpfel,  
2 tb Zitronensaft,  
100 g Walnüsse,  
20 g Butter,  
2 tb Honig,  
1 pk Vanille-Eis,

2 tb Zimt,  
1/4 l Sahne,  
2 tb Staubzucker

Aepfel waschen und trocken reiben, mit einem Parisienne-Ausstecher das Kerngehaeuse der halbierten Aepfel entfernen. Diese mit Zitronensaft betrauefeln. Walnuesse vierteln, mit Butter und Honig in einer Pfanne karamellisieren. Die vorbereiteten Apfelhaelften auf ein Blech setzen und in dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen 10 bis 15 Minuten braten. Sahne steif schlagen. Vanille-Eis mit gemahlenem Zimt cremig ruehren. Brataepfel aus dem Backofen nehmen. In die Vertiefung Zimteis portionieren und heisse Nuesse darueber streuen. Mit geschlagener Sahne dekorieren. Den angerichteten Dessertteller mit etwas Staubzucker bestreuen.

:Stichworte : Apfel, Bratapfel, Österreich, Süßspeise, Vorarlberg  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Vorarlberg  
: : Folge 247, vom 14. Januar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gefüllte Eier mit Sardellencreme  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

6 Eier, hart gekochte  
100 g Butter, weiche  
1 tb Zitronensaft,  
Salz,  
Pfeffer,  
2 ts Sardellenpaste,  
1 zerdrückte Knoblauchzehe

Die Eier schaelen, halbieren, das Eigelb sorgfaeltig herausloesen und in eine Schuessel geben. Die Eiweiss unten etwas flach schneiden und zugedeckt beiseite stellen.

Butter und Zitronensaft schaumig ruehren. Sardellenpaste und Knoblauchzehe darunter mischen. Die Eigelb mit einer Gabel gut zerdruecken und unter kraeftigem Ruehren unter die Buttermischung geben.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mit dem Spritzsack die Creme in die vorbereiteten Eier fuellen. Kuehl servieren.

:Stichworte : Buffet, Butter, Creme, Ei  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Butter  
: : Folge 232, vom 26. März 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gefüllte Ente  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Ente (2 bis 2 1/2 kg mit  
-Herz und Leber),  
2 Handvoll getrocknete  
-Kastanien oder  
500 g frische Kastanien,  
1 tb Butter,  
2 Äpfel,  
2 Zwiebeln,  
1 Handvoll Rosinen,  
2 tb gehackte Petersilie,  
1 tb gehacktes Basilikum,  
1 Ei,  
Salz,  
Pfeffer

Die getrockneten Kastanien ueber Nacht einweichen, die Haeutchen entfernen, 20 Minuten in Salzwasser kochen, abseihen. Frische Kastanien einschneiden, 5 Minuten kochen, schaelen. Die Zwiebeln schaelen und hacken. Die Aepfel ebenfalls schaelen, vom Kerngehaeuse befreien und in feine Wuerfel schneiden. Leber und Herz in feine Scheiben schneiden.

Die Butter zergehen lassen, Zwiebeln, Aepfel, Kastanien und die Rosinen etwa 10 Minuten daempfen. Leber und Herz dazugeben und kurz mitduesten. Alles in eine Schuessel geben und etwas auskuehlen lassen.

Dann das Ei, die Kraeuter, Salz und Pfeffer daruntermengen und damit die Ente fuellen, zunaehen. Mit der Brust nach oben auf den Gitterrost im auf 200 Grad vorgeheizten ca. 1 Stunde braten. Gelegentlich begiessen. Dann die Temperatur zurueckstellen auf 150 Grad.

Bratdauer: 40 Minuten pro Kilogramm. Danach die Ente mit Salzwasser (2 TL Salz auf 4 EL heisses Wasser) bepinseln und nochmals 20 Minuten im Backofen braten.

:Stichworte : Ente, Geflügel, Kastanie  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kastanien  
: : Folge 056 vom 23. November 1990  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gefüllte Gurken  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

2 Gurken  
150 g Kalbsbrät,  
3 tb Semmelbrösel,  
Muskatnuss,  
Pfeffer,

Salz,  
 1 Msp. getr. Thymian,  
 1 Msp. Piment,  
 Olivenöl,  
 1 ts Zucker,  
 1 tb Tomatenmark,  
 4 Tomaten (gehäutet und in  
 -Viertel geschnitten),  
 1 Schalotte (fein gehackt)

Gurken in etwa 5 bis 6 cm lange Stuecke schneiden und jeweils fast bis auf den Grund z. B. mit dem Apfelausstecher aushoehlen.

In heissem Olivenoel die Zwiebeln glasig werden lassen. Zucker darin karamellisieren lassen, Tomatenmark darunter ruehren bis eine Creme entsteht. Die Tomaten beifuegen und das Ganze ca. 20 Minuten koecheln lassen.

In der Zwischenzeit die Schalotte mit dem Braet mischen, mit Muskatnuss, Thymian, Salz und Pfeffer wuerzen und die Semmelbroesel gut darunter mengen.

Mit dieser Masse die Gurkenstuecke fuellen.

Wenn nach 20 Minuten die Tomatensauce fertig ist, die Tomatenstuecke mit der Gabel zerdruecken, mit Salz, Pfeffer, Piment und Thymian wuerzen. Die gefuellten Gurkenstuecke in die Sauce setzen und zugedeckt auf kleinster Flamme ca.

1/2 Stunde garen.

:Stichworte : Gemüse, Gurke  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Kohlrabi und Gurken  
 : : Folge 237, vom 18. Juni 2000  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
 ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gefüllte Kohlrabi  
 Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
 Yield: 1 Keine Angabe

2 Kohlrabi,  
 1/2 Zwiebel (fein gehackt),  
 10 g Butter,  
 50 g Hackfleisch,  
 50 g Brot ohne Rinde,  
 ca. 100 ml Milch,  
 1 bis 2 Eigelb,  
 Salz,  
 Muskatnuss,  
 200 ml Bouillon,  
 3 bis 5 EL Sahne,  
 20 g Butter

Kohlrabi waschen, schaelen, halbieren und im Salzwasser fast weich kochen.

Mit einem Apfelausstecher aushoehlen und den Boden etwas flach schneiden.

Das Brot in Wuerfel schneiden und mit heisser Milch uebergiessen, einweichen lassen.

Zwiebel in Butter glasig werden lassen, das Hackfleisch dazugeben und

mitduensten.

Die ausgedruckten Brotwuerfel zur Zwiebel-Hackfleisch-Mischung geben, gut vermischen und mit den angegebenen Gewuerzen herzhaft abschmecken. Mit der Masse den ausgehoehlten Kohlrabi fuellen und in eine ausgebutterte Gratinform stellen. Boullion dazugiessen (ca. 1 cm hoch), eventuell etwas Rahm beifuegen. Butterstueckchen auf der Oberflaeche verteilen und im Ofen 20 bis 30 Minuten weichdaempfen.

:Stichworte : Gemüse, Kohlrabe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kohlrabi und Gurken  
: : Folge 237, vom 18. Juni 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gefüllte Papaya  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 lg (ca. 2 kg) unreife Papaya,  
2 tb Butter,  
2 Zwiebeln,  
2 Tomaten, evtl. mehr  
150 g Semmelmehl,  
200 g Schinkenwürfel oder  
350 g Hackfleisch oder  
200 g Käse,  
eventuell Pilze,  
Paprika,  
Erbsen,  
Salz  
Pfeffer

Hierzu die laengs halbierte, entkernte Papaya entweder 15 Minuten in Salzwasser kochen oder spaeter (gefuellt) im Backofen in einem Bratopf in reichlich Wasser garen lassen. Fuer die Fuellung die Zwiebeln in Butter anbraten, dazu feingehacktes Papayafleisch aus der Mitte der Frucht geben, die Tomaten, frisch oder aus der Dose, Semmelmehl, Schinken in Wuerfel oder Hackfleisch. Die Fuellung kann zusaetzlich 100 bis 200 g Pilze, 2 kleingeschnittene Paprika, gruene Erbsen, Knoblauch, Petersilie oder Zwiebellauch enthalten.

Die Mischung mit Salz und Pfeffer wuerzen. Diese Fuellung ohne Kaese (der wird erst vor dem Backen hinzugefuegt) in einem Topf auf niedriger Flamme und bei wiederholtem Umruehren so lange leise kochen lassen, bis eine ziemlich feste Masse entstanden ist. Nach Geschmack wuerzen. In die Papayahaelften fuellen, entweder mit Kaese oder Butterfloeckchen bestreuen und je nach Reifegrad der Frucht 45 bis 90 Minuten bei 190 Grad C backen.

War die Frucht in Salzwasser vorgekocht, so genuegt eine kuerzere zeit, um die Fuellung zu gratinieren (20 Minuten).

:Stichworte : Exotisch, Frucht, Gemüse, Papaya  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte II - Papaya, Mango  
: : Folge 058, vom 08. Februar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
: : aus: Das große Buch der Früchte, Südwestverlag  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gefüllte Paprika, italienisch  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 tb Butter,  
1 tb Olivenöl,  
1/2 Zwiebel,  
1 Knoblauchzehe,  
150 g italienischer Reis (am  
-besten Arborio),  
100 ml Weißwein (am besten  
-Frascati),  
1 Msp. Safran,  
700 ml Hühnerbrühe,  
50 g geriebener Parmesan,  
100 g gekochter Schinken,  
4 tb Sahne, Butterflöckchen

Die Butter und das Olivenoel heiss werden lassen, die fein gehackte Zwiebel und den gepressten Knoblauch darin anduensten, den Reis dazugeben, durchdaempfen, mit dem Weisswein abloeschen. Safran beigeben und schoepfloeffelweise 400 ml Huehnerbruehe. Immer wieder einkochen lassen. Gesamte Kochdauer des Reises: 18 Minuten. Topf vom Feuer nehmen und den geriebenen Parmesan darunter mengen. Zugedeckt 3 Minuten stehen lassen. Den Schinken in Streifen schneiden und zusammen mit Sahne unter den Risotto mischen. Die vorbereiteten Paprikaschoten damit fuellen und in eine ausgebutterte Auflaufform stellen. 300 ml Huehnerbruehe ringsum giessen.

Butterfloeckchen darueber streuen. Die Auflaufform fuer ca. 20 Minuten in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen stellen.

:Stichworte : Gemüse, Italien, Paprika  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Paprikaschote, grün, gelb und rot  
: : Folge 197, vom 30. August 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gefüllte Paprika, türkisch  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

3 tb Korinthen,  
200 ml Olivenöl,  
1 Zwiebel,  
200 g Reis,  
5 tb Pinienkerne,  
1/2 ts Zimt,  
2 tb Petersilie,  
1 tb Pfefferminze,  
Salz,  
Pfeffer,

700 ml Wasser,

Die Korinthen mit heissem Wasser uebergiessen und 1/2 Stunde stehen lassen. Die Haelfte des Oels erhitzen, die abgeseihten Korinthen, die fein geriebene Zwiebel, Reis, Pinienkerne, Zimt, fein gehackte Petersilie, fein gehackte Pfefferminze und 500 ml Wasser begeben. Salzen, pfeffern. Zugedeckt koecheln lassen bis das Wasser vom Reis aufgesaugt ist (ca. 20 Minuten).

Die Masse in die vorbereiteten Paprika fuellen. Diese in einer gut gebutterten Auflaufform dicht an dicht aufreihen.

Mit 100 ml Olivenoel und 200 ml Wasser uebergiessen. Nochmals salzen. Fuer 20 Minuten in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen geben.

:Stichworte : Gemüse, Paprika, Türkei  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Paprikaschote, grün, gelb und rot  
: : Folge 197, vom 30. August 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gefüllte Paprika, ungarisch  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

5 tb Olivenöl,  
2 Zwiebeln,  
1 Knoblauchzehe,  
200 g Reis,  
400 ml Wasser, ca.  
Salz,  
Pfeffer,  
400 g Rindfleisch,  
1 tb Paprikapulver,  
1 Ei,  
500 g Tomaten,  
1 tb Petersilie,  
1 tb Thymian

2 EL Oel erhitzen, 1 fein gehackte Zwiebel und die gepresste Knoblauchzehe darin glasig duensten. Reis dazugeben und mitduensten. Mit dem Wasser abloeschen. Salzen und pfeffern und zugedeckt auf kleiner Flamme garen (ca. 20 Minuten). Dann auskuehlen lassen.

2 EL Oel heiss werden lassen und das gehackte Fleisch darin anbraten. Paprikapulver darueber staeuben. Auskuehlen lassen.

Dann mit dem gekochten Reis und dem verquirlten Ei vermengen. Die vorbereiteten Paprikaschoten damit fuellen und in eine ausgebutterte Auflaufform stellen.

1 EL Oel heiss werden lassen, 1 fein gehackte Zwiebel darin anduensten, die geschaelten Tomaten und die Kraeuter begeben. Salzen und pfeffern und 1/4 Stunde koecheln lassen. Eventuell nochmals nachwuerzen. Durch ein Sieb streichen und zu den Paprika geben. Im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten ueberbacken.

:Stichworte : Gemüse, Paprika, Ungarn  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Paprikaschote, grün, gelb und rot  
: : Folge 197, vom 30. August 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt



:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gefüllte Tomaten mit Eihaube  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 lg Tomaten  
50 g frische Champignons  
50 g gekochten Schinken  
1 sm Zwiebel  
Petersilie  
Salz  
Pfeffer aus der Mühle  
Muskat  
einige Tropfen Zitronensaft  
einige Tropfen Worcetster  
4 Eier  
50 g geriebener Parmesan  
Schnittlauch

Mit einem scharfen Messer von den Tomaten eine Haube abschneiden und das Innere mit einem Teelöffel herausnehmen. Die Tomaten in eine ausgefettete Auflaufform setzen.

Die geputzten Champignons, den kleingeschnittenen Schinken, die Zwiebel und die Petersilie fein hacken und in Butter duensten. Mit Salz, Pfeffer, Muskat, Zitronensaft und Worcester kraeftig wuerzen und die Tomaten zur Haelfte damit fuellen. Auf die Fuellung ein rohes Ei setzen, so dass das Eigelb in der Mitte der Tomate sitzt. Mit dem Kaese bestreuen und in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen geben bis das Ei gestockt ist.

:Stichworte : Ei, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 211, Die Sendung vom Ei  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
lg: gross.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gefüllte Zwiebeln  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

8 mittelgroße Zwiebeln,  
1 1/2 l Wasser,  
1 ts Salz,  
2 tb Olivenöl,  
300 g Rinderhack,  
1 Knoblauchzehe,  
1 tb Petersilie,  
1 tb Liebstöckel oder Salbei,  
1 Brötchen,  
4 tb Zwiebelsud oder  
-Fleischbrühe,

1 ts Zitronensaft,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskatnuss,  
50 g Mandeln

Die Zwiebeln in kochendes Salzwasser geben, weichkochen (ca. 15 Minuten), mit einem Schaumloeffel aus dem Sud heben (Sud aufbewahren). Zwiebeln so aushoehlen, dass die Form erhalten bleibt, in eine gebutterte Gratinform setzen. Das Innere der Zwiebeln fein hacken.

Das Oel heiss werden lassen, restliche Zutaten nach und nach beugeben. Daempfen, bis keine Fluessigkeit mehr vorhanden ist. Mandeln beugeben. Die Zwiebeln damit fuellen, ringsum etwa 1 cm hoch Zwiebelsud angiessen. Im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen 15 Minuten backen.

:Stichworte : Gemuese, Zwiebel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Zwiebel - hat 7 Haute, beisst alle Leute  
: : Folge 186 vom 25. Januar 1998  
: : von Kathrin Ruegg und Werner O. FeiBt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gefuellter Gockel  
Categories: Gefluengelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 lg frisches Haehnchen,  
1 Brötchen,  
1 Zwiebel gewürfelt,  
Petersilie gehackt,  
1 tb Korinthen, gehäuft  
2 Eier,  
100 g Bratwurstfüllsel oder  
-Hackfleisch und geschabte  
-Geflügelleber,  
Butter,  
1 Karotte,  
1 Tomate,  
1 Zwiebel,  
den Anschnitt von einem  
-Schwarzbrot

Fuellung: Broetchen in Wasser einweichen und gut ausdruecken. Die Zwiebel mit der Petersilie in etwas Butter anduensten, das zerpflueckte Broetchen dazugeben und unter staendigem Wenden duensten (es darf sich keine Kruste bilden). Pfanne vom Feuer nehmen und schnell ein Ei druntermischen; das Ei muss sich mit der Masse gut verbinden. Alles etwas abkuehlen lassen; das weitere Ei und die uebrigen Zutaten untermischen - kraeftig abschmecken.

Das ausgenommene, gewaschene Haehnchen mit Pfeffer und Salz innen wuerzen, die Fuellung hineingeben und dann zunaehen. Das Haehnchen von aussen pfeffern und salzen und dann in etwas Butter mit Karotte, Tomate, Zwiebel und Schwarzbrot leicht anbraten, mit ca. 1/2 l Fluessigkeit abloeschen und zum Garen in den vorgeheizten Backofen geben; waehrend des Garens sollte das Haehnchen des oefteren mit der

Sosse begossen werden; die letzte Viertelstunde jedoch nicht mehr, damit das Gefluegel knusprig wird (Garzeit ca. 1 1/2 Stunden). Die Sosse durch ein Sieb geben und separat reichen.

:Stichworte : Geflügel, Huhn, Pfalz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Pfälzerwald  
: : Folge 140, vom 29. November 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gefüllter Hefefladen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

500 g Mehl,  
40 g Hefe,  
70 g Zucker,  
1/4 l lauwarme Milch,  
50 g weiche Butter,  
1 Ei,  
1 pn Salz

MMMMM-----Füllung:-----

200 g getrocknete Aprikosen,  
4 tb Aprikosengeist oder Rum,  
200 g Marzipan-Rohmasse,  
2 tb weiche Butter,  
1/2 ts Zimt

MMMMM-----Zum Bestreichen:-----

1 Eigelb

Das Mehl in eine Schuessel sieben und in die Mitte eine Vertiefung druecken. Die Hefe in die Vertiefung broeckeln und mit 1 EL Zucker und 4 EL Milch und etwas Mehl zu einem Vorteig verruehren. Mit einem Tuch zugedeckt an einem warmen Platz 15 Minuten gehen lassen.

Den restlichen Zucker, die restliche Milch, die Butter, das Ei und das Salz hinzufuegen. Alles gut verkneten und den Teig so lange schlagen, bis er sich vom Schuesselrand loest und Blasen wirft. Den Teig zugedeckt an einem warmen Platz gehen lassen, bis er das doppelte Volumen erreicht hat; das dauert etwa 20 bis 30 Minuten. Die Aprikosen in kleine Wuerfel schneiden, mit dem Aprikosengeist oder dem Rum begiessen und zugedeckt 15 Minuten ziehen lassen.

Die Marzipanmasse mit der Butter und dem Zimt verkneten und die Aprikosenwuerfel einmengen.

Die Arbeitsflaechen mit Mehl bestaeuben und den Hefeteig darauf zu 2 gleich grossen 2 cm dicken, ovalen Fladen ausrollen. Einen Fladen bis zu 2 cm vom Rand mit der Fuellung bestreichen, den zweiten Fladen darauf legen und die Raender andruecken.  
Den Rand des Fladens ringsherum im Abstand von 2 cm mit einem scharfen Messer 2 cm tief einschneiden. Jeweils einen Teigstreifen ueber den anderen ziehen, so dass ein gezackter Rand entsteht. Den gefuellten

Fladen auf ein gefettetes Backblech legen, mit Eigelb bestreichen und in dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen (auf mittlerer Rille) 30 Minuten goldbraun backen.

:Stichworte : Gebäck, Hefeteig  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Allerlei aus Hefeteig  
: : Folge 251 vom 11. März 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gehackte Leber (Eine Vorspeise für Schabbat)  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

2 lg Zwiebeln,  
6 tb Sonnenblumenöl oder  
-entsprechend Gänse- bzw.  
-Hühnerschmalz,  
250 g Kalbs- oder Geflügelleber,  
4 Eier, hart gekochte  
Pfeffer,  
Salz

Die fein gehackten Zwiebeln in Oel anbraten. Leber in grobe Wuerfel schneiden, dazugeben und so lange braten, bis sie schoen gar ist. Etwas abkuehlen lassen.

Leber und hartgekochte Eier durch den Fleischwolf drehen. Mit dem Saft, der in der Pfanne blieb, mischen. Salzen und pfeffern. Falls die Lebermischung zu trocken ist, etwas Oel oder Gaense- bzw. Huehnerschmalz zufuegen.

Das Gericht entweder portionsweise anrichten oder zu einem Laib formen. Mit Tomaten und gruener Paprikaschote garnieren und rotem Paprikapulver bestreuen. Dazu Challa servieren.

Dieses Gericht wird natuerlich schon am Tag vor Schabbat zubereitet.

:Stichworte : Geflügel, Innerei, Kalb, Koscher, Leber, Vorspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit der Frau des Rabbi  
: : Folge 222, vom 24. Oktober 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gelbe Nudeln  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----für den Grund-Teig siehe:-----

Festtagsnudeln oder  
Hartweizengrießnudeln oder

## Vollkornnudeln

MMMMM-----sowie:-----

2 Msp. Safranpulver (oder  
-Safranfäden)

Gewuenschten Grund-Teig wie jeweils beschrieben herstellen. 2  
Messerspitzen Safranpulver unter das Mehl mischen oder Safranfaeden in  
2 El heissem Wasser auflösen und unter die Zutaten des obigen  
Grundrezeptes mischen und gut miteinander verkneten.

:Stichworte : Grundlage, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 213, Die Sendung von den Nudeln  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gelbe Paprikasuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g gelbe Paprika,  
1 Schalotte,  
1 Knoblauchzehe,  
1 tb Olivenöl,  
1 l Gemüsebrühe,  
1 sm Pfefferschote, rote  
150 ml Sauerrahm,  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle

Strunk und Kerne der Paprika entfernen. Die Schoten in kleine Stuecke  
schneiden. Oel erhitzen, die Gemuesestueckchen, die fein gehackte  
Schalotte und die gepresste Knoblauchzehe darin angehen lassen. Mit der  
Gemuesebruehe abloeschen und zugedeckt ca. 5 Minuten kochen. Wenn das  
Gemuese weich ist, mit dem Mixstab puerieren. Die Suppe durch ein Sieb  
streichen, damit die Haut zurueckbleibt. Die Suppe mit Salz und Pfeffer  
abschmecken, eventuell noch etwas Gemuesebruehe dazugeben. Mit  
Sauerrahm verfeinern. Vor dem Servieren die in feine Ringe geschnittene  
Pfefferschote darueberstreuen.

:Stichworte : Paprika, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Paprikaschote, grün, gelb und rot  
: : Folge 197, vom 30. August 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gemspfeffer  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg in ragoutgroße Stücke  
-geschnittenes Gemsflei  
3/4 l Veltliner-Wein,  
1/4 l Rotweinessig, guter

1 Karotte, in Rädchen  
 -geschnitten,  
 1/2 Lauchstengel, längs  
 -aufgeschnitten,  
 1/4 Sellerieknolle, gevierteilt,  
 1 Zwiebel, geviertelt,  
 10 schwarze Pfefferkörner,  
 10 Wacholderbeeren,  
 3 Knoblauchzehen,  
 -entzweigegeschmitt  
 3 Lorbeerblätter,  
 1 bn Petersilie,  
 1 ts Salz

MMMMM-----Sauce:-----

3 tb Sonnenblumenöl,  
 3 ganze Walnüsse samt der  
 -harten Schale,  
 3 tb Öl,  
 3 tb Mehl,  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 2 dl Rahm,  
 50 g bittere Schokolade, gerieben

Das Fleisch wird in ein Keramikgefaess gegeben, der Wein und saemtliche Zutaten werden aufgeköcht und ueber das Fleisch geschuettet. Zudecken, an einem kuehlen Ort 5-6 Tage stehen lassen. Das Fleisch aus der Beize nehmen (diese nicht wegschuetten!), gut trockentupfen. (Anstatt Gernsfleisch kann auch anderes Wildbret und anstatt Veltliner kann ein anderer schwerer, trockener Rotwein verwendet werden.)

Das Fleisch in zwei Portionen teilen, jede mit 1 EL heissem Sonnenblumenoel scharf anbraten. Mit einer Haelfte der Beize abloeschen, die Walnuesse beigeben, je nach Alter des Tieres 1 1/2 - 2 Std. auf kleinem Feuer kochen, eventuell von der zurueckbehaltenen Beize noch mehr zugeben. In einer weiteren Pfanne das Oel erhitzen, das Mehl beigeben und braun roesten, die Pfanne vom Feuer nehmen, mit dem Rest der Beize das geroestete Mehl abloeschen, fuerf Minuten koecheln lassen, den Rahm und die Schokolade beifuegen, nochmals bis knapp zum Siedepunkt erhitzen (aber nicht mehr kochen!). Die Walnuesse im Fleisch entfernen, die Sauce ueber das Fleisch schuetten. Mit Polenta oder Teigwaren servieren.

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Kochen wie in Graubünden  
 : : Folge 114, vom 14. September 1994 und  
 : : Folge 115, vom 28. September 1994  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
 dl: deciliter  
 tb: El.  
 ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gemüse aus Karotten und Sojasprossen  
 Categories: Beilage  
 Yield: 1 Keine Angabe

800 g Karotten (gewaschen,  
-geschält und geraffelt  
Saft 1 Zitrone,  
2 tb Butter,  
2 tb Zucker,  
1/2 l Hühnerbrühe,  
6 Hand voll Sojasprossen,  
1 tb Petersilie (gehackt)

Zucker in Butter leicht karamellisieren, Karotten darin wenden, mit Zitronensaft abschmecken und mit der Brühe auffüllen. 30 Minuten koecheln lassen. Sprossen dazugeben und weitere 5 Minuten daempfen. Mit Petersilie bestreuen.

:Stichworte : Gemüse, Keimling, Möhre, Sprosse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Keimlinge und Sprossen  
: : Folge vom 09. Februar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gemüse im Römertopf  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

2 Zwiebeln,  
200 g Lauch,  
200 g Karotten,  
200 g Sellerie,  
200 g Tomaten,  
200 g Paprikaschoten,  
200 g Auberginen (oder  
-Bleichsellerie, Steckrüben,  
-Weißkohl),  
Salz,  
Pfeffer,  
Zitronensaft

Roemertopf 15 Minuten waessern, das in Scheiben geschnittene Gemuese hineingeben, Salz, Pfeffer und Zitronensaft beifuegen und das Gericht 60 Minuten bei 250 Grad schmoren.

:Stichworte : Beilage, Gemüse, Römertopf  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Leichter in den Frühling  
: : Folge 188, vom 22. Februar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gemüse mit Curry  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 mittelgroße Zwiebel, Butter,  
500 g klein geschnittenes Gemüse  
-(z.B.

Kartoffeln,  
 Karotten,  
 Erbsen,  
 Bohnen,  
 Blumenkohl,  
 Auberginen,  
 Zucchini etc.),  
 1 ts Paprikapulver,  
 2 ts Curry,  
 Salz,  
 2 ts Koriander,  
 2 Tomaten, evtl. mehr  
 1 c Wasser

Zwiebel reiben und in heissem Oel anschwitzen, das Gemuese und die Gewuerze hinzufuegen. Alles ca. 2 bis 3 Minuten daempfen, dann die enthaeuteten und klein geschnittenen Tomaten dazugeben und gut umruehren. Mit Wasser aufgiessen und das Gemuese langsam gar kochen lassen (ca. 35 Min.). Mit gekochtem Reis servieren.

:Stichworte : Beilage, Gemüse  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Leichter in den Frühling  
 : : Folge 188, vom 22. Februar 1998  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

c: Tasse  
 ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gemüse mit Muskat  
 Categories: Beilagen  
 Yield: 1 Keine Angabe

300 g Karotten,  
 400 g Zucchini,  
 50 g Butter,  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 Muskatnuss

Karotten und Zucchini putzen und klein schneiden. In heisser Butter anduensten. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss wuerzen.

:Stichworte : Gemüse, Gewürz, Muskat  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Gewürz I  
 : : Folge 191, vom 05. April 1998  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gemüse-Gazpacho (kalte Gemüsesuppe)  
 Categories: Vorspeisen, Suppen  
 Yield: 1 Keine Angabe

200 ml trockener Weißwein,  
 1/2 ts zerstoßene Koriandersamen,  
 1 pn zerstoßene



schwarze Pfefferkörner,  
 1 Lorbeerblatt,  
 1 tb Basilikum,  
 1 Knoblauchzehe,  
 600 ml Hühnerbrühe,  
 1 ts Zitronensaft,  
 4 tb Paniermehl,  
 1 tb gehackte Petersilie,  
 800 g Tomaten,  
 1 Gurke,  
 2 grüne Paprika,  
 1 Stangensellerie,  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 6 tb Olivenöl,  
 3 sl Toastbrot

Weisswein, zerstoßene Koriandersamen, zerstoßener Pfeffer,  
 zerbroeselt Lorbeerblatt, fein geschnittenes Basilikum miteinander  
 aufkochen und auf kleinem Feuer auf die Hälfte einkochen lassen (ca.  
 20 Minuten). Danach abseihen und mit Hühnerbrühe, Zitronensaft,  
 Paniermehl, Petersilie und der Hälfte des Gemüses in den Mixer geben,  
 gut miteinander vermischen und würzen. Wer die Suppe etwas sämiger  
 haben möchte, gibt zusätzlich noch etwas Paniermehl dazu. Das Ganze  
 nun einige Stunden kaltstellen.

2 EL Olivenöl erhitzen, den Knoblauch leicht darin anrosten. Die  
 Brotwürfel beigegeben, hellbraun rösten.

Die zurückbehaltenen Gemüse einzeln in Schälchen geben, ebenfalls so  
 die Brotwürfelchen. Die Suppe mit 4 EL Olivenöl vermengen und in  
 kalten Suppentassen zusammen mit den Brot- und Gemüsewürfelchen  
 servieren.

(Feisst/Rüegg: "Grossmutter's Mittelmeerküche - Kochen wie im Urlaub",  
 Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Andalusien, Gemüse, Kalt, Mittelmeer, Spanien, Suppe  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Mittelmeerküche - Andalusien  
 : : Folge 153, vom 26. Juni 1996  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
 pn: Prise  
 sl: Scheib.  
 ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gemüsepastete  
 Categories: Pasteten, Terrinen  
 Yield: 1 Keine Angabe

500 g Blumenkohl,  
 300 g Spinat,  
 150 g enthülste grüne Erbsen,  
 200 g Karotten,  
 1 tb Butter,  
 4 Eiweiß,  
 Salz,  
 Pfeffer,

Muskat,  
1 tb Grieß, evtl. mehr  
2 gekochte Eier

Den geputzten Blumenkohl und die Moehren sowie die gruenen Erbsen getrennt in wenig Salzwasser duensten. Den verlesenen Spinat ueberbruehen und abkuehlen lassen.

Den Blumenkohl durch ein Sieb passieren oder mit dem Mixstab zerkleinern, salzen, pfeffern und mit Muskat wuerzen, mit dem Eiweiss und dem Griess gruendlich verruehren und die gruenen Erbsen untermischen.

Eine mit Butter gefettete Pastetenform mit Spinatblaettern auslegen und schichtweise mit der Blumenkohlmasse und den Moehren fuellen, so dass obenauf eine Schicht Blumenkohlmasse kommt. Mit den restlichen Spinatblaettern abdecken und mit dem Deckel oder Alufolie verschliessen. Die Pastetenform in einen mit Wasser gefuellten Braeter stellen und im Wasserbad im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 40 Minuten garen.

Die fertige Pastete in der Form abkuehlen lassen. In fingerdicke Scheiben schneiden und mit Eischeiben belegen.

:Stichworte : Gemüse, Pastete  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Junges Gemüse  
: : Folge 172, vom 25. Mai 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gemüsequiche (ab 15. Monat)  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM---Für den Mürbeteig (Quicheform von 20 cm Durchmesser):-----

200 g Weizenmehl (Typ 880)  
Mehl für das Backbrett  
100 g kalte Butter  
Butter zum Einfetten der  
-Quicheform  
Meersalz  
50 ml kaltes Wasser, evtl. mehr

MMMMM-----Für die Füllung:-----

1 Mangold oder  
400 g geputzter Blattspinat  
150 g Petersilienwurzeln  
1 Stange Lauch (weißer Teil)  
3 tb Butter  
1 Msp. Frisch geriebene  
-Muskatnuss  
200 g Frischkäse  
2 Eier  
125 ml Sahne  
1 tb Weizenmehl(Typ 880)  
100 g frisch geriebener Butterkäse

Fuer den Muerbeteig Mehl auf ein Backbrett sieben. In die Mitte eine Mulde druecken. Kalte Butter klein wuerfeln. Butter und 1 gute Prise Meersalz zum Mehl geben und das Ganze zum Muerbeteig verkneten. Immer wieder etwas Wasser tropfenweise dazugeben. Den Teig zu einer Kugel formen, in Klarsichtfolie einschlagen und etwa 1 Stunde kalt stellen. Fuer die Fuellung Mangold oder Blattspinat putzen, waschen und tropfnass in einem grossen Topf etwa 5 Minuten im eigenen Saft zugedeckt duensten.

Den gekochten Mangold oder Blattspinat in ein Sieb abgiessen, mit kaltem Wasser ueberbrausen (damit die gruene Farbe erhalten bleibt) und die ganze Fluessigkeit ausdruecken. Petersilienwurzeln waschen, putzen und auf einer Rohkostreibe fein raspeln. Lauch putzen, waschen und der Laenge nach vierteln. Die weissen Teile in 1/2 cm grosse Stuecke schneiden. 2 EL Butter in einer Kasserolle erhitzen. Lauchstuecke hineingeben und etwa 2 Minuten duensten. Petersilienwurzelraspeln hinzufuegen und weitere 8 bis 10 Minuten zugedeckt duensten.

Ausgedrueckten Mangold oder Blattspinat untermischen. Mit 1 Prise Meersalz und Muskatnuss wuerzen. Die Haelfte des Frischkaeses in die Gemuesemischung einruehren. Backofen auf 200 Grad (Gas Stufe 3) vorheizen. Eine Quicheform mit etwas Butter austreichen und mit Mehl bestaeuben. Den Muerbeteig auf dem bemehlten Backbrett ausrollen und die Form damit ausschlagen. Mit den Fingern einen Rand bilden. Teigboden mit einer Gabel einstechen. Gemuesemischung auf dem Boden verteilen.

Eier, Sahne und den restlichen Frischkaese in einer Ruehrschuessel verruehren. Mit Mehl binden und mit 1 Prise Meersalz und Muskatnuss wuerzen. Geriebenen Kaese untermischen und die Masse ueber die Gemuesemischung giessen. Fuellung glattstreichen, mit restlicher Butter belegen und im vorgeheizten Backofen etwa 35 Minuten auf der mittleren Schiene backen (statt der Petersilienwurzeln koennen auch Karotten oder Zucchini verwendet werden).

:Stichworte : Gemuere, Kleinkind, Quiche  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Gesunde Kost fuer kleine Feinschmecker  
: : Folge 181, vom 09, November 1997  
: : aus dem Buch von Monika Arndt: Das Baby-Kochbuch,  
: : gesunde Ernahrung fuer Ihr Kind, dtv 36536 entnommen.  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schaefter

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gemuesesuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 2 Personen

100 g Tomaten,  
400 ml entfettete Fleisch- oder  
-Knochenbruehe,  
100 g Gemuere (z. B. Weisskohl,  
-Lauch, Sellerie, Karotte,  
-Zwiebel),  
1/2 Knoblauchzehe,  
Salz,  
weisser Pfeffer,  
Muskatnuss,  
1 pn getrocknetes Basilikum,  
1 pn getrockneter Thymian,  
1 ts fein gehackte Petersilie

Die Tomaten in kleine Stuecke schneiden, mit etwas Bruehe in einer Pfanne duensten. Das Gemuese putzen und in Streifen schneiden. Die Knoblauchzehe mit etwas Salz zerreiben. Die restliche Bruehe aufkochen.

Inzwischen die Tomatenstuecke durch ein Sieb passieren, mit den Gemuesestreifen und dem Knoblauch in der Bruehe 15 bis 20 Minuten garen. Mit Salz, Pfeffer und dem Muskat sowie den Kraeutern wuerzen.

Die Gemuesesuppe mit der Petersilie bestreuen und servieren.

:Stichworte : Diabetes, Gemuese, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen für Diabetiker  
: : Folge 202, vom 08. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
: : 30 kcal

MMMMM

Legende:

pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Genfer Salat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g gekochte Kartoffeln,  
200 g Saucissons (Schweinswürste),  
15 g Speckwürfel,  
200 g Gruyere-Käse,  
2 Gewürzgurken,  
1 ts Kümmel,  
1 Zwiebel,  
5 tb Creme fraiche,  
1 tb Senf, evtl. mehr  
Salz,  
Pfeffer,  
2 tb Öl,  
2 tb Essig

Kartoffeln, Wurst, Kaese und Gurken in kleine Wuerfel schneiden. Die Speckwuerfel beifuegen. Aus Creme fraiche, Senf, Pfeffer, Salz, Oel, Essig und der klein gehackten Zwiebel eine Sauce zubereiten und diese ueber den Salat giessen. Das Ganze gut durchmischen und 1 bis 2 Stunden kuehl stellen. Schwarzbrot und ein kuehles Bier dazu servieren.

:Stichworte : Kartoffel, Salat, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie am Genfer See  
: : Folge 223, vom 07. November 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Geriebener Hefeteig  
Categories: Grundlagen, Informationen

Yield: 2 Kuchenbleche

400 g Mehl  
(Weizenmehl, Typ 405 oder  
-1050,  
Dinkelmehl oder  
-Vollkornmehl),  
1/2 Würfel Hefe,  
2 ts Salz,  
150 g Butter, frische  
8 tb Wasser, evtl. mehr

Mehl und Salz vermischen, die in Floeckchen geschnittene Butter begeben, mit kalten Haenden alles verreiben bis eine gleichmaessige kruemelige Masse entstanden ist. Die in 2 EL Wasser aufgeloeste Hefe dazugeben und gut vermischen. Das Wasser nach und nach beifuegen, kneten bis ein kompakter, elastischer Teig entstanden ist. Den Teig zu einer Kugel formen und zurueck in die Teigschuessel legen. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 1 Stunde gehen lassen. Die Kugel teilen, jedes Stueck ausrollen, in ein Kuchenblech legen, am Rand etwas hoch ziehen. Mit einer Gabel mehrmals einstechen. (jeweils fuer zwei Kuchenbleche bzw. Springformen mit je 30 cm Durchmesser berechnet)

:Stichworte : Grundlage, Hefeteig, Kuchen, Teig  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pikante Kuchen im Herbst  
: : Folge 178, vom 28. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Geriebener Teig mit Apfel  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Mehl  
(kann auch Typ 1050  
-verwendet werden),  
150 g Butter,  
4 tb kaltes Wasser

MMMMM-----Variante:-----

2 bis 3 Eier,  
200 ml Milch,  
100 ml Rahm,  
50 g Rahmquark,  
50 g Zucker,  
1 tb Mehl

Mehl in einer Schuessel sieben. Kalte Butter in kleinen Stueckchen dazugeben. Beides mit den Haenden leicht reiben bis die Masse gleichmaessig kruemelig ist. In der Mitte eine Vertiefung machen. Wasser und Salz in die Vertiefung geben. Mit einem Kochloeffel vermengen. Danach rasch verkneten bis der Teig nicht mehr klebt. 30 Minuten kalt stellen.

Ein rechteckiges Kuchenblech mit Backpapier belegen. Den Teig in der entsprechenden Form auswallen, am Rand 2 cm hochziehen, einstechen.

Bei einem Obstbelag Paniermehl oder gemahlene Nuesse drueberstreuen.

1,5 kg bis 2 Kg Aepfel schaelen und in Scheiben schneiden, flach oder schuppenfoermig auf den Teig legen. Mit Honig bestreichen oder Zucker und Zimt drueberstreuen.

Den Kuchen in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten backen.

Variante:

Man kann auf den Apfelkuchen auch noch einen Guss machen:

Eier gut verklopfen. Die restlichen Zutaten dazumischen und ueber den Apfelkuchen geben. Weitere 10 Minuten backen lassen.

("Kathrin Rueeggs Lieblingskuchen", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Apfel, Backen, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Böden, salzig und süß  
: : Folge 149, vom 24. April 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Geriebener Teig mit Lauch  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Für die Auflage:-----

1 kg Lauch, ca.  
Butter,  
1/8 l Milch,  
1/8 l Sahne,  
200 g geriebener Käse,  
3 Eier,  
Salz,  
Muskat,  
Pfeffer

Obiger Teig fertigen, auswallen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes viereckiges Kuchenblech legen, den Rand 2 cm hochziehen, Teig einstechen.

Den geputzten und gewaschenen Lauch in feine Streifen schneiden, mit einem grossen Stueck Butter duensten und auf den Teigboden geben. Eier, Milch, Sahne und Kaese gut miteinander vermischen und mit Salz, Muskat und Pfeffer wuerzen. Diese Mischung ueber den Lauch geben. Den Lauchkuchen in dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen fuer ca. 25 Minuten backen lassen.

:Stichworte : Backen, Herzhaft, Mehlspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Böden, salzig und süß  
: : Folge 149, vom 24. April 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Geröstete Maultaschen  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

14 Maultaschen in Streifen  
-schneiden,  
1 tb Butterfett,  
3 Eier, verklopft,  
Salz,  
Pfeffer

Die Butter schmelzen, die Maultaschen-Streifen darin roesten. Die Eier wuerzen, daruebergeben, stocken lassen. Gruener Salat gehoert dazu.

:Stichworte : Maultasche, Nudel, Schwaben  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Schwaben  
: : Folge 135, vom 11. September 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Geröstetes Sauerkraut mit Schupfnudeln  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Sauerkraut:-----  
3 tb Schweineschmalz,  
1 Zwiebel, fein gehackt,  
1 kg rohes Sauerkraut,  
200 ml Fleischbrühe,  
200 g roher Schinken am Stück

MMMMM-----Schupfnudeln:-----  
500 g Schalenkartoffeln vom  
-Vortag,  
2 Eier,  
4 tb Mehl,  
Salz,  
Muskat,  
2 l Wasser,  
1 tb Salz

Das Schmalz schmelzen, zuerst die Zwiebel glasig duensten, dann das Sauerkraut beigeben. Braun roesten. Etwas von der Fleischbruehe angiessen. Das Fleisch darauf legen. Zugedeckt weichkochen, dabei nach und nach die Fleischbruehe zugeben.

Die Kartoffeln durchpressen. Eier und Mehl daruntermengen, mit Salz und Muskat wuerzen. Wenn der Teig fest ist, kleinfingerlange Roellchen formen. Das Wasser mit dem Salz aufkochen, die Schupfnudeln portionenweise darin kochen bis sie auf der Wasseroberflaeche schwimmen. Mit dem Schaumloeffel herausheben, abtropfen lassen. Zum Sauerkraut servieren. Man kann sie auch als Beilage zu Fleisch, zu Salaten, eingemachtem Obst oder Apfelkompott reichen.

:Stichworte : Gemüse, Kartoffel, Kohl, Sauerkraut, Schwaben  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Kochen wie in Schwaben  
: : Folge 136, vom 27. September 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gerstensuppe mit Weißwein  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

2 Hand voll Perlgerste  
-(Rollgerste),  
1 l Wasser,  
2 tb Butter,  
1 Hand voll Rosinen,  
2 tb Zucker,  
sl einer halben Zitrone,  
1/2 Stange Zimt,  
1 pn Salz,  
200 ml herber Weißwein,  
2 Eigelb

Perlgerste in wenig kochendem Wasser aufsetzen, etwas frische Butter und einige Zitronenscheiben dazugeben und langsam koecheln lassen. Dabei immer wieder kochendes Wasser nachgiessen. Nach ca. 2 Stunden die gewaschenen Rosinen, Zucker, Zimtstange und etwas Salz zufuegen. Wenn die Gerste weich ist, die Suppe mit dem Wein verfeinern und mit dem Eigelb legieren.

:Stichworte : Gerste, Mosel, Suppe, Wein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : An der Mosel kocht man auch mit Wein  
: : Folge 108 vom 11. Mai 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

pn: Prise

sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gerührter Gugelhupf (Grundrezept)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

5 Eier (300 g),  
300 g Butter,  
300 g Zucker,  
300 g Mehl,  
Salz

Alle Zutaten sollten Zimmertemperatur haben. Sie verbinden sich dann besser miteinander. Deshalb alles rechtzeitig bereitstellen.

Butter schaumig rühren. Zwei Drittel des Zuckers darin unter Rühren auflösen. Die Eier trennen. Das Eigelb zur schaumigen Butter in die



Schuessel geben. Butter, Zucker und Eigelb gut weiter rühren. Das Mehl darauf sieben und gut untermischen. Das Eiweiss steif schlagen, den restlichen Zucker zufügen. Etwas Eischnee unter den Teig rühren um ihn zu lockern. Den restlichen Eischnee danach behutsam unterheben. Den Teig in die eingefettete Form geben und in dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen etwa 50 bis 60 Minuten backen (Probe machen: Stricknadel in Teig stechen, wenn noch Teig daran haengen bleibt, ist der Kuchen noch nicht fertig gebacken).

:Stichworte : Gugelhupf, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gugelhupf  
: : Folge 205, vom 20. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gesalzener Gugelhupf  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Mehl,  
25 g Hefe,  
50 g Butter,  
15 g Zucker,  
1/2 pk Milch,  
1 pn Salz,  
1 Ei,  
100 g Räucherspeckwürfel,  
10 grob gehackte Walnüsse, ca.

Das Mehl in eine Schuessel sieben. In eine Vertiefung den Zucker, die zerbroeselte Hefe und etwas Milch geben. Mit den Fingerspitzen leicht mit etwas Mehl vermengen und 10 Minuten gehen lassen. Die Prise Salz, das Ei und die restliche Milch zugeben und verrühren. Die streichfeste Butter zufügen und den Teig gruendlich durchkneten bis er sich von der Schuessel loest.

Die Speckwuerfel und die grob gehackten Nuesse darunter mischen, den Teig noch einmal kurz durchkneten.

Die Gugelhupfform einfetten, den Teig hineingeben und an einem warmen Ort etwa 1 1/2 Stunden gehen lassen, bis er den oberen Rand der Form erreicht. 30 bis 40 Minuten bei 200 Grad im Backofen backen. Aus der Form stuerzen.

:Stichworte : Gugelhupf, Herzhaft, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gugelhupf  
: : Folge 205, vom 20. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Geschmälzte Maultaschen  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

3 tb Butterfett (ingesottene  
-Butter),  
100 g Bauchspeck, geräuchert, in  
-kleine Würfel geschnitten,  
1 Zwiebel, in Ringe  
-geschnitten,  
14 Maultaschen

Die Butter schmelzen, zuerst die Speckwürfel begeben, dann die  
Zwiebelringe. Beides goldbraun braten. Die Maultaschen in kochendem  
Wasser heiss machen, abseihen, das Zwiebel-Speck-Gemisch darueber  
anrichten.

Kartoffelsalat dazu servieren.

:Stichworte : Maultasche, Nudel, Schwaben  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Schwaben  
: : Folge 135, vom 11. September 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Geschmorte Kalbsbrust  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Marinade:-----

2 tb Olivenöl, evtl. mehr  
1 ts getrocknete oder  
-entsprechend viele frische  
-Rosmarinnadeln  
(gehackt),  
1 Msp getrockneter oder  
1 Zweig frischer Thymian  
-(abgezupft),  
Salz,  
Pfeffer

MMMMM-----Zum Braten:-----

2 tb Olivenöl,  
1 frischer Rosmarinzweig,  
1.5 kg Kalbsbrust mit  
-Rippenknochen (beim Metzger  
-vorbestellen),  
5 Schalotten (je nach Größe  
-in Hälfte oder Viertel  
-geschnitten),  
200 ml Weißwein,  
200 ml Fleischbrühe

Zuerst die Zutaten fuer die Marinade mischen und 5 Minuten ziehen  
lassen.

In eine Kasserolle das Oel und den Rosmarinzweig geben (parfuemieren).  
Wenn das Oel heiss ist, den Zweig herausnehmen, damit er nicht  
verbrennt.

Das ungewuerzte Fleisch im heissen Oel von allen Seiten scharf

anbraten. Dann das Fleisch aus dem Oel nehmen und jede Seite 1 Minute in der Marinade ziehen lassen. Das Fleisch wieder in die Kasserolle geben und bei mittlerer Hitze 1 bis 2 Minuten weiterbraten. Die Schalotten dazugeben und mitdunsten. Wenn die Schalotten Farbe haben, mit Weisswein abloeschen. Zugedeckt das Fleisch 2 bis 2 1/2 Stunden schmoren. Die Hitze so regulieren, dass die Sauce nur sachte koechelt. Von Zeit zu Zeit Fleischbruehe dazugeben und das Fleisch wenden. Das Fleisch aus der Sauce nehmen, in Portionen schneiden und warm stellen. Die Sauce zusammen mit den Schalotten in den Mixer geben und puerieren. Sauce mit dem Fleisch servieren.

:Stichworte : Braten, Fleisch, Kalb, Rosmarin  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Rosmarin  
: : Folge 253 vom 22. April 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Geschmorte Rehschulter  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 4 Personen

1 kg Rehschulter,  
100 g Spickspeck

MMMMM-----Zur Marinade:-----

1/2 l Rotwein,  
1/2 l Essig,  
3/4 l Wasser,  
12 Wacholderbeeren,  
1 Zwiebel,  
1 Karotte,  
50 g Sellerie,  
50 g Lauch

MMMMM-----Für den Kochtopf:-----

5 tb Pflanzenfett,  
Röstgemüse,  
12 Wacholderbeeren,  
1 Lorbeerblatt,  
1 tb Mehl,  
1/4 l Rotwein,  
3 tb Tomatenmark,  
2 l Fleischbrühe,  
100 g Preiselbeeren,  
Salz,  
Pfeffer,  
1/4 ts Thymian,  
100 g Sauerrahm

Weil das Fleisch ganz mager ist, wollte man ihm schon ein bisschen Fett einverleiben. Das besorgt die Spicknadel mit in kleinen Streifen geschnittenem Schweinespeck. Nach einem Beizbad ueber Nacht aus Rotwein, Essig, Wasser und dem ueblichen Wurzelwerk nebst Wacholderbeeren wird das Fleisch abgetrocknet und kommt in den Tiegel. Es wird scharf angebraten.

Nach und nach gibt man das Roestgemuese hinzu. Das sind in Wuerfel oder Scheiben geschnittene Zwiebel, Karotten, Sellerie und Lauch. Der Letztere kommt am Schluss hinzu, damit er nicht bitter wird.

Jetzt tritt der Kochloeffel in Aktion: Man wuerzt mit etwas Salz, Thymian, Pfeffer und Paprika ueber das Angekochte und bestaeubt es mit Mehl. Damit will man erreichen, dass das Fleisch saftig bleibt und nicht seine ganze Kraft in die Sauce verliert. Aufgegossen wird dreimal hintereinander, waehrend alles kocht, mit Rotwein.

Insgesamt braucht man einen Schoppen. Hernach giesst man mit kalter Fleischbruehe auf; kalt deshalb, damit keine Klumpen entstehen. Das Fleisch wird mit der Fleischbruehe bedeckt, ein wenig Tomatenmark eingeruehrt und fertig gekocht. Das dauert gut eine Stunde. Bei diesem Wildgericht wird die Sauce nicht extra gezogen, sondern der Rehruecken bleibt mit seiner "Dicken" fast bis zum Schluss in ehelicher Gemeinschaft.

Bloss kurz vor "Lebensende" erfolgt noch eine kurze Trennung. Da wird "er" aber nicht "kalt"-, sondern warmgestellt, und muss warten, bis "sie" mit Preiselbeeren, Thymian und Sauerrahm, Salz und Pfeffer Bekanntschaft gemacht hat.

Dieses Gericht habe ich im "Hotel Koch" in Ortenburg aufgeschrieben.

:Stichworte : Bayern, Fleisch, Reh, Wild  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Oberbayern  
: : Folge 074, vom 11. September 1992  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Geschnetzeltes Hühnerfleisch mit Sojasprossen  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----für die Marinade:-----

1 tb Speisestärke,  
1 tb Sojasauce,  
1 tb Sherry,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 daumengroßes Stück frischer  
-Ingwer (geschält und fein  
-gerieben)

MMMMM-----Sonstiges-----

500 g Hühnerfleisch  
-(geschnetzelt)  
1 Knoblauchzehe (gepresst),  
2 tb Öl,  
4 Hand voll Sojasprossen,  
etwas Zucker

Die Zutaten fuer die Marinade miteinander vermischen und das Fleisch darin ca. 2 Stunden marinieren. Den Knoblauch in Oel daempfen. Das Fleisch mitsamt der Marinade und den Sprossen begeben und weitere 3

bis 4 Minuten daempfen lassen. Mit Zucker abschmecken.  
:Stichworte : Geflügel, Huhn, Keimling, Sprosse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Keimlinge und Sprossen  
: : Folge vom 09. Februar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gewürzbrot (aus Honigteig)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Bienenhonig,  
200 ml Wasser,  
400 g Zucker,  
8 g Zimt,  
4 g Nelkenpulver,  
4 g Ingwerpulver,  
1 geriebene Muskatnuss,  
abgeriebene Schale von zwei  
-Zitronen,  
250 g Haselnüsse,  
4 tb Rum oder Cognac,  
300 g Mehl (Typ 1050)

MMMMM-----Glasur:-----

4 tb Bienenhonig

Bienenhonig in einem Topf erwaermen. Wasser und Zucker beifuegen. Alles aufkochen. Zimt, Nelkenpulver, Ingwerpulver, geriebene Muskatnuss, abgeriebene Zitronenschale dazugeben. Nochmals aufkochen. Abkuehlen lassen. Gemahlene Haselnuesse, Rum oder Cognac darunter mischen. Mehl darueber sieben. Zuerst mit dem Kochloeffel verruehren, dann auf einer trockenen Arbeitsflaeche zu einem glatten Teig kneten. Den Teig in zwei gleich grosse Stuecke teilen und auswallen. Die Teigplatten auf zwei mit Backpapier ausgelegte Kuchenbleche geben. Im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten backen.

Noch warm in Stuecke von 4 x 4 cm schneiden, dann mit Bienenhonig, den man eventuell fluessig macht, bestreichen. Ueber Nacht auf einem Kuchengitter trocknen lassen.

In Weissblechdosen ist das Gewuerzbrot 8 Wochen haltbar. Dieses Gebaeck ist relativ hart. Zieht man eine weichere Konsistenz vor, so laesst man es einige Tage an der Luft liegen, legt es dann in eine Dose, die einen halbierten Apfel enthaelt. Deckel nicht ganz schliessen.

:Stichworte : Gebäck, Honig, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wußte  
: : Pottasche, Hirschhornsalz, Honigteig  
: : Folge 159, vom 03.November 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gewürzgurken  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg möglichst kleine Gurken,  
3 tb Salz,  
1 l Wasser,  
1 daumenlanges Stück  
-Meerrettich,  
3 Estragon- und 6 Dillzweige,  
1/2 ts schwarze Pfefferkörner,  
1/2 ts Cayennepfeffer,  
400 ml Wasser,  
400 ml Weißweinessig,  
2 tb Zucker,  
1/2 ts Salz

Gurken waschen, abwechselnd mit 3 El Salz in einen Steinguttopf oder ein Einmachglas schichten. Mit Wasser bedecken und 24 Stunden ziehen lassen. Abseihen.

Meerrettich schaelen, fein raffeln oder schneiden. Estragon- und Dillzweige, Pfefferkoerner und Cayennepfeffer abwechselnd mit den Gurken in ein mit heisser Essig-Salzloesung (2 El Essig, 2 El Salz auf 1 l kochendes Wasser) ausgespueltes Schraubdeckelglas oder einen Steinguttopf schichten. Wasser, Weissweinessig, Zucker und 1/2 Tl Salz 5 Minuten miteinander kochen. Heiss ueber die Gurken giessen. Sofort verschliessen. Dunkel und kuehl aufbewahren.

:Stichworte : Eingemacht, Gemüse, Gurke  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Vorräte für den Winter  
: : Folge 177, vom 14. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Giardiniera  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

verschiedenes Gemüse,  
z.B.:  
Gurken,  
Karotten,  
Sellerieknollen,  
Blumenkohl,  
Fenchel,  
Paprika,  
Kirschtomaten  
sowie:  
Weißweinessig,  
Salz

Giardiniera heisst Gaertnerin und damit ist eigentlich schon alles erkluert. Eine "Giardiniera" macht man aus dem, was der Garten hergibt. Wie man sie mischt, spielt keine Rolle, aber an einige Richtlinien

sollte man sich halten:

Das einzumachende Gemuese waschen, eventuell schaelen, eventuell in Stuecke schneiden. Mit Ausnahme von Gurken in einer Loesung von halb Weissweinessig und Wasser al dente kochen. Karotten und Sellerieknollen brauchen ca. 10 Minuten, Blumenkohl und Fenchel 5 Minuten. Paprika und Kirschtomaten benoetigen 3 Minuten - danach deren Haut mit einer Nadel einige Male einstechen. Gurken kocht man in unverduenntem Weinessig je nach Groesse 3 bis 5 Minuten.

Das Gemuese wird mit dem Schaumloeffel aus dem Essigwasser genommen und lagenweise in mit heissem Essig-Salzwasser (2 El Essig, 2 El Salz auf 1 l kochendes Wasser) ausgespuelte Schraubdeckelglaeser so geschichtet; dass sich die verschiedenen Farben abwechseln.

Schliesslich wird frischer, unverduennter Weinessig aufgekocht und ueber das Gemuese gegossen. Die Fluessigkeit sollte das Gemuese vollstaendig bedecken. Sofort verschliessen. Dunkel, kuehl und trocken lagern.

:Stichworte : Eingemacht, Gemüse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Vorräte für den Winter  
: : Folge 177, vom 14. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gigot mariné (in Rotwein marinierte Lammkeule)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 6 Personen

MMMMM-----Für die Marinade:-----

1 l trockener Rotwein, evtl.  
-mehr  
1 tb Essig,  
1 pk Marc de Provence  
-(Tresterschnaps),  
1 tb Olivenöl,  
2 Zwiebeln, grob zerhackt,  
Thymian,  
Lorbeer,  
Pfefferkörner

MMMMM-----Sonstiges-----

1 Lammkeule von etwa 2 kg,  
Salz,  
Pfeffer,  
Olivenöl

Die Marinade mit den angegebenen Zutaten vorbereiten. Die Keule in einen ovalen, tiefen Topf legen, die Marinade daruebergiessen. Zwoelf Stunden ruhen lassen.

Die Keule abtupfen, mit Salz und Pfeffer bestreuen, mit Olivenoel einpinseln. In den vorgeheizten Ofen schieben, 30 Minuten bei 220 Grad schmoren, regelmaessig mit der Marinade uebergiessen. Die Keule umdrehen, die Hitze auf 180 Grad zuruecknehmen und unter staendigem Begiessen mit der Marinade weiterschmoren.

Die fertige Keule aus dem Ofen nehmen und ruhen lassen. Den Bratensatz mit dem Rest der Marinade loesen und zu einer Sauce verarbeiten, die getrennt serviert wird.

Nach alter Tradition wird Gigot mit "flageolets", kleinen gruenen

Bohnenkernen, serviert. Aber auch ein Kartoffelgratin schmeckt vorzueglich dazu.

(de Font-Verger: "Die Kueche der Provence", HAeDECKE-Verlag)

:Stichworte : Fleisch, Frankreich, Lamm, Mittelmeer, Provence

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Mittelmeerküche - Provence

: : Folge 152, vom 12. Juni 1996

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Glasierte Gurken mit Kräutern

Categories: Beilagen

Yield: 1 Keine Angabe

- 2 Salatgurken,  
Butter,  
Meersalz,
- 3 Stück Würfelzucker,  
Pfeffer,  
frischer Borretsch,  
Basilikum,  
Majoran,  
Petersilie

Die Gurken werden geschaelt, halbiert, vom Kernhaus befreit und in daumengrosse Stuecke geschnitten. In einem Chromstahltopf werden die Gurken mit einem grossen Stueck Butter, etwas Meersalz, dem Wuerfelzucker und dem frischgemahlene Pfeffer gegeben. Das Ganze wird mit etwas Wasser begossen und aufgekocht. Danach Feuer reduzieren und zugedeckt gut weichkochen, doch nicht zerfallen lassen. Die Fluessigkeit soll zu Sirupdicke einkochen. Mit reichlich frischgehacktem Borretsch, Petersilie, Basilikum und Majoran bestreuen.

:Stichworte : Beilage, Gurke, Kräuter

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Vom Kochen mit Kräutern

: : Folge 170, vom 27. April 1997

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Glasierte Kastanien

Categories: Beilagen

Yield: 1 Keine Angabe

- 500 g frische Kastanien oder
- 2 Handvoll getrocknete  
-Kastanien
- 3 tb Zucker,
- 2 dl Fleischbrühe,  
Butter

Die getrockneten Kastanien ueber Nacht einweichen, die Haeutchen entfernen, 20 Minuten in Salzwasser kochen, abseihen. Frische Kastanien einschneiden, 5 Minuten kochen, schaelen.



Butter schmelzen und Zucker darin karamellisieren. Kastanien hineingeben und gut miteinander vermischen. Mit Fleischbruehe abloeschen. Kochen bis alle Fleischbruehe aufgesogen ist.

:Stichworte : Kastanie  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kastanien  
: : Folge 056 vom 23. November 1990  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Glasierte Kastanien (Marons glacés)  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg möglichst große Kastanien  
-(Marroni)

MMMMM-----Sirup:-----

1 kg Zucker,  
1 Vanillestange,  
1 l Wasser, evtl. mehr

Fuer die Zubereitung dieser Suessigkeit braucht es spezielle Sorgfalt und Geduld, da die Kastanien waehrend des Arbeitens leicht zerbrechen.

Vorbereiten: Die Kastanien waschen, kurz aufkochen und nur die aeusserste harte Schale entfernen.

Zubereitung: Die vorbereiteten Kastanien im Sieb in reichlich Wasser aufsetzen (dieses mit 1 bis 2 Msp. Kartoffelmehl etwas binden). Das Wasser soll immer nur leise ziehen (nie wallen). Ist das Kochwasser braeunlich geworden, dann sorgfaeltig abgiessen und durch frisches heisses ersetzen.

Garzeit: 3/4 bis 1 1/2 Stunden, d.h. bis man die Kastanien mit einer Nadel leicht durchstechen kann. Jetzt sorgfaeltig alle braunen Haeutchen abziehen, ohne die Kastanien zu zerbrechen. (Sie einzeln herausnehmen, da sie sich heiss am besten schaelen lassen.) Glasieren:  
a) Den Zuckersirup mit der halbierten Vanillestange in einem weiten Topf aufkochen. Die Kastanien auf einem Siebboden (z.B. vom Dampfkochtopf) in den Sirup setzen und solange darin ziehen lassen (nicht kochen) bis der Sirup dicklich eingedaempft ist und die Kastanien von einer Zuckerschicht umhuellet sind. Sie einzeln herausnehmen und auf eine leicht beoelte Tortenplatte oder Pergamentpapier setzen.  
b) Die Kastanien mit einem Pralinehalter (Metallring) oder eventuell mit einem Kartoffelspiesschen, einzeln in den dicklichen Zuckersirup tauchen und auf die Tortenplatte setzen (wie oben). Dieses Eintauchen in den Sirup noch drei- bis viermal wiederholen. Die Marrons glaces im offenen leicht warmen Ofen gut antrocknen lassen, dann (nach vollstaendigem Erkalten!) einzeln in Alufolie verpacken oder in spezielle Papierhuetchen setzen.

:Stichworte : Kastanie, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kastanien

: : Folge 056 vom 23. November 1990  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Glumsfladen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

500 g Mehl,  
50 g Hefe,  
1/4 l Milch,  
100 g Zucker,  
3 Eier,  
200 g Butterflöckchen

MMMMM-----Füllung:-----

750 g Quark,  
1 Zitrone,  
3 tb Grieß,  
3 Eier,  
75 g Korinthen,  
Zucker nach Geschmack

MMMMM-----zum Beträufeln:-----

50 g Butter

MMMMM-----Streusel:-----

75 g Butter,  
4 tb Zucker,  
4 tb Mehl,  
1 Msp Zimt

Hefewuerfel in etwas zimmerwarmer Milch auflösen und 10 Minuten stehen lassen.

Mehl in eine Schuessel sieben und in die Mitte eine Vertiefung machen. Die aufgeloeste Hefe hineingeben, mit etwas Mehl zu einem duennen Brei rühren und 15 Minuten stehen lassen.

Mehl mit dem Vorteig mischen, Zucker und portionsweise die restliche zimmerwarme Milch dazurühren. Die Eier gut untermengen. Die Schuessel mit einem feuchten Tuch zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen. Dann Butterfloekchen darunter kneten bis ein glatter, glaenzender Teig entsteht. Diesen duenn auswallen, auf ein gefettetes Backblech legen und nochmals etwas gehen lassen bis die Quarkcreme zubereitet ist. Den Quark durch ein Sieb druecken. Mit Zitronenschale, Zitronensaft, Griess, Eier, Korinthen und Zucker vermischen. Diese "Glumsmasse" auf den Hefeteig geben und mit zerlassener Butter betraeuflern oder Streusel darueber geben. Dazu die fuer Streusel angegebene Zutaten miteinander vermischen und mit der Hand auf den Kuchen verkruemeln. In dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen goldgelb backen.

:Stichworte : Gebäck, Ostpreußen, Quark  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Ostpreußen/Masuren  
: : Folge 257, vom 1. Juli 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gnocchi di Patate (Kartoffelgnocchi)  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kartoffeln,  
2 Eier,  
Salz,  
200 g Mehl (evtl. mehr)

Die Mehl-Menge variiert je nach Kartoffelsorte und deren Alter. So viel Mehl beifuegen, dass ein glatter Teig entsteht, der nicht an den Haenden klebt.

Die Kartoffeln mit der Schale weich kochen. Noch warm durch die Kartoffelpresse druecken. Mit dem Mehl, dem Salz und den Eiern zu einem glatten Teig vermengen. Den Teig in faustgrosse Stuecke teilen, diese daumendick ausrollen und in etwa 1 cm kleine Stuecke schneiden. Diese in viel kochendes Salzwasser geben und so lange kochen, bis sie hochsteigen (3 bis 4 Minuten).

:Stichworte : Beilage, Italien, Kartoffel, Veneto  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
:  
: : Kochen wie im Veneto/Italien  
:  
: : Folge 62, vom 14. Juni 1991  
:  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Göttschieder Brühche  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Pfund geräucherter Speck,  
2 lg Stangen Lauch, evtl. mehr  
3 tb Mehl, evtl. mehr  
1 cn Sahne (200 g),  
etwas Petersilie

Den Speck klein-wuerfelig schneiden und hellgelb braten, ebenso den Lauch in duenne Scheiben schneiden und den gebratenen Speck hinzufuegen und glasig duensten, das Mehl untermuehren und 5 bis 6 Minuten roesten, mit Wasser auffuellen, bis es eine schoene, saemige Sauce ist. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Sahne zufuegen. Hierzu werden Salz- oder Pellkartoffeln serviert. Ein Gericht, das nicht nur in Goettschied gern gegessen wird.

(Heimatrezepte aus Omas Kueche, Werbegemeinschaften Idar-Oberstein)

:Stichworte : Fleisch, Hunsrück, Speck  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
:  
: : Zwischen Schwenkbraten und Krommbiere-Wurst  
:  
: : (Rezepte aus dem Hunsrück)  
:  
: : Folge 118, vom 09. November 1994 und  
:  
: : Folge 119, vom 23. November 1994  
:  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cn: Dose  
tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gratin dauphinois  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

600 g Kartoffeln,  
6 tb Gruyère  
200 ml Rahm,  
300 ml Milch,  
1 ts Salz,  
Pfeffer, Muskat,  
2 Knoblauchzehen

Kartoffeln schaelen und in moeglichst feine Scheiben schneiden. Die Haelfte davon in eine gut bebutterte Auflaufform geben. Die Haelfte des Kaeses darueber streuen. Die restlichen Kartoffeln darauf geben und den restlichen Kaese darueber streuen. Rahm, Milch, Salz, Pfeffer, Muskat und den gepressten Knoblauch gut miteinander vermengen und ueber das Kartoffel-Kaese-Gemisch geben. Im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 50 Minuten bis 1 1/4 Stunden (je nach Alter der Kartoffel) gratinieren.

(Kathrin Rueeggs Kartoffelkueche, Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Gratin, Kartoffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gratinieren  
: : Folge 165, vom 16. Februar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gratin savoyard (Kartoffel-Käse-Gratin)  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Pellkartoffeln,  
450 g Reblochon- oder Brie-Käse,  
200 ml Crème fraiche,  
Salz,  
Pfeffer,  
2 Knoblauchzehen,  
Petersilie (fein gehackt),  
Schnittlauch (fein gehackt)

Kartoffeln schaelen und in Scheiben schneiden. Von dem Kaese die Rinde abkratzen und den Kaese in Scheiben schneiden. Eine Auflaufform einfetten und lagenweise Kartoffeln und Kaese schichten. Dazwischen Salz, Pfeffer, Knoblauch und Kraeuter streuen. Zuoberst sollte eine Kartoffelschicht sein. In den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen schieben und 20 Minuten garen. Dann Creme fraiche darueber geben und nochmals 10 Minuten in den Backofen stellen.

:Stichworte : Gratin, Käse, Kartoffel, Savoyen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Kochen wie in Savoyen  
: : Folge 252 vom 08. April 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gratinee a l'oignon (Französische Zwiebelsuppe)  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 mittelgroße Zwiebeln,  
50 g Butter,  
150 g geriebener Gruyère-Käse,  
1 1/4 l Wasser,  
1 ts Mehl,  
8 sl Weißbrot,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskatnuss

Zwiebeln schaelen, in duenne Scheiben schneiden. In einer Kasserolle die Butter schmelzen (sie sollte jedoch keine Farbe annehmen) und unter Ruehren die Zwiebeln darin goldgelb werden lassen. Mehl ueber die Zwiebeln staeuben und das kochende Wasser hinzufuegen. Wenig salzen (auch der Kaese ist salzig), pfeffern und mit einer Prise geriebener Muskatnuss wuerzen. Bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten koecheln lassen. In ofenfeste Portionsschaelchen je zwei getoastete Weissbrotscheiben legen, mit geriebenem Kaese bestreuen und die Bruehe zuguessen. Wenn das Brot aufschwimmt, nochmals geriebenen Kaese darueber streuen und im heissen Backofen ca. 10 Minuten ueberbacken.

:Stichworte : Suppe, Zwiebel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwiebel - hat 7 Häute, beisst alle Leute  
: : Folge 186 vom 25. Januar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sl: Scheib.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gratinieren  
Categories: Grundlagen, Informationen  
Yield: 1 Keine Angabe

Liebe Zuschauerinnen und Zuschauer,  
Gratinieren (Ueberbacken) Gerichte werden durch Einwirkung starker Oberhitze rasch gebraeut (z.B. Kaese). Das entsprechende Profi-Geraet heisst "Salamander". Fuer den Hausgebrauch tut es aber auch ein guter Grill.

Die schoensten braunen Krusten entstehen mit Kaese. Dabei ist es nicht gleichgueltig, welchen Kaese Sie nehmen und wie Sie ihn behandeln. Parmesan ist bei uns vielleicht der bekannteste Kaese zum Ueberbacken. Er ist kraeftig-wuerzig bis scharf und relativ trocken. Er schmilzt nur in Verbindung mit Saucen, Sahne, Butter (Oel). Trocken aufgestreut, verbrennt er leicht und schmeckt dann unangenehm scharf. Moeglichst immer nur frisch gerieben verwenden! Emmentaler, Gruyere und andere

Hartkaese aus den Alpen haben milden, nussartigen Geschmack und schmelzen gut, ziehen dabei aber leicht Faeden, vor allem, wenn sie noch jung und wenig abgelagert sind. Beim Ueberbacken deshalb mit Semmelbroeseln mischen, mit Butterfloekchen besetzen oder grob geraspelt in Bechamelsauce schmelzen.

Gouda aus Holland gibt es in 3 Reifestufen:

Jung ist er milde und saftig und wird aehnlich verwendet wie Emmentaler.

Mittelalter Gouda schmeckt kraeftig-wuerzig, laesst sich gut reiben und zieht keine Faeden.

Alter Gouda ist fest bis trocken, sehr pikant und die beste Alternative zum Parmesan, wenn der nicht frisch ist.

Butterkaese, Fontina und andere halbfeste Schnittkaese lassen sich gut in Saucen schmelzen (Resteverwertung!). Zum Ueberbacken werden auf den Kaese Semmelbroesel und Butterfloekchen gegeben.

Schmelzkaese (Scheibletten, Ecken usw.) ist industriell aufbereitet, schmilzt leicht in Saucen oder auf Toasts. Zum Braeunen mit Parmesan oder Semmelbroeseln ueberstreuen! Gorgonzola, Roquefort, Edelpilzkaese und andere Kaese mit blauem Edelschimmel koennen ebenfalls fuer Kaesegerichte verwendet werden: In Bechamelsauce schmelzen lassen oder mit Creme fraiche, Sahne oder Frischkaese zu einer dicken Creme verruehren. Uebrigens: Diese Kaese erinnern im Geschmack an Pilze. Schafskaese, als "Feta" in Salzlake eingelegt, ist weiss und dem Frischkaese aehnlich. Er schmilzt kaum, gibt aber Gemuesegerichten aus dem oestlichen Mittelmeer einen angenehm saeuerlich-wuerzigen Geschmack.

Gereifter Schafskaese wie Pecorino oder Pyrenaeen-Schafskaese kann aehnlich wie Parmesan verwendet werden.

Ihr Werner O. Feisst

Ihre Kathrin Rueegg

:Stichworte : Gratinieren, Grundlage  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gratinieren  
: : Folge 165, vom 16. Februar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gratinierte Wirsing-Crêpes  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 4 Portionen

MMMMM-----für die Crêpes-----

200 g Mehl,  
3 Eier,  
250 ml Milch,  
250 ml Wasser,  
2 tb Sonnenblumenöl,  
1/2 ts Salz

MMMMM-----zum Ausbacken:-----

Butterfett

MMMMM-----für die Füllung:-----

750 g Wirsing,  
100 g Frühstücksspeck,  
1 Zwiebel,  
1 tb Butter,  
500 g Quark,

3 Eier,  
4 tb geriebener Parmesan- oder  
-Sbrinz-Käse,  
Salz,  
schwarzer Pfeffer aus der  
-Mühle,  
Muskatnuss

MMMMM-----zum Gratinieren:-----

200 g Sahne,  
4 tb geriebener Parmesan- oder  
-Sbrinz-Käse,  
Butterflöckchen

Die Zutaten fuer die Crepes gut miteinander vermischen und bei  
Zimmertemperatur ca. 30 Minuten ruhen lassen.

In der Zwischenzeit die Wirsing-Blaetter waschen und in wenig Wasser  
blanchieren. Gut abtropfen lassen, am besten in ein Mulltuch geben und  
auspressen. Die Blaetter hacken.

Den Fruehstuecksspeck und die Zwiebel fein wuerfeln und in der Butter  
glasig duensten. Den abgetropften Wirsing darunter mischen und nach und  
nach den gut abgetropften Quark, den geriebenen Kaese und die Eier  
darunter heben. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Das Butterfett in einer Pfanne erhitzen und nacheinander die Crepes  
backen. Etwas abkuehlen lassen und mit der Wirsing-Quark-Mischung  
bestreichen. Die Crepes aufrollen und in eine gefettete Auflaufform  
legen.

Zum Gratinieren die Sahne mit dem Kaese vermischen, ueber die Crepes  
giessen und mit Butterfloekchen bestreuen. In dem auf 220 Grad  
vorgeheizten Backofen etwa 12 Minuten ueberbacken.

:Stichworte : Crepe, Gemüse, Gratin, Mehlspeise, Wirsing  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste: Vergessene Gemüse  
: : Folge 240, vom 24. September 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Graupensuppe nach Bergeller Art  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

50 g Graupen,  
300 g Schweinefleisch, geräuchert  
100 g Rohschinken, feingeschnitten  
100 g Speck, feingeschnitten  
1/2 Stange Lauch,  
2 Sellerieblätter,  
1/2 Weißkraut,  
2 Karotten,  
2 Kartoffeln,  
Salz

Die Graupen in 1 1/2 l kochendes Wasser geben, zusammen mit dem

gerauecherten Schweinefleisch und dem kleingeschnittenen Rohschinken. Das Ganze muss von nun an bis zum Servieren 2 bis 3 Stunden koecheln. Nach 1 1/2 Stunden Kochzeit den kleingeschnittenen Speck dazugeben.

3/4 Stunde vor Ende der Kochzeit, also bei 3 Stunden Gesamtkochzeit nach 2 1/4 Stunden, das in feine Streifen geschnittene Gemuese und die feingewuerfelten Kartoffeln dazugeben. Bei dieser Gelegenheit darauf achten, ob noch genuegend Fluessigkeit vorhanden ist, gegebenenfalls heisses Wasser nachgiessen.

Das Schweinefleisch aufschneiden und die Scheiben in der Suppe servieren

:Stichworte : Bergell, Eintopf, Graupe, Italien, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 216, Kochen wie im Bergell  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Griechischer Bauernsalat  
Categories: Salate  
Yield: 2 Personen

1 sm Kopf Eis- oder Kopfsalat,  
1/2 Salatgurke,  
2 Tomaten,  
1 sm grüne Paprikaschote,  
1 sm Zwiebel,  
4 schwarze Oliven,  
1 tb Weinessig,  
1/2 ts Senf,  
1 tb Olivenöl,  
1 ts frisch gehackte Kräuter  
-(beispielsweise Petersilie,  
-Schnittlauch),  
Salz,  
schwarzer Pfeffer,  
60 g Schafskäse (40 % Fett i.  
-Tr.)

Den Salat putzen, waschen, gut abtropfen lassen und die Blaetter zerpfluecken. Die Gurke waschen, schaelen, der Laenge nach halbieren und in Stuecke schneiden. Die Tomaten waschen, vierteln und dabei die Bluetenansaetze entfernen. Die Paprikaschote waschen, halbieren, von den Kernen und den weissen Rippen befreien und in feine Streifen schneiden. Die Zwiebel schaelen und in Ringe schneiden. Die Oliven entkernen. Den Essig, den Senf, das Oel, die Kraeuter, Salz und Pfeffer in einer Schuessel verruehren. Den Eissalat, die Gurken den Paprika und die Tomaten vorsichtig mischen, mit Pfeffer bestreuen und die Oliven dazugeben. Die Sauce darueber giessen. Den Schafskaese zerbroeckeln und ueber den Salat streuen.

:Stichworte : Diabetes, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen für Diabetiker  
: : Folge 202, vom 08. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
: : 180 kcal

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
sm: klein.



ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Griechischer Osterkranz  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Mehl,  
30 g Hefe,  
3 tb Zucker,  
1/8 l lauwarme Milch,  
50 g weiche Butter,  
2 Eier,  
1 pn Salz,  
2 tb Ouzo (griechischer  
-Anisschnaps),  
1 unbehandelten Orange,  
-abgeriebene Schale von

MMMMM-----Zur Dekoration:-----

4 tb Sesamsamen,  
1 Eigelb,  
1 tb Milch,  
4 rotgefärbte Eier

Das Mehl in eine Schuessel sieben, in die Mitte eine Mulde druecken.  
Die Hefe in die Vertiefung broeckeln und mit 1 EL Zucker und der Milch  
einen Vorteig machen. Mit einem Tuch zugedeckt an einem warmen Platz 15  
Minuten gehen lassen.

Den restlichen Zucker, Butter, Eier (Eierschalen aufbewahren), Salz,  
Ouzo und Orangenschale dazugeben. Alles gut verkneten und den Teig so  
lange schlagen, bis er sich vom Schuesselrand loest und Blasen wirft.  
Den Teig zugedeckt an einem warmen Platz 40 Minuten gehen lassen, bis  
er das doppelte Volumen erreicht hat.

Arbeitsflaeche mit Mehl bestaeuben und den Hefeteig darauf zu drei  
gleich langen Rollen formen. Die Teigrollen zu einem Zopf flechten, zu  
einem Kranz zusammendruecken, auf das eingefettete Backblech legen und  
zugedeckt weitere 25 Minuten gehen lassen.

4 Eierschalenaelfften in den Teigkranz druecken, um nach dem Backen die  
Mulden fuer die gefaerbten Eier zu haben.

Fuer die Dekoration das Eigelb mit der Milch verquirlen, den Kranz  
damit bepinseln und mit Sesamsamen bestreuen.

Bei 200 Grad etwa 25 Minuten backen lassen. Den Osterkranz auf ein  
Kuchenblech heben, die mitgebackenen Eierschalen entfernen und die  
gefaerbten Ostereier in die Mulden setzen.

(V.d.Recke/Wolter: "Unser Backbuch Nr. 1", Graefe-Unzer-Verlag)

:Stichworte : Griechenland, Kuchen, Ostern  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Osterbrote  
: : Folge 147, vom 27. März 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Grieß-Halva  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

150 g Butter,  
1 Hand voll Mandeln oder  
-Pinienkerne,  
150 g Grieß,  
100 g Zucker,  
400 ml Milch

Die Butter schmelzen, Mandeln und Griess beigeben. Auf kleinem Feuer alles goldbraun roesten. Staendig ruehren.  
In einem zweiten Kochtopf Zucker und Milch miteinander erhitzen, koecheln, bis der Zucker geschmolzen ist. Dann ueber die Griessmischung giessen. Diese Masse in eine Auflaufform geben und im auf 100 Grad vorgeheizten Backofen 3 Stunden ziehen lassen.

:Stichworte : Auflauf, Grieß, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Lykien/Türkei  
: : Folge 174, vom 22. Juni 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Grießklößchen (als Einlage für die Consommé double)  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Butter (zimmerwarm),  
3 tb feiner Grieß, evtl. mehr  
1 Ei,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskatnuss,  
2 tb Petersilie oder  
-Schnittlauch oder gehackte  
-Pistazien

Die Butter ruehren bis sie leicht schaeumt. Zuerst den Griess, dann das Eigelb beigeben. Mit den Gewuerzen abschmecken. Kraeuter oder Pistazien dazumengen. Diesen Teig 1/4 Stunde stehen lassen, damit der Griess aufquellen kann. Das steif geschlagene Eiweiss unterziehen. Die fertige Kraftbruehe leicht kochen lassen. Mit zwei immer wieder angefeuchteten Teeloeffeln Kloesschen formen und diese in die Bruehe geben.

Auf kleiner Waermestufe im zugedeckten Kochtopf 1/4 Stunde ziehen lassen.

:Stichworte : Einlage, Menü, Suppe, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Weihnachtsmenü 1998  
: : Folge 203, vom 22. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Grießschnitten  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 3 Personen

1 l Milch,  
200 g Grieß,  
1/2 ts Salz,  
1 pn Zucker,  
2 Eier,  
Butter

Die Milch mit Salz und 1 Prise Zucker kochen. Den Griess langsam in die kochende Milch unter Rühren einrieseln lassen und so lange koecheln bis er fest ist. Vom Herd nehmen, das Eigelb verkleppern, in den etwas abgekuehlten Brei einruehren, noch warm auf das nasse Nudelbrett fingerdick aufstreichen und kalt werden lassen. Danach mit dem Messer in ca. 6 x 5 cm breite Rechtecke schneiden. In heisser Butter gelb backen. Dazu gibt es frisch gekochtes Obst oder Duerrobst.

(Ursula Ress: Grossli's Kochrezepte, Rammersweier)

:Stichworte : Grieß, Kinzigtal, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kinzigtal I  
: : Folge 163, vom 08. Februar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Großer Sommersalat mit zwei Ölen  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

Paprikaschote,  
1 rote Gemüsezwiebel,  
1 Salatgurke,  
1 Rote Bete,  
1 bn Radieschen,  
2 reife Tomaten

MMMMM-----für die Sauce:-----

Weißweinessig,  
etwas Haselnussöl,  
etwas Sonnenblumenöl,  
Meersalz,  
Pfeffer,  
2 tb Wasser, evtl. mehr  
gemischte Kräuter  
(Liebstöckel, Petersilie,  
-Schnittlauch,  
Kerbel, Estragon, ein paar  
-kleine Basilikumblätter)

Grosser Sommersalat mit zwei Oelen wie ihn unser Freund Roy Kieferle auf dem Dobel macht 250 g verschiedene Salate (Kopfsalat, Eichblattsalat, Friseesalat, Lolo Rossa), 150 g rohes Gemuese (z.B. 1 Karotte, 1 rote und gelbe).

Alle Zutaten waschen und putzen. Karotten, Paprikaschoten und Zwiebeln in duenne Streifen schneiden, die Gurken, die gekochte Rote Bete, die Radieschen in duenne Scheiben hobeln und die Tomaten vierteln. Die Sauce aus den Zutaten herstellen und mit den feingeschnittenen Kraeutern vermischen.

Salatblaetter und Gemuese entsprechend ihrer Farbe auf Tellern bunt anrichten und mit der Salatsauce betraeufeln.

:Stichworte : Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 217, Grüne Salate  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Großmutter's Nudelteich  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g Mehl  
(Weißmehl, Typ 405,  
Ruchmehl, Typ 1080,  
Dinkel- oder  
-Buchweizenmeh  
3 Eier, evtl. mehr  
1/2 ts Salz  
(ev. 350 g. Spinat bei  
-grünen Teigwaren)

Es lohnt sich, eine groessere Portion herzustellen, denn die Teigwaren lassen sich - wenn man sie nach dem Auswallen und Trocknen gut bemehlt - einige Tage im Kuehlschrank und drei Monate im Tiefkuehler aufbewahren.

Grundrezept Nudelteig, den man fuer Nudeln, Lasagne, Cannelloni, Ravioli usw. verwenden kann: Will man gruene Teigwaren machen, ersetzt man 1 Ei durch 350 g Spinat, den man weichkocht und durch ein Sieb streicht.

Das Mehl auf den Tisch sieben, Salz darueberstreuen, in der Mitte eine Vertiefung machen, die Eier einzeln hineingeben, mit einer Gabel mit etwas Mehl vermengen, dann mit den Haenden durchkneten. Das am Tisch und an den Haenden haftende Mehl mit einem Teigschaber abloesen, in die Teigmasse hineinarbeiten. Je nach Eiergroesse braucht es 3 oder 4 Eier fuer diese Mehlmenge. Ist der Teig glatt und geschmeidig, eine Kugel formen, diese mit einem feuchten Tuch bedeckt 1/2 Stunde ruhen lassen. Dann mit dem Wallholz ausrollen, bis er nur noch millimeterdick ist. Fuer Lasagne etwa 5 cm breite Stuecke schneiden, die in der Laenge der vorgesehenen Auflaufform entsprechen.

Fuer Nudeln den Teig etwas dicker belassen, locker aufrollen, in 5 mm breite Streifen schneiden. Will man die Nudeln nicht sofort verwenden, auf ein Tuch gelegt trocknen.

:Stichworte : Baden, Grundlage, Nudel, Schwarzwald  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie auf dem Vogtsbauernhof  
: : Folge 054 vom 08. Juni 1990  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Grüne (getrocknete) Bohnen mit Kinnbäckle  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g frische Bohnen oder  
150 g getrocknete grüne Bohnen  
(über Nacht eingeweicht),  
1 Kinnbäckle (Backe des  
-Schweins),  
1 tb Butterfett,  
1 sm Zwiebel,  
Bohnenkraut,  
etwas Wasser,  
Salz

Im heissen Butterfett Zwiebeln glasig werden lassen. Die abgetropften Bohnen, das Bohnenkraut, etwas Wasser und Salz dazu geben. Auf die Bohnen das Kinnbaeckle legen und mitgaren lassen. Den Topf zudecken. In ca. 20 Minuten sind die Bohnen weich und das Kinnbaeckle gar. Eventuell das Kinnbaeckle vorkochen (sanft ziehen lassen).

Kinnbaeckle sind eine Schwarzwaelder Spezialitaet. Es handelt sich um die Backe (Wange) des Schweins mit oder ohne Kiefernhaelfte. Kinnbaeckle sind gepoekelt und geraeuchert.

:Stichworte : Baden, Beilage, Bohne, Gemüse, Kaiserstuhl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie am Kaiserstuhl  
: : Folge 229 vom 13. Februar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Grüne Nudeln  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----für den Grund-Teig siehe:-----  
Festtagsnudeln oder  
Hartweizengrießnudeln oder  
Vollkornnudeln

MMMMM-----sowie:-----  
300 g Spinat

Gewuenschten Grund-Teig wie jeweils beschrieben herstellen und 300 g puerierten Spinat daruntermengen.

:Stichworte : Grundlage, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 213, Die Sendung von den Nudeln  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Grüne Soße  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

Nach alter Tradition  
-gehören die folgenden  
-sieben Kräuter dazu:  
Petersilie,  
Borretsch,  
Schnittlauch,  
Dill,  
Kerbel,  
Sauerampfer,  
Kresse und  
Pimpinelle.

Die beruehmte echte Frankfurter "Gruene Sosse" wird im Originalrezept mit selbstgemachter Mayonnaise angeruehrt.

Hier eine leichtere Variante:

Ruehren Sie eine Marinade aus Oel, Essig, Salz, Pfeffer und Knoblauch an. Vermischen Sie sie mit reichlich feingehackten frischen Kraeutern. Je nach Familiengroesse mehrere Haende voll. Nehmen Sie, was die Jahreszeit frisch zu bieten hat, so zum Beispiel ausser den klassischen sieben Kraeutern auch Zitronenmelisse, Portulak, Estragon, ein wenig Ysop usw.

Diese Kraeuter Marinade wird mit Joghurt, suesser oder saurer Sahne aufgefuehrt. Zum Schluss mischen Sie hartgekochte, kleingeschnittene Eier darunter. Gruene Sosse schmeckt am besten zu frischen Pellkartoffeln oder zu gekochtem Rindfleisch.

(Marie-Luise Kreuter: Kraeuter und Gewuerze aus dem eigenen Garten, BLV)

:Stichworte : Kräuter, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Vom Kochen mit Kräutern  
: : Folge 170, vom 27. April 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Grüngesprenkelte Nudeln  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----für den Grund-Teig siehe:-----  
Festtagsnudeln oder  
Hartweizengrießnudeln oder  
Vollkornnudeln

MMMMM-----sowie:-----

4 tb feingehackte Kräuter (z.B.  
Petersilie,  
Estragon,  
Thymian,  
Basilikum,  
Salbei,  
Majoran,  
Sauerampfer,

Liebstöckel u.a.)

Gewuenschten Grund-Teig wie jeweils beschrieben herstellen. Etwa 4 Essloeffel feingehackte Kraeuter unter den Teig kneten. Die Menge der beigegebenen Kraeuter kann je nach gewuenschter Geschmacksintensitaet variiert werden.

:Stichworte : Grundlage, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 213, Die Sendung von den Nudeln  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Grünkernerintopf

Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins

Yield: 1 Keine Angabe

100 g Grünkern-Körner,  
3 Karotten gewaschen,  
-geschält, in kleine Würfel  
-geschnitten,  
1 Lauch gewaschen, in  
-Streifen geschnitten  
3 Kartoffeln, gewaschen,  
-geschält, in Würfel  
-geschnitten,  
1 1/2 l Wasser,  
1 Lorbeerblatt,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskat,  
250 g Rahm (süße Sahne),  
1 bn Petersilie, gewaschen, fein  
-geschnitten

Alle Zutaten ausser Rahm und Petersilie miteinander 45 Minuten kochen. Die Haelfte der Suppe mit dem Stabmixer puerieren. Den Rest und die Sahne beigegeben, nochmals erhitzen, aber nicht mehr kochen. Mit Petersilie bestreut servieren.

(Feisst/Rueegg: "Winterrezepte und -geschichten",  
Albert-Mueller-Verlag, Rueschlikon)

:Stichworte : Eintopf, Grünkern  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Dinkel und Grünkern  
: : Folge 143, vom 31. Januar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Grünkernküchle

Categories: Vegetarisches, Vollwert

Yield: 1 Keine Angabe

1/2 l Fleischbrühe,

250 g Grünkerngrieß oder -schrot,  
 Butterschmalz zum Braten,  
 2 Zwiebeln,  
 1 Knoblauchzehe,  
 2 tb Petersilie,  
 2 Eier,  
 4 tb Semmelbrösel,  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 Muskat

Die Fleischbruehe zum Kochen bringen und unter kraeftigem Ruehren den Gruenkerngriess langsam hineinrieseln lassen. Unter Ruehren auf kleinem Feuer etwa 15 bis 20 Minuten quellen lassen, bis die Fluessigkeit aufgesaugt ist und die Masse zusammenhaelt. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Petersilie fein hacken. Die Zwiebeln und den Knoblauch glasig duensten, Petersilie dazugeben und kurz mitduensten. Etwas abkuehlen lassen, mit dem Gruenkern, den Eiern, den Semmelbroeseln, Salz, Pfeffer und geriebenem Muskat gut vermischen, so dass ein fester Teig entsteht. Aus diesem mit den Haenden handteller-grosse, etwa 2 cm dicke Kuechle formen. Kuechle beidseitig im heissen Butterschmalz etwa 2 Minuten braten, bis sie schoen braun sind. Gruenkernkuechle schmecken gut als Beilage zu einem Braten, oder sie bilden zusammen mit einem Salat ein einfaches Abendessen.

(Feisst: "Baden - Kulinarische Streifzuege", Sigloch-Edition, Kuenzelsau)

:Stichworte : Grünkern, Vollwertküche  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Dinkel und Grünkern  
 : : Folge 143, vom 31. Januar 1996  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Grünkernpfannkuchen  
 Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
 Yield: 1 Keine Angabe

250 g ganz fein gemahlener  
 -Grünkern oder Grünker  
 3 Eier,  
 1/4 l Milch,  
 Salz,  
 Kräuter,  
 Fett zum Ausbacken

Die Zutaten miteinander verruehren und den Teig ausquellen lassen. Duenne Pfannkuchen ausbacken. Salat dazu servieren. ("Dinkel schmackhaft und bekoemmlich", Basler Hildegard-Gesellschaft, CH-4010 Basel)

:Stichworte : Grünkern, Mehlspeise, Pfannkuchen  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Dinkel und Grünkern  
 : : Folge 143, vom 31. Januar 1996  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM



MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Grünkernpfannkuchen - süße Variante  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Grünkernmehl,  
3 Eier,  
1/4 l Milch,  
Zucker nach Belieben,  
Fett zum Ausbacken,  
zum Füllen Marmelade,  
zum Garnieren Puderzucker

Gruenkernmehl, Eier, Milch und Zucker gut verruehren und ausquellen lassen. Duenne Pfannkuchen ausbacken. Diese mit Marmelade bestreichen und zusammenrollen. Die Rollen mit Puderzucker bestreuen.  
("Dinkel schmackhaft und bekoemmlich", Basler Hildegard-Gesellschaft, CH-4010 Basel)

:Stichworte : Grünkern, Mehlspeise, Pfannkuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Dinkel und Grünkern  
: : Folge 143, vom 31. Januar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Grünkernsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

40 g Butter,  
125 g Grünkerngrieß,  
1 1/2 l kräftige Fleischbrühe,  
Pfeffer,  
Muskat,  
1 Ei nach Belieben

MMMMM-----für die Markklößchen:-----

80 g Rindermark,  
2 Eier,  
70 g feine Semmelbrösel

In der heissen Butter den Gruenkerngriess hellbraun roesten. Mit wenig Bruehe abloeschen und in gleichem Mass, wie die Gruenkernmasse unter Ruehren fester wird, allmaehlich mit der Bruehe auffuellen. Zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 40 Minuten koecheln lassen. Mit Pfeffer und Muskat wuerzen. Man kann in die kochende Suppe ein Ei geben und mit der Gabel flockig schlagen oder die Suppe beim Anrichten mit Sahne verfeinern.

Das Mark wird gewaessert, so dass es reinweiss wird. Dann das Mark durch ein Haarsieb streichen, um alle Knochensplitter zu entfernen, und mit den uebrigen Zutaten zu einem glatten Teig vermengen. Daraus mit den Haenden etwa kirschgrosse Kloesschen formen. Sie muessen 1-2 Stunden kuehl stehen, damit sie fest werden. Dann die Kloesschen in der heissen, nicht mehr kochenden Suppe ziehen lassen. Wenn die Suppe noch kocht, zerfallen die Kloesschen.

(Feisst: "Baden - Kulinarische Streifzuege", Sigloch-Edition, Kuenzelsau)

:Stichworte : Grünkern, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Dinkel und Grünkern  
: : Folge 143, vom 31. Januar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Grünkohlauflauf mit Hirse  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 2 Personen

450 g tiefgefrorener Grünkohl,  
1/4 l Gemüsebrühe,  
120 g Hirse,  
1 Zwiebel,  
1 Knoblauchzehe,  
1 tb Sonnenblumenöl,  
2 Eier,  
30 g frisch geriebener Käse (30  
-% Fett i. Tr.),  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskatnuss,  
10 g Pflanzenmargarine  
Für die Auflaufform: Fett

Den Gruenkohl auftauen lassen. In 1/4 l Gemuesebrueehe erhitzen. Den Kohl darin etwa 30 Minuten bei schwacher Hitze kochen lassen. Die Hirse verlesen, in einem Sieb kalt abspuelen und abtropfen lassen. Die Zwiebel und die Knoblauchzehe wuerfeln. Das Oel erhitzen und beides darin glasig duensten. Die Hirse dazugeben und kurz mitbraten.

Die restliche Brueehe dazugiessen, alles aufkochen lassen und im geschlossenen Topf bei schwacher Hitze etwa 20 Minuten garen.

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Die Eier trennen. Die Hirse, den Gruenkohl, die Eigelbe und den Kaese vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat wuerzen. Eiweiss steif schlagen und unter die Gruenkohlmasse ziehen. Eine Form fetten und die Masse in die Form geben. Die Margarine in Floeckchen darauf geben. Im Backofen (unten) etwa 30 Minuten backen, dann die Form auf die oberste Schiene stellen und den Auflauf noch etwa 10 Minuten backen.

:Stichworte : Auflauf, Diabetes, Grünkohl, Kohl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen für Diabetiker  
: : Folge 202, vom 08. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
: : 430 kcal

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Grumbieresuspe mit Kracherle  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Zwiebel,  
 1 Knoblauchzehe,  
 750 g Kartoffeln,  
 2 bn Suppengrün,  
 1 Petersilienwurzel,  
 1 bn Petersilie,  
 60 g Schweineschmalz,  
 1 1/2 l kräftige Fleischbrühe,  
 100 g Vollkornbrot,  
 4 Zweige frischer Majoran,  
 250 g grobe, feste Leberwurst

Zwiebeln und Knoblauch schaelen und fein hacken, Kartoffeln, Suppengruen und Petersilienwurzel putzen und wuerfeln. Petersilie abspuelen, trockentupfen und grob hacken. Zwiebeln und Knoblauch in 30 g Schweineschmalz glasig braten. Die uebrigen vorbereiteten Zutaten zufuegen und kurz anduensten. Mit Fleischbruehe aufgiessen und zugedeckt 25 Minuten koecheln lassen.

Das restliche Schmalz erhitzen und das in kleine Wuerfel geschnittene Brot darin goldbraun roesten. Majoran abspuelen, trockentupfen und die Blaettchen von den Stielen zupfen. Die Leberwurst haeuten, in etwa 5 mm dicke Scheiben schneiden und in der Suppe heiss werden lassen. Die Suppe mit Majoran bestreuen. Die Brotwuerfel (Kracherle) getrennt reichen. Jeder nimmt sich davon nach Belieben.

:Stichworte : Baden, Schwarzwald, Suppe  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Kochen wie auf dem Vogtsbauernhof  
 : : Folge 054 vom 08. Juni 1990  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
 bn: Bd.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Grundrezept für Mayonnaise  
 Categories: Grundlagen, Informationen  
 Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Sauce-----

1 frisches Eigelb  
 1/4 l Pflanzen- oder Olivenöl  
 1 ts Zitronensaft  
 Salz  
 schwarzer Pfeffer

Eigelb, Salz und Pfeffer mit dem Schneebeesen verruehren und tropfenweise Oel dazu mischen. Dabei immer weiterschlagen bis eine dickliche Creme entsteht, dann Zitronensaft ebenfalls tropfenweise unterruehren.

Tip: Eigelb und Oel sollten Zimmertemperatur haben, damit die Mayonnaise nicht gerinnt. Gerinnt sie aber doch einmal, beginnt man wieder mit dem Eigelb und gibt anstatt Oel tropfenweise die geronnene Mayonnaise bei.

:Stichworte : Ei, Mayonnaise  
 :Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
 : : Folge 211, Die Sendung vom Ei  
 :Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Grundrezept Sahne-Sauce  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Zwiebel,  
1 Knoblauchzehen, evtl. mehr  
2 tb Olivenöl,  
1/2 l Sahne,  
40 g Parmesankäse,  
Salz,  
Pfeffer,  
frisch gemahlene Muskatnuss

Zwiebel fein hacken, mit der durchgepressten Knoblauchzehe in Olivenoel glasig duensten. Mit Sahne auffuellen und bei mittlerer Hitze auf die Haelfte einkochen lassen. Von der Herdplatte nehmen und den geriebenen Parmesankaese unter Ruehren hineingeben. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

:Stichworte : Grundlage, Nudel, Sahne, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 213, Die Sendung von den Nudeln  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Grundsauce  
Categories: Grundlagen, Informationen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Grundsauce-----

2 tb Butter,  
2 tb Weissmehl,  
1/2 l Gemüsebrühe,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskat,  
1 pn Zucker

MMMMM-----Tomatensauce-----

Grundsauce s. o.,  
4 tb Tomatenpüree

MMMMM-----Senfsauce-----

Grundsauce s.o.,  
1 tb mittelscharfer Senf,  
1 tb Butter

MMMMM-----Kräutersauce-----

Grundsauce s.o.,  
2 tb feingehackte Kräuter (z.B.  
-Schnittlauch, Petersilie  
-usw.),

## Zitronensaft

Die Butter schmelzen, das Mehl darin anduensten, mit der Gemuesebruehe abloeschen.

## Tomatensauce

In die Grundsauce Tomatenpueree geben, eventuell nochmals mit mit Salz und Pfeffer abschmecken und einige Minuten koecheln lassen.

## Senfsauce

Die Grundsauce mit mittelscharfem Senf und Butter verfeinern.

## Kraeutersauce

In die Grundsauce Kraeuter mischen und mit Zitronensaft abschmecken.

Alle vorgestellten Saucen koennen durch Zugabe von Schlagsahne, Creme fraiche und Butter noch verfeinert werden.

:Stichworte : Ei, Grundlage, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 211, Die Sendung vom Ei  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

## Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Güller nooch Elsasser Art / Hahn in Riesling  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 6 Personen

1 Freilandhahn (ca. 2,4 kg),  
200 g Mehl,  
1 pk Öl,  
1 Karotte,  
1 Zwiebel,  
2 Schalotten,  
1 Bouquet garni  
(1 Lorbeerblatt,  
3 Nelken auf etwas Lauchgrün  
-gesteckt und  
Petersilie)  
3/4 l Riesling,  
1/4 l Geflügelfond  
(oder ein in Wasser  
-aufgelöster Würfel  
-Geflügelbrühe),  
100 g Butter  
100 g Mehl,  
250 g Sahne,  
250 g Champignons,  
Salz  
Pfeffer

Den Hahn tranchieren. Die Schlegel, die Fluegel und Filets zur Seite stellen. Aus dem Gerippe einen Gefluegelfond fuer die Sauce zubereiten. Dafuer das Gerippe mit Wasser bedecken, etwas Suppengemuese (1 Karotte, etwas Sellerie und Lauch) zufuegen, salzen, pfeffern und eine Stunde koecheln lassen.

Die Schlegel, Fluegel und Filets salzen, in Mehl wenden und im Oel

anbraten. Die Zwiebel, die Schalotten und die Karotte klein schneiden und zugeben. Mit dem Riesling uebergiessen. Den Gefluegelfond (oder einen in 1/4 l Wasser aufgelosten Wuerfel Gefluegelbruehe) zugeben. Zugedeckt eineinhalb Stunden schmoren lassen. In der Zwischenzeit mit einer Gabel die weiche Butter mit den 100 g Mehl verkneten. Wenn der Hahn gar ist, die Stuecke aus dem Topf nehmen und warmstellen. Die Mehl-Butter-Mischung mit einem Schneebesen in die Sauce einruehren. Die Sahne zugeben und etwas einkochen lassen bis die Sauce schoen saemig ist. Dann durch ein Sieb passieren.

Die Champignons in etwas Butter anduensten, auf den Gefluegelstuecken verteilen und das Ganze mit der Sauce uebergiessen.

:Stichworte : Elsass, Geflügel, Huhn  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Elsass (I)  
: : Folge 131, vom 14. Juni 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
:Notizen (\*\*\*) : Simone Morgenthaler, Ernest Wieser, Louis Fortmann:  
: : Die besten Rezepte aus dem Elsass,  
: : Edition DNA, Straßburg)

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gulasch  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg saftiges Rindfleisch,  
100 g Schweinefett,  
1/2 kg Zwiebeln,  
1 gehäufte EL Rosenpaprika,  
Salz,  
etwas heißes Wasser

Schweinefett in der Kasserolle schmelzen lassen. Die fein geschnittenen Zwiebeln und das in Wuerfel geschnittene Fleisch darin unter staendigem Ruehren braun werden lassen. Wenn die Fluessigkeit, die sich bildet, verdampft ist, Rosenpaprika mit Salz mischen (damit das Paprikapulver nicht klumpt und bitter wird) und dieses dazugeben, umruehren und mit heissem Wasser abloeschen. Das Gericht auf kleinem Feuer schmoren bis das Fleisch ganz weich und die Sauce nur von den Zwiebeln ganz dick ist.

:Stichworte : Fleisch, Gulasch, Rind, Zwiebel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwiebel - hat 7 Häute, beisst alle Leute  
: : Folge 186 vom 25. Januar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Gurkensalat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Schlangengurke,  
Salz,  
Essig,

Öl,  
Pfeffer,  
1 ts Senf,  
1 Msp. Dill,  
nach Geschmack Sauerrahm

Die Gurke schaelen (die bitteren Spitzen entfernen) und in feine Scheiben schneiden oder hobeln. Mit Salz vermischen. Wenn die Gurke genuegend Fluessigkeit gezogen hat, auspressen und den Saft wegschuetten.

Als Wuerze kann 1 TL Senf und 1 Msp. fein geschnittener Dill an den Salat gegeben werden, statt mit Essig und Oel kann der Gurkensalat auch mit Sauerrahm angemacht werden.

:Stichworte : Gurke, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kohlrabi und Gurken  
: : Folge 237, vom 18. Juni 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Haasepfeffer (Hasenpfeffer)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Hase (in handtellergröße  
-Teile zerkleinert, von den  
-Knochen gelöst)

MMMMM-----Für die Beize:-----

1/4 l Essig,  
1/4 l Wasser,  
1 Zwiebel,  
12 Pfefferkörner,  
4 Nelken,  
4 Lorbeerblätter,  
4 Wacholderbeeren,  
1 Msp Thymian,  
1 Msp Piment,  
1 Msp Koriander,  
1 Msp Majoran,  
1 Msp Salz,  
1 Msp Pfeffer,  
etwas Fett zum Anbraten,  
2 Möhren,  
60 g Mehl,  
1/2 l Rotwein,  
3 tb Johannisbeergelee, evtl.  
-mehr  
1/2 c Hasenblut  
oder  
Zartbitterschokolade

Das Fleisch waschen, die Haut abziehen, das Fett abschneiden, aus Essig, Wasser und den Gewuerzen (die Nelken werden in die Zwiebel gesteckt, spaeter mitgekocht und vor dem Servieren wieder herausgenommen) eine Beize herstellen, und darin das Hasenklein 2 Tage einlegen. Nun in einem gusseisernen Braeter oder einer grossen

Fleischpfanne die geputzten, kleingeschnittenen Moehren und das Fleisch im Fett kurz anbraten, das Mehl braun einbrennen, mit dem Rotwein abloeschen und durchkochen lassen, bis das Fleisch weichgekocht ist. Zum Schluss die Sosse mit Salz und Pfeffer abschmecken, Johannesbeergelee und Hasenblut oder Zartbitterschokolade darunterruehren, je nach Wunsch noch etwas Rotwein dazugiessen. Beilage: Kartoffelkloesse oder Bandnudeln, Rotkraut.

(Christiane Becker: Die Hunsruecker Kueche, erschienen im Selbstverlag der Autorin, Bremen 1, Ostendorpstr. 9, Tel.: 0421/702550)

:Stichworte : Fleisch, Hase, Hunsrück  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwischen Schwenkbraten und Krommbiere-Wurst  
: : (Rezepte aus dem Hunsrück)  
: : Folge 118, vom 09. November 1994 und  
: : Folge 119, vom 23. November 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hackbraten  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g gemischtes Hackfleisch,  
1 altbackenes Brötchen,  
2 Knoblauchzehen,  
1 Zwiebel,  
2 Eier,  
Paprika, edelsüß,  
1 ts Senf,  
100 g durchwachsener Speck in  
-Scheiben

Das Broetchen in kaltem Wasser einweichen, Zwiebel und Knoblauch schaelen und feinhacken. Hackfleisch mit den ausgedruckten Broetchen, der Zwiebel und Knoblauch, den Eiern und Gewuerzen zu einem geschmeidigen Teig vermengen und abschmecken. Zu einem laenglichen Teig formen. Eine Auflaufform mit Speck auslegen, den Hackbraten darauflegen und mit den restlichen Speckscheiben abdecken. Im vorgeheizten Backofen bei ca. 200 Grad etwa 1 Stunde backen.

:Stichworte : Fleisch, Hack, Kinzigtal, Rind, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kinzigtal I  
: : Folge 163, vom 08. Februar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hackbraten vom Blech  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe



500 g Bratwurstbrät,  
 1.5 kg gemischtes Hackfleisch,  
 3 bn frisches Basilikum (fein  
 -gehackt) oder 2 EL  
 -getrocknetes,  
 2 bn Petersilie (fein gehackt),  
 500 g Zwiebeln (fein geschnitten),  
 6 Eier,  
 3 Brötchen,  
 etwas heiße Milch,  
 3 Knoblauchzehen (zerdrückt),  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 Muskatnuss

Brötchen in Scheiben schneiden, mit heisser Milch uebergiessen und stehen lassen.

Bratwurstbraet, Hackfleisch, Basilikum, Petersilie, Zwiebeln, Eier, die ausgedrueckten Brötchen und Knoblauch gut miteinander vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Ein rechteckiges Kuchenblech (am besten die Saftpfanne) einfetten und den Hackbraten gleichmaessig darauf verteilen und glatt streichen. Den Hackbraten in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen fuer ca. 25 bis 30 Minuten backen lassen bis sich eine schoene Kruste gebildet hat. Danach den Hackbraten auskuehlen lassen und in kleinere oder groessere Portionen schneiden. Vor dem Servieren auf jedes Stueck eine Scheibe rohe Gurke legen.

:Stichworte : Buffet, Fleisch, Hack  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Ostergäste  
 : : Folge 168, vom 30. März 1997  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hähnchen in Bier  
 Categories: Geflügelgerichte  
 Yield: 1 Keine Angabe

1 Poularde (ca. 1.200 g),  
 40 g Butterschmalz,  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 1/2 l dunkles Bier,  
 1/8 l Fleischbrühe,  
 500 g Möhren,  
 3 Stiele Bleichsellerie,  
 1 Zitrone, unbehandelte  
 1 bn Lauchzwiebeln  
 -(Frühlingszwie

Poularde abspuelen, trockentupfen und in heissem Butterschmalz rundherum anbraten. Salzen und pfeffern. Mit heisser Bruehe abloeschen und 5 Minuten schmoren. Zwiebeln schaelen, groessere halbieren oder vierteln. Moehren und Bleichsellerie putzen, waschen und in Stuecke

schneiden. Portionsweise zum Geflügel geben und mitschmoren. Bier zugießen. In den vorgeheizten Backofen, 2. Schiene von unten setzen und bei 200 Grad ca. 35 Minuten schmoren.

Lauchzwiebel putzen, abspülen und in feine Ringe schneiden, ueber das Haehnchen streuen und sofort servieren.

:Stichworte : Bier, Geflügel, Huhn  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Bier  
: : Folge 060, vom 12. April 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hähnchen mit Basilikum  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Mistkratzerle oder 1 Poulet  
-(ca. 1,2 kg),  
Salz,  
Pfeffer,  
1 Hand voll Basilikum,  
2 tb Butterfett

Die Hühnchen innen und aussen abwaschen, gut trocken tupfen. Innen und aussen wuerzen. Basilikumblaetter einfuellen. Fluegel und Beine kreuzweise zusammenbinden. Das Butterfett heiss werden lassen. Das Fleisch ringsum damit bepinseln. Die Hühnchen in einer Kasserolle oder einfach auf dem Bratblech (Brust nach unten) in dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen 45 Minuten (Poulet ca. 1 Stunde) knusprig braten.

:Stichworte : Basilikum, Geflügel, Huhn  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Basilikum  
: : Folge 256, vom 17. Juni 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hähnchenschenkel nach Försterinart  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Hühnerschenkel (entbeint),  
100 g dünne Speckscheiben,  
Thymianpulver,  
Rosmarinpulver,  
Salz,  
Pfeffer,  
Öl,  
Butter,  
1 Zwiebel (gehackt),  
1 Karotte (in Rädchen

-geschnitten),  
1 Selleriezweig (klein  
-geschnitten),  
1/8 l trockener Weißwein,  
1 c heiße Gemüsebrühe,  
300 g Champignons,  
1 cn Pelati,  
1 c Sahne

Aus Thymian- und Rosmarinpulver sowie Pfeffer eine Mischung herstellen und die Speckscheiben damit bestreuen.

Die Scheiben zusammenrollen, in die Hühnerschenkel (wo der Knochen war) hineinlegen und die Schenkel mit Zahnstochern wieder verschliessen. In Öl und Butter sanft anbraten. Sobald die Schenkel Farbe angenommen haben, die gehackte Zwiebel dazugeben sowie die in Rädchen geschnittene Karotte und den klein geschnittenen Selleriezweig.

Wenn auch das Gemüse Farbe angenommen hat, mit Wein abkochen und die Flüssigkeit einkochen lassen.

Eine Tasse heiße Brühe dazugeben und die in Scheiben geschnittenen Champignons. Gut umrühren und nach einigen Minuten die mit der Gabel zerdrückten Pelati hinzufügen. Auf kleinem Feuer 30 Minuten weiterkochen.

Die Zahnstocher aus den Schenkeln entfernen und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vor dem Servieren die Sauce mit Sahne binden.

:Stichworte : Geflügel, Huhn, Thymian  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Thymian  
: : Folge 258, vom 15. Juli 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cn: Dose  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Häröpfelchabis (Kartoffeln mit Kraut)  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kartoffeln  
500 g Sauerkraut, roh oder gekocht  
Salz  
Pfeffer  
Kochbutter

Die Kartoffeln kochen und einen Tag ruhen lassen. Dann schälen und in Scheiben schneiden und mit dem Sauerkraut in dem heißen Butterfett schön goldbraun braten, würzen. Dazu passt eine feine Wurst.

:Stichworte : Kartoffel, Klosters, Kohl, Sauerkraut  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 208, Kochen wie in Klosters  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Haferflockenringe nach Ursula Cantieni  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Mehl,  
250 grobe Haferflocken,  
150 g Butter,  
250 g Zucker,  
1 Ei,  
1/2 Zitrone, Saft und  
-abgeriebene Schale  
5 tb Milch,  
1 pk Backpulver,

MMMMM-----für die Glasur-----

1 Eigelb  
etwas Milch

Die Haferflocken mit dem Wiegemesser mittelfein wiegen und mit 150 g Zucker in einer Pfanne goldbraun roesten. Abkuehlen lassen. Butter, Ei und den restlichen Zucker schaumig ruehren. Die Haferflocken und alle anderen Zutaten nach und nach dazugeben und zu einem Teig verarbeiten. Den Teig etwa 2 bis 3 mm dick auswallen und Ringe ausstechen. Die Ringe auf ein gebuttertes Backblech legen, das Eigelb mit etwas Milch verquirlen und damit die Ringe einpinseln. Bei 180 Grad etwa 15 Minuten backen.

:Stichworte : Plätzchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Grossmutter's Lieblingsplätzle  
: : Folge 183, vom 07. Dezember 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hahnenkämme (mit Apfel gefüllte Hefestückchen)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Hefewürfel,  
50 ml Wasser,  
75 g Butter,  
500 g Mehl (Typ 405),  
80 g Zucker,  
1 pn Salz,  
250 ml Milch

MMMMM-----Füllung:-----

500 g Äpfel,  
1/2 Zitrone (Saft und Schale),  
2 tb Zucker,  
2 tb Sultaninen

MMMMM-----Zum Bestreichen:-----

2 Eigelb

Hefewuerfel in Wasser auflösen und 15 Minuten stehen lassen. Butter weich werden lassen. Mehl in eine Schuessel sieben. In die Mitte eine

Vertiefung druecken. Die aufgeloeste Hefe hineingeben. Mit etwas Mehl zu einem duennen Brei verruehren. 15 Minuten stehen lassen. Zucker und Salz beifuegen. Die weiche Butter mit dem Backhorn oder dem Kochloeffel unter das Mehl arbeiten. Nach und nach zimmerwarme Milch dazugeben. Mit dem Backhorn oder dem Kochloeffel, spaeter mit den Haenden zu einem Teig verarbeiten.

Auf einer trockenen Arbeitsflaeche mit den Haenden gut durchkneten. Zu einer Kugel formen. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 2 Stunden gehen lassen. Teig erneut durchkneten.

Aepfel vierteln, schaelen, vom Kerngehaeuse befreien und die Apfelviertel in duenne Scheiben schneiden. Die Apfelscheiben mit Zitronensaft und Zitronenschale, dem Zucker und den gewaschenen Sultaninen mischen und zugedeckt beiseite stellen.

Hefeteig 1/2 cm dick ausrollen und quadratische Stuecke (10 x 10 cm) schneiden. In die Mitte jedes Quadrates 1 EL der Apfelfuellung geben, die Teigraender mit etwas Wasser bestreichen und die gefuellten Quadrate zusammenklappen. Die Raender gut andruecken.

Die zusammengedruckten Laengsseiten etwa viermal 1 cm tief einschneiden und auseinanderbiegen.

Die Hahnenkaemme mit genuegend Abstand voneinander auf ein Backblech legen und zugedeckt so lange gehen lassen, bis sie etwa doppelt so gross geworden sind.

Das Eigelb verquirlen, die Hahnenkaemme damit bestreichen und in dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen 20 bis 25 Minuten backen.

:Stichworte : Apfel, Gebäck, Hefeteig  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Allerlei aus Hefeteig  
: : Folge 251 vom 11. März 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Halbgefrorener Eiskuchen  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 4 Personen

MMMMM-----Schokoladensauce-----

30 g Butter  
1 tb Kakaopulver  
100 g Zucker

MMMMM-----Sonstiges-----

250 g Löffelbiskuits  
1/2 l Sahne  
100 g edelbittere Schokolade  
50 g Orangeat und Zitronat  
-(gemischt)  
Kirschwasser oder Milch

Schokoladensauce: Butter schmelzen lassen, Kakao untermischen, nach und nach 3 EL Wasser und Zucker hineinruehren. Unter staendigem Ruehren

5

Minuten kochen lassen.

In der Zwischenzeit die Loeffelbiskuits mit Kirschwasser traenken. Falls auf Kinder oder Alkoholiker Ruecksicht genommen werden muss, koennen die Loeffelbiskuits auch mit Milch betraeufelt werden. Den Boden und die Waende einer Kastenform mit den feuchten Loeffelbiskuits auslegen. Die Sahne suessen und steif schlagen. Die Haelfte davon in die inzwischen erkaltete Schokoladensauce mischen. In die andere Haelfte Orangeat und Zitronat, sowie die in kleine Stuecke gebrochene Tafel Schokolade geben. Die Sahne mit der Schokoladensauce in die mit Loeffelbiskuits ausgelegte Kastenform geben. Eine Schicht mit betraeufelten Loeffelbiskuits darauf legen. Darueber die Sahne mit dem Orangeat, Zitronat und den Schokostuecken und zum Schluss wieder eine Schicht mit betraeufelten Loeffelbiskuits. Die Form fuer einige Stunden in den Tiefkuehler stellen. Danach den Eiskuchen aus dem Tiefkuehler nehmen, auf eine Platte stuerzen und ihn fuer mehrere Stunden im Kuehlschrank wieder weich tauen lassen.

:Stichworte : Dessert, Halbgefroren, Weihnachtsmenü  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 224, Weihnachtsmenü 1999  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hamburger Butterkuchen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Hefewürfel,  
50 ml Wasser,  
75 g Butter,  
500 g Mehl (Typ 405),  
80 g Zucker,  
1 pn Salz,  
250 ml Milch

MMMMM-----Für den Streusel:-----

130 g Butter,  
130 g Zucker,  
70 g Mandeln (geschält und  
-blättrig geschnitten),  
1 dr Bittermandelöl, evtl. mehr  
1 tb Rosenwasser, evtl. mehr  
evtl. einige EL Milch

Hefewuerfel in Wasser auflösen und 15 Minuten stehen lassen. Butter weich werden lassen. Mehl in eine Schuessel sieben. In die Mitte eine Vertiefung druecken. Die aufgelöste Hefe hineingeben. Mit etwas Mehl zu einem duennen Brei verruehren. 15 Minuten stehen lassen.

Zucker und Salz beifuegen. Die weiche Butter mit dem Backhorn oder dem Kochloeffel unter das Mehl arbeiten. Nach und nach zimmerwarme Milch dazugeben. Mit dem Backhorn oder dem Kochloeffel, spaeter mit den Haenden zu einem Teig verarbeiten. Auf einer trockenen Arbeitsflaeche mit den Haenden gut durchkneten. Zu einer Kugel formen. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 2 Stunden gehen lassen. Teig erneut durchkneten.

Hefeteig 1 cm dick auswallen, auf ein grosses, gut gefettetes Backblech legen und mit wenig fluessiger Butter bepinseln. Mit einem feuchten Tuch bedecken und an einem warmen Ort gehen lassen. In dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 30 Minuten backen.

Fuer den Streusel die Butter erwaermen, den Zucker auf kleinem Feuer darin zergehen lassen und alle uebrigen Zutaten dazumischen. Den Streusel auf den noch heissen Kuchen verteilen, ihn antrocknen lassen oder nochmals kurz in den Ofen schieben.

:Stichworte : Hefeteig, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Allerlei aus Hefeteig  
: : Folge 251 vom 11. März 2001  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
dr: Tropfen

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hartweizengrießnudeln  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

150 g Hartweizengrieß,  
150 g Weizenmehl,  
Salz,  
2 tb Olivenoel,  
1/8 l temperiertes Wasser

Griess, Mehl und Salz mit Oel zu Kruemeln vermischen. Nach und nach das temperierte Wasser zugeben, dabei immer kraeftig kneten, bis ein elastischer Teig entstanden ist. Teig zu einer Kugel formen und unter einer angewaermtten Schuessel etwa 1 Stunde ruhen lassen. Dann weiter wie bei den Festtagsnudeln verarbeiten, entweder mit der Hand oder mit der Maschine.

:Stichworte : Grundlage, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 213, Die Sendung von den Nudeln  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Haselnuß-Schaeumchen  
Categories: Kuchen, Gebaeck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----1.)-----

200 g Haselnuesse,  
4 Eiweiss,  
200 g Zucker,  
abgeriebene Schale einer  
-Zitrone

MMMMM-----2.)-----

2 tb Sonnenblumen- oder Mandelöl,  
2 tb Mehl

Die Haselnuesse in einer Bratpfanne ohne Fett roesten (staendig ruehren, brennt sofort an!). Auf ein Kuechentuch geben, dieses zur Haelfte ueber die Nuesse legen. Mit den Haenden hin- und herrollen, damit sich die Schalen loesen, diese entfernen, die Nuesse hacken. Das Eiweiss steif schlagen, dabei nach und nach den Zucker beigeben, zuletzt die Zitronenschale.

Zwei Backbleche mit Backpapier belegen. Dieses mit dem Oel bestreichen, mit dem Mehl besieben. Kaffeeloeffelgrosse Haeufchen des Teigs mit Abstand darauf geben. Im auf 100 Grad vorgeheizten Backofen ca. 40 Minuten trocknen.

Die Schaeumchen muessen trocken sein, duerfen aber keine Farbe annehmen.

(Rueegg/Feisst: "Grossmutter's Mittelmeerkueche - Kochen wie im Urlaub", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Baisers, Gebäck, Haselnuss, Italien, Mittelmeer  
: : Sizilien  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Sizilien  
: : Folge 154, vom 10. Juli 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Haselnusskuchen

Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen

Yield: 1 Keine Angabe

5 Eier (300 g),  
300 g Butter,  
300 g Zucker,  
300 g Mehl,  
Salz,  
150 g geriebene Haselnüsse

Butter schaumig ruehren. Zwei Drittel des Zuckers darin unter Ruehren auflösen. Die Eier trennen. Das Eigelb zur schaumigen Butter in die Schuessel geben. Butter, Zucker und Eigelb gut weiterruehren. Das Mehl darauf sieben und gut untermischen. Das Eiweiss steif schlagen, den restlichen Zucker zufuegen. Etwas Eischnee unter den Teig ruehren um ihn zu lockern. Den restlichen Eischnee danach behutsam unterheben.

Die Haselnuesse in einer trockenen Pfanne ohne jedes Fett bei mittlerer Hitze roesten, bis sie duften. Abgekuehlt unter den Teig mischen und in eine eingefettete und bemehlte Gugelhupfform fuellen.

In dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen etwa 50 bis 60 Minuten backen (Probe machen: Stricknadel in Teig stechen; wenn noch Teig daran haengen bleibt, ist der Kuchen noch nicht fertig gebacken).

:Stichworte : Gugelhupf, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gugelhupf  
: : Folge 205, vom 20. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer



MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Haselnussnudeln  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----für den Grund-Teig siehe:-----  
Festtagsnudeln oder  
Hartweizengrießnudeln oder  
Vollkornnudeln

MMMMM-----sowie:-----  
2 tb feinst gemahlene Haselnüsse

Gewuenschten Grund-Teig wie jeweils beschrieben herstellen. 2 El feinst gemahlene Haselnuesse mit den Zutaten des Grundrezeptes gut verkneten.

- schmeckt besonders gut zu Wild  
:Stichworte : Grundlage, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 213, Die Sendung von den Nudeln  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hasenohren  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Weißmehl,  
500 g Magerquark,  
3 tb Sauerrahm,  
3 Tütchen Trockenhefe,  
1 tb Zucker,  
4 dl Milch,  
1 pn Salz,  
250 g Butterfett

Das Mehl mit der Trockenhefe vermengen. In der Mitte eine Vertiefung machen. Die uebrigen Zutaten hineingeben. Alles zu einem Teig vermengen. 1/4 Stunde mit dem Kochloeffel schlagen (um Luft hineinzuarbeiten). Mit einem Tuch bedeckt 1 Stunde stehen lassen.

Aus dem Teig essloeffelgrosse Stuecke zu Kugeln drehen. Diese mit einem Tuch bedeckt noch mal 1/4 Stunde gehen lassen.

Mit dem Wallholz auf einer bemehlten Arbeitsflaeche 5 mm dick auswallen. Das Butterfett heiss werden lassen. Die Teigplaetzchen durchschneiden. Im Butterfett goldbraun backen (auf jeder Seite ca. 2 Min.).

Auf einem Kuechenpapier abtropfen lassen. Mit Puderzucker bestreut servieren.

:Stichworte : Bayern, Gebäck  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Oberbayern  
: : Folge 074, vom 11. September 1992

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hasenpfeffer  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Hase (küchenfertig) oder  
1 Wildkaninchen

MMMMM-----Marinade:-----

1/2 l Essig,  
1/2 l Wasser,  
2 -3 Zwiebeln,  
1 Stück Sellerie,  
1 Möhre,  
1 Lorbeerblatt,  
4 Gewürznelken

MMMMM-----Braten:-----

Butter,  
Salz,  
Pfeffer,  
Sauerrahm,  
Mehl,  
Rotwein,  
Johannisbeergelee

Den Hasen zerteilen, in eine Schuessel legen und mit Essig und Wasser uebergiessen. Zwiebeln, Sellerie und Moehre klein schneiden und mit dem Lorbeerblatt und den Gewuerznelken zu der Marinade geben. Unter oefterem Umwenden 2 bis 4 Tage in der Beize liegen lassen. Dann in Butter das mit Salz und Pfeffer eingeriebene Fleisch in einem Braeter anbraten, Beize sowie etwas Rahm hinzugeben und garen. Ein junger Hase ist in 3/4 Stunde gar, ein alter Hase braucht 2 Stunden.

Den Sud mit Mehlbutter binden, mit etwas Wein und Johannisbeergelee abschmecken. Anstatt mit Mehlbutter kann man die Sosse mit Broeseln von Schwarzbrot, Lebkuchen oder Printen binden. Backpflaumen koennen mitgegart werden.

(Sophie Lange: Alt-Eifler Kueche, Helios-Verlag)

:Stichworte : Eifel, Fleisch, Hase, Wild  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Eifel II  
: : Folge 163, vom 25. Januar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hausgemachte Nudeln  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g Mehl  
Salz  
4 Eier

Das Mehl auf ein Nudelbrett sieben. In die Mitte eine Vertiefung druecken und die aufgeschlagenen Eier und das Salz hineingeben. Von der Vertiefung ausgehend, zunaechst mit den Fingern, dann mit der Hand Ei und Mehl vermischen. Den Teig so lange kneten, bis er sich von den Haenden und vom Nudelbrett loest. Nudelbrett frisch einmehlen und den Teig in drei Teile teilen. Jeweils zu einem duennen, etwa 2 mm dicken, sogenannten "Teigplaetz" ausrollen. Die Teigplatten auf einem ausgebreiteten Tuch 1 Stunde trocknen lassen. In einem grossen Topf Salzwasser zum Kochen bringen und die Nudeln 3 bis 4 Minuten im sprudelnden Wasser kochen lassen. Abgiessen und sofort servieren.

:Stichworte : Nudel, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 161, Weihnachtsgeschenke aus der Kuiche  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schaefler

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hausgemachtes Schmalz  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Schweineflomen,  
500 g frischer Bauchspeck,  
3 mittelgroesse Zwiebeln,  
2 sauerliche Aepfel,  
1 ts Salz,  
1/2 ts frisch gemahlener schwarzer  
-Pfeffer,  
1 ts getrockneter Majoran

Den Flomen unter fliessendem lauwarmem Wasser waschen und trocken tupfen. Den Flomen und den Speck in kleine Wuerfel schneiden, dann in einem grossen Topf bei milder Hitze auslassen, bis die Grieben glasig sind. Die Zwiebeln schaelen, vierteln, entkernen und in Scheibchen schneiden. Beides nach und nach zum Speckfett geben.

Mit dem Salz, dem Pfeffer und dem Majoran wuerzen. Das Schmalz oefter umruehren und so lange braten lassen, bis die Grieben und Zwiebeln hellbraun sind. Das Griebenschmalz in Steintoepfe oder Pfaennchen fuellen. Es haelt sich, kuehl aufbewahrt, mehrere Wochen.

:Stichworte : Schmalz, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 161, Weihnachtsgeschenke aus der Kuiche  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schaefler

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hecht in Kapernsauce  
Categories: Fischgerichte, Meeresfruechte  
Yield: 1 Keine Angabe

2 Zwiebeln,  
1 unbehandelte Zitrone,  
Salz,  
1 Lorbeerblatt,

1/2 ts Wacholderbeeren,  
 3 tb Weißweinessig,  
 30 g Butter,  
 1/8 l trockener Weißwein,  
 1 pk Kapern (60 g  
 -Abtropfgewich  
 250 g Schmant,  
 1/4 l Schlagsahne,  
 weißer Pfeffer aus der  
 -Mühle,  
 600 g Hechtfilet,  
 Petersilienblätter und  
 -Zitronenscheiben zum  
 -Garnieren.

Die Zwiebeln schaelen, eine halbieren, die andere sehr fein wuerfeln.  
 Die Zitrone halbieren, aus einer Haelfte den Saft auspressen. 2 1/2 l  
 Wasser mit den Zwiebelhaeuten, Salz, Lorbeer, Wacholder und Essig  
 aufkochen, die nicht ausgepresste Zitronenhaelfte zugeben. Den Sud bei  
 milder Hitze 30 Minuten ziehen lassen. Inzwischen die Zwiebelwuerfel  
 bei milder Hitze in Butter glasig duensten. Den Wein zuguessen und bei  
 staerkerer Hitze voellig verdampfen lassen. Mit der Kapernflussigkeit  
 abloeschen und ebenfalls verdampfen lassen. Den Schmant und die Haelfte  
 der Sahne zuguessen, offen 10 Minuten bei milder Hitze kochen lassen.

1/8 l Sud abnehmen und mit der restlichen Sahne in die Sauce ruehren.  
 Die Sauce offen in 5-7 Minuten cremig einkochen. Dann mit Zitronensaft,  
 Salz und Pfeffer wuerzen und die Kapern unterruehren. Waehrend die  
 Sauce einkocht, das Hechtfilet in den Sud geben. Den Topf vom Herd  
 nehmen, den Fisch zugedeckt darin 7 Minuten ziehen lassen. Den Fisch  
 abtropfen lassen, in mundgerechte Stuecke zerpfloecken und dabei die  
 Graeten entfernen. Die Hechtstuecke auf stark vorgewaermten Tellern  
 anrichten, mit der Sauce ueberziehen und mit Petersilienblaettchen und  
 Zitronenscheiben anrichten. Dazu passen Salzkartoffeln.

:Stichworte : Fisch, Hecht, Meersburg, Süßwasser  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Kochen wie in Meersburg (II)  
 : : Folge 130, vom 24. Mai 1995  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
 :Notizen (\*\*\*) : Das große Fischkochbuch,  
 : : Naumann & Göbel-Verlag

MMMMMM

Legende:

tb: El.  
 pk: Pkg.  
 ts: Tl.

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hecht mit Sauerampfer  
 Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
 Yield: 1 Keine Angabe

1 Hecht,  
 1 ts Salz,  
 1 Zitrone,  
 2 tb frische Butter,  
 1 feingehackte Zwiebel,  
 1 tb Mehl,  
 100 ml Fischfond oder Gemüsebrühe,  
 1 bn gehackte Petersilie,

100 ml Sauerrahm,  
1 Handvoll feingehackter  
-Sauerampfer (evtl. mehr

Den Hecht mit Zitronensaft und Salz eine Stunde marinieren. Die Graeten mit einer Schere dem Rueckgrat entlang durchschneiden, mit einer Pinzette herausziehen.

Die Butter schmelzen, die Zwiebel darin daempfen, das Mehl beigeben, durchdaempfen, mit dem Fond oder der Bruehe abloeschen, gut verruehren, die restlichen Zutaten zufuegen, durchdaempfen. Den Hecht darauf legen. In einer verschliessbaren Kasserolle ca. eine Stunde bei 120 Grad duensten. Der Fisch ist gar, wenn sich die Flossen leicht herausziehen lassen.

:Stichworte : Bodensee, Fisch, Hecht, Süßwasser  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Konstanz - Fische aus dem See  
: : Folge 110, vom 08. Juni 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hefezopf  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Hefewürfel  
50 ml Wasser  
75 g Butter  
500 g Mehl (Typ 405)  
12 g Salz  
250 ml Milch

Hefewuerfel in Wasser auflösen und 15 Minuten stehen lassen. Butter weich werden lassen. Mehl in eine Schuessel sieben. In die Mitte eine Vertiefung druecken. Die aufgelöste Hefe hineingeben. Mit etwas Mehl zu einem duennen Brei verruehren. 15 Minuten stehen lassen. Salz beifuegen. Die weiche Butter mit dem Backhorn oder dem Kochloeffel unter das Mehl arbeiten. Nach und nach zimmerwarme Milch dazugeben. Mit dem Backhorn oder dem Kochloeffel, spaeter mit den Haenden zu einem Teig verarbeiten. (Fuer die suesse Variante 80 g Zucker und 50 g Sultaninen dazumischen.) Auf einer trockenen Arbeitsflaeche mit den Haenden gut durchkneten. Zu einer Kugel formen. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 2 Stunden gehen lassen. Teig erneut durchkneten. Drei Teigstuecke von je ca.

300 g abwiegen. Jedes Stueck zu einer ca. 40 cm langen Rolle ausrollen. Die drei Straenge nebeneinander legen, oben etwas umschlagen und wie einen Haarzopf flechten, der unten wieder umgeschlagen wird. Auf ein gefettetes oder mit Backpapier ausgelegtes Kuchenblech legen und nochmals 1/2 Stunde gehen lassen. Mit Eigelb bepinseln und in dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen ca. 70 Minuten backen. Nach 60 Minuten den Zopf drehen, damit auch der Boden schoen gebraeunt wird. Auf dem Gitter auskuehlen lassen.

:Stichworte : Gebäck, Hefeteig  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Allerlei aus Hefeteig

: : Folge 251 vom 11. März 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Heffkecheltjer (Hefeküchelchen)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 l Milch,  
1/2 Würfel Hefe,  
Mehl,  
Zucker,  
Salz

Man setzt einen halben Wuerfel Hefe mit einem TL Zucker und einem EL warmer Milch an und laesst sie aufgehen. 1/2 l Milch wird erwaermt, mit einer Prise Salz und einem EL Zucker gewuerzt und mit soviel Mehl verruehrt, dass eine dickfluessige Masse entsteht. Die Hefe wird hinzugefuegt und kraeftig untergeschlagen. Wenn der Teig aufgegangen ist, backt man in der Pfanne kleine Kuechlein, die man mit Zucker bestreut.

(Aus Grossmutter's Kueche, Druckerei Werner, Daun)

:Stichworte : Eifel, Gebäck  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Eifel I  
: : Folge 121, vom 11. Januar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Heidelbeer-Soufflé  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Heidelbeeren (frisch oder  
-tiefgefroren),  
4 Eier,  
100 g Brot (Toastbrot),  
1/4 l Milch,  
125 g Butter,  
200 g Zucker,  
1/2 Zitrone (Saft)

Die Heidelbeeren waschen. Das Brot in der Milch einweichen, ausdruecken und im Mixer eine homogene Masse herstellen. Zucker und Eigelb gut miteinander verquirlen. Die zimmerwarme Butter darunter geben, ebenfalls die Brotmasse. Zitronensaft und die Heidelbeeren hinzufuegen und - vorsichtig - die zu Schnee geschlagenen Eiweiss darunter heben. Die Masse in eine ausgebutterte Souffle-Form fuellen und bei mittlerer Hitze 45 Minuten backen.

Dann wird das Souffle mit Puderzucker bestreut und sofort serviert.

:Stichworte : Dessert, Heidelbeere, Savoyen, Souffle  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Savoyen  
: : Folge 252 vom 08. April 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Heringssalat  
Categories: Salate  
Yield: 6 Personen

1 bn Dill (fein geschnitten),  
250 g gekochte Kartoffeln (in  
-Würfel geschnitten),  
2 gekochte Knollen Rote Bete  
-(in Würfel geschnitten),  
-evtl. mehr  
1 lg Apfel (in Würfel  
-geschnitten),  
3 Gewürzgurken (in Würfel  
-geschnitten),  
1 pk Bismarckheringe (ca. 350 g,  
-in Würfel geschnitten)

MMMMM-----für die Mayonnaise:-----

3 hart gekochte Eier,  
150 ml Öl,  
1 cn Sauerrahm

Alle Zutaten in eine Schuessel geben.

Fuer die Mayonnaise das Eigelb durch ein Sieb druecken, Oel  
tropfenweise unterruehren und mit einem Becher Sauerrahm verquirlen.  
Damit den Salat anmachen und mindestens 1 Tag durchziehen lassen. Vor  
dem Servieren das Eiweiss fein hacken und darueber streuen.

:Stichworte : Buffet, Hering, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Partybuffet  
: : Folge 101, vom 26. Januar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
cn: Dose  
pk: Pkg.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Heringstopf  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 2 Personen

200 g Heringsfilets,  
4 tb Joghurt (1,5 % Fett),  
4 tb Sauerrahm (10 % Fett),  
1 Lorbeerblatt,  
weißer Pfeffer,  
flüssiger Süßstoff,  
1 sm Zwiebel,  
2 mittelgroße Gewürzgurken,  
2 ts frisch gehackter Dill

Die Heringsfilets je nach Groesse drei- bis viermal durchschneiden und  
in eine Schuessel legen.

Den Joghurt und den Sauerrahm glatt rühren. Das Lorbeerblatt hinzufügen und mit etwas weissem Pfeffer und einigen Spritzern Suesstoff abschmecken. Die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Die Gewürzgurken in feine Scheiben schneiden. Die Zwiebelringe und die Gurkenscheiben über die Heringe verteilen und die Joghurtsauce darüber gießen.

Den Heringstopf abgedeckt kühlen stellen und mindestens 1 Stunde durchziehen lassen. Den Dill darüber streuen und servieren.

:Stichworte : Diabetes, Fisch, Hering  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen für Diabetiker  
: : Folge 202, vom 08. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
: : 225 kcal

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Herstellung eines Sauerteigs ("neuer")  
Categories: Grundlagen, Informationen  
Yield: 1 Keine Angabe

100 g Roggenmehl,  
200 g Wasser,  
25 g Bienenhonig

Mehl in ein 1-l-Konfitürenglas geben, gut mit Wasser und Honig verrühren. Das Glas zubinden mit einem Stück Gaze oder Kaffeefilterpapier (mit Faden oder Gummiring). An einen warmen Ort stellen. Alle 12 Stunden gut umrühren. Nach 24 Stunden zeigen sich Bläschen. Das Teigvolumen vergrößert sich. Nach 48 Stunden kann dieser Sauerteig zum ersten Mal eingesetzt werden.

Ob Sie einen wie oben beschriebenen Sauerteig oder einen gekauften oder -Extrakt verwenden: alle drei Arten ergeben immer wieder verwendbaren Sauerteig, wenn man ihn nicht länger als 3 Wochen aufbewahrt.

("Kathrin Rueeggs Brotbackstube", Albert-Mueller-Verlag, Rueschlikon)

:Stichworte : Brot, Grundlage, Sauerteig  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brot und Brötchen  
: : Folge 142, vom 17. Januar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hexenpolenta  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 ml Milch,  
125 g Bramata,  
1 1/2 tb Zucker (evtl. mehr)



1 pn Salz,  
1 Handvoll Rosinen

Nach dem Grundrezept eine Milchpolenta herstellen, jedoch nur eine Prise Salz, dafür 3 EL Zucker beifügen. Dem heißen Brei 50 g Butter und eine Handvoll Rosinen beifügen. Auf ein rundes nasses Holzbrett streichen und erkalten lassen. Den Fladen beidseitig in etwas Butter in der Bratpfanne backen.

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Graubünden  
: : Folge 114, vom 14. September 1994 und  
: : Folge 115, vom 28. September 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Himbeercreme Luise  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Himbeeren,  
250 g Puderzucker,  
1 Eiweiß,  
Zitrone,  
8 tb Himbeergeist,  
1/8 l Sahne

Himbeeren entstielen und kurz unter fließendem Wasser waschen (einige schöne Beeren zurückbehalten zum Garnieren), durch ein Sieb passieren und den Puderzucker unterrühren. Eiweiß steif schlagen und unterheben, 1 EL Zitronensaft und den Himbeergeist zugeben. Sahne schlagen und unterziehen. Die Creme auf 4 Glasschalen verteilen und mit den zurückbehaltenen Himbeeren garnieren.

:Stichworte : Dessert, Himbeere  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gemüse von der Reichenau  
: : Folge 111, vom 22. Juni 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Himmel und Erde  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Kg Kartoffeln,  
1 Kg säuerliche Äpfel,  
1 Zitrone, Saft von  
1 tb Zucker,  
1 tb Butter, evtl. mehr  
1 Tassen heiße Milch, evtl.  
-mehr

4 lg Zwiebeln, , evtl. mehr  
2 tb Schmalz, evtl. mehr  
4 große, dicke Scheiben  
-Blutwurst,  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle

Kartoffeln schaelen, waschen und in Salzwasser kochen. Aepfel schaelen, entkernen, in halbe Schnitze schneiden und mit wenig Wasser, Zitronensaft und Zucker zu Brei kochen. Kartoffeln abgiessen, mit Butter und Milch zerstampfen. Den mit Apfelstueckchen durchsetzten Apfelbrei mit den Kartoffeln vermengen. Warm halten. Dabei abschmecken mit wenig Salz und Pfeffer. Zwiebeln schaelen, halbieren und in Scheiben schneiden. Diese in Schmalz goldgelb roesten. Herausnehmen und beiseite stellen. Im gleichen Fett (eventl. noch etwas zugeben) die Blutwurstscheiben auf beiden Seiten scharf anbraten. Dann aufeinanderlegen und Zwiebelringe daneben nochmals erhitzen. Dabei etwas salzen und pfeffern. Beim Anrichten haeuft man Apfel-Kartoffel-Brei auf die Teller, belegt mit Blutwurstscheiben und gibt darauf die Zwiebeln mit Bratfett.

(Horst Scharfenberg: Aus Deutschlands Kuechen, Hallwag-Verlag)

:Stichworte : Apfel, Eifel, Kartoffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Eifel I  
: : Folge 121, vom 11. Januar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hirschkalbschlegel  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Kg Schlegel vom Hirschkalb

MMMMM-----Beize:-----

1/2 l Rotwein,  
Salz,  
Lorbeerblätter,  
Nelken,  
Zwiebeln

MMMMM-----Braten:-----

Salz,  
Pfeffer,  
Speck,  
Butterfett,  
Johannisbeergelee,  
süße Sahne,  
Weißwein,  
Pfifferlinge

Hirschkalbschlegel einige Tage in einer Beize einlegen. Dazu nimmt man Rotwein, etwas Salz, ein paar Lorbeerblaetter, einige Nelken und viel Zwiebeln. Vor dem Braten das Wildfleisch abtrocknen und mit Salz und Pfeffer einreiben, in Speck und Fett anbraten und im vorgeheizten Backofen 1 1/2 Stunden schmoren lassen. Aelteres Hirschfleisch braucht

1 Stunde mehr.

Fuer die Sosse schmeckt man den Bratensatz mit Salz, Pfeffer, Johannisbeergelee, Sahne und Weisswein ab. Den Hirschkalbschlegel in Scheiben schneiden und mit gebratenen Pfifferlingen garniert anrichten.

(Sophie Lange:, Alt-Eifler Kueche, Helios-Verlag)

:Stichworte : Eifel, Fleisch, Hirsch, Wild  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Eifel II  
: : Folge 163, vom 25. Januar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hirschkeule

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Hirschkeule,  
1 sm Zwiebel,  
80 g Butterfett,  
Salz,  
frisch gemahlener Pfeffer,  
1 sm Glas Marsala,  
1 pk Rotwein

MMMMM-----Für die Marinade:-----

1/2 l Essig,  
1 Knoblauchzehe,  
1 Gewürznelke,  
1 pn Zimt,  
2 Stangen Bleichsellerie,  
1 Rosmarinzweig,  
Salz,  
4 Pfefferkörner

Das Fleisch 12 Stunden in eine Marinade aus Essig, Knoblauch, Gewuerznelke, Zimt, Bleichsellerie, Rosmarin, Salz und Pfefferkoernern legen. Danach abtropfen lassen und trockentupfen. Das Butterfett in einer Kasserolle zerlassen, die Zwiebel und das Gemuese aus der Marinade darin anbraten. Das Fleisch hineingeben und braun braten. Mit Salz und Pfeffer wuerzen, mit Marsala und Wein begiessen.

Die Kasserolle mit Alufolie zudecken und 2 1/2 Stunden langsam garen lassen. Danach das Fleisch in nicht zu duenne Scheiben schneiden. Die Sauce durch ein Sieb streichen und darueber verteilen.

:Stichworte : Festliches, Fleisch, Hirsch, Menü, Wild  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Festliches Menü 1997  
: : Folge 182, vom 23. November 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.  
sm: klein.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hirschsteak mit Orangenscheiben  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Hirschsteaks,  
2 Orangen,  
4 tb Cognac,  
2 tb Butterfett,  
Salz,  
Pfeffer

MMMMM-----Für die Sauce:-----  
2 tb Cognac,  
1 cn Crème fraîche

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Orangen in Scheiben schneiden. Das Fleisch nebeneinander auf eine Platte legen. Mit Cognac betraufeln. Aufeinander legen. Im Kuehlschrank 1/2 Stunde stehen lassen.

Butterfett in der Pfanne rauchheiss werden lassen. Die Steaks dazulegen und auf jeder Seite 1 1/2 Minuten braten. Dann das Fleisch aus der Pfanne in den heissen Backofen stellen. (Ein Steak sollte mindestens 5 Minuten ruhen, bevor es angeschnitten wird.) Erst vor dem Servieren salzen und pfeffern.

Zum Bratensatz gibt man nun die Butter und die Orangenscheiben dazu und daempft sie zugedeckt ca. 4 Minuten. Dann legt man sie zum Fleisch. Im Bratenrueckstand laesst man die zweite Portion Cognac einige Minuten auf grosser Flamme einkochen und giesst sie vor dem Servieren ueber das Fleisch.

:Stichworte : Fleisch, Hirsch, Weihnachten, Wild  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was Kathrin und Werner verschenken  
: : Folge 204, vom 06. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
cn: Dose  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hirtensuppe  
Categories:  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Knoblauchzehe,  
300 g Spinat  
(oder Sauerampfer, Spinat  
-und  
junge Brennnesselblätter  
-gemischt),  
150 g Speckwürfel,  
1/2 l Milch,  
1/2 l Bouillon,  
4 Kartoffeln,  
1 Handvoll Reis,  
Salz,  
Pfeffer,  
Oregano,

Thymian,  
Schnittlauch

In einem Topf etwas Butter schmelzen und die Speckwuerfel glasig werden lassen. Dann den gewaschenen und kleingeschnittenen Spinat oder die kleingeschnittenen Wildkraeuter dazugeben sowie Oregano und Thymian. Alles gut vermischen und etwas durchdaempfen lassen. Mit Milch und Bouillon abloeschen. Salzen, pfeffern.

Die Kartoffeln grob in die Suppe raffeln. Wenn die Kartoffeln fast weich sind, den Reis dazugeben und die Suppe nochmals 20 bis 30 Minuten koecheln lassen. Vor dem Servieren mit Schnittlauch bestreuen.

:Stichworte : Anniviers, Spinat, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Val d'Anniviers  
: : Folge 163, vom 11. Juli 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hörnli mit Ankeziger  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g gekochte Hörnli,  
1 Zwiebel,  
1 tb Butter,  
150 g Rohschinken,  
50 g Butter,  
1 Stöckli Schabziger,  
300 ml Brühe,  
schwarzer Pfeffer,  
Petersilie

Schabziger reiben, mit einer Gabel gut mit Butter vermischen. Die feingehackte Zwiebel in Butter duensten. Den in Streifen geschnittenen Rohschinken beifuegen und knusprig braten. Dann den mit Butter vermischten Ankeziger beifuegen und unter Ruehren schmelzen lassen, mit den gekochten Hoernli vermischen und in eine Gratinform geben. Gruyere mit Rahm verquirlen und ueber das Gericht verteilen. Das Gratin ca. 20 Minuten in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen geben.

:Stichworte : Gratin, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gratinieren  
: : Folge 165, vom 16. Februar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Holderlatwerge  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

2 kg Holunderbeeren, entstielt,  
Wasser,  
Zucker

Die Beeren in einen Kochtopf schuetten. Soviel Wasser begeben, dass sie knapp bedeckt sind. Kochen lassen bis sie platzen. Ueber Nacht stehen lassen. Durch ein Tuch abseihen. Das Tuch gut ausdruecken. Die Saftmenge messen und 2/3 Zucker begeben. Einkochen, bis die Latwerge nicht mehr duenn ist, sondern in zaehflussigen Tropfen vom Loeffel faellt.

Heiss abfuellen, gut verschliessen.

Holderlatwerge ist nicht nur ein guter Brotaufstrich. Rein oder mit heissem Wasser verduennt, ergibt sie auch eine schleimloesende Medizin bei Husten und Bronchitis.

:Stichworte : Aufstrich, Brot, Getraenk, Holunder, Saft, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Schweiz (Ballenberg)  
: : Folge 063, vom 04. Oktober 1991  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Holdermues (Holundermus)  
Categories: Dessert, Süssspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb frische Butter,  
2 tb Weismehl,  
2 dl Rahm,  
500 g Holunderbeeren oder andere  
-Beeren

Butter schmelzen, Mehl begeben, mit dem Schneebeesen gut verruehren, Rahm begeben. Ruehren.

Sobald die Masse homogen ist, die gewaschenen Beeren begeben, 5 Minuten koecheln lassen.

:Stichworte : Holunder, Schweiz, Sssspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Schweiz (Ballenberg)  
: : Folge 063, vom 04. Oktober 1991  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Holsteiner Schnitzel  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----pro Person:-----

1 Rindsplaetzle,  
Butterfett,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 Ei,  
2 Sardellenfilets,  
Kapern

nach Geschmack

Im heissen Butterfett das Fleisch auf jeder Seite 1 Minute braten, herausnehmen, mit Salz und Pfeffer wuerzen. Im Bratfett ein Spiegelei backen, auf das gebratene Fleisch setzen und mit Sardellen und Kapern garnieren.

Rindsplaetzle: duennes Steak, Scheibe aus Huefte oder Nuss

:Stichworte : Fleisch, Rind, Steak  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Schnitzel  
: : Folge 242, vom 22. Oktober 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Honig-Trüffel in Hohlkugeln  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

125 g Waldhonig,  
170 g Sahne,  
250 g Vollmilchschokolade,  
15 g Kirschwasser,  
Hohlkugeln (zu beziehen im  
-Konditorfachgeschäft)

Honig und Sahne kurz aufkochen lassen, danach den Topf vom Herd nehmen und die kleingeschnittene Schokolade dazugeben. Wenn die Schokolade aufgelöst ist, Kirschwasser einruehren. Die Masse in eine Schuessel fuellen und auf 26 Grad abkuehlen lassen.

Mit einem Spritzbeutel und einer kleinen Lochtuelle die Masse in die Hohlkugeln fuellen.

Die Kugeln ueber Nacht stehen lassen.

Mit der Hand in Schokolade rollen und mit der Oeffnung nach unten auf Pergamentpapier setzen.

:Stichworte : Honig, Praline, Trüffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Torten und Pralinen  
: : Folge 167, vom 16. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Honigcreme  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

6 Eigelb,  
1/8 l Weißwein,  
1 Zitrone, Schale und Saft von  
3 tb Wasser,  
4 tb Honig

Alles miteinander auf kleiner Flamme 7 bis 8 Minuten schlagen. In kalt ausgespuelte Dessertschalen fuellen. Kalt stellen.

:Stichworte : Dessert, Honig  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Honig aus dem Schwarzen Wald  
: : Folge 196, vom 28. Juni 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Honigkartoffeln  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g neue Kartoffeln (in der  
-Schale gekocht),  
2 tb Honig,  
2 tb Butter,  
1 tb Wasser,  
viel Muskatnuss,  
Salz,  
Pfeffer

Kartoffeln schaelen. Wasser erhitzen, Butter und Honig unterruehren,  
mit Muskatnuss, Kraeutersalz und Pfeffer abschmecken. Kartoffeln darin  
schwenken.

Nach gleichem Rezept kann man auch Karotten, Kohlrabi, Kastanien,  
Perlzwiebeln, Fenchelstreifen etc. zubereiten.

:Stichworte : Beilage, Honig, Karotte, Kartoffel, Kohlrabe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Honig aus dem Schwarzen Wald  
: : Folge 196, vom 28. Juni 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hopfensprossensalat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

750 g Hopfensprossen  
(werden im Frühjahr vor der  
-Spargelzeit geerntet),  
Zucker,  
Salz

MMMMM-----Für die Marinade:-----

3 tb Öl,  
2 tb Essig,  
1 pn Pfeffer,  
1/2 ts gehackter Dill oder  
-Schnittlauch

Hopfensprossen putzen und das holzige Stueck unten wie beim Spargel  
abschneiden. Die Sprossen gut waschen und in kochendem Salzwasser, dem



eine Prise Zucker beigefuegt wurde, ca. 5 bis 10 Minuten kochen. Die Sprossen aus dem Sud nehmen.  
Fuer die Marinade alle Zutaten gut vermischen und noch ueber die warmen Sprossen geben.

:Stichworte : Bayern, Salat, Sprosse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Oberpfalz  
: : Folge 236, vom 04. Juni 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hühnerbrüste mit Weinblättern  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Hühnerbrüste,  
8 Weinblätter,  
1/2 Galgantwurzel,  
1/2 Fenchelknolle,  
1 Zwiebel,  
1 Karotte,  
1 Knoblauchzehe,  
1 c Weißwein und  
1 c Hühnerbouillon oder  
2 Tassen Weißwein,  
Salz,  
Pfeffer,  
Bertram

Fuer die Beize die feingeschnittene Zwiebel und Karotte anduensten und mit Wein und Huehnerbruehe abloeschen, feingeschnittene Galgantwurzel, feingeschnittene Fenchelknolle und gepresste Knoblauchzehe dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Bertram abschmecken.

Die Huehnerbruestchen enthaeuten, entbeinen und halbieren. Jedes Stueck mit einem Weinblatt umwickeln und fuer 2 bis 12 Stunden in die Beize legen.

Die Bruestchen samt der Beize in einer feuerfesten Glasform bei 180 Grad ca. 45 Minuten backen.

Die Huehnerbruestchen warmstellen, die Sauce mit Dinkelmehl binden und ueber die Huehnerbrueste giessen.  
Dinkelspaetzle dazu servieren.

(Aus dem "Kurhaus Hildegard")

:Stichworte : Fasten, Geflügel, Huhn  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fastenkur nach Hildegard von Bingen  
: : Folge 145, vom 28. Februar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hühnerlebermousse  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Hühnerleber,  
2 Schalotten,  
30 g Butter,  
4 tb süße Sahne,  
1 ts Cognac,  
Salz,  
weißer Pfeffer,  
eventuell Pastetengewürz,  
4 Blatt weiße Gelatine,  
1/4 l entfettete Hühnerbrühe,  
1 Schnapsglas Madeira, (5 cl)  
einige Tropfen  
-Worcestersauce,  
etwas gestoßenes Eis

Die Hühnerleber von Häuten, Sehnen und Röhren befreien, in kleine Würfel schneiden. Schalotten schälen, fein hacken und in der Butter glasig werden lassen. Die Leberwürfel zufügen und unter Rühren ganz kurz anbraten. Abkühlen lassen und durch ein Haarsieb streichen. In einer grossen Schüssel ein Eisbett bereiten, die Lebermasse in einer zweiten Schüssel (die aus Edelstahl sein sollte) hineinstellen und die Masse mit den Rührstäben der Küchenmaschine ganz glatt rühren. Dabei nach und nach die Sahne und den Cognac einlaufen lassen. Die Mousse mit Salz, Pfeffer und Pastetengewürz abschmecken, etwa 3 cm hoch auf Alufolie streichen und ins Gefrierfach legen. Gelatine zusammenrollen und in kaltem Wasser 10 Minuten einweichen. Die Hühnerbrühe mit dem Madeira mischen, ganz leicht erwärmen und mit Salz und Worcestersauce abschmecken. Die ausgedrückte Gelatine darin auflösen. Aus der Hühnerlebermousse 4 runde Scheiben ausstechen, nebeneinander auf eine flache Platte legen und mit dem Gelee um- und begießen. Die Platte in den Kühlschrank stellen und das Gelee fest werden lassen. Dann so ausstechen, dass das Gelee einen etwa 1 cm breiten Rand um die Mousse bildet. Auf Portionstellern anrichten.

:Stichworte : Festliches, Geflügel, Leber, Menü, Vorspeise

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Festliches Menü 1997

: : Folge 182, vom 23. November 1997

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hühnerpastete  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Huhn,  
2 geschälte Zwiebeln,  
1 Lorbeerblatt,  
2 Nelken,  
Salz,

Pfeffer,  
 3 Tassen Rundkornreis,  
 200 g Butter, evtl. mehr  
 4 Eier,  
 1 lg Blatt Blätterteig,  
 Öl für die Form

Das Huhn mit den ganzen Zwiebeln, dem Lorbeerblatt, den Nelken, Salz und Pfeffer in einen Topf geben und so lange kochen, bis sich das Fleisch gut von den Knochen lösen lässt. Das Huhn aus dem Sud nehmen und auf eine Platte legen. Die Hühnerbrühe durch ein Sieb gießen. Den Reis in 6 Tassen Hühnerbrühe kochen (die Brühe eventuell mit etwas Wasser strecken). Inzwischen das Hühnerfleisch in sehr kleine Stücke schneiden, dabei sorgfältig die Haut, alle Knochen und Knochensplitter entfernen. In einer Kasserolle die Hälfte der Butter schmelzen und darin das fein geschnittene Hühnerfleisch und die inzwischen ebenfalls klein geschnittenen, gekochten Zwiebeln unter ständigem Rühren anbraten, bis sie Farbe annehmen.

In einer Schüssel die Eier mit dem gekochten Reis und den goldgelb gebratenen Hühnerstücken gut vermengen. Eine Springform mit Öl austreichen und mit einem grossen Teigblatt (oder entsprechend vielen kleinen) auslegen. Der Teig sollte bis zum oberen Rand der Springform reichen. Die Füllung in die Form geben. Von einem sehr grossen Teigblatt die überstehenden Teile als Deckel über die Füllung schlagen, ansonsten aus einem weiteren Teigblatt einen Deckel bilden. Die Hühnerpastete im vorgeheizten Ofen bei mittlerer Hitze etwa 40 Minuten backen.

Als Weihnachtsmenü:

Zitronensuppe  
 Hühnerpastete  
 Badische Hechtkloesschen  
 Rindsbraten in Rotwein  
 Weihnachtzabaione

:Stichworte : Huhn, Menü, Pastete, Vorspeise, Weihnachten  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Weihnachtsmenü 2000  
 : : Folge 244, vom 19. November 2000  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hühnerpilaf  
 Categories: Geflügelgerichte  
 Yield: 1 Keine Angabe

1 Bauernhuhn (in 8 bis 10  
 -Teile geschnitten),  
 400 g Patnareis (Langkornreis),  
 100 g Butter,  
 4 Zwiebeln,  
 2 Knoblauchzehen,  
 1 ts Safran,  
 1/2 ts Kardamom,  
 frisch gemahlener Ingwer  
 -nach Geschmack,  
 3 Nelken,

1 Lorbeerblatt,  
1 sm Stange Zimt,  
50 g Mandeln, blanchierte  
50 g Rosinen,  
Salz,  
Wasser

1 Zwiebel, Lorbeerblatt und Salz in kaltem Wasser aufsetzen. Sobald es zu kochen beginnt, die Hühnerstücke hineingeben und langsam weich kochen lassen. Danach Butter in einem Topf erhitzen und eine fein gehackte Zwiebel und Knoblauchzehen glasig werden lassen. Kardamom, Ingwer und den gewaschenen und abgetrockneten Reis dazugeben. Mit der abgeseihten Hühnerbrühe auffüllen. Safran in warmem Wasser auflösen und ebenso dazugeben sowie Zimt, Nelken und falls nötig etwas Salz. Umrühren und zugedeckt langsam bei kleiner Hitze quellen lassen. In der Zwischenzeit Hühnerfleisch entbeinen und in mundgerechte Stücke schneiden. Wenn der Reis weich ist, die Fleischstücke untermischen, ebenso die gewaschenen Sultaninen und die in Stifte geschnittenen, blanchierten und gerösteten Mandeln. Vor dem Servieren das Gericht mit knusprig gebratenen Zwiebelringen garnieren.

:Stichworte : Geflügel, Gewürz, Huhn  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gewürz II  
: : Folge 192, vom 19. April 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hühnerpitta  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Huhn  
2 Zwiebeln  
1 Lorbeerblatt  
3 Nelken  
3 Tassen Arborioreis  
-(Rundkornreis)  
250 g Butter  
4 Eier  
1 lg Blatt Blätterteig,  
Olivenöl

Das Huhn mit Zwiebeln, Lorbeerblatt und Nelken kochen. Huhn herausnehmen, abkühlen lassen. Alle Knochen entfernen und das Fleisch klein schneiden. In 6 Tassen Hühnerbrühe den Reis kochen.

In Olivenöl die gekochten Zwiebeln und das Hühnerfleisch braten bis es Farbe annimmt.

Gekochter Reis mit Eier und dem gebratenen, abgekühlten Hühnerfleisch gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

In eine ausgefettete Auflaufform ein Blätterteigblatt legen (oder entsprechend viele kleine) und die Reis- Hühnmischung daraufgeben. Den überstehenden Blätterteig darüberschlagen, bzw. mit einem weiteren Teigblatt die Auflaufform schließen. Mit einer Gabel Löcher

einstechen und mit einem Eigelb bestreichen. Das Ganze fuer 40 Minuten in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen stellen.

:Stichworte : Geflügel, Huhn, Reis  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 207, Die Sendung vom Reis  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hühnersalat  
Categories: Salate  
Yield: 4 Personen

1 Huhn (mit  
1 Zwiebel,  
1 Lorbeerblatt,  
2 Nelken in Salzwasser  
-gekocht)  
1 cn Joghurt  
1/2 Zitrone  
etwas Senf  
etwas Curry

Das Hühnerfleisch von den Knochen lösen und kleinschneiden. Aus Joghurt, Zitronensaft, Senf und Curry eine Sauce herstellen und mit dem Hühnerfleisch gut mischen. Der Salat sollte noch einige Zeit durchziehen. Mit Vollkornbrot als Abendessen servieren.

:Stichworte : Diät, Huhn, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 209, Schlankwerden beginnt im Kopf  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cn: Dose

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hühnersalat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

1 gebratenes Hähnchen,  
1 c gekochte Karottenwürfel,  
1 c gekochte Erbsen,  
1 c Ananaswürfel frisch oder  
-aus der Dose,  
1 c Orangenstückchen,  
3 tb Mayonnaise,  
1 Kopfsalat,  
einige Petersilienstiele  
-zum Verzieren

Das Hähnchen häuten, das Fleisch in kleine Stücke schneiden. Fleisch, Karotten, Erbsen, Ananas und Orangenstückchen mit der Mayonnaise mischen und einige Zeit ziehen lassen.

Eine Schüssel oder runde Platte mit gewaschenen und abgetrockneten Salatblättern auslegen, den Hühnersalat darauf verteilen und mit

Petersilienblaettchen garnieren.

:Stichworte : Ananas, Exotisch, Frucht, Geflügel, Huhn, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte I - Bananen und Ananas  
: : Folge 057, vom 11. Januar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
: : (aus: Das große Buch der Früchte, Südwest-Verlag)  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hühnerschenkel in Honiggemüse

Categories: Geflügelgerichte

Yield: 1 Keine Angabe

4 Hühnerschenkel,  
Butterfett zum Anbraten,  
100 ml Weißwein,  
300 ml Hühnerbrühe,  
300 g weiße Rübchen (Navets),  
1 tb Honig,  
20 geschälte Perlzwiebeln  
(es können auch eingelegte  
-Perlzwiebelchen sein),  
Salz,  
Pfeffer

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. In einer Kasserolle Butterfett auf mittlerer Stufe erhitzen und die Hühnerschenkel darin von beiden Seiten schön anbraten. Hühnerbeine auf eine vorgewärmte Platte legen. Die in Stücke geschnittenen Rübchen und die Perlzwiebeln im Butterfett glasig werden lassen. Honig dazugeben. Einige Minuten dämpfen. Mit Wein und Fleischbrühe ablöschen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Hühnerbeine in das Gemüse legen und für ca. 1/2 Stunde im Backofen schmoren lassen. Eventuell die Sauce mit Mehlbutter binden.

:Stichworte : Geflügel, Honig, Huhn  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Honig aus dem Schwarzen Wald  
: : Folge 196, vom 28. Juni 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Huhn im Römertopf

Categories: Geflügelgerichte

Yield: 1 Keine Angabe

1 Brathuhn (ca. 1500 g),  
3 tb Dijon-Senf,  
1 Knoblauchzehe,  
Salz,  
schwarzer Pfeffer aus der

-Mühle,  
 3 Kerbelzweige,  
 3 Estragonzweige,  
 3 Dillzweige,  
 3 Petersilienstängel,  
 2 Ästchen Zitronenthymian,  
 1 Ästchen Majoran,  
 1 tb Olivenöl

Roemertopf 15 Minuten lang in Wasser legen, damit er sich voll saugen kann. Das kuechenfertige Huhn ganz mit Senf bestreichen und in den leeren Roemertopf legen. Die geschaelte Knoblauchzehe an der Innenwand des Tontopfes zerreiben, das Huhn mit Salz und Pfeffer aus der Muehle bestreuen. Die gewaschenen Kraeuter auf dem Huhn verteilen und einige auch in das Huhn hineinstecken. Olivenoel darueber giessen und Topf schliessen. Der Tontopf wird in den kalten Backofen gestellt, diesen danach auf hoechste Stufe (250 Grad) erhitzen. Garzeit: etwa 1 1/2 Stunden.

Anschliessend Huhn herausnehmen und tranchieren. Die Fleischstuecke auf einer Platte anrichten und die durchpassierte Kochfluessigkeit darueber giessen.

:Stichworte : Geflügel, Huhn, Römertopf  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Tröstende und heilende Düfte  
 : : Folge 184, vom 23. Dezember 1997  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
 tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Huhn in Sherry  
 Categories: Geflügelgerichte  
 Yield: 1 Keine Angabe

1 Huhn,  
 200 g Nudeln,  
 125 g Champignons,  
 200 ml Sherry,  
 4 Schalotten,  
 1/2 l Bouillon,  
 1 Zweiglein frischer Estragon  
 -oder  
 1 Msp. getrockneter Estragon,  
 50 g Butter,  
 Salz,  
 Pfeffer

Das zerlegte Huhn wird mit Salz und Pfeffer eingerieben und in Butter goldgelb gebraten. Es soll fast gar sein. Dann die fein gehackten Schalotten, Estragon und Sherry dazugeben. Aufkochen und zugedeckt zehn Minuten leise kochen lassen. Die blaettrig geschnittenen Champignons beifuegen und anziehen lassen. Mit Bouillon abloeschen. Zum Kochen bringen.

Die Nudeln in den Topf mit dem Huhn geben und offen auf mittlerer Flamme kochen bis die Nudeln gerade weich sind. Die Fluessigkeit sollte nahezu verdunstet sein.

:Stichworte : Geflügel, Huhn, Wein

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Wein in der Küche  
: : Folge 179, vom 12.Oktober 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Huhn mit KrensaUCE (Meerrettichsauce)  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

2 sm Hühner,  
Salz,  
Hühnerbrühe,  
80 g Meerrettich (gerieben),  
80 g geschälte, geriebene  
-Mandeln,  
1 Zwiebel (fein gehackt),  
30 g Butter,  
20 g Mehl,  
1/8 l Sahne,  
1 Msp. Ingwerpulver

Huehner teilen, salzen, in eine Kasserolle legen und mit Huehnerbruehe schwach bedecken. Meerrettich, Mandeln und Zwiebel darauf verteilen und weich duensten. Das Fleisch herausnehmen. Mehl und Butter mit einer Gabel zusammendruckeN und damit den Saft etwas eindicken. Mit Sahne verfeinern, mit Salz, Pfeffer und Ingwerpulver wuerzen. Das Fleisch in der Sauce wieder erwaermen.

:Stichworte : Geflügel, Huhn, Tirol  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Tirol  
: : Folge 249 vom 11. Februar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Huhn mit vierzig Knoblauchzehen  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

6 Hühnerbeine, evtl. mehr,  
-oder  
2 Hühnerbrüste, evtl. mehr  
40 Knoblauchzehen,  
3 Stangen Bleichsellerie,  
1 bn Petersilie,  
2/3 c Olivenöl,  
2 ts Salz,  
1 ts frisch gemahlener schwarzer  
-Pfeffer,  
1/4 ts Muskatnuss,  
1 ts getrockneter Estragon,  
1/2 c trockener Weißwein

MMMMM-----Wer möchte:-----



1 Pernod

Auf den Boden einer Kasserolle ein Bett aus Selleriestreifen legen. Darauf die Petersilie verteilen. Oel in einen tiefen Teller giessen und die Huehnerbeine bzw. Brust-Haelften darin waelzen, so dass jedes Stueck reichlich eingeoelt ist. Eine Lage Huehnerstuecke ueber das Sellerie-Bett legen, zwanzig Knoblauchzehen (geschaelt oder ungeschaelt) darueber streuen. Restliche Huehnerstuecke in den Topf legen und mit den restlichen zwanzig Knoblauchzehen bestreuen. Salz und Pfeffer, Muskatnuss und Estragon gleichmaessig ueber die Huehnerstuecke streuen. Das restliche Oel aus dem Teller und den Wein ueber die Huehnerteile giessen. Wer mag, kann noch einen Schuss Pernod dazugeben. Mit dem Deckel gut verschliessen. Gegebenenfalls mit einer Alufolie gut abdecken und fuer ca. 90 Minuten in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen geben.

Wenn das Gericht in einem Roemertopf zubereitet wird, Temperatur auf 220 Grad einstellen.

:Stichworte : Geflügel, Huhn, Knoblauch  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Knoblauch, schützt nicht nur vor Vampiren  
: : Folge 187 vom 08. Februar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
c: Tasse  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Huhn nach Jägerart mit Auberginen  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----1.)-----

4 Auberginen in 1 cm dicke  
-Scheiben geschnitten,  
1 ts Salz

MMMMM-----2.)-----

2 tb Olivenöl,  
1 Knoblauchzehe, gepresst,  
100 g geräucherter Speck in  
-Würfel geschnitten  
1 Huhn, zerteilt

MMMMM-----3.)-----

1/4 l trockener Weißwein,  
4 Tomaten in Würfel  
-geschnitten,  
Salz,  
Pfeffer

MMMMM-----4.)-----

3 tb Olivenöl,  
1 tb Petersilie, gehackt

Die Auberginen auf ein Gitter legen, mit Salz bestreuen, 1 Stunde stehen lassen. Den entstandenen Saft entfernen.

Das Olivenoel (2.) erhitzen, Knoblauch und Speck kurz daempfen. Die Gefluegelstuecke beigeben. Hellbraun anbraten.

Mit Wein (3.) abloeschen. Tomaten beigeben. Zugedeckt koecheln lassen bis das Fleisch gar und die Sauce eingedickt ist. Eventl. etwas Wasser beigeben.

Olivenoel (4.) erhitzen. Die abgetropften Auberginen darin frittieren. Zum Huhn geben, wenn dieses gar ist. Vor dem Servieren mit Petersilie bestreuen.

(Rueegg/Feisst: "Grossmutter's Mittelmeerkueche - Kochen wie im Urlaub", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Geflügel, Huhn, Italien, Mittelmeer, Sizilien

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Mittelmeerküche - Sizilien

: : Folge 154, vom 10. Juli 1996

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Hutzelbrot nach einem Rezept vom Bodensee

Categories: Brot

Yield: 1 Keine Angabe

250 g Hutzeln (getrocknete  
-Birnschnitze),  
125 g Feigen,  
125 g Datteln,  
100 g Zitronat (klein gehackt),  
100 g Orangeat (klein gehackt),  
75 g Haselnüsse (gehackt),  
75 g Walnüsse (gehackt),  
75 g Mandeln (gehackt),  
2 ts Zimt,  
500 g Mehl (Typ 1050),  
40 g Hefe,  
75 g Zucker,  
1 pn Salz,  
50 g Sultaninen,  
3 tb Schnaps (Kirschwasser oder  
-Obstler),  
1 Msp Nelken,  
1 Msp Piment

Birnschnitze ueber Nacht in Wasser einweichen (sie sollen bedeckt sein) und am naechsten Tag im Einweichwasser etwa 15 Minuten koecheln. Die Bruehe abgiessen und beiseite stellen. Die Birnen in kleine Stuecke schneiden.

In eine Schuessel Mehl geben, in der Mitte eine Vertiefung druecken. Die Hefe mit 1/8 l Kochbruehe auflösen, diese in die Vertiefung giessen und zusammen mit etwas Mehl (man kann auch 1 TL Zucker dazugeben) einen Vorteig machen. Ein feuchtes Tuch darueber legen und an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen.

Den gegangenen Vorteig mit den allen Zutaten gut vermischen, ca. 1/8 l Kochbruehe unterarbeiten und kraeftig schlagen bis der Teig sich vom

Schuesselrand loest.

Mit nassen Haenden kleine, etwa 4 bis 5 cm hohe Laibe formen, auf ein gefettetes Blech legen und nochmals 20 Minuten gehen lassen.

In dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 35 Minuten backen. Danach die noch heissen Brote mit der anfangs beiseite gestellten Birnenbruehe bestreichen.

:Stichworte : Birne, Brot, Hutzelmilch  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Hutzelmilch  
: : Folge 245, vom 03. Dezember 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Im Backofen gebratenes Fleisch mit Gemüse und Kartoffeln  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

600 g Brustkern in mundgerechte  
-Würfel geschnitten  
1 gelbe Paprika, in Viertel  
-geschnitten  
1 rote Paprika, in Viertel  
-geschnitten  
2 lg Kartoffeln in Scheiben  
-geschnitten  
Mehl  
Olivenöl  
Salz  
Pfeffer  
Rosmarinzweig

Fleischwuerfel in Mehl waelzen und in Olivenoel goldgelb anbraten. Dann die Fleischwuerfel zusammen mit den Paprika und Kartoffeln auf ein eingeoeltes Backblech legen, mit Salz und Pfeffer wuerzen. Ein Rosmarinzweiglein darueber legen und bei 180 Grad ca. 45 Minuten in den Backofen geben.

:Stichworte : Fleisch, Italien, Veltlin  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 210, Kochen wie im Veltlin  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ingwer-Avocadosuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 l kräftige Fleischbrühe,  
1/2 l Tomatensaft,

1 cn Tangerinen oder  
entsprechend viele frische  
-Früchte, z.B. Mandarinen,  
1 Avocado,  
1/2 ts gemahlener Ingwer  
oder noch besser frisch  
-geriebenen Ingwer,  
einige Spritzer Tabascosauce

Die reife (weiche) Avocado halbieren, Kern entfernen, Fruchtfleisch herauskratzen.

Fleischbruehe zum Kochen bringen, den Ingwer dazugeben. Bruehe vom Feuer nehmen. Mit einem Mixstab Avocado puerieren und mit Tomatensaft und Bruehe gut mischen. 1 EL Tangerinen in jeden Teller geben um mit der heissen Bruehe bedecken.

(B. Kranz: "Das grosse Buch der Fruechte", Suedwest-Verlag)

:Stichworte : Avocado, Ingwer, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Vitaminspritze  
: : Folge 146, vom 13. März 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cn: Dose  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Irish Stew  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

750 g Lammfleisch (in Ragout-  
-Stücke),  
1 mittelgroße Zwiebel (fein  
-gehackt),  
1 Knoblauchzehe (gepresst),  
500 g Stangenbohnen (geputzt und  
-eventuell  
-entzweigtes  
500 g Kartoffeln (geschält und  
-geviertelt),  
1 tb gehackte Petersilie,  
1/2 l Rinderbrühe,  
Salz,  
Pfeffer

Fleisch und Bohnen lagenweise in einen Kochtopf schichten. Jeweils mit Zwiebel und Knoblauch, Salz und Pfeffer bestreuen. Mit der Rinderbruehe uebergiessen und 1 1/2 Stunden koecheln lassen.

Dann die Kartoffeln dazugeben. Noch etwas Bruehe darueber giessen und eine 3/4 Stunde weiterkoecheln lassen. Vor dem Servieren mit reichlich Petersilie bestreuen.

:Stichworte : Bohne, Eintopf, Fleisch, Lamm  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste: Bohnen  
: : Folge 239, vom 16. Juli 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Irish stew  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 8 Personen

1 1/2 kg Schafs- oder Lammragout,  
4 lg Karotten  
(gewaschen, geschält und in  
-Rädchen geschnitten),  
1 sm Kohlkopf  
(gewaschen und in Streifen  
-geschnitten),  
1 lg Zwiebel  
(geschält und in Streifen  
-geschnitten),  
1 Lauchstängel  
(gewaschen und in Streifen  
-geschnitten),  
1 Sellerieknolle  
(gewaschen, geschält und in  
-Scheiben geschnitten),  
1 pn Muskatnuss,  
1 kg Kartoffeln  
(gewaschen, geschält und  
-geviertelt),  
1 bn Schnittlauch  
(gewaschen und fein  
-geschnitten)

Falls Schafsragout verwendet wird, dieses vor dem Kochen anbraten. Das mildert den Schafsgeschmack. Lagenweise Fleisch und Gemüse (ohne Kartoffeln) in einen Kochtopf schichten. Heisses Wasser dazugießen, so dass das obere Viertel nicht vom Wasser bedeckt ist. Würzen. Zugedeckt 1 1/2 Stunden koecheln lassen. Die Kartoffeln begeben und in die Brühe drücken. Noch 40 Minuten kochen. Mit Schnittlauch bestreut servieren.

:Stichworte : Eintopf, Gemüse, Lamm, Schaf  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Eintöpfe  
: : Folge vom 12. Januar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

lg: gross.

sm: klein.

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Italienische Sauce  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

125 ml Rotweinessig,  
150 ml Olivenöl,  
Salz,

Pfeffer

Rotweinessig, Salz, Pfeffer und Olivenoel gut vermischen, eventuell in einem Schuettelbecher.

:Stichworte : Salat, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 217, Grüne Salate  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Jagstensuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

Reibe ein Stueck altbackenes Brot, roeste es in Butter schoen gelb, daempfe kleingehackte Petersilie und Zwiebeln, loesche mit Wasser ab, fuege Muskatnuss, Salz und Pfeffer bei, dann lasse sie kochen und legiere sie vor dem Auftragen mit etwas Essig.

(Ursula Ress: Grossli's Kochrezepte, Rammersweier)  
:Stichworte : Brot, Kinzigtal, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kinzigtal I  
: : Folge 163, vom 08. Februar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Joghurt mit Früchten und Cornflakes (150 kcal)  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

125 g Joghurt (1,5% Fett, 1/2 BE),  
flüssiger Süßstoff,  
130 g Pfirsiche, in Scheiben  
-geschnitten (1 BE) oder  
anderes frisches Obst,  
8 g Cornflakes (1/2 BE)

Als 2. Fruehstueck:

Obst mit dem Joghurt und dem fluessigen Suesstoff vermischen.  
Cornflakes darueber streuen.

:Stichworte : Diabetes, Frühstück, Joghurt  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen für Diabetiker  
: : Folge 202, vom 08. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
: : 150 kcal

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Joghurt mit Thymianhonig  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 griechischer Schafsjoghurt,  
Walnusshälften,  
Thymianhonig nach Geschmack

Die Walnusshälften in flüssigem Zucker karamellisieren und über den Joghurt geben, Thymianhonig darüber träufeln.

:Stichworte : Dessert, Joghurt, Nuss, Thymian  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Thymian  
: : Folge 258, vom 15. Juli 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Joghurtbrot  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Hefewürfel,  
100 ml Wasser,  
1 kg Weizenmehl (Typ 1050),  
150 g Joghurt,  
25 g Salz,  
260 ml Wasser

Hefewürfel in 100 ml Wasser auflösen und 10 Minuten stehen lassen. Mehl in eine Schüssel sieben, in die Mitte eine Vertiefung drücken. Die aufgelöste Hefe hineingeben, mit etwas Mehl zu einem dünnen Brei verrühren. 15 Minuten stehen lassen.

Joghurt zugeben, ebenfalls und portionsweise 260 ml Wasser. Mit Hilfe eines Backhorns oder des Kochlöffels zu einem Teig verarbeiten. Diesen zuerst in der Schüssel, bis alles Mehl eingearbeitet ist, dann auf einer trockenen Arbeitsfläche zu einem glatten Teig kneten. 5 Minuten durchkneten. In die Schüssel zurückgeben. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 1 1/2 Stunden gehen lassen. Erneut durchkneten. Eine Kugel formen.

Diese in zwei Teile teilen. Jedes Teil nochmals durchkneten. Zu zwei runden oder länglichen Laiben formen. Mit Wasser bepinseln. Die Brote auf ein mit Backpapier belegtes oder mit Öl bepinseltes Kuchenblech legen. Mit einem feuchten Tuch bedeckt nochmals 30 Minuten gehen lassen.

In dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen ca. 60 Minuten backen. Auf einem Gitter auskühlen lassen.

:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brotbacken  
: : Folge 248 vom 28. Januar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kabeljau auf Lauchbett  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Lauch,  
3/4 kg Kabeljau (Schwanzstück),  
100 g Butter,  
Zitronensaft,  
Salz,

## Pfeffer

Lauch in laengliche Streifen schneiden und zusammen mit der Butter in eine ovale Kasserolle geben. Fisch mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft einreiben und auf den Lauch legen. Topf schliessen. Die Kasserolle fuer ca. 40 bis 45 Minuten in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen geben. Den Fisch mit Muskat-Buttersauce servieren.

:Stichworte : Fisch, Gewürz, Kabeljau, Lauch  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gewürz I  
: : Folge 191, vom 05. April 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kabinettspudding  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

3 Gläser Weißwein,  
12 Eigelbe,  
5 an einer Orange abgeriebene  
-Würfelzucker,  
1 Orange, Saft von  
1 Zitrone, Saft von  
30 g Gelatine (am besten  
-Pulvergelatine),  
1/2 Liter Schlagrahm,  
100 g Biscuits (z.B.  
-Löffelbiscuits)  
100 g Makronen (Kokos- oder  
-Haselnussmakronen),  
Maraschino oder  
-Orangenlikör,  
60 g Sultaninen,  
60 g Zitronat

Wein, Eigelbe, Wuerfelzucker, Orangen- und Zitronensaft werden auf dem Feuer zu einer steifen Masse geschlagen.  
Zum Abkuehlen in eine Schuessel geben. Die in Wasser aufgeloeste Gelatine oder noch besser Pulvergelatine gut mit der Masse vermischen. Die geschlagene Sahne darunter heben. Diese Masse bildet den sogenannten "Stand". Auf einer Platte die Biscuits und die Makronen mit Maraschino oder Orangenlikoer traenken. Die Sultaninen mit etwas Wein und Zucker aufkochen und abkuehlen lassen. Das Zitronat dazugeben. Eine Glasschale oder andere Form mit einem Teil des Standes fuellen. Darauf getraenkte Biscuits und Makronen legen und die Sultaninen und das feingeschnittene Zitronat darueberstreuen. Dann wieder "Stand" darueber geben, wieder Biscuits etc. bis die Form gefuellt ist. Die Form wird kalt gestellt und vor dem Servieren gestuerzt.

:Stichworte : Baden, Neuenburg, Süßspeise, Zitrusfrucht  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus dem Kochbuch der Hirschenwirtin  
: : Folge 116, vom 12. Oktober 1994 und  
: : Folge 117, vom 26. Oktober 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----



Title: Käse-Lauch-Strudel  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Bergkäse,  
200 g gekochter Schinken,  
2 Stangen Lauch,  
Salz,  
Muskatnuss,  
Pfeffer,  
Oregano,  
350 g Blätterteig,  
2 cn Crème fraîche,  
Petersilie,  
1 Ei

Kaese, Schinken und Lauch in feine Streifen schneiden mit Salz, Muskatnuss, Pfeffer und Oregano wuerzen. Blaetterteig auf einem bemehlten Tuch ausrollen, die Fuellung mit Creme fraiche auf die Mitte des Teig-Rechteckes geben und zu einem Strudel rollen. Oberflaeche mit einem verquirlten Ei bestreichen. Aus den Teigresten eine Garnitur formen und auf die Teigoberflaeche legen. In dem auf 190 Grad vorgeheizten Backofen ca. 45 Minuten goldbraun backen.

:Stichworte : Herzhaft, Mehlspeise, Österreich, Strudel  
: : Vorarlberg  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Vorarlberg  
: : Folge 247, vom 14. Januar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
cn: Dose

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Käsekuchen (Quarkkuchen)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Für den Teig:-----

250 g Mehl,  
125 g Butter,  
1 pn Salz,  
etwas Wasser

MMMMM-----Für den Belag:-----

1 kg Quark (40% Fettgehalt),  
50 g Mehl,  
3 Eier,  
150 g Zucker, evtl. mehr  
1 pk Vanillezucker,  
30 g zerlassene Butter,  
1/2 Zitrone, abger. Schale von  
100 g Rosinen (nach Belieben)

Fuer den Teig die in kleine Wuerfel geschnittene Butter zum Mehl geben. Das Salz hinzufuegen und das Ganze mit den Fingerspitzen vermischen. Etwas Wasser dazugeben und kurz durchkneten, damit eine kompakte Masse entsteht.

Eine halbe Stunde ruhen lassen. Eine Kuchenform mit hohem Rand einfetten und mit dem Teig auslegen. In einer Schuessel Quark, Mehl,

Eigelb, Zucker, Vanillezucker und die abgeriebene Zitronenschale vermischen. Die Eiweiss mit einer Prise Salz zu festem Schnee schlagen. Diesen unter die Kaesemasse heben. Die zerlassene Butter hinzufuegen. Die Rosinen auf dem Teig verteilen, die Quarkmasse darueber giessen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad ca.

45 Minuten bis 1 Stunde backen. Im Ofen erkalten lassen.

:Stichworte : Elsass, Kuchen, Quark  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Elsass  
: : Folge 231 vom 12. März 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Käsekuchen nach Großmutterart  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Kuchenboden:-----

250 g Mehl,  
125 g Butter,  
80 g Zucker,  
1 Ei

MMMMM-----Käsesmasse:-----

300 g Zucker,  
1/4 l Sahne,  
8 Eier,  
2 tb Mehl,  
1.5 Pfund Quark

Aus den Zutaten fuer den Kuchenboden einen muerben Teig herstellen, auswallen und den Boden einer gefetteten Springform damit auslegen. Eigelb und Zucker schaumig ruehren, Quark, Mehl und Sahne darunter mischen. Das steif geschlagene Eiweiss darunter heben. Diese Masse auf den Kuchenboden geben. In dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 80 bis 90 Minuten backen.

:Stichworte : Käsekuchen, Kraichgau, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kraichgau I  
: : Folge vom 13. April 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Käsespätzle  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g Mehl,  
4 Eier,  
1 ts Salz,

einige EL kaltes Wasser,  
1 tb Öl,  
250 g Allgäuer Emmentaler,  
-gerieben,  
100 g Butter,  
4 Zwiebeln

Aus Mehl, Eiern, Salz und etwas Wasser einen Spaetzleteig so lange schlagen, bis er Blasen wirft. Kurz ruhen lassen. Reichlich Wasser mit Salz und Oel zum Kochen bringen. Aus dem Teig Spaetzle vom Brett ins Wasser schaben. Oder mit Spatzenhobel oder aehnlichem Geraet. An die Oberflaeche gekommene Spaetzle herausnehmen und gut abtropfen lassen. Angewaermte Schuessel mit etwa 1 EL Butter ausschwenken. Dann abwechselnd Spaetzle und geriebener Kaese schichtweise einfuellen. Zum Schluss noch etwas Butter in Floeckchen aufsetzen, alles durcheinanderheben. In der restlichen Butter die zu Ringen geschnittenen Zwiebeln goldbraun anroesten. Mitsamt ihrem Fett ueber die Kaesepaetzle schuetten. Als Beilage gibt es gruenen Salat.

(Horst Scharfenberg: Aus Deutschlands Kuechen, Hallwag-Verlag)

:Stichworte : Käse, Mehlspeise, Spätzle  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Oberschwaben  
: : Folge 163, vom 12. Dezember 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Käsesuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g Toastbrot,  
50 g Butter, ca.  
50 g Gruyere-Käse, geriebener  
4 lg Zwiebeln,  
1 sm Dose geschälte Tomaten,  
1 1/2 l Bouillon

Das Brot toasten, danach mit Butter bestreichen und grosszuegig mit dem geriebenen Kaese bestreuen. Die Zwiebeln in feine Scheiben schneiden und langsam in der Butter glasig werden lassen. In einen feuerfesten Suppentopf eine Schicht Brotscheiben legen, darauf eine Schicht Zwiebeln, gefolgt von einer weiteren Lage Brotscheiben, diesmal mit geschaelten, entkernten und zerdrueckten Tomaten bedeckt usw. Das Ende bildet eine Schicht Zwiebeln mit ein wenig Tomaten und etwas geriebenem Kaese.

Einen Trichter bis fast ganz an den Topfboden druecken und die Bouillon langsam hineingiessen bis die ganze Oberflaeche leicht zugedeckt ist. Den Suppentopf ohne Deckel auf das Feuer geben und 30 Minuten langsam kochen lassen. Dann mit Hilfe des Trichters die verdampfte Fluessigkeit durch Zugabe von etwas Bouillon ersetzen und fuer ca. 60 Minuten in den Ofen schieben.

:Stichworte : Käse, Schweiz, Suppe, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Saas Fee  
: : Folge 225, vom 05. Dezember 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

lg: gross.

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Käsesuppe

Categories: Vorspeisen, Suppen

Yield: 1 Keine Angabe

3 tb Butter,  
3 tb Mehl,  
1 l Fleischbrühe,  
Pfeffer,  
1 Lorbeerblatt,  
2 sl Schwarzbrot,  
100 g Greyerzer-Käse,  
100 ml Sahne oder Milch oder  
-beides gemischt,  
1 bn Petersilie

Butter schmelzen, Mehl beigegeben, gut durchruehren und mit Fleischbrueeh  
abloeschen. Mit Pfeffer und Lorbeerblatt wuerzen. 15 Minuten koecheln  
lassen. Schwarzbrot in Wuerfel schneiden, in die Bruehe geben und 5  
Minuten mitkochen. Kaese reiben, mit Sahne oder Milch oder beidem  
zusammen verruehren. In gut vorgewaermten Suppentassen anrichten. Die  
heisse Suppe darueber geben, dabei gut umruehren. Fein gehackte  
Petersilie darueber streuen.

:Stichworte : Käse, Suppe

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Käse - nicht nur aufs Butterbrot

: : Folge 199, vom 27. September 1998

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

tb: El.

sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Käsesuppe mit Brotwürfeln

Categories: Vorspeisen, Suppen

Yield: 1 Keine Angabe

40 g Mehl,  
50 g Butter,  
1 l Fleischbrühe,  
150 g geriebener alter Gouda,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 Eigelb,  
1/8 l Süßrahm,  
2 sl Toastbrot,  
Petersilie

Mehl in Butter anschwitzen, mit Fleischbrueeh auffuellen, unter Ruehren  
aufkochen und bei schwacher Hitze einige Minuten kochen lassen. Kaese

dazugeben, schmelzen lassen und mit Salz und Pfeffer wuerzen. Das mit Sahne verquirlte Eigelb in die Suppe ruehren, nicht mehr kochen lassen. Toastbrot in Wuerfel schneiden und in Butter roesten. Suppe in Teller geben, mit Petersilie und Brotwuerfel bestreuen.

(Biberacher Leispeisen, Kath. Kirchengemeinderat St. Martin, Biberach)

:Stichworte : Käse, Schwaben, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Oberschwaben  
: : Folge 163, vom 12. Dezember 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Käsewähe (salziger Käsefladen)

Categories: Mehlspeisen, Nudeln

Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

250 g Mehl (Typ 405 oder 1050),  
1 ts Salz,  
125 g Butter,  
1 tb Weißweinessig,  
3 tb kaltes Wasser

MMMMM-----Füllung:-----

300 g Emmentaler-Käse,  
3 Eier,  
300 ml Milch,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskatnuss,  
2 tb Sonnenblumenöl

Teig:

Mehl auf den Tisch sieben und Salz darueber streuen. Butter moeglichst kalt in Floeckchen darauf verteilen. Mit kalten Haenden miteinander verreiben. Weissweinessig und kaltes Wasser dazugeben. Rasch zu einem Teig kneten. 1 Stunde kalt stellen.

Fuellung:

Kaese reiben. Eier verquirlen und mit Milch vermengen. Den Kaese dazumischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss wuerzen.

Den Teig auswallen. Ein Backblech (Durchmesser 26 cm) mit Oel einfetten. Die Teigplatte darauf legen, am Rand hoch ziehen, einstechen. Die Fuellung darauf verteilen. Im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen goldbraun backen (ca. 30 Minuten).

:Stichworte : Herzhaft, Käse, Mehlspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Käse - nicht nur aufs Butterbrot  
: : Folge 199, vom 27. September 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kaffee  
Categories: Grundlagen, Informationen  
Yield: 1 Keine Angabe

Liebe Zuschauerinnen und Zuschauer,

Caffee schlaegt alle Duenste nieder  
Caffee verscheucht der Sorgen Schwarm  
Caffee belebt die matten Glieder und  
unterdrueckt den innren Harm.  
Sogar die unverschaezten Floeh'  
verjagt den Jungfern der Caffee...

(von einem unbekanntem Dichter des 18. Jahrhunderts)

vielen Dank fuer Ihr Interesse an unserer Kaffee-Sendung, aber der Kaffee verdient auch dieses Interesse. Sagt nicht ein weiser Araber, dass "wer mit Kaffee im Leib stirbt, niemals in die Hoelle kommt?". Was wir ueber Kaffee gelernt haben, geben wir an Sie weiter.

Kaffeessorten: Der Kaffee waechst in einem schmalen Streifen entlang des Aequators. Die besten Sorten kommen aus Costa Rica, Guatemala, Brasilien, Columbia und Kenia, wo es die kleinbohnigen Kaffeessorten gibt, aus denen Mokka gemischt wird. Im Handel sind Mischungen unterschiedlicher Herkunft, die garantieren, dass die Kaffeessorten immer moeglichst gleich schmecken. Suchen Sie sich eine solche Mischung und bleiben sie ihr treu.  
Besonders Hochland-Kaffeessorten ergeben ein hervorragendes Getraenk, sind aber auch entsprechend teuer.

Kaffee wird unterschiedlich gebrannt, im Norden neigt man mehr zu hellerer Roestung, im Sueden zu dunklerer.  
Faustregel: helle Roestung ergibt Saeure, dunkle Bitterkeit. Kaffee ist gemahlen und als Bohnen im Handel.  
Gemahlener Kaffee in der Vakuumverpackung bleibt bis zu einem Jahr roestfrisch. Nach dem Oeffnen sollte man die Packung moeglichst im Tiefkuehlfach aufbewahren, weil der gemahlene Kaffee relativ schnell seinen guten Geschmack verliert.

Kaffee enthaelt naemlich 12% Fett, das in der Luft ranzig wird. Kaelte verlangsamt diesen Prozess. Kaffeebohnen sollten frisch gerostet sein. Zwischen roesten, mahlen und kochen sollten nicht mehr als 20 Tage vergehen (fertig abgepackter Kaffee in Bohnen hat eine Datumsangabe). Auch die Kaffeebohnen bleiben im Tiefkuehlfach laenger roestfrisch! Das Mahlen der Bohnen sollte "schonend" erfolgen.

Am besten ist Grossmutter's Kaffeemuehle. In Muehlen mit Schlagmesser wird der Kaffee heiss und verliert an Geschmacksqualitaet. Der gemahlene Kaffee sollte etwa griessartig sein, nicht zu fein, nicht zu grob.

Der Geschmack des zubereiteten Kaffees haengt vom Wasser ab. "Hartes", kalkhaltiges Wasser, ist wenig geeignet zur Kaffe Zubereitung. In diesem Fall muss man entweder Mineralwasser oder Quellwasser verwenden oder das Wasser vor dem Kaffeekochen durch einen Entkalkungsfilter (z. B. BRITTA-Wasserfilter) laufen lassen. Jedenfalls muss man ausprobieren, welches Wasser mit dem jeweiligen Kaffee am besten harmoniert. Kaffee, der an einem Ferienort wunderbar schmeckt, kann von

dort heimgebracht schrecklich schmecken.

Kaffe Zubereitung: Man rechnet ca. 6 bis 8 g gemahlene Kaffee für eine kleine Tasse. Beim Anbrühen gibt man die entsprechende Menge frisch gemahlene Kaffee in eine Kanne und übergießt sie mit kochendem Wasser. Nach ca.

4 Minuten ist der Kaffee trinkfertig. Nachteil: Man hat Kaffeersatz in der Tasse. Dies wird vermieden mit einer Art Kaffeekanne, bei der man nach ca. 4 Minuten einen Metallfilter durch die Kanne presst und so den Kaffeersatz nach unten drückt. Diese Kaffeekannen werden vor allem in Frankreich benutzt (z. B. Typ "Bistro" der Firma Bodum).

Werner's Mutter hat das Kaffeewasser kalt aufgesetzt und den gemahlene Kaffee auf das kalte Wasser gegeben.

Wenn das Wasser aufwallte, schüttete sie eine halbe Tasse kaltes Wasser darauf (damit der Satz sich setzte), nahm das Ganze vom Feuer, liess es 5 Minuten ziehen und goss dann den Kaffee vom Satz ab in eine Kanne (die Kaffeetester in Wien haben den Kaffee nach dieser Art zubereitet).

Am gebräuchlichsten ist das Kaffeefiltrieren (manche Leute meinen allerdings, dass dann der Kaffee etwas nach Papier schmeckt, sicher überempfindlich!). Dann ist zu erwähnen die Espresso-Maschine, die es ja inzwischen auch relativ preiswert für den Haushalt gibt.

Manche Leute, wie z. B. Werner, lieben den türkische Kaffee, der in Griechenland griechische Kaffee heisst. Er wird in den kleinen bekannten Kupferkännchen zubereitet, die in der Regel zwei Mokkatassen Kaffee ergeben. Es gibt wenigstens vier Arten, den Kaffee zuzubereiten. Zunächst gibt man ein bis drei gehäufte Kaffeelöffel staubfein gemahlene Kaffee in das Kännchen sowie entweder die Hälfte oder die gleiche Menge Staubzucker (gleiche Menge: "gliko", halbe Menge: "medrio", kein Zucker: "sketto", wie die Griechen sagen). Man gibt ein Drittel Wasser dazu, lässt es aufkochen, gibt das zweite Drittel Wasser dazu, lässt es wieder aufkochen und lässt auch das letzte Drittel Wasser wieder aufkochen.

Man kann auch Kaffee und Zucker zunächst trocken erhitzen (karamellisieren), gibt dann Kaffeelöffelweise kochendes Wasser dazu, lässt es einmal aufwallen usw. Ein paar Tropfen kaltes Wasser lassen den Satz nach unten sinken (nimmt man dazu ein paar Tropfen Rosenwasser, dann wird es ganz orientalisches).

Ihr

Werner O. Feisst, Ihre Kathrin Rueegg und das Grossmutterteam

:Stichworte : Information, Kaffee

:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste

: : Kaffee

: : Folge vom 10. März 1989

: : von Kathrin Rüeegg und Werner O. Feisst

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kaiserbarsch (Tiefseefisch)

Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte

Yield: 4 Personen

400 g Kaiserbarsch

1 ts Butter

1 Karotte

40 g Sellerieknolle

2 Wirsingblätter, evtl. mehr

125 ml Weißwein (Riesling)  
80 ml Sahne  
Salz  
Pfeffer  
4 Stängel glatte Petersilie  
1 Zweig Dill

Butter in der Pfanne schmelzen lassen. Das in Streifen geschnittene Gemüse in der Pfanne verteilen, Fischstücke darauf legen. Salzen. Leicht andampfen lassen. Mit Wein abloeschen. Flüssigkeit etwas reduzieren lassen. Mit den klein geschnittenen Kräutern (Petersilie und Dill) bestreuen. Sahne dazugeben. Zugedeckt zwischen 5 und 6 Minuten ziehen lassen. Kaiserbarsch mit Quinoa oder einem kernigen Reis anrichten

:Stichworte : Barsch, Fisch, Kaiserbarsch, Weihnachtsmenü  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 224, Weihnachtsmenü 1999  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kakalinski oder Bäbb  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kartoffeln,  
125 g Mehl,  
2 lg Zwiebeln,  
2 Eier,  
Pfeffer,  
Salz,  
2 tb Majoran,  
200 g durchwachsener Speck (in  
-Würfelchen geschnitten),  
50 g Schweineschmalz

Kartoffeln schälen und reiben. Zwiebeln reiben. Beides mit Mehl und Eiern mischen, mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen. Ein Backblech mit Schweineschmalz bestreichen, den Teig darauf verteilen und mit den Speckwürfelchen belegen. In dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 60 Minuten backen. Noch heiß in Stücke schneiden und sofort servieren

:Stichworte : Kartoffel, Ostpreußen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Ostpreußen/Masuren  
: : Folge 257, vom 1. Juli 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kalamares in Tomatensauce (Tintenfische)  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe



1 kg tiefgefrorene Kalamares  
 -oder Sepia  
 (tiefgefrorene Tintenfische  
 -sind bereits gesäubert und  
 -von der Tinte befreit),  
 300 g Tomaten (entkernt und in  
 -Stücke geschnitten),  
 2 tb Olivenöl,  
 200 g Zwiebeln (fein geschnitten),  
 3 Knoblauchzehen (zerdrückt),  
 1/2 scharfe Peperoni (der Länge  
 -nach aufgeschnitten, Kerne  
 -herausgenommen),  
 1 sm Lorbeerblatt,  
 1 Zweig Thymian,  
 Salz

Auf kleinem Feuer die Zwiebeln im Oel ca. 7 bis 8 Minuten daempfen.  
 Dabei zwei- bis dreimal umruehren. Knoblauch, Tomaten, Peperoni und die  
 Gewuerze dazugeben und ohne Deckel 10 Minuten kochen lassen. Dabei  
 oefter umruehren.

Die Peperonistuecke, Thymianzweig und Lorbeerblatt entfernen, das  
 Gemuese puerieren. In diese Sauce die klein geschnittenen Koerper der  
 Tintenfische dazugeben. Salzen und pfeffern. 15 Minuten zugedeckt  
 kochen lassen.

Deckel abnehmen und so lange weiterkochen lassen, bis die Sauce sehr  
 saemig ist. Mit Langkornreis servieren.

:Stichworte : Kalamare, Korsika, Meeresfrüchte  
 :Notizen (\*) : Quelle: Kochen wie auf Korsika  
 : : Pfannkuchen und Omelettes  
 : : Folge 238, vom 02. Juli 2000  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
 sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kalbfleisch mit pikanter Sauce  
 Categories: Fleischgerichte, Innereien  
 Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kalbfleisch,  
 1 Zwiebel,  
 1 Moccatasse Olivenöl,  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 1 Msp Zimt,  
 5 Nelken, evtl. mehr  
 1 tb Tomatenmark,  
 1/2 ts Zucker,  
 500 g Makkaroni,  
 1 tb Butter

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in Stuecke schneiden. Die  
 Zwiebel schaelen und in Scheiben schneiden. Oel in einer Kasserolle  
 erhitzen, Fleisch und Zwiebel dazugeben und gut miteinander  
 vermischen. Unter staendigem Ruehren das Fleisch von allen Seiten braun  
 braten. Dann mit einer Tasse Wasser abloeschen, Salz, Pfeffer, Zimt und

Nelken zugeben. Das Tomatenmark und den Zucker in so viel Wasser auflösen, dass das Fleisch damit bedeckt wird. Das Ganze etwa 1/2 bis 1 Stunde weiterkochen lassen bis das Fleisch weich ist. Dabei darauf achten, dass genügend Sauce fuer die Makkaroni bleibt. Die Makkaroni in Salzwasser kochen, abschuetten und mit geschmolzener Butter vermischen. Das Fleisch herausnehmen und auf einer Platte warm stellen. Die Makkaroni in die Sauce geben und gut vermengen. Anschliessend auf einer Platte zusammen mit dem Fleisch anrichten.

:Stichworte : Fleisch, Gewürz, Kalb  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gewürz II  
: : Folge 192, vom 19. April 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kalbsbraten  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

750 g Kalbsschulter,  
1/2 l Weisswein,  
50 ml Sonnenblumenöl,  
150 g Röstgemüse  
(Karotte, Lauch,  
-Petersilienwurzel,  
-Sellerie),  
1 Zweiglein Majoran,  
400 g weisse Rübchen,  
400 g Kartoffeln,  
100 g geriebener Gruyere-Käse,  
50 g Butter,  
Salz,  
Pfeffer

Das Fleisch wuerzen, im Oel 20 bis 30 Minuten langsam Farbe annehmen lassen. Mit Roestgemuese und Majoran sachte weiter schmoren. Nach 15 Minuten das Fett abgiessen. Mit Wein abloeschen und den Braten unter fleissigem Begiessen weitere 20 bis 30 Minuten glasieren. Wenn das Fleisch weich ist, aus dem Saft heben und warm stellen. Den Saft durch ein Sieb geben.

Kartoffeln und Rueben in 3 bis 4 mm dicke Scheiben schneiden und blanchieren. Eine Auflaufform gut ausbuttern und das Blanchierte lagenweise hineingeben. Mit Salz und Pfeffer wuerzen und mit Kaese bestreuen. Wenig Blanchierwasser und Weisswein dazugiessen und im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 20 Minuten garen. Das Gemuese soll noch Biss haben.

Den aufgeschnittenen Kalbsbraten mit Bratensaft ueberziehen, heiss anrichten und zum Kartoffel- und Ruebengratin servieren.

:Stichworte : Fleisch, Kalb, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Saas Fee  
: : Folge 225, vom 05. Dezember 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kalbscurry mit Äpfeln  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Butter  
1 Zwiebel (fein gehackt)  
2 Äpfel (geschält,  
-Kerngehäuse entfernt und in  
-Würfel geschnitten)  
1 kg Kalbsnuss (in ragoutgroße  
-Stücke)  
3 tb Mehl  
2 Gewürznelken  
2 tb Currypulver  
1/2 l Hühnerbrühe, ca.  
1/2 Zitrone, Saft von  
Muskatnuss  
Salz  
Apfel-Chutney

Oel und Butter erhitzen. Zwiebel und Aepfel darin einige Minuten daempfen. Die Fleischstuecke mit 2 EL Mehl bestaeuben, begeben, anbraeunen.

Die zweite Mehlportion mit dem Currypulver in wenig Wasser aufloesen. Zum Fleisch geben.

Auf kleinstem Feuer zugedeckt 1 1/2 Stunden schmoren lassen. Nach und nach so viel Bruehe begeben, dass der Boden der Kasserolle nie schwarz wird.

Wenn das Fleisch weich ist, Zitronensaft und Salz begeben. Mit Apfel-Chutney servieren.

:Stichworte : Apfel, Fleisch, Kalb  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen und Backen mit Äpfeln  
: : Folge 198, vom 13. September 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kalbsfuß-Suppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Kalbsfuß (der Länge nach  
-vom Metzger spalten lasse  
1 Karotte,  
1 Lauch,  
1 Zwiebel,  
1 Stück Sellerie,  
1 Lorbeerblatt,  
2 Nelken

Kalbsfuss, Suppengemuese und Gewuerze in kaltem Wasser aufsetzen und auf kleinem Feuer so lange koecheln bis sich das Fleisch vom Knochen loest (mindestens 2 Stunden, in frueherer Zeit koechelte die Suppe auf dem warmen Herd einen ganzen Tag). Suppe abseihen. Die Knochen entfernen. Die Knochenhaeute und das Fleisch klein schneiden und in die Bruehe zurueckgeben. Wenn die Suppe erkaltet ist, geliert sie. Es empfiehlt sich, an dem Tag, an dem es beim Metzger Kalbsfuesse gibt, eine groessere Menge zu kochen und nach dem Erkalten im Kuehlschrank als Wochenportion aufzubewahren.

Mit dieser Bruehe koennen nach einem Oberbergener Bauernrezept Magenbeschwerden bis hin zum -geschwuer geheilt werden, wenn man von ihr jeden Morgen anstatt Fruehstueck und abends, anstatt Abendessen, einen Teller, am besten mit Haferflocken gekocht, isst. Man kann mit dieser Suppe in schweren Faellen sogar eine Rollkur machen (nach dem Essen liegen, 10 Minuten auf der rechten Seite, 10 Minuten auf dem Bauch, 10 Minuten auf der linken Seite, 10 Minuten auf dem Ruecken).

:Stichworte : Baden, Bruehe, Kaiserstuhl, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie am Kaiserstuhl  
: : Folge 229 vom 13. Februar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kalbshaxe  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 lg Kalbshaxe,  
Salz,  
Pfeffer,  
2 lg Zwiebeln (besteckt mit 2  
-kleinen Lorbeerblättern und  
-2 Nelken),  
1/8 l Wasser,  
1 c dunkles Bier,  
2 Karotten

Die Schwarte der Kalbshaxe rautenfoermig einschneiden, mit Salz und Pfeffer einreiben und in eine Kasserolle legen. Kochendes Wasser darueber giessen, die mit Lorbeerblaettern und Nelken besteckten Zwiebeln und die Karotten dazulegen. Im geschlossenen Topf die Haxe 20 Minuten duensten. Danach die Kasserolle ohne Deckel in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen stellen. Ab und zu von der Seite her Wasser ergaenzen. Das Fleisch muss immer wieder mit dem Fond begossen werden. In den letzten 15 Minuten der Garzeit die Haxe mehrfach mit dunklem Bier bepinseln, so dass die Schwarte schoen kross wird.

:Stichworte : Bayern, Fleisch, Haxe, Kalb  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Oberpfalz  
: : Folge 236, vom 04. Juni 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

Legende:  
lg: gross.  
c: Tasse

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kalbsherz  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Kalbsherz,  
1/3 l Rotwein,  
1 Zwiebel,  
1 Nelke,  
1 sm Lorbeerblatt,  
5 Pfefferkörner,  
1 Karotte,  
1 ts Salz,  
Pfeffer aus der Mühle,  
Butterfett,  
eventl. Mehlbutter zum  
-Binden

Das Kalbsherz waschen, von den Sehnen befreien und 3 bis 5 Tage in Rotwein zusammen mit Zwiebel, Nelke, Lorbeerblatt, Pfefferkörnern und Karotte einlegen. Das Herz muss taeglich einmal gewendet werden.

Vor der Zubereitung das Kalbsherz gut abtrocknen, mit Salz und Pfeffer einreiben und in heissem Butterfett von allen Seiten anbraten.

Mit der Beize abloeschen und mindestens 1 1/2 Stunden langsam garduensten.

Die Bratensosse durch ein Sieb streichen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eventl. mit einer Mehlbutter binden.

:Stichworte : Herz, Innerei, Kalb  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Hotzenwald  
: : Folge 138, vom 11. Oktober 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kalbskotelett mit Frühlingskräutern  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

4 dicke Kalbskoteletts,  
4 tb gehackte Schalotten,  
60 g geräucherter durchwachsener  
-Speck (in dünne Streifen  
-geschnitten),  
60 g Butter,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 dl Weißwein,  
1 geschlagenes Eigelb,  
1 ts feingeschnittener  
-Schnittlauch,  
1 ts gehackte Petersilie,  
1/2 ts feingehackter Majoran,  
1/2 ts feingehackter Estragon,

1 tb Essig

In einer grossen Pfanne Schalotten und Speck in Butter anbraten, bis die Schalotten goldgelb sind. Die Kalbskoteletts mit Salz und Pfeffer wuerzen, mit Mehl bestaeuben und auf die Schalotten legen. Bei 150 Grad im Ofen unter mehrmaligem Wenden braun braten. Nach etwa 45 Minuten die gegarten Koteletts herausnehmen und warm stellen.

Den Bratensaft entfetten, Wein zugiessen und etwas einkochen lassen. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Sauce mit dem Eigelb binden. Die Koteletts vor dem Servieren mit den gehackten Kraeutern bestreuen und mit Essig betraeufeln. Die Sauce getrennt reichen.

(Auch Majoran gehoert zu den Kraeutern, die die Verdauung foerdern. Daneben wirkt Majoran beruhigend, senkt den Blutdruck und ist sehr stark antibakteriell wirksam.)

:Stichworte : Fleisch, Kalb, Kraeuter  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kraeuter und Gesundheit  
: : Folge 171, vom 11. Mai 1997  
: : von Kathrin Ruegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kalbsleber nach Berliner Art  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

2 sauerliche Aepfel  
2 tb Zitronensaft  
4 sl Kalbsleber  
2 tb Mehl  
4 sl durchwachsener Speck  
1 Zwiebel  
4 tb Butter  
Salz  
Pfeffer

Die Apfelscheiben mit dem Zitronensaft betraeufeln. Die Leberscheiben in Mehl wenden.

Die Speckscheiben in einer Bratpfanne knusprig braten, warm stellen. Die Zwiebelringe im Speckfett braten, zum Speck geben.

2 EL Butter in derselben Pfanne zerlassen, die Leberscheiben auf kleinem Feuer auf jeder Seite nicht laenger als 3 Minuten braten, salzen und pfeffern.

Gleichzeitig in einer zweiten Pfanne 2 EL Butter zergehen lassen, die Apfelscheiben auf jeder Seite hellbraun braten.

Leberschnitten abwechselnd mit den Speckscheiben und Apfelscheiben auf eine vorgewaermte Platte legen, Zwiebelringe rechts und links davon verteilen, den Bratenjus darueber geben.

:Stichworte : Apfel, Innerei, Kalb, Leber  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste

: : Kochen und Backen mit Äpfeln  
: : Folge 198, vom 13. September 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kalbsleberwurst  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Kalbsleber,  
250 g mageres Kalbfleisch,  
1 Zwiebel,  
1 Lorbeerblatt,  
2 Nelken,  
500 g Schweinefett,  
30 g Salz,  
3 g weisser Pfeffer,  
nach Geschmack Majoran

Die Kalbsleber mit heissem Wasser ueberbruehen. Kalbfleisch mit Zwiebel, Nelken Lorbeerblatt weich kochen. Kalbsleber klein schneiden und zusammen mit dem weichen Kalbfleisch durch den Fleischwolf drehen oder mit der Kuechenmaschine klein hacken. Dabei etwas von der Kalbsbruehe beigeben bis ein homogener Brei entstanden ist. Dann mit Salz, Pfeffer und Majoran abschmecken. Das Schweinefett in einem Topf schmelzen und in die Wurstmasse vorsichtig hineingeben, dabei staendig mit dem Schneebesen ruehren bis die Masse schaumig, flockig und hell ist. Die Leberwurst dann entweder in kleine Glaeser oder Daerme fuellen. Die Glaeser in kochendem Wasser eine Stunde ziehen lassen.

:Stichworte : Kalb, Leber, Wurst  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Die Sendung von der Wurst  
: : Folge 228, vom 30. Januar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kalbsnierenbraten  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 1/2 kg Kalbfleisch mit Nieren,  
Salz,  
Pfeffer,  
1/4 l Fleischbrühe,  
1 Karotte,  
1 Stückchen Sellerie,  
1 Zwiebel,  
80 g Butterfett,  
1 cn Sahne

Das entbeinte Nierenstueck mit Salz und Pfeffer wuerzen. Die der Laenge

nach geteilte und gewaschene Niere so darauf legen, dass die ganze Fleischlaenge mit Niere bedeckt ist. Rollen und mit Bindfaden umwickeln, so dass die Niere in der Mitte der Fleischroulade liegt. Der Metzger bietet auch bereits fertig gerollten Kalbsnierenbraten an.

Das Fleisch in einem Braeter im Butterfett anbraten, die Fleischbruehe angiessen, das Gemuese und die Zwiebel dazugeben und ca. 2 Stunden im Backofen braten. Das Fleisch herausnehmen und warmstellen. Die Sauce durch ein Haarsieb passieren und mit Sahne binden.

:Stichworte : Innerei, Kalb, Niere, Pfalz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Pfalz  
: : Folge 241, vom 08. Oktober 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cn: Dose

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kalbsnierenbraten  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 6 Personen

1 1/2 kg Kalbsnierenbraten (vom  
-Metzger gerollt),  
etwas Butter,  
2 lg Zwiebeln,  
1 Karotte,  
Petersilie,  
1 Streifen frische  
-Zitronenschale,  
Salz,  
Pfeffer,  
frischer Zitronensaft oder  
-ein Schuss Weißwein,  
3/4 l Brühe zum Ablöschen

Wenn Sie den Braten bei Ihrem Metzger bestellen, bitten Sie ihn, dass er auch wirklich reichlich Kalbsniere hineingibt. Den Braten gut mit Salz und Pfeffer einreiben, dann in der heissen Butter mit dem geschnittenen Gemuese anbraten; mit der heissen Bruehe (es schmeckt besonders gut, wenn Sie die Bruehe aus Kalbsknochen bereitet haben) abloeschen und den Braten unter oefters Begiessen im Backofen Garen. Zum Schluss die Sosse mit Wein oder Zitrone abschmecken. Reichen Sie dazu selbstgemachte Nudeln und einen frischen Kopfsalat mit Kraeutern. Dies ist ein Festtagessen!

:Stichworte : Innerei, Kalb, Niere, Pfalz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Pfälzerwald  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kalbsröllchen  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe



- 4 hauchdünne
  - Kalbsschnitzelchen (wie
  - Roulade),
- 4 sl Rohschinken,
  - Salz,
  - Pfeffer,
  - Knoblauch
  - frische Blätter von Salbei,
  - Rosmarin,
  - Thymian
  - Oregano,
  - Butterfett,
  - Weißwein
  - Sherry

Die Schnitzelchen mit Salz, Pfeffer und gepresstem Knoblauch wuerzen und auf jedes Stueck eine Scheibe Rohschinken legen. Darauf die frischen Kraeuter verteilen und zusammenrollen. Mit einem Zahnstocher befestigen.

Die Roellchen in Butterfett von allen Seiten anbraten. Mit Weisswein abloeschen. Mit Salz und Pfeffer und einem Schuss Sherry abschmecken.

- :Stichworte : Fleisch, Kalb, Kräuter
- :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste
- : : Vom Kochen mit Kräutern
- : : Folge 170, vom 27. April 1997
- : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt
- :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kalbsröllchen mit Spinat  
 Categories: Fleischgerichte, Innereien  
 Yield: 1 Keine Angabe

- 4 dünne Kalbsschnitzel (wie
  - für Roulade),
- 250 g blanchierter Spinat,
- 75 g Doppelrahmkäse,
- schwarzer Pfeffer,
- 1 ts Senf,
- 1 1/2 dl Weißwein,
- 2 1/2 dl Hühnerbrühe

MMMMM-----für die Sauce:-----

- 1 Briefchen Safran,
- Zitronensaft,
- 1 1/2 dl Crème fraiche

Von dem blanchierten Spinat 8 bis 12 schoene Blaetter beiseite legen, den Rest grob hacken und mit dem Doppelrahmkaese vermischen. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Auf jedes Kalbsschnitzelchen einen Loeffel dieser Masse geben und zusammenrollen. Mit Zahnstocher die Enden befestigen. Jedes Roellchen mit Senf bestreichen, mit Salz und Pfeffer nochmals wuerzen und mit den zurueckbehaltenen Spinatblaettern umhuelen.

In einen Topf Weisswein und Huehnerbruehe geben, den Dampfaufsatz (Gitter, eventl. auch von einem Schnellkochtopf) darauf geben und die

Roellchen auf dieses Gitter setzen.

Bei mittlerer Hitze werden die Kalbfleischroellchen im aufsteigenden Dampf in ca. 12 Minuten gegart.

Dann werden die Roellchen herausgenommen und warm gestellt. Den Sud in ein kleines Pfaennchen geben, wenn noetig noch etwas einkochen lassen, Safran und Creme fraiche dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken

:Stichworte : Fleisch, Kalb  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Dünsten und Sieden  
: : Folge 166, vom 02. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kalbsschnitzel »St. Prex«  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

4 lg Kalbsschnitzel,  
Zitronensaft,  
Pfeffer,  
2 Eier,  
Paniermehl,  
Butter,  
4 halbe Birnen (aus der Dose),  
4 sl Gruyere-Käse,  
Paprikapulver,  
Petersilie,  
Tomaten

Die Schnitzel leicht klopfen, mit Zitronensaft betrauefeln und mit Pfeffer wuerzen. Zuerst in Mehl, dann in Ei und Paniermehl wenden. Die Panade festdruecken. Die Schnitzel in Butter goldbraun braten. Je eine Birnenhaelfte darauf legen, mit dem Kaese bedecken, mit Paprikapulver bestreuen und Butterfloekchen darauf geben. Die Schnitzel zugedeckt backen bis der Kaese geschmolzen ist. Mit Petersilie und Tomaten garniert servieren.

:Stichworte : Fleisch, Kalb, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie am Genfer See  
: : Folge 223, vom 07. November 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

lg: gross.  
sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kalbsvögel  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 4 Portionen

4 dünne Kalbsschnitzel à 125  
     -g,  
 4 dünne Scheiben  
     -Schwarzwälder S  
 150 g Kalbsbrät (Fleischteig für  
     -Wurst),  
 3 tb süße Sahne,  
 1 Eigelb,  
 1 zerdrückte Knoblauchzehe,  
 1 Zitrone, Abrieb von  
     Thymian,  
     Salz,  
     Pfeffer aus der Mühle,  
     Butterschmalz,  
 1/8 l Fleischbrühe,  
 1/8 l Silvaner,  
 3 tb Sauerrahm

Die Schnitzel mit dem Handballen moeglichst duenn auseinander druecken und mit dem Schinkenspeck belegen. Kalbsbraet, Sahne, Eigelb mit der Knoblauchzehe, dem Abrieb der Zitrone und dem Thymian mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Diese Masse kommt auf den Schinkenspeck. Dann werden die Kalbsschnitzel vorsichtig wie Rindsrouladen zusammengerollt und mit Zahnstochern festgesteckt. In Butterschmalz auf allen Seiten schoen goldbraun anbraten. Nach und nach die Fleischbruehe und den Wein dazugiessen und 10 Minuten schmoren lassen. Die Sauce mit dem Sauerrahm verfeinern und mit schwarzem Pfeffer und Salz abschmecken.

(W.O.Feisst: Baden Kulinarische Streifzuege, Sigloch Edition)

:Stichworte : Kinzigtal  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Kochen wie im Kinzigtal (II)  
 : : Folge 124, vom 22. Februar 1995  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kalte Avocadosuppe  
 Categories: Vorspeisen, Suppen  
 Yield: 1 Keine Angabe

2 Avocados,  
 1 ts Zitronensaft,  
 150 ml herber Weißwein,  
 2 cn Vollmilchjoghurt  
     (eventl. 200 ml Rahm),  
 500 ml Hühnerbrühe,  
 1 Knoblauchzehe,  
 1 ts Paprikapulver,  
 1 Zweig Thymian

Die reifen Avocados halbieren, den Kern entfernen, das Fruchtfleisch herauskratzen, mit einer Gabel zerdruecken, mit Zitronensaft betrauefeln. Zusammen mit Weisswein, Joghurt, entfetteter Huehnerbruehe, Knoblauchzehe und Paprikapulver puerieren. Kaltstellen.

Mit Thymianblaettern bestreuen und mit Toast oder frischem Weissbrot

servieren.

(Rueegg/Feisst: "Gemuese nach Grossmutterart",  
Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Avocado, Kalt, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Vitaminspritze  
: : Folge 146, vom 13. März 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cn: Dose  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kanellonia - Teigröllchen mit Hackfleischfüllung  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----für den Teig:-----

6 Eier,  
1/2 l Milch,  
Salz,  
1 Mocatässchen Olivenöl,  
Mehl nach Bedarf,  
Olivenöl zum Backen

MMMMM-----für die Füllung:-----

1 lg Zwiebel,  
3 Knoblauchzehen,  
500 g Rinderhack,  
Butter zum Dünsten und für  
-die Form,  
schwarzer Pfeffer,  
Zimt,  
Muskat,  
Oregano,  
200 g passierte Tomaten, etwa  
(ersatzweise Tomatenmark),  
eventuell etwas Hühnerbrühe,  
geriebener Kefalotiri oder  
Parmesan,  
Butterflöckchen

Fuer den Teig die Eier mit dem Schneebesen schlagen, Milch, etwas Salz und das Oel dazugeben und nach und nach so viel Mehl, dass ein dickflussiger Teig entsteht. Kleine, duenne Pfannkuchen daraus backen und dann beiseite stellen.

Fuer die Fuellung die Zwiebel und den Knoblauch schaelen, klein hacken, mit dem Hackfleisch in Butter anduensten und mit den Gewuerzen abschmecken. Die passierten Tomaten hinzufuegen (ersatzweise Tomatenmark mit Wasser oder Huehnerbruehe verduennen) und die Masse etwas einkochen lassen. Abschliessend den Kaese dazugeben.

Auf jeden Pfannkuchen so viel Fuellung geben, dass sich der Pfannkuchen noch gut zusammenrollen laesst. Diese Teigrollen in ein gebuttertes Tapsi oder eine Auflaufform sehr eng nebeneinander legen, damit sie sich nicht offnen koennen und mit Butterfloekchen bestreuen. Eventuell uebrige Fuellung ueber die Kanellonia geben und das Ganze 30 Minuten bei mittlerer Hitze im Backofen ueberbacken.

(Feisst: Griechenland - Kulinarische Streifzuege , Sigloch Edition)

:Stichworte : Gratinieren, Hack, Mehlspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gratinieren  
: : Folge 165, vom 16. Februar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kaninchen  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Kaninchen (in ca. 100 g  
-schwere Stücke geschnitt  
40 ml Olivenöl,  
1/2 Flasche herber Rotwein,  
6 Knoblauchzehen,  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle

In der Haelfte des Oels die Kaninchenstuecke von allen Seiten anbraten. Dann das Fleisch herausnehmen, warm stellen und das Oel in eine Tasse giessen. Das restliche Oel auf kleinem Feuer warm machen, 1/3 des Weines und den geschaelten Knoblauch dazugeben und zu sirupartiger Konsistenz reduzieren. In einem weiteren Topf den restlichen Wein zum Kochen bringen. Das Fleisch in den eingedickten Jus zurueckgeben, das aufbewahrte Oel dazugeben sowie den heissen Wein. Salzen, pfeffern und zugedeckt 1 1/4 Stunden auf kleinem Feuer kochen lassen, dabei zweimal umruehren.

:Stichworte : Fleisch, Kaninchen, Korsika  
:Notizen (\*) : Quelle: Kochen wie auf Korsika  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 238, vom 02. Juli 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kaninchen  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 sm Kaninchen,  
4 Rippen Stangensellerie,  
4 Karotten,  
1 Zwiebel,  
1 Knoblauchzehe,  
1 tb Olivenöl,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 Zweig Basilikum,  
1 Zweig Salbei,  
1 Zweig Rosmarin,  
ganz wenig Estragon,  
1 Hand voll Hopfensprossen,  
Oregano,

Nelken,  
Zimt,  
Wacholderbeeren,  
Muskatnuss,  
200 ml Hühnerbrühe

Das Kaninchen tranchieren. Falls es ein Wildkaninchen ist, dieses 2 Stunden in fließendes Wasser legen, um den Wildgeruch zu vermindern. Das Gemüse waschen, fein schneiden, in Olivenöl andampfen, salzen, pfeffern. Die Kaninchenstücke darauf legen, alles eine Viertelstunde durchdampfen. Die fein gehackten Kräuter und die Gewürze zugeben, alles gut vermengen, mit der Brühe ablösen, zugedeckt in dem auf 150 Grad vorgeheizten Ofen 1 1/2 Stunden schmoren lassen. Eventuell nach der halben Garzeit noch etwas mehr Brühe begeben.

:Stichworte : Fleisch, Italien, Kaninchen, Veneto  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Veneto/Italien  
: : Folge 62, vom 14. Juni 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kaninchen in Kräutersauce  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Kaninchenschlegel,  
1 Zwiebel,  
1 Lorbeerblatt,  
Schnittlauch,  
Petersilie,  
Salbei,  
Estragon,  
Thymian,  
Rosmarin,  
Majoran,  
Salz

MMMMM-----Sauce:-----

1 tb Butter,  
1 tb Mehl,  
Salz,  
Kaninchensud,  
Pfeffer

Ca. 2 l Wasser mit den Kräutern aufkochen. Kaninchenschlegel hineingeben und ca. 1 1/4 Stunde koecheln lassen bis sich das Fleisch vom Knochen löst.

Für die Sauce Butter schmelzen, Mehl hineinrühren und mit Kräutersud ablösen. Aufkochen lassen, mit Salz und Pfeffer ablösen und zum Kaninchen servieren.

:Stichworte : Fleisch, Kaninchen, Kräuter  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Alpenkräuter  
: : Folge 260, vom 12. August 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kaninchen mit Backpflaumen  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Kaninchen,  
4 tb Butter,  
1/4 l Rotwein,  
1/8 l Wasser,  
400 g eingeweichte Backpflaumen,  
Salz,  
Pfeffer

Kaninchen in Teile zerlegen und bei mittlerer Hitze in Butter goldbraun braten. Backpflaumen mit der Flüssigkeit dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. 40 bis 45 Minuten im geschlossenen Topf schmoren.

:Stichworte : Fleisch, Kaninchen, Zwetschge  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 92, Zwetschgen und Meerrettich  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kaninchen mit Koriander  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Kaninchen (in 8 Stücke  
-geschnitten),  
2 Zwiebeln,  
4 Tomaten,  
1 bn Petersilie, glatte  
1/2 l Rotwein,  
Salz,  
Pfeffer,  
Butterfett

Kaninchenteile in Butterfett anbraten, aus der Kasserolle nehmen und beiseite stellen. Im selben Fett werden die in Scheiben geschnittenen Zwiebeln, die geviertelten, enthaudeteten Tomaten zusammen mit der Petersilie angedünstet. Danach wird das Fleisch auf das Gemüse gelegt und 2 EL gestossener Koriander darüber gestreut, mit 1/2 l Rotwein abgelöscht und zugedeckt. Das Kaninchen muss nun 1 1/2 Stunden sanft schmoren. Eventl. noch etwas Koriander dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

:Stichworte : Fleisch, Gewürz, Kaninchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gewürz II  
: : Folge 192, vom 19. April 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kaninchenbraten an Essigsauce

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 1 Keine Angabe

1 Kaninchen (ca. 1,5 kg),  
Salz,  
Pfeffer,  
3 tb Senf,  
2 tb Butterfett,  
50 bis 100 g Butterfett,  
50 ml Weißweinessig,  
50 ml Wasser,  
200 ml herber Weißwein,  
1 Rosmarinzweig,  
50 ml Sahne

Kaninchen in 6 bis 8 Stuecke zerteilen, mit Salz und Pfeffer wuerzen, mit Senf einstreichen und 1 Stunde im Kuehlschrank marinieren. In Butterfett die Kaninchenteile goldbraun anbraten. Mit Essig, Wasser und Wein abloeschen. Den Rosmarinzweig dazulegen und zugedeckt 1,5 Stunden schmoren lassen. Die Fleischstuecke gelegentlich umdrehen. Das Fleisch auf einer vorgewaermten Platte anrichten. In den Bratenfond die Sahne geben und nochmals erhitzen, aber nicht mehr kochen lassen. Die Sauce ueber das angerichtete Fleisch geben. Variante: anstelle des Weissweinessigs kann auch Estragon-Essig verwendet werden, aber dann keinen Rosmarinzweig verwenden.

:Stichworte : Fleisch, Kaninchen, Kraichgau  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kraichgau I  
: : Folge vom 13. April 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kaninchenkeulen in Biersauce

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 1 Keine Angabe

4 Kaninchenkeulen,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 tb mildes Paprikapulver,  
2 tb Mehl,  
1 lg Zwiebel,  
1 Karotte,  
1 tb Tomatenmark, Butterfett zum  
-Anbraten,  
1/2 l Altbier,  
1/2 l Kalbs- oder andere  
-Fleischbrühe, ca.  
2 tb Marc de Gewürztraminer oder



-ein anderer  
-Tresterbrann

MMMMM-----für die Garnitur:-----

50 g Butter,  
100 g frische Champignons  
-(geviertelt),  
100 g Karotten (in Würfel),  
einige kleine Zwiebeln

Die Kaninchenkeulen salzen und pfeffern, mit Paprikapulver bestreuen und 2 Stunden oder ueber Nacht im Kuehlschrank ziehen lassen. Anschliessend die Keulen in Mehl wenden und im heissen Butterfett von allen Seiten anbraten. Wenn sie schoen braun sind, herausnehmen und auf einen Teller legen. In dem Bratoel die klein geschnittene Zwiebel und Karotte anduensten. Das Tomatenmark dazugeben, kurz anschwitzen. Mit dem Bier und der Fleischbruehe abloeschen. Die Kaninchenkeulen wieder in den Topf geben und zugedeckt im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad ca. 35 Minuten schmoren lassen.

In der Zwischenzeit die geviertelten Champignons in Butter anduensten. Die Gewuerfelten Karotten und die Zwiebelchen getrennt duensten.

Wenn die Keulen gar sind, die glasierten Karotten mit den Champignons vermischen und einige glasierte Zwiebeln hinzufuegen.

Die Kaninchenkeulen auf einer Platte anrichten, in die Mitte der Platte das Gemuese legen. Den Marc in die Sauce geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und ueber die Keulen giessen.

:Stichworte : Elsass, Fleisch, Kaninchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Elsass  
: : Folge 231 vom 12. März 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kaninchenragout mit Kräutern  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Kaninchen (in  
-Ragoutstücken)  
Salz,  
Pfeffer,  
1/4 l Fleischbrühe,  
1 tb Butter,  
1 tb Marsala (italienischer  
-Süßwein),  
2 tb Pinienkerne,  
6 tb Olivenöl,  
1 Zwiebel (fein gehackt),  
1 Karotte (in Rädchen  
-geschnitten),  
1 Stangensellerie (in  
-Streifen geschnitten)  
1 Knoblauchzehe (gepresst),  
2 Nelken,  
1 Lorbeerblatt,  
4 Zweige Basilikum,

2 bn Petersilie,  
4 Oregano-Zweige,  
4 Rosmarin-Zweige,  
8 Thymian-Zweige,  
2 Salbei-Zweige,  
1/4 l trockener Rotwein,  
4 tb Rotweinessig

4 EL Oel erhitzen, die Zwiebel darin andaempfen, die restlichen Gemuese und die Haelfte der Kraeuterzweige begeben.

Zugedeckt einige Minuten daempfen. Mit Rotwein und Rotweinessig abloeschen. Zugedeckt 1/2 Stunde koecheln lassen. Auskuehlen, abseihen, die Marinade ueber das Fleisch geben. Zugedeckt 24 Stunden stehen lassen.

Gelegentlich umruehren. Das Fleisch auf Kuechenpapier trocken tupfen. 2 EL Oel erhitzen. Die Fleischstuecke portionsweise darin anbraten, wuerzen. Auf kleinem Feuer weiterbraten. Die restlichen Gewuerzkraeuter dazulegen. Mit etwas Marinade angiessen. Zugedeckt auf kleinem Feuer ca. 3/4 bis 1 Stunde garen, dabei immer wieder etwas Marinade begeben. Die garen Fleischstuecke auf einer vorgewaermten Platte anrichten und warm stellen.

Zum Bratenfond Fleischbruehe und Butter geben, einige Minuten koecheln lassen, eventuell nachwuerzen. Marsala und Pinienkerne untermischen und nochmals aufkochen lassen. Die Sauce ueber das Fleisch giessen und servieren.

:Stichworte : Basilikum, Fleisch, Kaninchen, Kräuter  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Basilikum  
: : Folge 256, vom 17. Juni 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Karamell-Fenchel  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

750 g Fenchelknollen, möglichst  
-kleine  
3 tb Butter,  
1 tb Zucker,  
1/2 ts Salz,  
1/8 l Weißwein, trocken

Die Knollen putzen, halbieren, Wurzelansatz wegschneiden. Keimblaettchen beiseite legen. Die Knollen waschen. Die Butter schmelzen, den Zucker begeben, auf kleinem Feuer karamellisieren. Die Fenchelknollen begeben. Einige Minuten in der Karamell- Masse wenden, damit sich diese um das Gemuese legt. Hellbraun werden lassen. Mit dem Wein abloeschen. Zugedeckt 25 Minuten duensten. Vor dem Servieren mit fein gehackten Fenchelblaettchen bestreuen.

:Stichworte : Beilage, Fenchel, Gemüse, Wein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Wein in der Küche  
: : Folge 179, vom 12.Oktober 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Karamell-Rosenkohl

Categories: Beilagen

Yield: 1 Keine Angabe

750 g Rosenkohl,  
3 tb Butter,  
1 tb Zucker,  
1/2 ts Salz,  
1/8 l Hühner- oder Rindsbrühe, ca.

Rosenkohl putzen und waschen. Butter schmelzen, den Zucker beigegeben und auf kleinem Feuer karamellisieren. Den Rosenkohl beigegeben. Einige Minuten in der Karamellmasse wenden, damit sich diese um das Gemüse legt. Hellbraun duesten. Mit der Bruehe abloeschen. Zugedeckt ca. 25 Minuten duesten.

:Stichworte : Beilage, Festliches, Gemüse, Kohl, Menü, Rosenkohl

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Festliches Menü 1997

: : Folge 182, vom 23. November 1997

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Karamellflan

Categories: Dessert, Süßspeisen

Yield: 1 Keine Angabe

3 tb Zucker,  
2 tb Wasser,  
1/2 l Milch,  
1 Vanilleschote,  
der Länge nach  
-aufgeschnitten,  
3 Eier,  
4 Eigelb,  
6 tb Zucker,  
1/8 l Rahm

Zucker und Wasser in einem Bratpfaennchen so lange erhitzen, bis die Flüssigkeit goldbraun ist. Den Boden einer grossen oder sechs kleinen Puddingfoermchen damit bedecken.

Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Die Milch mit der Vanilleschote aufkochen und beiseite stellen. Eier, Eigelb und Zucker miteinander schaumig schlagen und zur Vanillemilch geben. Den Rahm ebenfalls beifuegen. Einige Minuten unter staendigem Ruehren koecheln lassen (brennt gerne an!). Die Vanilleschote

herausnehmen, die Kerne gut auskratzen. Die Creme durch ein Sieb streichend auf den Karamellboden geben.

Die Form oder die Foermchen in eine feuerfeste Platte stellen, diese zu 2/3 mit Wasser fuellen. Formen zudecken und 1 Stunde ziehen lassen. Ueber Nacht im Kuehlschrank kaltstellen.

(Feisst/Rueegg: "Grossmutter's Mittelmeerkueche - Kochen wie im Urlaub", Albert-Mueller-Verlags-AG)

Suedwestfunk 1996

:Stichworte : Andalusien, Dessert, Karamell, Mittelmeer, Spanien  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Andalusien  
: : Folge 153, vom 26. Juni 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Karotten in Marsala  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

3 tb Butter,  
800 g Karotten,  
Salz,  
1 pn Zucker,  
3 tb Marsala (Süßwein)

Die Butter zergehen lassen, die geschaelten und in feine Scheiben geschnittenen Karotten beigeben. Salzen und auf mittlerer Flamme duensten bis sie leicht braun werden. Zucker und Marsala beifuegen. Auf kleinem Feuer zugedeckt garen (je nach Alter und Qualitaet der Karotten zwischen 15 und 40 Minuten).

:Stichworte : Beilage, Gemüse, Karotte, Wein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Wein in der Küche  
: : Folge 179, vom 12. Oktober 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Karotten-Hackbraten  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Karotten,  
Zitronensaft,  
150 g griechischer Schafskäse  
-(Feta),  
600 g Hackfleisch, gemischtes  
3 Eier,  
6 tb Semmelbrösel,  
60 g Walnüsse, gehackte

Salz,  
schwarzer Pfeffer aus der  
-Mühle,  
3 Knoblauchzehen,  
2 bn Petersilie,  
Fett zum Braten

Die Karotten schaelen und mittelfein raspeln, mit Zitronensaft betraefeln. Den Schafskaease zwischen den Fingern zerbroeseln, dann mit den Karotten und dem Hackfleisch mischen.

Eier, Semmelbroesel und Walnuesse zufuegen. Alles gut mischen und mit Salz und Pfeffer kraeftig wuerzen. Den Knoblauch schaelen und dazudruecken. Die Petersilie abrausen, von den Staengeln zupfen, mittelfein hacken und unterarbeiten. Die Masse zu einem kleinen Laib formen und in einen gefetteten Braeter setzen. Im vorgeheizten Backofen 60 Minuten bei 200 Grad braten.

:Stichworte : Fleisch, Hack, Karotte, Rind, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Karotten - von der Suppe bis zum Dessert  
: : Folge 194, vom 17. Mai 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Karotten-Kartoffel-Auflauf  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

3 Paar Landjäger oder andere  
-Räucherwurst,  
1 tb Öl,  
2 Knoblauchzehen,  
500 g Kartoffeln,  
500 g Karotten,  
1/2 bn Frühlingszwiebeln,  
schwarzer Pfeffer aus der  
-Mühle,  
1 ts Thymian,  
100 g Emmentaler, frisch gerieben  
1/4 l Milch,  
2 Eier

Die Wuerste pellen, in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden und in heissem Oel knusprig braten. Den Knoblauch schaelen und dazudruecken. Die Wurst aus dem Fett nehmen. Das Fett aufbewahren. Die Kartoffeln und die Karotten schaelen und grob raspeln.

Die Fruehlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden, mit Kartoffel- und Karottenraspeln sowie der Raeucherwurst mischen. Mit Pfeffer und Thymian wuerzen.

Eine Auflaufform mit dem verbliebenen Bratfett auspinseln, die Gemuesemischung hineinfuellen und die Oberflaeche glattstreichen. Kaese mit Milch und Eiern verquireln und gleichmaessig darueber giessen. Im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene 45 Minuten backen.

:Stichworte : Auflauf, Karotte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Karotten - von der Suppe bis zum Dessert  
: : Folge 194, vom 17. Mai 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Karotten-Kartoffel-Gemüse  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Karotten,  
100 g Kartoffeln,  
Salz,  
Pfeffer

Karotten und Kartoffeln schaelen und in gleichgrosse Stuecke schneiden.  
Zuerst Karotten zum Kochen in Salzwasser aufsetzen. Wenn sie weich zu  
werden beginnen, die Kartoffeln dazugeben und beides miteinander weich  
kochen.

Mit Hackfleischkuechle servieren.

:Stichworte : Baden, Eintopf, Kaiserstuhl, Karotte, Kartoffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie am Kaiserstuhl  
: : Folge 229 vom 13. Februar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Karottendessert  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Karotten, geraspelte  
50 g Ingwer,  
85 g Zucker,  
1/4 l Milch,  
200 ml Sahne,  
1 Msp. Kardamom,  
100 g Mandeln, gerieben  
1 tb Orangensaft

Karotten, Ingwer, Zucker, Milch und Sahne in einem Topf kochen bis die  
Fluessigkeit verdampft ist und die Karotten weich sind (ca. 35  
Minuten).

Dann Kardamom-Pulver, Orangensaft und geriebene Mandeln untermischen  
und die Speise kalt stellen. Wenn man moechte, vor dem Servieren mit  
Schlagsahne und geroesteten Mandelblaettchen garnieren

:Stichworte : Dessert, Karotte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Karotten - von der Suppe bis zum Dessert  
: : Folge 194, vom 17. Mai 1998

: von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Karotteneintopf  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Kartoffeln,  
800 g Karotten,  
etwas Wasser,  
ein Stück grüner Speck  
(frischer, ungesalzener und  
-ungeräucherter Rückenspeck)

Kartoffeln und Karotten schälen, in Scheiben schneiden und in etwas Wasser zusammen mit einem Stück grünen Speck weich kochen.

:Stichworte : Eintopf, Karotte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Karotten - von der Suppe bis zum Dessert  
: : Folge 194, vom 17. Mai 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Karottenpuffer mit Mandeln  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Karotten,  
100 g Mehl,  
3 Eier,  
150 g Crème fraîche,  
50 g frisch geriebener Parmesan-  
-Käse,  
1 tb Mandeln, gemahlen  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle,  
1 pn frisch gemahlene Muskatnuss,  
Butter zum Braten

Die Karotten schälen und grob raspeln. Das Mehl mit Eiern, Creme fraîche, Parmesan und Mandeln gut verrühren.  
Die Mischung mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss kräftig abschmecken und die Karottenraspeln untermischen. Die Butter in einer grossen Pfanne erhitzen und aus der Masse mit zwei Essloeffeln flache Puffer formen. Diese in der Butter ausbacken, nach drei Minuten wenden und weitere 3 Minuten backen.

:Stichworte : Karotte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Karotten - von der Suppe bis zum Dessert  
: : Folge 194, vom 17. Mai 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Karottensuppe

Categories: Vorspeisen, Suppen

Yield: 1 Keine Angabe

300 g Karotten,  
200 g Kartoffeln,  
2 Zwiebeln,  
1 Lorbeerblatt,  
2 Nelken,  
1 l Brühe,  
Salz,  
Pfeffer,  
Sahne zum Abschmecken,  
Kräuter nach Belieben

Karotten und Kartoffeln schaelen und in Scheiben schneiden. Die Karotten zusammen mit den Zwiebeln andaempfen. Kartoffeln hinzufuegen und mit dem Lorbeerblatt und den Nelken in der Bruehe weich kochen. Wenn man moechte, das Gemuese mit dem Mixstab puerieren. Mit Salz und Pfeffer wuerzen und mit Sahne verfeinern. Vor dem Servieren fein gehackte Kraeuter darueber streuen.

:Stichworte : Karotte, Suppe

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Karotten - von der Suppe bis zum Dessert

: : Folge 194, vom 17. Mai 1998

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Karottensuppe

Categories: Vorspeisen, Suppen

Yield: 1 Keine Angabe

500 g Karotten(gewaschen,  
-geschält und in feine  
-Streifen geschnitten),  
40 g Butter,  
1 Schinkenknochen  
(am besten von einem  
-geräucherten Schinken  
er kann auch von einem  
-Parma-Schinken stammen)  
3 tb Mehl,  
1 1/2 l Wasser,  
Salz,  
1 tb Petersilie, gehackte  
1/8 l Sahne,  
1 c Brotwürfel,  
1 tb Butter, evtl. mehr

In der geschmolzenen Butter die Karottenstreifen anduensten. Mehl darueber staeuben, gut mischen und mit 1 1/2 l Wasser auffuellen. Den Schinkenknochen unter fliessendem Wasser abspuelen, in die aufgesetzte Suppe geben und 45 Minuten kochen lassen. Aus der fertigen Suppe den Knochen entfernen und das weich gekochte Gemuese durch ein Haarsieb



streichen oder mit dem Mixstab oder in der Kuechenmaschine puerieren.  
Vorsichtig mit Salz wuerzen (der Knochen kann salzig sein!) und mit  
Sahne abschmecken. Brotwuerfel in 1 bis 2 EL Butter roesten und vor dem  
Servieren zusammen mit der klein gehackten Petersilie ueber die Suppe  
streuen.

:Stichworte : Bayern, Karotte, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Oberpfalz  
: : Folge 236, vom 04. Juni 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Karottensuppe (ab 13. Monat)  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Karotten  
1 Schalotte  
1 tb Petersilie  
1 tb Butter  
1 Msp. Unraffiniertes  
-Rohrzucker  
800 ml Gemüse- oder Hühnerbrühe  
1 sl dunkles Vollkornbrot  
1 ts Dill  
1 Msp. Anis, evtl.  
1 Msp. Koriander, frisch  
-gemahlen, evtl.  
4 tb Sahne (geschlagen)

Karotten waschen, schaelen und auf einer Gemuesereibe grob raspeln.  
Schalotte schaelen und klein hacken. Petersilie waschen und fein  
hacken. Butter in einem Topf schmelzen, gehackte Schalotte 2- 3  
Minuten glasig duensten. Petersilie, geraspelte Karotten und Rohrzucker  
hinzufuegen und alles im geschlossenen Topf etwa 5 Minuten hin- und her  
schwenken. Nach und nach Gemuesebruehe angiessen und weitere 10 bis 15  
Minuten zugedeckt duensten. Vollkornbrot entrinden und im Blitzhacker  
zerkleinern. Brotbroesel in die Suppe ruehren. Dill waschen und fein  
hacken. Karottensuppe mit Gewuerzen, geschlagener Sahne und Dill  
abschmecken. Alles mit dem Puerierstab fein mixen und anrichten.

:Stichworte : Karotte, Kleinkind, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Kost für kleine Feinschmecker  
: : Folge 181, vom 09, November 1997  
: : aus dem Buch von Monika Arndt: Das Baby-Kochbuch,  
: : gesunde Ernährung für Ihr Kind, dtv 36536 entnommen.  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sl: Scheib.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Karottenzimmes  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Karotten,  
1 knapper TL Salz,  
2 ts Zucker,  
1 tb Honig,  
2 tb Butter

Die Karotten putzen und in 1 cm dicke Raedchen schneiden. Butter schmelzen lassen, den Zucker beifuegen. Wenn der Zucker karamellisiert ist, die Karottenraedchen dazugeben und durch Schuetteln des Topfes bei geschlossenem Deckel intensiv mit Karamell ueberziehen. Mit soviel Bruehe abloeschen, dass die Fluessigkeit die Karotten gerade bedeckt. Den Honig und das Salz beifuegen und nun auf kleiner Flamme mindestens 1 1/2 Stunden koecheln lassen.

Unter keinen Umstaenden ruehren, die Karotten wuerden sonst zerfallen. Immer wieder den Topf ein wenig schuetteln und die verdunstete Bruehe ersetzen, damit das Gericht nicht anbrennt. Zum Schluss laesst man die Karotten die Fluessigkeit aufsaugen. Das Gericht vom Feuer nehmen und servieren.

:Stichworte : Beilage, Gemüse, Karotte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gemüse von der Reichenau  
: : Folge 111, vom 22. Juni 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Karpfen in Altbiersauce  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 2 Personen

1 küchenfertiger Karpfen (ca.  
-1.500 g),  
2 Zwiebeln,  
1 lg Möhre,  
1 Lorbeerblatt,  
1 Zitrone, Saft und Schale  
-von (unbehandelt),  
3/4 l Altbier,  
150 g geriebener, brauner  
-Pfefferkuchen,  
50 g Butter,  
Salz,  
weißer Pfeffer

Karpfen abspuelen und in gut fingerbreite Scheiben schneiden. Zwiebeln schaelen. Moehren putzen, waschen und in Streifen schneiden. Fisch und Gemuese zusammen mit dem Lorbeerblatt, der Zitronenschale und dem Bier in einen laenglichen Topf geben.

Den Topf mit gefettetem Butterbrotpapier verschliessen und in den vorgeheizten Backofen, untere Schiene, stellen und bei 220 Grad ca. 20 Minuten ziehen lassen. Fisch und Gemuese herausnehmen, abtropfen lassen und warm stellen.

Ebenfalls Lorbeerblatt und Zitronenschale aus dem Sud nehmen. Sud kurz aufkochen lassen, mit dem Pfefferkuchen binden, Butterflocken darunter schlagen und pikant abschmecken.

Fisch auf einer vorgewarmten Platte anrichten und Sauce dazu servieren.

:Stichworte : Bier, Fisch, Karpfen, Süßwasser  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Bier  
: : Folge 060, vom 12. April 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffel-Bananen-Puffer mit Ingwer  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g mehliges Kartoffeln,  
3 Eier,  
3 Bananen,  
1 daumengroßes Stück Ingwer,  
3 tb brauner Zucker,  
100 ml Orangensaft,  
Saft 1/2 Zitrone,  
200 g Mehl, ca.

MMMMM-----Zum Anbraten:-----

2 tb Butter, evtl. mehr

Kartoffeln schälen und reiben. Eier verquirlen und begeben. Bananen mit der Gabel zerdrücken und ebenfalls begeben. Geraffelter Ingwer, brauner Zucker, Orangen- und Zitronensaft darunter mischen. Mehl begeben. Es soll ein flüssiger Teig entstehen. Daraus esslöffelgroße Häufchen formen. Diese in Butter, zugedeckt, auf jeder Seite ca. 5 Minuten goldbraun braten.

:Stichworte : Banane, Kartoffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kartoffeln: Püree, Puffer und Salat  
: : Folge 185, vom 11. Januar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffelbrot (ergibt 2 Laibe)  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

600 g Kartoffeln,  
1 Hefewürfel,  
100 g Wasser,  
500 g Mehl (Typ 1050),  
150 g Vollkornmehl,

15 g Kümmel oder  
15 g Brotgewürz,  
250 ml Wasser

Kartoffeln in der Schale knapp mit Wasser bedeckt und zugedeckt aufsetzen, weich kochen. Hefewuerfel in 100 g Wasser auflösen. 10 Minuten stehen lassen.

Mehl (Typ 1050) in eine Schuessel sieben. 150 g Vollkornmehl dazugeben und in der Mitte eine Vertiefung machen.

Die aufgelöste Hefe hineinschütten. Mit etwas Mehl zu einem dünnen Brei verrühren. 15 Minuten stehen lassen.

Die weich gekochten Kartoffeln etwas auskühlen lassen und schälen. Davon 400 g abwiegen. Auf einer groben Raffel reiben.

Die Kartoffeln sollen noch warm, aber nicht mehr als handwarm sein, wenn sie zum Vorteig gegeben werden.

Salz, Brotgewürz oder Kümmel dazugeben. Mit dem Backhorn oder dem Kochlöffel bei portionsweiser Zugabe von 250 g Wasser zu einem Teig verarbeiten. Diesen zuerst in der Schuessel verrühren, bis alles Mehl hineingearbeitet ist. Dann auf einer trockenen Arbeitsfläche zu einem glatten Teig kneten. Nicht mehr Wasser begeben. Der Teig muss sehr trocken sein! 5 Minuten durchkneten. Zu einer Kugel formen. In die Schuessel zurückgeben.

Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 1 1/2 Stunden gehen lassen. Von neuem durchkneten. Falls der Teig an der Arbeitsfläche klebt (das hängt von der Qualität der Kartoffeln ab), diese leicht mit Mehl bestäuben.

Teig zu einer Kugel formen. Diese in zwei möglichst gleich große Teile zerschneiden. Jeden Teil nochmals durchkneten. Je nach Form der Brotkörbe den Teig zu runden oder länglichen Laiben formen und in die gut bemehlten Körbe legen. Anstatt in Brotkörben kann man das zu zwei Laiben geformte Brot auch auf einem mit Öl bepinselten oder mit Backpapier ausgelegten Kuchenblech gehen lassen. In beiden Fällen bedeckt man die Brote mit einem feuchten Tuch. Konventionellen Backofen auf 220 Grad, Umluft-Backofen auf 200 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 4 bis 5 vorheizen. Die in den Körben aufgegangenen Brote nach 30 Minuten auf ein mit Öl bepinseltes oder mit Backpapier ausgelegtes Kuchenblech stürzen. 60 Minuten backen. Auf einem Gitter auskühlen lassen.

Vorsicht:

nicht in Plastiktüten aufbewahren. Schimmelt leicht. Zum Tiefkühlen geeignet (ca. 4 Wochen haltbar).

:Stichworte : Brot, Kartoffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kartoffeln: Püree, Puffer und Salat  
: : Folge 185, vom 11. Januar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffelkeilchen mit Spirkel  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

2 kg rohe Kartoffeln,  
600 g Pellkartoffeln (vom Vortag),  
70 g Mehl,  
1 Ei,  
Salz,  
3 mittelgroße Zwiebeln (in  
-Ringe geschnitten),  
125 g Speck (in feine Streifen  
-geschnitten),

40 g Butter

Die rohen und geschaelten Kartoffeln in Wasser reiben (damit sie nicht braun werden). Mit einem Kuechentuch gut ausdruecken bis eine broeckelige Masse entsteht. Die Pellkartoffeln schaelen und durch eine Presse druecken. Beide Kartoffelmassen miteinander vermischen. Mehl, Ei und Salz dazugeben und zu einem festen Teig verarbeiten. 30 Minuten ruhen lassen. Laengliche Keilchen formen und im siedenden Salzwasser 15 Minuten garen.

In der Zwischenzeit Speck und Zwiebeln kross braten. Die Keilchen auf einer vorgewaermten Platte mit den "Spirkeln" uebergiessen und servieren.

:Stichworte : Kartoffel, Ostpreußen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Ostpreußen/Masuren  
: : Folge 257, vom 1. Juli 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffelklöße  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kartoffeln,  
1 lg Zwiebel,  
Petersilie,  
1 Brötchen in Würfel  
-geschnitten,  
125 g Speckwürfel,  
2 tb Mehl,  
3 Eier,  
Salz

Die am Tag zuvor gekochten und geschaelten Kartoffeln zusammen mit der Zwiebel und Petersilie durch den Fleischwolf drehen.

In einem Pfaennchen die Brot- und Speckwuerfelchen roesten und unter die Kartoffeln mischen sowie Mehl, Eier und Salz. Alles gut miteinander vermengen.

Mit bemehlten Haenden aus dieser Masse Kloesse formen. Diese langsam in kochendem Salzwasser ziehen lassen.

Nach ungefaehr 15 Minuten die Kloesse vorsichtig mit dem Schaumloeffel herausnehmen und auf einer vorgewaermten Platte anrichten.

Mit goldbraun angebratenen Zwiebeln, angeroestetem Weckmehl oder ausgelassenen Speckwuerfelchen abschmelzen.

:Stichworte : Beilage, Kartoffel, Kloß  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Hotzenwald  
: : Folge 137 vom 11. Oktober 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffelkuchen  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Kuchenblech

Schwäbischer Hefeteig  
-verwenden  
Die folgende Mengenangabe  
-ist für 1 Blech

MMMMM-----Belag:-----

300 g Kartoffeln, am Vortag  
-gekocht, geschält, fein  
-geraffelt,  
2 ts Mehl,  
Salz,  
Muskat,  
1 tb Butter, zerlassene, frische  
Milch, eventuell etwas

MMMMM-----Guss:-----

1 tb Butter, zerlassene frische  
1 Ei,  
3 tb Sahne,  
Salz,  
50 g Rauchfleisch (in Würfel  
-geschnitten)

Die Zutaten des Belags zu einer streichfähigen Masse mischen, diese auf den eingestochenen Boden geben. Die Zutaten für den Guss miteinander vermengen, über den Belag geben. Das Fleisch darüber streuen. Den Kuchen auf der untersten Schiene im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 1/2 Stunde backen.

:Stichworte : Hefeteig, Herzhaft, Kartoffel, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pikante Kuchen im Herbst  
: : Folge 178, vom 28. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffelküchle  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg gekochte Kartoffeln,  
250 g gekochter Schinken, ca.  
1 lg Zwiebel,  
Petersilie,  
2 tb Mehl,  
3 Eier,  
Salz,  
Pfeffer,  
Butterfett

Die gekochten und geschälten Kartoffeln zusammen mit Schinken, Zwiebel

und Petersilie durch den Fleischwolf drehen.

Zu dieser Masse Mehl, Eier, Salz, Pfeffer geben und gut durchkneten. Mit den bemehlten Haenden flache Kuechle formen. Diese mit etwas Mehl bestaeuben und im heissen Butterfett knusprig braun backen.

:Stichworte : Beilage, Kartoffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Hotzenwald  
: : Folge 137 vom 11. Oktober 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffeln mit Eiern  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

Kartoffeln (gekocht,  
-geschält und in Scheiben  
-geschnitten),  
Butter,  
gekochte Eier (geschält und  
-in Scheiben geschnitten),  
Salz,  
Pfeffer,  
Weckmehl,  
Sauerrahm

In einer Kasserolle Butter schmelzen, eine Schicht gekochte und in Scheiben geschnittene Kartoffeln hineingeben, darauf eine Schicht hart gekochte und in Scheiben geschnittene Eier legen. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Dann wieder eine Schicht Kartoffeln darauf legen. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Butterfloeckchen und Sauerrahm darueber geben und mit Weckmehl bestreuen. Die Kartoffeln bei 180 Grad backen bis sich eine gelbe Kruste gebildet hat.

:Stichworte : Auflauf, Ei, Kartoffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus der Küche einer alten Stadt: Trier  
: : Folge 109, vom 25.05.1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffelnudeln  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Kartoffeln,  
wenn möglich eine mehlig  
-Sorte, mit der  
Schale am Vortag gekocht,  
-geschält, geraffelt,  
75 g Butter, zimmerwarm, evtl.  
-mehr  
3 Eier,

1/2 ts Salz,  
Muskat,  
100 ml Milch, evtl. mehr

Die Butter schaumig rühren, Eier beigeben. Alles zu einer homogenen Masse rühren. Salz, Muskat und Kartoffeln beigeben. Mit den Haenden vermengen. Nach und nach so viel Mehl beigeben, bis ein kompakter, nicht klebender Teig entstanden ist. Diesen zu fingerdicken und -langen Nudeln rollen. Eine Bratpfanne mit Butter ausstreichen. Die Nudeln dicht an dicht hineinlegen, so dass jede einzelne den Pfannenboden beruehrt. So viel Milch dazugiessen, dass der Pfannenboden knapp damit bedeckt ist. Die Nudeln ringsum goldbraun braten, dabei nach und nach noch mehr Milch beigeben.

Suesse Variante: anstelle von Muskat etwas Zucker beigeben. Die in die Pfanne gelegten Nudeln nochmals mit etwas Zucker bestreuen.

:Stichworte : Baden, Kartoffel, Neuenburg  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus dem Kochbuch der Hirschenwirtin  
: : Folge 116, vom 12. Oktober 1994 und  
: : Folge 117, vom 26. Oktober 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffelpüree  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

600 g Salzkartoffeln (mehlig  
-kochende Kartoffeln),  
3 tb Butter,  
1/2 l heiße Milch,  
Salz,  
Muskat

Die noch warmen Salzkartoffeln durch die Kartoffelpresse in einen Topf druecken. Nach und nach die heisse Milch darunter mischen. Die Butter beifuegen. Auf ganz kleinem Feuer (brennt gerne an!) mit dem Schneebesen schlagen bis das Pueree ganz weiss und schaumig ist. Mit Salz und Muskat abschmecken.

:Stichworte : Beilage, Kartoffel, Püree  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kartoffeln: Püree, Puffer und Salat  
: : Folge 185, vom 11. Januar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffelpuffer  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe



1 kg fest kochende Kartoffeln,  
30 g Mehl,  
2 Eier,  
1 Zwiebel,  
Salz,  
Öl

Kartoffeln schaelen und reiben. Auf einem Sieb abtropfen lassen. In einer Schuessel mit dem Mehl und den Eiern sowie mit der geriebenen Zwiebel und Salz verruehren.

Oel in der Pfanne erhitzen und mit einem Essloeffel Teighaeufchen hineingeben. Flach druecken und auf beiden Seiten knusprig braten. Die Kartoffelpuffer werden heiss serviert.

:Stichworte : Kartoffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kartoffeln: Püree, Puffer und Salat  
: : Folge 185, vom 11. Januar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffelpuffer (ab 13. Monat)  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

1.5 kg mittelgroße Kartoffeln  
-(mehlig kochend)  
2 tb Sauerrahm oder  
2 tb Naturjoghurt,  
Meersalz,  
1 Msp. Muskatnuss (frisch  
-gerieben), evtl.  
1 Ei  
1 tb Olivenöl  
4 tb Butter

Kartoffeln schaelen, waschen und mit einer feinen Rohkostreibe in feinste Raspeln schneiden. Sauerrahm oder Naturjoghurt sofort untermischen, damit die Kartoffelraspeln sich nicht verfaerben. Kartoffeln in ein Haarsieb geben und den Kartoffelsaft abtropfen lassen. Kartoffelmasse salzen, evtl. mit 1 Prise Muskatnuss wuerzen und ein Ei untermuehren. Etwas Olivenoel in einer Pfanne erhitzen, dann die Butter hinzufuegen. Aus 1 EL Kartoffelmasse flache Puffer portionsweise in 2 Pfannen verteilen und beidseitig etwa 10 Minuten goldgelb braten.

:Stichworte : Kartoffel, Kleinkind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Kost für kleine Feinschmecker  
: : Folge 181, vom 09, November 1997  
: : aus dem Buch von Monika Arndt: Das Baby-Kochbuch,  
: : gesunde Ernährung für Ihr Kind, dtv 36536 entnommen.  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffelpuffer mit Käse  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg fest kochende Kartoffeln,  
30 g Mehl,  
2 Eier,  
1 Zwiebel,  
Salz,  
Öl,  
200 g Reibekäse, ca.

Kartoffeln schaelen und reiben. Auf einem Sieb abtropfen lassen. In einer Schuessel mit dem Mehl und den Eiern sowie mit der geriebenen Zwiebel, Salz und dem geriebenen Kaese verruehren. Oel in der Pfanne erhitzen und mit einem Essloeffel Teighaeufchen hineingeben. Flach druecken, auf beiden Seiten knusprig braten und heiss servieren.

:Stichworte : Käse, Kartoffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kartoffeln: Püree, Puffer und Salat  
: : Folge 185, vom 11. Januar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffelpuffer mit Räucherlachs  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg festkochende Kartoffeln,  
30 g Mehl,  
2 Eier,  
1 Zwiebel,  
Salz,  
Öl,  
Räucherlachs

Kartoffeln schaelen und reiben. Auf einem Sieb abtropfen lassen. In einer Schuessel mit dem Mehl und den Eiern sowie mit der geriebenen Zwiebel und Salz verruehren. Oel in der Pfanne erhitzen und mit einem Essloeffel Teighaeufchen hineingeben. Flach druecken und auf beiden Seiten knusprig braten.

Auf die fertig gebratenen Puffer jeweils eine Lachsscheibe legen und heiss servieren.

:Stichworte : Fisch, Kartoffel, Lachs  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kartoffeln: Püree, Puffer und Salat  
: : Folge 185, vom 11. Januar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffelsalat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg fest kochende Kartoffeln,  
1/8 l Fleischbrühe,  
5 tb Öl,  
3 tb Essig,  
1 ts Senf,

1 ts Salz,  
Muskat,  
schwarzer Pfeffer aus der  
-Mühle,  
1 Zwiebel

Kartoffeln mit Schale weich kochen, schaelen und in Blaettchen schneiden. Mit der Fleischbruehe begiessen und ca. 30 Minuten ziehen lassen. Zwiebel schaelen, klein schneiden und unter den Salat mischen. Essig, Senf, Salz, Pfeffer und Oel gut miteinander mischen und ueber den Salat geben.

:Stichworte : Kartoffel, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kartoffeln: Püree, Puffer und Salat  
: : Folge 185, vom 11. Januar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffelsalat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kartoffeln ("Mäusle"),  
1 c Fleischbrühe,  
1 c Olivenöl,  
3 tb Weinessig,  
1 tb feingehackte Kräuter  
-(Petersilie, Estragon und  
-Kerbel),  
1 tb roher Zwiebelsaft,  
1 tb französischer Senf,  
1 tb Zucker,  
Salz  
Pfeffer aus der Mühle

Kartoffeln werden gekocht. Wenn sie halb ausgekuehlt sind, werden sie geschaelt und in gleichmaessige, zwei Millimeter dicke Scheiben geschnitten. Einzel, damit sie nicht aneinander kleben, werden die Scheiben in die Salatsauce gegeben, die wie folgt hergestellt wird: Fleischbruehe, Olivenoel, Weinessig, Kraeuter, Zwiebelsaft, Senf, Zucker, Salz und Pfeffer gut miteinander vermischen. In einer halben Stunde saugen die Scheiben die Haelfte der Bruehe auf, erst dann kann das Ganze vermischt werden, ohne die einzelnen Scheiben zu zerstoeren.

:Stichworte : Kartoffel, Salat, Schwaben  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Schwaben  
: : Folge 135, vom 11. September 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffelsalat mit Mayonnaise  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg fest kochende Kartoffeln,  
1 Ei,  
1 ts milder Senf,  
150 ml Öl,  
1 ts Zitronensaft,  
Salz,  
Pfeffer

Kartoffeln mit der Schale weich kochen, schaelen und in Blaettchen schneiden. Das Ei hart kochen, schaelen, den Eidotter herausloesen, diesen mit einer Gabel fein zerdruecken, mit Senf verruehren. Oel anfangs tropfenweise zugeben, spaeter in feinem Faden zu einer Mayonnaise ruehren. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

:Stichworte : Kartoffel, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kartoffeln: Püree, Puffer und Salat  
: : Folge 185, vom 11. Januar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffelschnee (ab 6. Monat)  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Kartoffeln, (vorwiegend  
-mehlig kochend)  
1 ts Butter oder Maiskeimöl

Kartoffeln waschen und mit der Schale in einem kleinen Topf mit 200 ml Wasser zum Kochen bringen, dann die Kartoffeln zugedeckt bei schwacher Hitze in 20 bis 25 Minuten garen. Die heissen Kartoffeln schaelen und durch die Kartoffelpresse druecken, mit Butterfloekchen bedecken oder mit Maiskeimoel betraeufln. 50 g fuer das Kind sofort unter das Gemuese mischen.

:Stichworte : Kartoffel, Kleinkind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Kost für kleine Feinschmecker  
: : Folge 181, vom 09, November 1997  
: : aus dem Buch von Monika Arndt: Das Baby-Kochbuch,  
: : gesunde Ernährung für Ihr Kind, dtv 36536 entnommen.  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffelschnittchen  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kartoffeln,  
2 lg Zwiebeln,  
2 Eier,  
Salz,  
1 bn Petersilie (fein gehackt),  
Sonnenblumenöl

Die Kartoffeln schaelen, reiben und in einem Sieb abtropfen lassen, dabei das Kartoffelmehl auffangen. Die Fluessigkeit weggiessen. Die Zwiebeln ebenfalls schaelen und fein reiben und unter die Kartoffelmasse mischen. Das aufgefangene Kartoffelmehl, Eier und Petersilie unterruehren. Mit Salz abschmecken.

Das Sonnenblumenoel in einer Pfanne heiss werden lassen. Die Kartoffelmasse loeffelweise in das Oel geben, flach druecken und von beiden Seiten backen. Auf einem Sieb abtropfen lassen und heiss zu Suppe oder Apfelkompott servieren.

:Stichworte : Kartoffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Aus der Kueche einer alten Stadt: Trier  
: : Folge 109, vom 25.05.1994  
: : von Kathrin Ruegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffelsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kartoffeln,  
1 1/2 l Fleischbruehe,  
6 Eigelbe,  
6 tb Sauerrahm,  
Muskat,  
2 trockene Broetchen,  
20 g Butterschmalz

Kartoffeln schaelen und wuerfeln. In der Fleischbruehe zum Kochen bringen und weich kochen. Durch ein Sieb passieren und in die Bruehe zurueckgeben. Wenn die Suppe nicht mehr kocht, die Eigelbe mit Sauerrahm verruehren und vorsichtig unter die Suppe ziehen, mit Muskat abschmecken. Die trockenen Broetchen in duenne Scheiben schneiden und in

Butterschmalz roesten. Vor dem Anrichten in die Suppenteller legen und Suppe daruebergiessen. Dazu gibt es Zwetschgenkuchen nach Buehler Art.

:Stichworte : Kartoffel, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 92, Zwetschgen und Meerrettich  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kartoffelsuppe nach Emmentaler Art

Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 6 Personen

1 kg Kartoffeln,  
1 Zwiebel,  
2 tb eingesottene Butter,  
2 Lauchstängel,  
2 Karotten,  
1 1/2 l Bouillon,  
1 ts Mehl,  
3 tb Rahm,  
1 tb frisch gehackter Majoran,  
2 tb gehackte Petersilie,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskatnuss,  
1 Essig

Zwiebel hacken, in Butter hellgelb duensten. Kartoffeln schaelen und wuerfeln. Lauch und Karotten schaelen und klein schneiden. Mit den Kartoffeln zugeben, 1-2 Minuten mitduensten. Mit Bouillon auffuellen und 30 Minuten kochen. Durch das Passevite treiben. Mehl mit Rahm gut verklopfen. Zusammen mit Majoran und Petersilie zugeben. 10 Minuten unter gelegentlichem Ruehren auf kleinem Feuer kochen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss wuerzen. Vor dem Anrichten einen kleinen Schuss Essig beifuegen. Dazu nach Belieben geroestete Brotwuerfel servieren oder fein gescheibelten Emmentaler Kaese in die Suppenteller legen und die heisse Suppe darueber giessen.

(Kaltenbach: Aechti Schwizer Chuchi, Hallwag-Verlag)

:Stichworte : Emmental, Kartoffel, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Emmental (II)  
: : Folge 128, vom 26. April 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kassler in Malzbier geschmort  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kassler am Stück,  
1/2 l Malzbier,  
200 g zerkleinertes Dörrobst,  
etwas Zitronenschale und -  
-saft,  
1 Knoblauchzehe,  
etwas Kümmel,  
etwas Koriander,  
Salz,  
150 g geriebenes Schwarzbrot

Kassler mit dem Malzbier in einen Schmortopf geben und 1 1/2 Stunden im geschlossenen Topf bei 150 Grad im Ofen schmoren. Kassler aus dem Sud nehmen und warmstellen.

Die Sauce mit den restlichen Zutaten, bis auf das Doerrobst, aufkochen.

Zum Schluss das Doerrobst hinzugeben und noch 5 Minuten in der Sauce ziehen lassen.

Kassler aufschneiden, auf einer vorgewaermten Platte anrichten und zusammen mit der Sauce servieren.

:Stichworte : Bier, Fleisch, Kasseler, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Bier  
: : Folge 060, vom 12. April 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kastanien mit Speck  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kastanien,  
von Schalen und  
-überflüssigen Häutchen  
-befreit  
1 ts Salz,  
1 pn Pfeffer,  
1 tb Fenchel- oder Anissamen,  
100 g Rauchspeck

Die Kastanien mit Wasser bedecken. Die uebrigen Zutaten zusammen mit dem feingewuerfelten Speck hinzufuegen und leise koecheln lassen bis die Kastanien weich sind. Nach Bedarf etwas Wasser hinzufuegen, da die Kastanien viel Fluessigkeit aufnehmen.

:Stichworte : Kastanie  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kastanien  
: : Folge 056 vom 23. November 1990  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kastanien mit Zwiebeln  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g frische Kastanien oder  
2 Handvoll getrocknete  
-Kastanien  
Salz,  
Butter,  
1 Zwiebel,  
Mehl,  
2 dl Rotwein

Die Kastanien schaelen und von den Haeutchen befreien. Gedoerrte Kastanien zuvor ueber Nacht einweichen. Kastanien knapp mit Salzwasser bedecken und weichkochen.

Die feingeschnittene Zwiebel in Butter angehen lassen, Mehl hinzufuegen und gelb roesten. Mit Wein abloeschen.

Die weichgekochten Kastanien in die Mehlschwitze geben und alles gut miteinander vermengen.

:Stichworte : Beilage, Kastanie  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kastanien  
: : Folge 056 vom 23. November 1990  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kastanien-Kroketten (Crocchette di castagne)  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g geschälte Kastanien,  
5 dl Vanillemilch,  
100 g Zucker,  
50 g Butter,  
3 Eigelb,  
Öl oder Fett zum Ausbacken

Die geschaelten Kastanien waehrend 2 Minuten in der Vanillemilch kochen. Passieren. Butter beifuegen sowie den Zucker und die drei Eigelb. Die Mischung auf dem Feuer etwas eindampfen lassen. Abkuehlen lassen und Kugeln formen. Im kochenden Oel backen.

Mit einer suessen Sauce, mit Konfituere oder mit Sirup, der mit etwas Rum versetzt ist, servieren.

:Stichworte : Kastanie, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kastanien  
: : Folge 056 vom 23. November 1990  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kastanienauflauf  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g gekochte, geschälte  
-Kastanien,  
40 g Weckmehl,  
2 tb Rum,  
80 g Butter,  
80 g Zucker,  
2 Eigelb,  
2 Eischnee,  
Butter und Weckmehl für die



-Form

Butter, Eigelb und Zucker schaumig rühren. Kastanien puerieren, mit Rum betraefeln und mit Weckmehl zu der Schaummasse geben; Eischnee vorsichtig unterziehen und die Masse in eine gebutterte, mit Weckmehl ausgestreute Form geben; im Backofen 40 Minuten bei ca. 180 Grad backen. Den warmen Auflauf serviert man mit kalter Weinsosse.

:Stichworte : Auflauf, Kastanie, Pfalz, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
:  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kastanienklösschen  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

20 g getrocknete Kastanien oder  
6 bis 8 El Kastanienpüree,  
1 feingehackte Zwiebel,  
2 gepresste Knoblauchzehen,  
1 tb Butter,  
100 g Mehl,  
2 Eier,  
1 tb Salz,  
Pfeffer

MMMMM-----Sauce:-----

1 Zwiebel,  
200 ml Bouillon,  
Sahne zum Verfeinern,  
150 g geriebener Parmesan,  
40 g Butterfett,  
Petersilie

Falls kein Kastanienpueree vorhanden ist, getrocknete Kastanien wie im Rezept Kastaniensuppe beschrieben verarbeiten.

Zubereitung:

Die feingehackte Zwiebel und die gepressten Knoblauchzehen in Butter andaempfen. In eine Schuessel Kastanienpueree und die gedaempfte Zwiebel-Knoblauch-Mischung geben, dann das Mehl darueberstreuen und alles gut vermischen. Eier dazugeben und mit Salz und Pfeffer wuerzen. Von diesem Teig mit zwei Teeloeffeln Kloesschen ausstechen und in siedendes Salzwasser geben. Wenn die Kloesschen an die Oberflaeche steigen, sollten sie noch ein wenig ziehen, dann aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und auf einer heissen Servierplatte warmstellen.

Sauce: In heissem Butterfett die in Scheiben geschnittene Zwiebel andaempfen. Wenn sie schoen glasig sind, unter staendigem Ruehren mit Bouillon abloeschen. Dann den Kaese hineinruehren und aufkochen lassen. Zum Schluss mit Sahne verfeinern und ueber die Kastanienkloesschen geben. Vor dem Servieren mit Petersilie bestreuen.

:Stichworte : Bergell, Italien, Kastanie, Kloß  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
:  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kastanienparfait  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

3 Eier,  
1/4 l Sahne,  
6 tb Zucker,  
400 g Kastanien

Kastanien kochen, zerkleinern und in 3 EL Zucker karamellisieren.

Eigelb mit dem restlichen Zucker schaumig rühren. Eiweiss zu Schnee und Sahne steif schlagen. Eigelb mit den Kastanien mischen, Sahne und Eiweiss darunter heben und in eine Parfaitform oder Kastenform füllen und ueber Nacht in den Tiefkuehler stellen. Vor dem Servieren in Scheiben schneiden und auf Dessertteller mit Obst anrichten.

:Stichworte : Dessert, Kastanie, Parfait  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Alpenkräuter  
: : Folge 260, vom 12. August 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kastaniensuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

5 tb Kastanienpüree(kann auch  
-schon gesüßt sein)  
oder frische, getrocknete  
-oder vorgekochte Kastanien  
(siehe Zubereitung)  
1 tb Pfeffer, grob gemahlener  
-schwarzer  
1 tb Butter,  
1/2 l Hühner- oder Gemüsebrühe,  
1/4 l Sahne,  
12 Maronen, geschält  
Basilikum, frisch  
-geschnitten  
1 pn Salz,  
Zucker nach Belieben  
(falls das fertige Püree  
-bereits gesüßt ist,  
fällt der Zucker natürlich  
-weg)

Wenn kein Kastanienpuereee erhaeltlich ist, kann es wie folgt hergestellt werden:

Getrocknete Kastanien ueber Nacht einweichen (Einweichwasser wiederholt wechseln), am naechsten Morgen abschuetten und in Salzwasser ca. 10

Minuten weichkochen. Dann mit dem Mixstab puerieren und durch ein Haarsieb streichen  
Es gibt im Handel auch vakuumverpackte, vorgekochte Kastanien. Diese werden in der Kuechenmaschine pueriert und ebenfalls durch das Haarsieb gestrichen  
hat man frische Kastanien zur Verfuegung, so werden sie geschaelt (braune Schale und bittere Haut), weichgekocht und wie oben behandelt  
genauso verfaehrt man mit tiefgefrorenen rohen Kastanien.

Zubereitung der Kastaniensuppe:  
Die Butter schmelzen und den gemahlene Pfeffer darin angehen lassen. Mit der Bruehe abloeschen. Das Kastanienpueree dazugeben. Zusammen mit Zucker (siehe Zutaten) und einer Prise Salz ungefaehr 10 bis 12 Minuten koecheln lassen.

Die geschaelten Maronen in Salzwasser ca. 10 Minuten kochen. Davon in jede Suppentasse 3 Stueck legen. Die Suppe mit Sahne verfeinern und in die vorbereiteten Suppentassen verteilen. Vor dem Servieren Basilikumblaetter darueberstreuen.

:Stichworte : Bergell, Italien, Kastanie, Kastanienpueree, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 216, Kochen wie im Bergell  
:Notizen (\*\*): Aufbereitet von Lothar Schaefler

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kataifi (Suessspeise mit Nuesse und Sirup)  
Categories: Dessert, Suessspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 c grob geriebene Nuesse,  
1 ts Zimtpulver,  
1/2 kg Kataifi-Teig  
(es handelt sich um  
-Teigfaeden,  
die man in griechischen  
-oder tuerkischen Geschaeften  
-fertig kaufen kann),  
1 c Butter

MMMMM-----Sirup:-----

4 Tassen Zucker,  
1 sl Zitrone,  
2 1/2 Tassen Wasser,  
1 Stange Zimt

Eine Portion vom Kataifi-Teig nehmen und auflockern zu einem duennen Teigstreifen von ca. 10 cm breit und ca. 20 cm lang. Nuesse und Zimt drueberstreuen und aufrollen von der Groesse einer Roulade. Die abstehenden Faeden abschneiden. Die Rollen in eine ausgebutterte Form setzen und mit zerlassener Butter uebergiessen. Bei mittlerer Hitze ca. 30 Minuten backen. Fuer den Sirup den Zucker mit Wasser, Zitronenscheibe und Zimt 5 bis 10 Minuten lang kochen. Wenn die Kataifi-Rollen eine schoene goldbraune Farbe angenommen haben, mit dem lauwarmen Sirup uebergiessen, bedecken und 30 Minuten lang ziehen lassen.

Rezepte nach Hotel Amathus

:Stichworte : Süßspeise, Zypern  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie auf Zypern  
: : Folge 175, vom 6. Juli 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sl: Scheib.  
c: Tasse  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kathrins Mayonnaise mit gekochtem Eigelb  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Sauce-----

1 Eigelb  
1 ts Senf  
1 dl Sonnenblumen- oder  
-Olivenöl, evtl. meh  
1 ts Weinessig oder Zitronensaft  
Salz  
Pfeffer  
eventuell Cayennepfeffer

Das Eigelb mit dem Senf verruehren. Das oel tropfenweise zugeben, dabei die Masse staendig mit einem Kaffeeloeffel schlagen. Wenn sich die Quantitaet verdoppelt hat, kann die oelzugabe kaffeeloeffelweise erfolgen. Mit einem Eigelb kann man bis zu 3 dl Mayonnaise machen. Ist die gewuenschte Quantitaet erreicht, gibt man den Essig und die Gewuerze bei. Nochmals gut umruehren.

:Stichworte : Ei, Mayonnaise  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 211, Die Sendung vom Ei  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kathrins Spezialrisotto  
Categories: Reisgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Arborio-Reis (Rundkornreis)  
1/2 kg Pelati (Tomaten aus der  
-Dose)  
1 tb Tomatenmark  
600 ml Hühnerbrühe  
300 g Thunfisch (im eigenen Saft,  
-auf keinen Fall in Öl)  
oder Schinkenstreifen  
1 tb Currypulver  
Salz  
Pfeffer  
1 gehackte Zwiebel

2 zerdrückte Knoblauchzehen  
etwas Olivenöl

Reis zusammen mit Zwiebel und Knoblauch im Oel andaempfen. Pelati, Tomatenmark, Huehnerbruehe, Curry, Salz und Pfeffer dazugeben. Zum Schluss Thunfisch oder Schinkenstreifen daruntermischen. Dieses in eine feuerfeste Form geben und fuer ca. 25 Minuten in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen stellen.

:Stichworte : Reis, Risotto  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 207, Die Sendung vom Reis  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kebab vom Bosporus - mit Lammfleisch und Gemüse gefüllte Paprika  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

5 tb Olivenöl,  
400 g Lammfleisch,  
2 sm in kleine Würfel  
-geschnittene Aube  
1 grob gehackte Zwiebel,  
Salz,  
Pfeffer,  
4 in Würfelchen geschnittene  
-Tomaten,  
50 g Pinienkerne,  
2 tb feingeschnittene  
-Pfefferminzblätter  
2 tb feingeschnittene  
-Thymianblätter,  
100 g blättrig geschnittene  
-Champignons,  
4 Paprikaschoten,  
vom Kerngehäuse befreit,  
4 Eigelb,  
100 g geriebener Hartkäse,  
z.B. Parmesan,  
1 Msp. Zimt

3 EL Olivenoel erhitzen. Lammfleisch, Auberginen, Zwiebel darin 1/2 Stunde auf grossem Feuer braten. Salzen und pfeffern.

Tomaten, Pinienkerne, Pfefferminz- und Thymianblaetter sowie die Champignons dazugeben.

Die Paprikaschoten in 2 EL Olivenoel ringsum ca. 5 Minuten anbraten, etwas auskuehlen lassen. Mit der Fleisch- Gemuesemasse fuellen.

Eigelb, Reibkaese und Zimt miteinander verruehren. Die gefuellten Schoten in eine geoelte Auflaufform stellen, die Ei- Kaese-Mischung darueber verteilen. Im auf 150 Grad vorgeheizten Backofen 1/4 Stunde ueberbacken.

:Stichworte : Fleisch, Lamm, Paprika, Türkei  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Lykien/Türkei  
: : Folge 174, vom 22. Juni 1997

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Keftedes mit Marulia (Hackfleischbällchen mit Kopfsalatgemüse)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Hackfleisch,  
3 sl Brot  
(in Milch eingeweicht),  
1 Zwiebel,  
1/2 kg Frühlingszwiebelchen,  
Dill,  
Petersilie,  
1 Kopfsalat,  
2 Eier,  
2 Zitronen,  
2 tb Butter,  
Olivenöl zum Braten,  
Salz,  
Pfeffer

In eine Schuessel Hackfleisch geben, das ausgedrueckte Brot, die kleingeschnittene Zwiebel, die gehackte Petersilie, Salz, Pfeffer, 2 EL Zitronensaft gut miteinander vermengen. Von diesem Teig kleine Baellchen (loeffelweise) formen, in Mehl waelzen und in heissem Olivenoel braten.

Fruehlingszwiebelchen putzen. Kopfsalat waschen und in ca. 2 cm lange Stuecke schneiden. In einem Topf Butter schmelzen, Fruehlingszwiebelchen darin glasig duensten. Kopfsalat dazugeben, salzen und pfeffern und zugedeckt ca. 1 Minute blanchieren lassen. Wasser aufgiessen. Zehn Minuten kochen lassen. Dann die Keftedes darauf anrichten. Eier verkleppern, Zitronensaft loeffelweise dazugeben sowie von der nicht zu heissen Bruehe, 1 Prise Salz, alles gut miteinander vermischen und ueber die Keftedes geben. Vor dem Servieren mit Petersilie bestreuen.

(Rueegg/Feisst: "Grossmutter's Mittelmeerkueche - Kochen wie im Urlaub", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Fleisch, Griechenland, Hack, Mittelmeer, Peloponnes  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Peloponnes  
: : Folge 155, vom 11. September 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kehl (Grünkohl)  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte

Yield: 1 Keine Angabe

1 lg Kopf Kehl,  
Abkochwasser,  
Salz,  
1 tb Butterschmalz,  
1 gestr. EL Mehl,  
1 Zwiebel,  
Milch oder Fleischbrühe,  
4 lg Kartoffeln

Den Kehl zerlegen, waschen, in Salzwasser unter Zugabe von etwas Natron rasch weichkochen. Hierauf wird er abgeschuettet, abgeschreckt und ausgedrueckt. Den ausgedrueckten Kehl und die weichgekochten Salz- oder Pellkartoffeln im Fleischwolf durchdrehen. Nun bereitet man eine gelbe Mehlschwitze aus Butterschmalz, Mehl und feingeschnittener Zwiebel, gibt den Kehl mit den Kartoffeln dazu, wuerzt mit Salz und Muskatnuss, verduennt soviel wie noetig mit Fleischbruehe, ruehrt das Ganze durch und laesst es noch mal kurz aufkochen. Man kann den Kehl mit etwas Rahm noch verbessern. Dazu gibt es Rinder- oder Hasenbraten.

(Ursula Ress: Grossli's Kochrezepte, Rammersweier)

:Stichworte : Gemüse, Grünkohl, Kinzigtal, Kohl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kinzigtal I  
: : Folge 163, vom 08. Februar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kichererbsenbratlinge/Felafel

Categories: Vegetarisches, Vollwert

Yield: 1 Keine Angabe

500 g Kichererbsen,  
3/4 l Salzwasser,  
2 Knoblauchzehen, gehackt und  
-mit Salz zerquetscht,  
1 ts Galgant,  
1 ts Muskat,  
1 ts Kreuzkümmel,  
1 ts frische Petersilie,  
etwas Salz und Pfeffer,  
2 tb Semmelbrösel,  
3 tb Sonnenblumenöl

Die Kichererbsen ueber Nacht in Salzwasser einweichen, das Wasser wegschuetten und in der gleichen Menge frischem Wasser (ohne Salz) weich kochen. Kichererbsen, Kraeuter und Gewuerze durch den Wolf drehen, den Brei mit Semmelbroeseln vermischen, zu kleinen Kugeln formen. In heissem Oel goldbraun backen. Mit Galgant-, Meerrettich-, Muskat- oder Knoblauchsauce servieren.

(Dr.W.Strehlow: "Das Hildegard von Bingen Kochbuch", Heyne-Verlag)

:Stichworte : Fasten, Vollwertküche  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fastenkur nach Hildegard von Bingen  
: : Folge 145, vom 28. Februar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kichererbseneintopf

Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins

Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Auberginen,  
Salz,  
2 lg Zwiebeln,  
4 tb Olivenöl,  
2 Knoblauchzehen,  
1 cn Tomaten (etwa 400 g),  
100 g Kichererbsen,  
eingeweicht, gekocht und  
-abgetropft oder  
1 cn Kichererbsen (425 g),  
-abgetropft,  
frisch gemahlener schwarzer  
-Pfeffer

Die Auberginen in etwa 1 cm grosse Wuerfel schneiden, salzen und entwaessern. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Die Zwiebeln mit 2 EL Oel in einem Topf 10 Minuten duensten, dann herausnehmen, das restliche Oel und die Auberginen zugeben; braten, bis die Auberginen knusprig und leicht braun sind. Auf Kuechenkrepp abtropfen lassen. Die Auberginenmischung mit Knoblauch, Tomaten, Kichererbsen sowie Salz und Pfeffer in eine feuerfeste Form geben, zudecken und 40 bis 60 Minuten im Ofen backen. Mit Lorbeerblaettern garnieren.

(R. Elliot: "Das internationale vegetarische Kochbuch",  
Christian-Verlag)

:Stichworte : Aubergine, Eintopf, Kichererbse, Vegetarisch

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Exotisches Gemüse

: : Folge 148, vom 10. April 1996

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cn: Dose

tb: El.

lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kichererbsensuppe

Categories: Vorspeisen, Suppen

Yield: 1 Keine Angabe

250 g Kichererbsen,  
1 tb Natron,  
2 geriebene Zwiebeln,  
1 c Olivenöl,  
Salz,  
Zitronensaft,  
Wasser



Kichererbsen ueber Nacht in Salzwasser einweichen. Dann abtropfen lassen und in einem Topf mit so viel Wasser geben, dass sie gerade bedeckt sind. Natron dazugeben und einmal aufkochen lassen. Danach abseihen, kalt abspuelen und in heisses Wasser geben. Mit den Haenden die Kichererbsen reiben, so dass sie die Haeute verlieren.

In einem Topf das Oel heiss werden lassen und die geriebenen Zwiebeln darin daempfen. Die enthaeuteten Kichererbsen dazugeben und reichlich Wasser bedecken. Salzen. Die Kichererbsen weichkochen, dann Zitronensaft dazugeben und servieren. Wenn konservierte Kichererbsen (Dose) verwendet werden, entfaellt die Vorbereitungsprozedur.

(Feisst: "Was vor den Festtagen so gut schmeckt", Edition Sunnewirbeli)

:Stichworte : Kichererbse, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotisches Gemüse  
: : Folge 148, vom 10. April 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kilawin

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 1 Keine Angabe

300 g Schweinegulasch,  
3 tb Öl,  
1 feingeschnittene Zwiebel,  
2 zerdrückte Knoblauchzehen,  
1/2 ts feingehackter Ingwer,  
1/2 c Essig,  
2 Tassen Wasser,  
1 1/2 ts Salz,  
3 noch ziemlich grüne Bananen  
-in kleinen Würfeln,  
1/2 weißer Rettich in  
-streichholzdicken  
(ungefähr 1 1/2 Tassen),  
2 tb Sojasauce,  
1 tb Zucker,  
1 kräftige Prise aus der  
-Pfeffermühle,  
2 tb gehackte Petersilie

Das Oel erhitzen. Das Fleisch von allen Seiten anbraeunen, Zwiebel, Knoblauch und Ingwer zugeben und noch einige Minuten mitbraten lassen. Essig, Wasser und Salz zufuegen und 10 Minuten kochen lassen.

Die Petersilie fein hacken, zugeben und das Gericht auftragen.

:Stichworte : Banane, Exotisch, Fleisch, Frucht, Gulasch, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte I - Bananen und Ananas  
: : Folge 057, vom 11. Januar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
: : (aus: Das große Buch der Früchte, Südwest-Verlag)  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

c: Tasse

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kirn-Sulzbacher gefüllte Klees

Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte

Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Für den Kartoffelkloßteig:-----

750 g geriebene rohe Kartoffeln,

750 g geriebene gekochte  
-Kartoffeln (vom Vor  
etwas Mehl  
etwas Salz

MMMMM-----Füllung:-----

etwas Butter zum Anbraten,  
2 Stangen Lauch,  
1 sm Zwiebel,  
1 Brötchen,  
500 g Rinderhackfleisch,  
250 g Hausmacher Leberwurst,  
Salz,  
Pfeffer

Die Kirn-Sulzbacher Kloesse schmecken sehr pikant, denn sie werden mit Hackfleisch und Leberwurst gefüllt. Diese Kloesse sind so gross, dass ein Erwachsener von einem Kloss satt wird.

Die rohen geriebenen Kartoffeln werden in ein sauberes Kuechentuch gelegt und mit dem Tuch umschlossen. Dann wird das Kartoffelwasser herausgedrueckt. Die rohen Kartoffeln werden mit den gekochten geriebenen Kartoffeln vermengt. Das Ganze mit Salz wuerzen. Nun wird so viel Mehl daruntergeknetet, bis der Kartoffelteig nicht mehr an den Haenden klebt.

Lauch putzen, in schmale Streifen schneiden, Zwiebel schaelen, wuerfeln und mit der Butter in einer grossen Pfanne anduensten. Nun das in Wuerfel geschnittene Broetchen zusammen mit dem Hackfleisch kurz anbraten, zuletzt die Leberwurstmasse hinzufuegen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und das Ganze gut durchkochen.

Aus dem Kartoffelklossteig wird eine Kugel gerollt, die etwa viermal so gross ist wie ein gewoehnlicher kleiner Kloss.

Waehrend der Klossteig in der einen Hand liegt, wird mit der anderen Hand in die Mitte des Klosses eine Vertiefung gedrueckt. Nun wird ein 2 cm dicker Rand geformt, so dass der Kloss die Form einer Tasse bekommt. Jetzt die Fuellung in den Teig geben und ihn ueber der Fuellung zusammendruecken. Die Fuellung muss gut umschlossen sein, damit der Kloss beim Kochen nicht auseinander faellt. Die gefuellten Kloesse in einen grossen Topf mit sprudelnd heissem Salzwasser gleiten lassen, kurz aufwallen. Auf kleiner Flamme etwa 45 Minuten ziehen lassen. Tipp: Wenn der Teig an den Haenden klebt, sollte man zuvor die Haende kurz in Wasser tauchen. Ueber die fertigen Kloesse wird eine Sosse aus saurer Sahne mit Speckgriebchen gegeben.

(Christiane Becker: Die Hunsruecker Kueche, erschienen im Selbstverlag der Autorin, Bremen 1, Ostendorpstr. 9, Tel.: 0421/702550)

:Stichworte : Hunsrück, Kartoffel, Kloß

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwischen Schwenkbraten und Krommbiere-Wurst  
: : (Rezepte aus dem Hunsrück)  
: : Folge 118, vom 09. November 1994 und  
: : Folge 119, vom 23. November 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kiwi-Erdbeer-Gratin  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Kiwi,  
250 g Erdbeeren,  
3 Eigelb,  
3 tb Puderzucker,  
1 pk Vanillezucker,  
1 dl Rahm

Kiwi schaelen und in Scheiben schneiden, Erdbeeren vierteln. Beides in eine Gratinform schichten. Eigelb, Puder- und Vanillezucker in einer Schuessel im Wasserbad zu einer dicklichen Creme aufschlagen. Vom Feuer nehmen und noch einen Moment weiterschlagen bis die Creme abgekuehlt ist. Rahm steif schlagen und unter die Eicreme ziehen. Das Ganze ueber die Fruechte verteilen. Das Fruechtegratin sofort 1 fuer ca. 12 Minuten in den auf 220 Grad vorgeheizten Backofen geben. Wer moechte, kann vor dem Gratinieren noch eine Baisermasse darauf geben (Eischnee aus 3 Eiweiss schlagen und 1 EL Zucker mischen).

:Stichworte : Erdbeere, Gratin, Kiwi, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gratinieren  
: : Folge 165, vom 16. Februar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Klare Knochenbrühe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 2 Liter Brühe

1 kg Rinderknochen,  
3 Markknochen,  
1 Zwiebel,  
1 Lorbeerblatt,  
1 bn Suppengrün,  
1 Stückchen Zitronenschale,  
1 Stiel Liebstöckel,  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle,  
1 pn Piment

Die Knochen beim Kauf zerkleinern lassen. Halbierte, nicht geschaelte Zwiebel in der trockenen Pfanne oder auf der Herdplatte braeunen. Knochen, Lorbeer und Zwiebel mit 2 l kaltem Wasser bedecken und mindestens 1 Stunde leise kochen lassen.

Suppengruen putzen und zerkleinern. Das Gemuese zu den Knochen geben und 10 Minuten bei milder Hitze kochen. Zitronenschale und Liebstoeckel zufuegen und 5 Minuten in der Bruehe ziehen lassen.

Alles durch ein feines, mit einem Tuch ausgelegten Haarsieb giessen. Die Bruehe mit Salz, Pfeffer und Piment abschmecken und mit einer Einlage nach Wahl servieren oder die Bruehe anderweitig verwenden, vor allem als Basis fuer die Mehlsuppe.

:Stichworte : Brühe, Schweiz, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Basel  
: : Folge 214, vom 16. Mai 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kleftiko (Lammfleisch aus dem Ofen)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 6 Personen

12 Fleischstücke (pro Person  
-ungefähr 1/4 kg),  
Butter,  
12 lg Kartoffeln,  
12 Lorbeerblätter,  
Salz,  
Butterbrotpapier,  
Zeitungspapier,  
Alufolie

Waschen Sie das geschnittene Fleisch, lassen Sie es abtropfen und betrauefeln Sie es mit Zitronensaft. Die Kartoffeln werden geschaelt und halbiert. Zwischen die zwei Kartoffelhaelften gibt man etwas Salz, ein Lorbeerblatt und ein Stueck Fleisch. Das Ganze wird in ein leicht eingebuttertes Butterbrotpapier eingewickelt. Dieses wird mit Alufolie umwickelt. Dann kommt eine dicke Lage Zeitungspapier und zum Schluss wird die Kugel mit Alufolie umgeben.

Wenn alle Fleischstuecke und Kartoffeln verpackt sind, schichtet man sie in den auf hoechste Stufe vorgeheizten Backofen. Man schaltet auf 200 Grad und laesst das Kleftiko ca. 2 Stunden darin. (Krinos gibt die Kugeln in den sehr heiss vorgeheizten Brotbackofen, verschliesst ihn luftdicht mit Lehm und laesst das Kleftiko ebenfalls 2 Stunden garen.) Dann werden die Kugeln heraus genommen, ausgepackt und Fleisch und Kartoffeln getrennt in Schuesseln angerichtet. Salat gibt es dazu.  
Rezept nach Herrn Krinos

:Stichworte : Fleisch, Lamm, Zypern  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie auf Zypern  
: : Folge 175, vom 6. Juli 1997

: von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Klosterkarpfen  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 wildlebender Karpfen,  
Kräuter,  
Suppengemüse,  
Weißwein

Karpfen halbieren, jede Haelfte in 6 Tranchen schneiden, das Ganze mit Kraeutern, zerschnittenem Wurzelwerk und Weisswein (wie Siedfleisch) 3/4 Stunde leise simmern lassen. Dabei kocht sich das Fett des Fisches aus, er wird salmrosa und durchdrungen von Kraeuteraroma und Wein. Aber versuchen Sie ja nicht, das Gericht aus Zuchtkarpfen zu bereiten! Da werden Sie in puncto Farbe und Aroma Enttaeuschnungen erleben. Den Karpfen mit dem kleingeschnittenem Wurzelwerk servieren, zerlassene Butter und Nudeln dazu.

(Erna Horn: Koestliches aus alten Kloster- und Pfarrkuechen, Prisma-Verlag, Guetersloh 1983)

:Stichworte : Fisch, Karpfen, Süßwasser  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Oberschwaben  
: : Folge 163, vom 12. Dezember 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Knoblauchbrot  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

Stangenweißbrot,  
Butter,  
Knoblauch (klein gehackt)

Man schneidet ein franzoesisches Stangenweissbrot der Laenge nach auf, bestreicht die eine Haelfte mit einer Paste aus Butter und klein gehacktem Knoblauch nach Geschmack. Dann legt man die zweite Brothaelfte wieder darauf und schiebt das Brot fuer ca. fuenf Minuten in den heissen Backofen.

:Stichworte : Brot, Knoblauch, Weißbrot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Knoblauch, schützt nicht nur vor Vampiren  
: : Folge 187 vom 08. Februar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Knoblauchsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen

Yield: 1 Keine Angabe

6 Knoblauchzehen,  
50 g luftgetrockneter roher  
-Schinken,  
1 rote Paprika,  
Olivenöl,  
1 altbackenes Weißbrötchen,  
1 l Fleischbrühe,  
Salz,  
1 tb scharfes Paprikapulver,  
2 tb Sherry

Die Knoblauchzehen schaelen und grob hacken. Schinken in kleine Wuerfel schneiden, die Paprikaschote waschen, aufschneiden. Stielende und Kerne entfernen und ebenfalls klein schneiden. Etwas Olivenoel in einem Topf erhitzen und Knoblauch, Schinken und Paprika 10 Minuten daempfen, dann herausnehmen und beiseite stellen. Das Broetchen entrinden, in kleine Wuerfel schneiden und unter Ruehren und Wenden im verbliebenen Knoblauchoel goldbraun roesten. Rechtzeitig vom Herd nehmen. Die Bruehe zum Kochen bringen, Paprika, Schinken und Knoblauch beigeben und mit dem Mixstab puerieren. Mit Salz, Paprikapulver und einem Schuss Sherry abschmecken. Die Suppe auf vorgewaermte Teller geben und die geroesteten Brotwuerfel darueber streuen.

:Stichworte : Knoblauch, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Knoblauch, schützt nicht nur vor Vampiren  
: : Folge 187 vom 08. Februar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Köjlupf (gesalzener Gugelhupf)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 2 Kuchen

1 kg Mehl,  
30 g Backhefe,  
100 g Butter),  
30 g Zucker (für eine schöne  
-braune Farbe),  
1 pk Milch,  
5 g Salz  
(diese geringe Menge reicht  
-aus,  
die Speckwürfel sind  
-bereits gesalzen),  
2 Eier,  
200 g Räucherspeckwürfel,  
10 grob gehackte Walnüsse, ca.

Das Mehl in eine Schuessel geben. In eine Vertiefung den Zucker, die Eier und die zerbroeselte Hefe geben. Mit den Fingerspitzen leicht vermengen, ohne alles Mehl zu verwenden, 10 Minuten gehen lassen. Die Prise Salz und die Milch zugeben und verruehren. Die streichfeste Butter zufuegen und den Teig gruendlich durchkneten, um alles gut zu vermischen.

Die Gugelhupfformen einfetten, den Teig hineingeben und an einem warmen Ort etwa eineinhalb Stunden gehen lassen, bis er den oberen Rand der Form erreicht.

30 bis 40 Minuten bei 200 Grad C (Stufe 7) im Backofen backen. Aus der Form stuerzen. Der Gugelhupf wird beim Aperitif zu Wein, Bier, Cremant oder auch zu Champagner gereicht.

(Simone Morgenthaler, Ernest Wieser, Louis Fortmann: Die besten Rezepte aus dem Elsass, Edition DNA, Strassburg)

:Stichworte : Elsass, Gugelhupf, Herzhaft, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Elsass (II)  
: : Folge 132, vom 28. Juni 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Königsberger Klopse  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Fleischteig:-----

250 g gehacktes Schweinefleisch,  
250 g gehacktes Kalbfleisch,  
1 Eigelb,  
2 tb Butter,  
1 Zwiebel,  
2 sm eingeweichte, ausgedrückte  
-Brötchen,  
1 c Gemüse- oder Fleischbrühe,  
Salz,  
Pfeffer

MMMMM-----Sud:-----

3/4 l Brühe  
1 Zwiebel,  
5 Pfefferkörner

MMMMM-----Sauce:-----

2 tb Butter,  
2 tb Mehl,  
3/8 l Brühe,  
Zitronensaft,  
1 pk Weißwein,  
etwas Sauerrahm,  
1 Eigelb,  
Kapern,  
1 pn Zucker

Die Haelfte der Butter schmelzen und mit dem Hackfleisch und dem Eigelb mischen. Eine Zwiebel fein hacken, in der restlichen Butter daempfen und mit den ausgedrueckten Broetchen zur Hackfleischmasse geben. Unter Zugabe von Bruehe einen Klossteig herstellen. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Daraus 10 bis 12 Kloesse formen.

3/4 l Bruehe mit 1 Zwiebel und 5 Pfefferkoernern aufkochen und in der leise ziehenden Bruehe die Klopse in 10 bis 12 Minuten gar werden

lassen.

Die restliche Butter erhitzen und mit Mehl eine helle Mehlschwitze herstellen. Mit ca. 3/8 l Bruehe eine helle Sauce bereiten. Mit Zitronensaft, Weisswein und Sauerrahm abschmecken, mit Eigelb legieren und nach Geschmack Kapern und Zucker beifuegen.

:Stichworte : Fleisch, Hack, Halb, Ostpreußen, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Ostpreußen/Masuren  
: : Folge 257, vom 1. Juli 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.  
sm: klein.  
pn: Prise  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kohlrabi in Butter gedämpft  
Categories: Grundlagen, Informationen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Kohlrabi,  
viel Butter

Kohlrabi schaelen, in duenne Scheiben schneiden und in Butter daempfen. So wird der Eigengeschmack des Kohlrabis erhalten, desgleichen die Vitamine und die uebrigen Vitalstoffe.

:Stichworte : Gemüse, Grundlage, Kohlrabe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kohlrabi und Gurken  
: : Folge 237, vom 18. Juni 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kohlrabi in Sauerrahm  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Kohlrabi,  
Olivenöl,  
1 tb Mehl,  
1 c Sauerrahm,  
1 tb gehackte Petersilie,  
1 pn Zucker,  
Salz,  
Pfeffer

Kohlrabi schaelen, in 1/2 cm dicke Streifen schneiden, salzen, pfeffern und mit Zucker abschmecken. Im heissen Oel die Kohlrabi-Streifen zugedeckt duensten. Ab und zu umruehren. Wenn der Kohlrabi anzubrennen droht, ein wenig Wasser nachgiessen. Am Schluss sollte das Wasser verdampft sein. Dann die Kohlrabi-Streifen mit Mehl bestaeuben und mit Sauerrahm vermischen. Noch einmal kurz aufkochen lassen. Vor dem Servieren eventuell nachwuerzen und mit Petersilie bestreuen.



:Stichworte : Beilage, Gemüse, Kohlrabe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kohlrabi und Gurken  
: : Folge 237, vom 18. Juni 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kohlrabi nach der Art von Bergamo  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

3 Kohlrabi,  
Olivenöl,  
1 tb Zucker,  
Mehl,  
kaltes Wasser,  
1/2 pk Sahne,  
Salz

Im heissen Olivenoel Zucker karamellisieren. Den geschaelten und in Wuerfel geschnittenen Kohlrabi darin waelzen, mit Mehl bestaeuben und unter staendigem Ruehren Farbe annehmen lassen. Mit einem Glas kaltem Wasser abloeschen und zugedeckt 1 Stunde koecheln lassen. Bei Bedarf weiteres Wasser zufuegen. Nach 1 Stunde ein halbes Glas Sahne darunter mischen, noch einmal aufkochen lassen und heiss servieren.

:Stichworte : Beilage, Gemüse, Kohlrabe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kohlrabi und Gurken  
: : Folge 237, vom 18. Juni 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kohlrabi-Reis-Auflauf  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

3 Kohlrabi,  
1 c Arborio-Reis (italienischer  
-Risotto-Reis),  
3 tb Öl,  
1 c Wein,  
1 c Fleischbrühe,  
2 Tassen Sahne,  
1 tb gehackte Petersilie,  
1 c geriebener Käse,  
Salz,  
Pfeffer

Kohlrabi schaelen und in kleine Wuerfel schneiden. Im heissen Oel (2 EL) zugedeckt weich duensten. Dann erst salzen, pfeffern und mit Petersilie vermischen.

In heissem Oel (1 EL) den Reis glasig werden lassen und mit Wein abloeschen. Unter staendigem Ruehren nach und nach die Fleischbruehe zufuegen, so dass nach ca. 18 Minuten ein Risotto fertig ist.

In eine ausgefettete Auflaufform schichtweise Kohlrabi und Reis geben; die oberste Schicht sollte Kohlrabi sein.

Den Auflauf mit Sahne uebergiessen und mit dem Kaese bestreuen. In dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen ueberbacken bis der Kaese goldbraun ist.

:Stichworte : Auflauf, Kohlrabe, Reis  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kohlrabi und Gurken  
: : Folge 237, vom 18. Juni 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Korsische Osterküchlein  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 40 Stück

500 g Mehl,  
175 g Zucker,  
1/16 l Olivenöl,  
1/16 l Weißwein,  
2 tb Anisschnaps,  
1 pn Salz

MMMMM-----Zum Betreuen:-----  
2 tb Zucker

Mehl in eine Schuessel sieben, in die Mitte eine Mulde druecken. Zucker, Oel, Wein, Anisschnaps und Salz in die Vertiefung geben. Zucker mit den fluessigen Zutaten und Salz verruehren, dann alles zu einem glatten Teig kneten.

Backblech einfetten und mit etwas Mehl bestaeuben. Arbeitsflaeche mit Mehl bestaeuben und den Teig darauf 1/2 cm dick ausrollen. Aus der Teigplatte 40 Scheiben von etwa 8 cm Durchmesser ausstechen. Die Raender der Teigscheiben ringsum mit einem Messer einkerben, die Oberflaeche mit einer Gabel mehrfach einstechen und mit Zucker bestreuen.

Die Kuechlein werden auf ein eingefettetes und mit etwas Mehl bestaeubtes Backblech gelegt und auf mittlerer Schiene etwa 20 Minuten goldbraun gebacken. Danach auf ein Kuchengitter zum Auskuehlen geben. (v.d.Recke/Wolter: "Unser Backbuch Nr. 1", Graefe-Unzer-Verlag)

:Stichworte : Gebäck, Korsika, Ostern  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Osterbrote  
: : Folge 147, vom 27. März 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Korsischer Reis

Categories: Reisgerichte

Yield: 1 Keine Angabe

250 g Langkornreis,  
1 Bauernbratwurst  
(auf Korsika wird eine mit  
-Leber hergestellte  
-"Ficatellu" verwend  
200 g schwarze, entsteinte Oliven,  
3 tb Olivenöl,  
125 g Zwiebeln (fein gehackt),  
2 Knoblauchzehen (fein  
-gehackt),  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle

Im Olivenoel die Zwiebel 7 bis 8 Minuten auf kleinem Feuer duensten.  
Dabei ein- bis zweimal umruehren. Den Knoblauch und die Oliven  
dazugeben. Unter staendigem Ruehren den Reis hineinrieseln lassen. Die  
in Raedchen geschnittene Wurst dazugeben und gut unterheben.  
Wenn der Reis glasig ist und alles Fett aufgenommen hat, mit 1/2 l  
kochendem Wasser abloeschen, umruehren und 20 Minuten quellen lassen.  
Danach mit Salz und Pfeffer abschmecken und heiss servieren.

:Stichworte : Beilage, Korsika, Reis, Reisgericht  
:Notizen (\*) : Quelle: Kochen wie auf Korsika  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 238, vom 02. Juli 2000  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kräuter in Öl

Categories: Marmeladen, Eingemachtes

Yield: 1 Keine Angabe

Folgende Kraeuter eignen sich besonders zum Einlegen ganzer Zweige in  
Oel (am besten Oliven- oder Sonnenblumenoel):

Rosmarin(evtl. zusammen mit Knoblauch),  
Salbei (evt. zusammen mit Knoblauch)

Zubereitung:

Sie sehen zwar dekorativ aus, die Oelflaschen, in denen ein frischer  
Kraeuterzweig steckt, aber solange der Zweig nicht mehr ganz vom Oel  
bedeckt ist, beginnt er zu schimmeln. Dem kann man abhelfen, indem man  
immer wieder Oel zugiesst aber den Zweig nach drei Wochen "Einwirkzeit"  
entfernt. Falls man das Oel verschenken will, sollte man einen  
entsprechenden Vermerk machen. Wichtig: Die Kraeuter muessen vor dem  
Einlegen ganz trocken sein. Olivenoel oder Sonnenblumenoel eignen sich  
bestens.

Hier gib man einen oder zwei Zweige in huebsche Oelflaschen. Das Oel  
muss die Kraeuter ganz bedecken.

:Stichworte : Eingelegtes, Gewürz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Vorräte für den Winter  
: : Folge 177, vom 14. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kräuter-Käse-Brot  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

500 g Weizenmehl (Typ 405),  
1 pk Trockenhefe,  
1 ts Salz,  
frisch gemahlener Pfeffer,  
1/4 l lauwarmes Wasser

MMMMM-----Füllung:-----

1 Knoblauchzehen, evtl. mehr  
2 Zwiebeln (fein gehackt),  
-evtl. mehr  
1 tb Butter,  
1 Ei,  
100 g geriebener Hartkäse,  
5 tb gemischte Kräuter  
(Petersilie, Schnittlauch,  
-Dill, Kräuter der Provence)

MMMMM-----Glasur:-----

1 Eigelb,  
1 tb Wasser

Mehl in eine Rührschüssel geben, mit der Trockenhefe sorgfältig vermischen, Salz, Pfeffer und lauwarmes Wasser hinzufügen und mit dem elektrischen Handrührgerät (mit Knethaken) zunächst auf der niedrigsten, dann auf der höchsten Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig mit einem feuchten Tuch bedecken und an einem warmen Ort so lange gehen lassen, bis er etwa das doppelte Volumen hat.

In die zerlassene Butter Knoblauch pressen, die fein geschnittenen Zwiebeln dazugeben und andünsten lassen. Ei, Hartkäse und Kräuter unterrühren.

Den gegangenen Teig aus der Schüssel nehmen, nochmals gut durchkneten und auf einer mit Mehl bestäubten Tischplatte zu einem Rechteck (30 x 40 cm) ausrollen. Dieses mit Butter bestreichen und die Füllung darauf gleichmäßig verteilen. Die Längsseiten des Teiges etwas einschlagen, den Teig von den kürzeren Seiten her zur Mitte hin aufrollen und den Teig in eine gefettete Kastenform geben. Nochmals an einem warmen Ort gehen lassen.

Das Brot auf der oberen Seite, auf beiden Rollen, zick-zack-förmig etwa 1 cm tief einschneiden (nicht drücken).

Eigelb mit 1 EL Wasser verquirlen und den Teig damit bestreichen. Das Brot in dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen für 40 bis 50 Minuten backen.

:Stichworte : Brot, Buffet, Käse, Kräuter  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Partybuffet

: : Folge 101, vom 26. Januar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.  
pk: Pkg.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kräuter-Sahne-Sauce  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Zutaten Sahne-Sauce:-----

1 Zwiebel,  
1 Knoblauchzehen,  
2 tb Olivenöl,  
1/2 l Sahne,  
40 g Parmesankäse,  
Salz,  
Pfeffer,  
frisch gemahlene Muskatnuss,

MMMMM-----außerdem:-----

1/2 c feingehackte Kräuter  
(Basilikum,  
Thymian,  
Oregano,  
Petersilie)

Eine Sahne-Sauce bereiten (siehe Rezept). Dann die Kraeuter dazu geben und nochmals kurz erhitzen.

:Stichworte : Nudel, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 213, Die Sendung von den Nudeln  
:Notizen (\*\*): Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kräutercreme (z.B. als Crackerbelag)  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

100 g Butter, weiche  
1 tb Zitronensaft,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 Knoblauchzehe, zerdrückte  
1 tb Kräuter, gehackte, evtl.  
-mehr  
(Petersilie, Dill,  
-Basilikum etc.)

Butter und Zitronensaft schaumig rühren. Knoblauch und gehackte Kraeuter darunter mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Creme

auf die Cracker streichen. Kuehl servieren.  
:Stichworte : Buffet, Butter, Creme  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Butter  
: : Folge 232, vom 26. März 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kräuterkissen  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Kräutermischung:-----

Salbeiblätter,  
Anis,  
Thymian,  
Lavendel,  
etwas Teebaumöl

Mit einer Kraeutermischung aus Salbeiblaettern, Anis, Thymian und Lavendel, angereichert mit Teebaumoeel, wird das Kraeuterkissen gefueellt. Dieses legt man beim Schlafen unter das Kopfkissen. Durch die sanften Duefte entspannt sich Koerper und Geist waehrend der Nacht. Es wirkt bei Erkaeltung, Grippe, Schwaechezustaenden und Schwitzen.

:Stichworte : Kräuter, Nonfood  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Tröstende und heilende Düfte  
: : Folge 184, vom 23. Dezember 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kräuteromelett  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

6 Eier, frische, evtl. mehr

MMMMM-----pro Ei:-----

1 pn Salz und  
2 tb Wasser oder Milch  
40 g Butter,  
2 tb Petersilie, fein gehackte  
2 tb Schnittlauch, fein gehackte

MMMMM-----zum Garnieren-----

Petersilie

Eier, Salz und Wasser bzw. Milch gut verquirlen. Der Eiermasse unmittelbar vor dem Backen 2 bis 3 EL fein gehackte Petersilie und Schnittlauch beimischen. In einer Pfanne die Haelfte der Butter schmelzen. Die Eiermasse hineingiessen und etwas anbacken lassen, unter leichtem Bewegen der Pfanne und Hineinschieben des geronnenen Eies mit einem Schaeufelchen. Sobald nur noch die Oberflaeche feucht ist, das Omelett mit Hilfe des Schaeufelchens zur Haelfte ueberschlagen oder

aufrollen. Den Rest der Butter begeben, das Omelett auf der unteren Seite noch leicht braun backen. Das fertige Omelett sofort auf eine heiße Platte stürzen, mit etwas Petersilie garnieren und rasch auftragen.

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 163, vom 19, Januar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kräuterquark (ab 15. Monat)

Categories: Sonstiges

Yield: 1 Keine Angabe

100 g Magerquark  
1 ts Leinöl  
1 tb Sahne  
1 tb lauwarmes Wasser,  
1 ts gemischte Kräuter,  
(z.B. Petersilie,  
-Basilikum, Schnitt  
Meersalz

Magerquark mit Leinoel, Sahne und etwas lauwarmem Wasser cremig rühren.

Kraeuter waschen und fein hacken. Schnittlauch in feinste Röllchen schneiden. Die Kraeuter unter den angeruehrten Quark mischen, mit 1 Prise Meersalz wuerzen und als Brotbelag oder zu Pellkartoffeln reichen.

:Stichworte : Aufstrich, Kleinkind, Quark  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Kost für kleine Feinschmecker  
: : Folge 181, vom 09, November 1997  
: : aus dem Buch von Monika Arndt: Das Baby-Kochbuch,  
: : gesunde Ernährung für Ihr Kind, dtv 36536 entnommen.  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kräutersenf

Categories: Saucen, Marinaden

Yield: 1 Keine Angabe

1 Zwiebel,  
2 Knoblauchzehen,  
1 Lorbeerblatt,  
2 tb gerebelter Majoran,  
2 tb getrockneter Salbei,  
2 tb getrockneter Thymian,  
1 tb getrockneter Estragon,  
1/2 l Weißweinessig,

300 ml Wasser,  
3 tb Zucker,  
250 g gelbes Senfpulver,  
125 g dunkle Senfkörner,  
1/2 ts Nelkenpulver,  
1/2 ts Zimt,  
1/2 ts Korianderpulver

Zwiebeln schaelen und in Schnitze teilen, Knoblauch schaelen und vierteln und zusammen mit Lorbeerblatt, Majoran, Salbei, Thymian, Estragon in eine Schuessel geben (nicht aus Metall) und mit Weissweinessig uebergiessen. 2 bis 4 Tage zugedeckt an einem warmen Ort stehen lassen. Danach durch ein Tuch seihen. Wasser und Zucker aufkochen, koecheln lassen bis der Zucker aufgeloest ist und zum Kraeuteressig geben. Abkuehlen lassen. Senfpulver mit der Fluessigkeit zu einem Brei ruehren. Senfkoerner, Nelkenpulver, Zimt und Korianderpulver beigeben. In Schraubdeckelglaesern abfuellen. Kuehl aufbewahren. Vor Gebrauch 1 Monat lagern. (Senfkoerner und Senfpulver bekommt man in der Apotheke).

:Stichworte : Senf, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 161, Weihnachtsgeschenke aus der Küche  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Krautauf Lauf  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Weißkraut (ca. 1 kg),  
2 Zwiebeln,  
2 Knoblauchzehen,  
Salz,  
150 g Schinkenspeck oder  
-gekochter Schinken,  
2 tb Olivenöl,  
Pfeffer aus der Mühle,  
2 Eier,  
1/8 l Milch,  
2 tb Butter,  
2 tb Semmelbrösel

Kohl putzen, vierteln, waschen und bis auf den Strunk in feine Streifen schneiden. Zwiebeln schaelen, halbieren und ebenfalls in Scheiben schneiden. Geschaelten Knoblauch mit etwas Salz zerdruecken. Schinkenspeck oder gekochten Schinken in Streifen schneiden. In einer Kasserolle Oel erhitzen und die Zwiebeln darin anduensten. Die Speck- oder Schinkenstreifen und den zerdrueckten Knoblauch dazu geben, kurz anschmoren, aber nicht braeunen. Die Kohlstreifen untermischen, pfeffern und leicht salzen. Dann 20 Minuten bei geringer Hitze garen, dabei gelegentlich umruehren. Die Eier mit der Milch verquirlen. Einen irdenen Caquelon (Fonduetopf) oder eine feuerfeste Form ausbuttern. Das Kraut einschichten, mit der Eiermilch uebergiessen und Semmelbroesel darauf streuen. Im Backofen bei 160 Grad ca. 1 Stunde garen und sofort heiss servieren.

:Stichworte : Auflauf, Kohl, Weißkohl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste



: : Rotkraut - Weißkraut  
: : Folge 158, vom 20. Oktober 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Krautnudeln  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

280 g Bandnudeln,  
1 ts Salz,  
500 g Weißkraut,  
2 tb Butterfett,  
1 Knoblauchzehe (gepresst),  
5 tb Fleischbrühe

Die Nudeln in viel Salzwasser weich kochen.

Das Kraut fein hobeln. Im heissen Butterfett den Knoblauch glasig werden lassen. Das in feine Streifen geschnittene Kraut dazugeben und einige Minuten daempfen. Mit Fleischbruehe abloeschen und weiter duensten (ca. 20 Minuten bei starker Hitze) bis das Kraut goldbraun gebraten ist. Die abgetropften Nudeln beigeben. Alles gut miteinander vermischen.

:Stichworte : Bandnudel, Kohl, Kraut, Nudel, Weißkohl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kraichgau II  
: : Folge 107, vom 27. April 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Krautsalat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Weißkraut,  
1 ts Salz,  
1 ts Kümmel,  
1 sm geschnittene Zwiebel,  
1 pn Pfeffer,  
2 tb Essig,  
4 tb Wasser,  
100 g Speckwürfel

Das Kraut putzen und ganz fein hobeln, mit Salz bestreuen und mit einem schweren Gegenstand stampfen. Kurze Zeit beiseite stellen. Der Essig wird mit dem Wasser erhitzt und ueber das Kraut gegossen. In einer Pfanne die Speckwuerfelchen roesten und noch warm ueber dem Salat verteilen. Mit Pfeffer und Kuemmel abschmecken und eventuell noch nachsalzen.

:Stichworte : Bayern, Kohl, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Oberpfalz  
: : Folge 236, vom 04. Juni 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Krautsalat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Weißkraut,  
1 ts Salz,  
1 ts Kümmel,  
50 g Speck,  
4 tb Essig

Das Kraut feinnudelig aufschneiden, mit Salz und Kuemmel gut durchmischen. Den Speck in kleine Wuerfel schneiden, anbraten, den Essig dazugeben. Heiss ueber das Kraut giessen und gut vermengen.

:Stichworte : Kohl, Kraut, Salat, Tirol  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Tirol  
: : Folge 249 vom 11. Februar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Krautsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Weißkraut,  
4 mittelgroße Kartoffeln,  
100 g geräucherter Speck (in  
-feine Würfel geschnitte  
Salz,  
Pfeffer,  
1 1/2 l Wasser

Die gewaschenen Krautblaetter in 2 cm breite und 5 cm lange Streifen schneiden. Das Wasser salzen, aufkochen, das Kraut beigegeben, ca. 30 Minuten kochen. Unterdessen die Kartoffeln schaelen, wuerfeln, dann beigegeben. Weitere 30 Minuten kochen.

Den Speck in einer Bratpfanne knusprig braten. Vor dem Anrichten der Suppe in jeden Teller 1 EL Speckwuerfelchen geben und heisse Suppe darueber giessen.

:Stichworte : Kohl, Kraut, Suppe, Weißkohl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kraichgau II  
: : Folge 107, vom 27. April 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Krautwickel  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Weißkraut,  
1 ts Salz,  
2 Brötchen,  
2 tb Butterfett,  
1 Zwiebel (fein gehackt),  
250 g Hackfleisch,  
1 Ei,  
Pfeffer,  
Salz,  
Muskatnuss,  
1/2 l Fleischbrühe,  
50 g Butter  
Zubereitung:  
Brötchen in feine Würfel  
-schneiden und mit Wasser  
-bedecken bis sie weich si  
Den von den äußeren  
-Blättern befreiten Kohlkopf  
-in kochendem Salzwasser 15  
-Minut  
Die Zwiebel im Butterfett  
-dämpfen. Die eingeweichten  
-Brötchen ausdrücken und mit  
Hackfleisch und dem Ei  
-vermischen. Mit Salz,  
-Pfeffer und Muskatnuss  
-abschmecken.  
Vom Kohlkopf die einzelnen  
-Blätter lösen. Eventuell am  
-untersten Blattstiel den  
jedes Blatt 1 EL  
-Fleischmasse geben, die  
-seitlichen Blatt-Teile  
-darüber legen un  
eine ausgefettete  
-Auflaufform geben.  
-Fleischbrühe dazugießen.  
-Butterflocken dara  
20 Minuten in den auf 200 Grad  
-vorgeheizten Backofen  
-stellen, dabei alle 5  
-Minuten  
Eventuell noch etwa  
-Fleischbrühe dazugeb

:Stichworte : Hack, Kohl, Kraut, Weißkohl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kraichgau II

: : Folge 107, vom 27. April 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Krebse in Gemüsesud

Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte

Yield: 1 Keine Angabe

1 1/2 kg Flusskrebse,  
1 l Wasser,  
1 l Weißwein,  
1 sm Stange Lauch,  
1/4 Sellerie,  
5 Schalotten,  
1 Tomate,  
5 Lorbeerblätter,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 sm Bund Petersilie

Wasser, Weisswein, Salz, Pfeffer und Lorbeerblaetter in einem Topf zum Kochen bringen. Das Gemuese und die Schalotten putzen, in feine Streifen schneiden und in den kochenden Sud geben. Die Krebse ebenfalls dazugeben und mit geschlossenem Deckel einmal aufkochen, danach ohne Deckel 3 bis 4 Minuten bei schwacher Hitze koecheln lassen. Die Krebse herausnehmen und vorsichtig ausbrechen. Den Sud abschmecken.

:Stichworte : Krebs

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Die Sendung vom Lachs

: : Folge 226, vom 10. September 2000

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer

:Notizen (\*\*\*) : Rezept vom Schwarzen Adler, Oberbergen

MMMMM

Legende:

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kressesalat mit Äpfel und Radieschen

Categories: Salate

Yield: 1 Keine Angabe

200 g Kresse  
2 Äpfel (z. B. "Golden  
-Delicious")  
2 bn Radieschen  
50 g Mandeln  
2 Zitronen, Saft von  
5 tb Sahne  
Salz  
Pfeffer

Aepfel schaelen, vom Kerngehaeuse befreien und in Wuerfelchen schneiden. Radieschen in Scheiben schneiden.

Mandeln schaelen und grob hacken. Kresse, Apfelwuerfel, Radieschenscheiben in eine Schuessel geben.

Mandeln darueber streuen. Zitronensaft mit Sahne vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und ueber den Salat giessen.

:Stichworte : Apfel, Kresse, Radieschen, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
:  
: : Kochen und Backen mit Äpfeln  
:  
: : Folge 198, vom 13. September 1998  
:  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kroketten aus Hühnerfleisch  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 gekochtes Huhn,  
1 Karotte,  
1 Stück Lauch,  
1 Zwiebel,  
100 g Champignons,  
100 g Speck,  
1 pk Weißwein,  
3 tb helle Einbrenne  
(Butter schmelzen, Weißmehl  
-dazugeben,  
gut vermischen und mit  
-Hühnerbrühe ablöschen),  
2 Eier,  
Semmelbrösel und Fett zum  
-Ausbacken

Das ausgeloeste Fleisch eines gekochten Huhns in ganz kleine Stuecke schneiden.

Ganz fein geschnittener Speck in einer Pfanne auslassen und das ebenfalls ganz feingeschnittene Gemuese darin anbraten. Mit Weisswein abloeschen und die helle Einbrenne zugeben. Huehnerfleisch, Eier, eventl. Semmelbroesel druntermischen, so dass ein fester Teig entsteht, aus dem Kroketten geformt werden koennen.

Die Kroketten in Semmelbroesel waelzen und im schwimmenden Fett ausbacken. Auf Kuechenpapier entfetten.

(Johann Rottenhoefer, "Anweisung in der feinen Kochkunst", Verlag Lothar Borowsky

:Stichworte : Beilage, Fettgebackenes, Geflügel, Krokette  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
:  
: : Fettgebackenes  
:  
: : Folge 144, vom 14. Februar 1996  
:  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kroketten aus Kalbfleisch  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Kalbsbraten (Reste),  
Butter,  
1 tb Mehl,  
1 sm Zwiebel,  
Petersilie,  
Fleischbrühe,  
4 Eigelb,  
Saft einer Zitrone,  
Semmelbrösel und Fett zum  
-Ausbacken

Butter in einer Kasserolle schmelzen lassen, Mehl darueberstaeuben,  
nebst der feingeschnittenen Zwiebel und Petersilie und einige Minuten  
roesten lassen. Mit Fleischbruehe abloeschen bis eine dickfluessige  
Sosse entsteht. Dann Eigelb darunter mischen, mit Zitronensaft und  
eventl. Salz abschmecken.

Das ganz fein geschnittene Kalbfleisch dazugeben, gut vermischen, so  
dass ein dicker Hascheebrei entsteht.

Auskuehlen lassen. Danach werden Baellchen oder Wuerstchen geformt, in  
Semmelbroesel gewaelzt und im schwimmenden Fett ausgebacken.

(Johann Rottenhoefer, "Anweisung in der feinen Kochkunst", Verlag  
Lothar Borowsky

:Stichworte : Beilage, Fettgebackenes, Fleisch, Kalb, Krokette  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fettgebackenes  
: : Folge 144, vom 14. Februar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kroketten von Reis auf italienische Art  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

280 g Rundkornreis,  
1 Zwiebel besteckt mit 2  
-Gewürznelken,  
Hühnerbrühe (doppelte  
-Volumenmenge des Reise  
Salz,  
6 tb helle Einbrenne, ca.  
(Butter schmelzen, Weißmehl  
-dazugeben,  
vermischen und mit  
-Hühnerbrühe ablösch  
100 g geriebener Parmesan,  
Muskatnuss,  
2 Eier,  
Paniermehl

Reis wird in Huehnerbruehe gekocht und abtropfen lassen, helle

Einbrenne, Parmesan und Eier dazugeben, mit Muskatnuss wuerzen. Aus dem Teig Krokette formen, in Paniermehl waelzen und im heissen Fett ausbacken.

(Johann Rottenhoefer, "Anweisung in der feinen Kochkunst", Verlag Lothar Borowsky

:Stichworte : Beilage, Fettgebackenes, Krokette, Reis  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fettgebackenes  
: : Folge 144, vom 14. Februar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Krommbierekuche (Kartoffelkuchen)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

375 g kalte, gekochte Kartoffeln,  
125 g gemahlene Haselnusskerne,  
3 Eier,  
250 g Zucker,  
100 g Mehl,  
1 ts Backpulver,  
1 Msp. gemahlene Nelken,  
1 ts Zimt,  
75 g Zitronat in Würfel,  
1 unbehandelte Zitrone,  
2 tb Butter,  
2 tb Paniermehl

MMMMM-----Guss:-----

200 g Puderzucker,  
1 Eiweiß,  
1 ts Zitronensaft,  
1 tb Arrak

Kartoffeln durch eine Presse druecken, Eier trennen, Eigelb und Zucker ca. 15 Minuten hellschaumig aufschlagen.  
Mehl, Backpulver, Nelken und Zimt in ein Sieb geben und ueber die Eischaummasse sieben. Zitronenschale abreiben und unterruehren. Eiweiss sehr steif schlagen und zusammen mit den Kartoffeln, Haselnuessen und Zitronat unter die Eischaummasse heben. Eine Springform (26 cm Durchmesser) duenn mit Fett austreichen, mit Paniermehl austreuen, Kartoffelmasse hineinfuellen und glattstreichen. In den Backofen bei 200 Grad C schieben und 45 bis 60 Minuten backen. Den Kuchen aus der Form loesen, abkuehlen lassen. Fuer den Guss: Puderzucker und Eiweiss kraeftig durchschlagen, Zitronensaft und Arrak unterruehren. Den Guss auf den Kuchen giessen und glattstreichen.

(Heimatrezepte aus Omas Kueche, Werbegemeinschaften Idar-Oberstein)

:Stichworte : Hunsrück, Kartoffel, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwischen Schwenkbraten und Krommbiere-Wurst  
: : (Rezepte aus dem Hunsrück)  
: : Folge 118, vom 09. November 1994 und  
: : Folge 119, vom 23. November 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Krommbierewurst (Kartoffelwurst)

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 1 Keine Angabe

2 kg rohe Kartoffeln,  
1/2 kg Zwiebeln,  
1/2 kg Schweinebauch,  
300 g Rindersuppenfleisch,  
250 g Dörrfleisch,  
Pfeffer,  
Salz,  
Muskat,  
Majoran,  
Thymian,  
Bohnenkraut

Die geschaelten Kartoffeln und Zwiebeln durch die mittlere Scheibe des Fleischwolfes drehen. Den Schweinebauch, das Rindersuppenfleisch und das Doerrfleisch abkochen und ebenfalls durch die mittlere Scheibe des Fleischwolfes drehen. Diese beiden Massen gut miteinander vermischen und mit Salz, Muskat, Majoran, Thymian und Bohnenkraut wuerzen. Entweder Sie haben zuvor die Daerme beim Metzger gekauft, fuellen diese mit der fertigen Masse und lassen die Kartoffelwurst 2 Stunden in heissem Wasser sieden (nicht kochen, sonst platzt der Darm), oder Sie koennen die fertige Masse im Wasserbad garen. Am einfachsten ist es, wenn Sie die fertige Masse in Einkochglaeser geben und einkochen. Zur warmen Krommbierewurst gibt es Sauerkraut, Wasserweck und Bier.

(Heimatrezepte aus Omas Kueche, Werbegemeinschaften Idar-Oberstein)

:Stichworte : Hunsrück, Wurst  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwischen Schwenkbraten und Krommbiere-Wurst  
: : (Rezepte aus dem Hunsrück)  
: : Folge 118, vom 09. November 1994 und  
: : Folge 119, vom 23. November 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kürbis englisch

Categories: Marmeladen, Eingemachtes

Yield: 8 Gläser (à 370 ml)

2 kg Kürbis (netto),  
1 kg Zucker,  
1 Zitrone,  
1 ts Ingwerpulver,  
1/4 ts Cayennepfeffer

Das feste Fleisch vollreifer Kuerbisse in 2 cm grosse Wuerfel schneiden. Mit dem Zucker in einer Schuessel mischen. Zitronensaft sowie 3 Stuecke der gewaschenen Schale hinzufuegen. Mit einem Teller beschweren und ueber Nacht zugedeckt stehen lassen.



Am naechsten Tag die Kuerbisse abschuetten und den Saft auffangen. Diesen aufkochen und die Kuerbiswuerfel darin leise siedend glasig werden lassen. Aber immer nur soviel auf einmal, dass die Fluessigkeit eben ueber den goldgelben Wuerfeln steht. Die fertigen Kuerbisse abschuetten, den Saft in einer Schuessel auffangen.

Die Zitronenschalen aus dem heissen Sud fischen und Ingwer, Cayennepfeffer und den aufgefangenen Saft dazugeben. Weitere 5 Minuten kochen lassen. Inzwischen die Glaeser mit den noch warmen Fruchtstuecken fuellen. Mit dem heissen Sirup uebergiessen und bedecken. Sofort mit Deckel oder Cellophan verschliessen. Zu gekochtem Rindfleisch servieren.

:Stichworte : Eingemacht, Kürbis  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Kürbis 14. August 1992  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kürbis oder Zucchini nach Onkel Arthurs Rezept  
Categories:  
Yield: 1 Keine Angabe

Kuerbis in Schnitze zerteilen. Von diesen die Schale und das Kerngehaeuse mitsamt den Fasern entfernen, Fruchtfleisch in Scheibchen schneiden. Abwiegen, Zucchini waschen, schaelen, in Scheiben schneiden oder auf der Roestiraffel raffeln. Abwiegen.

Auf 1 kg Fruchtfleisch nimmt man 1 kg Zucker, 1 Zitrone, 2 fingerlange Ingwerwurzel, 1 Msp Cayennepfeffer  
Zucker mit dem Fruchtfleisch vermischen. Zitronenschale mit dem Sparschaeler schaelen. Die Schale und den Saft unter die Fruechte mischen. Mit einem Teller beschwert ueber Nacht stehen lassen.

Am naechsten Tag alles aufkochen. So lange koecheln lassen, bis die Fruchtstuecke leicht glasig sind. Sie mit dem Schaumloeffel aus dem Saft heben und in heiss ausgespuelte Schraubdeckelglaeser fuellen. Zitronenschale noch im Saft lassen!  
Ingwerwurzel schaelen, fein raffeln, zum Sirup geben, ebenso Cayennepfeffer beifuegen. Alles nochmals 5 Minuten kochen. Die Zitronenschalen in die einzelnen Glaeser verteilen. Den Saft druebergiessen. Sofort mit heiss ausgespuelten Deckeln verschliessen. Der Saft muss die Fruchtstuecke bedecken. Falls zuwenig Saft vorhanden ist, 200 g Zucker mit 100 ml Wasser aufkochen. Sobald der Zucker geschmolzen ist, in die Glaeser verteilen.

:Stichworte : Eingemacht, Kürbis, Zucchini  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Süßsauer Eingemacht  
: : Folge 157, vom 06. Oktober 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kürbis süßsauer  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes

Yield: 5 Gläser (à 3/4 l)

2 kg Kürbis (netto),  
1 l Apfelessig,  
1 kg Zucker,  
Schalen von 6  
Zitronen,  
3 Zimtstangen,  
1 tb Gewürznelken

Das feste Fruchtfleisch reifer, aber nicht ueberreifer Kuerbisse in 3 cm grosse Wuerfel schneiden. Essig, Zucker, gewaschene Zitronenschale und Gewuerze unter Ruehren aufkochen.

Kuerbis in 2 Portionen nacheinander darin kochen, bis er durch und durch glasig ist. Dann mit einer Siebkelle herausheben und abtropfen lassen. Die goldgelben Fruchtstuecke in die Glaeser verteilen.

Den Saft noch 5 Minuten kochen. Dann die Zitronenschale entfernen und die kochendheisse Fluessigkeit auf die Kuerbisstuecke giessen, bis sie davon bedeckt sind. Die Glaeser sofort schliessen. Kuerbis suesssauer zu gekochtem Rindfleisch servieren.

:Stichworte : Eingelegtes, Kürbis  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Kürbis 14. August 1992  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kürbis-Gnocchi  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

100 g Butter,  
400 g Kürbis,  
250 g Gorgonzola,  
Salz, Pfeffer,  
400 g Weis̄mehl,  
100 g geriebener Parmesan,  
5 Salbeiblätter

Kuerbis raffeln und zusammen mit der Haelfte der Butter und 1/2 dl Wasser weichdaempfen bis ein Mus entsteht. Gorgonzola in Stuecke schneiden und zu den Kuerbis geben, ruehren bis der Kaese geschmolzen ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mehl darunterarbeiten bis ein glatter Teig entsteht.

Auf einer bemehlten Arbeitsflaeche diesen Teig in 1-cm-dicke Wuerste ausrollen und von diesen 1-cm-dicke Stuecke abschneiden. Diese Stuecke zu Kuegelchen drehen und in viel kochendes Salzwasser geben bis sie an die Wasseroberflaeche aufsteigen (ca. 5 Minuten). Dann lagenweise in eine ausgebutterte Auflaufform geben, dazwischen Parmesan streuen.

Die restliche Butter schmelzen, die feingeschnittenen Salbeiblaetter darin anziehen lassen und ueber die Gnocchi geben. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad ca. 20 Minuten ueberbacken.

:Stichworte : Beilage, Kürbis, Mehlspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Kochen mit Kürbis 14. August 1992  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kürbiscurry  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Butter,  
2 tb Zucker,  
1/2 kg Kürbis,  
1 c Fleisch- oder Gemüsebrühe,  
scharfes Currypulver

Butter in einer Kasserolle schmelzen lassen, Zucker darin karamellisieren. Die in Scheiben geschnittene Kuerbis (wie Kohlrabi) hinzugeben, durch wiederholtes Schuetteln des zugedeckten Topfes mit Karamell vermischen. Fleisch- oder Gemuesebruehe dazugeben und bis zum Zerfallen kochen lassen. Zum Schluss mit einem scharfen Curry-Pulver nach Belieben vermischen.

:Stichworte : Beilage, Gemüse, Kürbis  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Kürbis 14. August 1992  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kürbiskonfitüre (Grundrezept)  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kürbis,  
500 g Zucker,  
Wasser,  
500 g Gelierzucker

Kuerbis an sich schmeckt sehr neutral. Eine geeignete Frucht also, um Marmelade mit besonderen Geschmacksvarianten zu kochen.

Kuerbis in Scheiben zerteilen. Haut abschneiden. Kerne auskratzen. Fleisch in feine Wuerfel schneiden oder raffeln (mit der Roestiraffel oder mit der groben Raffel einer Kuechenmaschine).

Die Kuerbisschnitzel zusammen mit dem Zucker 1/4 bis 1/2 Stunde kochen, bis die Schnitzel zerfallen sind. Ruehren: eventuell ganz wenig Wasser begeben. Abkuehlen lassen. In die kalte Masse 500 g Gelierzucker ruehren.

Wuerzen mit Zimtpulver oder Zimt- und Nelkenpulver oder Anissamen oder Zitronen-, Orangen-, Grapefruitschale und -saft oder frischem oder kandiertem oder getrocknetem Ingwer oder Sternanis und Kardamom oder frisch gehackten Pfefferminzblaettern oder Petersilie oder Basilikum.

Quantitaeten nach Belieben.

Die gewuerzte Konfituere 3, hoechstens 4 Minuten sprudelnd kochen. In heiss ausgespuelte Schraubdeckelglaeser kochend heiss abfuellen. Deckelinnenseite mit Alkohol betrauefeln. Glaeser sofort verschliessen. Auf dem Deckel stehend dicht an dicht aufreihen. Zugedeckt (z.B. mit Zeitungspapier) langsam abkuehlen lassen.

Etikettieren. Kuehl und trocken (also nicht im Keller) lagern. Angebrochene Glaeser im Kuehlschrank aufbewahren.

:Stichworte : Konfitüre, Kürbis  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Kürbis 14. August 1992  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kürbiskraut  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

750 g Kürbis (in kleine Würfel  
-geschnitten),  
1 ts Salz,  
40 g Butterfett,  
40 g Zwiebeln (fein gehackt),  
1 tb scharfes Paprikapulver,  
1 tb Weinessig,  
1 ts Kümmel,  
1/4 l Sauerrahm,  
1 ts Mehl,  
1 ts fein gehacktes Dillkraut

Den Kuerbis schaelen, Kerne entfernen und in kleine Wuerfel schneiden. Mit Salz wuerzen und etwas ruhen lassen.

In Butterfett die fein gehackte Zwiebel hellbraun roesten, mit Paprikapulver bestreuen und moeglichst schnell mit Essig abloeschen, damit das Paprikapulver nicht bitter wird.

Wenn der Kuerbis "geweint" hat, auspressen und zu den Zwiebeln in den Topf geben. Zusammen mit Kuemmel weich duensten. Sauerrahm mit Mehl vermischen, zu dem Gemuese geben und so lange koecheln lassen bis die Fluessigkeit gebunden ist. Vor dem Servieren mit Dill bestreuen.

:Stichworte : Gemüse, Kärnten, Kürbis, Österreich  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Kärnten  
: : Folge 246, vom 17. Dezember 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kürbiskuchen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

350 g Mehl,  
 1 pk Backpulver,  
 300 Zucker,  
 2 ts Zimt,  
 3/4 ts Kardamom,  
 2 Msp. Nelkenpulver,  
 1 pn Salz,  
 250 g Kürbis,  
 1 Zitrone,  
 200 g Haselnüsse,  
 4 Eier,  
 200 g Butter,  
 Eigelb,  
 1/8 l Weißwein,  
 1 Zitrone, Schale und Saft von  
 3 tb Wasser,  
 4 tb Honig

Mehl und Backpulver in eine Rührschüssel sieben. Zucker, Zimt, Kardamom, Nelkenpulver, Salz daruntermischen. Den feingeraffelten Kürbis, die abgeriebene Schale und Saft der Zitrone sowie die gemahlene Haselnuss ebenfalls daruntermischen.

Die Eier verklopfen, die Butter schmelzen und abkühlen lassen. Beides zu dem Kuchenteig rühren (am besten mit dem Handrührgerät). Den Teig in die mit Backpapier ausgelegte Backform (Cakeform 30 cm Länge) füllen und ca. 65 Minuten auf der untersten Rille des auf 180 Grad vorgeheizten Backofens backen.

:Stichworte : Kuchen, Kürbis  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Kochen mit Kürbis 14. August 1992  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
 pk: Pkg.  
 pn: Prise  
 ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kürbispüree (ab 6. Monat)  
 Categories: Sonstiges  
 Yield: 1 Keine Angabe

300 g Hokkaido- oder Gartenkürbis  
 100 ml Mineralwasser  
 1 tb Maiskeimöl

Kürbis vierteln, mit einem Löffel Kerne und bittere Fasern entfernen. Die Viertel in Spalten schneiden. Das Fruchtfleisch von der Schale lösen und auf einer Gemüseribe grob raspeln. Maiskeimöl leicht erhitzen, Kürbisraspeln einige Sekunden im Öl schwenken und mit Mineralwasser angießen. Das Kürbisgemüse zugedeckt 10 bis 15 Minuten bei mittlerer Hitze garen. Mit dem Pürierstab fein mixen.

:Stichworte : Kleinkind, Kürbis  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Gesunde Kost für kleine Feinschmecker  
 : : Folge 181, vom 09, November 1997  
 : : aus dem Buch von Monika Arndt: Das Baby-Kochbuch,  
 : : gesunde Ernährung für Ihr Kind, dtv 36536 entnommen.

:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kürbissauce  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kürbis (Hokkaido- oder  
-Gartenkürbis)  
1 Schalotte  
1 ts frischer Dill  
1 ts frische Petersilie  
1 tb Olivenöl  
1 tb Butter  
1 Msp. Frisch gemahlener  
-Koriander  
1 Msp. frisch gemahlener Anis  
Meersalz  
1 tb Sauerrahm

Kuerbis vierteln, mit einem Loeffel Kerne und bittere Fasern entfernen.  
Die Viertel in Spalten schneiden. Das Fruchtfleisch von der Schale  
loesen und auf einer Gemuesereibe grob raspeln. Schalotte schaelen und  
fein hacken. Dill und Petersilie waschen und fein hacken. Olivenoel und  
1 EL Butter leicht erhitzen, Schalotte unter staendigem Ruehren  
anschwitzen. Die Haelfte der Petersilie und die Kuerbisraspeln einige  
Sekunden im Butter-Oel-Gemisch schwenken und mit 100 ml Wasser  
angiessen. Das Kuerbisgemuese zugedeckt etwa 10 Minuten bei mittlerer  
Hitze garen. Mit Koriander, Anis und Meersalz wuerzen. Alles mit dem  
Puerierstab fein mixen. Restliche Petersilie und Dill mit dem Sauerrahm  
vermischen und in die Sauce ruehren.

:Stichworte : Kleinkind, Kürbis, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Kost für kleine Feinschmecker  
: : Folge 181, vom 09, November 1997  
: : aus dem Buch von Monika Arndt: Das Baby-Kochbuch,  
: : gesunde Ernährung für Ihr Kind, dtv 36536 entnommen.  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kürbissuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Kürbis (netto),  
1 l Fleischbrühe,  
1 dl Milch,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 tb Schnittlauch

Kuerbisfleisch in grosse Stuecke geschnitten in der Fleischbruehe 5

Minuten kochen, durch ein Sieb streichen und in die Bruehe zurueckgeben. Die Suppe mit der Milch verfeinern, mit Schnittlauch bestreut servieren.

:Stichworte : Kürbis, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Kürbis 14. August 1992  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kugl  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Mehl,  
100 g Gänseschmalz,  
Salz,  
Pfeffer,  
Paprikapulver

Alle Zutaten vermengen, mit etwas Wasser verarbeiten. Die Masse zu einer Wurst formen und im Tscholent garen.

:Stichworte : Beilage, Koscher, Mehlspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit der Frau des Rabbi  
: : Folge 222, vom 24. Oktober 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kumquats in weißem Rum  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kumquats (Zwergorangen),  
950 g Zucker,  
1 Flasche weißer Rum (38 Vol.-%)

Die Kumquats gruendlich waschen und auf einem Kuechentuch voellig abtrocknen lassen. Jede Frucht mit einem Zahnstocher mehrmals rundherum einstechen.

Den Zucker in einem halben Liter Wasser erhitzen und zehn Minuten sprudelnd kochen lassen. Die Kumquats in die heisse Zuckerloesung geben und fuenf Minuten darin leise kochen lassen. Topf vom Herd nehmen und die Kumquats in der Zuckerloesung erkalten lassen.

Danach mit einer Schaumkelle aus der Zuckerloesung nehmen und in Glaeser schichten. Den Rum darueber giessen, die Fruechte sollen ganz bedeckt sein.

Fruechte vier bis fuenf Wochen an einem kuehlen, dunklen Platz durchziehen lassen.

:Stichworte : Alkohol, Eingelegtes, Geschenk, Kumquat, Weihnachten

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was Kathrin und Werner verschenken  
: : Folge 204, vom 06. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kumquats- und Limettenessig  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Kumquatsessig:-----

5 Kumquats, evtl. mehr  
1/2 l Weißweinessig

MMMMM-----Limettenessig:-----

2 Limetten,  
1/2 Weißweinessig

Kumquatsessig: Kumquats in die Essigflasche geben, Weissweinessig  
darueber schuetten und ca. 2 Wochen ziehen lassen.

Limettenessig: Limetten in hauchduenne Scheiben schneiden, in die  
Essigflasche geben, Weissweinessig darueber schuetten und ca. 2 Wochen  
ziehen lassen.

:Stichworte : Essig, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 161, Weihnachtsgeschenke aus der Küche  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Kypriakes Raviolos (zyprische Ravioli mit Käse gefüllt)  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 8 Personen

MMMMM-----Teig:-----

3 Tassen Mehl,  
3 Eier,  
1 c kaltes Wasser,  
1 ts Salz

MMMMM-----Füllung:-----

1 1/2 Tassen geriebenen  
-"Halloumi"-Käse,  
(falls kein "Halloumi" zur  
-Hand ist,  
kann man geriebenen  
-Parmesan nehmen!)  
1 1/2 tb trockene Minze,  
3 Eier

MMMMM-----Füllung:-----

1 c geriebenen "Halloumi",  
1 ts trockene Minze,  
1/2 c geschmolzene Butter  
Hühnerbrühe zum Kochen der  
-Ravioli

Das Mehl wird gesiebt und mit dem Salz gemischt. Man drueckt eine



Vertiefung in das Mehl und gibt die Eier hinein.

Sie werden mit dem Mehl vermischt. Man gibt etwas kaltes Wasser hinzu und verarbeitet die Masse bis ein weicher, glatter Teig entsteht. Man knetet den Teig ca. 10 Minuten. Dann formt man eine Kugel, bestreut sie mit Mehl und deckt sie mit einem feuchten Tuch zu. 1 Stunde gehen lassen! Dann mischt man in einer Schuessel den geriebenen Kaese mit den Eiern und der Minze zu einer festen Masse. Jetzt wird die Teigkugel noch einmal fuer 5 Minuten geknetet. Dann wird sie in 4 gleichgrosse Portionen geteilt. Jede Portion wird zu einem ca. 8 cm breiten duennen Teigband ausgewallt. Im Abstand von 5 cm werden walnussgrosse Haeufchen von Fuellung daraufgesetzt, und das Teigband darueber geschlagen. Mit dem Finger wird der Teig um die Fuellungen herum festgedrueckt. Mit einem Trinkglas werden dann die Ravioli halbmondfoermig ausgestochen. Im Bedarfsfall kann man die Raender mit einer Gabel fest schliessen! Die fertigen Ravioli werden auf ein Tuch zum Trocknen gelegt. Jeweils 10 bis 15 Stueck kommen zusammen in einen Topf mit kochender, gesalzener Huehnerbruehe und sollten dort 10 bis 15 Minuten mehr simmern als kochen. Die Ravioli kommen in ein Sieb zum Abtropfen. Dann werden sie angerichtet, indem man etwas Butter darueber giesst und mit geriebenem Kaese bestreut.

Rezept nach Frau Rita

:Stichworte : Käse, Nudel, Ravioli, Zypern  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie auf Zypern  
: : Folge 175, vom 6. Juli 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
c: Tasse  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lachs in Butter gebraten  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Tranchen Lachs,  
1 Ei,  
Zitronensaft,  
Salz,  
60 g Butter, ca.

Die Lachstranchen mit Zitronensaft betrauefeln. Das Ei verquirlen und leicht salzen. Die gesaeuerten Lachstranchen in Ei waelzen und in heisser Butter bei mittlerer Hitze von beiden Seiten (ca. 10 Minuten) braten.

:Stichworte : Fisch, Lachs  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Die Sendung vom Lachs  
: : Folge 226, vom 10. September 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lachs mit Sauerkraut in Blätterteig  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Lachsscheiben, ca. 1/2 cm  
 -dick (je etwa 75 g),  
 1 pk Riesling,  
 2 fein gehackte Schalotten,  
 Butter, etwas  
 200 g Sauerkraut, rohes  
 150 ml Hühnerbrühe,  
 350 g Blätterteig,  
 4 sl Räucherlachs, dünne  
 1 Eigelb

MMMMM-----für die Sauce:-----

250 ml Fischfond,  
 100 ml Weißwein,  
 1 Weinglas Sahne,  
 1 Zitrone, Saft von

Lachsschnitzel in Riesling mit 1 Schalotte mindestens 2 Stunden an  
 einem kühlen Ort marinieren. Zweite Schalotte in wenig Butter  
 anduensten, dann das Sauerkraut dazugeben, mit Hühnerbrühe  
 uebergiessen und etwa 30 Minuten garen. Blätterteig zu einem grossen  
 Viereck ausrollen. In vier Stuecke schneiden. Auf jedes Stueck ein  
 Lachsschnitzel geben, darauf eine duenne Schicht Sauerkraut und eine  
 Scheibe Raeucherlachs. Teigrand mit Wasser bestreichen, das freie  
 Teigende darueber schlagen und die Raender fest zusammendruckeen. Mit  
 den Teigresten dekorieren, einen Dampfzug machen, mit Eigelb  
 bestreichen. Im auf 220 Grad vorgeheizten Backofen etwa 15 Minuten  
 backen, bis der Blätterteig goldbraun ist.

Sauce: Den Fischfond auf die Haelfte reduzieren, den Wein dazugeben und  
 erneut reduzieren. Die Sahne dazuschlagen und nochmals reduzieren.  
 Abschmecken, mit einigen Tropfen Zitronensaft wuerzen und zu dem Lachs  
 im Blätterteig servieren.

:Stichworte : Fisch, Lachs, Sauerkraut  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Gesunde Vorräte für den Winter  
 : : Folge 177, vom 14. September 1997  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.  
 sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lachs nach Basler Art  
 Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
 Yield: 1 Keine Angabe

5 sl frischer Lachs, fingerdicke  
 4 mittelgroße Zwiebeln (in  
 -Ringe geschnitten),  
 100 g Butter,  
 5 tb konzentrierte Fleischbrühe,  
 Salz,  
 weißer Pfeffer aus der Mühle

Die Haelfte der Butter in der Pfanne zergehen lassen, die Zwiebelringe  
 darin roesten, bis sie weich und schoen braun sind. Die Zwiebeln  
 herausnehmen und in der Schuessel beiseite stellen. Die restliche  
 Butter in die Pfanne geben und heiss werden lassen.

Die Fischtranchen mit Kuechenpapier trockentupfen, salzen und pfeffern.  
Auf jeder Seite 3 bis 4 Minuten braten.

Wenn die Butter zu verbrennen droht, loeffelweise Bouillon zugeben. Die  
Lachstranchen auf die Platte legen und warm stellen. Eventuell noch  
etwas Bouillon in die Bratpfanne geben, den Bratensatz loesen und die  
Zwiebeln darin aufkochen. Die Lachstranchen mit den Zwiebeln servieren.

:Stichworte : Fisch, Lachs, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Basel  
: : Folge 214, vom 16. Mai 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

Legende:

tb: El.  
sl: Scheib.

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lachs-Forellen-Terrine  
Categories: Pasteten, Terrinen  
Yield: 16 Portionen

400 g Lachsfilet (ohne Gräten),  
175 g geräuchertes Forellenfilet  
-(ohne Gräten),  
1 tb Zitronensaft,  
1 Ei,  
400 g Crème fraîche (gut gekühlt),  
1/4 l Sahne (gut gekühlt),  
Salz,  
weißer Pfeffer aus der  
-Mühle,  
200 g Räucherlachs in großen  
-Scheiben  
(nicht zu dünn geschnitten)

MMMMMM-----zum Ausfetten der Form:-----  
20 g Butter

Eine laengliche Pastetenform (1 l Inhalt) mit weicher Butter  
ausstreichen und in den Kuehlschrank stellen.

Das Lachs- und Forellenfilet grob wuerfeln, mischen, mit Zitronensaft  
betraeufeln und 1 Stunde in den Kuehlschrank stellen.

Die Fischwuerfel mit dem Schneidestab des Handruehrers (oder im Mixer)  
zerkleinern. Mit dem Schneidestab zuerst das Ei, dann Creme fraiche und  
dann die Sahne unter das Fischpueree arbeiten. Die Farce salzen,  
pfeffern und in die gekuehlte Form streichen. Die Form mehrfach  
kraeftig auf die Arbeitsflaeche stossen, damit sich keine Luftblasen in  
der Farce bilden.

Die Saftpfanne im Backofen auf der 2. Einschubleiste von unten  
einsetzen und mit kochendem Wasser fuellen. Die Form verschliessen und  
in das Wasser setzen. Terrine im vorgeheizten Backofen bei 190 Grad  
(Gas 2-3, Umluft 190 Grad) 30 bis 35 Minuten garen.

Den Ofen ausschalten. Die Terrine 10 bis 15 Minuten nachziehen lassen,  
aus dem Wasserbad nehmen und 2 bis 3 Stunden auskuehlen lassen. Die  
Terrine aus der Form auf ein Brett stuerzen. Die Form saeubern und ohne

Falten mit Klarsichtfolie auslegen. Den Raeucherlachs zurechtschneiden, die Form damit ganz auslegen. Das ausgetretene Fett von der Terrine schaben. Die Terrine wieder in die Form gleiten lassen.

Den restlichen Raeucherlachs auf die Oberflaeche legen. Die Form mit dem Deckel schliessen. Die Terrine ueber Nacht kuehl stellen.

Am naechsten Tag die Terrine stuerzen, die Folie abziehen. Die Terrine am besten mit einem elektrischen Messer (oder einem Wellenschliffmesser) in Scheiben schneiden und nach Belieben mit frisch gehobeltem Meerrettich und einem kleinen Salat (Brunnenkresse, Frisee, Cocktailtomaten) anrichten.

Als festliches Menue mit  
Eierstichsuppe  
Lachs-Forellen-Terrine  
Truthahn mit Kastanienfuellung  
Plumcake  
Ananas-Rahm-Eis

:Stichworte : Festliches, Fisch, Lachs, Menü, Terrine, Vorspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Festliches Menü 1995  
: : Folge 141, vom 13. Dezember 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lachs-Pistazien-Terrine  
Categories: Pasteten, Terrinen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Lachs (in Würfel  
-geschnitten und leicht  
-angefroren),  
60 g Eiweiß (schaumig  
-geschlagen),  
100 g Toastbrot ohne Rinde,  
70 g Sherry,  
300 ml Sahne,  
Salz,  
etwas Muskatnuss,  
40 g Pistazien (blanchiert,  
-abgezogen und gehackt)

Das Toastbrot in 2 cm grosse Wuerfel schneiden und kurz in Wasser einweichen. Die Lachswuerfel und das eingeweichte Brot sowie das angeschlagene Eiweiss in den Mixer geben und gut untermischen. Den Sherry und die Sahne darunter heben. Mit Salz und Muskatnuss wuerzen und die gehackten Pistazien unterziehen.

Eine Terrinenform mit Alufolie auslegen und diese mit Butter bestreichen. Die Lachsfarce hineinfuellen und mit einem Deckel oder mit einer entsprechend grossen Alufolie schliessen. Die Form in einem Wasserbad (z.B. Saftpfanne des Backofens) in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen stellen und 45 bis 50 Minuten garen.

Nach dem Auskuehlen sollte die Terrine 5 bis 6 Stunden im Kuehlschrank ruhen. Vor dem Servieren die Form stuerzen und die Terrine in Tranchen

schneiden. Auf Kressesalat mit Zitronenvierteln und frisch geraffeltem Meerrettich servieren.

:Stichworte : Fisch, Lachs, Terrine  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Die Sendung vom Lachs  
: : Folge 226, vom 10. September 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lachsfilet auf Lauch  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Tranchen Lachs,  
300 g Lauch,  
100 g Butter,  
3 tb trockener Wermut,  
1 Eigelb,  
1 tb Zitronensaft,  
2 tb Gemüsebrühe oder Fischfond,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 tb gehackte Petersilie

Den Lauch putzen, waschen, in Ringe schneiden und in viel Butter daempfen. Den gedaempften Lauch in eine feuerfeste Form geben. Den Lachs mit Salz und Pfeffer wuerzen und auf den Lauch legen. Jede Lachstranche mit Wermut betraeufeln. Die Form fuer ca. 20 Minuten in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen schieben.

:Stichworte : Fisch, Lachs  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Die Sendung vom Lachs  
: : Folge 226, vom 10. September 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lachsklößchen in Zitronensauce  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Lachsfilet,  
2 Eiweiß,  
150 g Crème double,  
Salz,  
Cayennepfeffer

MMMMM-----Für die Sauce:-----

150 g Zwiebeln (fein geschnitten),  
40 g Butter,  
30 g Mehl,  
3/8 l klare Brühe,  
1/8 l Weißwein,  
150 g Champignons (geputzt und in  
-dünne Scheiben geschnitten),

1 Zitrone (Saft und Schale),  
weißer Pfeffer,  
Salz,  
1 pn Zucker,  
1 Eigelb,  
1/8 l Sahne,  
50 g Kapern

Das Lachsfilet in schmale Streifen schneiden, wuerfeln und 10 Minuten kuehl stellen. Die kalten Lachswuerfel im Mixer puerieren und durch ein Sieb streichen. Mit Salz und Cayennepfeffer wuerzen. Zuerst das Eiweiss unter die Masse mischen, dann die Creme double. Diese Farce muss nun 1 Stunde kuehl gestellt werden.

Fuer die Sauce Zwiebeln in heisser Butter glasig werden lassen. Darin kurz das Mehl anschwitzen und mit Bruehe und Wein abloeschen. Unter Ruehren bei milder Hitze 10 bis 15 Minuten koecheln lassen. Champignons, Zitronensaft und die Haelfte der Zitronenschale gut in die Sauce ruehren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. die Sauce warm stellen.

Aus der gekuehlten Farce mit zwei Teeloeffeln Kloesschen abstechen und diese vorsichtig in viel siedendes Salzwasser geben. Die Kloesschen muessen 4 bis 5 Minuten im Salzwasser ziehen, dann herausnehmen und gut abtropfen lassen.

Eigelb und Sahne gut verruehren und unter die warm gestellte Sauce heben. Die Kloesschen und die Kapern dazugeben und nochmals gut heiss werden lassen, allerdings darf die Sauce nicht mehr kochen. Vor dem Servieren die restliche Zitronenschale darueber streuen.

:Stichworte : Fisch, Lachs  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Die Sendung vom Lachs  
: : Folge 226, vom 10. September 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lachstatar  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

150 g Lachsfilet,  
1/2 ts fein gehackter Dill, ca.  
1 ts Olivenöl

MMMMM-----für die Sauce:-----

2 tb Olivenöl,  
1/2 ts Senf,  
2 tb Zitronensaft,  
1 tb fein gehackte Schalotten,  
1/2 Knoblauchzehe,  
Salz,  
Pfeffer

Das Lachsfilet in sehr kleine Wuerfel schneiden. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Den Dill und 1 TL Olivenoel gut darunter mischen. Aus dieser Masse vier kleine Medaillons formen und auf Teller anrichten.

Fuer die Sauce Senf, Zitronensaft, Schalotten und Knoblauch gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer wuerzen und 2 EL Olivenoel darunter ziehen. Die Sauce ueber die Medaillons giessen und mit einem Dillzweig garnieren.

:Stichworte : Fisch, Lachs  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Die Sendung vom Lachs  
: : Folge 226, vom 10. September 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lamm nach Bergeller Art  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Lammrücken,  
Butterfett,  
100 ml Sahne,  
Senf aus Glas oder Tube,  
Salz,  
Pfeffer,  
Rosmarin

Den Lammruecken mit Salz und Pfeffer wuerzen und mit einem Zweig Rosmarin mit wenig Butterfett ringsum anbraten. Danach in den auf 80 Grad vorgeheizten Backofen fuer ca. 1/2 Stunde stellen.

In einem kleinen Topf die Sahne mit dem Senf vermischen und erwaermen und zu dem aufgeschnittenen Fleisch servieren.

Als Beilage: verschiedene kurz gedaempfte Gemuese z. B. Bohnen, Kohlrabi, Karotten, Tomaten und Bratkartoffeln.

:Stichworte : Bergell, Fleisch, Italien, Lamm  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 216, Kochen wie im Bergell  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lammgigot  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Westschweizer Art:-----

1 Lammgigot mit Knochen  
3 tb Butterfett (ingesottene  
-Butter)  
4 Knoblauchzehen  
1/4 Knolle Sellerie  
1 Lauchstange  
1 Karotte  
1 Zwiebel mit Lorbeerblatt  
-und Nelke besteckt

3 dl trockener Weißwein

MMMMM-----Tessiner Art:-----  
1 Lammgigot mit Knochen  
3 tb Butterfett  
2 Knoblauchzehen  
2 Zweige Rosmarin  
2 Zweige Thymian  
3 Rippen Stangensellerie  
1 Lauchstange  
1 Karotte  
1 Zwiebel mit Lorbeerblatt  
-und Nelke besteckt  
3 dl trockener Rotwein

Das Gigot dem Knochen entlang mit Knoblauch (Tessiner Art: und mit Rosmarin und Thymian) wuerzen. Die Gemuese waschen, fein schneiden. Das Fleisch in der Bratpfanne oder im Ofen ringsum anbraten. Die Gemuese begeben. Alles ein paar Minuten daempfen. Mit Wein abloeschen.

Zugedeckt im Ofen oder auf der Platte ca. 1 Stunde braten. Fleisch alle 10 Minuten wenden. Vor dem Tranchieren, den Braten ca. 5 Minuten "ruhen" lassen. Sauce entweder abseihen und mit Rahm verfeinern (nicht mehr aufkochen!) oder mitsamt dem Gemuese servieren.

Kartoffelpueree und gruene Bohnen schmecken am besten dazu.

:Stichworte : Fleisch, Lamm, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Schweiz (Ballenberg)  
: : Folge 063, vom 04. Oktober 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lammkrone  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Lammkrone (beim Metzger  
-vorbestellen:  
-Lammkoteletten  
Salz,  
Pfeffer,  
2 sl Toastbrot ohne Rinde,  
1/4 l Milch,  
1 tb Butter,  
1/2 Zwiebel (fein gehackt),  
1/2 bn Petersilie (fein gehackt),  
1/2 bn Schnittlauch (fein  
-geschnitten),  
1 Knoblauchzehe (gepresst),  
1/2 ts Rosmarin,  
1/2 ts Thymian,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskatnuss,  
1 Ei,



100 g Bratwurstbrät

Das Fleisch mit Salz und Pfeffer wuerzen, zu einer Krone zusammenbinden. Auf ein geeltes Bratblech legen.

Das Brot mit der Milch betrauefeln. Stehen lassen, mit einer Gabel fein zerdruecken. Butter zergehen lassen, Zwiebel, Petersilie, Schnittlauch, Knoblauch, Rosmarin und Thymian hineingeben. Zum Schluss das ausgedrueckte Brot.

Alles gut durchdaempfen. Etwas abkuehlen lassen.

Das Ei und das Bratwurstbraet untermengen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Diese Mischung in die Krone fuellen und in dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen ca. 30 Minuten backen.

:Stichworte : Buffet, Fleisch, Lamm  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Ostergäste  
: : Folge 168, vom 30. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.  
sl: Scheib.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lammrücken in Kräuterkruste  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Lammrücken,  
Salz,  
Pfeffer,  
Estragonsenf,  
4 tb Öl

MMMMM-----für die Kruste:-----

60 g Butter,  
2 Eigelb,  
Salz,  
Pfeffer,  
2 Knoblauchzehen (zerdrückt),  
4 tb Kräuter:  
Thymian, Basilikum,  
-Petersilie, Rosmarin  
(fein gewiegt),  
60 g Semmelbröseln,  
2 tb Sahne

Den Lammruecken vom Metzger der Laenge nach teilen und das Rueckgrat heraushacken lassen. Die spitzen Karreeknochen etwas zurueckschaben und das Fleisch von Sehnen und Fett befreien.

Das Fleisch wuerzen, in der Bratpfanne anbraten und fuer ca. 12 Minuten in den auf 170 Grad vorgeheizten Backofen stellen. Das Fleisch soll innen noch zart rosa sein.

Fuer die Kruste Butter cremig ruehren, Eigelb, Gewuerze und Kraeuter untermengen und die mit Sahne angefeuchteten Semmelbroeseln einkneten. Das Fleisch mit der Kruste bedecken und bei grosser Oberhitze knusprig ueberbacken.

Den Ruecken mit einem scharfen Messer in Portionen teilen und mit einem Rosmarinzweig anrichten.

:Stichworte : Fleisch, Lamm, Tirol  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Tirol  
: : Folge 249 vom 11. Februar 2001  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Landsgmendsteak mit Apfelroesti  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Schweinesteaks (je ca. 150  
-g)  
4 sl gekochter Schinken  
4 sl Appenzeller Kaese  
Butterfett zum Anbraten  
Salz  
Pfeffer aus der Muehle

MMMMM-----Fuer die Apfelroesti-----

4 Apfel, geschalt,  
-geviertelt, in Scheiben  
-geschnitten  
400 g Brot vom Vortag, in  
-Scheiben geschnitten  
60 g Butter  
1 dl Apfelsaft

Die Steaks werden gewuerzt und im heissen Butterfett fast fertig gebraten. Dann werden sie auf eine feuerfeste Platte gelegt und jeweils mit einer Scheibe Schinken und einer Scheibe Kaese bedeckt. Im Ofen werden sie bei starker Oberhitze leicht ueberbacken.

Inzwischen werden die Apfelscheiben in der Bratbutter der Steaks gedaempft. In einer zweiten Pfanne roestet man die Brotscheiben in Butter an, gibt sie zu den Apfelscheiben und laesst noch ein wenig miteinander braten. Dann loescht man mit dem Apfelsaft ab (die Apfelroesti muessen saftig sein), laesst auf der einen Seite eine Kruste entstehen und serviert zusammen mit den Steaks.

:Stichworte : Appenzell, Fleisch, Schwein, Steak  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 206, Kochen wie in Appenzell  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lasagne  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Ragù bolognese-----  
1 tb Olivenöl,  
1 tb Butter,  
100 g gesalzener Speck,  
500 g Hackfleisch (Rind und  
-Schwein gemischt),  
1 Zwiebel,  
2 Karotten,  
1/4 Sellerieknolle,  
2 Rippen Bleichsellerie,  
2 dl herber Rotwein,  
1 cn geschälte Tomaten,  
2 tb Tomatenpüree,  
1 tb frische Rosmarinnadeln  
oder 1 TL getrocknete,  
1 tb frische, feingeschnittene  
-Salbeiblätter  
oder 1 TL getrocknete,  
Salz,  
Pfeffer

MMMMM-----Béchamelsauce-----  
1 tb Butter,  
1 tb Weißmehl,  
3 dl Rinderbouillon,  
2 tb Weißwein,  
Muskat,  
Salz,  
Pfeffer,  
3 tb geriebener Parmesan

Teigblaetter wie oben herstellen. Dann Ragù bolognese und Bechamelsauce bereiten Ragù bolognese Olivenoel und Butter schmelzen, den in Wuerfel geschnittenen Speck begeben, etwas anziehen lassen, Fleisch begeben, durchbraten, die feingeshackte Zwiebel, das feingeschnittene Gemuese ebenfalls begeben, 5 Minuten daempfen, mit dem Wein abloeschten. Geschaelte Tomaten und Tomatenpueree begeben, 1 1/2 Stunden auf kleinem Feuer kochen, die Kraeuter beifuegen, nochmals 1/2 Stunde koecheln lassen, salzen, pfeffern.

#### Bechamelsauce

Butter schmelzen, das Mehl darunterruehren. Die Pfanne vom Feuer nehmen, die Bouillon dem Topfrand entlang begeben, gut ruehren, den Weisswein begeben, wuerzen, 5 bis 10 Minuten koecheln lassen. Den Kaese darunter- ziehen.

Lasagneblaetter und Bolognese-Sauce in mehreren Lagen in eine ausgefettete Auflaufform geben, darueber Bechamelsauce giessen. Darauf geriebenen Kaese und Butterfloeckchen streuen. Die Lasagne fuer 20 bis 25 Minuten in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen geben.

:Stichworte : Gratinieren, Lasagne, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gratinieren  
: : Folge 165, vom 16. Februar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
cn: Dose  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lasagne mit Gemüse  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----für den Teig:-----

200 g Mehl,  
2 Eier,  
2 Eischalen-Hälften Wasser,  
1 pn Salz

MMMMM-----für das Gemüse:-----

200 g roten Radicchio oder  
200 g Wirsing (die Blätter vom  
-Strunk entfernt und  
-gewaschen)

MMMMM-----für die Sauce:-----

2 tb frische Butter,  
2 tb Mehl  
400 ml Fleischbrühe,  
2 tb Weißwein,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskat,  
50 g geriebener Parmesankäse,  
2 tb frische Butter

Teig: Das Mehl auf eine Arbeitsfläche sieben, die restlichen Zutaten begeben, alles zu einem festen Teig verarbeiten, diesen 1/2 Std. kühlen stellen, auswallen, in Stücke schneiden, diese in viel Salz- wasser 12 Minuten kochen. Das Wasser abgießen. Gemüse: 1 Die Blätter in kochendes, leicht gesalzenes Wasser geben, 8 Minuten blanchieren.

Sauce: Die Butter schmelzen, das Mehl darin anschwitzen, mit der Fleischbrühe ablösen, Weißwein und Gewürze begeben, 5 Minuten kochen lassen. Eine Gratinform ausbuttern. Abwechslungsweise eine Lage Teigwarenblätter, eine Lage Gemüseblätter, eine Lage Sauce usw. einfüllen. Zuerst Sauce. Den Käse darüberstreuen, alles mit Butterflockchen bedecken. Im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten überbacken.

(Ruegg/Feisst: Winterrezepte und Geschichten,  
Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Gratinieren, Lasagne, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gratinieren  
: : Folge 165, vom 16. Februar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lauch-Apfel-Wähe  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Blech

Belag:  
1 in Streifen geschnittene  
-Lauchstange,  
400 ml Wasser,  
1/2 ts Salz,  
3 Äpfel,  
200 g Gorgonzola (in Stückchen  
-geschnitten)  
Guss:  
200 ml Milch,  
100 ml Kaffeerahm,  
2 Eier,  
1 tb Speisestärke,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskatnuss

Sie koennen entweder einen »Schwaebischen Hefeteig« oder einen  
»Geriebenen Hefeteig« verwenden, siehe Rezept

Das Wasser mit dem Salz aufkochen, den Lauch begeben, 5 Minuten  
koecheln lassen, abseihen. Auf dem Kuchenboden verteilen. Die Aepfel in  
feine Schnitze teilen, kreisfoermig ueber den Lauch legen. Den Kaese  
darueber verteilen. Die Zutaten fuer den Guss miteinander vermengen,  
auf den Kuchen giessen. Auf der untersten Schiene des auf 220 Grad  
vorgeheizten Backofens 1/2 Stunde backen.

:Stichworte : Herzhaft, Mehlspeise, Wähe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pikante Kuchen im Herbst  
: : Folge 178, vom 28. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lauchcrèmesuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Butter,  
2 Stangen Lauch,  
1 lg Kartoffel,  
1/2 l Hühner- oder Gemüsebrühe,  
100 ml Sahne,  
300 ml Milch,  
100 ml steif geschlagene Sahne,  
2 tb Lauch (feine Streifen)

Lauch der Laenge nach und dann in 1 cm lange Stuecke schneiden.  
Kartoffel schaelen und in kleine Wuerfel schneiden.  
Die Butter schmelzen und Lauch und Kartoffel darin daempfen. Mit der  
Bruehe abloeschen und ca. 20 Minuten koecheln lassen. Mit dem Mixstab  
puerieren. Sahne und Milch begeben und nochmals erhitzen. Die Suppe in  
Suppentassen anrichten, darauf ein Sahnehaebchen setzen und dieses mit

Lauchsteifen bestreuen.

:Stichworte : Lauch, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gemüse von der Reichenau  
: : Folge 111, vom 22. Juni 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Laugenbrezel mit Käse und Radieschen  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Laugenbrezel, etwa 50 g (2  
-BE),  
1/4 l Milch (1,5% Fett, 1BE),  
30 g Vollkornbrot (1 BE),  
5 g Halbfettmargarine,  
30 g Kräuterfrischkäse, (20% i.  
-Tr.),  
50 g Radieschen

Als 2. Fruehstueck:

Laugenbrezel und Brot mit Margarine und Kraeuterfrischkaese  
bestreichen. Radieschen in Scheiben schneiden und auf den Frischkaese  
legen. Dazu Milch servieren.

:Stichworte : Diabetes, Frühstück  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen für Diabetiker  
: : Folge 202, vom 08. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
: : 350 kcal

MMMMMM

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Laugenbrezeln  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Würfel Hefe (42 g),  
300 ml lauwarmes Wasser,  
1 ts Zucker,  
500 g Weizenmehl (Type 550),  
1 ts Salz,  
20 g Butter,  
1 l Wasser,  
10 g Natron,  
1 tb grobes Salz zum Bestreuen,  
-evtl. mehr

Die Hefe in Wasser mit Zucker auflösen. Das Mehl in eine Schüssel  
sieben, die Zutaten dazugeben, mit Salz und Butter verkneten. Auf einer  
bemehlten Arbeitsfläche zu einer Rolle formen und in 12 Stücke  
schneiden. Diese einzeln weiter ausrollen bis sie jeweils ca. 40 cm  
lang sind. Dann Brezeln formen und zugedeckt 10 Minuten gehen lassen.

Inzwischen Wasser mit Natron zum Kochen bringen und die gegangenen Brezeln fuer 30 Sekunden in das kochende Wasser legen. Dann mit dem Schaumloeffel herausnehmen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Mit grobem Salz bestreuen. 30 Minuten kalt stellen. Im auf 225 Grad vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten backen.

Wichtig: Brezeln unbedingt vor dem Backen kalt stellen.

:Stichworte : Brezel, Brot, Frühstück  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mit dem Frühstück fängt der Tag an  
: : Folge 189, vom 08. März 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Leber mit Paprika  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

3 tb Olivenöl,  
2 tb Butter,  
500 g Leber,  
2 Zwiebeln,  
3 rote Paprika,  
5 reife Tomaten,  
2 tb Rotweinessig,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 Pfefferschote,  
200 g altbackenes Brot,  
100 g Paniermehl

Leber schnetzeln. Die Zwiebeln fein hacken. Die Paprika vom Stielansatz und Kerngehäuse entfernen und in Streifen schneiden. Tomaten schälen und in Schnitze schneiden. Pfefferschote in feine Ringe schneiden.

2 EL Öl und Butter heiß werden lassen, die Leber darin ringsum anbraten, bis sie weiß ist. Dann aus dem Fett nehmen und warmstellen. Im gleichen Fett zuerst die Zwiebeln glasig dünsten, dann die Paprikastreifen beigeben, nach 3 Minuten auch die Tomaten beigeben, kurz durchdünsten. Mit Essig ablösch. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die in feine Streifen geschnittene Pfefferschote darüber streuen. Köcheln lassen, bis der Saft um die Hälfte reduziert ist.

In einer Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen, das in Würfel geschnittene Brot goldbraun braten.

Die Leber zum Gemüse geben, nochmals erhitzen. Vor dem Servieren die Brotwürfelchen darüber streuen.

:Stichworte : Innerei, Leber, Paprika  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Paprikaschote, grün, gelb und rot  
: : Folge 197, vom 30. August 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Leber mit Salbei  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Kalbsleberschnitten (ca.  
-100 g),  
50 g Butter,  
1 tb Olivenöl,  
16 Salbeiblätter,  
Salz,  
frisch gemahlener weißer  
-Pfeffer

Butter und Oel in der Pfanne heiss werden lassen. Wenn die Butter schaeumt, aber nicht braun ist, die Salbeiblaettchen hineingeben und einige Minuten ziehen lassen.

Die Leberscheiben mit Kuechenkrepp trocken tupfen und in der Salbeibutter pro Seite 1 bis 2 Minuten braten. Die Leberscheiben auf vorgewaermte Teller anrichten, mit Salz und Pfeffer bestreuen und mit den Salbeiblaettchen belegen.

:Stichworte : Innerei, Kalb, Leber, Salbei  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Salbei  
: : Folge 255 vom 20. Mai 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Leberkäse  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

600 g durchwachsenes  
-Schweinefleisch  
600 g fetter Speck,  
150 g Schweineleber,  
1/4 l Eiswasser,  
20 g Pökelsalz,  
1 1/2 tb weisser Pfeffer,  
1/2 tb Piment,  
1/2 ts Muskatnuss,  
1/2 tb Kümmel,  
1 tb Majoran,  
1 zerdrückte Knoblauchzehe,  
1 1/2 tb abgeriebene Schale einer  
-unbehandelten Zitrone

Die verschiedenen Fleischsorten durch die feine Scheibe des Fleischwolfes drehen oder bereits beim Metzger hacken lassen. Poekelsalz, Gewuerze und nach und nach das Eiswasser unter das Hackfleisch mischen bis ein homogener Teig entstanden ist.

Eine Terrinen- oder Kastenform ausbuttern und den Teig hineinfuellen.



Die Form mit Alufolie abdecken und fuer ca. 1 bis 1 1/4 Stunden in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen stellen.

Danach den Leberkaese erkalten lassen, damit er schnittfest ist. Will man ihn warm, z.B. mit einem Kartoffelsalat essen, muss man in Kauf nehmen, dass er nicht ganz fest ist.

:Stichworte : Leber, Wurst  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Die Sendung von der Wurst  
: : Folge 228, vom 30. Januar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Leberkäse

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 1 Keine Angabe

250 g Kalbsleber,  
250 g feines Rinderhack (Tatar),  
250 g Hackfleisch (gemischt),  
2 Eier,  
80 g Mehl,  
40 g Speisestärke,  
2 tb Zwiebeln (fein gehackt),  
3 tb Semmelbrösel,  
1/8 l Milch,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskatnuss,  
Majoran,  
1 pk Cognac,  
Butter zum Einfetten,  
Milch zum Begießen,

MMMMM-----für die Garnitur:-----

1 Tomate,  
1 bn krause Petersilie

Leber mit Hackfleisch und Tatar durch den Fleischwolf drehen. Mit Eiern, Mehl, Staerkemehl, Zwiebeln und Semmelbroeseln zu einem Teig verkneten. Nach und nach die Milch zugeben. Mit den Gewuerzen sehr pikant abschmecken. Eine Kastenform mit gefetteter Alufolie auslegen, Teig einfuellen und mit Butterfloekchen belegen. In dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 1 Stunde backen, dabei zweimal mit etwas Milch begiessen. Kalt mit Tomate und Petersilie garniert servieren.

:Stichworte : Buffet, Fleisch, Hack, Innerei, Leber, Leberkäse  
: : Rind, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Partybuffet  
: : Folge 101, vom 26. Januar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.

pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Leberknödel  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

5 altbackene Brötchen,  
1/4 l Milch,  
2 Eier,  
250 g Rindsleber,  
1 ts Majoran,  
1 1/2 l Fleischbrühe

Die Broetchen ganz fein schneiden. Mit der kochenden Milch uebergiessen. Zugedeckt 1/2 Std. stehen lassen. Eventuell noch abkuehlen.

Die Eier, die feingehackte Leber und den Majoran beigeben, gut durchkneten. Die Fleischbruehe aufkochen. Aus dem Teig kinderfaustgrosse Knoedel drehen, diese in die leicht kochende Fleischbruehe geben. 20 Minuten ziehen lassen.

:Stichworte : Bayern, Innerei, Leber, Rind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Oberbayern  
: : Folge 074, vom 11. September 1992  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Leberpaté  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

100 g geschnetzelte Kalbsleber,  
100 g geschnetzelte Geflügelleber,  
1 tb Butter,  
3 Salbeiblätter,  
1 Zweig Rosmarin,  
1 Lorbeerblatt,  
1 tb Marsala,  
120 g Butter,  
1 tb Cognac,  
Salz,  
Pfeffer

1 EL Butter schmelzen, die Leber auf kleinem Feuer 3 Minuten daempfen. Die Kraeuter beigeben, Marsala beigeben. Auf kleinem Feuer 4 Minuten daempfen, dabei staendig ruehren. Die Kraeuter entfernen, die Leber mit dem Mixstab fein zerkleinern. Die Butter beigeben. Alles zu einer homogenen Masse verarbeiten. Den Cognac beigeben. In eine Terrine fuellen. Mindestens 2 Stunden kuehlen. (Man koennte bei dieser fetten Pate natuerlich die obigen Hinweise auf Rosmarin und Salbei wiederholen.)

:Stichworte : Geflügel, Innerei, Kalb, Kräuter, Leber  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kräuter und Gesundheit

: : Folge 171, vom 11. Mai 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Leberspätzle  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Pfund zarte Rindsleber,  
1 Zwiebel,  
etwas Petersilie,  
1/2 Pfund Mehl,  
3 Eier, evtl. mehr  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle,  
Muskat

Die Leber wird zusammen mit der Zwiebel und Petersilie durch den Fleischwolf gedreht. Aus Mehl, Eiern und Salz bereitet man einen festen Spaetzleteig, gibt die zerkleinerte Leber und falls noetig etwas Wasser dazu, knetet alles kraeftig durch und laesst den Teig 1 Stunde stehen. Man gibt nun nacheinander kleine Portionen des Teigs auf ein angefeuchtetes Kuechenbrett, schabt mit einem breiten Messer duenne, lange Spaetzle in kochendes Salzwasser und laesst diese kochen, bis sie an die Oberflaeche schwimmen. Man nimmt sie mit einem Schaumloeffel heraus, schwenkt sie in klarem, heissem Salzwasser, richtet sie in einer vorgewaermten Schuessel an und schmelzt sie mit goldbraun geroesteten Zwiebeln an. Dazu schmeckt hervorragend Kartoffelsalat oder Weisskrautsalat.

(Gertrud Andlauer: Kochen wie die Badener, Orbis Verlag)

:Stichworte : Innerei, Leber, Mehlspeise, Rind, Staufen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Staufen (I)  
: : Folge 125, vom 08. März 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Leberwurst im Glas  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Kalbsfuss, zerhackt,  
2 l Wasser,  
1 kg magerer Schweinebauch mit  
-Schwarte,  
2 Lorbeerblätter,  
600 g fetter Speck,  
2 tb weiße Pfefferkörner,  
600 g Schweineleber,  
3 Zwiebeln, evtl. mehr  
80 g Salz,  
2 Msp. gemahlener weißer  
-Pfeffer  
2 Msp. gemahlene Nelken,

1 ts Thymian,  
2 ts Majoran,  
1 pn Muskatnuss

Zerhackten Kalbsfuss reinigen, in Wasser aufsetzen und aufkochen lassen.

Schweinebauch und fetter Speck grob zerschneiden und mit Lorbeerblaettern und Pfeffer eine Stunde leise kochen lassen.

Leber saeubern, 2 Minuten im Sud liegen lassen, abtropfen und in Streifen schneiden. Zwiebeln schaelen und vierteln.

Gekochtes Fleisch in Streifen schneiden, Kalbsfuss vom Knochen loesen und zweimal durch den Fleischwolf drehen (duenne Scheibe). Mit Gewuerzen und 1/2 l Kochbruehe zu gleichmaessiger Masse verarbeiten. Einkochglaeser 3/4 damit fuellen. Mit Gummi und Deckel verschliessen und 2 Stunden bei 100 Grad sterilisieren.

Glaeser zum Abkuehlen auf ein Tuch stellen und mit einem anderen Tuch abdecken. Erst nach dem Erkalten Klammern entfernen.

:Stichworte : Wurst  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Wurstmachen  
: : Folge 047 vom 10. November 1989  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lebkuchenparfait  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Lebkuchen,  
1/8 l Rotwein,  
8 Eier,  
200 g Zucker,  
1 l Sahne,  
2 ts Stärkemehl,  
500 g Sauerkirschen, entsteint  
-(aus dem Glas),  
etwas Zucker für die  
-Sauerkirschen,  
Kakaopulver zum Bestäuben

Die Lebkuchen klein schneiden und in Rotwein 2 Stunden einweichen. Eier mit 200g Zucker im heissen Wasserbad cremig aufschlagen, dann im kalten Wasserbad unter Ruehren abkuehlen lassen. Die Sahne steif schlagen und mit den eingeweichten Lebkuchen unter die Ei-Zucker-Masse ruehren.

Die Parfaitmasse in eine Kastenform fuellen und zugedeckt mindestens 8 Stunden gefrieren lassen. Staerkemehl mit kaltem Sauerkirschsafft glatt ruehren. Die Sauerkirschen mit etwas Zucker aufkochen und mit dem Staerkemehl abbinden.

Das Parfait vorsichtig aus der Form stuerzen, in Scheiben schneiden und je 2 Scheiben auf gekuehlten Tellern anrichten. Das Parfait mit den gebundenen Sauerkirschen umlegen und den Tellerrand mit Kakaopulver bestaeuben.

:Stichworte : Dessert, Lebkuchen, Parfait, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Weihnachtsmenü 1996  
: : Folge 160 vom 17.November 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Leipziger Osterfladen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Für Teig:-----

250 g Mehl (Typ 405),  
1 pn Salz,  
1 Ei,  
75 g Zucker,  
1 pk Vanillezucker,  
125 g Butter

MMMMM-----Für die Füllung:-----

100 g Korinthen,  
50 g abgezogene Mandeln,  
4 Eigelb,  
100 g Zucker,  
50 g zerlassene Butter,  
1 unbehandelten Zitrone,  
-abgeriebene Schale von  
2 tb Arrak,  
1/8 l Sahne,  
500 g Sahnequark

MMMMM-----Zum Beträufeln und Bestreuen:-----

1 Eigelb,  
2 tb Zucker

Das Mehl mit dem Salz auf die Arbeitsflaeche sieben. In die Mitte eine Mulde druecken und das Ei, den Zucker und den Vanillezucker hineingeben. Die Butter in Floeckchen auf den Mehtrand schneiden. Alles mit einem Messer kruemelig hacken, dann mit kuehlen Haenden zu einem glatten Teig kneten. Den Teig in Alufolie wickeln und eine Stunde im Kuehlschrank ruhen lassen.

Die Korinthen waschen und auf Kuechenkrepp trocknen. Die Mandeln durch die Mandelmuehle drehen.

Das Eigelb mit dem Zucker schaumig ruehren, die zerlassene Butter, die Zitronenschale, den Arrak und die Sahne hinzufuegen. Die Korinthen, die Mandeln und den Sahnequark in die Schaummasse einarbeiten.

Arbeitsflaeche mit Mehl bestaeuben und den Muerbeteig darauf ausrollen. Die Form mit der Teigplatte auslegen, dabei einen Rand formen. Die Quarkmasse einfuellen, die Oberflaeche glattstreichen. Das Eigelb verquirlen und ueber die Quarkfuellung trauefeln.

Den Kuchen auf der mittleren Schiene etwa 1 Stunde backen. Den Osterfladen noch heiss mit Zucker bestreuen, etwas abkuehlen lassen, dann aus der Form nehmen und auf einem Kuchengitter erkalten lassen. (v.d.Recke/Wolter: "Unser Backbuch Nr. 1", Graefe-Unzer-Verlag)

:Stichworte : Kuchen, Ostern

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Osterbrote  
: : Folge 147, vom 27. März 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

pk: Pkg.

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lemon Curd  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

3 ungespritzte Zitronen  
-(abgeriebene Schale und  
-Saft),  
100 g Butter,  
150 g Zucker,  
3 Eier

Butter im Wasserbad schmelzen lassen, Zucker, Abrieb und Saft der Zitronen dazugeben.

Wenn der Zucker geschmolzen ist, Masse aus dem Wasserbad nehmen und etwas abkuehlen lassen. Dann die Eier dazugeben, Topf wieder ins Wasserbad stellen und mit dem Schneebesen zu einer dicken Creme ruehren. Diese in heiss ausgespuelte Marmeladeglaeser fuellen und gut verschliessen. Kuehl aufbewahrt haelt es sich eine gute Woche.

:Stichworte : Süßspeise, Zitrone  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was Kathrin und Werner verschenken  
: : Folge 204, vom 06. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Likör "Perfekte Liebe"  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

40 g Zitronenschale,  
30 g Thymian,  
15 g Zimt,  
10 g Vanille,  
10 g Koriander,  
10 g Macis, (Muskatblüte),  
2 l Schnaps (z.B. Korn)

Die Zutaten 2 Wochen ziehen lassen. Mit einem Zuckersirup aus 2 kg Zucker und 1 l Wasser verduennen.

:Stichworte : Alkoholisch, Getränke, Likör, Thymian  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Thymian  
: : Folge 258, vom 15. Juli 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Limoncino  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

1 l Alkohol (95 %),  
12 Zitronen (möglichst grün),  
1 1/2 l Wasser,  
1 kg Zucker

Schale der Zitronen abreiben und zum Alkohol geben. 6 Tage stehen lassen.

Wasser mit Zucker aufkochen und abkuehlen lassen. Alles zusammen mischen (Alkohol mit Zuckerwasser), 1/2 Stunde stehen lassen und durch ein Sieb giessen.

:Stichworte : Alkohol, Geschenk, Getränk, Likör, Weihnachten  
: : Zitrone  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was Kathrin und Werner verschenken  
: : Folge 204, vom 06. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Limoncino (Variante mit Limonen)  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

4 ungespritzte Limonen, evtl.  
-mehr  
1 l Grappa oder anderer  
-Tresterschnaps,  
1 Vanilleschote,  
5 gehäufte EL weißer  
-Kandiszucker, evtl.

Limonen halbieren und jeweils die eine Haelfte hauchduenn schaelen, so dass die weiße Haut offen liegt. Alles in eine weithalsige Flasche geben. Schnaps darueber giessen. Die Vanilleschote aufschlitzen und beifuegen. Zum Schluss - je nach Geschmack - entweder mit Kandiszucker oder Akazienhonig suessen. Gut verschliessen und 14 Tage an die Sonne stellen.

:Stichworte : Alkohol, Geschenk, Getränk, Likör, Limone  
: : Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was Kathrin und Werner verschenken  
: : Folge 204, vom 06. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Linsengericht  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g braune Linsen  
 1 tb Butter  
 1 tb Öl  
 100 g Pancetta, in Streifen  
   -geschnitten (Ersatz:  
   -Speckwürfel)  
 5 Schalotten oder 2 Zwiebeln,  
   -gehackt  
 1 Knoblauchzehe, gehackt  
 1 Stück Schweinsschwarte  
 1 Karotte, in Rädchen  
   -geschnitten  
 1 Stange Bleichsellerie in  
   -feine Streifen geschnitten  
 1 Zweig Rosmarin  
 1 tb Weissmehl  
 100 ml trockener Rotwein  
 1/2 l Fleischbrühe  
 1 tb Tomatenmark  
   Salz  
   Pfeffer

Die Linsen ueber Nacht einweichen. Diejenigen, die an der Oberflaeche schwimmen, entfernen, das Wasser abschuetten. (Achtung: heute gibt es auch Linsen, bei denen das Einweichen nicht notwendig ist). Butter und oel erhitzen, den Speck und die Schalotten begeben, daempfen, die Schwarte, die Gemuese und den Rosmarin, dann die Linsen begeben. Alles durchmischen, das Mehl darueberstreuen, mit dem Wein abloeschen. Diesen etwas einkochen lassen, dann die Fleischbruehe dazugiessen. 1 1/2 Stunden zugedeckt koecheln lassen, (auch wenn auf der Packung der Linsen eventuell eine kuerzere Kochzeit angegeben ist). Gelegentlich umruehren, eventuell noch etwas Wasser begeben. Erst wuerzen, wenn die Linsen weich sind. Vor dem Servieren Schwarte und Rosmarinzweig entfernen.

:Stichworte : Gemüse, Linse, Schweiz, Tessin  
 :Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
 : : Folge 212, Kochen wie im Tessin  
 :Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Linsensprossen-Salat  
 Categories: Salate  
 Yield: 1 Keine Angabe

1 Zwiebel (fein gehackt),  
 1 daumengroßes Stück frischer  
   -Ingwer (geschält und fein  
   -gehackt),  
 4 tb Weißweinessig,  
 3 tb Sonnenblumen- oder Rapsöl,  
   Salz,  
   Pfeffer,  
 150 g Linsen (4 Tage gekeimt und  
   -5 Minuten blanchiert)

Alle Zutaten miteinander vermischen und den Salat gut durchziehen lassen.

:Stichworte : Keimling, Linse, Salat, Sprosse



:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Keimlinge und Sprossen  
: : Folge vom 09. Februar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Linzer Torte  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Butter,  
4 Eigelbe, evtl. mehr  
250 g Zucker,  
1 Zitrone, abgeriebene Schale  
-von  
1 Msp Zimtpulver,  
1 Msp Nelkenpulver,  
2 Gläschen Kirschwasser,  
125 g gemahlene Walnüsse,  
125 g gemahlene Mandeln,  
500 g Mehl,  
1/2 pk Backpulver

MMMMM-----Zum Bestreichen:-----

1 pk Johannisbeergelee oder  
-Himbeermarmelade

Die Butter bei Zimmertemperatur etwas weich werden lassen und schaumig rühren. Etwas Eigelb zum Bestreichen aufbewahren. Eigelbe und Zucker zur Butter geben und etwa 10 Minuten rühren. Dann die Zitronenschale, Zimt- und Nelkenpulver, Schnaps, Nuesse und Mandeln hinzugeben. Das Mehl mit dem Backpulver zusammen darueber sieben. Alles gut verkneten. Eine Teigkugel formen und an einem kuehlen Ort etwa 1 Stunde kalt stellen. Den Teig in 2 Haelften teilen. Aus einer Teighaelfte runden Boden von etwa 1/2 cm Dicke ausrollen. Eine gut mit Butter eingefettete Springform damit belegen. Gelee oder Marmelade ueber den Teig streichen. Die zweite Haelfte des Teiges ebenso ausrollen und daraus etwa 1 1/2 bis 2 cm breite Streifen ausraedeln. Mit diesen Streifen die Marmelade im spitzen Winkel gitterartig belegen. Zum Schluss einen Streifen als Rand um den ganzen Kuchen legen. Das Gitter und den Rand mit dem aufbewahrten Eigelb bestreichen. Die Linzer Torte in dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen ca. 1 Stunde backen.

Tipp: Je laenger die Linzer Torte nach dem Backen ruht, desto besser wird sie; das Minimum sind drei Tage.

:Stichworte : Mandel, Nuss, Torte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im südlichen Schwarzwald I  
: : Folge 104, vom 09. März 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Linzer Torte (Badische Art)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Butter  
4 Eigelb, evtl. mehr  
250 g Zucker  
1 Zitrone, abgeriebene Schale  
-von  
1 Msp. Zimtpulver  
1 Msp. Nelkenpulver  
2 Schnapsgläschen Kirschwasser  
125 g Walnüsse, gemahlene  
125 g Mandeln, gemahlene  
250 g Mehl  
1/2 pk Backpulver  
1 pk Johannisbeergelee oder  
-Himbeermarmelade

MMMMM-----Zum Bestreichen:-----  
etwas Eigelb

Die Butter bei Zimmertemperatur weich werden lassen und schaumig rühren. Etwas Eigelb zum Bestreichen aufbewahren. Eigelbe und Zucker zur Butter geben und ca. 10 Minuten rühren. Dann die Zitronenschale, Zimt- und Nelkenpulver, Schnaps, Nuesse und Mandeln hinzugeben, das Mehl zusammen mit dem Backpulver darueber sieben und alles gut verkneten. Eine Teigkugel formen und an einem kuehlen Ort etwa 1 Stunde ruhen lassen.

Den Teig in zwei Haelften teilen. Aus einer Haelfte einen runden Boden von etwa 1/2 cm Dicke ausrollen. Eine gut mit Butter eingefettete Springform (28 cm Durchmesser) damit belegen. Johannisbeergelee oder Himbeermarmelade ueber den Teig streichen. Die zweite Haelfte des Teiges ebenso ausrollen und daraus etwa 1 1/2 cm breite Streifen ausraedeln. Mit diesen Streifen die Marmelade im spitzen Winkel gitterartig belegen.

Zum Schluss einen Streifen als Rand um den ganzen Kuchen legen. Das Gitter und den Rand mit dem zurueckbehaltenen Eigelb bestreichen. Die Linzertorte bei etwa 180 Grad im vorgeheizten Backofen 1 Stunde backen.

:Stichworte : Baden, Torte  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 162, Linzer Torte  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
pk: Pkg.  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Linzer Torte (Siegertorte)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Mehl  
1 ts Backpulver, gestr.

125 g Zucker  
1 pk Vanillezucker  
1 Msp. Nelkenpulver  
1 ts Zimtpulver, gestr.  
1 Ei  
125 g Butter  
125 g gemahlene Mandeln  
Marmeladenmischung aus  
Johannisbeergelee,  
Himbeer- und  
Erdbeermarmelade

MMMMM-----Zum Bestreichen:-----

1 Eigelb  
1 ts Milch

Mehl auf die Arbeitsflaeche sieben und die restlichen Zutaten darauf geben. Alles gut miteinander verkneten bis ein homogener Teig entsteht. Diesen eine Stunde an einem kuehlen Ort ruhen lassen. Danach 2/3 des Teiges als Boden in eine ausgebutterte Springform (26 cm Durchmesser) druecken. Den restlichen Teig auswallen und mit dem Teigraedchen in 1 cm breite Streifen schneiden. Davon den Rand rund um den Kuchen legen.

Die Marmeladenmischung aufstreichen und mit den uebrigen Streifen gitterfoermig belegen. Eigelb und Milch miteinander vermischen und damit das Gitterwerk sowie den Rand bestreichen. Den Kuchen fuer ca. 45 Minuten im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen backen.

(Marie-Therese Bloch, Riedisheim)

:Stichworte : Baden, Torte  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 162, Linzer Torte  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schaefler

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Linzertorte nach dem Rezept von Mama Feißt  
Categories: Kuchen, Gebaek, Pralinen  
Yield: 2 Torten

250 g Butter,  
4 Eier, evtl. mehr  
500 g Zucker,  
1 Zitrone, abgeriebene Schale  
-von  
1 Msp. Zimt,  
1 Msp. Nelkenpulver,  
250 g Waelnuesse, gehackt  
1 Gläslein Schwarzwaldler  
-Kirschwasser,  
1/2 pk Backpulver,  
1 tb Kakaopulver,  
500 g Weismehl, Typ 405,  
2 Tassen Himbeerkonfituere,  
1 Eigelb zum Bestreichen

Aus diesen Zutaten lassen sich zwei Torten backen. Da Linzertorte umso besser schmeckt, je laenger sie gelagert wird, lohnt sich die

Herstellung zweier Torten im gleichen Arbeitsgang. Die Butter zergehen lassen, mit den Eiern und dem Zucker 5 bis 10 Min. verruehren, die uebrigen Zutaten (ohne die Konfituere) darunter mengen. 2/3 des Teiges auf zwei Springformboeden geben, flach ausstreichen, mit der Konfituere bestreichen. Den restlichen Teig 1/2 cm dick auswallen, in Streifen schneiden, diese ringsum und gitterfoermig ueber die Torte legen, mit Eigelb bestreichen. 50 Minuten in maessiger Hitze backen. Im Schwarzwald trinkt man herben Weisswein dazu.

:Stichworte : Baden, Schwarzwald, Torte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie auf dem Vogtsbauernhof  
: : Folge 054 vom 08. Juni 1990  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Livorneser Fischgericht  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

2 kg Meerestiere,  
die Hälfte Fische mit  
-Gräten,  
die andere Hälfte Weich-  
-und Krustentiere,  
3 vollreife Tomaten,  
2 Zwiebeln,  
2 Staudensellerie,  
2 Karotten,  
1 Pfeffer-Schote,  
1 bn Blattpetersilie,  
3 Zehen Knoblauch,  
100 g Olivenöl,  
1/2 l Vernaccia oder  
anderer herber ital.  
-Weißwein  
z.B. trockener Frascati,  
2 tb Tomatenmark,  
Salz,  
Pfeffer,  
6 sl altbackenes Brot

Alle Meerestiere sorgfaeltig in Salzwasser saeubern. Aus den Fischkoepfen und weniger wertvollen Fischen mit den reifen Tomaten, einer Zwiebel, einer Selleriestange und einer Karotte eine kraeftige Fischbruehe kochen. Salzen, pfeffern und durch ein feines Sieb in ein Gefaess seihen. Warmstellen.

Die restliche feingeschnittene Zwiebel, Pfeffer-Schote, Staudensellerie, Karotte, Blattpetersilie und Knoblauch in heissem Olivenoel etwas Farbe nehmen lassen.

Die Tintenfische dazugeben. Wenn sie ihre Fluessigkeit abgegeben haben, den Weisswein zugiesen und bei milder Hitze einkochen. Das Tomatenmark in wenig heissem Wasser aufloesen und angiessen.

Jetzt alle anderen, in Stuecke geschnittenen Fische und die

Krustentiere in den Topf legen und bei maessiger Hitze etwa 20 Minuten weitergaren.

Kurz vor dem Anrichten das altbackene Brot im Toaster oder Grill hellbraun roesten und mit Knoblauch einreiben. In tiefen Tellern jeweils eine Scheibe Brot, dann Fischsud, schliesslich die Fische und die roetliche Sauce anrichten. Die ganzen Fischteile sollten gut sichtbar in der Bruehe liegen

:Stichworte : Fisch, Toskana  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Toskana  
: : Folge 173, vom 8. Juni 1997  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.  
sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Loewenzahnsalat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

1 tb Speckwuerfel,  
1 tb Zwiebeln,  
1/2 tb Oel,  
1 warme, gekochte Kartoffel,  
eine Hand voll  
-Loewenzahnblaetter oder  
-Friseesalat,  
etwas Bruehe,  
etwas Essig

In Oel Speckwuerfelchen und Zwiebeln goldbraun werden lassen. Mit Bruehe und Essig abloeschen. In diese Sauce die frisch gekochte Kartoffel zerdruecken und mit dem geputzten und gewaschenen Loewenzahn- oder Friseesalat gut vermischen. Ziehen lassen.

:Stichworte : Baden, Kaiserstuhl, Kraeuter, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie am Kaiserstuhl  
: : Folge 229 vom 13. Februar 2000  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Loewenzahnsalat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g frische, junge  
-Loewenzahnblaette  
50 g geraeucherter Speck,  
1 Weinessig

Loewenzahn putzen und waschen. Je nachdem, wie bitter man ihn mag, laesst man ihn kuerzer oder laenger in lauwarmem Wasser liegen, das ihm Bitternis entzieht. Den Speck in kleine Wuerfelchen schneiden und in einer Pfanne auslassen, mit einem Schuss Essig abloeschen und warm ueber den Loewenzahn geben. Meist genuegt das Salz des Specks.

:Stichworte : Löwenzahn, Salat, Staufen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Staufen (I)  
: : Folge 125, vom 08. März 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Quelle: Werner O. Feißt: Baden - Kulinarische Streifzüge,  
: : Sigloch Edition  
:Notizen (\*\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Lummelbraten  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

750 g Rinderfilet (Lummel),  
Butterschmalz,  
4 Karotten,  
3 Schalotten,  
125 g roher Schwarzwälder  
-Schinken in dünnen S  
1 Lorbeerblatt,  
2 Nelken,  
schwarze Pfefferkörner,  
1/4 l Brühe oder Rotwein,  
1/4 l Sauerrahm

In einer Bratpfanne Butterschmalz erhitzen. Darin die halbierten Karotten, die ebenfalls halbierten Schalotten, den rohen Schinken und die Gewuerze anduensten. Wenn das Gemuese Farbe angenommen hat, zusammen mit dem Schinken aus der Pfanne nehmen und das Fleisch in dem aromatisierten Fett von allen Seiten anbraten. Bei reduzierter Hitze das Gemuese wieder zum Fleisch geben und den Schinken darueberdecken. Dann mit der Bruehe oder dem Rotwein abloeschen. Je nachdem, wie man das Fleisch haben will (durchgebraten, mittel oder blutig) muss die Bratzeit bemessen werden. Wer das Fleisch rosa (also medium) moechte, nimmt es nach etwa 20 bis 30 Minuten heraus und laesst es auf einem Brett kurze Zeit ruhen, damit der Saft im Fleisch stockt. Dann das Fleisch in fingerdicke Scheiben schneiden und mit dem Gemuese umlegen. Den Bratenfond daruebergiessen. Ueber das Fleisch reichlich Sauerrahm geben. Man kann aber auch den Bratenfond mit Sauerrahm verfeinern und ueber das Fleisch geben.

(Feisst: Kulinarische Streifzuege: Baden, Sigloch-Edition)

:Stichworte : Baden, Filet, Fleisch, Neuenburg, Rind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus dem Kochbuch der Hirschenwirtin  
: : Folge 116, vom 12. Oktober 1994 und  
: : Folge 117, vom 26. Oktober 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Määlsuppa mit Chääs und Wiinbeerli  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

5 tb Mehl  
60 g Kochbutter  
1 Zwiebel  
1 l Fleischbrühe  
100 g Sultaninen  
100 g Alpkäse

Das Mehl in der Pfanne haselnussbraun roesten und dann die Butter beigeben und gut vermischen. Die in Streifen geschnittene Zwiebel darin einige Minuten daempfen. Die Fleischbruehe beigeben und unter Ruehren aufkochen. Zusammen mit den Sultaninen 30 Minuten koecheln, gelegentlich ruehren. Die Suppe in den Tellern anrichten und den geriebenen oder in Streifen geschnittenen Kaese darueberstreuen.

:Stichworte : Klosters, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 208, Kochen wie in Klosters  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Maiskuchen mit Äpfeln und Rosinen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

90 g Maisgriess (Polenta),  
25 g sehr feiner Griess,  
50 g Rosinen  
(in Wasser eingeweicht und  
-abgetropft),  
500 ml Milch,  
50 ml Sahne,  
1 pn Salz,  
100 g Zucker,  
30 g Butter,  
1 Zitrone, abgeriebene Schale  
-von  
4 Äpfel,

MMMMM-----nach Geschmack:-----

Zimt und Zucker zum  
-Bestreuen

Milch, Salz, Zucker, Butter und abgeriebene Zitronenschale zusammen aufkochen. Mais und Griess langsam einruehren und 20 Minuten bei sehr schwacher Hitze unter haeufigem Ruehren simmern lassen. Rosinen und Sahne dazugeben und gut vermischen. Den Boden einer Springform von 24 cm Durchmesser mit Backpapier gut auskleiden, den Rand mit Butter bestreichen. Den Teig hineingeben. Apfelschnitze fein schneiden und den Teig damit belegen. Zimt und Zucker vermischen und ueber die Aepfel streuen. Den Kuchen in den auf 170 Grad vorgeheizten Backofen geben und fuer ca. 45 Minuten backen lassen

:Stichworte : Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie am Genfer See  
: : Folge 223, vom 07. November 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Makronen-Gugelhupf

Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen

Yield: 1 Keine Angabe

5 Eier (300 g),  
300 g Butter,  
300 g Zucker,  
300 g Mehl,  
Salz

MMMMM-----Makronenmasse:-----

1 Eiweiß,  
2 tb Zucker,  
100 g geriebene Mandeln

Butter schaumig rühren. Zwei Drittel des Zuckers darin unter Rühren auflösen. Die Eier trennen. Das Eigelb zur schaumigen Butter in die Schüssel geben. Butter, Zucker und Eigelb gutiterrühren. Das Mehl darauf sieben und gut untermischen. Das Eiweiß steif schlagen, den restlichen Zucker zufügen. Etwas Eischnee unter den Teig rühren um ihn zu lockern. Den restlichen Eischnee danach behutsam unterheben.

Für die Makronenmasse das Eiweiß steif schlagen, dabei den Zucker untermischen. Zum Schluss die Mandeln unterrühren. Den Kuchenteig in eine gefettete, bemehlte Gugelhupfform füllen. Die Mandelmasse obenauf geben. Mit einer Gabel von oben nach unten kreisend alles miteinander mischen. In dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen etwa 50 bis 60 Minuten backen (Probe machen: Stricknadel in Teig stechen; wenn noch Teig daran haengen bleibt, ist der Kuchen noch nicht fertig gebacken).

:Stichworte : Gugelhupf, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gugelhupf  
: : Folge 205, vom 20. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Malakoffs

Categories: Käsegerichte

Yield: 1 Keine Angabe

600 g geriebener Gruyere-Käse,  
3 tb Mehl,  
3 Eier,  
2 Knoblauchzehen,  
50 ml Kirschwasser,  
500 g in Scheiben geschnittenes  
-Brot,  
Cayennepfeffer

Das Mehl mit dem Käse und den Eiern verrühren. Den zerdrückten Knoblauch mit Kirschwasser und Pfeffer in den Teig geben. Wenn die



Masse gleichmaessig verruehrt ist, kuppelartig auf die Brotscheiben streichen. Die Schnitten im Backofen bei 200 Grad ca. 5 Minuten backen.

:Stichworte : Käse, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie am Genfer See  
: : Folge 223, vom 07. November 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Maluns  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

800 g Kartoffeln,  
mindestens einen, besser  
-zwei Tage zuvor in der  
-Schale gekocht,  
250 g Weißmehl,  
2 ts Salz,  
4 tb Sonnenblumenöl,  
2 E frische Butter

Kartoffel schaelen, grob raffeln, Mehl und Salz dazugeben, mit den Haenden alles gut miteinander vermengen. In vier Portionen teilen. Jede Portion fuer sich in 1 EL Oel braten, in der Masse dabei staendig stochern. Ist sie goldbraun und knusprig geworden, in eine Schuessel geben, warmstellen. Mit den uebrigen Portionen gleich verfahren, zum Schluss die Butter heiss werden lassen und die ganze Menge darin wieder unter stetigem Ruehren noch einmal ganz heiss werden lassen.

Milchkaffee dazu und Apfelmus oder Kaese.

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Graubünden  
: : Folge 114, vom 14. September 1994 und  
: : Folge 115, vom 28. September 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mandelcreme  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g geriebene süße Mandeln,  
1/4 l heißes Wasser,  
Stärkemehl s.  
-Verpackungsbei  
110 g Zucker,  
1/4 l Milch,  
3 cl Kirschwasser,  
1/4 l süße Sahne,  
3 Orangen,

150 g blaue Weintrauben

Mandeln in eine Schuessel geben und mit dem heissen Wasser uebergiessen. 10 Minuten stehen lassen. Danach die Mandeln durch ein Haarsieb giessen, die Mandeln dabei ausdruecken, damit alle Fluessigkeit aufgefangen werden kann. Die so gewonnene "Mandelmilch" mit Zucker, Milch und Kirschwasser vermischen, schwach erhitzen und die in kaltem Wasser aufgeloeoste Speisestaerke hineinruehren (s. entsprechende Verpackungsbeilage).

Die Creme kalt stellen. Die Sahne steifschlagen und unter die abgekuehlte Creme heben. Die Mandelcreme in Portionsfoermchen fuellen und in den Kuehlschrank stellen bis sie kalt und fest ist. Die Orangen schaelen, auch die pelzige Innenhaut sorgfaeltig entfernen.

Die Fruechte quer in duenne Scheiben schneiden. Die Weintrauben waschen und gut abtropfen lassen. Die Beeren von den Stielen zupfen. Die Foermchen kurz in heisses Wasser tauchen und die Creme auf Portionsteller stuerzen. Mit Orangenscheiben umlegen, diese mit Weinbeeren garnieren.

:Stichworte : Dessert, Mandel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Spanisch-Brötli-Bahn  
: : Folge 176, vom 20. Juli 1997  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cl: centiliter

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mandelcreme  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Mandeln (fein gerieben),  
1 l Milch,  
1 tb Mehl,  
250 g Zucker,  
1/2 l Sahne,  
Vanille

Die Mandeln in Milch kochen und abseihen. Mehl mit etwas Milch glatt ruehren und in die koechelnde abgeseihete Mandelmilch geben, ebenso den Zucker. Wenn die Creme dick ist, erkalten lassen. Die Sahne mit dem Ausgekratzten einer Vanilleschote steif schlagen und unter die Creme heben.

:Stichworte : Dessert, Mandel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Aus der Küche einer alten Stadt: Trier  
: : Folge 109, vom 25.05.1994  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mandelcreme - Variante

Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

125 g Mandeln (fein gestoßen),  
1 tb Mehl,  
4 Eier,  
250 g Zucker,  
Zitronenschale,  
1 l Milch

Die Eier trennen, das Eiweiss zu Schnee schlagen. Die Mandeln, das Mehl, Eigelb, Zucker, Zitronenschale in der Milch anruehren und unter kraeftigem Ruehren auf kleinem Feuer dick werden lassen. Den Eischnee darunter heben.

:Stichworte : Dessert, Mandel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus der Küche einer alten Stadt: Trier  
: : Folge 109, vom 25.05.1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mandelfladen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g Blätterteig

MMMMM-----Für die Füllung:-----

100 g Mehl,  
100 g Honig,  
1 pk Vanillezucker,  
2 ganze Eier,  
3 Eigelb,  
500 ml Milch,  
50 g Butter,  
50 g geschälte, fein gemahlene  
-Mandeln,  
einige Tropfen Bittermandel-  
-Aroma

Den Blaetterteig halbieren und zwei Rechtecke 3 bis 4 mm dick ausrollen. Auf ein kalt abgspueltes Backblech legen und im auf 220 Grad vorgeheizten Ofen auf der untersten Schiene etwa 20 Minuten hellbraun backen. Die beiden noch warmen Blaetterteigkissen so aufschneiden, dass je ein Boden und ein Deckel entstehen. Auskuehlen lassen.

Das Mehl, den Puderzucker und den Vanillezucker in einem Topf mischen. Die ganzen Eier mit den 3 Eigelb verquirlen und beifuegen. Die Milch aufkochen und unter Ruehren dazugiessen.

Dann den Topf auf die Herdplatte stellen und unter staendigem Ruehren mit dem Schneebesen aufkochen. Sobald die Creme zu binden beginnt, die Butter beifuegen und kraeftig unterruehren. Vom Feuer nehmen und die Creme in einem Eiswuerfelbad kalt ruehren; damit wird verhindert, dass sich eine Haut bildet.

Erst jetzt die Mandeln und das Bittermandel-Aroma beifuegen. Die Creme auf die beiden Blaetterteigboeden streichen und die Deckel aufsetzen, in Portionsstuecke schneiden.

:Stichworte : Gebäck, Honig, Mandel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Honig aus dem Schwarzen Wald  
: : Folge 196, vom 28. Juni 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mandelforelle  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Person

1 fangfrische Forelle,  
etwas Mehl zum Wenden,  
Butter,  
Mandelblättchen,  
Salz,  
Pfeffer,  
Zitronensaft

Die ausgenommene Forelle innen und aussen mit Salz und Pfeffer wuerzen und mit Zitronensaft betrauefeln. Den Fisch zuerst in Mandelblaettchen, danach in Mehl wenden und in heisser Butter ca. 10 Minuten auf beiden Seiten braten.

:Stichworte : Fisch, Forelle, Süßwasser  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus Schwarzwaldbächen: Forellen  
: : Folge 195 vom 14. Juni 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Manfriguli (Kratzete nach Puschlaver Art)  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Buchweizenmehl,  
250 g Weißmehl,  
1 ts Salz,  
2 Eier (verquirlt),  
Wasser nach Bedarf,  
Butterfett zum Braten,  
einige Butterflöckchen

In eine Schuessel Mehl und Salz geben, in der Mitte eine Vertiefung machen, Eier und Wasser hineingiessen und nach und nach einruehren. Es soll ein eher fester Teig entstehen.

Das Butterfett erhitzen und aus dem Teig Pfannkuchen backen, dabei mit einem Kochloeffel den Teig zerstueckeln und stets gut wenden. Zum Schluss Butterfloeken darueber legen.

:Stichworte : Mehlspeise, Pfannkuchen, Puschlav  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Puschlav  
: : Folge 254 vom 06. Mai 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mangohähnchen  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Hähnchenschenkel oder  
Hähnchenbrüste,  
1 Ei,  
2 tb Mehl,  
Salz,  
Pfeffer,  
100 g gehackte Mandeln,  
150 g Butterschmalz,  
2 Mangos,  
Curry,  
Sahne

Haehnchenfleisch mit Salz und Pfeffer einreiben, nacheinander in Mehl, verquirltem Ei und gehackten Mandeln waelzen. Im heissen Fett knusprig braun braten. Inzwischen die Mangos schaelen und das Fruchtfleisch in Scheiben vom Kern loesen. Das gare Haehnchenfleisch warmstellen und die Mangoscheiben in dem Bratenfond vorsichtig erwaermen. Mit Sahne abloeschen und mit Curry pikant abschmecken. Mit Reis und frisch angemachtem Blattsalat servieren.

:Stichworte : Exotisch, Frucht, Geflügel, Huhn, Mango  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte II - Papaya, Mango  
: : Folge 058, vom 08. Februar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
: : aus: Exotische Früchte & Gemüse, Tomus-Verlag München  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mangold nach Mittelmeerart  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Mangold,  
3 Eier,  
100 g geriebener Parmesan-Käse,  
1 c Béchamel,  
1 rote Pfefferschote,  
1 tb Paniermehl,  
Butter

MMMMM-----Béchamel-Sauce:-----

30 g Butter,  
30 g Weißmehl,  
500 ml Milch,  
Salz,  
Muskatnuss

Mangold putzen, in kochendem Salzwasser 15 Minuten blanchieren, abschuetten, abtrocknen und mit etwas Butter in einer Pfanne andaempfen. 1/2 Tasse fluessige Bechamel dazugeben, koecheln lassen, in eine Auflaufform geben und mit dem Rest Bechamel bedecken. Eier verquirlen, mit der klein geschnittenen Pfefferschote, dem Parmesan-Kaese und dem Paniermehl vermischen. Diese Mischung ueber den Mangold streichen.

Im heissen Ofen (ca. 200 Grad) 15 Minuten ueberbacken. Das Gericht kann heiss oder lauwarm serviert werden.

Bechamel-Sauce:

Butter schmelzen, das Mehl dazugeben und unter Ruehren leicht duensten (das Mehl darf nicht gelb werden). Die warme Milch nach und nach unter stetem Ruehren zum Mehl giessen bis die Sauce glatt und gebunden ist. Mit Salz und Muskatnuss wuerzen.

:Stichworte : Beilage, Gemuese, Mangold  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Spinat und Mangold  
: : Folge 235 vom 21. Mai 2000  
: : von Kathrin Ruegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mangold, italienisch  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

- 1 Stielmangold (in ca. 1 cm  
-kleine Stuecke geschnitten)  
Olivenoel,
- 2 tb Tomatenmark, evtl. mehr
- 5 Knoblauchzehen (in kleine  
-Stuecke geschnitten)

Die Mangoldstuecke im Salzwasser 15 Minuten blanchieren, dann abgiessen und abtropfen lassen.

Im heissen Olivenoel die klein geschnittenen Knoblauchzehen daempfen. Sobald sie beginnen Farbe anzunehmen, nach Geschmack 2 bis 3 EL Tomatenmark beifuegen und mit dem Kochloeffel ruehren bis sich das Oel und Tomatenmark etwas verbinden.

Die abgetropften Mangoldstuecke dazugeben, gut vermischen und etwa 5 Minuten zugedeckt daempfen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

:Stichworte : Beilage, Gemuese, Mangold  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Spinat und Mangold  
: : Folge 235 vom 21. Mai 2000  
: : von Kathrin Ruegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mangoparfait  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

2 Eigelb,  
50 g Zucker,  
2 1/2 dl Sahne,  
150 g Mangofruchtfleisch,  
1 tb Cognac,  
2 Eiweiß,  
1 tb Zucker

Die Eigelbe mit dem Zucker schaumig rühren, bis die Masse hell geworden ist. Die Sahne steif schlagen und mit den Eigelben vermischen.

Das Mangofruchtfleisch durch ein Sieb streichen oder im Mixer puerieren. Mit dem Cognac verrühren und mit der Rahmmischung vermengen.

Die Eiweisse mit dem Zucker zu steifem Schnee schlagen und sorgfältig mit der Fruchtmasse vermischen. In eine Souffle-Form füllen und während mindestens 4 Stunden im Tiefkühler fest werden lassen.

:Stichworte : Dessert, Exotisch, Frucht, Mango, Parfait  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte II - Papaya, Mango  
: : Folge 058, vom 08. Februar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mangosahnecreme  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 2 Personen

200 g Mangofleisch,  
1 tb Zucker,  
1 tb Zitronensaft,  
100 g Sahne

Eine mittelgrosse Mango schälen und puerieren (das ergibt ungefähr 200 g). Mit Zucker, Zitronensaft und Schlagsahne vermischen.

:Stichworte : Exotisch, Frucht, Mango, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte II - Papaya, Mango  
: : Folge 058, vom 08. Februar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
: : aus: Das große Buch der Früchte, Südwestverlag  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mangosorbet

Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

2 Mangos, püriert  
1 c Wasser,  
1/2 c Zucker,  
1 pn Salz,  
1/4 c Zitronensaft,  
2 Eiweiß,  
100 g Sahne

Eiweiss mit der Haelfte des Zuckers steif schlagen. Fuer den Sirup Wasser, Zucker und Salz fuerf Minuten kochen und abkuehlen lassen. In der Zwischenzeit die Mangos vorbereiten: Mangos, Sirup und Zitronensaft vermischen. Eischnee und steif geschlagene Sahne unterheben. Gefroren auftragen.

:Stichworte : Dessert, Exotisch, Frucht, Mango, Papaya, Sorbet  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte II - Papaya, Mango  
: : Folge 058, vom 08. Februar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
: : aus: Das große Buch der Früchte, Südwestverlag  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pn: Prise  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Manzo Brasato (in Wein mariniertes Rinderbraten)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Rindsbraten (aus der  
-Schulter)  
3/4 l Merlot oder anderer  
-trockener Rotwein, c  
Salz  
Pfeffer  
2 tb Olivenöl  
1 Zwiebel, grob gehackt  
2 Knoblauchzehen, gepresst  
2 Karotten, in Rädchen  
-geschnitten  
1 Lauch, in Streifen  
-geschnitten  
1 Lorbeerblatt  
1 Gewürznelke  
1 Rosmarinzweig  
1 tb Thymianblätter  
1 tb Majoranblätter, gehackt  
Schale von 1/2 Zitrone  
1 tb Tomatenmark  
1 Schweinsfuss, der Länge  
-nach zerteilt

Das Fleisch zwei Tage vor dem geplanten Servieren in ein moeglichst enges Gefaess legen, soviel Wein dazugiessen, dass das Fleisch ganz damit bedeckt ist. Zugedeckt ueber Nacht stehen lassen. Aus dem Wein nehmen (diesen aber zurueckbehalten), trockentupfen, mit Salz und Pfeffer einreiben. Das Oel in einer Kasserolle erhitzen, das Fleisch



ringsum anbraten, beiseite legen. Im gleichen Oel zuerst Zwiebel und Knoblauch andaempfen, dann nach und nach alle Gemuese und die Kraeuter und Gewuerze dazugeben. Mit der Marinade und eventuell mit der Haelfte des uebriggebliebenen Weines abloeschen. Das Fleisch und den Schweinsfuss so dazulegen, dass sie vom Gemuese umgeben sind. Zugedeckt im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen 2 bis 2 1/2 Stunden schmoren. Nach und nach den uebrigen Wein begeben. Den Backofen abstellen. Das Fleisch darin ueber Nacht ruhen lassen, dann im auf 220 Grad vorgeheizten Backofen 20 Minuten heiss werden lassen. In Tranchen geschnitten schuppenartig auf eine vorgewaermte Fleischplatte anrichten. Die Schwarte des Schweinsfusses in Streifen geschnitten darueber legen. Die Sauce eventuell noch nachwuerzen, ueber den Braten giessen. Dazu gehoeren Polenta oder Kartoffelpueree.

:Stichworte : Braten, Fleisch, Rind, Schweiz, Tessin  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 212, Kochen wie im Tessin  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mariniertes Camembert  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Camembert,  
100 ml Weißwein,  
100 g Butter,  
1 Msp Cayennepfeffer,  
Walnuss-Hälften,  
Bleichsellerie-Stangen

Kaese in Stuecke schneiden und mit Wein bedeckt ueber Nacht bei Zimmertemperatur ziehen lassen. Kaese zusammen mit der verbleibenden Fluessigkeit mit der Gabel zerdruecken oder im Mixer puerieren. Die weiche Butter beifuegen und gut untermischen. Mit Cayennepfeffer wuerzen.

Selleriestangen waschen, Blaetter abschneiden, Fasern abziehen und in ca. 15 cm lange Stangen schneiden. Die Kaesemasse auf Selleriestangen streichen, mit Walnuss-Haelften garnieren und kuehl servieren.

:Stichworte : Buffet, Camembert, Fingerfood, Käse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Ostergäste  
: : Folge 168, vom 30. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Markgräflertorte  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Boden:-----

400 g geriebene Haselnüsse,  
400 g Zucker,  
11 Eiweiß

MMMMM-----Füllung:-----  
80 g geschälte Haselnüsse,  
80 g geschälte Mandeln

MMMMM-----Zum Rösten der Nüsse:-----  
30 g Zucker

MMMMM-----Buttercreme:-----  
200 g Butter,  
230 g Staubzucker,  
5 tb Kirschwasser

Unter den steifen Schnee der Eiweiss mengt man Zucker und geriebene Haselnuesse, fuellt den Teig in drei vorgerichtete Tortenformen in der Groesse von 26 cm Durchmesser und baeckt sie in maessig heissem Ofen bei 140 Grad ca. 3/4 Stunde.

Unterdessen werden die Haselnuesse im Backofen leicht geroestet, damit die Schalen sich loesen. Dann werden die geschaelten Mandeln, samt den Haselnuessen - auf einem Blech liegend - mit Zucker ueberstreut im Ofen lichtgelb geroestet und danach gemahlen. Zur Creme wird die Butter sehr schaumig geruehrt und mit dem Zucker und dem Kirschwasser tuechtig geruehrt. Von dieser Masse nimmt man zur Spritzverzierung 4 EL voll weg, mischt unter das Zurueckgebliebene die gemahlene Haselnuesse und Mandeln und bestreicht damit die drei Tortenteile. Diese werden zusammengesetzt, mit der zurueckgestellten Buttercreme, welche man nochmals tuechtig geruehrt hat, verziert und der aessere Rand damit glatt bestrichen.

(E. Wundt, M. Kuenzler, U.Rothmund: Kochbuch der Koch- und Haushaltungsschule, G. Braun GmbH)

:Stichworte : Staufen, Torte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Staufen (I)  
: : Folge 125, vom 08. März 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Marmor-Gugelhupf  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

5 Eier (300 g),  
300 g Butter,  
300 g Zucker,  
300 g Mehl,  
Salz,  
3 tb Kakaopulver

Butter schaumig ruehren. Zwei Drittel des Zuckers darin unter Ruehren auflösen. Die Eier trennen. Das Eigelb zur schaumigen Butter in die Schuessel geben. Butter, Zucker und Eigelb gut weiter ruehren. Das Mehl darauf sieben und gut untermischen. Das Eiweiss steif schlagen, den restlichen Zucker zufuegen. Etwas Eischnee unter den Teig ruehren um ihn zu lockern. Den restlichen Eischnee danach behutsam unterheben.

Unter die Haelfte der Teigmenge das Kakaopulver mischen. Zunaechst die helle Teigportion in eine gebutterte, mit Mehl ausgestreute

Gugelhupfform fuellen. Die dunkle Teigmenge obenauf geben. Mit einer Gabel von oben nach unten kreisend beides miteinander mischen, damit ein Marmormuster entsteht.

In dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen etwa 50 bis 60 Minuten backen (Probe machen: Stricknadel in Teig stechen; wenn noch Teig daran haengen bleibt, ist der Kuchen noch nicht fertig gebacken).

:Stichworte : Gugelhupf, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gugelhupf  
: : Folge 205, vom 20. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mattelott (Fischragout auf elsässische Art)  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 6 Personen

2 1/2 kg kochfertigen Süßwasserfisch  
(Hecht, Schleie, Aal,  
-Zander etc.),  
Köpfe und Schwänze für die  
-Brühe aufheben,  
3 Schalotten,  
1/2 l Riesling oder Mandelberger,  
70 g Butter,  
50 g Mehl,  
1/4 l Sahne,  
1 Bouquet garni  
(1 Lorbeerblatt und  
3 Nelken auf etwas Lauchgrün  
-stecken und  
Petersilie),  
Salz  
Pfeffer

Die von den Flossen befreiten, geschuppten, ausgenommenen und gewaschenen Fische in ca. 70 g schwere Stücke schneiden. Diese in eine mit Butter bestrichene feuerfeste Form geben. Die feingehackten Schalotten zugeben. Leicht salzen und pfeffern.

Aus den Fischköpfen und -schwänzen, dem Bouquet garni, 1/4 l Riesling und 1/2 l Wasser eine Brühe bereiten. Salzen, pfeffern und 30 Minuten kochen.

Die kochende Brühe über die Fischstücke gießen. Mit Deckel oder Alufolie abdecken und im Backofen (180 Grad C/Stufe 6) 12 bis 15 Minuten garen. Den Fond in eine Edelstahl- oder Kupferkasserolle geben. Im Kontakt mit gewissen Metallen wie z.B. Aluminium nimmt die Sauce eine nicht sehr appetitliche graue Farbe an. Zum Binden der Sauce 50 g weiche Butter und 50 g Mehl vermischen und diese Mischung unter ständigem Rühren unter die vom Herd genommene Sauce geben. Ca. 30 Minuten eindicken lassen, dann die Sahne zugeben und noch einmal kurz aufkochen. Den während der Zubereitung der Sauce warmgehaltenen Fisch auf einer heißen Platte anrichten. Die Sauce abschmecken und durch ein Sieb passieren.

:Stichworte : Aal, Elsass, Fisch, Hecht, Ragout, Schleie  
: : Süßwasser, Zander

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Elsass (I)  
: : Folge 131, vom 14. Juni 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
:Notizen (\*\*\*) : Simone Morgenthaler, Ernest Wieser, Louis Fortmann:  
: : Die besten Rezepte aus dem Elsass,  
: : Edition DNA, Straßburg)

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Maultaschen  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

fertiger Nudelteig

MMMMM-----Füllung:-----

1 tb Butter,  
1 Zwiebel, fein hacken,  
2 tb Petersilie, fein hacken,  
50 g Rauchspeck, fein würfeln,  
100 g Bratwurstbrät,  
1 altbackenes Brötchen, fein  
-würfeln,  
3 Eier,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskatnuss,  
200 g Spinat

Die Butter schmelzen, die Zwiebel darin glasig daempfen. Abkuehlen. Mit Petersilie, Rauchspeck und Bratwurstbraet vermengen. Die Brotwuerfel in etwas Wasser einweichen, ausdruecken, begeben. Den Spinat ins kochende Wasser geben, 2 Minuten ziehen lassen, abseihen, abkuehlen, begeben. Die ganze Fuellung durch den Fleischwolf drehen oder in einer Kuechenmaschine hacken. Die zerklopfen Eier darunter mengen, wuerzen. Den Nudelteig ganz duenn zu Platten von ca. 30 x 50 cm auswallen.

Fuellungshaeufchen (1 EL) im Abstand von ca. 10 cm auf den Teig geben. Die Zwischenraeume des Teiges mit etwas Eiweiss bepinseln. Eine zweite Teigplatte darauf legen. Gut andruecken, mit einem Teigraedchen ausschneiden. In kochendem Salzwasser 10 Minuten ziehen lassen.

:Stichworte : Maultasche, Nudel, Schwaben  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Schwaben  
: : Folge 135, vom 11. September 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Maultaschen in der Brühe  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

1 l Fleischbrühe,  
8 Maultaschen,

1 tb Petersilie, gehackt

Die Fleischbruehe aufkochen, die Maultaschen beigegeben. Heiss werden lassen. Mit der Petersilie bestreut anrichten.

:Stichworte : Brühe, Maultasche, Nudel, Schwaben, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Schwaben  
: : Folge 135, vom 11. September 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mediterrane Kartoffelpfanne

Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte

Yield: 1 pro Person

250 g Kartoffeln (mehlige Sorte),  
1/2 rote Paprikaschote,  
1 tb Linsenkeimlinge,  
1 tb gekeimte Kichererbsen,  
1 Knoblauchzehe,  
einige Zweige frischer  
-Majoran,  
einige Zweige Thymian oder  
-Rosmarin

Die Kartoffeln kochen, schaelen und der Laenge nach halbieren. Paprikaschote vierteln, vom Kerngehaeuse befreien und in kochendes Wasser geben. Etwa 5 bis 8 Minuten kochen lassen, herausnehmen und noch in heissem Zustand die Haut abziehen. Danach in Wuerfel schneiden.

Linsen- und Kichererbsenkeime abrausen und gut abtropfen lassen. Olivenoel in einer grossen Pfanne erhitzen. Kartoffelhaelften auf beiden Seiten unter Zugabe der abgezapften Thymianblaetter goldgelb anbraten, herausnehmen und warm stellen. Danach die Paprikawuerfel in die Pfanne geben und zusammen mit den Keimlingen anschwenken. Den Knoblauch blaettrig schneiden und dazugeben. Mit Majoran wuerzen. Alles gut durchschwenken, mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken und dekorativ auf die Kartoffelhaelften verteilen.

Anmerkung: Kartoffeln wirken basisch, enthalten viel Kalium und hochwertiges pflanzliches Eiweiss; sie sind kalorienarm, leicht und gut vertraeglich. Paprika hat neben einem hohen Vitamin-C-Gehalt auch Vitamin P. Dieses Vitamin normalisiert und reguliert die Durchlaessigkeit der kapillaren Blutgefuesse; es steuert den Blutdruck, regt den Blutkreislauf an und beugt Stoerungen desselben vor, ist also sehr gut geeignet fuer den koerperlichen Fruehjahrsputz.

:Stichworte : Kartoffel, Pfannengericht  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Leichter in den Frühling  
: : Folge 188, vom 22. Februar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

Title: Meerfisch in Rose-Wein  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

800 g Meerfisch-Filets,  
2 Zwiebeln,  
einige Pfefferkörner,  
1 Gewürznelke,  
1 1/2 l Wasser,  
1 ts Salz,  
4 tb Olivenöl,  
2 tb Mehl,  
2 Zwiebeln,  
1/4 l Rose-Wein (herb),  
1/4 l kräftige Hühnerbrühe,  
50 g Parmesan,  
2 tb Butter

Das Wasser mit den in Scheiben geschnittenen Zwiebeln, den Pfefferkörnern, der Nelke und dem Salz einige Minuten kochen. Den Kochtopf vom Feuer nehmen, die Filets hineinlegen. Zugedeckt ca. 10 Minuten stehen lassen. Inzwischen in einer Bratpfanne das Öl mit dem Mehl verrühren, dann erhitzen. Die Zwiebeln darin 5 Minuten dünsten. Mit dem Rose-Wein und der Hühnerbrühe ablöschen, eventuell nachsalzen. 10 Minuten einkochen lassen, dabei rühren.

Die Fische aus dem Sud heben, in eine gebutterte Auflaufform legen. Die Sauce darüber gießen. Den Käse darüber streuen, dann die Butter in Flockchen darauf geben. Im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten hellbraun überbacken.

:Stichworte : Fisch, Zwiebel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwiebel - hat 7 Häute, beißt alle Leute  
: : Folge 186 vom 25. Januar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

Title: Meerrettichsahne  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

1/4 l Sahne,  
2 tb Meerrettich, gerieben  
1 pn Zucker,  
Salz,  
Paprikapulver,  
1 ts Essig

:Stichworte : Fisch, Forelle, Meerrettich, Süßwasser  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus Schwarzwaldbächen: Forellen  
: : Folge 195 vom 14. Juni 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

pn: Prise

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Meerrettichsauce

Categories: Saucen, Marinaden

Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Stange Meerrettich,  
50 g Butter,  
50 g Mehl,  
1/4 l Milch,  
1/4 l Fleischbrühe,  
1 pn Zucker

Meerrettichstange waschen und schaben, so dass sie schoen weiss wird. Meerrettich fein reiben, moeglichst am offenen Fenster. Beim Reiben muss die Stange senkrecht gehalten werden, weil der Meerrettich sonst faserig wird. Wird der Meerrettich nicht sofort verarbeitet, mit Milch in eine Schuessel geben oder sofort mit etwas Mehl bedecken, sonst wird er schwarz. In einem Topf Butter schmelzen und darin den geriebenen Meerrettich 5 bis 8 Minuten duensten. Dann Mehl darueberstaeuben und weiterruehren, nach 5 Minuten mit der Bruehe und der Milch abloeschen. Mit Salz und einer Prise Zucker wuerzen. Je nach Schaerfe muss nun der Meerrettich im gut verschlossenen Topf noch etwas koecheln. Zu Kochfleisch servieren.

:Stichworte : Meerrettich, Sauce

:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:

: : Folge 92, Zwetschgen und Meerrettich

:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Meerrettichsauce

Categories: Saucen, Marinaden

Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Stange Meerrettich,  
50 g Butter,  
50 g Mehl,  
1/4 l Milch,  
1/4 l Fleischbrühe,  
1 Zucker

Meerrettichstange waschen und schaben, so dass sie schoen weiss wird. Meerrettich fein reiben, moeglichst am offenen Fenster. Zum Meerrettichreiben gehoert das Weinen dazu. Beim Reiben muss die Meerrettichstange senkrecht gehalten werden, weil der Meerrettich sonst faserig wird.

Wird der Meerrettich nicht sofort verarbeitet, mit Milch in eine Schuessel geben oder sofort mit etwas Mehl bedecken, sonst wird er schwarz.

In einem Topf die Butter schmelzen und darin den Meerrettich 5 bis 8 Minuten duesten. Dann Mehl darueber staeuben und weiterruehren, nach weiteren 5 Minuten mit der Bruehe und der Milch abloeschen. Nun mit Salz und einer Prise Zucker wuerzen. Je nach Schaerfe muss nun der Meerrettich in gut verschlossenem Topf noch etwas koecheln.

:Stichworte : Baden, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im südlichen Schwarzwald II  
: : Folge 105 vom 23. März 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mehlsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

5 tb Butterfett,  
5 tb Mehl,  
1 Zwiebel,  
2 l Knochen- oder Fleischbrühe,  
Salz,  
Muskat,  
100 ml Rotwein, eventl.  
1 tb Sahne

Butterfett erhitzen. Auf kleinem Feuer unter staendigem Ruehren das Mehl roesten (ca. 1/2 Stunde) Es muss kastanienbraun werden. Waehrend der letzten 10 Minuten die Zwiebel mitroesten. Mit der Bruehe nach und nach abloeschen. Dabei gut ruehren, damit keine Knoellchen entstehen. 2 Stunden koecheln lassen, salzen, wuerzen.

(Kathrin gibt gern noch 100 ml Rotwein bei.) Die Suppe in gut vorgewaermte Teller anrichten und eventuell einen EL Sahne in die Tellermitte geben.

:Stichworte : Baden, Schwarzwald, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie bei den Fallers  
: : Folge 227, vom 16. Januar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Melintzanosalata (Auberginensalat)  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Auberginen,  
3 zerquetschte Knoblauchzehen,  
1/2 c Olivenöl,  
1/4 c Weinessig,  
(wer möchte, 1/2 Tasse  
-gehackte Walnüsse),  
Salz,  
Pfeffer,



schwarze Oliven und  
-Petersilie zur Garni

Dieser Salat kann mit geroestetem Fleisch und gegrilltem Fisch oder auch als Dip serviert werden.

Der Stiel der Auberginen wird entfernt, dann werden sie halbiert und kommen in eine Pfanne, in der sie 30 Minuten im heissen Ofen gebacken werden. Mit einem Loeffel kratzt man das Weiche aus den Auberginen, laesst es erkalten und gibt es zusammen mit Salz, Pfeffer und Knoblauch in den Mixer. Sobald eine gleichmaessige Creme entstanden ist, fuegt man abwechselnd und tropfenweise Olivenoel und Weinessig bei. Dann kommen die gehackten Walnuesse dazu waehrend der Mixer bei niedriger Geschwindigkeit weiter laeuft. Anrichten und mit gehackter Petersilie und schwarzen Oliven garnieren.

Rezepte nach Hotel Amathus

:Stichworte : Aubergine, Salat, Zypern  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie auf Zypern  
: : Folge 175, vom 6. Juli 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Merängge mit Nidle (Meringues mit Sahne)  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Eiweiß,  
200 g Zucker,  
40 g Stärkemehl,  
10 g Butter,  
3 dl Schlagrahm

Eiweiss und 100 g Zucker zu steifem Schnee schlagen. Die restlichen 100 g Zucker und das Staerkemehl sachte und gleichmaessig darunter ziehen. Die Butter zergehen lassen und damit das Blech bebuttern. Mit Griesszucker bestreuen und die Meringues mittels zweier Suppenloeffel (oder Spritzsack mit flacher Sterntuelle) auf Blech dressieren. Den Backofen auf kleinster Stufe vorheizen. Die Meringues werden praktisch nur getrocknet. Den geschlagenen Rahm auf den Teller geben und in der Mitte zu einer kleinen Birne dressieren. Pro Person mit 2 Schalen den Rahm "einklemmen" und das Ganze mit Rahm fertig garnieren. Emmentaler Meringues sollten leicht Farbe haben und schoen trocken (nicht klebrig) sein.

:Stichworte : Baisers, Dessert, Emmental, Meringue  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Emmental (I)  
: : Folge 127, vom 12. April 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Meringen-Schalen (Meringues)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

5 Eiweiss  
250 g Zucker (am besten  
-Puderzucker)  
1 pk Vanillezucker  
1/4 l Sahne

Die Eiweiss zu halbsteifem Schnee schlagen, dann nach und nach den mit Vanillezucker vermischten Zucker beifuegen und so lange schlagen bis sich die Masse schneiden laesst.

Von der Meringen-Masse mit 2 EL gleichmaessige Kloesse (12 bis 14) abstechen und auf ein mit Papier belegtes, heisses Blech setzen oder die Masse mit Hilfe eines Spritzsackes und einer Sterntuelle auf das Papier spritzen. Den Backofen auf 150 Grad vorheizen, waehrend des Backens jedoch auf 80 Grad herunter schalten. Die Meringenschalen goldgelb backen.

Danach das Papier auf den nassen Tisch legen und die Meringen losloesen. Vor dem Servieren zwischen je 2 Schalen einen grossen Essloeffel geschlagene Sahne geben.

:Stichworte : Baden, Gebäck  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 162, Linzer Torte  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mexikanischer Weihnachtssalat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

1 lg Ananas oder  
1 cn Ananas (850 g) in Stuecken,  
2 lg Orangen,  
2 Bananen,  
1 lg Apfel,  
1 pk Rote Beete in Stuecken,  
4 tb Mayonnaise,  
1 Kopfsalat,  
2 tb gesalzene Erdnuesse

Ananas aus der Dose, sowie Rote Beete abtropfen lassen. Orangen, Bananen, Apfel schaelen und in kleine Stuecke schneiden. Mit der Ananas, Rote Beete und Mayonnaise vermischen.

Einige Stunden kuehl ziehen lassen. Vor dem Anrichten den Kopfsalat waschen, eine Schuessel mit den Blaettern auslegen. Die Salatmischung daraufhaeuften, mit Erdnuesen bestreuen.

:Stichworte : Ananas, Banane, Exotisch, Frucht, Mexiko, Salat  
: : Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte I - Bananen und Ananas  
: : Folge 057, vom 11. Januar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
: : (aus: Das große Buch der Früchte, Südwest-Verlag)

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:

cn: Dose  
tb: El.  
pk: Pkg.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Milchbrötchen aus Zopf-Teig  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Hefewürfel,  
50 g Wasser,  
75 g Butter,  
500 g Mehl (Typ 405),  
12 g Salz,  
1/4 l Milch  
80 g Zucker,  
50 g Sultaninen

Einen Hefeteig wie bei "Zuepfe" herstellen. Den gegangenen Teig von neuem durchkneten. Eine Kugel formen. Diese in acht gleich grosse Stuecke teilen. Jedes Stueck nochmals durchkneten und zu einem laenglichen Broetchen formen. Auf ein gefettetes oder mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Mit einem nassen Tuch bedeckt 30 Minuten gehen lassen. Die Broetchen danach mit Eigelb bestreichen und mit einer Schere jedes Stueck dreimal kreuzweise einschneiden, damit Spitzen entstehen. Die Broetchen fuer 50 Minuten in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen schieben. Nach 40 Minuten die Broetchen drehen, damit auch der Boden schoen gebraeunt wird. Auf einem Gitter auskuehlen lassen.

:Stichworte : Brötchen, Frühstück  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mit dem Frühstück fängt der Tag an  
: : Folge 189, vom 08. März 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Milchflan  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 l gekochte und abgekühlte  
-Milch,  
250 g Weißbrot (in Würfel  
-geschnitten),  
5 frische Eier,  
250 g Puderzucker,  
1 Alubackform von 24 cm  
-Durchmesser

Brot und Milch im Mixer puerieren. In einer Schuessel Eigelb und 200 g Puderzucker schaumig schlagen und unter die Brot-Milch-Mischung heben. In einem kleinen Topf den restlichen Puderzucker erhitzen bis eine helle Karamellmasse entstanden ist, diese in die heisse Form giessen und zwar so, dass der ganze Boden mit Karamell ueberzogen ist. Darauf

die Flanmischung geben, mit einer passenden Alufolie zudecken und in die Saftpfanne des Backofen stellen. Wasser in die Saftpfanne geben, so dass die Form zur Haelfte im Wasser steht. Bei 150 Grad (nicht vorheizen!) ca. 45 Minuten backen.

Dann den Aludeckel abnehmen und mit einem Messer die Garprobe machen. Wenn die Masse noch nicht gestockt ist, die Form nochmals ohne Deckel in den Backofen stellen.

:Stichworte : Korsika, Milch, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Kochen wie auf Korsika  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 238, vom 02. Juli 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Milchsaurer Gemüse  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMMM-----Zutaten je 700 g Gemüse:-----

Weißkohl  
2 ts Salz  
1 tb Wacholder,  
1 tb Kümmel  
Rote Beete  
1 ts Salz  
2 tb Meerrettich (gerieben)  
3 Nelken,  
1 mittelgroße, gehackte  
-Zwiebel,  
2 tb Zucker  
Karotten,  
1 ts Salz,  
1 mittelgroße, gehackte  
-Zwiebel,  
2 gehackte Knoblauchzehen  
1 ts Korianderkörner  
Sellerie,  
1 ts Salz,  
250 ml Wasser,  
3 tb Dill (zerzupft)  
Bohnen,  
1 ts Salz,  
3 tb Bohnenkraut (zerzupft)  
Kohlrabi,  
1 ts Salz,  
1 tb Koriander,  
1 tb Pfefferkörner,  
3 Lorbeerblätter  
Rotkraut,  
2 ts Salz,  
2 Nelken,  
1 tb Kümmel,  
1 tb Zucker  
Fenchel,  
1 ts Salz,  
1 mittelgroße, gehackte  
-Zwiebel

Vorbereitung: Kohlarten fein hobeln. Bohnen entspitzen, schraeg in 2-3 cm lange Stuecke schneiden. Knollengemuese schaelen, fein raffeln.

Einsaeuern: Eingesaeuertes Gemuese bildet Milchsaeure. Um den Saeuerungsprozess zu foerdern, kann man dem Gemuese Molke begeben, keinesfalls Milch verwenden! Zuerst werden 1 l-Einmachglaeser (mit Schraubdeckel oder Gummiring mit Klammer) auf ihre Luftdichtheit geprueft: Mit Wasser fuellen und auf den Kopf stellen. Nur solche Glaeser verwenden, aus denen kein Wasser austritt. Die Gummiringe sollen neu sein, die Klammern fest sitzen.

Das einzusaeuernde, sauber geputzte und fein geschnittene oder gehobelte Gemuese wird mit dem Salz und den Gewuerzen in eine Schuessel gegeben und so lange gestampft (z.B. mit einem Kartoffelstoessel) bis Saft austritt. Nun spuelst man die ganz sauberen Glaeser mit einer Essig- Salz-Wasserloesung (1 El Essig, 1 El Salz und 1 l Wasser) aus und schichtet das Gemuese ein. Nicht mehr als 700 g Gemuese fuer ein 1-Liter- Glas. Das Glas sollte hoechstens zu 4/5 gefuellt werden. Der Saft muss das Gemuese bedecken. Evtl. mit gekochtem Wasser oder Molke (Molke aus Molkepulver aus dem Reformhaus, falls nicht frisch erhaeltlich) auffuellen. Sofort gut verschliessen und eine Woche lang an einem dunklen, warmen Ort stehen lassen. Evtl. zudecken. Dann im Keller aufbewahren. Essbar nach 4 Wochen.

:Stichworte : Eingesmacht, Gemuese  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Gesunde Vorräte fuer den Winter  
: : Folge 177, vom 14. September 1997  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Milchsaueres Gemuese:

Categories: Marmeladen, Eingesmacht

Yield: 1 Keine Angabe

Das Einsaeuern von Gemuese - nicht nur Weisskohl fuer Sauerkraut - erlebt eine Renaissance. Man muss sich allerdings in diese Technik richtiggehend vertiefen, um mutig ans Werk zu gehen. Dabei hat das Verfahren lauter Vorteile: milchsaueres Gemuese kann roh als Salat serviert werden. Es laesst sich auch mit frischem Gemuese mischen. Es ist nach 3 bis 6 Wochen essfertig und ein Jahr lang haltbar. Man braucht keinen Tiefkuehlschrank.

Dank des Einsaeuerns in Sterilisierglaeser kann man auch kleine Quantitaeten auf diese Art einmachen. Zuerst werden 1 l-Einmachglaeser (mit Schraubdeckel oder Gummiring und Klammer) auf ihre Luftdichtigkeit geprueft: mit Wasser fuellen und auf den Kopf stellen. Nur solche Glaeser verwenden, aus denen kein Wasser austritt. Die Gummiringe sollten neu sein, die Klammer fest sitzen. Das einzusaeuernde, sauber geputzte und fein geschnittene oder gehobelte Gemuese wird z.B. mit einem Kartoffelstoessel mit dem Salz und den Gewuerzen in einer Schuessel so lange gestampft, bis Saft austritt.

Nun spuelst man die ganz sauberen Glaeser mit einer Essig-Salz-Wasserloesung (1 EL-Essig, 1 EL Salz und 1 l kochendes Wasser) aus und schichtet das Gemuese ein. Nicht mehr als 700 g Gemuese fuer ein 1 l-Glas. Das Glas sollte hoechstens zu ca. 4/5 gefuellt werden. Der Saft muss das Gemuese bedecken. Nachfuellen mit Molke. (Molke aus Molkenpulver, falls nicht frisch erhaeltlich. Wo Molkenpulver nicht erhaeltlich ist, im Reformhaus "Bioferma" kaufen und nach Vorschrift verwenden).

Sofort gut verschliessen und eine Woche lang an einem dunklen, warmen Ort stehen lassen. Dann im Keller aufbewahren. Essbereit nach vier Wochen Gemueseart:

700 g Weisskohl  
2 TL Salz  
1 EL Wacholder  
1 EL Kuemmel  
2 EL Zucker

700 g Rote Bete  
1 TL Salz  
2 EL Meerrettich, gerieben  
3 Nelken  
1 Zwiebel, gerieben  
2 EL Zucker

700 g Karotten  
1 TL Salz  
1 Zwiebel, gehackt  
2 Knoblauchzehen, gehackt  
1 TL Korianderkoerner

700 g Sellerie  
1 TL Salz + 250 ml Wasser  
3 EL Dill, zerzupft

700 g Bohnen  
1 TL Salz,  
3 EL Bohnenkraut, zerzupft

700 g Kohlrabi  
1 TL Salz  
1 EL Koriander  
1 EL Pfefferkoerner  
3 Lorbeerblaetter

700 g Rosenkohl  
2 TL Salz  
2 Nelken  
1 EL Kuemmel  
1 EL Zucker

700 g Fenchel  
1 TL Salz  
1 Zwiebel, gehackt

#### Vorbereitung:

Kohlarten fein hobeln

Bohnen entspitzen, schraeg in 2 bis 3 cm lange Stuecke schneiden

Knollengemuese schaelen, fein raffeln

#### Kochen:

wie Sauerkraut mit etwas Wasser- oder Weinzugabe

#### Salat:

roh, so wie er aus dem Glas kommt, eventl. noch etwas gepfeffert und gesalzen, eventl. mit Oel und/oder Zuckerbeigabe oder einem geraffelten Apfel

:Stichworte : Eingemacht, Gemuese, Grundlage

:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste

: : Kochen wie im Kraichgau II

: : Folge 107, vom 27. April 1994

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Minestrone Poschiavina (Gemüsesuppe)  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

100 g Speck (in feine Würfel  
-geschnitten),  
2 tb Sonnenblumenöl,  
3 lg Karotten (in Rädchen  
-geschnitten),  
1 sm Sellerieknolle mit Kraut  
-(in kleine Würfel  
-geschnitten),  
1 lg Lauchstängel (in Rädchen  
-geschnitten),  
1 Zwiebel (fein gehackt),  
3 Tomaten (enthäutet und in  
-Würfel geschnitten),  
1 Knoblauchzehe (gepresst),  
1 c Borlotti-Bohnen (über Nacht  
-eingeweicht),  
1.5 l Wasser,  
Salz,  
Pfeffer

Den Speck im heissen Oel glasig werden lassen, dann das Gemuese  
dazugeben und duensten. Mit 1,5 l Wasser abloeschen und 90 Minuten  
koecheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

:Stichworte : Gemüse, Puschlav, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Puschlav  
: : Folge 254 vom 06. Mai 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.  
sm: klein.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mokka-Torte  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

5 Eiweiß,  
1 pn Salz,  
150 g Zucker,  
5 Eigelb,  
100 g Mehl,  
50 g Stärkemehl,  
75 g Butter flüssige

MMMMM-----Creme:-----

250 g Butter, weiche  
120 g Puderzucker,  
2 Eigelb,  
2 tb Kaffee-Instant-Pulver

MMMMM-----Garnitur:-----

150 g ganze Haselnüsse,  
Schokoladen-Kaffee-Bohnen

Eiweiss mit dem Salz und der Haelfte des Zuckers zu sehr steifem Schnee schlagen. Die Eigelb mit dem restlichen Zucker cremig ruehren. Zuerst die Eigelb, anschliessend das mit dem Staerkemehl vermischte Mehl und zuletzt die fluessige, aber nicht warme Butter mit einem Holzloeffel vorsichtig unter das steife Eiweiss ziehen. Den Boden einer Springform (22 cm Durchmesser) einfetten. Den Rand der Form nicht! (So klebt der Teig am Rand fest und der Kuchen faellt nicht zusammen). Den Teig hineinfuellen und bei 180 Grad waehrend 25 bis 30 Minuten backen. (Nadelprobe machen!) Den gebackenen Kuchen auf ein Kuchengitter stuerzen, nachdem man mit einem Messer den Rand geloest hat. Mit dem Boden nach oben erkalten lassen.

Creme: Die Butter schaumig ruehren. Den Puderzucker nach und nach darunter mischen. Eigelb und Kaffee-Extrakt dazugeben und die Masse glatt ruehren. Den erkalteten Biskuit zweimal horizontal durchschneiden. Zwei Teile mit je einem Drittel der Buttercreme bestreichen. Die Torte zusammensetzen, den unbestrichenen Teil zuoberst. Den Rand und die Oberflaeche mit der restlichen Buttercreme ueberziehen und mit einem Messer oder einem Metallspachtel glatt streichen.

Garnitur: Die Haselnuesse im heissen Backofen roesten. Erkalten lassen und grob mahlen. Die ganze Torte - auch den Rand - damit bestreuen und mit Schokoladen-Kaffee-Bohnen dekorieren.

:Stichworte : Butter, Mokka, Torte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Butter  
: : Folge 232, vom 26. März 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mokatorte  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

8 Eier,  
250 g Puderzucker,  
1 Vanilleschote, ausgekratzte  
-Kerne von  
1 Zitrone, abgeriebene Schale  
1 pn Salz,  
100 g Butter,  
150 g Mehl,  
1 tb Grand Marnier oder Cointreau

MMMMM-----Füllung:-----

750 ml Sahne,



3 tb Nescafé,  
50 g Puderzucker

MMMMM-----Zur Verzierung:-----  
50 g Schokokaffeebohnen

Elektro-Ofen auf 180 Grad, Umluft-Backofen auf 160 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 4 vorheizen.

Boden:

Eier schlagen, Puderzucker daruebersieben. Vanille, Zitronenschale und Salz begeben. Alles im Wasserbad schlagen, bis eine saemige Creme entstanden ist.

Butter schmelzen, aber nicht heiss werden lassen. Darunterziehen. Die Masse ruehren bis sie kalt ist.

Mehl daruebersieben. Zu einem Teig vermengen. In eine gut bebutterte Springform (26 cm) fuellen. 50 Minuten backen, auf ein Gitter stuerzen, erkalten lassen. Backpapier abziehen. Boden einmal waagrecht durchschneiden. Beide Haelften mit Alkohol betraeufeln.

Fuellung:

Sahne steif schlagen. Dabei nach und nach Nescafe und Puderzucker einrieseln lassen. Ein Drittel dieser Creme auf den einen Boden geben, mit dem zweiten Boden bedecken, mit dem zweiten Drittel der Creme bestreichen. Mit dem Rest, in einen Spritzsack gefuellt, die Torte verzieren. Als weitere Dekoration Schokokaffeebohnen drauflegen. ("Kathrin Rueeggs Lieblings-Kuchen", Mueller-Rueschlikon-Verlag)

:Stichworte : Mokka, Torte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Torten und Pralinen  
: : Folge 167, vom 16. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Morgensuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

2 Kartoffeln,  
1 sl Bauernbrot, evtl. mehr  
1/4 l Milch

Die Kartoffeln schaelen, kochen und zerstampfen. Das Brot "schnefeln" (klein schneiden) und dazugeben. Milch darueber geben und aufkochen.

:Stichworte : Baden, Milch, Schwarzwald, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie bei den Fallers  
: : Folge 227, vom 16. Januar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Moussaka  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----für den Auflauf:-----

3 geschälte Zwiebeln,  
750 g Hackfleisch,  
2 tb Butter,  
1 pk Weißwein,  
einige Tomaten,  
1 bn Petersilie,  
Salz,  
Pfeffer,  
10 Auberginen,  
Olivenöl zum Braten,  
8 tb geriebener Parmesan

MMMMM-----für die Béchamelsauce:-----

1 tb Butter,  
2 tb Mehl,  
1/2 l Milch,  
2 Eigelb

Fuer den Auflauf die Zwiebeln fein hacken und zusammen mit dem Hackfleisch in Butter anbraten. Mit Weisswein abloeschen. Die Tomaten schaelen, die Petersilie klein schneiden und beides dazugeben. Salz, Pfeffer und etwas Wasser hinzufuegen und das Ganze zugedeckt etwa 1 Stunde koecheln lassen. Die Auberginen in dicke Scheiben schneiden und sorgfaeltig mit Salz bestreuen, damit sie eine knappe Stunde "weinen". Anschliessend die Scheiben abtupfen und in Oel ausbraten. Die Haelfte der Auberginenscheiben in eine gebutterte Auflaufform legen und mit 2 EL Kaese bestreuen. Die Hackfleischmasse mit 4 EL Kaese vermischen und auf die Auberginen schichten. Die restlichen Auberginenscheiben darueber- legen.

Fuer die Bechamelsauce die Butter schmelzen, das Mehl hineinstreuen, die Milch langsam dazugeben und dabei gut ruehren, damit die Sauce nicht klumpig wird. Vom Feuer nehmen und ueber die Auberginen giessen. Eigelb schaumig schlagen und auf die Sauce geben. Den restlichen Kaese drueberstreuen und den Auflauf etwa 1 Stunde bei mittlerer Hitze im Ofen backen.

(Feisst: Griechenland - Kulinarische Streifzuege, Sigloch Edition)

:Stichworte : Auflauf, Gratinieren  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gratinieren  
: : Folge 165, vom 16. Februar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mousse von Erdbeeren  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

3 Eier,  
2 tb Zucker,  
1/8 l Milch,  
250 g Erdbeeren (püriert),  
1/8 l Sahne

Die Eier in Eigelb und Eiweiss trennen. Das Eigelb mit dem Zucker in einer Schuessel schaumig schlagen. Die Schuessel ins heisse Wasserbad setzen. Die Milch nach und nach in die Eigelbmasse rühren und so lange schlagen, bis sie dicklich wird. Die Schuessel beiseite stellen.

Das Erdbeerpueree mit der Eimasse mischen und kuehl stellen. Das Eiweiss und die Sahne getrennt sehr steif schlagen. Den Eischnee in die abgekuehlte Erdbeercreme rühren, die Schlagsahne behutsam unterheben.

Die Mousse in eine Glasschuessel fuellen und 2 Stunden in den Kuehlschrank stellen.

:Stichworte : Dessert, Erdbeere, Mai, Mousse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was gibt es jetzt? Spargel und Erdbeeren  
: : Folge 193, vom 03. Mai 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mürbeteigboden mit Käsebelag  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Für den Teig:-----

300 g Mehl,  
200 g Butter,  
1 pn Salz

MMMMM-----Käsebelag:-----

30 g Mehl,  
4 dl Milch,  
150 g geriebener Käse,  
3 Eier,  
Muskat,  
1 dl Sauerrahm, evtl. mehr

Mehl auf die Arbeitsflaeche sieben. Die gekuehlte Butter in Stuecke schneiden und ebenfalls dazugeben. Alles miteinander mit kalten Haenden gut durchkneten. Teig in eine Springform (26 cm Durchmesser) auswallen.

Mehl und Milch gut vermischen und unter staendigem Rühren aufkochen lassen. Dann Kaese Eier und Rahm dazugeben und mit Muskat wuerzen. Diese Kaesemasse auf den ungebackenen Teigboden geben und in dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 30 Minuten backen lassen.

:Stichworte : Backen, Herzhaft, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Böden, salzig und süß  
: : Folge 149, vom 24. April 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mürbeteigboden mit Vanillecreme und Erdbeeren

Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen

Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Für den Teig:-----

300 g Mehl,  
200 g Butter,  
100 g Zucker

MMMMM-----Für die Vanillecreme:-----

4 dl Milch,  
75 g Zucker,  
1 Vanilleschote,  
2 dl Milch,  
2 tb Maisstärke,  
3 Eigelb

Das Originalrezept fuer diesen besonders feinen Kuchenteig besteht aus der Formel 1/2/3; das heisst 1 Teil Zucker noch besser ist Puderzucker, 2 Teile Fett, 3 Teile Mehl. Die grosse Streitfrage zwischen passionierten Hausfrauen und erfahrenen Konditoren ist die: Laesst man den Teig vor dem Ausrollen oder Formen 30 bis 60 Minuten im Kuehlschrank ruhen oder verzichtet man auf diese Kuehlzeit. Die einen schw hoeren auf diese, andere auf jene Methode. Am besten probieren Sie selbst aus, wie Sie den Muerbeteig am liebsten verarbeiten.

Mehl auf die Arbeitsflaeche sieben. Zucker drueberstreuen. Die gekuehlte Butter in Stuecke schneiden und ebenfalls dazugeben. Alles miteinander mit kalten Haenden gut durchkneten. Den Teig zu einer Kugel formen und ca. fuer 30 Minuten kuehl stellen. Danach Teig auswallen, in eine Springform (26 cm Durchmesser) geben und den Rand ca. 2 cm hochziehen und "blind backen": Backpapier auf den Teig geben und darauf Huelsenfruechte legen. Den Boden in den auf 220 Grad vorgeheizten Backofen ca. 25 Minuten backen. Der Boden bleibt flach und der Rand kann nicht herunterrutschen. Wenn der Muerbeteig gebacken ist, Huelsenfruechte und Papier entfernen und auskuehlen lassen.

Den ausgekuehlten Muerbeteigboden mit Vanillecreme bestreichen und darauf frische Erdbeeren setzen. Wer moechte, kann entweder einen Tortenguss oder steifgeschlagene Sahne druebergeben.

Vanillecreme:

4 dl Milch, Zucker und die der Laenge nach aufgeschlitzte Vanilleschote miteinander aufkochen lassen. Kerne aus der Vanilleschote herauskratzen.

In einer Schuessel 2 dl Milch mit Maisstaerke gut mischen. Dann Eigelb darunterruehren. Die Vanillemilch portionsweise dazugeben. Jedes Mal gut verruehren. Schote entfernen. Alles zurueck in den Kochtopf geben und unter staendigem Ruehren nochmals aufkochen lassen.

("Kathrin Rueeggs Brotbackstube", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Backen, Erdbeere, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Böden, salzig und süß  
: : Folge 149, vom 24. April 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
dl: deciliter  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Müsli  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

40 g grobe Haferflocken (2 BE),  
50 g Apfel mit Schale (1/2 BE),  
125 g Joghurt (1,5% Fett, 1/2 BE),  
10 gehackte Haselnüsse,  
1 ts Weizenkleie,  
flüssiger Süßstoff,  
Zitronensaft

Alle Zutaten gut miteinander vermischen.  
:Stichworte : Diabetes, Frühstück, Müsli  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen für Diabetiker  
: : Folge 202, vom 08. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer  
: : 300 kcal

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Musaka mit Bohnen  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g frische Bohnen,  
250 g Hackfleisch,  
1 tb Tomatenmark,  
4 tb Olivenöl,  
1 Ei,  
1 Zwiebel,  
Weckmehl

MMMMM-----Für die Creme:-----

1 tb Butter,  
1 tb Mehl,  
2 tb Grieß,  
1/4 l Milch,  
3 Eier,  
100 g Parmesan

Die kleingeschnittene Zwiebel in Olivenoel glasig werden lassen,  
Hackfleisch dazugeben und mitdaempfen.  
Tomatenmark mit etwas Wasser verduennen und ebenfalls dazugeben. Salzen  
und pfeffern. Wenn alle Fluessigkeit verdampft ist, Fleisch vom Feuer  
nehmen. Unter das abgekuehlte Hackfleisch wird ein zerkleppertes Ei  
gemischt.

In einem Topf Butter schmelzen, Weckmehl dazugeben und kurz anroesten lassen. Den Topf vom Feuer nehmen und die gekochten Bohnen in dem Topf gut mit dem Weckmehl vermischen.

Fuer die Creme Butter schmelzen, mit Mehl eine Einbrenne machen und mit Milch abloeschen. Griess hineinrieseln lassen, gut ruehren bis die Creme fest wird. Salzen. Vom Feuer nehmen. Etwas abkuehlen lassen. Dann die verklepperten Eier gut unter die Masse mischen. In eine eingefettete Auflaufform kommen die Bohnen, darueber ein wenig Creme, darueber Hackfleisch. Die restliche Creme wird mit Parmesan vermischt und ueber das Hackfleisch verteilt. Die Musaka wird bei mittlerer Hitze im Ofen gebacken bis die Creme eine Kruste bildet.

(Rueegg/Feisst: "Grossmutter's Mittelmeerkueche - Kochen wie im Urlaub". Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Auflauf, Fleisch, Griechenland, Hack, Mittelmeer  
: : Peloponnes  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Peloponnes  
: : Folge 155, vom 11. September 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Muskatbuttersauce  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

3 tb Schalotten, klein  
-geschnittene  
2 tb Essig,  
100 g Butter,  
Muskatnuss

Den Essig und die Schalotten in ein Toepfchen geben und so lange kochen lassen, bis die Fluessigkeit fast verdampft ist. Dann das Ganze durch ein Sieb streichen. Die so gewonnene Fluessigkeit in ein Schuesselchen geben, das in ein leise kochendes Wasserbad gestellt wird, die Butter floeckchenweise mit dem Schneebesens hineinschlagen. Kraeftig mit Muskatnuss wuerzen.

:Stichworte : Butter, Gewürz, Muskat, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gewürz I  
: : Folge 191, vom 05. April 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Mutter Olivs Bohneneintopf  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Stangenbohnen (Enden  
-abschneiden, eventl. Fäden

-ziehen),  
 500 g Kartoffeln (geschält, in  
 -mittelgroße Würfel  
 -geschnitten),  
 1 Zwiebel (fein gehackt),  
 Bohnenkraut,  
 2 Birnen,  
 500 g geräucherter Kochspeck,  
 Butterfett

In einem hohen Topf Butterfett schmelzen und die Zwiebel darin glasig werden lassen. Die geputzten Stangenbohnen waschen und ins Fett geben. Gut durchrütteln, damit alle Bohnen von Butter umgeben sind. Bohnenkraut darauf legen. Auf die Bohnen die Kartoffeln schichten. Auf die Kartoffeln die halbierten Birnen und den Speck legen. Eine Tasse Wasser oder Fleischbrühe darüber gießen. Salzen. Gut zudecken. Auf kleinem Feuer ca. 1 Stunde köcheln lassen. Getrennt anrichten.

:Stichworte : Bohne, Eintopf  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste: Bohnen  
 : : Folge 239, vom 16. Juli 2000  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Netzwürstlein oder Kalbfleischwürste  
 Categories: Fleischgerichte, Innereien  
 Yield: 1 Keine Angabe

1 Pfund Kalbfleisch,  
 1/2 Pfund Schweinefleisch,  
 1/4 Pfund Rindermark,  
 3 Schalotten,  
 1/4 Pfund Weißbrot,  
 Milch,  
 Petersilie,  
 Pfeffer  
 Salz,  
 gestoßene Nelken oder  
 -Muskatblüte,  
 3 Eier,  
 Schweins- oder Kalbsnetz,  
 Butter zum Ausbacken

Nimm ein Pfund Kalbfleisch, mache die Haut und alles Faserige wohl davon, sowie Schweinefleisch und Rindermark, schneide Schalotten dazu und hacke alles miteinander, so fein als man kann.

Dann weiche Weissbrot in Milch ein, tue es zum gehackten Fleisch, ein wenig Petersilie, Pfeffer, Salz, ein paar gestossene Nelken oder Muskatblüte und Eier.

Rühre alles gut durcheinander.

Lege die Schweinsnetze in lauwarmes Wasser, damit man sie besser auseinanderziehen kann, zerschneide sie in Stückchen, etwas länger als ein Finger, tue von dem gehackten Fleisch hinein, schlage das Netz ueber das Fleisch, bestreiche ein Blech oder Tortenpfanne mit Butter, lege die Wuerstlein hinein und brate sie.

(aus Oberrheinisches Kochbuch aus dem Jahr 1811)

:Stichworte : Wurst  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Wurstmachen  
 : : Folge 047 vom 10. November 1989  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Nudeln  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g Mehl,  
Salz,  
4 Eier

Tipp:

Man rechnet als Grundrezept pro Person 100 g Mehl, 1 Ei und 2 g Salz. Allerdings haengt die Zahl der Eier auch von ihrer Groesse ab. Bei 4 Eiern wurde von der Gewichtsklasse 4 ausgegangen.

Das Mehl auf ein Nudelbrett sieben. In die Mitte eine Vertiefung druecken und die aufgeschlagenen Eier und das Salz hineingeben. Von der Vertiefung ausgehend zunaechst mit den Fingern, dann mit der Hand Ei und Mehl vermischen. Den so entstandenen Teig so lange kneten, bis er sich von den Haenden und vom Nudelbrett loest.

Nudelbrett frisch einmehlen und den Teig in drei Teile teilen. Jeweils zu einer duennen, etwa 2 mm dicken Teigplatte ausrollen und auf einem ausgebreiteten Tuch 1 Stunde trocknen lassen.

Dann auf der Arbeitsflaeche jede Teigplatte mit Mehl bestaeuben, locker zusammenrollen und mit einem scharfen Messer etwa 1 cm breite Nudeln abschneiden. Auf dem Nudelbrett locker ausbreiten und erneut etwa 1 Stunde trocknen lassen.

In einem grossen Topf Salzwasser zum Kochen bringen und die Nudeln 3 bis 4 Minuten im sprudelnden Wasser kochen lassen. Abgiessen und sofort servieren.

:Stichworte : Baden, Beilage, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im südlichen Schwarzwald II  
: : Folge 105 vom 23. März 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Nudelsalat mit Putenbrust  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g bunte Nudeln,  
200 g Putenbrust,  
25 g Butter,  
125 g grüne Erbsen,  
12 Cocktailtomaten,  
1 Kästchen Kresse,  
2 tb Rotweinessig, evtl. mehr  
Salz,  
frisch gemahlener weißer  
-Pfeffer,  
6 tb Olivenöl,  
12 schwarze Oliven, evtl. mehr



Die Nudeln in kochendem Salzwasser bissfest kochen, abgiessen und mit kaltem Wasser abschrecken. Putenbrust in Butter wenige Minuten auf beiden Seiten braten, dann in Streifen schneiden. Cocktailtomaten halbieren. Kresse abrausen und fein schneiden. Aus Essig, Salz, Pfeffer und Olivenoel eine Salatsauce ruehren und ueber alle abgekuehlten Zutaten geben. Oliven darueber verteilen. Abgedeckt fuer einige Stunden kuehl stellen und durchziehen lassen.

:Stichworte : Geflügel, Nudel, Pute, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 213, Die Sendung von den Nudeln  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Nussbrot  
Categories: Brot  
Yield: 2 Laibe

1 kg Weizenmehl (Typ 1050),  
2 Tütchen Trockenhefe,  
25 g Salz,  
550 ml Wasser,  
2 Hand voll Walnüsse (grob  
-gehackt)

Das Mehl in eine Schuessel sieben. Die Trockenhefe und Salz darueber streuen. Alles mit Hilfe des Backhorns oder des Kochloeffels gruendlich mischen. Nach und nach das Wasser dazugeben. Anfangs noch mit dem Backhorn oder dem Kochloeffel, spaeter mit den Haenden vermengen, zuerst in der Schuessel, spaeter auf einer trockenen Arbeitsflaeche. 10 Minuten kneten. Den Teig zu einer Kugel formen. Diese in die Schuessel zuruecklegen. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 2 Stunden gehen lassen.

Den gegangenen Teig in zwei moeglichst gleich grosse Stuecke teilen. Die Walnuesse beigeben und kneten bis die Walnuesse gleichmaessig im Teig verteilt sind. Die Teigstuecke zu laenglichen Laiben formen. Auf ein geeltes oder mit Backpapier belegtes Kuchenblech legen. Die Broete mit einem nassen Tuch bedecken und nochmals 30 Minuten gehen lassen. Mit kaltem Wasser bepinseln oder mit Hilfe des Mehlsiebs 1 EL Mehl ueber die Laibe streuen. Jeden Laib drei- bis viermal ca. 1 cm tief einschneiden und in dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen 1 Stunde backen.

:Stichworte : Brot, Nuss  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im südlichen Schwarzwald I  
: : Folge 104, vom 09. März 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Nusskuchen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Mehl,  
200 g Zucker, ca.  
100 g grob gehackte Walnüsse,

100 g Sultaninen,  
3 Eier,  
100 ml Milch,  
150 g Butter,  
Backpulver,  
1/4 ts Salz,  
2 tb Pinienkerne

:Stichworte : Bergell, Italien, Kuchen, Walnuß  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 216, Kochen wie im Bergell  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ochsengaumenragout  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

3 Ochsengaumen  
oder bereits vom Metzger  
-gekochtes  
und in Scheiben  
-geschnittenes Oc  
(wie es für Ochsenmaulsalat  
-verwendet wird),  
60 g Butterfett,  
1 Schalottenzwiebel,  
Petersilie,  
1 Zitrone,  
150 g Steinpilze oder Champignons  
(noch besser schmecken  
-Trüffel),  
etwas Mehl,  
Fleischbrühe zum Ablöschen,  
Muskatnuss,  
Salz,  
3 Eigelb

Ochsengaumen weichkochen, schaelen und in feine Scheiben schneiden.  
In einer Kasserolle Butterfett erhitzen, darin die kleingeschnittene  
Schalotte daempfen, etwas feingeschnittene Petersilie dazu geben sowie  
die feingeschnittene Zitronenschale und die blaettriggeschnittenen  
Champignons.

Darueber Mehl staeuben und mit Fleischbruehe abloeschen.

In diese Sosse die gekochten und kleingeschnittenen Ochsengaumen hinein  
geben, mit Muskat, Salz und dem Saft einer halben Zitrone wuerzen,  
aufkochen lassen und das Eigelb darunterziehen.

:Stichworte : Fleisch, Rind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Hotzenwald  
: : Folge 138, vom 11. Oktober 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ölmischung gegen Schuppenflechten und Ekzeme  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

50 ml Mandelöl,  
20 dr Teebaumöl

Beide Oele gut miteinander vermischen und die betreffenden Stellen damit behandeln. Schuppenflechte kann nicht geheilt, jedoch sehr gelindert werden.

:Stichworte : Nonfood, Öl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Tröstende und heilende Düfte  
: : Folge 184, vom 23. Dezember 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
dr: Tropfen

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ofenschlupfer  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Biskuit (altbackenes),  
Brioche oder Hefegebäck,  
500 g Rhabarber,  
80 g Rosinen,  
120 g Mandelblättchen, geröstete  
15 Eier,  
500 ml Milch,  
400 ml Sahne,  
250 g Zucker,  
Mark einer Vanillestange

MMMMM-----außerdem:-----

Butter zum Fetten der Form,  
Puderzucker,  
einige frische Erdbeeren  
-zum Garnieren,  
1/2 l Vanillesauce

Den Biskuit in Wuerfel von 2 cm Kantenlaenge schneiden und in eine Schuessel geben. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Anschliessend den Rhabarber waschen, schaelen und in kleine Wuerfel zerteilen. Diese zum Biskuit geben, Rosinen und Mandeln hinzufuegen und miteinander vermengen. Die Eier mit der Milch und Sahne verruehren, dann Zucker und Vanille zugeben. Eine feuerfeste Form mit der Butter ausfetten und die Biskuit-Rhabarber-Masse hineingeben. Die angeruehrte Eiermilch darueber giessen und kurz einziehen lassen. Die Form in den Ofen geben und ca. 45 Minuten backen, bis die Eiermasse vollkommen gestockt und der Ofenschlupfer goldbraun geworden ist. Ofenschlupfer herausnehmen und mit Puderzucker bestreuen. Zum Servieren kleine Portionen mit dem Loeffel ausstechen und mit frisch zerteilten Erdbeeren und Vanillesauce garnieren.

:Stichworte : Rhabarber, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Lecker gekocht im richtigen Topf  
: : Folge 190 vom 22. März 1998

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Oignons à la Tapenade (Zwiebeln mit Olivenfüllung)  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

8 gleichmäßig große Zwiebeln,  
Wasser,  
Salz,  
Olivenöl,  
4 sl Rohschinken,  
200 g Tapenade (Rezept s. o.),  
1/4 l Hühnerbrühe, ca.

Den geschälten Zwiebeln im oberen Viertel einen Deckel abschneiden. Das Innere etwas aushöhlen ohne den Rand zu verletzen. Nebeneinander in einen Kopftopf stellen, so dass sie nicht umfallen können. Mit kaltem Wasser bedecken, leicht salzen, auf kleinem Feuer knapp gar kochen. Die Zwiebeln sorgfältig aus dem Sud heben und - wiederum so, dass sie nicht umfallen können - in eine mit Olivenöl bepinselte Auflaufform stellen. Den in feine Streifen geschnittenen Schinken mit der Olivenpaste vermengen, in die Zwiebeln füllen. Die Hühnerbrühe darübergießen. Im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen ca. 1/4 Stunde bräunen.

(Feisst/Rüegg: "Was die Grossmutter noch wusste",  
Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Frankreich, Gemüse, Mittelmeer, Provence, Zwiebel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Provence  
: : Folge 152, vom 12. Juni 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Okra in Öl  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Okra,  
etwas Zitronensaft,  
etwas Essig,  
Salz,  
Olivenöl,  
1 Zwiebel,  
2 bis 3 reife Tomaten,  
Pfeffer

Okraschoten am Stielende wie einen Bleistift spitz anschneiden, ohne die Schote zu verletzen, damit kein Saft austritt. Bis zur weiteren Verarbeitung in Wasser mit etwas Zitronensaft legen. Wenn man die Okraschoten in kochendem Essigwasser blanchiert und dann kalt abschreckt, bleibt der Schleim im Blanchierwasser zurück. Die abgetropften Okra in ein Tapsi (oder Auflaufform) füllen, salzen und mit ein paar Tropfen Essig beträufeln. Das Tapsi mit den Okra etwa 2

bis 3 Stunden in die Sonne stellen. Anschliessend die Okra sorgfaeltig in einer sauberen Serviette trocknen und ganz langsam in einem Topf in Olivenoel braeunen. Die Zwiebel reiben und in einem weiteren Topf in Oel daempfen. Die geschaelten und von den Kernen befreiten Tomaten dazugeben und so lange koecheln, bis eine Sauce entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Okra in die Sauce geben und darin weich kochen. Darauf achten, dass das Gericht nicht anbrennt, eventuell noch etwas Wasser hinzugiessen. Zum Schluss erneut mit Salz abschmecken.  
(Feisst: "Kulinarische Streifzuege - Griechenland", Edition Sigloch)

:Stichworte : Okra  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Exotisches Gemuese  
: : Folge 148, vom 10. April 1996  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feisst  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Oktopodi (Oktopus mit Zwiebeln)  
Categories: Fischgerichte, Meeresfruechte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Oktopus,  
1/2 kg Karotten,  
1/2 kg Stangensellerie,  
1/2 kg Zwiebeln,  
10 schwarze Pfefferkoerner,  
1 lg Stueck Zimt,  
10 Nelken, ca.  
4 Lorbeerblaetter,  
3 tb Tomatenmark,  
1 Wasserglas herber Weisswein,  
1 Wasserglas Olivenoel,  
Salz

Falls notwendig werden Schnabel, Augen und Innereien des Oktopus entfernt. Dann wird er in mundgerechte Stuecke geschnitten. Karotten, Sellerie und Zwiebeln werden geputzt und grob zerkleinert. (Auch das Gruen des Sellerie.) Nun kommen zuerst die Oktopusstuecke in den heissen Topf (ohne Fett), bis die Fluessigkeit des Oktopus verdunstet ist, dann kommen die Gemuese dazu, das Tomatenmark, der Wein. Das Olivenoel und die Gewuerze. Alles wird gut vermischt und muss jetzt zugedeckt auf mittlerem Feuer ca. 2 Stunden kochen. Heiss servieren!  
Rezept nach Christos

:Stichworte : Meeresfrucht, Oktopus, Zypern  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie auf Zypern  
: : Folge 175, vom 6. Juli 1997  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feisst  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Omelett mit Tomaten  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

6 Eier, frische, evtl. mehr

MMMMM-----pro Ei:-----

1 pn Salz und  
2 tb Wasser oder Milch  
40 g Butter,  
2 Tomaten, evtl. mehr  
Petersilie zum Garnieren

Eier, Salz und Wasser bzw. Milch gut verquirlen. Tomaten kurz in kochendes Wasser tauchen, schaelen, halbieren, die Kerne entfernen. In schmale Streifen schneiden, sorgfaeltig in Butter kurz durchdaempfen (evtl. mit gehackter Petersilie und Zwiebeln), leicht salzen und direkt vor dem Backen der Eiermasse begeben. In einer Pfanne die Haelfte der Butter schmelzen. Die Eiermasse hineingiessen und etwas anbacken lassen, unter leichtem Bewegen der Pfanne und Hineinschieben des geronnenen Eies mit einem Schaeufelchen. Sobald nur noch die Oberflaeche feucht ist, das Omelett mit Hilfe des Schaeufelchens zur Haelfte ueberschlagen oder aufrollen. Den Rest der Butter begeben, das Omelett auf der unteren Seite noch leicht braun backen. Das fertige Omelett sofort auf eine heisse Platte stuerzen, mit etwas Petersilie garnieren und rasch auftragen.

:Stichworte : Ei, Omelette, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 163, vom 19, Januar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Orangefarbene Nudeln  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----für den Grund-Teig siehe:-----

Festtagsnudeln oder  
Hartweizengrießnudeln oder  
Vollkornnudeln

MMMMM-----sowie:-----

2 tb Tomatenmark, evtl. mehr  
Pfeffer

Gewuenschten Grund-Teig wie jeweils beschrieben herstellen. 2 bis 3 El Tomatenmark und etwas Pfeffer werden mit den Zutaten des Grundrezeptes gut verknetet.

:Stichworte : Grundlage, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 213, Die Sendung von den Nudeln  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Orangen- oder Mandaringelee  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Zucker,  
Gelatine für 1 l  
-Flüssigkeit,  
1 l Orangen- oder  
-Mandarinsaft  
1 Zitrone, abgeriebene Schale  
-von  
3 tb weißer Rum,  
1/8 l Rahm

Zucker und Saft miteinander aufkochen und so lange koecheln, bis sich der Zucker ganz aufgelöst hat.  
Zitronenschale und Rum begeben. Die Gelatine (Vorschrift auf der Packung beachten) in ganz wenig heissem Wasser auflösen.

Den Saft zur Gelatine geben, gut umrühren, in kalt ausgespülte Formchen oder in eine Glasschüssel geben. Im Kühlschrank erstarren lassen. Auf eine kalte Platte stürzen, mit geschlagenem Rahm garnieren.

(Rueegg/Feisst: "Großmutter's Mittelmeerküche - Kochen wie im Urlaub", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Dessert, Italien, Mandarinen, Mittelmeer, Orange  
: : Sizilien  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Sizilien  
: : Folge 154, vom 10. Juli 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Orangencreme  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

75 g Dinkelschrot,  
1/4 l Milch,  
500 g Quark,  
4 tb Rohrzucker,  
2 Orangen, Saft von  
1 Löffelspitze Vanille,  
1 pn Salz,  
Schlagrahm und  
Orangenschnitze zum  
-Garnieren

Dinkelschrot in eine Schüssel geben und siedende Milch dazugeben, durchrühren, 1 Stunde quellen lassen.

Quark, Rohrzucker, Orangensaft, Vanille und Salz begeben, gut vermischen und anrichten.

Vor dem Servieren mit Schlagrahm und Orangenschnitzen garnieren.

:Stichworte : Dessert, Dinkel, Orange  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Dinkel und Grünkern  
: : Folge 143, vom 31. Januar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Orangenkuchen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

150 ml Sonnenblumenöl,  
3 Eier,  
3 Orangen, Saft und  
-abgeriebene Schale  
300 g Rohrzucker,  
50 g Rosinen oder Korinthen,  
450 g Weißmehl (Typ 405),  
1 pn Salz,  
1 pk Backpulver,  
kandierte oder frische  
-Orangenscheiben

Elektro-Ofen auf 200 Grad, Umluft-Backofen auf 180 Grad, Gasofen auf Stufe 4 vorheizen.

Oel, Eier, Saft und Schale der Orangen sowie Zucker gut miteinander vermischen. Rosinen oder Korinthen dazugeben. Mehl und Backpulver darüber sieben und eine Prise Salz begeben. Alles gut miteinander vermengen. In eine gefettete Springform (24 cm Durchmesser) füllen.

1 Stunde backen. Mit kandierten oder frischen Orangenscheiben verzieren.

:Stichworte : Kuchen, Orange, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was Kathrin und Werner verschenken  
: : Folge 204, vom 06. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Orangenlikör  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 l frisch gepresster  
-Orangensaft,  
30 g gelbe Orangenschalen  
(hauchdünn abgeschält und  
-ohne weiße Haut),  
125 g weißer Kandiszucker,  
1 Vanillestange (längs  
-halbiert),



700 ml Obstbranntwein (41 Vol.-%),  
200 ml weißer Wermut

Orangensaft und Orangenschale mit Zucker, Vanilleschote, Obstbranntwein und weißem Wermut mischen. In ein Glas von etwa 1 1/2 l Inhalt abfuellen und gut verschlossen an einen sonnigen Platz stellen. Jeden Tag ein- bis zweimal gut schuetteln und nach 14 Tagen durch einen Papierfilter giessen. In gut verschlossenen Flaschen an der Kuehle lagern. Kuehl servieren.

:Stichworte : Alkohol, Geschenk, Getränk, Likör, Orange  
: : Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was Kathrin und Werner verschenken  
: : Folge 204, vom 06. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Orangensülze  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 küchenfertiges Hähnchen  
-(ca. 1 kg),  
1 bn Suppengrün,  
1 pk Gelatine, weiß  
1 ts Gelatine (gemahlen, weiß),  
200 ml Orangensaft (ca. 4 Orangen)  
Salz,  
Pfeffer,  
Zucker,  
200 g gekochte Spargelstücke,  
2 gekochte Eier

MMMMM-----Zur Garnitur:-----

halbierte Orangenscheiben  
-und  
Petersilie

Haehnchen waschen und in 2 l kochendes Salzwasser geben und zum Kochen bringen, abschaeumen.

Suppengruen putzen, waschen, hinzufuegen, das Haehnchen in etwa 45 Minuten gar kochen, aus der Bruehe nehmen, das Fleisch von den Knochen loesen, die Haut entfernen, das Fleisch in Wuerfel schneiden. Die Bruehe durch ein Tuch giessen, erkalten lassen, entfetten, 500 ml (1/2 l) davon abmessen.

Gelatine mit 5 EL kaltem Wasser anruehren. 10 Minuten zum Quellen stehen lassen.

Die abgemessene Bruehe zum Kochen bringen, von der Kochstelle nehmen, die Gelatine hineingeben, so lange ruehren, bis sie geloest ist, Orangensaft hinzugiessen, mit Salz und Pfeffer wuerzen. Eine Form (etwa 1 1/4l Inhalt) mit kaltem Wasser ausspuelen. So viel von der Bruehe hineingeben, dass der Boden bedeckt ist, im Kuehlschrank erstarren lassen.

Spargelstuecke abtropfen lassen. Gekochte Eier pellen und in Scheiben schneiden. Den Aspikspiegel mit Spargelstuecken und Eierscheiben garnieren, darauf abwechselnd Fleischwuerfel, Spargelstuecke und Eierscheiben verteilen, die restliche Bruehe darueber giessen, im

Kuehlschrank erstarren lassen, vor dem Servieren die Form kurz in heisses Wasser halten, die Suelze mit einem Messer vorsichtig vom Rand der Form loesen, auf eine Platte stuerzen, mit Orangenscheiben und Petersilie garnieren.

("Die beste Dr. Oetker kalte Kueche", Ceres-Verlag, Bielefeld)

:Stichworte : Geflügel, Huhn, Orange, Sülze  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Wir feiern die 150. Sendung  
: : Folge 150, vom 08. Mai 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
pk: Pkg.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Oskars alpenländische Kartoffelkühle  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg mehlig kochende Kartoffeln,  
4 Eier,  
6 tb Mehl, evtl. mehr  
Salz,  
Pfeffer,  
1 Msp. Nelkenpulver,  
1 Msp. Muskat

Kartoffeln kochen, schaelen und durchdruecken, wie zu Kartoffelbrei. Mehl darueber streuen. Etwas ruhen lassen, damit das Mehl quellen kann. Die Eigelb, Salz und die Gewuerze gut untermischen. Die Eiweiss zu steifem Schnee schlagen und unterheben. Mit nassen Haenden kleine Kuechlein formen in der Groesse von Fleischkuechle und auf beiden Seiten mehlen. Die Kuechlein in heissem Butterfett von beiden Seiten goldbraun backen.

:Stichworte : Beilage, Kartoffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was Kathrin und Werner verschenken  
: : Folge 204, vom 06. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ossobucco alla milanese (Kalbshaxe nach Mailänder Art)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 lg Kalbshaxe,  
100 g Butter,  
1 Zwiebel,  
1 Karotte,  
1 Stange Bleichsellerie,  
3 Tomaten,  
Salz,

Pfeffer,  
Rosmarin,  
1 pk Weißwein,  
Petersilie,  
1 Knoblauchzehe,  
2 Sardellen,  
Zitronenschale

Die Kalbshaxe beim Einkauf in 4 bis 6 etwa 4 cm dicke Scheiben saegen lassen. 50 g Butter zerlassen und das leicht in Mehl gewendete Fleisch hellbraun braten. Die fein geschnittene Zwiebel, die in Streifen geschnittene Karotten und Bleichsellerie sowie die gebruehten, abgezogenen Tomaten dazugeben und hellgelb roesten. Mit Salz, Pfeffer und Rosmarin wuerzen. Mit Wein aufgiessen, zudecken und fuer 1 Stunde in den vorgeheizten Backofen schieben. Falls Sie einen Deckel mit Vertiefung haben, diesen mit Wasser oder Eiswuerfeln fuellen, damit der aufsteigende Bratendampf nicht an der Innenwand des Deckels haengen bleibt, sondern auf das Bratgut zurueckfliesst. 5 Minuten vor dem Auftragen das Fleisch auf eine vorgewaermte Platte geben. Gemuese abseihen. Eine Mischung aus 1 EL gehackter Petersilie, 1 fein gewiegten Knoblauchzehe, 2 gehackten Sardellen und etwas fein gewiegter Zitronenschale in den Bratfond geben und mit der restlichen Butter abschmecken. Sauce ueber das Fleisch giessen.

:Stichworte : Fleisch, Haxe, Italien, Kalb  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Lecker gekocht im richtigen Topf  
: : Folge 190 vom 22. März 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Osterfladen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Für den Teig:-----

250 g Mehl,  
125 g Butter,  
50 g Zucker,  
1 pn Salz,  
ganz wenig Wasser

MMMMM-----Für die Füllung:-----

125 g Grieß oder italienischer  
-Reis,  
1/2 l Milch,  
100 g Zucker,  
100 g Sultaninen,  
100 g geschälte Mandeln  
(gestiftet oder grob  
-gehackt),  
1 Zitrone, abgeriebene Schale  
- von  
4 Eigelb,  
4 Eiweiß (ganz steif  
-geschlagen)

Mit Mehl, Butter, Zucker, Salz und Wasser einen geschmeidigen Teig kneten. In einer Springform (26 cm Durchmesser) den Teig flachdruecken und am Rand etwa 2 cm hochziehen.

Fuer die Fuellung Milch aufkochen, Griess oder Reis einruehren und kochen bis sich der Brei vom Topfrand loest. Zutaten der Reihe nach beigeben. Die Masse ein wenig auskuehlen lassen und dann das steif geschlagene Eiweiss darunterziehen. Auf den Teigboden geben.

Fladen eine halbe Stunde auf der mittleren Rille goldbraun backen, mit Alufolie bedecken und noch fuenf Minuten auf der untersten Backofenrille belassen.

(Rueegg/Feisst: "Was die Grossmutter noch wusste", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Backen, Gebäck, Ostern  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Böden, salzig und süß  
: : Folge 149, vom 24. April 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Osterfladen mit Spinat

Categories: Mehlspeisen, Nudeln

Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Für den Teig:-----

250 g Mehl,  
125 g Butter,  
1 pn Salz,  
ganz wenig Wasser

MMMMM-----Für die Auflage:-----

500 g tischfertiger Spinat,  
2 Eier,  
4 tb Rahm,  
Salz,  
Muskat,  
Pfeffer

Mit Mehl, Butter, Salz und Wasser einen geschmeidigen Teig kneten. In einer Springform (26 cm Durchmesser) den Teig flachdruecken und am Rand etwa 2 cm hochziehen.

Spinat mit Eiern und Rahm mischen und mit den Gewuerzen abschmecken. Die Spinatmasse auf den Teigboden geben und in dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen fuer ca. 30 Minuten backen. Danach ein Stueck Alufolie darueber geben und nochmals 5 Minuten backen lassen, damit der Boden auch gut durchbaecht.

(E.Fuelscher: "Das Fuelscher Kochbuch", Albert-Mueller-Verlags-AG)

Variante fuer die Spinatauflage

500 g Spinat, 1 Zwiebel, 2 bis 3 Knoblauchzehen, 100 g Reibkaese, 150 g Schichtkaese oder abgetropfter Quark, 2 bis 3 Eier, Salz, Pfeffer aus der Muehle, Koriander, Muskatnuss Zubereitung:

Den frisch gekochten und gehackten oder aufgetauten Spinat in einem Haarsieb abtropfen lassen. Butterfett in einem Topf erhitzen, darin die

feingehackte Zwiebel und die feingehackten Knoblauchzehen glasig duesten. Den abgetropften Spinat hinzugeben und bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten duesten. Dann in einer Schuessel abkuehlen lassen. Kaese, Eier und die Gewuerze mit einer Gabel daruntermischen. Mit Salz abschmecken.

(Feisst: "Kulinarische Streifzuege Baden", Edition Sigloch)

:Stichworte : Backen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Böden, salzig und süß  
: : Folge 149, vom 24. April 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Osterlamm  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Eier,  
250 g Mehl,  
180 g Zucker,  
1 Zitrone, abgeriebene Schale  
-von

Eigelb schaumig rühren, 4 EL warmes Wasser dazumischen, danach Zucker, Zitronenschale und Salz. Das zu Schnee geschlagene Eiweiss drunterheben. Mehl darueber sieben und vorsichtig untermischen. Den Teig in die ausgefettete Form fuellen und ca. 25 Min. bei 200 Grad backen.

:Stichworte : Kuchen, Ostern  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Osterbrote  
: : Folge 147, vom 27. März 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ostpreussisches Rotkraut  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Rotkraut,  
Gänse- oder Schweineschmalz,  
1 Zwiebel,  
3 Gewürznelken,  
1 Boskop-Apfel,  
etwas Wasser,  
Salz,  
Johannisbeergelee

Rotkraut sehr fein hobeln und in Schmalz, zusammen mit der klein gehackten Zwiebel, den Nelken und dem klein geschnittenen Apfel mit ein wenig Wasser und Salz weich duesten. Mit Johannisbeergelee abschmecken. Wenn das Kraut zu Wild serviert werden soll, ist es empfehlenswert, statt Johannisbeergelee Preiselbeeren zu verwenden.

:Stichworte : Beilage, Gemüse, Kohl, Rotkohl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Rotkraut - Weißkraut  
: : Folge 158, vom 20. Oktober 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Paella  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

6 tb Olivenöl,  
1/2 Huhn  
(in mundgerechte Stückchen  
-geschnitten) oder  
4 Hüfterschenkel,  
300 g Schweinefleisch  
(in Ragoutstücke  
-geschnitten),  
150 g gekochter Schinken  
(in Würfel geschnitten),  
1 Zwiebel  
(geschält und in Streifen  
-geschnitten),  
2 Paprikaschoten  
(gelb und rot),  
4 Tomaten,  
250 g Tintenfisch  
(gewaschen und in Streifen  
-geschnitten),  
300 g Erbsen,  
300 g italienischer Reis  
-(Arborio),  
1 Tütchen Safran,  
Salz,  
Pfeffer,  
8 Scampi (Scampi können auch  
-ersetzt werden z.B. durch  
Kaninchenfleisch oder Fisch)

Das Olivenöl erhitzen, Hühner- und Schweinefleisch ringsum gut anbraten. Zwiebel und Paprika begeben. 10 Minuten daempfen. Schinken, Tomaten, Tintenfisch und Erbsen begeben, weitere 15 Minuten daempfen.

Unteressen den Reis in viel kochendes Wasser geben, 15 Minuten koecheln lassen, den Reis abseihen (Reiswasser zurueckbehalten). Alles miteinander vermengen, den Safran begeben, salzen, pfeffern. Falls die Paella zu trocken ist, etwas Reiswasser dazugeben. Die Scampi darauf legen. Zugedeckt weitere 10 Minuten stehen lassen. Mit Zitronenschnitzen garnieren.

:Stichworte : Eintopf, Fleisch, Geflügel, Meeresfrüchte, Reis  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Eintöpfe  
: : Folge vom 12. Januar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Palatschinken a la Gundel  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

250 g Mehl,  
1/4 l Milch,  
1/8 l Sodawasser,  
3 Eier,  
1 pn Salz,  
Zucker

MMMMM-----Zum Ausbacken:-----

Öl

MMMMM-----Füllung:-----

150 g gemahlene Nüsse,  
-Puderzucker nach  
5 cl Milch, ca.  
50 g Rosinen,  
etwas Rum

MMMMM-----Schokoladensauce:-----

100 g bittere Schokolade,  
3 tb Zucker,  
2 ts Kakao,  
2 Eigelb,  
250 g Sahne,  
1 ts Mehl,  
5 cl Rum

MMMMM-----Zum Bestreichen:-----

Aprikosenmarmelade

Zutaten fuer Teig mischen und zu einem glatten Teig verruehren. Ca. 1 Stunde stehen lassen. Vor dem Backen den Teig noch einmal gut durchruehren. In heissem Oel duenne Palatschinken backen.

Zutaten fuer die Fuellung miteinander vermischen. Die gebackenen Palatschinken mit Aprikosenmarmelade bestreichen und darauf die Fuellung geben, aufrollen und auf eine Platte setzen.

Schokoladensauce: Schokolade reiben, mit Kakao, Eigelb, Mehl und ca. 50 g Sahne vermischen. 200 g Sahne mit Zucker aufkochen, vorsichtig unter staendigem Ruehren die Schokoladenmasse zugeben bis die Sauce aufkocht. Vom Herd nehmen, Rum zufuegen und ueber die aufgerollten Palatschinken giessen. Sofort servieren.

:Stichworte : Koscher, Mehlspeise, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit der Frau des Rabbi  
: : Folge 222, vom 24. Oktober 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cl: centiliter  
tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Palatschinken mit Nussfüllung und Schokoladencreme  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

150 g Mehl,  
3 Eier,  
1/4 l Milch,  
1/8 l Mineralwasser mit  
-Kohlensäure,  
1 ts Zucker,  
Salz

MMMMM-----zum Backen:-----

50 g Butter

MMMMM-----Füllung:-----

150 g gemahlene Haselnüsse,  
1 tb Honig,  
1 tb Zucker, evtl. mehr  
2 tb Rum,  
4 tb Sahne,  
1 Eiweiß

MMMMM-----Sauce:-----

3/8 l Milch,  
1/8 l Sahne,  
100 g zartbittere Schokolade,  
2 tb Speisestärke, gehäufte  
1 tb Zucker, gut gehäufter  
2 tb Kakao, gehäufte  
1 Eigelb,  
4 tb Milch,  
1 tb Butter

Teig:

Das Mehl in eine Schuessel sieben und eine Vertiefung in die Mitte druecken. Danach die Eier mit der Milch, dem Mineralwasser, dem Zucker und dem Salz verquirlen. Einen Teil der Eiermilch in die Vertiefung geben und von der Mitte aus mit dem Mehl verruehren. Nach und nach die restliche Fluessigkeit hinzufuegen. Dabei darauf achten, dass sich keine Kluempchen bilden. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen, eine duenne Teiglage hineingeben und die Eierkuchen von beiden Seiten goldgelb backen. Den Vorgang wiederholen und vor jedem Wenden etwas Butter in die Pfanne geben.

Fuellung:

Die Haselnuesse mit Honig, Zucker, Rum, Sahne und Eiweiss zu einer streichfaehigen Masse verruehren. Die Fuellung auf die Eierkuchen streichen und diese aufrollen.

Sauce:

Die Milch mit der Sahne zum Kochen bringen, die Schokolade in kleine Stuecke brechen, hinzufuegen und unter Ruehren in der Fluessigkeit auflösen. Die Staerke mit dem Zucker und dem Kakao mischen, mit Eigelb und Milch anruehren. Die Mischung unter Ruehren in die kochende, von der Kochstelle genommene Milch-Sahne-Mischung geben und kurz aufkochen lassen.

Die Butter in einer Pfanne erhitzen, die gefuellten Palatschinken



portionsweise darin backen und sofort mit der heissen Sauce servieren.

:Stichworte : Ei, Mehlspeise, Pfannkuchen, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 163, vom 19, Januar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Panforte - Nuß-Früchte-Kuchen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Haselnüsse,  
150 g Walnüsse,  
250 g Mandeln,  
150 g getrocknete Feigen,  
300 g gemischte kandierte Früchte,  
100 g Kakaopulver,  
1 pn weißer Pfeffer,  
1 pn geriebene Muskatnuss,  
150 g Honig,  
150 g Puderzucker,  
Backpapier zum Auslegen der  
-Form,  
Puderzucker zum Bestäuben

Nuesse und Mandeln portionsweise in einer Pfanne unter Rühren rosten. Abkühlen lassen und mittelfein hacken Feigen und kandierte Früchte in kleine Würfel schneiden und mit Nüssen, Mandeln, Kakao und Gewürzen mischen.

Honig und Puderzucker in eine Edelstahlschüssel geben, im heißen Wasserbad unter Rühren schmelzen lassen.

Die Backform mit Backpapier auslegen. Den Backofen auf 150 Grad vorheizen. Die Nussmischung unter den flüssigen Honig ziehen. Etwa 3 EL Wasser zugeben, bis die Masse bindet. Die Masse in die Form füllen und glattstreichen. Den Panforte im heißen Ofen etwa 30 Minuten backen. Danach mit Puderzucker bestäuben.

:Stichworte : Kuchen, Nuss, Trockenobst  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Toskana  
: : Folge 173, vom 8. Juni 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Paniscia (würziger Brei mit Käse)  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1.5 l Milch,  
2 ts Salz,  
100 g Reis,  
400 g Kartoffeln (in dünne  
-Scheiben geschnitten)  
100 g Grieß oder Maisgrieß,  
150 g Parmesankäse (gerieben),  
50 g Butter,  
1 Knoblauchzehe (gepresst),  
3 Salbeiblätter (fein gehackt)

Milch aufkochen und mit Salz wuerzen. Reis, Kartoffeln beifuegen und 15 Minuten kochen. Griess begeben und auf kleinem Feuer unter staendigem Ruehren weitere 10 Minuten kochen lassen. Den Topf vom Herd nehmen und den Parmesankaese beifuegen. Die Butter erwaeren, Knoblauch und Salbeiblaetter darin anschwitzen und ueber die Paniscia geben.

:Stichworte : Grieß, Käse, Kartoffel, Puschlav  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Puschlav  
: : Folge 254 vom 06. Mai 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Panzarotti - gefüllte Pfannkuchen nach Bergeller Art  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Pfannkuchen:-----

300 g Mehl,  
3 Eier,  
1 ts Salz,  
300 ml Milch,  
300 ml Wasser

MMMMM-----Füllung:-----

3 tb Butterfett,  
3 tb Mehl,  
400 ml Milch,  
200 ml Bouillon,  
Muskatnuss zum Reiben,  
250 g geriebener Parmesan,  
150 g feingeschnittener,  
-gekochter Schinken,  
Salz

MMMMM-----Tomatensauce:-----

2 tb Butterfett,  
1/2 feingehackte  
Zwiebel,  
2 feingehackte  
Knoblauchzehen,  
Rosmarin,  
Basilikum,  
Thymian,  
Liebstöckel,  
Oregano,  
400 g Pelati (Tomaten)

in Dosen),  
2 tb Tomatenmark,  
400 ml Bouillon

Pfannkuchen: aus Mehl, Eiern, Milch, Wasser und Salz einen Omelettenteig herstellen und 30 Minuten ruhen lassen. Danach 12 duenne Pfannkuchen backen und warmstellen.

Man kann die Zeit, waehrend der Teig ruht, benutzen, um Fuellung und Tomatensauce herzustellen.

Fuellung: Die Butter schmelzen lassen und das Mehl unter Ruehren hineingeben. Wenn es nach Brot riecht, unter staendigem Ruehren die Milch dazugeben, danach die Bouillon. Mit Muskat wuerzen und 15 Minuten koecheln lassen.

Danach den geriebenen Kaese und den feingeschnittenen Schinken darunterheben. Falls noetig, noch etwas nachsalzen.

Tomatensauce: Die Zwiebel, die Knoblauchzehen und die feingehackten Kraeuter in Butterfett daempfen. Dann Pelati und Tomatenmark dazuruehren und mit Bouillon abloeschen. 30 Minuten koecheln lassen.

Die Pfannkuchen mit je 1 bis 2 El Fuellung bestreichen und zusammenklappen, so dass ein Halbmond entsteht. Diese Halbmonde in eine ausgefettete Gratinform dicht nebeneinander legen. Dann mit der Tomatensauce uebergiessen und die Gratinform in dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen fuer ca. 20 Minuten ueberbacken.

:Stichworte : Bergell, Italien, Pfannkuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 216, Kochen wie im Bergell  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Papaya-Krabbensalat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Papaya,  
1 Kopfsalat,  
2 Stiele Bleichsellerie  
(die kleingeschnittenen  
-Blätter zum Bestreuen  
-aufheben),  
1 säuerlicher Apfel,  
200 g Krabben,  
100 g Mayonnaise,  
1 tb Limonen- oder Zitronensaft,  
Pfeffer,  
einige Tropfen  
-Worcestersauce,  
1 tb feingeschnittene Zwiebel,  
12 mit Paprika gefüllte Oliven,  
6 schwarze Oliven,  
eventuell Petersilie

Mayonnaise, Limonen- oder Zitronensaft, Pfeffer, Worcestersauce, Zwiebel und die mit Paprika gefuellten, geviertelten Oliven mischen.

Die Papaya schaelen, entkernen und in kleine Stuecke teilen. Die Salatblaetter damit bedecken. Darauf die Krabben verteilen. Alles mit 6 schwarzen Oliven verzieren, mit den Sellerie- und eventuell Petersilienblaettchen bestreuen. Gut gekuehlt auftragen.

:Stichworte : Exotisch, Frucht, Krabbe, Meeresfrucht, Papaya  
: : Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte II - Papaya, Mango  
: : Folge 058, vom 08. Februar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
: : aus: Das große Buch der Früchte, Südwestverlag  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Papaya-Suppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

Papayawuerfel in Butter oder Oel anbraten, spaeter mit Fleischbruehe oder Wein abloeschen.

Die Gemuese durch Mitkochen von Tomaten, Paprika, Karotten, Petersilienwurzeln oder aehnlichen wuerzenden Beigaben aromatisieren, puerieren, mit Mehl oder Sahne saemig machen, mit geroesteten Zwiebelringen, Weissbrotwuerfeln oder Fleischkloesschen als Einlagen bereichern.

Natuerlich gehoeren Salz und Pfeffer an die Suppe, nach Geschmack auch Zitronensaft, Knoblauch, geriebener Kaese und Sherry.

:Stichworte : Exotisch, Frucht, Papaya, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte II - Papaya, Mango  
: : Folge 058, vom 08. Februar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pappardelle sulla lepre - Nudeln mit Hasenkeule  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Für die Nudeln:-----

350 g Weizenmehl,  
3 Eier,  
1 Eigelb,  
Salz

MMMMM-----Für das Fleisch:-----

4 sm Hasenkeulen,  
2 Hasennieren, wenn möglich  
40 g Butter,  
20 g Bauchspeck,  
1/2 Zwiebel,  
1/2 Stange Staudensellerie,  
1/2 Karotte,  
Petersilie,

1 tb Tomatenmark,  
Fleischbrühe,  
Salz,  
frisch gemahlener Pfeffer

Nudeln:

Das Mehl (bis auf einen kleinen Rest) mit den Eiern, dem Eigelb und 1 kleinen Prise Salz verkneten und zu einem weichen, elastischen Teig verarbeiten. Zu einem Teigstück von der doppelten Dicke der üblichen Fettuccine ausrollen. Kurz trocknen lassen und die etwa 2 cm breiten Pappardelle ausschneiden.

Fleisch:

Den Schinken, das Gemüse und die Petersilie fein hacken. Die Butter in einem Topf zerlassen und die zerkleinerte Mischung hineingeben. Sofort die in Mehl gewendeten Hasenkeulchen und -nieren zufügen. Das Fleisch von allen Seiten schön anbräunen.

Anschließend mit dem in etwas heißer Brühe verrührten Tomatenmark ergänzen. Die Nieren herausnehmen, fein wiegen und wieder dazugeben. Weiter schmoren und wenn nötig gelegentlich etwas Brühe angießen. Die Keulen herausnehmen, wenn sie gar sind (nach ca. 45 Minuten) und warm stellen. Die Nudeln in reichlich Salzwasser kochen, abgießen, abtropfen lassen und in einer vorgewärmten Schüssel mit dem Schmorfond vermischen. Auf einzelnen Tellern anrichten und auf jede Portion eine Hasenkeule legen

:Stichworte : Fleisch, Hase, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Toskana  
: : Folge 173, vom 8. Juni 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Paprikahuhn  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 lg zartes Bauernhuhn in 8 bis  
-10 Teile geschnitten,  
100 g Schweineschmalz, ca.  
2 Zwiebeln,  
2 ts Rosenpaprika,  
1/4 l Sauerrahm,  
1/2 ts Mehl,  
etwas Fleischbrühe,  
Salz

Die Hähnchenteile in heißem Schmalz anbraten bis die Flüssigkeit verdampft ist. Wenn sich die Geflügelstückchen zu bräunen beginnen, aus dem Topf nehmen. In dem Bratfond (eventuell noch etwas Schmalz zugeben) die fein gehackten Zwiebeln goldgelb werden lassen. Dann unter ständigem Rühren den Paprika und zugleich etwas Fleischbrühe begeben, damit das Gewürz nicht braun und bitter wird. Dann die Geflügelteile wieder in den Topf geben, Salz darüber streuen und zugedeckt weiterschmoren lassen. Wenn das Fleisch weich ist, den Sauerrahm (eventuell mit etwas Mehl vermischt) darüber gießen, gut

umruehren und das Gericht abseits vom Feuer noch etwas stehen ("sammeln") lassen.

:Stichworte : Geflügel, Gewürz, Huhn  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gewürz I  
: : Folge 191, vom 05. April 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

lg: gross.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Paprikahuhn  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Huhn (ca. 1,2 kg),  
Salz,  
Pfeffer,  
2 tb Sonnenblumenöl,  
2 lg Zwiebeln,  
2 tb Rosenpaprika,  
2 tb Tomatenmark,  
1/4 l Hühnerbrühe, ca.  
1 grüne Paprika

Das Huhn in 8 Teile zerkleinern, salzen und pfeffern. Das Oel in einer Kasserolle erhitzen, die Zwiebeln darin glasig duensten. Die Huehnerstuecke beigegeben. Alles auf mittlerer Flamme anbraten. Die Zwiebeln duerfen nicht dunkel werden. Bratzeit ca. 1/4 Stunde. Das Paprikapulver darueber staeuben. Gut untermengen. Das Tomatenmark mit 2 EL Wasser verruehren und beigegeben, ebenfalls die in Ringe geschnittene Paprika. Mit etwas Huehnerbruehe abloeschen. Zugedeckt ca. 1 Stunde auf kleiner Flamme garen. Dabei die restliche Bruehe nach und nach dazugiessen.

:Stichworte : Geflügel, Huhn, Paprika  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Paprikaschote, grün, gelb und rot  
: : Folge 197, vom 30. August 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Paprikakuchen  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Kuchenteig (ohne Zucker)  
-für ein rechteckiges Blech  
4 Paprikaschoten (gelb, grün  
-und rot),  
3 Eier,  
100 g Reibkäse,

1 cn Sahne,  
Salz,  
Pfeffer,  
Weckmehl

Auf den ausgerollten Kuchenteig Weckmehl streuen. Darueber die in Streifen geschnittenen Paprika legen. Aus Eiern, Kaese, Sahne, Salz und Pfeffer einen Guss bereiten und ueber den Kuchen geben. Bei 200 Grad fuer ca. 40 Minuten in den Backofen stellen bis der Teig braun ist.

:Stichworte : Herzhaft, Mehlspeise, Paprika  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Paprikaschote, grün, gelb und rot  
: : Folge 197, vom 30. August 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cn: Dose

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Parfait von Tannenhonig  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

3 frische Eigelb,  
2 frische ganze Eier,  
100 g Tannenhonig,  
1/2 l geschlagene Sahne,  
6 sl Pumpernickel,  
10 cl Cointreau oder Grand Marnier

Eigelb, Eier und Honig gut vermischen und im heissen Wasserbad zu einer dicken Creme rühren. Dann herausnehmen und kalt weiterschlagen. Pumpernickelkruemel mit dem Likoeer vermischen und zusammen mit der Sahne in die Creme geben. Diese Masse in eine Kastenform fuellen und etwa 12 Stunden gefrieren lassen.

Vor dem Servieren die Kastenform kurz in heisses Wasser tauchen, das Parfait stuerzen und in Portionen schneiden.

:Stichworte : Dessert, Honig, Menü, Parfait, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Weihnachtsmenü 1998  
: : Folge 203, vom 22. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cl: centiliter  
sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pariser Pfeffersteak  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Pfefferkörner, weiße  
2 tb Pfefferkörner, schwarze  
4 Pimentkörner,  
4 Filetsteaks (Rind) a 150 g,

4 Schalotten,  
 Butterfett,  
 Salz,  
 4 cl Cognac,  
 3 tb Wasser, heißes  
 1 Msp Fleischextrakt,  
 1 tb Tomatenmark,  
 2 dr Worcestersauce,  
 40 g Kräuterbutter

Steaks mit Kuechenkrepp abtupfen. Pfeffer in einem Moerser zerstoßen. Steaks damit auf beiden Seiten einreiben. Schalotten schaelen und fein hacken. Fett in einer Pfanne erhitzen. Die Steaks auf beiden Seiten je 3 Minuten braten. Mit Salz bestreuen. Cognac darueber giessen und anzuenden. Fleisch aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Schalotten im Bratfett hellgelb anduensten. Mit Wasser aufgiessen. Fleischextrakt darin aufloesen und Tomatenmark hineinruehren, mit Worcestersauce wuerzen. 2 Minuten koecheln lassen. Die Pfanne vom Feuer nehmen und die Kraeuterbutter hineinruehren. Steaks auf einer vorgewaermten Platte anrichten. Die Sauce separat reichen.

:Stichworte : Fleisch, Gewürz, Pfeffer, Rind, Steak  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Gewürz I  
 : : Folge 191, vom 05. April 1998  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cl: centiliter  
 tb: El.  
 dr: Tropfen

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Parmigiana von Auberginen  
 Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
 Yield: 1 Keine Angabe

6 lg Auberginen,  
 100 g Mortadella (italienische  
 -Wurst),  
 2 Eier,  
 1 Mozzarella-Käse,  
 150 g geriebener Parmesan-Käse,  
 Basilikum,  
 Olivenöl,  
 Salz

MMMMM-----Für die Tomatensauce:-----

1 kg Pelati (geschälte Tomaten  
 -in Dose) oder sehr reife  
 -Tomaten,  
 1 tb Olivenöl,  
 Salz,  
 1 bn Basilikum

Die Auberginen waschen und der Laenge nach in Scheiben schneiden. Salzen und mit einem Teller beschwert 40 Minuten "weinen" lassen, damit das bittere Wasser austritt. Danach die Auberginen mit Wasser abspuelen und gut abtrocknen. Reichlich Oel in eine Pfanne geben und die Auberginen frittieren.



In der Zwischenzeit die Tomatensauce herstellen:

Das Oel warm werden lassen, die Tomaten begeben, 10 Minuten auf kleiner Flamme daempfen. Gut umruehren, sonst brennt die Sauce an. Salzen und reichlich klein gezupftes Basilikum hineingeben.

Die Eier kochen und in Scheiben schneiden. Mortadella und Mozzarella in feine Streifen schneiden.

Eine Auflaufform mit Oel ausstreichen. Die frittierten Auberginen hineinlegen, Tomatensauce darueber streichen, Mortadella darueber legen, Eischeiben, Mozzarella und zum Schluss eine reichliche Schicht Parmesan-Kaese darueber streuen. In dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 30 Minuten zu mittlerer Farbe backen.

:Stichworte : Aubergine, Auflauf, Basilikum  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Basilikum  
: : Folge 256, vom 17. Juni 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pasta con ragu al tonno (Nudeln mit Thunfischragout)

Categories: Mehlspeisen, Nudeln

Yield: 1 Keine Angabe

350 g Hartweizen-Nudeln,  
250 g Pelati (geschälte Tomaten  
-in Dose)  
oder sehr reife Tomaten,  
100 g Thunfisch in Öl,  
50 g Butter,  
3 Sardellen in Öl,  
1 Zwiebel (fein gehackt),  
1 Knoblauchzehe (gepresst),  
Basilikum,  
Olivenöl,  
Salz,  
Pfeffer

Knoblauch und Zwiebel in der Butter und 2 EL Oel duensten. Sobald sie Farbe annehmen, Pelati dazugeben und 2 bis 3 Zweige Basilikum. Salzen und pfeffern.

In einem anderen Topf die Sardellen duensten, mit einer Gabel zerdruecken und mit 1 EL Oel vermischen. Den Thunfisch ebenfalls mit der Gabel zerdruecken und zu den Sardellen geben. Einige Minuten anbraten lassen. Erst dann in die Tomatensauce geben und weitere 40 Minuten kochen.

Die Teigwaren in kochendem Salzwasser nach Vorschrift kochen. Die weichen Nudeln in eine Schuessel geben und gut mit dem Ragout vermischen. Heiss servieren.

:Stichworte : Basilikum, Fisch, Nudel, Thunfisch  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Basilikum  
: : Folge 256, vom 17. Juni 2001

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Paste aus geräucherten Forellen  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

100 g geräucherte Forellen,  
100 g Butter,  
1 Eigelb

Alle Zutaten im Mixer puerieren. Eventuell mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Toastbrot servieren.

:Stichworte : Fisch, Forelle, Paste, Süßwasser  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus Schwarzwaldbächen: Forellen  
: : Folge 195 vom 14. Juni 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pastinaken mit Nusskruste  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 4 Portionen

6 Pastinaken, evtl. mehr  
6 tb Butter,  
Salz,  
Muskatnuss,  
500 ml Hühnerbrühe,  
100 g grob gehackte Pinienkerne  
-oder Haselnüsse,  
80 g Paniermehl

Die Pastinaken schaelen und in Stifte oder Scheiben schneiden. 2 EL Butter erhitzen, die Gemuesestifte darin etwa 3 Minuten duensten und mit Salz und Muskatnuss wuerzen. Mit Huehnerbruehe aufgiessen und 15 Minuten garen.

Eine feuerfeste Form einfetten und die Pastinaken hineingeben. Die restliche Butter bei geringer Hitze zerlassen, die Nuesse und das Paniermehl einruehren. Diese Mischung auf die Pastinaken verteilen und in dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen etwa 2 bis 3 Minuten gratinieren.

:Stichworte : Gemüse, Pastinake  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste: Vergessene Gemüse  
: : Folge 240, vom 24. September 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Peperonata  
Categories: Beilagen

Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Olivenöl,  
2 Zwiebeln,  
8 Paprika,  
Salz,  
Pfeffer

Das Oel erhitzen, die fein gehackten Zwiebeln darin glasig daempfen. Die Paprika vom Strunk und Kerngehaeuse entfernen, in Streifen schneiden und zu den Zwiebeln geben. 1/4 Stunde koecheln lassen, eventuell ganz wenig Wasser beifuegen. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Peperonata kann man als Belag auf kurz gebratenem Fleisch servieren oder einfach als Beilage zu Fleisch oder Fisch.

:Stichworte : Beilage, Paprika  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Paprikaschote, grün, gelb und rot  
: : Folge 197, vom 30. August 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pesto Genovese

Categories: Saucen, Marinaden

Yield: 1 Keine Angabe

10 Zweige frisches Basilikum,  
10 Zweige frische Petersilie,  
50 g frischer Schafskäse  
(wird man wohl meist  
-weglassen müssen, weil  
-selten angeboten),  
aber auch der harte  
-"Percorino"-Käse (gerieben)  
-ist geeignet,  
50 g geriebener Parmesan- oder  
-Sbrinz-Käse,  
3 Knoblauchzehen,  
2 tb Pinienkerne,  
100 ml Olivenöl,  
Pfeffer,  
Salz

Kraeuter, Knoblauch, Pinienkerne fein zerschneiden und im Mixer oder Moerser mit den uebrigen Zutaten zu einer ganz feinen Paste verarbeiten. Man kann die Kraeuter mit den Pinienkernen zusammen auch mit dem Wiegemesser sehr fein wiegen und dann mit dem ausgepressten Knoblauch und den uebrigen Zutaten vermischen. Zu in Salzwasser gekochten Teigwaren oder Gnocchi servieren.

:Stichworte : Italien, Pesto, Veneto  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Veneto/Italien  
: : Folge 62, vom 14. Juni 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Petersilien-Brennessel-Tee  
Categories: Getränke  
Yield: 2 Tassen Tee

1 sm Bund frische Petersilie  
-(möglichst mit Wurzel),  
2 tb getrocknete  
-Brennesselb  
1/2 l Wasser

Wasser in einem ausreichend grossen Topf aufkochen und Petersilie dazugeben (Wurzel etwas klein schneiden) und ca. 5 Minuten am Siedepunkt halten (kann auch mal aufkoecheln). Danach die Brennesselblaetter dazugeben. Vom Feuer nehmen und noch 4 bis 5 Minuten weiterziehen lassen. Dann den Tee abseihen und schluckweise trinken. Wer moechte, kann den Tee mit etwas Honig suessen.

:Stichworte : Getränk, Tee  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Leichter in den Frühling  
: : Folge 188, vom 22. Februar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pfälzer Saumagen  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 8 Personen

1 mittelgroßer oder 2 kleine  
-Magen (gereinigt beim  
-Metzger besorgen),  
1 1/2 kg rohe Kartoffeln in kleinen  
-Würfeln,  
300 g Lauch in dünnen Ringen,  
150 g Zwiebeln in kleinen Würfeln,  
500 g magerer Schweinebauch in  
-kleinen Würfeln,  
500 g mageres Schweinefleisch in  
-kleinen Würfeln,  
375 g mageres Schweinehack,  
2 Eier,  
100 g Butter,  
Petersilie,  
etwas Bohnenkraut,  
Salz,  
Pfeffer,  
Majoran

Butter in einem grossen Topf zerlassen, darin die Zwiebeln, den Lauch und die Kartoffeln leicht anduensten und ca. 15 Minuten schmoren lassen; beachten, dass die Kartoffeln nicht anbraeunen. Auskuehlen lassen. Schweinebauch, Schweinefleisch, Hack mit den Gewuerzen und den Eiern gut vermengen, dann das geduenstete Gemuese untermischen.

Kraeftig abschmecken, da die Gewuerze beim Sieden etwas nachlassen. Die fertige Fuellung in den Magen geben; darauf achten, dass der Magen nicht zu stark gefuellt ist. Den Magen an den Oeffnungen mit einer Kordel zubinden und eingebunden in ein Mulltuch in siedendem Salzwasser -bedeckt- ca. 2,5 Stunden garen.

Beachten!

Das Wasser darf nicht kochen waehrend des Garungsprozesses, damit der Magen nicht platzt. Magen herausnehmen, mit fluessiger Butter bestreichen und im Backofen goldgelb werden lassen. Darauf achten, dass der Magen nicht anbaeckt. Dazu gibt es kraeftiges Sauerkraut, frisches Schwarzbrot und einen frischen Weisswein.

Variante in der Kasserolle

Die gleichen Zutaten wie oben verwenden und nach dem obigen Rezept zubereiten. Diese "Fuellung" nicht in den Magen geben, sondern in eine Kasserolle. Dem Rand entlang etwa 1 Tasse Fleischbruehe angiessen. Die geschlossene Kasserolle in den auf 180 Grad heissen Backofen fuer ca. 1 Stunde geben. Fluessigkeit kontrollieren und ggf. nachgiessen.

:Stichworte : Fleisch, Innerei, Pfalz, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Pfälzerwald  
: : Folge 140, vom 29. November 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
:Zusatz : Zubereitung und Garzeit  
: : bis 5 Stunden

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pfannkuchen  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Mehl,  
1/2 l Milch und Wasser, ca.  
3 Eier, evtl. mehr  
1 tb Öl, evtl. mehr  
1/2 tb Salz

MMMMM-----zum Backen:-----

50 g Butterfett

Alle Zutaten in der angefuehrten Reihenfolge in eine tiefe Schuessel geben. Dann rasch mit dem Schneebeesen mischen und ruehren, bis der Teig glatt ist. Er soll nur so dick sein, dass er beim Durchziehen mit dem Schneebeesen sofort wieder zusammenfließt. Den Teig, wenn moeglich, zum Aufquellen etwas stehen lassen, besonders bei groesseren Portionen (1/2 Stunde oder laenger). Vor Gebrauch evtl. noch etwas verduennen. In einer Pfanne sehr wenig Butterfett erhitzen. Pro Pfannkuchen einen kleinen Schoepfloeffel voll Teig hineingiessen, diesen durch Bewegen der Pfanne duenn und gleichmaessig verlaufen lassen. Sobald der Pfannkuchen unten gelbbraun geworden ist, ihn unter einmaligem Wenden und evtl. Beifuegen von wenig Fett fertig backen.

:Stichworte : Ei, Mehlspeise, Pfannkuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 163, vom 19. Januar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pfeffernüsse (mit Hirschhornsalz)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Zucker,  
2 Eier,  
1 ts Zimt,  
1/4 ts Nelkenpulver  
(Piment),  
50 g Zitronat,  
350 g Mehl,  
5 g Hirschhornsalz

MMMMM-----Glasur:-----

100 g Puderzucker,  
2 tb Zitronensaft

Zucker und Eier miteinander vermengen und so lange rühren bis sich der Zucker aufgelöst hat (10 bis 15 Minuten) und sich Schaumbläschen bilden. Zimt, Nelkenpulver und fein geschnittenes Zitronat dazugeben. Mehl und Hirschhornsalz darüber sieben. Alles zu einem festen Teig kneten.

Zwei Kuchenbleche mit Backpapier auslegen. Den Teig portionsweise zu 1 1/2 cm dicken Strängen ausrollen, von denen man 1 1/2 cm breite Stücke abschneidet, diese zu Kugeln dreht und mit etwas Abstand auf die Bleche legt. 2 Stunden trocknen lassen. Danach in dem auf 175 Grad vorgeheizten Backofen ca. 15 Minuten backen.

Glasur: Puderzucker sieben. Mit Zitronensaft vermengen. Damit die Nüsse bestreichen, solange sie noch warm sind. Auf einem Gitter auskühlen lassen.

In einer Weissblechdose sind die Pfeffernüsse 2 bis 3 Wochen haltbar.

:Stichworte : Gebäck, Hirschhornsalz, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pottasche, Hirschhornsalz, Honigteig  
: : Folge 159, vom 03.November 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pfifferlingskuchen  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

1 pk Tiefkühl-Blätterteig,  
750 g geputzte Pfifferlinge,  
1 Zwiebel,  
1 tb Butter,  
Salz,  
1 pn Thymian,  
2 tb gehackte Petersilie,

100 g gekochter Schinken in  
-dünnen Scheiben,  
100 ml Sahne,  
3 Eigelb,  
weißer Pfeffer,  
Muskat,  
100 g Emmentaler in Scheiben

:Stichworte : Herzhaft, Mehlspeise, Pilz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Waldpilze  
: : Folge 156, vom 22. September 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pfitzauf  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Mehl,  
1/4 l Milch,  
5 Eier, verklopft  
1/2 l Milch,  
125 g Butter  
Salz,  
25 g Butter

Das Mehl in eine Schuessel sieben, Milch (1/4 l) und Eier dazugeben und gut verruehren. Einen halben Liter Milch aufkochen, den Topf vom Herd nehmen. Die Butter darin schmelzen lassen, abkuehlen. Zum Teig geben, mit einer Prise Salz wuerzen und zu einer homogenen Masse verarbeiten. Feuerfeste Foermchen mit Butter austreichen. Die Foermchen zur Haelfte mit Teig fuellen. Im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 30 bis 40 Minuten backen. Apfelmus oder ein anderes Kompott dazu servieren.

:Stichworte : Mehlspeise, Schwaben  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Schwaben  
: : Folge 135, vom 11. September 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Piccata milanese  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----pro Person:-----

2 handtellergroße Scheiben  
-Kalbfleisch, dünne  
2 Eier,  
6 tb geriebener Parmesan-Käse,  
2 tb Mehl,

1 tb Milch, evtl. mehr  
Salz,  
Pfeffer

MMMMM-----zum Anbraten:-----  
60 g Butter

Die Schnitzelchen mit Salz und Pfeffer leicht ueberpudern. Aus den anderen Zutaten einen Teig bereiten.

Die Schnitzelchen darin wenden und sofort in der heissen Butter auf beiden Seiten braten und auf Tomatenspaghetti servieren.

:Stichworte : Fleisch, Kalb, Schnitzel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Schnitzel  
: : Folge 242, vom 22. Oktober 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pikanter Dinkelaufwurf  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

100 g Dinkelkörner,  
1 l Fleischbrühe,  
250 g Dinkelschrot,  
1 Ei,  
1 dl Rahm,  
3 tb Reibkäse,  
1 tb gehackte Petersilie,  
1 gehackte Zwiebel,  
150 g geschnetztes  
-Hühnerfleisch,  
150 g Rinderschinken,  
Butterflöckchen

Dinkelkoerner ueber Nacht einweichen. Dann 10 Minuten kochen und anschliessend 1 Stunde quellen lassen.

Fleischbruehe sieden und Dinkelschrot einruehren, kochen, bis ein zaehflussiger Teig entsteht. Dinkelkoerner, Ei, Rahm, Reibkaese und Petersilie dazumischen.

Zwiebel und Huehnerfleisch daempfen und wuerzen. Rinderschinken in Streifen schneiden.

In eine ausgebutterte Gratinform die Haelfte des Getreidebreis fuellen, Huehnerfleisch und Rinderschinken darauf verteilen und die Gratinform mit dem restlichen Getreidebrei fuellen. Butterfloeckchen darauf verteilen.

Im auf 200 Grad heissen Backofen ca. 35 Minuten backen.

("Dinkel schmackhaft und bekoemmlich", Basler Hildegard-Gesellschaft, CH-4010 Basel)

:Stichworte : Auflauf, Dinkel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Dinkel und Grünkern  
: : Folge 143, vom 31. Januar 1996



: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pilaf aus Dinkel  
Categories: Vegetarisches, Vollwert  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Dinkel,  
2 tb Sonnenblumenöl,  
800 ml siedendes Wasser, ca.  
1 ts Salz

Dinkelkoerner mit heissem Wasser abspuelen. Das Oel in einem mittelgrossen Topf erhitzen und die Dinkelkoerner darin einige Minuten unter staendigem Ruehren duensten. Siedendes Wasser und Salz hinzufuegen, aufsieden, Topf decken, Hitze zuruecknehmen. Ca. 60 Minuten kochen, bis der Dinkel weich ist. Von Zeit zu Zeit nachsehen, ob noch genug Wasser vorhanden ist - wenn nicht, etwas siedendes Wasser hinzugeben. Am Schluss sollte der Dinkel das ganze Wasser aufgenommen haben. Wenn nicht, in einem Sieb abtropfen lassen.

(Ruth Keenan: "Zu Gast bei Moses", Albert-Mueller-Verlag, Rueschlikon)

:Stichworte : Dinkel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Dinkel und Grünkern  
: : Folge 143, vom 31. Januar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pilav  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Korinthen,  
1 c warmes Wasser,  
4 tb Butter,  
2 tb Pinienkerne,  
2 lg Zwiebeln (in Scheiben  
-geschnitten),  
4 Karotten (in feine Stifte  
-geschnitten),  
1/2 ts Zimtpulver,  
1 Msp. Kardamompulver,  
1 Msp. Nelkenpulver,  
2 tb Olivenöl,  
400 g Lamm- oder Geflügelfleisch  
-(in Würfel geschnitten),  
1/2 ts Salz,  
250 g Langkornreis,  
600 ml Hühnerbrühe, kochend

Die Korinthen im Wasser einweichen, 1/2 Stunde stehen lassen. Die Butter schmelzen, die Pinienkerne darin goldbraun roesten. Die Zwiebelscheiben zugeben, glasig duensten. Die Karottenstiftchen dazumengen, wuerzen.

Koecheln lassen.

Das Olivenoel erhitzen, das Fleisch darin anbraten, salzen. In einen weiteren Kochtopf etwas Reis streuen.

Lagenweise Fleisch, Gemuese, Reis einfuellen. Zuberst muss Reis sein. Dem Rand entlang die Huehnerbruehe dazugeben. Zudecken, aufkochen, dann auf ganz kleiner Flamme und ohne zu ruehren 25 Minuten duensten, bis alle Fluessigkeit aufgesaugt ist. Noch 10 Minuten auf der ausgeschalteten Platte stehen lassen.

:Stichworte : Eintopf, Fleisch, Geflügel, Lamm, Reis, Türkei

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Kochen wie in Lykien/Türkei

: : Folge 174, vom 22. Juni 1997

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

lg: gross.

c: Tasse

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pilzauflauf

Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins

Yield: 1 Keine Angabe

500 g gekochte Kartoffeln,  
2 Knoblauchzehen,  
500 g geputzte und in Streifen  
-geschnittene Austern- oder  
-Shiitake-Pilze  
Olivenöl,  
60 g geriebener Sbrinz- oder  
-Parmesan-Käse,  
4 Eier,  
200 ml Sahne,  
Salz,  
Pfeffer

Die gekochten Kartoffeln schaelen und in Scheiben schneiden. Die Pilze zusammen mit dem Knoblauch 20 Minuten daempfen in Oel. Die Kartoffelscheiben in eine ausgefettete Auflaufform legen, 2/3 des Kaeses darueber streuen und darauf die geduensteten Pilze geben.

In die Pilzoberflaechе mit einem Loeffel vier Vertiefungen machen. Den restlichen Kaese hineinstreuen und in jede Vertiefung ein rohes Ei setzen. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Die Sahne darueber giessen.

Die Auflaufform fuer ca. 10 Minuten in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen geben bis das Eiweiss fest ist.

Nach obigem Rezept koennen auch Gemueseauflaeufe hergestellt werden, z.B. mit Spinat oder Mangold.

:Stichworte : Auflauf, Fleischlos, Pilz

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Fleischlose Küche

: : Folge 220, vom 26. September 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pilzauflauf mit Kartoffeln  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g gemischte Waldpilze,  
1 kg Kartoffeln,  
400 ml Milch,  
2 tb Rahm,  
Salz ,  
Pfeffer,  
Muskatnuss,  
1 Zwiebel,  
2 tb Butter,  
2 geschälte Tomaten,  
1 ts gehackter Thymian,  
1 tb gehackter Majoran,  
1 Knoblauchzehe,  
3 tb Weißwein,  
1/2 c Gemüsebouillon,  
3 tb geriebener Käse (Greyerzer),  
Butter für die Form,  
20 g Butterflocken

Die Pilze saubern. Grosse Exemplare laengs halbieren. Die Kartoffeln in der Schale kochen (am besten unter Dampf).

Etwas auskuehlen lassen, dann schaelen und sofort durch die Passiermaschine treiben. Mit Milch gut mischen und mit Rahm verfeinern. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Die Zwiebel fein hacken und in der Butter anziehen lassen. Die Tomaten halbieren, entkernen, etwas auspressen, klein schneiden und zufuegen. Unter Wenden 1 bis 2 Minuten duensten. Die Pilze und die Haelfte der Kraeuter und die durchgepresste Knoblauchzehe zufuegen. Bei starker Hitze 2 bis 3 Minuten duensten bis die Pilze keine Fluessigkeit mehr abgeben. Mit Weisswein abloeschen, etwas verdampfen lassen, Bouillon zufuegen und weiterkochen bis die Pilze knapp gar sind. Die restlichen Kraeuter beigeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eine nicht zu hohe Auflaufform mit Butter bestreichen.

Mit der Haelfte des Kartoffelpuerees bedecken und darauf das Pilzragout geben. Mit dem restlichen Kartoffelpueree zudecken. Den Kaese darueber streuen und die Butterflocken darauf verteilen. 15 bis 20 Minuten bei 220 Grad ueberbacken.

Tipp: Ausserhalb der Pilzsaison kann man getrocknete Pilze verwenden oder auch getrocknete Pilze unter die frischen mischen (vorher einweichen).

:Stichworte : Auflauf, Pilz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Waldpilze  
: : Folge 156, vom 22. September 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
c: Tasse  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pilzkugeln  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g gemischte Pilze,  
1 Eier, evtl. mehr  
Semmelbrösel oder 1 bis 2  
-Semmeln,  
etwas Speck  
oder Schinken  
oder Käse  
oder Hackfleisch  
oder Reis  
oder rohe Kartoffeln,  
frische Kräuter,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 Zwiebel,  
1 Knoblauchzehe,  
Butterfett

Die geschmorten oder gebruehten Pilze ganz fein hacken und mit den Broeseln oder den eingeweichten Semmeln, dem Fleisch, dem Speck, dem geriebenen Kaese, dem Reis oder den roh geriebenen Kartoffeln vermischen. Die fein gehackte Zwiebel und den gepressten Knoblauch in etwas Butter oder Butterfett daempfen und zu der Pilzmischung geben. Mit frischen Kraeutern, Salz und Pfeffer wuerzen. Daraus Kugeln oder Bratlinge formen und in heissem Butterfett ausbacken.

:Stichworte : Beilage, Pilz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Waldpilze  
: : Folge 156, vom 22. September 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pistou oder Pesto  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

Olivenöl,  
1 Hand voll Basilikumblätter  
-(klein gezupft),  
2 Knoblauchzehen (gepresst),  
Salz,  
Pfeffer,  
150 g geriebener Parmesankäse,  
2 tb Pinienkerne

In einem Moerser Knoblauch und Basilikum, Salz und Pfeffer so lange reiben bis eine homogene Paste entsteht. Nach und nach Oel dazuruehren und den Kaese gut untermischen. In die hellgruene, duenne Creme die Pinienkerne mengen. Pistou ueber gekochte Spaghetti oder Nudeln geben oder aber in eine Gemuesesuppe mischen.

:Stichworte : Basilikum, Pesto  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Basilikum  
: : Folge 256, vom 17. Juni 2001

: von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pita mit Reis und Huhn  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 mittelgroßes Huhn,  
2 geschälte Zwiebeln,  
1 Lorbeerblatt,  
3 Nelken,  
Salz,  
Pfeffer,  
3 Moccataßschen Rundkornreis,  
200 g Butter, evtl. mehr  
4 Eier,  
1 lg Blatt Blätterteig,  
Olivenöl für die Form

Das Huhn mit Zwiebeln, Lorbeerblatt, Nelken, Salz und Pfeffer in einen Topf geben und so lange kochen bis sich das Fleisch gut von den Knochen lösen lässt. Das Huhn aus dem Sud nehmen und auf eine Platte legen. Die Hühnerbrühe durch ein Sieb gießen. Den Reis in ca. 9 Moccataßschen Hühnerbrühe kochen (Die Brühe eventuell mit Wasser strecken).

Inzwischen das Hühnerfleisch in sehr kleine Stücke schneiden, dabei sorgfältig die Haut, alle Knochen und Knochensplinter entfernen. In einer Kasserolle die Hälfte der Butter schmelzen und darin das feingeschnittene Hühnerfleisch und die inzwischen ebenfalls kleingeschnittenen gekochten Zwiebeln unter ständigem Rühren anbraten, bis sie Farbe annehmen. In einer Schüssel die Eier mit dem gekochten Reis und den goldgelb gebratenen Hühnerstücken gut vermengen. Ein Tapsi (oder Springform) mit Öl ausstreichen und mit einem großen Teigblatt oder entsprechend vielen kleinen auslegen. Bei einer Springform darauf achten, dass der Teig bis an den oberen Rand reicht. Von einem sehr großen Teigblatt die überstehenden Teile als Deckel über die Füllung schlagen, ansonsten aus einem weiteren Teigblatt einen Deckel bilden. Die Pita ca. 40 Minuten im auf ca. 180 Grad vorgeheizten Backofen backen.

(Feisst: "Griechenland - Kulinarische Streifzüge", Sigloch-Edition

:Stichworte : Geflügel, Huhn, Reis  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Dünsten und Sieden  
: : Folge 166, vom 02. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pitta  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Würfel Hefe,  
 50 ml Milch,  
 500 g Weißmehl (Typ 405),  
 50 g Mandeln,  
 125 g Butter,  
 175 ml Milch,  
 20 ml Rosenwasser (in der  
     -Apotheke erhältlich. Evtl.  
     -durch 20 ml  
     Milch ersetzen),  
 1 pn Salz,  
 100 g Zucker,  
 1 Zitrone (abgeriebene  
     -Schale),  
 1 tb Grieß,  
 1 Eiweiß,  
 50 g Hagelzucker

Hefewuerfel in Milch auflösen und 10 Minuten stehen lassen. 500 g Mehl in eine Schuessel sieben. In der Mitte des Mehls eine Vertiefung machen. Die aufgeloeste Hefe hineingeben. Mit etwas Mehl zu einem duennen Brei verruehren und 15 Minuten stehen lassen.

Die Mandeln mit kochendem Wasser ueberbruehen. Einige Minuten stehen lassen, schaelen, grob hacken und zum Mehl geben.

Die weiche Butter mit dem Backhorn oder dem Kochloeffel unter das Mehl arbeiten. Milch, Rosenwasser, Salz, Zucker und Zitronenschale dazugeben. Zunaechst mit dem Backhorn oder Kochloeffel, dann von Hand zu einem glatten Teig verarbeiten.

Etwas Mehl auf eine trockene Arbeitsflaeche geben. Den Teig darauf stuerzen und 10 Minuten mit den Haenden gut durchkneten. Zu einer Kugel formen. Diese in die Teigschuessel zurueckgeben. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 2 Stunden gehen lassen. Eine Spring- oder Auflaufform (mindestens 20 cm Durchmesser) mit Oel bepinseln. Griess darauf streuen und die Form nach allen Seiten drehen, so dass die Innenflaeche und der Rand mit Griess bedeckt ist.

Den Teig nochmals durchkneten. Zu einer Kugel formen. Diese in die Springform legen. Etwas flach druecken. Mit einem feuchten Tuch bedeckt nochmals 30 Minuten gehen lassen.

Eiweiss mit einer Gabel schlagen und die Oberflaeche der Pitta damit bestreichen. Hagelzucker darueber streuen. In dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen die Pitta zunaechst 45 Minuten backen, danach mit Alufolie abdecken, damit die Oberflaeche nicht zu dunkel wird und nochmals 15 Minuten backen. Die gebackene Pitta auf einem Gitter abkuehlen lassen.

:Stichworte : Brot, Pitta  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Pizza und Pitta  
 : : Folge 103, vom 23. Februar 1994  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pitter und Jupp (Wirsing-Möhren-Eintopf)  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Wirsing,  
500 g Möhren,  
500 g Kartoffeln,  
1 bn Suppengrün,  
40 g Butter,  
2 ts gekörnte  
Brühe,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskat,  
4 Mettwurstchen  
oder grobe Bauernbratwürste,  
2 bn Petersilie

Den geputzten, gewaschenen Wirsing in feine Streifen schneiden. Die geputzten Möhren und die geschälten Kartoffeln in Würfel schneiden. Das Suppengrün putzen, waschen und zerkleinern. Die Butter in einem Topf heiß werden lassen und den Wirsing darin andünsten. 1/2 l Wasser zugiessen und mit der gekörnten Brühe würzen. Möhren, Kartoffeln und das Suppengrün auf den Wirsing legen. Den Eintopf auf kleiner Hitze in 45 Minuten garen. Dann grob zerstampfen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Die Mettwurstchen 10 Minuten in Wasser kochen, in Scheiben schneiden und zu dem Eintopf geben. Mit gehackter Petersilie bestreut in einer vorgewärmten Schüssel servieren.

(Sophie Lange: Alt-Eifler Kueche, Helios-Verlag)  
:Stichworte : Eifel, Eintopf, Karotte, Wirsing  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Eifel I  
: : Folge 121, vom 11. Januar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pizza-Teig (ergibt zwei rechteckige Kuchenbleche)  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Würfel Hefe,  
100 ml Wasser,  
1 kg Weißmehl (Typ 405) oder  
-Vollkornmehl,  
20 g Salz,  
200 ml Olivenöl,  
400 ml Wasser

Hefe in 100 ml Wasser auflösen und 10 Minuten stehen lassen. Mehl in eine Schüssel sieben. In der Mitte eine Vertiefung machen. Die aufgelöste Hefe hineingeben, mit etwas Mehl zu einem dünnen Brei verrühren. 15 Minuten stehen lassen. Salz dazumischen.

Mit dem Backhorn oder dem Kochlöffel bei portionsweiser, abwechselnder Zugabe von 200 ml Olivenöl und 400 ml Wasser zu einem Teig verarbeiten. Diesen zuerst in der Schüssel, bis alles Mehl hineingearbeitet ist, dann von Hand auf einer trockenen Arbeitsfläche zu einem glatten Teig kneten. 5 Minuten durchkneten. Zu einer Kugel formen. In die Schüssel zurückgeben. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 1 1/2 Stunden gehen lassen.

Den Teig durchkneten, zu einer Kugel formen. Diese in zwei gleich große Stücke teilen. Jedes Stück nochmals durchkneten. Ein Stück ergibt den Belag für ein rechteckiges Kuchenblech. Auswallen, mit den Händen auseinander drücken. Der Teig ist sehr elastisch. Am Rand etwas hochziehen. Mit einer Gabel einstechen.

Für Focaccia mit Olivenöl und Salz bestreuen. Für Pizza mit nächstehender Pizzaiola-Sauce bestreichen und mit gewünschtem Belag (Crevetten, Thunfisch, Sardellen, gekochte Schinkenstreifen, Artischocken, Knoblauch, grüne und schwarze Oliven, Mozzarella-Stückchen, Pilze, Kapern etc.) belegen. Mit schwarzem Pfeffer und Oregano, dem klassischen Pizza-Gewürz, bestreuen. Sofort in dem auf 250 Grad vorgeheizten Backofen backen, sonst wird der Teig pappig!

:Stichworte : Pizza, Teig  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pizza und Pitta  
: : Folge 103, vom 23. Februar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pizzabelag für Margherita  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

1 tb Olivenöl,  
1 gehackte Zwiebel,  
1 gepresste Knoblauchzehe,  
1/2 l Salsa Pizzaiola oder 1 Dose  
-geschälte Tomaten,  
2 Mozzarella-Käse in Scheiben  
-geschnitten,  
2 tb feingehackte Basilikum-  
-Blätter,  
Salz,  
Pfeffer  
B  
Das Olivenöl heiß werden  
-lassen, Zwiebeln und  
-Knoblauch darin andünsten,  
-Pizzaio  
köcheln. Auf den Teigboden  
-geben. Die restlichen  
-Zutaten auf der Pizza  
-verteilen  
schieben und 20 bis 25  
-Minuten backen.

:Stichworte : Backen, Belag, Pizza  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Böden, salzig und süß



: : Folge 149, vom 24. April 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pizzabelag für Neapolitanische Pizza  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 l Pizzaiola-Sauce oder  
1 cn geschälte Tomaten,  
90 g Sardellen,  
2 Mozzarella-Käse in Scheiben  
-geschnitten,  
1 tb getrockneten Oregano,  
Salz  
Pfeffer

Die Zutaten in der erwahnten Reihenfolge auf den Pizzaboden bringen und bei 200 Grad ca. 25 Minuten backen.

(Rueegg/Feisst: "Vom Apfel bis zur Zwiebel", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Backen, Belag, Pizza  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Böden, salzig und süß  
: : Folge 149, vom 24. April 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
cn: Dose  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pizzaboden  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Hefewürfel,  
lauwarmes Wasser,  
500 g Mehl,  
1 ts Salz,  
1/2 dl Olivenöl

Die Hefe mit etwas lauwarmem Wasser auflösen. Das Mehl in eine Schuessel sieben, das Salz und das Oel dem Rand entlang begeben, im Mehl eine Vertiefung machen, die Hefe hineingeben, Mehl und Hefe durch Zugabe von mehr Wasser zu einem geschmeidigen, glatten Teig kneten, diesen mit einem feuchten Tuch zugedeckt an einem warmen Ort ums Doppelte aufgehen lassen, entweder ein rechteckiges Kuchenblech oder vier Bleche mit Durchmesser 22 cm) damit belegen, dabei ringsum einen Wulst formen. Den Teig einstechen.

:Stichworte : Backen, Grundlage, Hefeteig, Pizza  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Böden, salzig und süß  
: : Folge 149, vom 24. April 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
dl: deciliter  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pizzaiola-Sauce  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Olivenöl,  
2 kg Tomaten, den Ansatzstrunk  
-weggeschnitten,  
die kleinen gevierteilt,  
-die größeren geachtet,  
1 tb Salz

Diese Sauce bildet die Grundlage zu den verschiedensten Pizza-Rezepten,  
kann auch fuer Tomatenspaghetti verwendet werden.  
Das Oel warm werden lassen, die Tomaten beigeben, 10 Minuten auf  
kleiner Flamme daempfen. Gut umruehren, sonst brennt die Sauce an,  
salzen.

:Stichworte : Backen, Pizza, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Böden, salzig und süß  
: : Folge 149, vom 24. April 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pizzaiola-Sauce (Tomatenbelag für Pizza)  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Tomaten,  
2 tb Olivenöl,  
1 Zwiebel (fein gehackt),  
1 Knoblauchzehe (gepresst),  
Salz,  
Pfeffer

Tomaten in kochendes Wasser legen. Topf beiseite stellen. Die Tomaten  
mit der Schaumkelle herausheben.  
Schaelen, in Schnitze schneiden. Olivenoel rauchheiss werden lassen.  
Zwiebel im Oel glasig duensten (nicht braeunen!).  
Knoblauch beifuegen und mitduensten. Die Tomaten beigeben. Mit Salz und  
Pfeffer wuerzen. 30 Minuten koecheln lassen. Je nach Wassergehalt der  
Tomaten auch laenger. Der Saft soll eindaempfen (also keinen Deckel auf  
den Topf legen), damit eine saemige Sauce entsteht. Abkuehlen lassen.

:Stichworte : Pizza, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pizza und Pitta  
: : Folge 103, vom 23. Februar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pizzoccheri-Gericht

Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins

Yield: 1 Keine Angabe

4 Kartoffeln (ca. 200 g)  
500 g Pizzocheri  
1 Mangold oder  
1 sm Wirsing  
150 g Alpkäse  
100 g Butter  
2 Knoblauchzehen  
12 Salbeiblätter

Einen grossen Topf mit Salzwasser aufsetzen, die geschaelten und in Wuerfel geschnittenen Kartoffeln und das in Streifen geschnittene Gemuese dazugeben. Nach 10 Minuten Kochzeit die Pizzocheri dazugeben. Weiter koecheln lassen. Wenn die Pizzoccheri "al dente" sind, wird alles abgeschuettet. In geschmolzener Butter werden die Salbeiblaetter und die zerdrueckten Knoblauchzehen gedaempft. Eine ausgebutterte Auflaufform wird nun lagenweise mit Pizzoccheri-Kartoffeln-Gemuese, Butter-Knoblauch-Salbei und dem in Scheiben geschnittenen Alpkaese gefuehlt. Zuerst kommt eine Lage Kaese. Das Gericht wird bei 180 Grad ueberbacken, bis der Kaese hellbraun ist.

:Stichworte : Auflauf, Italien, Kartoffel, Nudel, Veltlin  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 210, Kochen wie im Veltlin  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pizzöcar ala pusc'ciavina (Pizzoccheri, Buchweizennudeln mit Gemüse)

Categories: Mehlspeisen, Nudeln

Yield: 1 Keine Angabe

3 l Wasser,  
1 ts Salz,  
3 Karotten,  
100 g grüne Bohnen,  
4 Kartoffeln,  
1 Kohlrabi,  
100 g Erbsen,  
1 Rippenmangold,  
etwas Spinat,  
1/4 Wirsing

MMMMM-----Teig:-----

100 g Buchweizenmehl,  
200 g Weis̈mehl,  
1/2 ts Salz,  
1 c Wasser, ca.  
1 Ei,  
2 tb Öl

MMMMM-----zum Anrichten:-----

- 50 g Parmesan-Käse,
- 2 tb Butter,
- 2 tb Schmalz,
- 1 Knoblauchzehe (gepresst),
- 2 Salbeiblätter (gehackt)

3 l Wasser mit 1 TL Salz aufkochen. Karotten, Bohnen, Erbsen, Kohlrabi, Wirsing ins Wasser geben und kochen lassen. Nach 10 Minuten Kartoffeln und Mangold beugeben und weitere 10 Minuten kochen lassen. Zum Schluss den Spinat dazugeben und alles nochmals 10 Minuten kochen lassen. Etwa 5 Minuten vor Ende der Kochzeit die Pizzoccheri zubereiten.

Fuer die Pizzoccheri in einem grossen Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Aus Mehl, Salz, 1 Tasse Wasser, Ei und Oel einen dicken Spaetzleteig ruehren. Den Teig entweder durch ein gross gelochtes Sieb oder ein Passetout in das kochende Salzwasser druecken oder aber dickere Spaetzle vom Brett schaben. Wenn die Pizzoccheri an die Oberflaeche steigen, herausnehmen, kalt abspuelen, abtropfen lassen und beiseite stellen.

In eine Auflaufform lagenweise Pizzoccheri und Gemuese geben, wobei die Pizzoccheri immer mit Parmesankaese bestreut werden.

Butter und Schmalz in einer Pfanne erwaermen. Die Knoblauchzehe und die Salbeiblaetter darin glasig werden lassen und ueber die Pizzoccheri geben. Die Form in den Backofen stellen, damit das Gericht sehr heiss serviert werden kann.

- :Stichworte : Buchweizen, Nudel, Puschlav
- :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste
- : : Kochen wie im Puschlav
- : : Folge 254 vom 06. Mai 2001
- : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt
- :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

- tb: El.
- c: Tasse
- ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Plain grass  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

- 150 g Maisgrieß, grobgemahlener  
-(Bramata),
- 2 -3 dl Milch,
- 150 g Mehl oder Buchweizenmehl,
- 1/2 ts Salz,
- 100 g Rosinen oder
- 150 g getrocknete Birnen,
- 1 tb Petersilie, gehackte (nach  
-Belieben),
- 100 g Käse, geriebener
- 50 g Butter

Maisgriess in eine Schuessel geben. 2 dl heisse Milch daruebergiessen und eine Stunde stehenlassen. Dann gesiebtes Mehl, Salz, gewaschene Rosinen und Petersilie beifuegen. Alles rasch zu einem festen Teig

kneten. Wenn noetig noch etwas Milch zugeben. Aus der Masse kleine runde Knoedel formen. Diese in schwachem Salzwasser oder Fleischbruehe 45 Minuten leise ziehen lassen. Die Knoedel mit der Schaumkelle aus der Pfanne heben, in eine vorgewaermte Schuessel legen, mit Kaese bestreuen und mit der geschmolzenen Butter uebergiessen.

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Graubünden  
: : Folge 114, vom 14. September 1994 und  
: : Folge 115, vom 28. September 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Plain in pigna mit Polenta  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

1 1/4 l Milch,  
Salz,  
100 g Polenta (Maisgrieß),  
250 g Mehl (Weiß- oder Ruchmehl,  
-Typ 405 oder 1050),  
2 tb Butter,  
4 Kartoffeln in Würfel  
-geschnitten,  
200 g Rauchspeck in feine Würfel  
-geschnitten,  
100 g Rosinen

Die Milch salzen und aufkochen lassen. Polenta und Mehl miteinander vermengen.

Die aufgekochte Milch vom Feuer nehmen, das Mehl-Polenta-Gemisch vorsichtig in die Milch einruehren bis die Masse ganz homogen ist. Die restlichen Zutaten beimengen. In eine flache, gut ausgebutterte Form einfuellen (die Masse sollte nicht mehr als 5 cm dick sein).

1 Stunde im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen backen.

Apfelmus gehoert dazu oder ein gemischter Salat.

:Stichworte : Eintopf, Engadin, Grieß, Polenta  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Engadin  
: : Folge 134, vom 30. August 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Plumcake  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

150 g Sultaninen,  
150 g Rosinen,

100 g Korinthen,  
 6 tb Rum,  
 75 g Orangeat (gewürfelt),  
 75 g Zitronat (gewürfelt),  
 50 g kandierte Kirschen  
 -(gewürfelt),  
 250 g Butter,  
 200 g brauner Zucker,  
 4 Eier,  
 50 g Mandeln (geschält, in  
 -Stifte geschnitten),  
 1 Zitrone, abgeriebene Schale  
 -von  
 1 Orange, abgeriebene Schale  
 -von  
 1 pn Salz,  
 1/4 ts Kardamom,  
 1/4 ts Zimt,  
 1/4 ts Koriander,  
 1/4 ts Nelkenpulver,  
 1/4 ts Muskatblüten,  
 1/4 ts Ingwer,  
 350 g Mehl,  
 1 ts Backpulver

Sultaninen, Rosinen und Korinthen ueber Nacht in Rum einweichen. Die uebrigen Fruechte dazugeben.

Die zimmerwarme Butter und den Zucker 10 Minuten ruehren. Ein Ei nach dem anderen unterruehren. Mandeln, die Fruchtschalen und die Gewuerze beigeben. Das Mehl und das Backpulver darueber sieben. Zuletzt die Beeren und Fruechte dazumischen. Alles in eine mit Backpapier ausgelegte, 30 cm lange Cakesform fuellen.

In dem auf 180 Grad vorgeheizten Ofen 40 Minuten backen. Die Temperatur auf 150 Grad reduzieren. Weitere 30 Minuten backen. Auskuehlen lassen. Der Plumcake kann in Folie verpackt mindestens 4 Wochen im Kuehlschrank gelagert werden.

Anmerkung: Plumcake kann auch in einer kleinen runden Form gebacken, vor dem Servieren mit heissem Rum uebergossen und angezundet werden. Der Kuchen wird dann von blaeulichen Flammen ueberspielt serviert.

Als festliches Menue mit  
 Eierstichsuppe  
 Lachs-Forellen-Terrine  
 Truthahn mit Kastanienfuellung  
 Plumcake  
 Ananas-Rahm-Eis

:Stichworte : Festliches, Kuchen, Menü  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Festliches Menü 1995  
 : : Folge 141, vom 13. Dezember 1995  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
 pn: Prise  
 ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Polenta  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 l Wasser,  
1 ts Salz,  
250 g Maisgrieß  
(am besten grober, der in  
-der Schweiz  
unter der Bezeichnung  
-"Bramata" im Handel is  
2 tb Butter, evtl. mehr

MMMMM-----Variante 1:-----

300 g Gorgonzolakäse,  
50 g frische Butter

MMMMM-----Variante 2:-----

3 Eier,  
2 ganz fein gehackte  
-Knoblauchzehen,  
50 g frische Butter

Salzwasser aufkochen, Kochtopf vom Feuer nehmen, Maisgriess begeben, rühren und wieder auf die Platte stellen. Achtung: waehrend der ersten Kochminuten spritzt es! Deshalb den Kochloeffel quer auf den Topf und den Deckel darueber legen. Spaeter kann der Deckel entfernt werden.

Kochzeit: 45 Minuten bis 1 Stunde.

Den Brei auf warmer Schuessel anrichten, mit brauner Butter uebergiessen.

Die Polenta kann am Topfrand ankleben. Diese Kruste wird am einfachsten entfernt, wenn man sie ueber Nacht mit kaltem Wasser bedeckt stehen laesst.

Variante 1:

Die Haelfte der wie oben beschrieben gekochten Polenta in eine gebutterte Auflaufform giessen, den Kaese darauf verteilen, den Rest der Polenta darueber geben, die Butterfloeckchen obendrauf. Im 200 Grad vorgeheizten Ofen eine Viertelstunde ueberbacken.

Variante 2:

Die Polenta gemaess Grundrezept kochen, Butter schmelzen, zuerst mit Knoblauch, dann mit der Polenta vermischen, auf ein kalt abgspueltes Brett oder ein Kuchenblech schuetten. Den Brei glattstreichen, so dass eine etwa 1 cm dicke Schicht entsteht, diese auskuehlen lassen. In etwa 5 x 5 cm grosse Vierecke schneiden, in den gut zerklopfen Eiern wenden, in Butter hellbraun braten.

Salat dazu servieren.

:Stichworte : Beilage, Grieß, Polenta, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Schweiz (Ballenberg)  
: : Folge 063, vom 04. Oktober 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Polenta (Beilage aus Maisgriess)  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 l Wasser  
1 ts Salz  
250 g Maisgriess

Wasser und Salz aufkochen. Kochtopf vom Feuer nehmen. Maisgriess einrieseln lassen. Umruehren. Kochtopf wieder auf die Platte stellen. Einen Kochloeffel quer ueber den Topf legen, Deckel ueber den Kochloeffel legen. Auf diese Weise spritzt die aufkochende Polenta nicht heraus.

Nach einigen Minuten umruehren. Den Topf wieder abdecken. Die Polenta mindestens 3/4 Stunde besser aber laenger kochen. Oft umruehren. Sie setzt sich am Topfboden fest, darf sogar leicht anbrennen. Den fertigen Brei, der sehr kompakt ist, auf ein Brett stuerzen und mit Hilfe eines zwischen den Haenden gespannten Fadens Scheiben davon abschneiden. So zubereitete Polenta eignet sich speziell gut zu Fleischgerichten mit deftiger Sauce. Die Polenta kann kurz vor Beendigung der Kochzeit angereichert werden z. B. mit 50 g Butter und/oder beliebig viel geriebenem Parmesankaese oder Sbrinz. Falls man keinen Teflon-beschichteten Kochtopf verwendet, bildet sich am Boden und am Rand eine Schicht, die sich sofort nach dem Kochen nicht entfernen laesst. Man fuellt den gut ausgekratzten Topf mit kaltem Wasser, laesst ueber Nacht stehen. Nachher kann man die Schicht problemlos herausheben. Sie kann noch als Suppeneinlage verwendet werden.

:Stichworte : Beilage, Polenta, Schweiz, Tessin  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 212, Kochen wie im Tessin  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Polenta (Grundrezept)  
Categories: Grundlagen, Informationen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 l Wasser,  
1 ts Salz,  
250 g Maisgrieß, am besten grobes,  
das in der Schweiz unter  
-der Bezeichnung "Bramata"  
-im Handel ist,  
2 tb Butter, frische

Salzwasser aufkochen, Kochtopf vom Feuer nehmen, Maisgriess beigeben, ruehren, wieder auf die Platte stellen. (Achtung: waehrend der ersten Kochminuten spritzt es! Deshalb den Kochloeffel quer auf den Topf und den Deckel darueber legen. Spaeter kann der Deckel entfernt werden.) Kochzeit 45 Minuten bis 1 Stunde. Den Brei auf warmer Schuessel anrichten, mit brauner Butter uebergiessen. Die Polenta kann am Pfannenrand ankleben. Diese Kruste wird am einfachsten entfernt, wenn man sie ueber Nacht mit kaltem Wasser bedeckt stehen laesst.



:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Graubünden  
: : Folge 114, vom 14. September 1994 und  
: : Folge 115, vom 28. September 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Polenta mit Gorgonzola überbacken  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

Polenta (s. Rezept),  
300 g Gorgonzola-Käse,  
50 g Butter, frische

Die Haelfte der wie oben beschrieben gekochten Polenta in eine gebutterte Auflaufform giessen, den Kaese darauf verteilen, den Rest der Polenta darueber geben, die Butterflocken obendrauf. Im 200 Grad heissen Ofen eine Viertelstunde ueberbacken.

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Graubünden  
: : Folge 114, vom 14. September 1994 und  
: : Folge 115, vom 28. September 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Polentaauflauf  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

1 l Fleischbrühe  
250 g Maisgriess  
1 tb Mehl  
2 tb Butter  
3 tb Parmesankäse oder Sbrinz,  
-gerieben  
2 Eier, verklopft  
100 g Parmesankäse oder Sbrinz,  
-gerieben  
100 ml Rahm

Die Fleischbruehe aufkochen. Maisgriess und Mehl einruehren. Wie im Grundrezept s. o. eine Polenta kochen. Etwas auskuehlen lassen. Butter, Kaese (3 El) und die Eier daruntermengen. Den Brei auf ein kalt abgespueltes Brett streichen, erkalten lassen. Quadrate oder Kreise (mit einem Glas) ausstechen. Schuppenweise in eine bebutterte Auflaufform schichten. Mit der zweiten Kaeseportion bestreuen. Den Rahm daruebergeben. Im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 20 Minuten ueberbacken. Mit Tomaten- und/oder Blattsalat ein fleischloser Festschmaus.

:Stichworte : Auflauf, Polenta, Schweiz, Tessin  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 212, Kochen wie im Tessin

:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Polentaschnitten

Categories: Beilagen

Yield: 1 Keine Angabe

Polenta (s. Rezept),  
3 Eier,  
2 Knoblauchzehen, ganz fein  
-gehackte  
50 g Butter, frische

Die Polenta gemaess Grundrezept kochen, Butter schmelzen, zuerst mit dem Knoblauch, dann mit der Polenta vermischen, auf ein kalt abgespueltes Brett oder ein Kuchenblech schuetten. Den Brei glattstreichen, so dass eine etwa 1 cm dicke Schicht entsteht, diese auskuehlen lassen, in etwa 5 x 5 cm grosse Vierecke schneiden, in den gut zerklopfen Eiern wenden, in Butter hellbraun braten. Salat dazu servieren!

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Graubünden  
: : Folge 114, vom 14. September 1994 und  
: : Folge 115, vom 28. September 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Polentaschnitten mit Tomatensauce (ab 18. Monat)

Categories: Sonstiges

Yield: 1 Keine Angabe

250 ml Wasser  
50 ml Sahne  
2 tb Butter  
4 tb Polenta (Maisgrieß)  
Meersalz  
1 Eigelb  
1 Ei  
1 Brezel vom Vortag

Sahne und Wasser in einem kleinen Topf mit 1 EL Butter aufkochen. Polenta einrieseln lassen und bei geringer Hitze unter staendigem Ruehren mit einem Holzloeffel 5-10 Minuten koecheln lassen. Mit einer Prise Meersalz wuerzen. Polenta vom Herd nehmen und 1 Eigelb untermischen. Die Masse auf einem runden Holzbrett (Durchmesser 20 cm) verteilen, glatt streichen und mindestens 1 Stunde ruhen lassen. Die erkaltete Polenta in kleinere Rauten schneiden. Das Ei in einem tiefen Teller mit der Gabel verquirlen. Brezel auf einer Reibe zu Semmelbroeseln verarbeiten. 1 EL Butter in einer Pfanne schmelzen. Die Rauten erst im Ei wenden, dann mit Semmelbroeseln bestreuen, in die heisse Butter legen und beidseitig goldgelb anbraten. Eine herzhaft Tomatensauce oder Kuerbissaue dazu servieren.

:Stichworte : Grieß, Kleinkind, Polenta  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Kost für kleine Feinschmecker

: : Folge 181, vom 09, November 1997  
: : aus dem Buch von Monika Arndt: Das Baby-Kochbuch,  
: : gesunde Ernährung für Ihr Kind, dtv 36536 entnommen.  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pollo alla Diavola - Pikantes Hühnchen  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Butterfett,  
2 tb Olivenöl,  
1/4 ts zerstoßene getrocknete  
-Pfefferschoten,  
1/4 c feingehackte Zwiebeln,  
2 tb feingehackte glattblättrige  
-Petersilie,  
1/2 ts feingehackter Knoblauch,  
1 junges Huhn (1 bis 1,5 kg),  
in vier Teile zerlegt,  
Salz,  
Zitronenviertel

Den Backofen vorwaermen.

In einer kleinen Schuessel die zerlassene Butter, das Oel und die zerstoßenen Pfefferschoten und in einer zweiten Schuessel gehackte Zwiebeln, Petersilie und Knoblauch mischen. 4 TL der Butter-Oel-Mischung zu der Petersilie- Zwiebel-Mischung geben, zu einer Paste verruehren und beiseite stellen.

Mit der restlichen Butter-Oel-Mischung die Huehnerteile von allen Seiten bepinseln und gut anbraten. Mit einem Metallspachtel auf jedes Viertel die Zwiebel- und Petersilienpaste streichen und fest andruecken.

In den vorgeheizten Backofen stellen und den Belag anbraeunen lassen. Vor dem Servieren mit dem Bratensaft uebergiessen.

:Stichworte : Geflügel, Huhn, Toskana  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Toskana  
: : Folge 173, vom 8. Juni 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

c: Tasse

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Poularde à la crème et à l'Estragon (Poularde in Estragon-Sauce)  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Poularde (ca. 1,5 kg),

Geflügelreste oder  
 -Geflügelklein,  
 1/2 l Hühnerbrühe,  
 4 tb Crème fraiche,  
 1 Zweig Estragon,  
 50 g Butterfett,  
 Salz,  
 Pfeffer

Das Innere der Poularde salzen, pfeffern und mit frischem Estragon füllen und in einer Kasserolle mit dickem Boden in Butterfett anbraten. Die Geflügelreste dazugeben und mitbraten. Mit Hühnerbrühe abkochen. Den Topf mit einem Deckel schließen und 40 Minuten auf sanftem Feuer garen lassen. Der Jus sollte hell bleiben. Die Poularde und die Geflügelreste herausnehmen und warm stellen. Die Sauce weiter einkochen lassen und mit Crème fraiche verfeinern. Die Poularde tranchieren und auf einer Platte anrichten, Sauce darüber gießen. Vor dem Servieren kann man die Platte mit einem Esslöffel voll fein gehacktem Estragon bestreuen.

:Stichworte : Geflügel, Huhn, Poularde, Savoyen  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Kochen wie in Savoyen  
 : : Folge 252 vom 08. April 2001  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
 tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Poularde in Meersalz  
 Categories: Geflügelgerichte  
 Yield: 1 Keine Angabe

1 bratfertige Poularde,  
 1 Zweiglein Bohnenkraut,  
 Thymian oder Estragon,  
 1 sm Lorbeerblatt,  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 4 kg Meersalz, evtl. mehr

Falls Sie das Meersalz im Supermarkt nicht erhalten, kaufen Sie es im Reformhaus, weisses Speisesalz ist fuer dieses Rezept nicht geeignet.

Das Krauterzweiglein in die Bauchhoehle der Poularde stecken. Eine ovale Kasserolle mit Alufolie auslegen. Boden mit einer dicken Salzschiicht bedecken. Geflügel mit dem Ruecken nach oben hineinlegen und dick mit Salz bedecken. Das Salz auch in alle Hohlraeume streuen und festdruecken. Die Poularde muss voellig in Salz eingebettet sein, es duerfen keine Loecher unausgefüellt bleiben.

Die Kasserolle ohne Deckel fuer 1 1/2 Stunden auf hoechster Stufe in den Backofen geben.

Vor dem Servieren den Topf auf ein Holzbrett stuerzen, so dass sich der Inhalt in einem einzigen Block daraus loest. Oberseite der Kruste ringsum aufschlagen, so dass die Poularde freigelegt wird. Sie liegt jetzt auf dem Ruecken, ist goldbraun, prall und saftig.

:Stichworte : Geflügel, Huhn, Kräuter, Poularde  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Vom Kochen mit Kräutern  
: : Folge 170, vom 27. April 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Poulet mit Salbei  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Poulet (junges Masthuhn),  
250 g Toastbrot (gewürfelt),  
100 ml heiße Milch, evtl. mehr  
2 Knoblauchzehen, evtl. mehr  
40 ml Olivenöl,  
4 Blätter Salbei,  
Salz,  
Pfeffer,  
250 ml Weißwein,  
Nadel und Faden

Toastbrotwuerfel mit heisser Milch uebergiessen, salzen und pfeffern.

Das Poulet mit den Salbeiblaettern, den geschaelten ganzen Knoblauchzehen und dem eingeweichten Brot fuellen. Zunaehen.

In Olivenoel bei mittlerem Feuer von allen Seiten Farbe annehmen lassen. Das Feuer reduzieren. Den Wein auf den Fond der Kasserolle giessen, ohne das Poulet zu benetzen. Salzen, pfeffern und mit Butterfloekchen bestreuen. Das Poulet 30 Minuten braten. Dann das Poulet umdrehen und nochmals 30 Minuten braten lassen.

Mit einer Spicknadel die Garprobe machen: Wenn der Jus rose perlt, den Bratvorgang 20 Minuten fortsetzen, wenn der Jus kaum noch Farbe hat, nochmals 10 Minuten braten. Die Kochzeit haengt von der Zartheit des Poulets ab.

Zum Servieren wird das Poulet tranchiert und auf einer heissen Platte serviert. Der Fleischfond wird mit der Fuellung vermischt und separat gereicht. Frisches Gemuese der Saison, einfach gekocht, schmeckt sehr gut dazu.

:Stichworte : Geflügel, Huhn, Korsika  
:Notizen (\*) : Quelle: Kochen wie auf Korsika  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 238, vom 02. Juli 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Poulet sauté  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Poulet (Hähnchen oder Huhn),  
Salz,  
Pfeffer,  
2 tb Butterschmalz,  
200 g frische Champignon,

-blättrig geschnitten  
1 Zwiebel, fein gehackt,  
100 ml herber Weißwein,  
100 ml Hühnerbrühe,  
1 ts Zitronensaft,  
1 tb Petersilie, fein gehackt

Das Poulet in acht Teile zerschneiden, mit Salz und Pfeffer einreiben. Butterschmalz erhitzen, die Pouletstuecke darin anbraten. Die Pilze und die Zwiebel beigeben, mitdaempfen, mit Wein und Bruehe abloeschen. Zugedeckt daempfen, bis das Poulet weich ist. Die Pouletstuecke auf einer warmen Platte anrichten, der Sauce den Zitronensaft und die Petersilie beigeben. Ueber das Fleisch giessen. Nudeln dazu.

:Stichworte : Baden, Geflügel, Huhn, Neuenburg  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus dem Kochbuch der Hirschenwirtin  
: : Folge 116, vom 12. Oktober 1994 und  
: : Folge 117, vom 26. Oktober 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pudding mit Aprikosen  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

750 g gut ausgereifte, frische  
-oder tiefgekühlte Aprikos  
150 ml Sahne,  
10 g Vanillezucker,  
4 Eier,  
120 g Zucker,  
1 pn Salz,  
etwas Puderzucker

Die gewaschenen Aprikosen halbieren und entsteinen, mit der Rundung nach oben in einer gebutterten Gratinform in zwei Schichten aneinander reihen. Zwischen den Lagen leicht zuckern. Eier, Zucker, Salz, Vanillezucker und Sahne zu einem Guss verruehren und ueber die Aprikosen giessen. Im Ofen bei 180 Grad im Wasserbad 30 bis 40 Minuten pochieren. Mit Puderzucker bestaeuben und servieren.

:Stichworte : Dessert, Pudding, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Saas Fee  
: : Folge 225, vom 05. Dezember 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Puffbohnenauflauf  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

1 1/2 kg Puffbohnen,  
1/2 kg Mehl,  
1 Weinglas Olivenöl,  
1 Handvoll Frühlingszwiebeln,  
Minze oder Dill,  
Salz,  
Pfeffer

Bohnen ausnehmen, waschen und blanchieren. In der Zwischenzeit aus Mehl, Wasser und Salz einen Teig machen, den in drei gleichgrosse Stuecke teilen. Jedes Stueck auswallen zu einem Teigblatt, das die Grosse der Auflaufform hat.

Auflaufform einfetten, erstes Teigblatt so hineinlegen, dass der Boden nur belegt ist, der Rand muss frei bleiben.

In einer Schuessel werden die blanchierten Bohnen mit Salz und Pfeffer, Olivenoel, kleingeschnittenem Dill und kleingeschnittenen Fruehlingszwiebelchen gemischt. Von dieser Mischung auf das erste Teigblatt geben. Darauf das naechste (gleichgrosse) Teigblatt, wieder darauf achten, dass nur der Boden und nicht der Rand belegt ist, darauf wieder ein Teil der Bohnenmischung, darauf das dritte Teigblatt und zum Schluss die restlichen Bohnen.

Butterfloekchen drueberstreuen und fuer ca. 20 Minuten im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen geben, bis die Bohnen weich sind.

(Rueegg/Feisst: "Grossmutter's Mittelmeerkueche - Kochen wie im Urlaub", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Auflauf, Griechenland, Mittelmeer, Peloponnes

: : Puffbohne

:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste

: : Mittelmeerkueche - Peloponnes

: : Folge 155, vom 11. September 1996

: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feisst

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Pumpkin-Pie (Kürbiskuchen)

Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen

Yield: 4 Portionen

MMMMM-----Mürbeteig:-----

250 g Mehl,  
1/2 ts Salz,  
125 g Butter,  
4 tb kaltes Wasser

MMMMM-----Belag:-----

750 g gelbrotes Kürbisfleisch,  
200 g Zucker,  
1/2 ts Salz,  
1 ts gemahlener Zimt,  
1/2 ts geriebene Muskatnuss,  
1/2 ts gemahlener Ingwer,  
3 Eier,  
150 g Sahne,  
150 ml Milch,  
Mandelstifte,  
Puderzucker

Fuer den Teig Mehl, 1/2 TL Salz und die in kleine Wuerfel geschnittene Butter auf die Arbeitsflaeche geben und mit einem grossen Messer

durchhacken. Nach und nach das kalte Wasser darueber trauefeln und weiterkneten bis ein geschmeidiger Teig entstanden ist. Diesen in eine Folie rollen und 1 Stunde kuehl stellen.

Eine Springform (26 cm Durchmesser) mit dem gekuehlten Teig auslegen, dabei den Rand hoch ziehen. Die Form abgedeckt nochmals kalt stellen bis der Belag fertig ist.

Das klein gewuerfelte Kuerbisfleisch in 1/4 l Wasser weich kochen. Noch heiss mit dem Stabmixer puerieren und unter Ruehren zu einem dicken Mus einkochen. Erkalten lassen. Kuerbismus mit Zucker, Salz, Zimt, Ingwer und Muskat abschmecken. Die Eier leicht verquirlen und unter das Kuerbismus ziehen. Sahne und Milch zusammengiessen und in das Kuerbismus einruehren.

Diese Mischung auf den Teig giessen und 25 bis 30 Minuten backen. Den fertigen Pie herausnehmen, abkuehlen lassen und mit geroesteten Mandelstiften und Puderzucker bestreuen.

:Stichworte : Gemuese, Kuchen, Kuerbis, Pie  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste: Vergessene Gemuese  
: : Folge 240, vom 24. September 2000  
: : von Kathrin Ruegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Putenschnitzel auf Schwarzwurzelpüree  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 4 Portionen

1 Zitrone, Saft von  
500 g Schwarzwurzeln,  
Salz,  
750 ml Hühnerbrühe,  
4 Putenschnitzel,  
4 tb Sahne,  
Muskatnuss,  
Pfeffer,  
1 bn Schnittlauch

Etwa 1 l Wasser mit dem Zitronensaft vermischen.

Die Schwarzwurzeln waschen, schaelen, in Stuecke schneiden und in das Zitronenwasser legen. Mit einer Prise Salz zum Kochen bringen und in etwa 20 Minuten garen. (Verwendet man Schwarzwurzeln aus der Dose, entfaellt dieser Vorgang.) Die Huehnerbruehe erhitzen und das vorgekochte Gemuese (oder aus der Dose) hineingeben. Wenn es siedet, die Putenschnitzel zufuegen und 12 Minuten darin garen. Die Schwarzwurzeln abgiessen und puerieren. Die Sahne unterziehen und mit Salz, Muskatnuss und Pfeffer wuerzen.

Die Putenschnitzel mit dem Schwarzwurzelpueree auf Tellern anrichten. Mit gehacktem Schnittlauch bestreuen.

:Stichworte : Geflügel, Gemuese, Pute, Schwarzwurzel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste: Vergessene Gemuese  
: : Folge 240, vom 24. September 2000  
: : von Kathrin Ruegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer



MMMMM

Legende:

bn: Bd.

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Quinoa (Getreide aus den Anden)

Categories: Beilagen

Yield: 4 Personen

1 ts Butter  
1 Kaffeetasche Quinoa  
2 1/2 Kaffeetassen gut gewürzte  
-Gemüsebrühe

Quinoa, das heilige Getreide der Indios mit hohem Naehrstoffgehalt und einem ueberdurchschnittlich hohen Proteingehalt wird in Bolivien und Peru angebaut. Quinoa ist im Reformhaus oder Feinkostgeschaeft erhaeltlich. Butter schmelzen lassen. Quinoa darin leicht anschwitzen lassen. Mit der Gemuesebruehe abloeschen. Aufkochen lassen und zugedeckt ca. 25 Minuten bei milder Hitze garen. Auf Teller anrichten, den Fisch und das Gemuese darueber legen.

:Stichworte : Beilage, Getreide, Quinoa, Weihnachtsmenü

:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:

: : Folge 224, Weihnachtsmenü 1999

:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Quittenkuchen

Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen

Yield: 1 Keine Angabe

3 altbackene Brötchen,  
1/2 l Milch, ca.  
125 g Butter,  
7 Eier  
(3 ganze Eier, 4 Eidotter),  
4 g Zimtpulver,  
1 Zitrone,  
60 g Zucker,  
150 g Zucker,  
3 Quitten,  
1/4 l Wasser,  
Butter und  
Semmelbrösel  
(für Backblech)

Die Rinde der altbackenen Broetchen abreiben und das Innere in warmer Milch einweichen. Butter schaumig schlagen. Dann 3 ganze Eier und 4 Eidotter hineinruehren. Die eingeweichten Broetchen ausdruecken, mit Zimtpulver, dem Saft und der kleingeschnittenen Schale einer Zitrone sowie 60 g Zucker dazu geben und gut vermischen.

Quitten gut abreiben, schaelen, in Schnitze teilen (Kernhaus entfernen), in kaltem Wasser aufsetzen und kochen lassen. Nach ca. 20 Minuten 150 g Zucker dazu geben und mit 1/4 l Wasser weichkochen. Die

Backform einfetten und mit Semmelbroesel bestreuen.

Die Haelfte der Teigmasse in die Form fuellen und mit den erkalteten Quittenschnitzen belegen. Darauf den restlichen Teig geben und im nicht zu heissen Ofen ca. 40 Minuten backen.

:Stichworte : Kuchen, Quitte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Hotzenwald  
: : Folge 137 vom 11. Oktober 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rabo de Toro (Ochsenschwanzragout)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

3 tb Olivenöl,  
1.5 kg Ochsenschwanz  
(bei jedem Wirbel vom  
-Metzger durchschneiden  
-lassen),  
100 g Schinkenspeck in Würfel,  
1 Knoblauchzehe,  
2 Zwiebeln,  
2 rote Paprikaschoten,  
2 grüne Paprikaschoten,  
1 tb süßes Paprikapulver,  
Salz,  
Pfeffer,  
2 tb Tomatenpüree,  
1 Lorbeerblatt,  
6 Tomaten,  
1/2 l Rinderbrühe,  
5 tb grüne Oliven,  
100 ml Rahm,  
2 tb feingehackte Petersilie

Das Olivenoel erhitzen, das Fleisch darin ringsum gut anbraten. Schinkenspeckwuerfel, gepresste Knoblauchzehe, feingehackte Zwiebel mitduesten. Die in Streifen geschnittenen Paprika, Paprikapulver, Salz, Pfeffer, Tomatenpueree, Lorbeerblatt, enthaeutete und in Wuerfel geschnittene Tomaten, Rinderbruehe begeben. Zugedeckt im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 1 1/2 Stunden schmoren. Gelegentlich umruehren. Die Oliven begeben, erhitzen. Mit Rahm verfeinern und mit der Petersilie bestreut servieren.

(Feisst/Rueegg: "Grossmutter's Mittelmeerkueche - Kochen wie im Urlaub", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Andalusien, Fleisch, Mittelmeer, Rind, Spanien  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Andalusien  
: : Folge 153, vom 26. Juni 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Raclette  
Categories:  
Yield: 1 Keine Angabe

#### Raclettekäse

Wenn man keine entsprechenden Geraete zum Schmelzen des Kaeses im Haushalt hat, laesst man sich beim Kaesehaendler nicht zu duenne Scheiben vom Raclettekaese schneiden, die man portionsweise auf Teller gibt und in den Grill oder in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen schiebt. Sobald der Kaese geschmolzen ist, wird er zusammen mit Pellkartoffeln, Cornichons und Essigzwiebelchen serviert.

:Stichworte : Anniviers, Käse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Val d'Anniviers  
: : Folge 163, vom 11. Juli 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Radieschengemüse  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 bn Radieschen,  
1 Zwiebel,  
Butter zum Dämpfen,  
Salz,  
Pfeffer,  
eine Prise Zucker

Von moeglichst frischen, gewaschenen Radieschen Wurzel- und Blattansatz wegschneiden. Herzblaettchen und auch groessere schoene Blaetter hacken und spaeter ueber das fertige Gericht streuen. Zwiebel in etwas Butter glasig daempfen.

Die Radieschen in kochendes, leicht gesalzenes Wasser geben, 5 Min. koecheln lassen, abseihen, zur Zwiebel geben und angehen lassen. Mit etwas Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.

:Stichworte : Beilage, Gemüse, Radieschen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gemüse von der Reichenau  
: : Folge 111, vom 22. Juni 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
bn: Bd.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rahmkartoffeln  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg festkochende  
-Salatkartoffe  
3/4 l Wasser,  
Salz,  
50 g Butter,  
75 g Mehl,

1/4 l Milch,  
1/2 l Fleischbrühe,  
1/8 l Sahne,  
Petersilie (fein gehackt)

Wichtig ist, dass die Kartoffeln nicht mehlig sind und beim Kochen nicht zerfallen. Die Kartoffeln schaelen, in messerrueckendicke Scheiben schneiden und im Salzwasser nicht ganz weich kochen, sie sollen noch etwas Biss behalten. Abgiessen und warm stellen.

Die Butter schmelzen, Mehl darueber streuen und unter Ruehren eine helle Mehlschwitze herstellen. Sobald das Mehl nach frisch gebackenem Brot riecht, zunaechst mit der heissen Fleischbruehe, dann mit der Milch unter staendigem Ruehren abloeschen und mit Salz abschmecken.

Fluessigkeit gut durchkochen. Nun die Kartoffelblaettchen hineingeben. Kurz vor dem Anrichten Sahne und fein gehackte Petersilie dazugeben.

:Stichworte : Baden, Beilage, Kartoffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im südlichen Schwarzwald II  
: : Folge 105 vom 23. März 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ratatouille  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

6 tb Olivenöl,  
3 Zwiebeln (geschält, grob  
-gehackt),  
2 Knoblauchzehen (gepresst),  
2 Auberginen (geschält, in  
-Stücke geschnitten),  
2 Paprika (ohne Kerngehäuse  
-in Streifen geschnitten),  
6 Tomaten (in Schnitze  
-geschnitten),  
1 Schlangengurke (in Stücke  
-geschnitten),  
1 Lorbeerblatt,  
2 Zweige Oregano,  
2 Zweige Thymian,  
Salz,  
Pfeffer

Das Oel erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin hellgelb duensten, das Gemuese begeben. Zugedeckt duensten, dabei immer wieder aufschuetteln, bis das Gemuese zusammengefallen ist und sich Wasser gebildet hat. Je nach Fluessigkeitsmenge eventuell noch etwas Wasser begeben. Eine Stunde daempfen.

:Stichworte : Beilage, Gemüse, Gurke  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kohlrabi und Gurken  
: : Folge 237, vom 18. Juni 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ratatouille einmal anders  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Insgesamt 800 g Gemüse:-----

Zwiebeln,  
Tomaten,  
Paprika,  
Auberginen,  
Zucchini,  
Bleichsellerie etc.

MMMMM-----sonstiges-----

2 Lorbeerblätter  
Thymian  
1 Zweig weiße Trauben  
2 Äpfel  
Salz  
Pfeffer  
4 tb Olivenöl  
1/2 l Wasser  
1 Orange

Gemuese waschen und klein schneiden. Aepfel schaelen, vom Kerngehaeuse entfernen und in Scheiben schneiden, Orange schaelen und ebenfalls in Scheiben schneiden.

Alle Zutaten in eine gebutterte Kasserolle geben, miteinander vermengen. Zugedeckt im auf 200 Grad heissen Backofen ca. 1 Stunde schmoren lassen, ohne zu ruehren.

:Stichworte : Apfel, Gemüse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen und Backen mit Äpfeln  
: : Folge 198, vom 13. September 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Raumbeduftung  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Erkältung, Schnupfen und Grippe :-----

Eukalyptus,  
Meerkiefer,  
Lavendel,  
Teebaum,  
Thymian,  
Rosmarin,  
Zitrone,  
Zypresse

MMMMM-----Einschlafschwierigkeit:-----

Fenchel,

Lavendel,  
Orange,  
Rose,  
Rosenholz,  
Sandelholz,  
Weihrauch

MMMMM-----Zur Konzentration am Arbeitsplatz, u.a.:-----

Eisenkraut,  
Koriander,  
Lemongras,  
Pfefferminze,  
Zitrone,  
Basilikum,  
Eukalyptus,  
Grapefruit

MMMMM-----Zum Neutralisieren von Gerüchen im Wohnbereich:-----

Zitrone,  
Lavendel,  
Orange,  
Nelke,  
Zimt,  
Sandelholz,  
Geranium,  
Lemongras,  
Kajeput

MMMMM-----Im Kinderzimmer:-----

Lavendel,  
Orange,  
Mandarine

MMMMM-----Entspannung:-----

50 ml Mandelöl,  
5 dr Lavendel,  
5 dr Orange,  
3 dr Zitrone,  
4 dr Rosenholz,  
2 dr Weihrauch,  
2 dr Rose

MMMMM-----Emotionales Gleichgewicht:-----

50 ml Mandelöl,  
5 dr Orangen,  
7 dr Basilikum,  
2 dr Rosen,  
1 dr Lavendel

MMMMM-----Aktivierung:-----

5 dr Rosmarin,  
5 dr Zitrone,  
3 dr Nelken,  
4 dr Teebaum,  
3 dr Thymian

MMMMM-----Sinnlichkeit:-----

4 dr Nelken,  
4 dr Zimt,  
5 dr Sandelholz,  
3 dr Rosen,  
4 dr Rosenholz,  
1 dr Weihrauch

In der Duftlampe, auf Duftstein, Duftkissen oder Duftsand. Anwendung:  
die Anzahl der Tropfen richtet sich nach der Groesse des Raumes.  
Jeweils die Ingredienzien gut miteinander mischen und nach dem Duschen  
oder Baden auf die Haut auftragen.

Wichtig: Diese Rezepte koennen Sie nach Ihrem eigenen Empfinden  
ergaenzen oder einzelne Essenzen auswechseln.

:Stichworte : Duft, Körperöle, Nonfood, Öl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Tröstende und heilende Düfte  
: : Folge 184, vom 23. Dezember 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
:Notizen (\*\*1) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
:Notizen (\*1) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Tröstende und heilende Düfte  
: : Folge 184, vom 23. Dezember 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

MMMMM

Legende:

dr: Tropfen

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ravioli Jägerart  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----für den Teig:-----

200 g Mehl,  
1 Ei,  
1 tb Olivenöl,  
Salz

MMMMM-----für die Füllung:-----

1 sm Hasenkeule,  
1 Fasanen- oder  
-Geflügelbrüstc  
1 sm Zwiebel,  
1 sm Karotte,  
100 g Spinat,  
1/2 pk Rotwein,  
2 Lorbeerblätter,  
2 Thymianzweige,  
1 Ei,  
2 Wacholderbeeren,  
1 tb Parmesankäse,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskatnuss,  
100 g Butter

Teig:

Mit Mehl, geschlagenem Ei, Salz, Oel und etwas lauwarmem Wasser einen  
Nudelteig machen. Diesen zu einem Ball formen, in ein Tuch schlagen und  
mindestens 20 Minuten ruhen lassen.

Fuellung:

Das Fleisch von den Knochen loesen, fein schneiden, 1 EL Butter  
schmelzen, das Fleisch, die feingeschnittene Zwiebel und Karotte  
miteinander daempfen. Mit Wein abloeschen. Den gewaschenen und in feine

Streifen geschnittenen Spinat begeben. Die Kraeuter dazulegen. Alles zugedeckt mindestens 1/2 Stunde koecheln lassen.  
Kraeuter entfernen. Das Ei mit einer Prise Salz verklopfen, mit Pfeffer und Muskat wuerzen und zur uebrigen Fuellung geben. Auf kleinster Flamme eindicken, dann auskuehlen lassen. Den Teig auswallen, mit kaffeeloeffelgrossen Fuellungshaeufchen im Abstand von 5 cm belegen, mit Teig zudecken. Mit einem Glas runde Plaetzchen ausstechen. Diese in kochendem, leicht gesalzenem Wasser ca. 8 Minuten garen. Abseihen, mit der leicht gebraeunten Butter begiessen. Parmesankaese darueber streuen.

(Thymian ist appetitanregend und magenstaerkend, verhindert ebenso wie Wacholderbeeren Gaerungen im Darmtrakt und Blaehungen. Beide wirken auch gegen Rheuma und Gicht.)

:Stichworte : Kraeuter, Nudel, Ravioli  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kraeuter und Gesundheit  
: : Folge 171, vom 11. Mai 1997  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ravioli mit Spargel  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Ravioli-Teig:-----

300 g Mehl,  
4 Eigelb,  
2 Eiweiss,  
2 Prisen Salz,  
2 1/2 tb Olivenoel,  
1 1/2 tb Wasser, lauwarmes  
300 g Ravioliteig, feiner  
14 grueene Spargel,  
1 ts Butter,  
1 pn Zucker,  
3 tb Sahne,  
Salz,  
Pfeffer,  
40 g Butter,  
Semmelbroesel

Das Mehl auf ein Brett sieben, eine Vertiefung machen und die uebrigen Zutaten verquirlen. Die Fluessigkeit in die Mitte des Mehls geben und alles von aussen nach innen gut mischen. Zu einem glatten Teig verarbeiten. Eine Stunde kuehl stellen.

Den Spargel mit einem Teeloeffel Butter und Zucker ca. 15 Minuten in Salzwasser knapp weich kochen, dann aus dem Sud nehmen und abtropfen. 12 Spargelspitzen von den Staengeln wegschneiden, in den noch heissen Kochsud legen und darin liegen lassen, bis die Ravioli fertig zubereitet sind. Den restlichen Spargel in Stuecke schneiden und im Mixer nicht allzu fein hacken.

Die Sahne auf die Haelfte einkochen. Das Spargelpueree hinzufuegen und



mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Weckmehl nach Notwendigkeit eindicken.

Vom Ravioliteig Stuecke abschneiden und davon Teigkugeln in Tischtennisbalgroesse formen. Diese zu laenglichen Teigstreifen ausrollen. Mit einem Kaffeeloeffel haselnussgrosse Haeuflein Fuellung in die Mitte des Teigstreifens setzen und zwar in eine Reihe mit entsprechendem Abstand. Den nicht belegten Teil ueber die Fuellung schlagen, mit den Fingern den Teig rund um die Fuellung festdruecken und mit einem Wasserglas halbmondfoermige Ravioli ausstechen.

Ravioli in kochendes Salzwasser geben. Nach ca. 5 Minuten herausholen, abtropfen lassen und auf eine warme Platte geben. 40 g Butter aufschaeumen lassen und darueber geben. Mit den nochmals heiss gemachten Spargelspitzen wird das Gericht serviert.

:Stichworte : Mai, Nudel, Ravioli, Spargel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was gibt es jetzt? Spargel und Erdbeeren  
: : Folge 193, vom 03. Mai 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Reh-Nüsschen in Kartoffelteig  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Reh-Nüsschen oder andere  
-Stücke aus der Keule (je  
-150-180 g),  
2 Zweige Thymian,  
1 Zweig Rosmarin,  
1 Gemüsezwiebel,  
50 ml Öl,  
150 ml Rotwein,  
250 ml Sahne,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 Gewürznelke,  
2 gestoßene Pimentkörner,  
1 Lorbeerblatt

MMMMM-----Für den Teig:-----

250 g Pellkartoffeln,  
40 g Hefe,  
125 ml lauwarmes Wasser,  
125 g Mehl,  
1 ts Salz,  
1 Eigelb

Die Kartoffeln am Vortag kochen, pellen und kalt stellen.  
Das Fleisch in einem Braeter mit dem Oel anbraten, mit Salz und Pfeffer wuerzen, aus dem Braeter nehmen und warm stellen. Die Zwiebel grob wuerfeln und in dem Braeter glasig duensten. Thymian, Rosmarin und die restlichen Gewuerze dazugeben, nochmals kurz anschwitzen und mit dem

Rotwein abloeschen. Das Fleisch wieder beifuegen und das Ganze im auf ca. 170 Grad vorgeheizten Backofen garen (eventl. zwischendurch etwas Wasser zuguessen). Wenn das Fleisch gar ist, aus dem Braeter nehmen und auskuehlen lassen. Den Fond durchsieben, leicht einkochen lassen und mit der Sahne verfeinern.

Der Teigmantel: Die Hefe mit dem Wasser verruehren. Das Mehl in eine Schuessel geben und in der Mitte eine Kuhle bilden. Mit Salz bestreuen, die angeruehrte Hefe dazugeben und zu einem Vorteig vermengen. Mit einem Tuch abdecken und gehen lassen (ca. 15 bis 20 Minuten). Die Kartoffeln durch eine Presse druecken und unter den Vorteig kneten. Ca. 30 Minuten an einer warmen Stelle gehen lassen. Den Teig ausrollen, das Fleisch darin einpacken und 2 bis 3 kleine Loecher hineinstecken (da der Teig sonst reisst). Das Eigelb mit etwas Wasser anruehren und den Teig damit bestreichen.

Das Ganze im vorgeheizten Backofen bei 225 Grad ca. 30 Minuten backen.

:Stichworte : Fleisch, Haarwild, Kartoffel, Reh, Wild  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kartoffeln: Püree, Puffer und Salat  
: : Folge 185, vom 11. Januar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rehragout

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 1 Keine Angabe

1 1/2 kg Rehfleisch von der Schulter  
-oder vom Hals (in Würfel  
-geschnitten),  
1/2 Zwiebel,  
1/2 Karotte,  
1 Stück Sellerie (klein  
-schneiden),  
1 Stück Lauch (klein  
-schneiden),  
2 Gewürznelken,  
1 Sträußchen Thymian,  
Pfefferkörner,  
zerdrückte Wacholderbeeren,  
1/4 l Rotwein,  
2 Schnapsgläschen Essig, ca.  
etwas Öl,  
1 tb Mehl,  
Fleischbrühe nach Belieben,  
Salz

Das Fleisch mit dem Gemuese und den Gewuerzen in eine Schuessel geben. Wein und Essig dazuguessen und etwas Oel darueber schuetten. Leicht beschweren und an einem kuehlen Ort 24 Stunden marinieren. Das Fleisch aus der Marinade nehmen, gut abtropfen lassen, bei starker Hitze mit etwas Oel anbraten, mit Mehl bestaeuben. Das Gemuese aus der Marinade dazugeben, kurz mitroesten, dann mit etwas Fleischbruehe und der Marinade aufgiessen, salzen und weich duensten. Wenn das Fleisch weich ist (ca. 45 bis 60 Min.) Fleischstuecke herausnehmen, die Sauce passieren und abschmecken.

:Stichworte : Fleisch, Haarwild, Reh, Südtirol, Wild  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Kochen wie in Südtirol  
: : Folge 243, vom 05. November 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rehragout mit Champignons  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 2 Personen

250 g Rehschulter ohne Knochen,  
20 g durchwachsener Speck,  
1 sm Zwiebel,  
1/2 Knoblauchzehe,  
1 ts Olivenöl,  
Salz,  
schwarzer Pfeffer,  
100 ml entfettete Fleisch- oder  
-Knochenbrühe,  
50 ml trockener Rotwein,  
75 g frische Champignons,  
1/2 bn Petersilie,  
1 ts Sojasauce,  
2 tb Sauerrahm (10 % Fett)

Die Rehschulter von Sehnen und Haeuten befreien, waschen, mit Kuechenkrepp trocken tupfen und in Stuecke schneiden. Den Speck in feine Wuerfel schneiden. Die Zwiebel und die Knoblauchzehe schaelen und fein hacken. Das Olivenoel in einem Schmortopf erhitzen. Den Speck, die Zwiebel und den Knoblauch darin glasig braten. Das Fleisch dazugeben und rundum kraeftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Die Fleischbruehe und den Wein dazugiessen und alles bei schwacher Hitze 40 bis 45 Minuten zugedeckt schmoren lassen.

Die Champignons waschen, wenn noetig putzen und in Scheiben schneiden. Die Petersilie waschen und fein hacken. Die Champignons zum Ragout geben und weitere 10 Minuten bei schwacher Hitze kochen lassen. Mit der Sojasauce wuerzen. Den Sauerrahm verquirlen und die Sauce damit binden. Die Petersilie darueber streuen.

:Stichworte : Diabetes, Fleisch, Haarwild, Reh, Wild  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen für Diabetiker  
: : Folge 202, vom 08. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
: : 285 kcal

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.  
sm: klein.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Reibekuchen mit Speck  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte

Yield: 1 Keine Angabe

1 Kg Kartoffeln,  
1 Zwiebel,  
150 g Speck,  
Salz,  
Muskat,  
1 tb Mehl, evtl. mehr  
Öl

Festkochende Kartoffeln schaelen und in ein Sieb reiben, damit die Masse nicht zu nass wird. Die Zwiebel fein reiben und mit dem kleingewuerfelten Speck, etwas Salz und wenig Muskat zu der Masse geben und gut verruehren. Mit dem Mehl die Konsistenz des Teigs regulieren. Der Teig soll halbflussig und nicht zu fest sein. Loeffelweise den Teig in Oel in einer gusseisernen Pfanne von beiden Seiten goldgelb ausbacken.

(Sophie Lange: Alt-Eifler Kueche, Helios-Verlag)

:Stichworte : Eifel, Kartoffel, Pfannengericht  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Eifel I  
: : Folge 121, vom 11. Januar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Reis  
Categories: Beilagen  
Yield: 2 Personen

1 c Reis  
viel kochendes Salzwasser

Den Reis unter fliessendem Wasser so lange waschen bis das abfliessende Wasser klar ist. Reichlich Wasser mit etwas Salz aufkochen lassen. Den Reis hineinrieseln und bei mittlerer Hitze ca 15 Minuten garen lassen. Den Reis in ein Haarsieb abgiessen und mit kaltem Wasser abschnellen. Den Reis wieder in den Topf zurueckgeben zum "Trocknen".

:Stichworte : Diät, Reis  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 209, Schlankwerden beginnt im Kopf  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Reisfleisch  
Categories: Reisgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

375 g Kalbfleisch in  
-mundgerechten S  
1 c Reis  
3 Tassen Fleischbrühe

2 tb Tomatenmark  
1 c feine junge Erbsen  
125 g blättrig geschnittene  
-Champignons  
1 tb Salbei, fein gewiegt  
Salz  
Pfeffer aus der Mühle

Das Fleisch in Olivenoel braun anbraten. Reis dazugeben und kurz mitbraten. Mit Fleischbruehe abloeschen. Tomatenmark dazugeben, Erbsen und Pilze. Ca. 10 Minuten kochen lassen. Topf so gut wie moeglich verschliessen und warmstellen. Wenn der Reis weich ist, mit Salz und Pfeffer abschmecken und den Salbei untermischen. Beim Anrichten mit geriebenem Kaese bestreuen.

:Stichworte : Fleisch, Kalb, Reis  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 207, Die Sendung vom Reis  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Reisfleisch  
Categories: Reisgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Zwiebel (klein gehackt),  
3 tb Öl,  
400 g Kalb- oder Schweinefleisch  
-(in Würfel geschnitten),  
Salz,  
1 ts scharfes Paprikapulver,  
400 g Reis,  
900 ml Fleischbrühe,  
100 g Parmesan-Käse (geriebenen),  
40 g Butter

Die Zwiebel im Oel anschwitzen. Fleisch beifuegen und gut anroesten lassen. Scharfes Paprikapulver darueber streuen und einen Moment im heissen Fett sein Aroma entfalten lassen. Vorsicht! Wenn Paprikapulver zu lange erhitzt wird, wird es bitter. Mit der Haelfte der Fleischbruehe abloeschen und bei geschlossenem Topf 1/2 Stunde schmoren lassen. Reis dazugeben und nach und nach die restliche Fleischbruehe beifuegen. Nach 18 Minuten ist der Reis gar. Die Butter und den Parmesan-Kaese darunter mischen.

:Stichworte : Fleisch, Kalb, Reis, Schwein, Südtirol  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Südtirol  
: : Folge 243, vom 05. November 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Reisgericht nach der Art des Veltlin (Riso alla valtellinese)  
Categories: Reisgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Reis  
500 g eingeweichte weisse  
-Bohnenkerne (oder aus der  
-Dose),  
50 g Butter  
1 sm Wirsing  
1 Zweig Salbei  
geriebener Bitto- oder  
-Parmesankäse  
Salz

Die eingeweichten Bohnen in Salzwasser weich kochen (entfaellt bei Dosenbohnen). Das in Streifen geschnittene Gemuese in Butter andaempfen. Den Reis dazugeben und die 2 1/2-fache Menge Wasser. Das Ganze ca. 18 Minuten koecheln lassen, dann ist die Fluessigkeit vom Reis aufgesaugt. Zum Schluss mischt man die Bohnen darunter, gibt die in Butter angeduensteten Salbeiblaetter darueber und bestreut mit Parmesan.

:Stichworte : Italien, Reis, Veltlin  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 210, Kochen wie im Veltlin  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Reisküchle  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

gekochter Reis  
Ei  
Salz  
Pfeffer  
Butterfett

Reis mit Ei vermischen, salzen und pfeffern. Kuechle formen und in Butterfett goldbraun backen.

:Stichworte : Ei, Reis  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 211, Die Sendung vom Ei  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Reismilch (ab 6. Monat)  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Vollreis (mehlfein  
-gemahlen),  
300 ml Wasser (ergibt etwa 120 ml  
-Reisschleim),  
1/2 ts Weizenkeimöl,  
100 ml frische, pasteurisierte  
-Vollmilch (3,5 % Fett) o

Säuglingsmilchpulver bzw.  
HA-Nahrung (lt.  
-Packungsanleitung für 200  
-ml Flüssigkeit)

Gemahlener Reis in einem Topf mit 300 ml Wasser kalt aufsetzen und bei schwacher Hitze etwa 15 Minuten koecheln lassen. Reisschleim evtl. durch ein feines Haarsieb streichen. Zubereitung mit Vollmilch: fuer eine Babyflasche 120 ml Reisschleim und 100 ml Milch in einem kleinen Topf unter staendigem Ruehren mit dem Schneebeesen zum Kochen bringen. 2 - 3 Minuten koecheln lassen und das Weizenkeimoel unterschlagen. Die Reismilch in eine Babyflasche fuellen und leicht schwenken. Zubereitung mit Saeuglingsmilch: 120 ml Reisschleim mit 100 ml Wasser aufkochen und etwas abkuehlen lassen. Das Saeuglingsmilchpulver in den warmen Reisschleim einruehren. Wer gelegentlich Instant-Reisschleim verwendet, bereitet die Saeuglingsmilch zuerst zu und mischt den Instant-Reisschleim in die warme Saeuglingsmilch.

Reisschleim pur ist ein bewaehrtes Hausmittel gegen Durchfall.

:Stichworte : Getränk, Kleinkind, Reis  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Kost für kleine Feinschmecker  
: : Folge 181, vom 09, November 1997  
: : aus dem Buch von Monika Arndt: Das Baby-Kochbuch,  
: : gesunde Ernährung für Ihr Kind, dtv 36536 entnommen.  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Reissalat mit Thunfisch  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

3 Tassen Wasser,  
1/2 ts Salz,  
1 c Reis,  
1 Briefchen Safran,  
200 g Thunfisch aus der Dose,  
2 Pfefferschoten,  
4 tb Olivenöl,  
2 tb Weißweinessig,  
1 Knoblauchzehe,  
2 tb Sultaninen,  
25 g geschälte Mandeln,  
1 Büschel Estragon,  
Salz,  
Pfeffer

Das Wasser mit dem Salz aufkochen, den Reis beigeben, 18 Minuten kochen, den Safran beigeben. Den Fisch abseihen, fein schneiden. Mit dem Reis vermengen. Die Pfefferschoten laengs aufschneiden, die Kerne entfernen, in ganz feine Streifchen schneiden. Den Knoblauch pressen. In 2 EL Oel daempfen, die Mandeln und die Sultaninen dazumengen. Das restliche Oel mit dem Weisswein vermengen, wuerzen, den feingehackten Estragon dazugeben, alles ueber den Reissalat geben, gut vermengen. (Estragon wirkt appetitanregend, magenstaerkend und verdauungsfoerdernd.)

:Stichworte : Fisch, Kräuter, Reis, Salat, Thunfisch  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Kräuter und Gesundheit  
: : Folge 171, vom 11. Mai 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
c: Tasse  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Reissuppe mit Zitrone  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 tb Mehl,  
1 tb Butter,  
6 Tassen Hühnerbrühe,  
6 tb Rundkornreis,  
2 Eier,  
1 Zitrone, Saft von

Das Mehl in der Butter goldgelb anschwitzen, die lauwarme Hühnerbrühe vorsichtig unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen hinzugeben und aufkochen lassen. Den Reis waschen und in die nun gebundene Suppe geben. Gut umrühren. Die Suppe noch einmal aufkochen lassen, vom Feuer nehmen und zugedeckt 20 Minuten stehen lassen, bis der Reis weich ist. Die Eier schlagen und vorsichtig mit dem Zitronensaft vermischen. Ein wenig von der Brühe löffelweise unter das Ei-Zitronen-Gemisch rühren und diese Sauce dann in die Suppe gießen. Umrühren und heiß servieren.

:Stichworte : Reis, Suppe, Weihnachten, Zitrone  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was Kathrin und Werner verschenken  
: : Folge 204, vom 06. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rillettes  
Categories: Pasteten, Terrinen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g geräucherte Gänsebrust,  
750 g frischer grüner Speck,  
1 Zwiebel,  
3 Knoblauchzehen,  
500 g Schweinehack,  
2 tb Meersalz,  
1/2 Lorbeerblatt,  
1 pn getrockneter Thymian  
1 pn getrockneter Salbei  
1 pn getrockneter Majoran  
1 pn getrockneter Beifuß,  
1 Gewürznelke,  
frisch gemahlener, weißer



-Pfeffer,  
geriebene Muskatnuss,  
5 tb Gänse- oder  
-Schweineschm

Die Gaensebrust in nicht zu kleine, etwa 3 cm grosse Stuecke schneiden. Den Speck in Streifen teilen und zusammen mit der geschaelten Zwiebel und den geschaelten Knoblauchzehen durch die grobe Scheibe des Fleischwolfes drehen. Mit dem Schweinehack und den Gaensebrustwuerfeln in eine Schuessel geben. Das Salz mit allen Gewuerzen in einem Moerser zu einem glatten Pulver zerdruecken, ueber die Fleischmischung verteilen und sorgfaeltig untermischen.

2 EL Schmalz in einem grossen Schmortopf zum Schmelzen bringen, jedoch nicht erhitzen. Sobald es am Topfboden zerflossen ist, die gewuerzte Fleischmischung hineingeben und unter Ruehren bei sanfter Hitze so lange garen, bis das Fleisch im Fett kocht; es soll dabei nicht braeunen. Bei kleinster Stufe unter gelegentlichem Umruehren etwa 3 Stunden garen lassen, bis das Fett wieder klar ist. Dann in kleines Steingut-, Porzellan- oder Metalltoepfchen fuellen, wobei Steingut- und Porzellan-Geschirr vorher im Backofen erwaermt werden sollte, damit es nicht springt. Sobald die Oberflaechen fest geworden sind, das uebrige Schmalz bei sanfter Hitze verfluessigen und die Oberflaechen damit begiessen, um die Haltbarkeit zu sichern. Nach dem voelligen Erkalten mit Alufolie abdecken.

:Stichworte : Pastete, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 161, Weihnachtsgeschenke aus der Kuiche  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schaefler

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rinderbraten in Bier  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 8 Personen

1/2 l Bruehe,  
1/2 Exportbier,  
1 kg Rindfleisch (Schwanzstueck),  
Salz,  
schwarzer Pfeffer,  
1 Zwiebel,  
1 Lorbeerblatt,  
250 g Moehren,  
1 Kohlrabi,  
3 Stangen  
Bleichsellerie,  
1 Stange Lauch,  
Wirsingkohl (600 g)

Fleisch abspuelen. Bruehe und Bier in einem grossen Topf aufkochen und das Fleisch hineingeben. Bei mittlerer Hitze im offenen Topf sieden lassen. Salz, Pfeffer, Zwiebel und Lorbeerblatt zufuegen. Inzwischen das Gemuese putzen, waschen, Kohlrabi schaelen und wuerfeln, Bleichsellerie, Lauch und Moehren in Stuecke, Wirsingkohl in Viertel oder Achtel schneiden.

Nach ca. 1 1/2 Stunden Lorbeerblatt und Zwiebel aus dem Topf nehmen.

Gemuese zum Fleisch geben. Noch weitere 15 Minuten sieden lassen.  
Fleisch aus der Bruehe nehmen, fingerdick aufschneiden und auf einer  
Platte mit dem Gemuese anrichten. Mit etwas heisser Bruehe uebergiessen.

:Stichworte : Bier, Braten, Fleisch, Rind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen mit Bier  
: : Folge 060, vom 12. April 1991  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rinderzunge  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Rinderzunge,  
Salz,  
Wasser,  
30 g Butter,  
1 Zwiebel,  
40 g Mehl,  
Zitronenscheiben,  
Muskat,  
Pfeffer,  
1/2 pk Weiswein

Das alte Rezept lautet: Eine frische Rindszunge setzt man frueh mit  
Salz in Wasser auf's Feuer, schaeumt sie und laesst sie ganz weich  
kochen, was sehr lange dauert. Je nach dem Tier kann man 5 bis 6  
Stunden rechnen. Dann zieht man ihr die Haut ab, putzt sie sauber am  
Ende von allem Anhaengsel und schneidet sie in Scheiben. Dann laesst  
man reichlich Butter fast gelb werden, ruehrt darin eine grosse  
feingeschnittene Zwiebel und 2 EL Mehl, gibt Zungenbruehe dazu, einige  
Zitronenscheiben, Muskat, etwas feingestossenen weissen Pfeffer, auch  
nach Gutduenken 1/2 Glas weissen Wein und legt die Zunge in die  
kochende Bruehe und laesst sie 1/4 Stunde langsam kochen. Die  
Fluessigkeit mit Mehl zu einer Sauce andicken.

(Sophie Lange: Alt-Eifler Kueche, Helios-Verlag)

:Stichworte : Eifel, Fleisch, Rind, Zunge  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Eifel I  
: : Folge 121, vom 11. Januar 1995  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rindfleischeintopf  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Rindsfilet in Wu fel,  
2 gehackte Zwiebeln,  
4 geschnittene Karotten,  
4 dl Fleischbruehe,  
200 g eingeweichte Dinkelko rner,  
200 g gru ne Bohnen,

Salz,  
Pfeffer

Rindfiletwuerfel anbraten, aus der Pfanne nehmen. Zwiebeln und Karotten in der Pfanne daempfen und Fleischbruehe beigeben. Eingeweichte Dinkelkoerner und gruene Bohnen dazufuegen und ca. 30 Minuten koecheln lassen.

Angebratene Filetwuerfel dazugeben, erhitzen, mit Salz und Pfeffer wuerzen und servieren.

("Dinkel schmackhaft und bekoemmlich", Basler Hildegard-Gesellschaft, CH-4010 Basel)

:Stichworte : Dinkel, Eintopf, Filet, Fleisch, Rind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Dinkel und Grünkern  
: : Folge 143, vom 31. Januar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rindfleischsalat

Categories: Salate

Yield: 2 Personen

1 Ei,  
80 g fettarmer Rinderbraten  
(in Folie oder im Römertopf  
-zubereitet),  
1 mittelgroße grüne  
-Paprikaschote,  
2 sm Tomaten,  
4 sm Gewürzgurken,  
1 ts Sonnenblumenöl,  
1 tb Weinessig,  
Wasser,  
Salz,  
weißer Pfeffer,  
Paprikapulver,  
Senf,  
1 Spritzer flüssiger Süßstoff,  
2 ts Schnittlauchröllchen

Das Ei hart kochen, abschrecken und schaelen. Den Rinderbraten in feine Streifen schneiden. Die Paprikaschote halbieren, von den Kernen und weissen Rippen befreien, gruendlich waschen. Die Tomaten und das Ei achteln. Die Gewuerzgurken in feine Streifen schneiden.

Das Oel, den Weinessig und etwas Wasser verruehren. Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Senf und dem Suesstoff wuerzen. Die Marinade ueber die Salatzutaten giessen und alles mischen.

Den Salat kuehl stellen und mindestens 1 Stunde ziehen lassen. Eventuell noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Salat auf 2 Teller verteilen und mit dem Schnittlauch bestreuen.

:Stichworte : Diabetes, Fleisch, Rind, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen für Diabetiker

: : Folge 202, vom 08. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
: : 160 kcal

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rindsbraten  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Rindsbraten vom Schlegel,  
1 ts Salz,  
Pfeffer,  
2 tb Butterfett,  
200 g klein geschnittenes  
-Wurzelwerk  
(Karotten, Lauch, Sellerie,  
-Petersilienwurzel),  
50 g Zwiebeln,  
2 Lorbeerblätter,  
5 Pfefferkörner,  
5 Pimentkörner,  
1/2 ts Majoran,  
1/2 ts Basilikum,  
1 Msp Ingwerpulver,  
1 Msp Muskatnuss,  
etwas Wasser,  
1/4 l Sauerrahm,  
1 ts Mehl,  
Salz

Das Fleisch mit Salz und Pfeffer wuerzen und im heissen Fett ringsum anbraten.

Das Gemuese und die Zwiebeln mitroesten. Mit etwas Wasser abloeschen. Die Gewuerze dazugeben und zugedeckt in dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen 1 Stunde duensten. Dann den Deckel abnehmen und den Braten unter oefteterem Begiessen noch eine weitere Stunde braten.

Vor dem Servieren 1 TL Mehl mit dem Sauerrahm vermischen und zum Bratensaft geben. Nochmals aufkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Gemuese kann ganz oder passiert in der Sauce serviert werden.

:Stichworte : Fleisch, Kärnten, Österreich, Rind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Kärnten  
: : Folge 246, vom 17. Dezember 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rindsbraten in Rotwein  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Rindsbraten aus der  
-Schulter,  
3/4 l Rotwein,  
2 tb Olivenöl,  
1 Zwiebel,  
2 Knoblauchzehen,  
2 Karotten,  
1/4 Sellerieknolle,  
1 Lauch,  
1 Lorbeerblatt,  
1 Gewürznelke,  
1 Rosmarinzweig,  
1 tb Thymian,  
1 tb Majoran,  
Schale von einer halben  
-Zitrone,  
1 tb Tomatenmark,  
1 Schweinsfuß

Das Rindfleisch in eine Schuessel (nicht aus Metall) legen, zerkleinertes Gemüse und Gewürze dazugeben und mit dem Wein übergießen. Mindestens 12 Stunden stehen lassen. Einige Male umdrehen.

Das Fleisch aus der Marinade nehmen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer einreiben und im heißen Fett von allen Seiten anbraten. Fleisch aus der Kasserolle nehmen und beiseite stellen.

Im Bratenoel die Zwiebeln und den Knoblauch andampfen und dann nach und nach das Gemüse, die Kräuter und die Gewürze dazugeben. Mit dem Wein der Marinade ablösen, eventuell noch weiteren Wein dazugießen.

Das Rindfleisch und den der Länge nach zerteilten Schweinsfuß in die Kasserolle geben und zwar so, dass das Fleisch von dem Gemüse umgeben ist. Zugedeckt für 2 bis 2 1/2 Stunden in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen stellen. Nach und nach den restlichen Wein begeben.

Nach Ablauf dieser Zeit den Backofen ausschalten, das Fleisch darin über Nacht ruhen lassen.

Vor dem Servieren das Fleisch in dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen 20 Minuten erhitzen, in Tranchen schneiden und schuppenartig auf eine vorgewärmte Fleischplatte anrichten.

Die Schwarte des Schweinfusses in Streifen schneiden und über das Fleisch legen. Die Sauce evtl. nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken und über das Fleisch gießen.

Als Weihnachtsmenü:

Zitronensuppe  
Hühnerpastete  
Badische Hechtkloesschen  
Rindsbraten in Rotwein  
Weihnachtszabaione

:Stichworte : Braten, Fleisch, Menü, Rind, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Weihnachtsmenü 2000

: : Folge 244, vom 19. November 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rindsplätzle  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----pro Person:-----

1 Rindsplätzle,  
Butterfett,  
Salz,  
Pfeffer

Im heissen Butterfett das Fleisch auf jeder Seite 1 Minute braten,  
danach mit Salz und Pfeffer wuerzen.

Rindsplaetzle: duennes Steak, Scheibe aus Huefte oder Nuss

:Stichworte : Fleisch, Rind, Steak  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Schnitzel  
: : Folge 242, vom 22. Oktober 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rindsragout  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

800 g Rindfleisch,  
150 g Speck,  
4 Zwiebeln,  
4 Knoblauchzehen,  
5 Tomaten,  
etwas Mehl,  
6 tb Olivenöl,  
1 l Weißwein, milder  
1/2 ts Rosmarin,  
Petersilie  
Salz  
Pfeffer

In einer Kasserolle Olivenoel erhitzen und den gewuerfelten Speck darin  
anroesten. Dann den Speck herausnehmen und das in Ragoutstuecke  
geschnittene Rindfleisch unter staendigem Wenden rundherum gut  
anbraten. Die grob gehackten Zwiebeln und die zerdrueckten  
Knoblauchzehen dazugeben und leicht anziehen lassen. Wenn man die  
Sauce saemig haben moechte, etwas Mehl darueberstaeben. Gut ruehren.  
Mit Weisswein abloeschen. Tomaten dazugeben. Mit Rosmarin parfuemieren.  
Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Zugedeckt mindestens zwei Stunden auf  
kleinem Feuer leise kochen lassen. Das Fleisch sollte sehr zart werden.  
Dann den Speck wieder dazugeben, nochmals fuenf Minuten kochen. Vor dem  
Servieren mit Petersilie bestreuen.

:Stichworte : Fleisch, Ragout, Rind, Wein

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Wein in der Küche  
: : Folge 179, vom 12.Oktober 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rindsrouladen  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

4 sl Rinderrouladen  
4 sl durchwachsener,  
-halbgeräucherter Speck ohne  
-Schwarte,  
Essiggurken,  
Silberzwiebelchen,  
frische Minze,  
1 Zwiebel,  
1 Gelberübe,  
Schwarzbrottrinde,  
Zahnstocher

Jede Scheibe wird geklopft, gesalzen und gepfeffert und mit einer Scheibe Speck belegt. Darauf kommen Scheiben von Essiggurken und Silberzwiebelchen. Obendrauf ein Blaettchen Minze. Die Laengsseiten des Rouladenfleisches werden etwas nach innen gelegt und das Ganze von der schmalen Seite her aufgerollt. Mit einem hoelzernen Zahnstocher oder einem Faden wird die Roulade fixiert.

In heissem Fett wird die Roulade auf allen Seiten angebraten. Eine zerschnittene Zwiebel, ein Stueck Schwarzbrottrinde und eine Gelberuebe werden beigelegt, abgeloescht und wie ein Schmorbraten gegart. Wenn die Gelberuebe richtig weich ist, nimmt man die Rouladen heraus und ruehrt mit etwas Fleischbruehe den Fond auf bis er sich von der Pfanne geloest hat, sieht die Sosse ab und ruehrt noch 1 EL Sauerrahm darunter.

(Dorothea Werner: "Wie daheim gekocht", Rombach)

:Stichworte : Baden, Fleisch, Rind, Roulade  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Breisgau  
: : Folge 133, vom 5. Juli 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rinones al Jerez (Kalbsnieren an Sherrysauce)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

5 tb Olivenöl,  
2 Zwiebeln,  
1 Knoblauchzehe,

1 Lorbeerblatt,  
1 ts Mehl,  
100 ml Rinderbrühe,  
2 bn Petersilie,  
600 g Kalbsnieren,  
Salz,  
Pfeffer,  
100 ml trockener Sherry

3 EL Olivenoel erhitzen, feingehackte Zwiebel und gepresster Knoblauch darin glasig duensten. Lorbeerblatt beigeben. Alles mit Mehl bestaeuben, mit der Bruehe abloeschen. Auf grosser Flamme eindicken. Staendig ruehren. Die feingehackte Petersilie dazugeben. Einige Minuten koecheln lassen. 2 EL Olivenoel erhitzen, die fingerbeergross geschnittenen Nierchen dazu geben, wuerzen. Einige Minuten braten. Staendig wenden, damit sie ringsum hell werden. Die Nierchen aus dem Oel nehmen und zu der Zwiebelsauce legen. Das Oel mit Sherry abloeschen, dabei den Bratfond gut unter den Sherry ruehren. Die Nierchen dazu geben, die Zwiebelsauce daruebergiessen und aufkochen lassen. Auf kleiner Flamme 2 Minuten ziehen lassen, eventl. nachwuerzen. Sofort auf eine gewaermte Platte anrichten. Safranreis und streifig geschnittene Paprika dazu servieren.

(Feisst/Rueegg: "Grossmutter's Mittelmeerkueche - Kochen wie im Urlaub", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Andalusien, Innerei, Kalb, Mittelmeer, Niere

: : Spanien

:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste

: : Mittelmeerkueche - Andalusien

: : Folge 153, vom 26. Juni 1996

: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Risoghalo (Milchreis)

Categories: Dessert, Süßspeisen

Yield: 6 Personen

4 dl Wasser,  
200 g Milchreis,  
1 l Milch,  
2 tb Speisestaerke,  
2 Eigelb,  
2 pk Vanillezucker,  
150 g Zucker

Das Wasser zum Kochen bringen, den Reis zugeben, umruehren und 10 Minuten kochen. Die Milch zugiessen und noch 20 Minuten kochen lassen. Ab und zu umruehren. Dann den Zucker, den Vanillezucker und die mit etwas Wasser angeruehrte Speisestaerke zufuegen. Noch etwa 10 bis 15 Minuten leicht kochen lassen. Vom Feuer nehmen und das verquirlte Eigelb unterziehen.

Noch einmal 2 Minuten auf die Flamme stellen und unter staendigem Ruehren kochen lassen. In kleine Schalen fuellen (Portionen). Kalt servieren, eventl. mit Zimt bestreuen.

(Rueegg/Feisst: "Grossmutter's Mittelmeerkueche - Kochen wie im Urlaub",



Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Griechenland, Milchreis, Mittelmeer, Peloponnes  
: : Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Peloponnes  
: : Folge 155, vom 11. September 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Risotto

Categories: Reisgerichte

Yield: 1 Keine Angabe

1 tb Olivenöl,  
1 tb Butterfett,  
1 lg Zwiebel (gehackt),  
1 Knoblauchzehen,  
-ausgepresste (ev  
300 g italienischer Langkornreis  
-(Arborio, Vialone oder  
-Carnaroli),  
200 ml herber Weißwein,  
1 Msp. Safranpulver, kl.  
3/4 l Hühnerbrühe, ca.  
Salz,  
Pfeffer,  
100 g Parmesan-Käse, gerieben  
2 tb Butter,  
1 tb Schnittlauch, fein  
-geschnitten  
1 tb Petersilie, gehackt

Olivenoel und Butterfett in einem Kochtopf warm werden lassen, Zwiebel und Knoblauch darin etwas daempfen. Reis begeben und alles gut vermengen. Mit dem Wein abloeschen und Safran dazugeben. Sich die Uhrzeit merken. Die Huehnerbruehe nach und nach schoepfloeffelweise begeben, immer wieder einkochen lassen, mit Holzkochloeffel sanft ruehren. Nach 18 Minuten hat der Risotto die richtige breiartige Konsistenz. Den Kochtopf vom Feuer nehmen, abschmecken, den Kaese und die Butter zugeben, alles miteinander vermengen. Den Topf zudecken und drei Minuten stehen lassen. In einer vorgewaermten, tiefen Schuessel anrichten, mit Schnittlauch und Petersilie bestreuen.

:Stichworte : Reis, Risotto  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Lecker gekocht im richtigen Topf  
: : Folge 190 vom 22. März 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Risotto alla pilota  
Categories: Reisgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

350 g Risottoreis (am besten  
-Arborio)  
60 g Butter  
150 g grobkörniges Wurstbrät  
60 g geriebener Parmesan

In einem schweren Topf, der die Hitze gut speichert, so viel Wasser zum Kochen bringen, dass spaeter der Reis gerade damit bedeckt ist. Salzen, den Reis hineinrieseln lassen und zu einem Kegel aufschuetten. Die obersten Reiskoerner sollten gerade noch mit Wasser bedeckt sein. Eventuell zuviel vorhandenes heisses Wasser abschoepfen. Verruehren und auf kraeftiger Flamme 10 bis 12 Minuten kochen. Topf vom Herd ziehen, gut abdecken und 1/4 Stunde quellen lassen.

Butter in einer Pfanne schmelzen. Das Wurstbraet, das man mit einer Gabel zerpflueckt hat, schoen anbraten und unter den inzwischen fertigen Reis mengen. Zum Schluss wird der geriebene Parmesan daruntergemischt. Heiss servieren.

Dieses Gericht eignet sich gut fuer ein Fest mit vielen Gaesten (und viel Rotwein). Fuer die Menge gilt immer 1/5 der Reismenge Butter, 2/5 Wurstbraet, 1/5 geriebener Parmesan.

:Stichworte : Reis, Risotto  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 207, Die Sendung vom Reis  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Risotto mit Rosmarin und Rotwein  
Categories: Reisgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Olivenöl,  
2 tb Butter,  
100 g Speckwürfel,  
120 g Hackfleisch,  
1 Zweig Rosmarin oder  
1 ts getrocknete Rosmarinnadeln,  
3 Salbeiblätter oder  
1 ts getrockneter Salbei,  
300 g Arborio- oder Carnaroli-  
-Reis,  
1/2 l trockener Rotwein,  
3/4 l heiße Gemüse- oder  
-Hühnerbrühe, ca.  
100 g Parmesan-Käse (gerieben),  
3 tb Butter,  
Salz,  
Pfeffer

Oel und Butter erhitzen. Die Speckwuerfel darin auslassen. Hackfleisch dazugeben und anbraten. Kraeuter beigegeben. Kurz mitbraten. Den Reis beigegeben und einige Minuten mitduensten. Mit dem Rotwein abloeschen. Wenn der Wein eingekocht ist, nach und nach Bruehe dazugeben und unter Ruehren immer wieder einkochen lassen. Der Risotto muss nach einer Gesamtkochzeit von 18 Minuten noch breiig,

jedoch nicht pappig sein. Den Kochtopf vom Feuer nehmen, Parmesan-Kaese und Butter unterruehren, drei Minuten stehen lassen. Eventuell noch etwas nachwuerzen.

:Stichworte : Reis, Risotto, Rosmarin  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Rosmarin  
: : Folge 253 vom 22. April 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Risotto nach Mailänder Art  
Categories: Reisgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g italienischer Reis (Aborio  
-oder Vialone)  
1 tb Olivenöl  
1 tb Butterfett  
1 lg Zwiebel  
1 Knoblauchzehen, evtl. mehr  
2 dl trockener Weißwein  
1 l Hühnerbouillon  
1 Msp. Safran  
100 g geriebener Parmesan  
2 tb frische Butter  
Salz  
schwarzer Pfeffer aus der  
-Mühle

In einem moeglichst schweren Topf Olivenoel und Butterfett miteinander schmelzen. Die feingehackte Zwiebel und Knoblauch darin andaempfen. Reis begeben. Ebenfalls etwas andaempfen lassen. Mit Weisswein abloeschen und einkochen lassen. Von da an schoepfloeffelweise heisse Huehnerbouillon begeben und fleissig ruehren. Es muss ein saemiger Brei entstehen. Nach 1/4 Stunde Safran begeben und 3 Minuten weiterkochen. Kaese darunter mischen. Weitere 3 Minuten zugedeckt stehen lassen. Die frische Butter untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

:Stichworte : Reis, Risotto  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 207, Die Sendung vom Reis  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Riz Casimir (Reisgericht mit Geschnetzelttem)  
Categories: Reisgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Früchte:-----

2 ts Currypulver, evtl. mehr  
 2 tb Kokosraspeln,  
 2 Bananen, evtl. mehr  
 20 g Butter,  
 30 g Mandeln,  
 2 sl frische Ananas,  
 3 sm scharfe Paprikaschoten  
 500 g Kalbsfilet oder Fricandeau,  
 -evtl. mehr  
 (vom Metzger schnetzeln  
 -lassen),  
 40 g Butterfett,  
 1 dl Weißwein  
 1 dl Rahm,  
 Salz,  
 Pfeffer

MMMMM-----Risotto:-----

300 g Reis,  
 40 g Butterfett oder Öl, evtl.  
 -mehr  
 1 l kräftige Fleischbrühe,  
 -evtl. mehr  
 Salz,  
 Muskat,  
 1 pn Pfeffer,  
 3 tb Weißwein, evtl. mehr

Die Bananen in 1 cm dicke Scheibchen schneiden und in Butter kurz glasig duensten. Die Ananas in Stuecke schneiden. Die Mandeln schaelen, blaettrig schneiden, alles leicht roesten. Paprikaschoten ohne Kerne fein wuerfeln.

Das Butterfett gut erhitzen, Fleisch hineingeben, dann auf starkem Feuer rasch braten, bis das Fleisch weisslich bis leicht gelb ist. Currypulver beigeben, mit dem Wein abloeschen und noch 2 bis 3 Minuten daempfen lassen. Das Gericht wuerzen, mit Rahm verfeinern. Sofort anrichten.

Risotto:

Reis im heissen Fett duensten bis er glasig, jedoch nicht gelb ist. Mit kochender Fleischbruehe abloeschen. Den Topf nicht ganz zudecken und den Reis nicht mehr umruehren. 16 bis 18 Minuten koecheln lassen, d.h. bis der Reis koernig weich und alle Fluessigkeit aufgesogen ist.

Anrichten: Den Risotto im Kranz auf eine weite Platte geben. Im letzten Moment das Geschnetzte zubereiten, mit Curry abschmecken. Die vorbereiteten Fruechte, sowie die Mandeln damit vermischen und innerhalb des Reiskranzes auffuellen.

:Stichworte : Ananas, Banane, Exotisch, Fleisch, Frucht, Kalb  
 : : Reis  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Exotische Früchte I - Bananen und Ananas  
 : : Folge 057, vom 11. Januar 1991  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 : : (aus: Das Fülcher Kochbuch, Albert-Müller-Verlag)  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
 tb: El.  
 sm: klein.

pn: Prise  
sl: Scheib.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Roastbeef  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 6 Personen

1 kg Roastbeef  
Salz  
Pfeffer  
scharfes Paprikapulver

Zuerst den Backofen auf 80 Grad vorheizen. Das zimmerwarme Fleisch (nicht aus dem Kuehlschrank) mit Salz, Pfeffer und Paprika einreiben und in den vorgeheizten Backofen (auf Rostgitter, darunter Saftpfanne, in die man etwas Wasser gibt) legen. Nach 1 1/4 Stunden die Temperatur abstellen und das Fleisch im Backofen noch ca. 1/4 Stunde "ruhen" lassen, damit sich der Saft sammeln kann. Das Fleisch hat keine Kruste! Wenn sie das Fleisch nicht "englisch" haben wollen, muessen Sie die Bratzeit entsprechend verlaengern.

:Stichworte : Diät, Fleisch, Rind  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 209, Schlankwerden beginnt im Kopf  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Roastbeef  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg abgehangenes Roastbeef  
-(z.B. Ochsenchoß)  
1 ts Salz,  
1/2 ts grob gemahlener Pfeffer,  
40 g Butterschmalz,  
1/2 l Fleischbrühe,  
1/8 l trockener Rotwein,  
1 Zwiebel,  
2 Nelken,  
1 Lorbeerblatt,  
4 zerdrückte Wacholderbeeren,  
4 Tomaten,  
6 Stängel Petersilie,  
1 ts Essig

Salz und Pfeffer mischen und damit das Fleisch einreiben. Butterschmalz in einem Braeter erhitzen und das Fleisch darin rundherum braun anbraten. Mit der heissen Fleischbruehe und der Haelfte des Weines abloeschen. Geschaelte, mit Nelken und Lorbeerblatt gespickte Zwiebel, Wacholderbeeren, gewaschene und geviertelte Tomaten und die abgespuelte Petersilie zufuegen. Das Fleisch zugedeckt bei mittlerer Hitze 1 1/2 2 Stunden daempfen. Dann warm stellen. Den Fond durch ein Sieb giessen, mit dem restlichen Wein, Essig, Salz und Pfeffer abschmecken und als Sauce servieren. Dazu: Salzkartoffeln und gruene Bohnen.

(So schmeckt`s bei uns im Schwarzwald, Edition Albert Schwarz)

:Stichworte : Baden, Fleisch, Neuenburg, Rind, Roastbeef  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus dem Kochbuch der Hirschenwirtin

: : Folge 116, vom 12. Oktober 1994 und  
: : Folge 117, vom 26. Oktober 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Roastbeef aus dem Ofen  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Roastbeef,  
Salz,  
Pfeffer,  
scharfes Paprikapulver

Zuerst den Backofen auf 80 Grad vorheizen. Fleisch sollte Raumtemperatur haben, (nicht erst kurz vorher aus dem Kuehlschrank nehmen).

Fleisch mit Salz, Pfeffer und wenig Paprikapulver von allen Seiten wuerzen und in den vorgeheizten Backofen (auf Rostgitter, darunter Saftpfanne, in die man etwas Wasser gibt) legen. Nach 1 1/4 bis 1 1/2 Stunden ist der Braten fertig. Wenn man ihn nicht rosa haben moechte, muss er entsprechend laenger im Backofen bleiben. Nach dem Braten das Fleisch im abgeschalteten Backofen noch ca. 15 Minuten "ruhen" lassen.

:Stichworte : Fleisch, Menü, Rind, Roastbeef, Weihnachten

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Weihnachtsmenü 1998

: : Folge 203, vom 22. November 1998

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Roastbeef im Kräuterrock  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Roastbeef  
(die Fettschicht darf nicht  
-entfernt werden, sonst wird  
-das Fleisch trocken),  
1 ts Salz,  
1 ts schwarzer Pfeffer (grob  
-gemahlen),  
2 Knoblauchzehen,  
2 ts frische oder 1 TL  
-getrocknete Thymia  
3 Zweige Rosmarinnadeln (vom  
-Stiel gestreift) oder  
2 ts getrocknete Nadeln,  
5 Salbeiblätter (fein  
-geschnitten) oder  
1 ts getrockneter, zerriebener  
-Salbei,  
2 Zweige Majoranblätter (fein  
-zerschnitten) oder

1 ts getrockneter Majoran,  
1 bn Petersilie (fein gehackt),  
1 bn Schnittlauch (fein gehackt),  
2 tb Paniermehl,  
10 tb Olivenöl

Die Fettschicht des Fleisches durch mehrere Kreuz- und Querschnitte einritzen. Salz, Pfeffer und alle Kraeuter mit dem Olivenoel vermengen und zu einer Paste verarbeiten (am besten mit dem Stabmixer). Das Fleisch damit ringsum einreiben und ueber Nacht zugedeckt kuehl stellen.

Den Backofen auf 250 Grad vorheizen. Das Fleisch auf die Saftpfanne des Backofens legen. Das Paniermehl darueber streuen und andruecken. Wer keine Saftpfanne hat, legt das Fleisch auf den Bratrost und schiebt das Kuchenblech darunter. Das Fleisch auf der mittleren Schiene 40 Minuten braten. Dann ist es innen noch rosa.

Will man durchgebratenes Fleisch (ist aber weniger zart), Bratzeit noch etwas verlaengern. Wichtig: die Bratzeit des Fleisches bleibt auch bei groesseren Stuecken gleich. Erst kurz vor dem Servieren in moeglichst duenne Scheiben aufschneiden.

:Stichworte : Fleisch, Menü, Rind, Roastbeef, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Weihnachtsmenü 1998  
: : Folge 203, vom 22. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rösles bester Heidelbeerkuchen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Mürbeteig:-----

250 g Mehl,  
125 g Butter,  
75 g Zucker,  
1 Ei

MMMMM-----Belag:-----

1 kg Heidelbeeren,  
125 g gemahlene Mandeln,  
2 tb Zucker,  
100 g Mandelblättchen

MMMMM-----Streusel:-----

Butter,  
Zucker  
Mehl

Mehl auf eine Arbeitsplatte sieben, Butter in kleinen Stueckchen zum Mehl geben und zusammen von Hand leicht reiben bis alles gleichmaessig aussieht. In der Mitte des Teiges eine Vertiefung machen und die uebrigen Zutaten hineingeben. Alles gut miteinander verkneten bis der Teig glatt ist und nicht mehr klebt. Ca. 15 Minuten ruhen lassen.

Danach eine Springform damit auslegen, Rand hochziehen.

Heidelbeeren, gemahlene Mandeln mit Zucker vermischen und auf den Muerbeteig geben. Mandelblaettchen darauf verteilen.

Streusel: Butter, Zucker und Mehl zu gleichen Teilen herstellen und auf den Kuchen verteilen.

Im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 50 Minuten backen.

:Stichworte : Heidelbeere, Kuchen, Schwaben  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Schwaben  
: : Folge 135, vom 11. September 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rösti  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kartoffeln, am Vortag in  
-der Schale gekocht  
3 ts Salz,  
4 tb Butterfett (früher  
-Schweineschmalz),  
3 tb Wasser

Die Kartoffeln schaelen, entweder auf einer groben Raffel reiben oder vierteilen und in Scheibchen schneiden, gut mit dem Salz vermengen. 2 EL Butter in der Bratpfanne heiss werden lassen, die Kartoffeln beifuegen. Auf kleinem Feuer 10 Minuten bei gelegentlichem Stochern und Wenden braten. Zu einem kompakten Fladen zusammendruecken.

Dem Pfannenrand entlang einen weiteren Essloeffel Butter dazu geben, das Wasser daruebertrauefeln.

Nun den Fladen mit einem Teller bedeckt weitere 10 Minuten auf kleinem Feuer braten.

Die Roesti wenden, indem man sie auf den Teller, der als Deckel diente, stuerzt und vom Teller wieder in die Pfanne gleiten laesst. Wieder 1 EL Butter beigeben, bedecken, nochmals 10 Minuten lang braten, den Fladen auf dem als Deckel dienenden Teller servieren.

:Stichworte : Beilage, Kartoffel, Rösti, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Schweiz (Ballenberg)  
: : Folge 063, vom 04. Oktober 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----



Title: Roggenkranz mit Anis  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g "neuer" Sauerteig oder 150  
-g "alter" Sauerteig mit 100  
-g Wasser,  
500 g Roggenmehl -Typ 1150,  
200 g Weizenmehl - Typ 405,  
1/2 Hefewürfel,  
100 g Wasser,  
1 tb Honig,  
1 tb Anis,  
15 g Salz,  
200 g Wasser, ca.

Mehl in eine Schuessel sieben. In der Mitte eine Vertiefung machen. Den Sauerteig hineingeben, etwas Mehl dazuruehren, mit einem feuchten Tuch bedeckt ueber Nacht stehen lassen.

Hefe in 100 g Wasser auflösen, zum Teig geben und mit diesem gut vermengen. Honig, Anis, Salz dazugeben. Mit Hilfe des Kochloeffels nach und nach 200 g Wasser dazumischen. Es muss ein kompakter Teig entstehen. Den Teig zu einer Kugel formen, diese in die Schuessel zuruecklegen. Mit einem Teller und darueber einem doppelt gefalteten nassen Tuch bedeckt 18 Stunden stehen lassen. Tuch muss immer nass sein. Den Teig gut durchkneten. Zu einer etwa 55 cm langen Rolle formen. Diese zu einem Ring schliessen. Gut mit Wasser bepinseln. Mit einem nassen, doppelt gefalteten Tuch nochmals mindestens 3 Stunden gehen lassen. Tuch gut befeuchten, bevor es vom Teig gehoben wird. Es klebt dann nicht.

Konventionellen Backofen auf 220 Grad, Umluft-Backofen auf 200 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 5 vorheizen. Unten in den Ofen ein backfestes Gefaess mit kochendem Wasser stellen. Die Brotkuchen nochmals gut mit Wasser bepinseln.

60 Minuten backen. (Haltbarkeit: tiefgefroren 2 Monate)  
("Kathrin Rueeggs Lieblings-Kuchen", Albert-Mueller-Verlag, Rueschlikon)  
:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brot und Brötchen  
: : Folge 142, vom 17. Januar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rohrnudeln, salzig  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Mehl (Typ 405),  
1/2 Würfel Hefe,  
2 tb Milch,  
80 g Butter,  
200 ml Milch,  
1 tb Salz,  
2 Eier,  
200 ml Milch,

50 g Butter

Das Mehl in eine Schuessel sieben. Hefe mit 2 EL Milch verruehren und zum Mehl geben. Nach und nach 80 g Butter, 200 ml Milch, 1 EL Salz, 2 Eier dazumengen. Gut durchkneten. Es muss ein kompakter Teig entstehen. Aus diesem ca. 6 gleich grosse Kugeln formen. Mit Abstand auf ein bemehltes Teigbrett legen und mit einem feuchten Tuch bedeckt 1 1/2 Stunden gehen lassen. Nochmals gut durchkneten und erneut Kugeln formen.

In einer Kasserolle mit gut schliessendem Deckel 200 ml Milch und 50 g Butter erwaermen. Die Teigkugeln nebeneinander hineinlegen und zudecken. In dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 40 Minuten garen, ohne den Topf zu bewegen oder den Deckel abzunehmen. Dazu Braten mit Sauce oder Gulasch servieren.

:Stichworte : Hefeteig, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Allerlei aus Hefeteig  
: : Folge 251 vom 11. März 2001  
: : von Kathrin Ruegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rohrnudeln, süß  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Mehl (Typ 405),  
1/2 Würfel Hefe,  
2 tb Milch,  
3 tb Zucker,  
1/2 Vanillestange (ausgekratzte  
-Kerne),  
80 g Butter,  
200 ml Milch,  
2 Eier,  
200 ml Milch,  
50 g Butter,  
2 tb Zucker

Das Mehl in eine Schuessel sieben. Hefe mit 2 EL Milch verruehren und zum Mehl geben. Nach und nach 3 EL Zucker, 80 g Butter, 200 ml Milch, Vanille und 2 Eier dazumengen. Gut durchkneten. Es muss ein kompakter Teig entstehen.

Aus diesem ca. 6 gleich grosse Kugeln formen. Mit Abstand auf ein bemehltes Teigbrett legen und mit einem feuchten Tuch bedeckt 1 1/2 Stunden gehen lassen. Nochmals gut durchkneten und erneut Kugeln formen.

In einer Kasserolle mit gut schliessendem Deckel 200 ml Milch, 50 g Butter und 2 EL Zucker erwaermen. Die Teigkugeln nebeneinander hineinlegen und zudecken. In dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 40 Minuten garen, ohne den Topf zu bewegen oder den Deckel abzunehmen.

Dazu Vanille- oder Weinsauce servieren.

:Stichworte : Hefeteig, Nudel, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Allerlei aus Hefeteig

: : Folge 251 vom 11. März 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Roigebrageldi  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 6 Personen

2 kg Kartoffeln,  
300 g Räucherspeck,  
150 g Zwiebeln,  
100 g Butter,  
Salz  
Pfeffer

Die Kartoffeln schaelen und in duenne Scheiben schneiden. Die Zwiebeln klein hacken und den Speck wuerfeln. Die Speckwuerfel in einen gusseisernen Topf geben, mit einer Schicht Kartoffeln und einer Schicht Zwiebeln bedecken. Salzen. Weiter abwechselnd Kartoffeln und Zwiebeln mit einigen Butterfloeckchen aufschichten. Mit einer Schicht Kartoffeln enden, die restliche Butter darauf verteilen. Salzen.

Den Deckel auf den Topf geben und das Ganze eine Stunde im heissen Backofen (Stufe 8) schmoren. Kurz vor dem Servieren die Speckwuerfel, Kartoffeln und Zwiebeln in dem Topf vermischen. Manche Bewohner des Muenstertals zerdruecken die Kartoffeln leicht, geben sie auf eine Servierplatte und druecken sie dort noch einmal fest, andere wiederum stuerzen sie auf die Platte. Dazu wird Schaeufele oder geraeucherter Schweinehals gegessen und gruener Salat.

:Stichworte : Elsass, Kartoffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Elsass (I)  
: : Folge 131, vom 14. Juni 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer  
:Notizen (\*\*\*) : Simone Morgenthaler, Ernest Wieser, Louis Fortmann:  
: : Die besten Rezepte aus dem Elsass,  
: : Edition DNA, Straßburg)

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rosamunde (Brotaufstrich aus Frischkäse)  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

100 g Doppelrahmkäse  
(Philadelphia-, Gervais-  
-oder Galakäse),  
100 g weiche Butter,  
1 tb Tomatenmark,  
1 feingehackte Zwiebel,  
Salz

Alle Zutaten gut miteinander vermischen.

:Stichworte : Aufstrich, Brot, Frischkäse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Wir feiern die 150. Sendung  
: : Folge 150, vom 08. Mai 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rosenkuchen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Hefewürfel,  
50 ml Wasser,  
75 g Butter,  
500 g Mehl (Typ 405),  
80 g Zucker,  
1 pn Salz,  
250 ml Milch

MMMMM-----Füllung:-----

100 g Haselnüsse oder Mandeln  
-(gemahlen),  
50 ml Sahne,  
50 g Zucker,  
Saft und abgeriebene Schale  
-einer Zitrone,  
1 Apfel

MMMMM-----für den Guss:-----

100 g Puderzucker,  
2 tb Zitronensaft

Hefewuerfel in Wasser auflösen und 15 Minuten stehen lassen. Butter weich werden lassen. Mehl in eine Schüssel sieben. In die Mitte eine Vertiefung drücken. Die aufgelöste Hefe hineingeben. Mit etwas Mehl zu einem dünnen Brei verrühren. 15 Minuten stehen lassen. Zucker und Salz beifügen. Die weiche Butter mit dem Backhorn oder dem Kochlöffel unter das Mehl arbeiten. Nach und nach zimmerwarme Milch dazugeben. Mit dem Backhorn oder dem Kochlöffel, später mit den Händen zu einem Teig verarbeiten.

Auf einer trockenen Arbeitsfläche mit den Händen gut durchkneten. Zu einer Kugel formen. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 2 Stunden gehen lassen. Teig erneut durchkneten.

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche 1 cm dick und möglichst rechteckig auswallen.

Die geriebenen Nüsse mit Sahne, Zucker, Zitronensaft und -schale sowie einem geriebenen Apfel vermischen und auf die Teigplatte streichen. Der Laenge nach satt aufrollen und 3 cm dicke Stücke abschneiden. Diese mit etwas Abstand auf ein mit Backpapier belegtes Kuchenblech legen und 30 Minuten gehen lassen.

Eine Springform einfetten und die Schneckenudeln mit 2 bis 3 cm Abständen auf den Boden setzen (durch das Aufgehen dehnen sich die Schneckenudeln aus und bilden dann einen zusammenhängenden Kuchen). In dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen ca. 50 Min. backen.

In der Zwischenzeit den Guss herstellen: Puderzucker sieben und mit Zitronensaft mischen. Den noch warmen Rosenkuchen damit bestreichen. Auf einem Gitter auskuehlen lassen.

:Stichworte : Hefeteig, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Allerlei aus Hefeteig  
: : Folge 251 vom 11. März 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rosi's Bühler Zwetschgengrütze  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

800 g Zwetschgen  
2 Tassen Rotwein  
2 Tassen Wasser  
1 ts Zimtpulver  
150 g Zucker  
2 pk Vanillezucker  
2 tb Speisestärke  
4 cl Zwetschgenwasser  
1 cn Sahne

Zwetschgen waschen, gut abtropfen lassen. Fruechte halbieren und entsteinen. Rotwein, Wasser, Zimt, Zucker und Vanillezucker in einem Topf zum Kochen bringen. Die halbierten Fruechte dazugeben und 2 Minuten koecheln lassen.  
Speisestaerke mit Wasser glattruehren und die Gruetze damit binden. Zwetschgenwasser unterruehren und im Kuehlschrank erkalten lassen. Mit fluessiger Sahne servieren.

:Stichworte : Grütze, Zwetschge  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwetschgen und Meerrettich  
: : Folge 098, vom 8. September 1993  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cl: centiliter  
cn: Dose  
tb: El.  
pk: Pkg.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rosinen-Gugelhupf  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

5 Eier (300 g),  
300 g Butter,  
300 g Zucker,  
300 g Mehl,

Salz,  
150 g Rosinen,  
1 tb Mehl

Butter schaumig rühren. Zwei Drittel des Zuckers darin unter Rühren auflösen. Die Eier trennen. Das Eigelb zur schaumigen Butter in die Schüssel geben. Butter, Zucker und Eigelb gut weiterrühren. Das Mehl darauf sieben und gut untermischen. Das Eiweiß steif schlagen, den restlichen Zucker zufügen. Etwas Eischnee unter den Teig rühren um ihn zu lockern. Den restlichen Eischnee danach behutsam unterheben.

Die Rosinen waschen, gründlich abtropfen lassen. Noch feucht mit 1 EL Mehl mischen, nicht anhaftendes Mehl in einem Sieb wieder abschütteln. Die Rosinen unter den Teig mischen (das Mehl verhindert, dass die schweren Rosinen in der Form zu Boden sinken) und in eine eingefettete und bemehlte Gugelhupfform füllen.

In dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen etwa 50 bis 60 Minuten backen (Probe machen: Stricknadel in Teig stechen; wenn noch Teig daran haften bleibt, ist der Kuchen noch nicht fertig gebacken).

:Stichworte : Gugelhupf, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gugelhupf  
: : Folge 205, vom 20. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rosis Bühler Zwetschgengrütze  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

800 g Zwetschgen,  
2 Tassen Rotwein,  
2 Tassen Wasser,  
1 ts Zimtpulver,  
150 g Zucker,  
2 pk Vanillezucker,  
2 tb Speisestärke,  
40 ml Zwetschgenwasser,  
1 cn Sahne

Zwetschgen waschen, gut abtropfen lassen. Früchte halbieren und entsteinen. Rotwein, Wasser, Zimt, Zucker und Vanillezucker in einem Topf zum Kochen bringen. Die halbierten Früchte dazugeben und 2 Minuten koecheln lassen. Speisestärke mit Wasser glatt rühren und die Grütze damit binden. Zwetschgenwasser unterrühren und im Kühlschrank erkalten lassen. Mit flüssiger Sahne servieren.

:Stichworte : Grütze, Süßspeise, Zwetschge  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 92, Zwetschgen und Meerrettich  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
cn: Dose  
tb: El.  
pk: Pkg.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rosmarin- und Chiliöl  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

- 1 bis 2 Rosmarinzweige oder  
-Chilischoten (längs  
-aufgeschnitten),  
gutes Pflanzen- oder  
-Olivenöl

1 bis 2 Rosmarinzweige bzw. laengs aufgeschnittene Chilischoten in eine Flasche geben, Pflanzen- oder Olivenoel darueber geben und ca. 14 Tage ziehen lassen. Danach kann das Oel abgegossen und in kleine Flaeschchen umgefüellt werden. Sollen die Aromate in der Flasche bleiben, wird einerseits der Geschmack intensiviert, andererseits aber verliert das Oel seine Haltbarkeit und sollte bald aufgebraucht werden.

:Stichworte : Öl, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 161, Weihnachtsgeschenke aus der Küche  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rosmarin-Kartoffeln  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

- 1 kg Kartoffeln (geschält und in  
-Viertel geschnitten),  
Salz (nach Belieben),  
Olivenöl,  
Rosmarin

Die Kartoffeln auf ein mit Salz bedecktes Backblech legen (die Schnittflaechen nach oben). Jeden Schnitt mit Olivenoel betraeufeln und mit Rosmarinnadeln bestreuen. In dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten backen. Heiss mit einem Salat servieren. Man kann anstelle von jedem dritten Kartoffelschnitt einen Tomatenschnitt mitbraten.

:Stichworte : Kartoffel, Rosmarin  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Rosmarin  
: : Folge 253 vom 22. April 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rosmarinhähnchen  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

- 1 bratfertiges Hähnchen,  
Salz,  
Pfeffer,  
Knoblauch,  
1 frischer Rosmarin-Zweig,

## Butterfett zum Braten

Das Haehnchen mit Salz, Pfeffer und Knoblauch einreiben. Den Rosmarin-Zweig in die Bauchhoehle stecken. In einer Kasserolle Butterfett erhitzen und das Haehnchen von allen Seiten anbraten. Am zartesten wird das Haehnchen in einer Tonform. Es kann aber auch gegrillt werden.

:Stichworte : Geflügel, Huhn, Kräuter, Rosmarin  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Vom Kochen mit Kräutern  
: : Folge 170, vom 27. April 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rosmarinlikör  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

700 ml Cognac,  
2 schöne, 15 cm lange  
-Rosmarinzweige, ca.  
8 tb Zucker,  
6 tb Wasser

:Stichworte : Alkohol, Getränk, Likör, Rosmarin  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Rosmarin  
: : Folge 253 vom 22. April 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rote Nudeln  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----für den Grund-Teig siehe:-----  
Festtagsnudeln oder  
Hartweizengrießnudeln oder  
Vollkornnudeln

MMMMM-----sowie:-----  
1 mittelgroße Rote Bete

Gewuenschten Grund-Teig wie jeweils beschrieben herstellen. 1 mittelgrosse Rote Bete waschen, putzen und in Salzwasser gar kochen. Nach dem Abkuehlen schaelen, kleinschneiden und im Mixer puerieren. Kaltes Pueree mit den Zutaten des o. beschriebenen Grundrezeptes verkneten.

:Stichworte : Grundlage, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 213, Die Sendung von den Nudeln  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM



MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rote Zwiebeln als Salat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg rote Zwiebeln,  
4 tb Olivenöl,  
1/4 l trockener Weißwein,  
3 Gewürznelken,  
2 Lorbeerblätter,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskat,  
1/2 Zitrone, Saft von

Die Zwiebeln schaelen und in Ringe schneiden. In einem Topf mit Oel auf ganz kleiner Flamme duensten, ohne dass sie braun werden. Den Weisswein, die Gewuerznelken, Lorbeerblaetter, Salz, Pfeffer und Muskat nach Geschmack hinzugeben. Alles bei geschlossenem Topf und schwacher Hitze 45 Minuten weiterduensten. Die Zwiebeln herausnehmen und abtropfen lassen, auf einen Teller legen. Den Sud eindicken und ein paar Spritzer Zitronensaft hinzufuegen. Das Ganze ueber die Zwiebeln geben und kalt stellen. Der Salat soll sehr frisch serviert werden.

:Stichworte : Salat, Zwiebel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwiebel - hat 7 Häute, beisst alle Leute  
: : Folge 186 vom 25. Januar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rote-Beete-Risotto (ab 15. Monat)  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Arborio- oder Vialone-Reis  
-(Rundkornreis)  
1 Schalotte  
1 ts frische Petersilie  
100 ml Rote-Beete-Saft (frisch  
-gepresst), evtl. mehr  
1 tb Butter  
450 ml heißes Wasser, evtl. mehr  
Meersalz  
1 Msp. Muskatnuss (frisch  
-gerieben), evtl.  
2 tb Sahne (geschlagen),  
1 tb Naturjoghurt, evtl.  
Kürbissaft  
1/2 Fenchelknolle  
Karottensaft  
Petersilienwurzelsaft,  
Anis

Reis im Sieb ueberbrausen, bis das Wasser klar ist. Abtropfen lassen.  
Schalotte schaelen und klein hacken. Petersilie waschen und fein

hacken. Rote Beete waschen, schaelen, in Stuecke schneiden und in den Entsafter geben. Butter in einer Kasserolle erhitzen. Gehackte Schalotten kurz anduensten und in der Butter schwenken. Nach etwa 2 Minuten den Reis bei mittlerer Hitze mit dem Holzloeffel einruehren. Wenn die Reiskoerner glasig sind, mit dem Rote-Beete-Saft abloeschen und schoepfkellenweise heisses Wasser nachgiessen, wenn es vom Reis aufgesogen ist. Mit 1 Prise Meersalz und evtl. 1 Msp. Muskatnuss wuerzen. Etwa 5 Minuten vor Ende der Garzeit sind die Reiskoerner weich.

Der Risotto soll nicht trocken sein, sondern die Konsistenz einer dicken Suppe haben. Geschlagene Sahne und evtl. Joghurt einruehren. Dieser Risotto ist ideal fuer Gemuesemuffel. Auch frisch gepresster Kuerbissaft - gemischt mit dem Saft einer 1/2 Fenchelknolle oder Karottensaft und gemischt mit dem Saft von 1 Petersilienwurzel - eignen sich hervorragend. Zum Wuerzen nehmen Sie dann frisch gemahlene Anis.

:Stichworte : Kleinkind, Reis, Risotto  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Kost für kleine Feinschmecker  
: : Folge 181, vom 09, November 1997  
: : aus dem Buch von Monika Arndt: Das Baby-Kochbuch,  
: : gesunde Ernährung für Ihr Kind, dtv 36536 entnommen.  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rotkraut, pikant  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

150 g Dörrpflaumen,  
250 g Esskastanien,  
150 g Äpfel,  
1 Zwiebel,  
1 sm Rotkraut,  
1 tb brauner Zucker,  
2 tb Apfelessig,  
1 c Fleischbrühe,  
1 ts gemahlener Koriander

Pflaumen ueber Nacht einweichen, entsteinen und hacken. Kastanien aufkochen, schaelen und hacken. Aepfel schaelen, Kernhaus entfernen und klein schneiden. Zwiebel schaelen und fein hacken. Krautkopf putzen und grob hobeln. Mit den gehackten Fruechten und Zwiebeln vermischen und in eine feuerfeste Kasserolle geben. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Zucker, Essig und frisch gemahlene Koriander mit der warmen Bruehe mischen und ueber das Kraut giessen. Bei 160 bis 180 Grad zwei Stunden im Ofen garen und gelegentlich umruehren. Mit Zucker und Essig abschmecken.

:Stichworte : Beilage, Gemüse, Kohl, Rotkohl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Rotkraut - Weißkraut  
: : Folge 158, vom 20. Oktober 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.  
c: Tasse  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rotweinbraten  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Rinderbraten,  
35 g Tomatenmark,  
1 tb Senf,  
1/2 ts Pfeffer,  
1 ts Paprika,  
1 ts Salz,  
1 Zwiebel,  
1 Knoblauchzehe,  
1 Lorbeerblatt,  
2 Wacholderbeeren,  
1 tb Senfkörner,  
6 Pimentkörner,  
1/4 l Rotwein

Einen Tontopf (Roemertopf) 15 Minuten waassern. Den Braten mit einer Mischung aus Tomatenmark, Senf, Pfeffer, Paprika und Salz bestreichen und in den Tontopf legen. Zwiebel- und Knoblauchwuerfel, Lorbeerblatt, Wacholderbeeren, Senf- und Pimentkoerner rundherum verteilen. Den Rotwein angiessen. Den Braten im Ofen bei 200 Grad ca. 2 Stunden garen. Den Sud durchpassieren, eventuell mit Mehlbutter binden, mit Sahne und Champignons verfeinern und zum Braten servieren.

(Biberacher Leibspeisen, Kath. Kirchengemeinderat St. Martin, Biberach)

:Stichworte : Braten, Fleisch, Rind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Oberschwaben  
: : Folge 163, vom 12. Dezember 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rüeibli-Brokkoli-Wähe (Karotten-Brokkoli-Kuchen)  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Blech

MMMMM-----Belag:-----

400 g geschälte Karotten,  
200 g Brokkoliröschen,  
2 400 ml Wasser,  
2 1/2 ts Salz,  
300 g grob geraffelter Greyerzer  
-Käse,  
12 Blätter Salbei

MMMMM-----Guss:-----

150 ml Sauer- oder Süßrahm,  
100 ml Milch,

2 Eier,  
1 tb Speisestärke,  
Salz,  
Pfeffer

Sie koennen entweder einen »Schwaebischen Hefeteig« oder einen »Geriebenen Hefeteig« verwenden, siehe Rezept

Die Karotten ins kochende Salzwasser geben, 7 Minuten kochen. Die Brokkoliroeschen in die zweite Portion Salzwasser geben, 4 Minuten kochen. Einzelnd abseihen. Die Karotten in moeglichst gleich lange (ca. 5 cm) Stuecke schneiden, diese der Laenge nach halbieren oder vierteln. Den Kaese auf dem Kuchenboden verteilen, Karottenstreifen und Brokkoliroeschen dekorativ darauf legen. Die Zutaten fuer den Guss miteinander vermengen, ueber der Waeh giessen. Auf der untersten Schiene des auf 220 Grad vorgeheizten Backofens 1/2 Stunde backen.

:Stichworte : Herzhaft, Mehlspeise, Waeh  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Groemutter noch wusste  
: : Pikante Kuchen im Herbst  
: : Folge 178, vom 28. September 1997  
: : von Kathrin Ruegg und Werner O. FeiBt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ruebli-Kartoffelgratin  
Categories: Eintoeffe, Auflaeufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----1.)-----

1 l Wasser,  
1 ts Salz,  
600 g Ruebli (Karotten),  
-geschalt, in Raedchen  
-geschnitten

MMMMM-----2.)-----

1 l Wasser,  
1 ts Salz,  
600 g Kartoffeln, geschalt,  
-geviertelt, in Scheiben  
-geschnitten

MMMMM-----3.)-----

200 ml Rahm,  
100 ml Milch,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskat

Salzwasser gesondert aufkochen, die Gemuese beugeben. Rueebli ca. 20 bis 25 Min. kochen, Kartoffeln 12 Min., abseihen. Schuppenartig abwechslungsweise eine Reihe Rueebli, eine Reihe Kartoffeln in eine gut bebutterte Auflaufform schichten.

Die Zutaten von 3.) miteinander vermengen, daruebergiessen, im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen 20 Min. gratinieren.

(Gemuese nach Grossmutterns Art - Geschichten und Rezepte,

Rueegg/Feisst, Mueller-Rueschlikon-Verlag)  
:Stichworte : Gratin, Karotte, Kartoffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Oberschwaben  
: : Folge 163, vom 12. Dezember 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rüblikuchen (Karottentorte)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Rohzucker,  
200 g Butter,  
4 Eier,  
1 ts Zimt, gestr.  
1 ts Kardamom, gestr.  
1/2 ts Nelkenpulver, gestr.  
250 g Mandeln,  
1 pn Salz,  
250 g Karotten,  
2 tb weißen Rum,  
350 g Weißmehl,  
1/2 Briefchen Backpulver,  
einige Marzipanrübli

Rohzucker und geschmolzene Butter gut miteinander verruehren. Eier gut verklopfen und beigeben. Zimt, Kardamom, Nelkenpulver, gemahlene Mandeln, Salz, Karotten, geschaelt, fein geraffelt sowie Rum dazumischen.

Elektro-Ofen auf 200 Grad C, Umluft-Backofen auf 180 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 4 vorheizen.

Mehl und Backpulver ueber den Teig sieben. Vermengen. Eine Springform (26 cm) oder eine Kastenform (Laenge 30 cm) ausbuttern. Den Teig einfuellen. Eine gute Stunde backen. Auskuehlen lassen. Einige Marzipanrueebli als Dekoration drauflegen.

("Kathrin Rueeggs Lieblings-Kuchen", Mueller-Rueschlikon-Verlag)

:Stichworte : Karotte, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Torten und Pralinen  
: : Folge 167, vom 16. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Russischer Kartoffelsalat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg fest kochende Kartoffeln,  
 1 Ei,  
 1 ts milder Senf,  
 150 ml Öl,  
 2 Heringe,  
 1 Rote Beete,  
 1 Gewürzgurke,  
 1 Apfel,  
 1 ts Zitronensaft,  
 Salz,  
 Pfeffer

Kartoffeln mit der Schale weich kochen, schaelen und in Blaettchen schneiden. Das Ei hart kochen, schaelen, den Eidotter herausloesen, diesen mit einer Gabel fein zerdruecken, mit Senf verruehren. Oel anfangs tropfenweise zugeben, spaeter in feinem Faden zu einer Mayonnaise ruehren. Heringe in mundgerechte Stuecke schneiden, gekochte Rote Beete in Wuerfel schneiden. Gewuerzgurke in Scheibchen schneiden. Apfel schaelen, vierteln, Kerngehaeuse entfernen, in Scheiben schneiden. Alle Zutaten unter den Salat mischen. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Gut durchziehen lassen.

:Stichworte : Kartoffel, Salat  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Kartoffeln: Püree, Puffer und Salat  
 : : Folge 185, vom 11. Januar 1998  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
 ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Rustikale Wildterriner  
 Categories: Pasteten, Terrinen  
 Yield: 1 Keine Angabe

750 g Wildgulasch,  
 250 g Schweinefleisch (Keule),  
 150 g Kalbsleber,  
 300 g frischer,  
 grüner Speck,  
 1 altbackenes Brötchen ohne  
 -Rinde,  
 6 tb kräftiger Rotwein,  
 1 Gläschen Armagnac,  
 ca. 1 1/2 TL Salz,  
 ca. 1/2 TL gemahlener  
 -schwarzer Pfeffer,  
 2 bis 3 zerdrückte  
 -Wacholderbeeren,  
 je 1 Prise gemahlene Nelken  
 -und Muskat,  
 1 ts zerriebener Thymian,  
 2 Lorbeerblätter,  
 125 g Pfifferlinge,  
 2 Schalotten,  
 1/2 bn Petersilie,  
 3 tb Butter,  
 2 Eier,  
 400 g dünne Scheiben Auslegespeck,

2 Zweige Thymian

Wild- und Schweinefleisch zusammen mit der von Sehnen, Haeuten und Roehren gesaeuberten Leber sowie dem Speck in kleine Stuecke schneiden und mit dem fein gewuerfelten Broetchen in eine grosse Schuessel geben. Den Wein mitsamt Armagnac, Salz, Pfeffer, Wacholder, Nelken, Muskat, den zerriebenen Thymian und 1 Lorbeerblatt zufuegen. Alles gut vermischen und zugedeckt ueber Nacht im Kuehlschrank durchziehen lassen. Am naechsten Tag zweimal durch den Fleischwolf (feinste Scheibe) drehen und erneut kuehlen. Indessen die Pfifferlinge putzen und grob zerschneiden, die geschaelten Schalotten fein wuerfeln und die abgespuelte Petersilie fein hacken. Alles in der Butter bei sanfter Hitze glasig braten, dann so lange abkuehlen lassen bis das Fett beginnt, wieder fest zu werden. Die Wildmasse mit dem Holzloeffel so lange ruehren bis sie Glanz bekommt. Dann die Pilzmasse und die verquirlten Eier unterruehren und alles kraeftig wuerzen. Eine Terrine von etwa 1,5 l mit Speckscheiben auskleiden, die Masse einfuellen und mit dem restlichen Speck abdecken. Lorbeerblatt und die beiden Zweige Thymian auflegen, die Terrine zudecken und in die Fettpfanne des Backofens stellen. Die Fettpfanne fast bis zum Rand mit heissem Wasser fuellen und in den auf 160 Grad vorgeheizten Ofen schieben. Ca. 70 Minuten garen, dann erkalten lassen, wobei der Inhalt durch ein Brettchen mit einem Gewicht darauf beschwert werden kann, um Blaeschenbildung so weit wie moeglich zu verhindern.

:Stichworte : Terrine, Weihnachten, Wild  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 161, Weihnachtsgeschenke aus der Küche  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sabayon a la Malvoisie  
Categories:  
Yield: 1 Keine Angabe

6 Eigelb,  
250 ml Malvoisie oder anderer  
-Süsswein,  
250 g Zucker,  
geriebene Orangenschale

Im Wasserbad Zucker und Eigelb zu einer glatten Masse verarbeiten. Malvoisie darueber giessen und mit dem Schneebesen ruehren bis eine dicke schaumige Creme entsteht. Zum Schluss geriebene Orangenschale darueberstreuen. In Glaesern oder Schalen anrichten.

:Stichworte : Anniviers, Dessert, Sabayon  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Val d'Anniviers  
: : Folge 163, vom 11. Juli 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Saftplätzle in Biersauce  
Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 4 Portionen

4 Rindsplätzle,  
1 lg Zwiebel (in Ringe  
-geschnitten),  
0.33 l Bier,  
nach Geschmack etwas  
-Rindsbrühe

Die "Rindsplaetzle" im heissen Butterfett braten, mit Salz und Pfeffer wuerzen und in eine Auflaufform legen. Im Bratfett die Zwiebelringe glasig werden lassen, mit Bier und nach Geschmack mit etwas Fleischbruehe (wird weniger bitter) abloeschen und ueber das Fleisch geben. Die Auflaufform fuer ca. 20 bis 30 Minuten in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen geben. Mit Kartoffelbrei oder Knuedel servieren.

Rindsplaetzle: duennes Steak, Scheibe aus Huefte oder Nuss

:Stichworte : Fleisch, Rind, Steak  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Schnitzel  
: : Folge 242, vom 22. Oktober 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Salade Nicoise (Thunfischsalat aus Nizza)

Categories: Salate

Yield: 1 Keine Angabe

mehrere Kopfsalatblätter,  
4 Stangen Bleichsellerie,  
6 Tomaten,  
2 gekochte Eier,  
1 sm Dose Thunfisch im eigenen  
-Saft,  
eine Handvoll grüne Oliven,  
2 Zweiglein Basilikum, evtl.  
-mehr  
Olivenöl,  
Weißweinessig,  
Salz,  
Pfeffer

Kopfsalatblaetter auf einen Teller anrichten, Bleichsellerie in Stueck darueber legen, ebenso die in Viertel geschnittenen Tomaten, das halbierte Ei, den in Stuecke zerteilten Thunfisch und die Oliven. Aus Weissweinessig und Oel, Salz und Pfeffer eine Marinade bereiten und ueber den Salat geben. Zum Schluss mit Basilikum garnieren.

:Stichworte : Salat, Thunfisch  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 217, Grüne Salate  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----



Title: Salat aus jungen Gemüsen  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g enthülste grüne Erbsen,  
4 Paprikaschoten,  
1 bn Lauchzwiebeln,  
150 g Tomaten,  
1 Kopfsalat,  
2 Eigelb,  
20 ml Öl,  
20 ml Joghurt,  
Salz,  
1 bn Petersilie,  
1/2 Zitrone

Die grünen Erbsen in wenig Salzwasser dünstend, im Sieb abtropfen lassen und kalt stellen. Die Paprikaschoten in dünne Scheiben, die Lauchzwiebeln in Ringe schneiden und salzen, 10 Minuten stehen lassen, dann im Sieb abtropfen lassen. Die Salatblätter waschen und abtropfen lassen. Die Tomaten in Scheiben schneiden.

Für die Marinade die Eigelb mit etwas Salz und dem Saft der halben Zitrone verquirlen, tropfenweise das Öl zugeben und das Joghurt unterrühren. (Für diese Marinade kann auch gekochtes Eigelb verwendet werden, falls man Bedenken wegen Salmonellen hat.)

Die Salatzutaten miteinander vermengen und mit der Joghurtmarinade übergießen. Ein Brathuhn, kalt oder warm, schmeckt sehr gut dazu.

:Stichworte : Gemüse, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Junges Gemüse  
: : Folge 172, vom 25. Mai 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Salat Caprese (Tomatensalat mit Mozzarella)  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

1 bn Rucola,  
4 Tomaten,  
1 Mozzarella,  
1 Zweig Basilikum,  
Salz,  
Pfeffer,  
Balsamicoessig,  
Olivenöl

Auf einen Teller Rucola anrichten, die in Scheiben geschnittenen Tomaten darüber legen, zwischen die Tomatenscheiben Scheiben von Mozzarella-Käse schieben. Aus Essig, Salz, Pfeffer und Öl eine Marinade bereiten und darüber träufeln. Mit Basilikumblätter garnieren.

:Stichworte : Salat, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 217, Grüne Salate

:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Salat von Flusskrebse

Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte

Yield: 1 Keine Angabe

1 1/2 kg Flusskrebse,  
1 1/2 l Wasser,  
1/2 l Weißwein,  
Salz,  
3 Lorbeerblätter,  
0.1 l Fischfond,  
0.1 l Sahne,  
1 tb Tomatenmark,  
1 Schalotte,  
etwas Sellerie,  
1 Karotte

Wasser, Weisswein in einem Topf zum Kochen bringen. Lorbeerblaetter und Krebse hineingeben und mit geschlossenem Deckel einmal aufkochen. Danach ohne Deckel noch einmal 3 bis 4 Minuten bei schwacher Hitze koecheln lassen. Die Krebse herausnehmen und vorsichtig ausbrechen.

Die Krebskoepfe in einer Kasserolle in etwas Oel anroesten, das geputzte und zerkleinerte Gemuese hinzugeben und mitroesten lassen. Tomatenmark ebenfalls dazugeben und noch einmal 2 bis 3 Minuten anroesten. Mit etwas Weisswein abloeschen. Mit Fischfond und Sahne auffuellen und ca. 30 Minuten bei schwacher Hitze koecheln lassen. Diese Sauce durch ein Sieb passieren und ueber die angerichteten Flusskrebse geben.

:Stichworte : Krebs, Salat

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Die Sendung vom Lachs

: : Folge 226, vom 10. September 2000

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

:Notizen (\*\*\*) : Rezept vom Schwarzen Adler, Oberbergen

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Salatkräuter zu frischen Salaten

Categories: Grundlagen, Informationen

Yield: 1 Keine Angabe

Pfefferminze,  
Zitronenmelisse,  
Kapuzinerkresse mit Blüte,  
Borretsch,  
Liebstöckel (Maggikraut),  
Petersilie,  
Schnittlauch,  
Basilikum,  
Dill,

## Kerbel

Ausserdem koennen kleingeschnittene oder geriebene(schaerfer) Zwiebeln und Schalotten oder gepresster Knoblauch verwendet werden. Wer nur den Salat mit Knoblauch "parfuemieren" moechte, reibt die Schuessel mit einer aufgeschnittenen Knoblauchzehe aus, bevor darin der Salat angemacht wird. Wer keinen Essig mag oder vertraegt, kann auch Zitronensaft verwenden. Sahne, Sauerrahm, Joghurt, Mayonnaise und Milch koennen ebenso in die Salatsauce gemischt werden. Zum Abrunden der Salatsauce empfiehlt Werner eine Prise Zucker in die Sauce zu mischen. Auf Blattsalaten schmecken auch gut: "Kracherle"(Weissbrotwuerfel in einer Pfanne in etwas Oel beidseitig goldbraun geroestet), Speckwuerfel roh oder ausgelassen, Nuesse, die unterschiedlichsten Sprossen, Kaese, gekochter Schinken, hartgekochte Eier, aber auch Apfel-, Bananen- oder Orangenstuecke. Sie sehen, der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Alle Blattsalate koennen sowohl mit franzoesischer als auch mit italienischer Sauce angemacht werden. Bei den bitteren Salatsorten wie Endivien, Frisee, Loewenzahn schmecken Zwiebeln, Schalotten oder Knoblauch sehr gut.

### Salat Mimosa

Kopfsalat mit einer Essig und Oelmarinade (z.B. "Italienische Sauce") anmachen und ein hartgekochtes, kleingeschnittenes oder durch ein grobes Sieb gedrucktes Ei darueberstreuen.

### Kopfsalat mit Kapuzinerkresse

Kopfsalat mit italienischer Sauce anmachen und Kapuzinerkresse (Blueten und Blaetter) daruntermischen.

### Rucolasalat

auch Rauke genannt, mit italienischer Sauce anmachen und mit Tomaten zusammen anrichten.

:Stichworte : Kraeuter, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 217, Gruene Salate  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schaefter

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Salatteller

Categories: Salate

Yield: 1 Person

- 1 Blätter gelber  
-Endiviensalat,
- 1/2 Kohlrabi,
- 1 gekochte Karotte,
- 30 g Sellerieknolle,
- 30 g Schwarzwrettich  
(als Ersatz, aber mit  
-weniger Wirkung auf de  
Stoffwechsel, dürfen es  
-auch Radieschen sein),
- 2 tb bunte Mischung von  
-gekeimten Samen:  
Rettich,  
Alfa-Alfa,  
Senfkörner,  
Kresse  
(in Naturkostläden, aber  
-auch schon in Supermärkten  
-erhältlich),

1/2 reife Avocado,  
2 tb Olivenöl, evtl. mehr  
1 Zitrone, Saft von

Karotte bissfest kochen. Keimlinge vor dem Gebrauch unter Wasser abbrausen und gut abtropfen lassen. Salatblaetter auf dem Teller verteilen, Karotte fein wuerfeln, Kohlrabi, Sellerie und Rettich sehr fein raspeln und zusammen mit den Keimen ueber den Salatblaettern verteilen. Olivenoel mit Zitronensaft gut verruehren und ueber den Salat geben. Avocado in feine Scheiben schneiden und zum Salat garnieren.

:Stichworte : Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Leichter in den Frühling  
: : Folge 188, vom 22. Februar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Salbeibutter für Teigwaren  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

Butter,  
12 Salbeiblättchen,  
2 Knoblauchzehen (gepresst)

Die Butter schmelzen, die zerkleinerten Salbeiblaettchen und den Knoblauch darin daempfen und ueber Spaghetti oder Nudeln oder Gnocchi geben.

:Stichworte : Butter, Mehlspeise, Nudel, Salbei  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Salbei  
: : Folge 255 vom 20. Mai 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Salbeimäusle  
Categories:  
Yield: 1 Keine Angabe

frische Salbeiblätter,

MMMMM-----für den Teig:-----

150 g Mehl,  
1 dl Milch,  
1/2 tb Öl,  
Salz ,  
1 Eigelb, evtl. mehr  
1 Eiweiß zu Schnee  
-geschlagen, evtl.  
Butterfett zum Ausbacken,  
Zucker zum Bestreuen

Zutaten ohne Eiweiss in der angefuehrten Reihenfolge in eine kleine

tiefe Schuessel geben, mit dem Schneebeesen zu einem glatten Teig rühren. Der Teig sollte 1/2 Stunde ruhe. Vor Verwendung des Teiges das Eiweiss unterziehen.

Die Salbeiblaettchen durch den Ausbackteig ziehen und in heissem Fett ausbacken.

Vor dem Servieren mit Zucker bestreuen.

:Stichworte : Kräuter  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Vom Kochen mit Kräutern  
: : Folge 170, vom 27. April 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Salmi (gebratene Schweinewürfel)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 1/2 kg Schweinefleisch in Würfel  
-geschnitten,  
2 ganze Knoblauchknollen,  
1 1/2 Wassergläser Olivenöl,  
1/2 pk Weißwein oder Cognac,  
1 Stange Zimt,  
1 Zitrone oder entsprechend  
-viel Saft,  
1 tb Tomatenmark,  
1 Handvoll Walnüsse, gut  
-gehackt,  
Salz,  
Pfeffer

Knoblauchzehen kochen, Bruehe abschuetten, Haut entfernen. Die Fleischwuerfel in Olivenoel von allen Seiten braun anbraten. Mit Wein oder Cognac abloeschen. Zimtstange beigeben (nur fuer kurze Zeit). Zitronenschale oder -saft, die enthaeteten und zerdrueckten Knoblauchzehen, das Tomatenmark und etwas Wasser dazugeben. Mit Salz abschmecken. Wenn das Fleisch weich ist, die kleingehackten Nuesse dazugeben, nochmals aufkochen lassen und sofort servieren.  
(Rueegg/Feisst: "Grossmutter's Mittelmeerkueche - Kochen wie im Urlaub", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Fleisch, Griechenland, Mittelmeer, Peloponnes  
: : Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Peloponnes  
: : Folge 155, vom 11. September 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Salsa Pizzaiola  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Olivenöl,  
2 kg Tomaten,  
den Ansatzstrunk  
-weggeschnitten,  
die kleinen gevierteilt,  
die größeren geachtelt,  
1 tb Salz

Das Oel warm werden lassen, die Tomaten beugeben, 10 Minuten auf kleiner Flamme daempfen. Gut umruehren, sonst brennt die Sauce an, salzen.

:Stichworte : Nudel, Sauce, Spaghetti, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Balkongarten  
: : Folge 151, vom 22. Mai 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Salsa verde (Sauce zu Bollito misto)  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

2 sl Toastbrot ohne Rinde,  
3 tb Weißweinessig,  
2 hart gekochte Eier  
-(geschält und zerdr  
2 bn Petersilie (gewaschen und  
-fein gehackt),  
4 tb Olivenöl,  
1 pn Salz

Das Toastbrot mit dem Essig betrauefeln, einige Minuten stehen lassen, mit einer Gabel zerdruecken, Eier und Petersilie und schliesslich das Oel loeffelweise beugeben, salzen.

:Stichworte : Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Eintöpfe  
: : Folge vom 12. Januar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
bn: Bd.  
tb: El.  
pn: Prise  
sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Saltimbocca alla Romana  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 4 Portionen

8 kleine, dünne  
 -Kalbschnitzelc  
 8 sl luftgetrockneter Schinken,  
 16 frisch Salbeiblätter,  
 3 tb Butterfett,  
 1/2 c Weißwein,  
 2 tb Butter,  
 Salz,  
 frisch gemahlener schwarzer  
 -Pfeffer,  
 sm Holzzahnstocher

Die Schnitzel mit je einer Scheibe Schinken und ein oder zwei Salbeiblaettchen belegen, zusammenfalten und mit einem Holzzahnstocher feststecken.

Die Schnitzelchen im heissen Butterfett 3 bis 4 Minuten von beiden Seiten goldbraun braten, herausnehmen und warm stellen. Den Bratensatz mit dem Weisswein abloeschen und etwas einkochen lassen. Die Butter mit dem Schneebeesen unter die Sauce ruehren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Schnitzelchen mit der Sauce servieren.

:Stichworte : Fleisch, Kalb, Schnitzel  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Schnitzel  
 : : Folge 242, vom 22. Oktober 2000  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
 sm: klein.  
 sl: Scheib.  
 c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Saltimbocca alla Romana (Kalbsschnitzelchen mit Salbei)  
 Categories: Fleischgerichte, Innereien  
 Yield: 1 Keine Angabe

600 g Kalbsplätzle  
 (dünn geschnittene  
 -Kalbsschnitzelchen, vom  
 -Metzger geklopft),  
 1 Zitrone (Saft),  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 100 g Rohschinken (feine  
 -Scheiben),  
 1 Salbeiblatt, pro Schnitzel  
 3 tb Mehl,  
 2 tb Butterfett,  
 4 tb Fleischbrühe,  
 1 tb Marsala,  
 Küchenhölzchen

Die Schnitzelchen mit Zitronensaft betrauefeln, mit Salz und Pfeffer wuerzen, aufeinander legen und 1/2 Stunde im Kuehlschrank marinieren. Danach auf jedes Schnitzelchen eine Scheibe Rohschinken und 1 Salbeiblatt legen, einmal zusammenfalten und mit einem Kuechenhoelzchen fixieren. Das Fleisch in Mehl, dem etwas Salz beigefuegt ist, wenden

und im heissen Butterfett auf jeder Seite 3 bis 5 Minuten braten. Die Schnitzelchen herausnehmen und warm stellen.

Den Bratenfond mit Fleischbruehe und Marsala abloeschen und nochmals 3 Minuten koecheln lassen. Vor dem Servieren ueber die Saltimbocca geben.

:Stichworte : Fleisch, Italien, Kalb, Salbei  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Salbei  
: : Folge 255 vom 20. Mai 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Salziger Blätterteig (Grundrezept)  
Categories: Grundlagen, Informationen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Mehl,  
2 ts Salz,  
500 g kalte Butter,  
300 ml kaltes Wasser,  
2 tb Weißweinessig

Das Mehl auf eine trockene Arbeitsflaeche sieben und Salz dazugeben.  
100 g Butter in Floeckchen darueber streuen.

Nach und nach das kalte Wasser und den Weissweinessig dazugeben. Alles zuerst mit Hilfe des Teigschabers, dann mit kalten Haenden moeglichst rasch zu einem glatten Teig kneten. Diesen, in eine Plastikfolie gehuellt, 1 Stunde kalt stellen.

400 g Butter zwischen zwei Lagen Backpapier zu einem moeglichst rechteckigen Stueck von der Groesse eines Bogens Schreibmaschinenpapier auswallen. Die ausgewallte Butter zwischen den Papierlagen 1 Stunde kalt stellen.

Den Teig so auswallen, dass er die Groesse von zwei nebeneinander liegenden Bogen Schreibmaschinenpapier hat.  
Die Butter aus dem Papier nehmen, in die Teigmitte legen. Die Teigteile rechts und links darueber schlagen. Das so entstandene Paket zur urspruenglichen Teiggroesse auswallen, dreifach zusammenlegen, in Backpapier (dazu kann man dasjenige der Butterlage benutzen) huellen und 1/2 Stunde kuehl stellen. Die Teigplatte auf den Tisch legen, so dass die Bruchkanten rechts und links sind. Auswallen, dreifach zusammenfalten. Noch zwei- bis dreimal so vorgehen.

Wichtig: der Teig sollte mindestens 1 Tag vor Verwendung hergestellt werden! Die angegebenen Mengen genuegen fuer je zwei Kuchenbleche. Es lohnt sich, mehr Teig als benoetigt herzustellen. Der Zeitaufwand ist derselbe.

Blaetterteig kann eine Woche lang im Kuehlschrank aufbewahrt werden und ist in Portionen tiefgekuehlt 6 Monate lang haltbar.

:Stichworte : Blätterteig, Buffet, Grundlage, Teig  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Partybuffet  
: : Folge 101, vom 26. Januar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM



Legende:  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sauerampferbuttersauce  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

3 tb kleingeschnittener  
-Sauerampfer,  
2 tb Essig,  
100 g Butter

Den Essig und den Sauerampfer in ein Toepfchen geben und so lange kochen lassen bis die Fluessigkeit fast verdampft ist. Dann das Ganze durch ein Sieb streichen. Die so gewonnene Fluessigkeit in ein Schuesselchen geben, das in ein leise kochendes Wasserbad gestellt wird. Die Butter nun floeckchenweise in die Reduktion mit Hilfe eines Schneebesens schlagen.

Sauerampfersauce schmeckt gut zu Fisch, Kalb- und Huehnerfleisch, aber auch zu Kartoffeln und Gemuese.

:Stichworte : Kraeuter, Sauce, Sauerampfer, Wildkraeuter  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Gartenkraeuter / Wildkraeuter  
: : Folge 169, vom 13. April 1997  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sauerampfersuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 handvoll Sauerampfer und  
-Kerbel,  
Butter,  
1 l Fleischbruehe,  
2 Eigelb,  
1/8 l Rahm

Die feingewiegten Kraeuter werden in Butter gedaempft, mit der Fleischbruehe abgeloescht und ca. 10 Min. gekocht. Dann verruehrt man 2 Eigelbe mit 1/8 l Sauerrahm, gibt dies in eine Suppenschuessel, gibt zunaechst nur etwas Suppe dazu, verruehrt gut und richtet dann die Suppe darueber an. Wenn man moechte, kann man in Butter geroestete Brotwuerfelchen streuen.

:Stichworte : Sauerampfer, Staufen, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Staufen (I)  
: : Folge 125, vom 08. Maerz 1995  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Quelle: Regina Andretsch: Kochen wie die Badener,  
: : Orbis Verlag  
:Notizen (\*\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sauerampfersuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

50 g Sauerampfer,  
25 g Kerbel,  
50 g Butterschmalz,  
2 tb Mehl,  
1 l Fleischbrühe,  
3 Eigelbe,  
2 tb Sauerrahm,  
Salz,  
Muskat

Die Kraeuter ganz fein hacken oder im Mixer puerieren. In einem Topf das Butterschmalz erhitzen, das Mehl drueberstaeuben und unter Ruedhren eine helle Mehlschwitze herstellen. In diese gibt man die feingehackten Kraeuter und laesst sie einen Moment duensten. Dann mit der Fleischbruehe auffuellen und 10 Minuten koecheln lassen. Die Eigelbe mit dem Sauerrahm verruehren und in die nicht mehr kochende Suppe geben. Mit Salz und Muskat abschmecken und servieren.

(Feisst: Baden - Kulinarische Streifzuege, Sigloch-Edition)

:Stichworte : Kraeuter, Sauerampfer, Suppe, Wildkraeuter  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Groesmmutter noch wusste  
: : Gartenkraeuter / Wildkraeuter  
: : Folge 169, vom 13. April 1997  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feisst  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sauerkraut, wie es die Fallerbaeuerin liebt  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

3 tb Schweineschmalz,  
1 Zwiebel,  
1 kg rohes Sauerkraut,  
100 ml Fleischbruehe,  
100 ml Weisswein (Riesling)

Die Zwiebel fein hacken und im heissen Schweineschmalz duensten. Dann das Sauerkraut beugeben und braun roesten. Etwas von der Fleischbruehe angiessen. Zugedeckt weiterkochen, dabei nach und nach die Fleischbruehe zugeben (ca. 1 Stunde).

:Stichworte : Baden, Beilage, Kohl, Sauerkraut, Schwarzwald  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Groesmmutter noch wusste  
: : Kochen wie bei den Fallers  
: : Folge 227, vom 16. Januar 2000  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feisst  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

Title: Sauerkrautstrudel  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Strudelteig:-----

- 2 Tassen Mehl,
- 1 Ei,
- 1 tb Öl,
- etwas Salz,
- etwa 1/2 Tasse lauwarmes  
-Wasser  
(Es kann auch fertiger  
-Strudelteig verwendet  
-werden)

MMMMM-----Füllung:-----

- 750 g frisches Kraut,  
(fein geschnitten, mit  
-etwas Schmalz weich  
-gedünstet und sauers  
abgeschmeckt) oder
- 750 g Sauerkraut (weich gekocht  
-und ein wenig gesüßt),
- 1 Hand voll eingeweichte oder  
-kurz aufgekochte Rosinen,  
Schmalz zum Bestreichen des  
-Teiges.

Das Mehl in eine Schuessel sieben. In die Mitte eine Mulde druecken; Salz, Oel, das zerschlagene Ei und zunaechst einmal nur einen Teil des Wassers hineingeben. Gut mischen und kneten. Nach und nach das restliche Wasser beifuegen bis eine weiche Teigkugel entsteht. Diese in der Schuessel oder noch besser auf unbemehltem Brett so lange ziehen und kneten, bis der Teig nicht mehr an der Schuessel oder am Brett kleben bleibt. Dann die Teigkugel in eine erwaermte Schuessel zuruecklegen und zudecken oder noch besser: Teigkugel auf dem Brett liegen lassen und eine erwaermte Schuessel darueber stuelpen. 1 Stunden ruhen lassen, damit das Mehl gut ausquillt. Den Teig halbieren. Eine Haelfte zugedeckt stehen lassen, damit sie nicht zu stark austrocknet; die andere zu einer Kugel formen und dann auf dem bemehltem Brett zunaechst zu einem dicken runden Fladen auswallen. Diesen Teigfladen auf ein weisses, bemehltes Tuch legen und langsam ausdehnen, indem man mit der einen Hand von unten her bis zur Mitte unter den Teig faehrt und mit der anderen Hand gleichzeitig vom Rande her zieht, bis der ganze Teig fast papierduenn ist. Die dicken Raender werden weggeschnitten. Den Teig nunmehr mit Oel bepinseln. Die Fuellung mit der Hand gleichmaessig ueber ihn verteilen (Rand frei lassen). Dann wird der Strudel zur langen Wurst zusammengerollt, indem man das Tuch auf einer Seite ein wenig anhebt und mit der Hand beim Zusammenrollen ein bisschen nachhilft. Der Strudel gelingt nur dann, wenn der Teig sehr duenn ist. Allerdings erfordert die Herstellung eines Strudelteiges viel Zeit und Uebung. Es ist gut zu wissen, dass in groesseren Baeckereien und Supermaerkten auch fertiger Strudelteig erhaeltlich ist.

Fuellung:

Alle Zutaten fuer die Fuellung gut miteinander vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf den Teig geben, zusammenrollen. Den gerollten Strudel mit Schmalz bestreichen und bei mittlerer Hitze ca. 30 Minuten im Backofen backen (bei Fertigteig: siehe Packungsbeilage).

:Stichworte : Gemüse, Herzhaft, Kohl, Mehlspeise, Sauerkraut

: : Strudel, Weißkohl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Rotkraut - Weißkraut  
: : Folge 158, vom 20. Oktober 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sauerkrautsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Sauerkraut,  
1 1/2 l Fleischbrühe,  
1/4 l Sahne,  
1 bis 2 Eier

Das Sauerkraut (wenn es zu sauer ist, waschen) zerpfleucken und in ca. 10 cm lange Streifen schneiden. In der Fleischbruehe etwa 40 Minuten kochen lassen. Die Eier mit der Sahne verquirlen und die Suppe damit zum Schluss legieren. Bitte nicht mehr kochen lassen!

:Stichworte : Kohl, Sauerkraut, Suppe, Weißkohl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Rotkraut - Weißkraut  
: : Folge 158, vom 20. Oktober 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sauerkrautsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Sauerkraut,  
Lorbeerblatt,  
6 Wacholderbeeren,  
1 1/2 l Klare Brühe,  
1 Zwiebel,  
2 rohe Kartoffeln,  
1 Möhre,  
1 Apfel,  
1 Tomate,  
2 tb Schinkenwürfel,  
40 g Schmalz,  
Salz,  
Pfeffer

Das Sauerkraut klein schneiden und mit dem Lorbeerblatt und den Wacholderbeeren in der Bruehe 20 Minuten vorkochen. Inzwischen Zwiebel, Kartoffeln, Moehre und Apfel schaelen, in Wuerfel schneiden und mit der Tomate und den Schinkenwuerfeln in Schmalz anbraten. Mit Salz und Pfeffer wuerzen, in die Suppe geben und 10 Minuten mitkochen lassen. Lorbeerblatt und Wacholderbeeren herausfischen. Evtl. die Suppe stampfen.

(Sophie Lange: Alt-Eifler Kueche, Helios-Verlag)

:Stichworte : Eifel, Kohl, Sauerkraut, Suppe, Weißkohl

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Eifel I  
: : Folge 121, vom 11. Januar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sauerteig-Schrotbrot  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Vorteig:-----

420 g Roggen (grob geschrotet),  
1 ts Honig,  
150 g Sauerteigansatz,  
430 ml lauwarmes Wasser

MMMMM-----Hauptteig:-----

1 ts Salz, evtl. mehr  
2 tb Sonnenblumenöl,  
280 g Weizen- oder Roggen,  
1 ts Brotgewürz

Alle Zutaten fuer den Vorteig in einer Schuessel miteinander verruehren. Schuessel mit einem feuchten Tuch bedecken, in eine Plastiktuetete stellen und 8 bis 12 Stunden bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

Alle Zutaten fuer den Hauptteig gut vermischen. Den Vorteig darunter mischen. Pfanne mit Butter ausreiben, mit Vollkorngruess oder Semmelbroeseln ausstreuen, Teig einfuellen, glatt streichen und 2 Stunden ruhen lassen (Teig muss unbedingt bis fast zum Pfannenrand gehen).

Brot auf der Herdplatte auf mittlerem Feuer (bei einer Skala-Einteilung von 3 also bei 1 1/2 oder bei einer Skala- Einteilung von 12, bei 5) zugedeckt 60 Minuten von der ersten Seite backen (die Oberflaeche ist noch feucht). Dann das Brot wenden und weitere 30 Minuten bei offener Pfanne fertig backen.

:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brotbacken  
: : Folge 248 vom 28. Januar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sauerteigansatz  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

75 g Roggen (fein geschrotet),

1 ts Honig,  
1/8 l lauwarmes Wasser,  
(eventl. 5 g Hefe)

Alle Zutaten verruehren, bedecken und an einem warmen Ort (25 bis 30 Grad) gaeren lassen. Nach 3 Tagen ist der Ansatz gut gegoren. Gaerblaeschen muessen sichtbar sein.

Vom Vorteig 1 EL abnehmen, im Kuehlschrank aufheben, mit warmem Wasser und Roggenschrot ergibt er nach 2 bis 3 Stunden einen weiteren Sauerteigansatz.

:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brotbacken  
: : Folge 248 vom 28. Januar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sauerteigbrot mit Roggen- und Ruchmehl (Weizenmehl) Type 1050  
Categories: Brot  
Yield: 4 Brote

250 g "neuer" Sauerteig  
oder  
150 g "alter" Sauerteig  
mit  
100 g Wasser,  
600 g Ruchmehl (Weizenmehl) - Typ  
-1050,  
400 g Roggenmehl - Typ 1150,  
25 g Salz,  
eventl. 1 EL Brotgewürz,  
450 g Wasser

"Alter" Sauerteig mit 100 g Wasser gut vermengen ("neuer" Sauerteig ohne Wasser). Ruchmehl und Roggenmehl in eine Schuessel sieben. In der Mitte des Mehls eine Vertiefung machen. Den Sauerteig hineingeben. Etwas Mehl darunterruehren. Mit einem nassen Tuch bedeckt ueber Nacht stehen lassen. Der Vorteig bildet eine Kruste. Das macht aber nichts. Salz dazugeben. Mit Hilfe des Backhorns (Teigschabers) oder des Kochloeffels nach und nach 450 g Wasser und eventl. Brotgewuerz druntermischen. Mit den Haenden gut durchkneten. Mit einem nassen Tuch bedeckt mindestens 6 Stunden an einem warmen Ort stehen lassen. Tuch eventl. nochmals nass machen.

Teig auf eine mit Ruchmehl (nicht Roggenmehl!) leicht bestreute Arbeitsplatte stuerzen. 5 Minuten durchkneten.

Ein 150 g schweres Stueck davon wegnehmen. Rest zu einer Kugel formen. Diese in vier gleich grosse Teile teilen. Jeden Teil nochmals durchkneten und zu einem Laib formen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes oder gefettetes Kuchenblech legen.

Mit einem nassen Tuch bedecken. Mindestens 2 Stunden gehen lassen. Eine mit kochendem Wasser gefuellte Auflaufform auf den Boden des Backofens stellen. Konventionellen Backofen auf 220 Grad, Umluft-Backofen auf 200 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 4-5 einschalten.

Die Brote mit 2 EL Sonnenblumenöl bepinseln, kreuzweise einschneiden und einschieben. Totale Backzeit 1 Stunde.

Nach 40 Minuten umdrehen (Boden gegen oben drehen). Auf einem Gitter auskühlen lassen. Das Brot kann bis zu 4 Wochen tiefgekühlt werden.

Das beiseitegelegte Teigstück zu einer Kugel formen. In eine Schüssel legen. Diese mit einem Teller bedeckt im Kühlschrank für den nächsten Teig aufbewahren.

("Kathrin Rueeggs Brotbackstube", Albert-Mueller-Verlag, Rueschlikon)

:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brot und Brötchen  
: : Folge 142, vom 17. Januar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sauerteigbrot mit Vollkorn- und Roggenmehl  
Categories: Brot  
Yield: 4 Brote

250 g "neuer" oder 150 g "alter"  
-Sauerteig mit 100 g Wasser,  
1 kg Vollkornmehl,  
500 g Roggenmehl,  
1 tb Kümmel,  
38 g Salz,  
430 g Wasser oder Buttermilch,  
2 tb Sonnenblumenöl

"Alter" Sauerteig mit 100 g Wasser gut vermengen ("neuer" Sauerteig ohne Wasser). Mehl in eine Schüssel geben.

In der Mitte des Mehls eine Vertiefung machen. Den Sauerteig hineingeben. Noch etwas Mehl darunterrühren. Mit einem nassen Tuch bedeckt über Nacht stehen lassen. Der Vorteig bildet eine Kruste. Das macht aber nichts.

Kümmel, Salz, 430 g Wasser oder Buttermilch mit Hilfe des Backhorns oder Kochlöffels nach und nach druntermischen. Mit den Händen gut durchkneten. Im Gegensatz zum Hefeteig ist es besser, den Teig zum Gehen etwas feuchter zu belassen. Mit einem nassen Tuch bedeckt mindestens 6 Stunden an einem warmen Ort stehen lassen. Tuch eventuell nochmals nass machen. Teig auf eine mit Vollkornmehl leicht bestreute Arbeitsplatte stürzen.

Ein 150 g schweres Stück davon wegnehmen. Rest 5 Minuten durchkneten, zu einer Kugel formen. Diese in vier gleich große Teile teilen. Jeden Teil nochmals durchkneten und zu einem Laib formen.

Auf ein mit Backpapier belegtes oder eingefettetes Kuchenblech legen. Mit einem nassen Tuch bedecken.

Mindestens 2 Stunden gehen lassen. Eine mit kochendem Wasser gefüllte Auflaufform auf den Boden des Backofens stellen.

Konventionellen Backofen auf 220 Grad, Umluft-Backofen auf 200 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 4-5 einschalten. Die Brote mit 2 EL Sonnenblumenöl bepinseln. Einschieben. Totale Backzeit 1 Stunde. Nach 40 Minuten umdrehen (Boden gegen oben). Auf einem Gitter auskühlen lassen. Kann 4 Wochen tiefgekühlt werden.

Das beiseitegelegte Teigstück zu einer Kugel formen. In eine Schüssel

legen. Diese mit einem Teller bedeckt im Kuehlschrank fuer den naechsten Teig aufbewahren.

("Kathrin Rueeggs Brotbackstube", Albert-Mueller-Verlag, Rueschlikon)

:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brot und Brötchen  
: : Folge 142, vom 17. Januar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sauerteigrot mit Vollkorn und Roggenmehl

Categories: Brot

Yield: 4 Brote

250 g Sauerteig,  
1 Würfel Hefe,  
100 ml Wasser,  
1 kg Vollkornmehl,  
500 g Roggenmehl,  
1 tb Kümmel,  
38 g Salz,  
430 ml Wasser oder Buttermilch,  
2 tb Sonnenblumenöl

Mehl in eine Schuessel geben, in die Mitte eine Vertiefung druecken. Den Sauerteig hineingeben. Etwas Mehl darunter ruehren. Mit einem nassen Tuch bedecken und ueber Nacht stehen lassen. Der Vorteig bildet eine Kruste.

Kuemmel, Salz, 430 ml Wasser oder Buttermilch mit Hilfe des Backhorns oder Kochloeffels nach und nach darunter mischen. Mit den Haenden gut durchkneten. Im Gegensatz zum Hefeteig ist es besser, den Teig zum Gehen etwas feuchter zu belassen. Mit einem nassen Tuch bedeckt mindestens 6 Stunden an einem warmen Ort stehen lassen. Tuch eventuell nochmals nass machen.

Teig auf eine mit Vollkornmehl leicht bestreute Arbeitsplatte stuerzen. Ein 150 g schweres Stueck davon wegnehmen. Rest 5 Minuten durchkneten, zu einer Kugel formen. Diese in vier gleich grosse Teile teilen. Jedes Teil nochmals durchkneten und zu einem Laib formen.

Auf ein mit Backpapier belegtes oder eingefettetes Kuchenblech legen. Mit einem nassen Tuch bedecken. Mindestens 2 Stunden gehen lassen. Eine mit kochendem Wasser gefuellte Auflaufform auf den Boden des Backofens stellen.

Die Brote mit 2 EL Sonnenblumenoel bepinseln und in dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen 1 Stunde backen. Nach 40 Minuten Backzeit die Laibe drehen, so dass der Boden nach oben zeigt. Auf einem Gitter auskuehlen lassen.

Das beiseite gelegte Teigstueck (Sauerteig) zu einer Kugel formen. In eine Schuessel legen. Diese, mit einem Teller bedeckt, im Kuehlschrank fuer den naechsten Teig aufbewahren.

:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste



: : Brotbacken  
: : Folge 248 vom 28. Januar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Saure Kartoffeln  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kartoffeln,  
60 g gebranntes Mehl (in der  
-Pfanne braun geröstetes  
-Mehl),  
1 bis 2 Zwiebeln,  
1 l Fleischbrühe,  
2 bis 3 EL Essig,  
1 Nelke,  
1 Lorbeerblatt,  
Salz,  
Liebstöckel

Die gekochten Kartoffeln schaelen und in Scheiben schneiden. Zwiebeln klein schneiden und roesten. Gebranntes Mehl dazugeben und mit Fleischbruehe auffuellen. Die Gewuerze ebenfalls zugeben und das Ganze 1/2 Stunde kochen lassen. Dann die Nelke und das Lorbeerblatt herausnehmen. Die Kartoffelscheiben in die Sauce geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nochmals aufkochen lassen (eventuell mit einem Stueck Fleischwurst) und anrichten.

:Stichworte : Baden, Kartoffel, Schwarzwald  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie bei den Fallers  
: : Folge 227, vom 16. Januar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Saure Kartoffeln  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kartoffeln (feste Sorte),  
20 g Weißmehl,  
20 g Butter,  
1 kleine, fein geschnittene  
-Zwiebel,  
2 tb Weißweinessig, evtl. mehr  
50 ml Weißwein,  
300 ml Bouillon, ca.  
1 sm Lorbeerblatt,  
1 Gewürznelke,  
Salz

Kartoffeln waschen, schaelen und in 3 mm dicke Scheiben schneiden. In siedendem Salzwasser halb weich kochen, Wasser abgiessen. In der Kasserolle Butter erhitzen. Zwiebel zugeben und anduensten. Mehl

darueber streuen und so lange mitduensten, bis es hellbraune Farbe angenommen hat. Unter staendigem Ruehren Essig, Wein und zuletzt so viel Bouillon dazugeben, dass eine duennflussige Sauce entsteht. Sauce aufkochen, leicht salzen; Lorbeer, Nelke und Kartoffeln hineingeben. Unter gelegentlichem sorgfaeltigen Wenden koecheln bis die Kartoffeln weich sind. Lorbeer und Nelke herausnehmen, abschmecken und anrichten.

:Stichworte : Beilage, Kartoffel, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Basel  
: : Folge 214, vom 16. Mai 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Saure Kutteln  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 4 Portionen

1 kg Kutteln,  
1/2 Zwiebel,  
40 g Butterschmalz,  
50 g Mehl,  
3 tb Tomatenmark, evtl. mehr  
1/2 l Fleischbrühe,  
Salz,  
Pfeffer,  
3 tb trockener Wein (Riesling  
-oder Silvaner)  
1 tb Weinessig,  
Petersilie

Die beim Metzger gekauften vorgekochten Kutteln waschen und in feine Streifen schneiden. Die kleingeschnittene Zwiebel in Butterschmalz glasig duensten, dann die Kuttelstreifen hinzugeben und etwa 15 Minuten unter Ruehren leicht anbraten. Dann mit Mehl bestaeuben und weiterruehren. Nach etwa 10 Minuten das Tomatenmark begeben und mit der Fleischbruehe abloeschen. Nun muessen die Kutteln noch etwa 1/2 Stunde koecheln. Danach mit Salz, Pfeffer, Wein und Essig abschmecken. Vor dem Servieren feingehackte Petersilie daruebergeben.

(Als Vesper fuer 6, als Hauptspeise fuer 4 Personen)

(W.O.Feisst: Baden Kulinarische Streifzuege, Sigloch Edition)

:Stichworte : Innerei, Kinzigtal, Kuttel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kinzigtal (II)  
: : Folge 124, vom 22. Februar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Saure Kutteln

Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 tb Butterfett,  
3 tb Mehl,  
1 Zwiebel, gehackt,  
1 1/4 l Fleischbrühe,  
Salz,  
Pfeffer,  
2 Lorbeerblätter,  
800 g Kutteln, vorgekocht, in  
-Streifen geschnitten,  
125 ml herber Weißwein,  
1 tb Weißweinessig

Die Butter schmelzen, das Mehl beigegeben, roesten bis es hellbraun ist. Die Zwiebel beigegeben. Weiterroesten bis das Ganze dunkelbraun ist. Mit der Fleischbruehe abloeschen, mit Salz, Pfeffer und Lorbeerblaetter wuerzen. Die Kutteln beigegeben, weichkochen (ca. 1 Stunde). Vor dem Anrichten Weisswein und Weissweinessig dazugeben.

:Stichworte : Innerei, Kuttel, Schwaben  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Schwaben  
: : Folge 135, vom 11. September 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Saure Leberle  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

600 g frische Kalbsleber,  
Milch,  
6 tb feingehackte Schalotten,  
40 g Butterschmalz,  
3 tb Mehl,  
1/8 l Fleischbrühe,  
1/8 l trockener Silvaner,  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle,  
1 pn Zucker,  
4 tb Sauerrahm,  
Petersilie zum Garnieren

Die Kalbsleber 1/2 Stunde in Milch legen, dass sie gerade bedeckt ist. Trockentupfen, Haeute entfernen und in schmale Streifen schneiden. In einer Pfanne die Schalotten in einer Haelfte des Butterschmalzes glasig duensten, die Leber dazugeben und von allen Seiten unter stetem Wenden hoechstens 4 Minuten anroesten.

Vorsicht: Die Leberstuecklein sollten innen rosa bleiben. Braet man sie zu lange, werden sie hart.

Leber und Schalotten auf einer vorgewaermtten Platte im Backofen warm stellen. Den Rest des Butterschmalzes in der Pfanne mit dem Bratfond erhitzen, das Mehl dazugeben und unter staendigem Ruehren braun anroesten. Mit der angewaermtten Fleischbruehe abloeschen. Unter

staendigem Ruehren den Wein hinzufuegen, aufkochen lassen und etwa 5 Minuten koecheln.

Mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker und dem Sauerrahm abschmecken. Die Leber mit den Schalotten und dem Sauerrahm hineingeben. Das Ganze muss noch 2 Minuten koecheln.

Beim Anrichten feingehackte Petersilie darueberstreuen. Am besten schmecken sie mit "Braegel" (Bratkartoffeln) oder mit Brot.

(W. O. Feisst: Kulinarische Streifzuege durch Baden, Sigloch Edition)

:Stichworte : Baden, Innerei, Kalb, Leber  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Breisgau  
: : Folge 133, vom 5. Juli 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Saure Rüben  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 6 Personen

1.8 kg saure Rüben,  
1 kg kleine Kartoffeln,  
1/2 l Riesling,  
3 Knoblauchzehen,  
1 lg Zwiebel,  
2 tb Gänsefett oder Schmalz,  
10 Wacholderbeeren,  
Koriander,  
1 Lorbeerblatt  
3 Nelken,  
Salz  
Pfeffer

MMMMM-----Fleisch: (am Vorabend vorzubereiten)-----

1 kg ungeräucherter Speck,  
1 kg Rinderbacken,  
1 kg Schweinehals,  
2 Schweinshaxen,  
2 Schweineschwänzchen

Fleisch salzen, pfeffern und ueber Nacht an einem kuehlen Ort ziehen lassen. Das Fleisch vorkochen, denn ein Teil davon benoetigt eine lange Kochzeit. In einen Topf geben, mit Wasser bedecken und zum Kochen bringen. Nach 25 Minuten Kochzeit Speck und Schweinehals, nach 1 Stunde Schweinshaxen und -schwaenzchen herausnehmen. Die Rinderbacken brauchen am laengsten Zeit ( 1 1/2 Stunden). Die Rueben unter fliessendem Wasser waschen und auspressen. In einem Topf das Gaensefett erhitzen und auf kleiner Flamme die kleingehackte Zwiebel darin anduensten. Das Fleisch hinzufuegen und die Rueben auf das Fleisch geben. Den Knoblauch und die in ein Stueckchen Stoff eingeknoteten Gewuerze zufuegen. Den Weisswein und einen Teil der Fleischbruehe (ca. 1/4 l) zugeben. Zugedeckt in dem Topf bei kleiner Flamme (oder im Backofen bei 160 Grad) 30 bis 40 Minuten Garen. Jung sind die sauren Rueben in 30 Minuten gar, am Ende der Saison brauchen sie 1 Std. Anstatt dem o. a. Fleisch kann man auch ein Stueck ungeraeucherter Bauchspeck ("gruener Speck") verwendet

werden.

(Morgenthaler, Wieser, Fortmann: Die besten Rezepte aus dem Elsass,  
Edition DNA, Strassburg)

:Stichworte : Fleisch, Gemüse, Kinzigtal, Rübe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kinzigtal (II)  
: : Folge 124, vom 22. Februar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Savarin mit Früchten

Categories: Dessert, Süßspeisen

Yield: 1 Keine Angabe

250 g Mehl,  
20 g Hefe,  
3 tb lauwarme Milch,  
100 g Zucker,  
2 Eier,  
1 pn Salz,  
60 g weiche Butter,  
Öl zum Einfetten,  
1/8 l frisch gepresster  
-Orangensaft,  
4 cl Orangenlikör,  
frisches Obst wie  
Kiwi, Himbeeren, Erdbeeren,  
-Heidelbeeren, Trauben,  
-Pfersiche, Ananas etc.  
(es können ersatzweise auch  
-tiefgefrorene Früchte  
-verwendet werden),  
1 cn süße Sahne,  
1 pk Vanillezucker

Mehl in eine Schuessel geben, in die Mitte eine Vertiefung druecken,  
die Hefe hineinbroeseln und mit Milch, 1 EL Zucker und etwas Mehl zum  
Vorteig verruehren. Mit einem Kuechentuch bedeckt 15 Minuten an einem  
warmen Ort gehen lassen. Dann die Eier, das Salz und die in Floeckchen  
geschnittene Butter zufuegen und alles zu einem geschmeidigen Teig  
kneten. Den Teig weiterkneten bis er Blasen wirft und sich vom  
Schuesselrand loest. Weitere 30 Minuten gehen lassen. Eine Savarin-  
oder Reisringform duenn mit Oel auspinseln, den Teig hineinfuellen und  
in dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen 30 Minuten backen lassen.

In der Zwischenzeit den Orangensaft mit dem Zucker mischen und langsam  
erwaermen, bis sich der Zucker ganz geloest hat. Saft abkuehlen lassen  
und mit dem Orangenlikoer mischen. Den Savarin aus der Form loesen, auf  
einen Kuchendraht stuerzen und die Oberflaeche mit einem Zahnstocher  
oder einer Gabel mehrmals einstechen. Nach und nach den Orangensaft  
druebertraefeln, bis er ganz vom Teig aufgesogen ist. Nebenher die  
Fuellung bereiten. Fruechte in kleine Stuecke schneiden. Sahne  
steifschlagen und mit Vanillezucker suessen. Die Fruechte unter die  
Sahne mischen.

Den Savarin auf einer Platte anrichten und mit der Fruechtesahne  
fuellen. Erst bei Tisch wie einen Kuchen aufschneiden.

:Stichworte : Dessert, Frucht, Obst, Savarin  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Spanisch-Brötli-Bahn  
: : Folge 176, vom 20. Juli 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cl: centiliter  
cn: Dose  
tb: El.  
pk: Pkg.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schäufole  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 4 Personen

1 Schäufole  
(zart gepökelt und  
-geräuchertes Rücken-,  
-Schulterstück vom Schw  
zwischen 1 und 3 kg, (je  
-nach Personenanzahl)  
1 Zwiebel,  
1 Lorbeerblatt,  
3 Nelken, evtl. mehr  
1 ts Pfefferkörner,  
1 ts Wacholderbeeren

Das Schäufole in einen Kochtopf geben und so viel Wasser zugeben, dass es bedeckt ist. Dazu die mit den Nelken und dem Lorbeerblatt bespickte Zwiebel sowie die Pfefferkörner und die zerdrückten Wacholderbeeren geben. Den Sud ganz allmählich zum Kochen bringen, er darf jedoch nur Bläschen ziehen. Nach etwa 2 Stunden ist das Schäufole gar. Man erkennt es daran, dass sich das Fleisch vom Knochen zu lösen beginnt. Das Fleisch aufschneiden und auf Sauerkraut anrichten. Dazu gibt es selbst gemachten Kartoffelbrei (mit viel Butter schaumig geschlagen und Muskatblüte gewürzt). Zum Schäufole wird häufig auch Kartoffelsalat serviert, der mit der heißen Schäufole-Brühe angemacht und warm gegessen wird.

:Stichworte : Baden, Fleisch, Schwarzwald, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie bei den Fallers  
: : Folge 227, vom 16. Januar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schales (Kartoffel-Lauch-Auflauf)  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

1 1/2 kg Kartoffeln,  
3 Stangen Lauch,

2 Eier,  
Salz,  
Pfeffer,  
Fett für die Auflaufform,

MMMMM-----nach Belieben-----  
250 g in kleine Würfel  
-geschnittenes Dör

Die Kartoffeln grob reiben. Den Lauch in kleine, feine Ringe schneiden. Mit den Kartoffeln vermischen, die Eier und Gewuerze dazugeben und nach Belieben das Doerrfleisch. Die Masse in eine gut ausgefettete Auflaufform fuellen und im vorgeheizten Backofen 1 1/2 Stunden backen. Dazu schmeckt vorzueglich Feldsalat.

:Stichworte : Auflauf, Kartoffel, Lauch, Pfalz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Pfälzerwald  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schaltenosen  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Mehl,  
4 Eier,  
3 Eigelb,  
350 g Quark,  
1 Zitrone,  
100 g Sultaninen,  
2 tb Butter,  
125 g Zucker,  
1 pn Safran,  
1 pn Salz

MMMMM-----zum Bestreuen:-----  
Zucker,  
Zimt  
heiße braune Butter

Die 4 Eier mit 2 EL Wasser verquirlen, leicht salzen und mit dem Mehl zu einem festen, aber geschmeidigen Nudelteig verarbeiten.

Quark und Butter miteinander cremig ruehren. Eigelb, Zucker, Safran, die eingeweichten Sultaninen dazugeben und mit Zitronensaft abschmecken.

Den Nudelteig duenn ausrollen und Quadrate mit 12 cm Kantenlaenge ausraedeln. In die Mitte je 1 EL Quarkcreme geben. Die Quadrate zu dreieckigen Taschen zusammenlegen. Die Raender mit lauwarmem Wasser benetzen und zusammendrucke.

In einem moeglichst breiten Topf Wasser mit wenig Salz aufkochen, die Teigtaschen (nur so viele, dass sie sich nicht beruehren) hineingeben und gar ziehen lassen. Vor dem Servieren mit Zucker und Zimt bestreuen und mit brauner Butter uebergiessen. Heiss essen.

:Stichworte : Mehlspeise, Ostpreußen, Quark, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Ostpreußen/Masuren  
: : Folge 257, vom 1. Juli 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:

tb: El.

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Scharfe Käsecreme  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

150 g Feta (Schafskäse),  
Essig, etwas  
Olivenöl, etwas  
1 ts scharfes Paprikapulver,  
-gestr.  
2 Knoblauchzehen

Feta-Käse in einer Schüssel mit der Gabel zerdrücken. Essig und Öl dazugeben und so lange rühren bis eine feine Creme entsteht. Die Käsecreme zum Abschluss mit Paprikapulver und dem durchgepressten Knoblauch würzen.

:Stichworte : Gewürz, Käse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gewürz I  
: : Folge 191, vom 05. April 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Scharfes Mango-Chutney  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

2 Chilischoten, feingehackt  
1 Knoblauchzehe, feingehackt  
500 g Mangofruchtfleisch,  
100 g Ingwerwurzel, frische, oder  
1 ts Ingwer, gemahlener  
200 g Korinthen,  
500 g Zucker,  
2 1/2 dl Weißweinessig,  
1 ts Salz,  
1 ts Senfkörner

Die Chilischoten und die Knoblauchzehe so fein als möglich hacken. Das Mangofleisch in kleine Würfel schneiden, die Ingwerwurzel schälen und fein reiben. Sämtliche Zutaten ausser den Mangos in einen Topf geben und 5 Minuten kochen lassen.

Dann die Früchte begeben und alles sanft koecheln lassen, bis die Mischung die Konsistenz von Marmelade hat. Dies dauert ca. 1 Stunde. Auskühlen lassen, in passende Gläser abfüllen und luftdicht verschließen.

:Stichworte : Chutney, Eingelegtes, Exotisch, Frucht, Mango  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste



: : Exotische Früchte II - Papaya, Mango  
: : Folge 058, vom 08. Februar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Scherben (Fasnachtsküchlein)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

2 Eier,  
1 tb Zucker,  
1 pk Vanillezucker,  
2 tb Sauerrahm,  
1 pn Salz,  
250 g gesiebtetes Mehl, ca.

MMMMM-----Zum Backen:-----

500 g Fett.

MMMMM-----Zum Bestreuen:-----

Puderzucker  
Zimt

Eier, Zucker, Rahm und das Salz verruehrt man tuechtig. Dann gibt man nach und nach das Mehl zu und arbeitet den Teig auf dem Nudelbrett glatt zusammen und stellt ihn abgedeckt ca. 1 Stunde kuehl. Danach welt man ihn ganz duenn aus, raedelt verschobene Vierecke daraus, tupft sie mit einer Gabel und baeckt sie schwimmend in heissem Fettgelb. Dann uebersiebt man sie mit Puderzucker und Zimt.

(Ursula Ress: Grossli's Kochrezepte, Rammersweier)

:Stichworte : Fasnacht, Gebäck, Kinzigtal  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kinzigtal (II)  
: : Folge 124, vom 22. Februar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schichtsalat  
Categories: Salate  
Yield: 6 Personen

MMMMM-----Am Vortag zubereiten!-----

1 Sellerieknolle,  
200 g gekochter Schinken (in  
-Streifen geschnitten),  
1 cn Ananas (fein geschnitten),  
5 gekochte Eier (in Scheiben  
-geschnitten),

1 cn Mais,  
1 Stange Lauch (fein  
-geschnitten),  
150 g Naturjogurt,  
150 g Mayonnaise

Sellerie waschen, schaelen, in Schnitze schneiden und 10 Minuten kochen. Abkuehlen lassen und fein hacken. Alle Zutaten der Reihe nach (mit Sellerie beginnend, Lauch zum Schluss) in eine hoehere Glasschuessel schichten. Joghurt mit der Mayonnaise verquirlen und darueber geben. 1 Tag ziehen lassen.

:Stichworte : Buffet, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Partybuffet  
: : Folge 101, vom 26. Januar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cn: Dose

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schinken in Brotteig  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Brotteig:-----

1 kg Mehl, evtl. mehr, je nach  
-Größe des Schinkens  
2 Tütchen Trockenhefe,  
25 g Salz,  
550 ml Wasser

MMMMM-----Füllung:-----

1 sm Rollschinken oder  
1 entbeintes Schäufole  
-(leicht geräuchert),  
1 Zwiebel,  
2 Nelken,  
2 Lorbeerblätter

Mehl in eine Schuessel sieben, Trockenhefe und Salz darueber streuen. Mit Hilfe des Backhorns oder des Kochloeffels gruendlich mischen. Nach und nach Wasser dazugeben. Anfangs mit dem Backhorn oder dem Kochloeffel, spaeter mit den Haenden vermengen. Den Teig zunaechst in der Schuessel, spaeter auf einer trockenen Arbeitsflaeche 10 Minuten kneten. Zu einer Kugel formen. Diese in die Schuessel zuruecklegen. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 2 Stunden gehen lassen. Den Teig nochmals durchkneten und ca. 1 cm dick zu einem Rechteck auswallen.

Den Schinken mit lauwarmem Wasser abspuelen. In kaltem Wasser aufsetzen, so dass der Schinken gerade mit Wasser bedeckt ist, langsam zum Kochen bringen und je nach Groesse 2 1/2 bis 5 Stunden ziehen lassen (d.h. pro kg 40 bis 50 Minuten).

Den abgetrockneten Schinken nach Belieben mit etwas Senf bestreichen und so in den Teig einwickeln, dass er ueberall gut eingeschlossen ist (darauf achten, dass der Teig nicht straff anliegt, da er sonst beim Backen platzt und der Saft verloren geht; die Teigenden zum Abschliessen etwas mit Wasser benetzen). Den Schinken im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad 1 bis 1 1/2 Stunden backen (Garprobe durch Einstechen einer Nadel!).

Zum Servieren den Teigdeckel (1/3 der Teigkruste oben) horizontal durchschneiden.

Den Schinken herausnehmen, tranchieren und wieder in den Brotteig legen. Mit Petersilie garnieren. Den Teigdeckel darauf setzen.

:Stichworte : Brot, Elsass, Fleisch, Schinken  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Elsass  
: : Folge 231 vom 12. März 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schinken in Brotteig  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

500 g Mehl (Typ 1050),  
1 pk Trockenhefe,  
1 ts Salz,  
250 ml kaltes Wasser  
1 kg gekochter Schinken,  
1 Ei

Mehl in eine Schuessel sieben. Trockenhefe und Salz darunter mischen. Nach und nach kaltes Wasser dazugeben. Anfangs mit dem Kochloeffel, spaeter mit den Haenden vermengen. Danach zuerst in der Schuessel, spaeter auf einer trockenen Arbeitsflaeche ca. 10 Minuten kneten. Den Teig zu einer Kugel formen und 30 Minuten gehen lassen. Den Teig durchkneten, mit dem Wallholz auf einer gut bemehlten Arbeitsflaeche so gross auswallen, dass ein ca. 1 kg schwerer gekochter Schinken am Stueck darin eingepackt werden kann. Die Teigraender mit Eiweiss bestreichen und zusammendruicken. Evtl. mit Teigresten, die man ebenfalls mit Eiweiss aufklebt, verzieren. Das Ganze mit Eigelb bestreichen. In dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen 1 bis 1 1/2 Stunden backen.

:Stichworte : Brot, Buffet, Fleisch, Schinken, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Partybuffet  
: : Folge 101, vom 26. Januar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schinken in Burgundersauce  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 8 Personen

1 Rollschinken (etwa 2 kg),  
1 l Burgunder Wein,  
1 Zwiebel,  
1 Stückchen Sellerie,

1 bn Petersilie,  
1 Karotte

MMMMM-----Sauce:-----

50 g Butterfett,  
90 g Mehl,  
1/4 l Tomatensaft,  
2 1/4 l Schinkenbrühe,  
Salz

Den Schinken in etwa 6 l kaltem Wasser langsam zum Kochen bringen. Er sollte etwa 1 Stunde mehr ziehen als kochen (nur kleine Bläschen). Schinken herausnehmen, 2 1/4 l Bruehe aufbewahren. Soweit der Schinken noch eine Schwarte hat, wird diese entfernt. Schinken, Wein, Zwiebel, Sellerie, Karotte und Petersilie in eine entsprechend grosse Kasserolle geben und in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen stellen. Dort unter mehrmaligem Begiessen den Schinken 1 Stunde sanft schmoren lassen. Durch fortwaehrendes weiteres Begiessen mit dem eingedickten Bratenfond den Schinken etwa 10 Minuten vor dem Auftragen glasieren.

Fuer die Sauce das Butterfett erhitzen, Mehl dazugeben und unter Ruehren hellbraun anroesten. Mit Tomatensaft und 2 1/4 l Schinkenbruehe abloeschen. Diese Sauce etwa 3/4 Stunde bei offenem Topf auf 1/2 l reduzieren. Mit Salz abschmecken. Zum Bratenfond des Schinkens geben. Aufkochen lassen und die Sauce durch ein Haarsieb streichen. Der Schinken wird in Scheiben geschnitten und auf einer Platte mit der Sauce, Gruenen Bohnen und Kroketten angerichtet.

:Stichworte : Fleisch, Schinken, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im südlichen Schwarzwald I  
: : Folge 104, vom 09. März 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schinken mit Honig  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 1/2 kg Rollschinken  
1/2 Orange, Saft von  
1 Orange, Schale von  
2 tb Senf,  
2 tb Honig,  
Pfeffer,  
500 g Blätterteig,  
1 Eigelb

Rollschinken: Kernschinken z.B. aus der Nuss, ohne Knochen, mit nur duenner Schwarte, nass gepoekelt, warm geraeuchert, gerollt und geschnuert.

Den Rollschinken in 80 Grad heissem Wasser zwei Stunden sieden lassen. Eine Paste aus Senf, Orangenschale, Orangensaft und Honig bereiten, mit Pfeffer abschmecken und damit den Rollschinken marinieren.

Den Blaetterteig entsprechend ausrollen und den Schinken darin einpacken. Mit Eigelb bestreichen. Den eingepackten Schinken fuer 30 Minuten in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen geben.

Falls noch Paste uebrig sein sollte, diese mit geschlagener Sahne

mischen und zum Schinken servieren.

:Stichworte : Braten, Fleisch, Honig, Schinken, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Honig aus dem Schwarzen Wald  
: : Folge 196, vom 28. Juni 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schinken- und Fleischpfannkuchen  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Mehl,  
1/2 l Milch und Wasser, ca.  
3 Eier, evtl. mehr  
1 tb Öl, evtl. mehr  
1/2 tb Salz,  
100 g Schinken oder Fleischreste  
-(sehr fein gehackt), evtl.  
-mehr  
Butter, etwas  
Zitronensaft, etwas  
Petersilie

MMMMM-----zum Backen:-----

50 g Butterfett

Alle Zutaten (mit Ausnahme von Schinken oder Fleischresten) in der angeführten Reihenfolge in eine tiefe Schuessel geben. Dann rasch mit dem Schneebesen mischen und rühren, bis der Teig glatt ist. Er soll nur so dick sein, dass er beim Durchziehen mit dem Schneebesen sofort wieder zusammenfließt. Den Teig, wenn möglich, zum Aufquellen etwas stehen lassen, besonders bei grösseren Portionen (1/2 Stunde oder länger). Vor Gebrauch evtl. noch etwas verduennen. Dem Teig Schinken bzw. Fleischreste beismischen. In einer Pfanne sehr wenig Butterfett erhitzen. Pro Pfannkuchen einen kleinen Schoepfloeffel voll Teig hineingiessen, diesen durch Bewegen der Pfanne duenn und gleichmaessig verlaufen lassen. Sobald der Pfannkuchen unten gelbbraun geworden ist, ihn unter einmaligem Wenden und evtl. Beifuegen von wenig Fett fertig backen. Pfannkuchen, evtl. aufgerollt, mit brauner Butter und wenig Zitronensaft betrauefeln, mit gehackter Petersilie bestreuen.

:Stichworte : Ei, Fleisch, Mehlspeise, Pfannkuchen, Schinken  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 163, vom 19. Januar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schinkennudeln  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Nudeln,  
180 g Schinken,  
1/4 l Sauerrahm, knapp  
2 tb geriebener Emmentaler,  
Salz,  
1 tb Butter, evtl. mehr  
2 tb Weckmehl

Nudeln in Salzwasser kochen und abtropfen lassen. Sie koennen auch vom Vortag sein. Eine Auflaufform abwechselnd mit Nudeln und dem in kleine Stuecke geschnittenen Schinken auslegen. Dazwischen immer wieder etwas Rahm traefeln, auch leicht salzen und Reibkaese einstreuen. Zuoerst soll eine Nudelschicht sein. Auf diese setzt man Butterfloekchen und streut Weckmehl darueber. Hinweis: Die Mengenangaben dieses schwaebischen Rezeptes sind das Minimum der benoetigten Lebensmittel. Vor allem die Anteile von Schinken, Sauerrahm und Butter koennen erhoert werden, ohne dem Wohlgeschmack Abbruch zu tun.

Andere Zubereitungsmoeglichkeit: Alle Zutaten miteinander und mit noch 2 bis 3 Eiern vermischen, dann die Form gut ausbuettern, einfuellen und weiter verfahren wie im Grundrezept.

:Stichworte : Nudel, Schinken, Schwaben  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Groemutter noch wusste  
: : Kochen wie in Schwaben  
: : Folge 136, vom 27. September 1995  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. FeiBt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schinkenwurst  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g mageres Rindfleisch,  
500 g mageres Schweinefleisch,  
500 g frischer Speck,  
100 g Kartoffelmehl,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskatnuss,  
Schweinsdaerme

Das Fleisch durch die feine Scheibe des Fleischwolfes drehen oder beim Metzger fein hacken lassen. Kartoffelmehl mit Wasser anruehren. Alle Zutaten gut miteinander vermischen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Wursttuelle am Fleischwolf befestigen. Ueber die Tuelle den in lauwarmem Wasser eingelegten Darm stuelpen und die Wurstmasse durch den Fleischwolf in den Darm fuellen. Nach Wunsch die Wuerste abbinden und in siedendes Wasser geben. Nach ca. 30 Minuten sind die Wuerste fertig und koennen mit Senf zu Bauernbrot serviert werden.

:Stichworte : Fleisch, Rind, Schwein, Wurst  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Groemutter noch wusste  
: : Die Sendung von der Wurst  
: : Folge 228, vom 30. Januar 2000  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. FeiBt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schmoor-Zander  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Zander,  
1 Ei,  
Salz,  
1 Msp. Paprika,  
Pfeffer,  
Paniermehl,  
Butterfett

MMMMM-----Sauce:-----

300 g geriebener Käse (z.B.  
-Gouda),  
1/2 l Sahne,  
1/4 l Sauerrahm,  
evtl. Milch

Den Fisch in Portionen teilen. Waschen, mit Salz, Paprika und Pfeffer wuerzen, durch das verquirlte Ei ziehen und mit Paniermehl bedecken. In Bratbutter goldgelb anbraten. Den gebratenen Fisch in eine Kasserolle legen und mit dem geriebenen Kaese bestreuen. Sahne und Sauerrahm mischen und darueber geben. Falls die Sauce zu dick ist, etwas Milch unterruehren. Die Kasserolle bei 200 Grad 20 bis 25 Minuten in Backofen schieben.

Als Beilage sind Salzkartoffeln, gruener Salat und ein halbtrockener Moselwein zu empfehlen.

:Stichworte : Fisch, Zander  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus der Küche einer alten Stadt: Trier  
: : Folge 109, vom 25.05.1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schmorbraten  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Rinderschmorbraten,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 Zwiebel,  
1 Karotte,  
Petersilie,  
1 Lorbeerblatt,  
2 Nelken,  
3/4 l Fleischbrühe,  
evtl. Wein,  
Butterfett zum Anbraten,  
1/2 tb Salz,

MMMMM-----zum Backen:-----

50 g Butterfett

In einer Kasserolle Fett erhitzen und das Fleisch mit der Karotte und der mit Nelken besteckten Zwiebel von allen Seiten anbraten. Dann giesst man die Fleischbruehe und das Lorbeerblatt dazu, wuerzt mit Salz und Pfeffer. Die verschlossene Kasserolle wird fuer ca. 2 Stunden in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen gestellt. Wenn das Fleisch gar ist, aus der Fluessigkeit nehmen und auf einem Brett "ruhen" lassen. In der Zwischenzeit Karotte und Zwiebel durch ein Haarsieb in die Sauce geben, damit sie saemig wird, mit Salz, Pfeffer und evtl. Wein abschmecken.

("Kochbuch der Koch- und Haushaltsschulen", G.-Braun-Verlag)

Bratkartoffeln

Am Vortag gekochte Pellkartoffeln schaelen und in messerrueckendicke Scheiben schneiden. In Butterfett fein gehackte Zwiebeln (wer es mag, erhoeht aber den Wohlgeschmack) angehen lassen. Kartoffelscheiben dazu geben, mit Salz, Pfeffer und Majoran wuerzen und von beiden Seiten anbraten.

:Stichworte : Braten, Fleisch, Rind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Braten und Schmoren  
: : Folge 164, vom 02. Februar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schmorfleisch mit jungen Erbsen  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

800 g Schweineschulter,  
200 g enthülste junge Erbsen,  
150 g Zwiebeln,  
1 bn Petersilie,  
500 g neue Kartoffeln,  
60 g Butter,  
Salz,  
Pfeffer

Das Fleisch in kleine Wuerfel schneiden. Die Zwiebeln putzen und fein wuerfeln. Die Petersilie fein hacken. Die neuen Kartoffeln gut abbuersten. Die Zwiebeln in 40 g Butter anbraeunen, das Fleisch dazugeben, salzen und bei starker Hitze unter haeufigem Ruehren und mehrfachem Auffuellen von 100 ml Wasser schmoren. Ist das Fleisch gar, die jungen Erbsen, Petersilie und ein wenig Pfeffer dazugeben und zugedeckt weitere 15 Minuten schmoren.

Kartoffeln kochen. Die gekochten Kartoffeln (mit Schale) in Butter schwenken und Petersilie drueberstreuen.

:Stichworte : Fleisch, Gemüse, Schulter, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Junges Gemüse  
: : Folge 172, vom 25. Mai 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.



Title: Schneckennudeln  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Hefewürfel,  
50 ml Wasser,  
75 g Butter,  
500 g Mehl (Typ 405),  
80 g Zucker,  
1 pn Salz,  
250 ml Milch

MMMMM-----Füllung:-----

100 g Haselnüsse oder Mandeln  
-(gemahlen),  
50 ml Sahne,  
50 g Zucker,  
1 Zitrone, Saft und  
-abgeriebene Schale  
1 Apfel

MMMMM-----für den Guss:-----

100 g Puderzucker,  
2 tb Zitronensaft

Hefewuerfel in Wasser auflösen und 15 Minuten stehen lassen. Butter weich werden lassen. Mehl in eine Schuessel sieben. In die Mitte eine Vertiefung drücken. Die aufgelöste Hefe hineingeben. Mit etwas Mehl zu einem dünnen Brei verrühren. 15 Minuten stehen lassen. Zucker und Salz beifügen. Die weiche Butter mit dem Backhorn oder dem Kochlöffel unter das Mehl arbeiten. Nach und nach zimmerwarme Milch dazugeben. Mit dem Backhorn oder dem Kochlöffel, später mit den Händen zu einem Teig verarbeiten.

Auf einer trockenen Arbeitsfläche mit den Händen gut durchkneten. Zu einer Kugel formen. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 2 Stunden gehen lassen. Teig erneut durchkneten. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche 1 cm dick und möglichst rechteckig auswallen.

Die geriebenen Nüsse mit Sahne, Zucker, Zitronensaft und -schale sowie einem geriebenen Apfel vermischen und auf die Teigplatte streichen. Der Länge nach satt aufrollen und 3 cm dicke Stücke abschneiden. Diese mit etwas Abstand auf ein mit Backpapier belegtes Kuchenblech legen und 30 Minuten gehen lassen.

In dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 25 Minuten backen.

In der Zwischenzeit den Guss herstellen: Puderzucker sieben und mit Zitronensaft mischen. Die noch warmen Schneckennudeln damit bestreichen. Auf einem Gitter auskühlen lassen.

:Stichworte : Gebäck, Hefeteig  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Allerlei aus Hefeteig  
: : Folge 251 vom 11. März 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schneeballen nach Großmutterart  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Eiweiß,  
1 pn Salz,  
1 ts Zitronensaft,  
100 g Zucker,  
1/2 l Milch,  
1/2 Vanilleschote,  
4 Eigelb,  
4 tb Himbeermark

Eiweiss mit Salz und Zitronensaft zu schnittfestem Schnee schlagen, dabei nach und nach 50 g Zucker einrieseln lassen. Solange schlagen, bis der Zucker sich aufgelöst hat.

In einem breiten, flachen Topf reichlich Wasser aufkochen. Von dem Eischnee grosse Kloesse abstechen, auf das Wasser gleiten lassen und in 10 bis 15 Minuten garen, dabei zwei- bis dreimal wenden. Mit einem Schaumlöffel herausheben und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

Die Milch mit der aufgeschnittenen Vanilleschote zum Kochen bringen. Eigelb mit dem restlichen Zucker schaumig schlagen. Vanilleschote entfernen. Milch mit dem Schneebeesen in den Eigelbschaum einrühren, bis eine schaumige Sauce entsteht. Vanillesauce auf Teller giessen, mit dem Himbeermark garnieren und die Schneeballen in die Mitte setzen.

:Stichworte : Baden, Schwarzwald, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie auf dem Vogtsbauernhof  
: : Folge 054 vom 08. Juni 1990  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schnelle Zitrontorte  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Butter,  
180 g Zucker und  
150 g Zucker,  
4 Eier,  
1 Zitrone, abgeriebene Schale  
-von  
1 pn Salz,  
220 g Weißmehl (Typ 405),  
1/2 pk Backpulver,  
2 tb Grieß,  
150 g Puderzucker,  
3 tb Zitronensaft,  
1 Zitrone,  
100 ml Wasser

Elektro-Ofen auf 200 Grad, Umluft-Backofen auf 180 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 4 vorheizen.

Zimmerwarme Butter schaumig rühren. Nach und nach 180 g Zucker begeben sowie Eier, Zitronenschale und Salz. Alles zu einer schaumigen Creme rühren. Mehl und Backpulver ueber den Teig sieben. Gut untermischen.

Eine Springform (26 cm Durchmesser) einölen und mit Grieß bestreuen. Den Teig darauf geben. 30 Minuten im Backofen backen. Der Teig sinkt in der Mitte etwas ein. Puderzucker in eine Schüssel sieben und mit dem Zitronensaft glatt rühren. Auf die noch heiße Torte geben. Mit dem Löffelrücken verstreichen.

Zitrone mit der Schale in 5 mm dicke Rädchen schneiden. 150 g Zucker mit 100 ml Wasser kochen, bis der Zucker sich aufgelöst hat. Die Zitronenscheiben darin 5 Minuten köcheln. Als Dekoration auf die Torte legen.

:Stichworte : Torte, Weihnachten, Zitrone  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was Kathrin und Werner verschenken  
: : Folge 204, vom 06. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schnelles Brot (Brandteig)  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

100 g Butter,  
150 g Wasser,  
1 pn Salz,  
1 Msp Muskatnuss,  
1 Msp. weißer Pfeffer,  
150 g Weizenmehl - Typ 405,  
3 Eier

Butter in Wasser aufkochen, Salz, Muskatnuss und Pfeffer dazugeben. Den Kochtopf vom Feuer nehmen.

In einem Sturz das Mehl hineinschütten. Mit dem Kochlöffel tüchtig rühren. Kochtopf wieder aufs Feuer stellen. Unter ständigem Rühren köcheln, bis eine glatte Masse entsteht, die sich vom Topfboden löst. Topf in den mit kaltem Wasser gefüllten Schüttstein stellen. Die Masse soweit abkühlen lassen, dass sie handwarm ist.

Konventionellen Backofen auf 175 Grad, Umluft-Backofen auf 150 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 3 vorheizen.

Eier nacheinander in den Teig schlagen. Nach jedem Ei gut rühren, aber nicht horizontal, sondern so, wie man Eiweiß unter den Teig hebt. Es soll möglichst viel Luft in den Teig hineingearbeitet werden. Den Teig in Kranzform auf ein eingefettetes Backblech geben. Backofentür nicht öffnen! 60 Minuten backen. Kann tiefgekühlt werden. Haltbar: 4

Wochen. Variante: Anstatt einem Kranz, kleine Kloesschen mit Hilfe von Loeffeln machen und mit viel Abstand auf das Blech setzen.

("Kathrin Rueeggs Brotbackstube", Albert-Mueller-Verlag, Rueschlikon)

:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brot und Brötchen  
: : Folge 142, vom 17. Januar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
:Zusatz : Backzeit:  
: : 25 Minuten

MMMMM

Legende:

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schnippeldes Bohnensuppe

Categories: Vorspeisen, Suppen

Yield: 1 Keine Angabe

1.5 kg Bohnen (in kleine Stücke  
-geschnitten),  
1.5 kg Kartoffeln (in Würfelchen  
-geschnitten),  
1 Karotte (in kleine Stücke  
-geschnitten),  
1 sm Lauchstange (in Ringe  
-geschnitten),  
1 Stück Sellerie (in kleine  
-Würfel geschnitten),  
Petersilie,  
Pfeffer,  
Salz,  
Bohnenkraut,  
etwas Muskat

MMMMM-----zum Binden:-----

50 g Speck (in Würfel  
-geschnitten),  
Mehl

Bohnen, Kartoffeln, Karotte, Lauch, Sellerie und Petersilie in einen Topf geben und mit Wasser auffuellen. Petersilie und Bohnenkraut dazulegen und mit Salz und Pfeffer wuerzen. Kochen bis das Gemuese weich ist.

Zum Binden Speckwuerfelchen auslassen, Mehl darueber streuen und gut miteinander vermischen. Diese "Schwitze" vor dem Servieren in die Suppe ruehren.

:Stichworte : Bohne, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus der Küche einer alten Stadt: Trier  
: : Folge 109, vom 25.05.1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schnitzel Alfredo  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----pro Person:-----  
1 Kalbschnitzel,  
1 sm Aubergine (in dünne  
-Scheiben geschnitten  
1 Tomate (in dünne Scheiben  
-geschnitten),  
Butterfett,  
1 Mozarella-Käse (in Scheiben  
-geschnitten),  
Salz,  
Pfeffer,  
frische Majoranblättchen

Das Schnitzel in Butterfett von beiden Seiten 1 Minute anbraten und in eine Auflaufform legen. Im Bratfett Auberginen- und Tomatenscheiben duedensten. Auf das angebratene Schnitzel geduedenstete Auberginenscheiben, darauf Scheiben von Mozarella und obenauf die geduedensteten Tomatenscheiben legen. Mit den Majoranblaettchen bestreuen und fuer ca. 25 Minuten in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen geben.

:Stichworte : Fleisch, Kalb, Schnitzel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Schnitzel  
: : Folge 242, vom 22. Oktober 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schokoladen-Auflauf mit altbackenem Brot  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Halbweißbrot (in Würfel  
-geschnitten wie für das  
-Fondue),  
400 ml Milch,  
100 g Butter,  
6 Eigelb,  
3 tb Zucker,  
200 g Cremant-Schokolade  
-(zartbittere Schoko  
6 Eiweiß

Das Brot mit heisser Milch uebergiessen. Butter, Eigelb und Zucker schaumig ruehren. Schokolade im Wasserbad schmelzen. Eiweiss zu Schnee schlagen. Butter-Eigelb-Masse mit der Schokolade und Brot mischen. Zum Schluss den Eischnee darunter heben und in eine Auflaufform fuellen. Im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 40 Minuten backen.

:Stichworte : Auflauf, Brot, Schokolade, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Trockenenes Brot  
: : Folge 230 vom 27. Februar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schokoladen-Kuvertüre-(Glasur)  
Categories: Grundlagen, Informationen  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Kuvertüre

Damit der Ueberzug schoen glaenzend wird und nicht grau und streifig, verfaehrt man am besten so: zunaechst zwei Drittel davon im Wasserbad vorsichtig schmelzen lassen. Dann die restliche, in Stuecke gehackte Kuvertuere hinzufuegen und im Wasserbad so lange ruehren bis alles geschmolzen ist. Die Schokolade sollte handwarm auf den Kuchen gestrichen werden (mit Pinsel oder Spachtel). Gleichmaessiger wird der Ueberzug, wenn man den Kuchen mit der Kuvertuere uebergiesst. Dafuer den Kuchen auf einem Rost in eine Auffangschale setzen, damit die heruntertropfende Kuvertuere aufgefangen wird. Den noch feuchten Schokoladenguss nach Belieben z.B. mit Hagelzucker, ganzen oder gehackten Mandeln, Pistazien oder Walnuessen verzieren.

:Stichworte : Glasur, Grundlage, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gugelhupf  
: : Folge 205, vom 20. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schokoladen-Trüffel  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 26 Stück

60 g Butter  
120 g Schokolade  
1 tb Sahne  
2 tb Schokoladenkrumen

Butter schaumig ruehren. Schokolade oder Kuvertuere erwaermen, zu einer glatten Masse verruehren und mit der Sahne unter die Butter geben. Wenn die Masse anfaengt steif zu werden, kleine Kugeln formen und in den Schokoladenkrumen leicht waelzen.

Die Trueffel in kleine Papierkaestchen setzen.

:Stichworte : Baden, Praline  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 162, Linzer Torte  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schokoladencreme  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

200 ml Milch,  
 300 ml Sahne,  
 3 tb Zucker, evtl. mehr  
 1 Vanilleschote,  
 1 1/2 Tafeln Edelbitter-  
 -Schokolade,  
 1 tb Speisestärke,  
 3 tb kalte Milch,  
 7 Eier,  
 3 tb Rum,  
 100 ml Sahne,  
 4 Sauerkirschen

Milch, Sahne, Zucker und die der Laenge nach aufgeschnittene  
 Vanilleschote aufkochen, 5 Minuten koecheln lassen. Dabei staendig  
 ruehren. Beiseite stellen. Vanilleschote auskratzen, Kerne zur Milch  
 geben. Schokolade zerbrechen und im Milch-Rahm-Gemisch schmelzen  
 lassen. Nicht mehr kochen! Speisestaerke in eine Kaffeetasse geben und  
 mit 3 EL kalter Milch zu einem Brei verruehren. Eier trennen (Eiweiss  
 kann anderweitig verwendet werden.) Die Eigelb in einer Schuessel von 1  
 l Inhalt mit dem Schneebeesen glatt ruehren. Nach und nach den  
 Schokoladen-Rahm in das Eigelb-Staerke-Gemisch einruehren. Alles  
 zurueck in den Kochtopf geben. Aufkochen. Unter staendigem Ruehren 2  
 Minuten kochen. Rum beigeben. Nochmals verruehren. In 4 Portionsschalen  
 geben.

Diese ueber Nacht kalt stellen. 100 ml Sahne steif schlagen, mit der  
 Spritztuelle Tupfer auf die Creme spritzen und mit Sauerkirschen  
 belegen.

:Stichworte : Dessert, Festliches, Menü, Schokolade  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Festliches Menü 1997  
 : : Folge 182, vom 23. November 1997  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schokoladentorte  
 Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
 Yield: 1 Keine Angabe

150 g Butter (zimmerwarm),  
 6 Eigelb,  
 300 g Zucker,  
 1 tb Vanillezucker,  
 200 g Edelbitter-Schokolade,  
 250 g gemahlene Haselnüsse,  
 200 ml Rahm,  
 150 g Mehl,  
 1 Briefchen Backpulver,  
 6 Eiweiß,  
 1 pn Salz,  
 100 g Butter,  
 200 g Puderzucker,  
 250 g Milkschokolade,  
 3 tb Wasser,  
 50 g Haselnüsse

Butter mit Eier, Zucker und Vanillezucker schaumig rühren. Schokolade zerbrechen, in ein Schuesselchen legen, 1 Tasse kochendes Wasser druebergiessen. Ohne zu rühren 3 bis 4 Minuten stehen lassen. Wasser abgiessen. Die geschmolzene Schokolade zum Teig geben. Gemahlene Haselnuesse und Rahm druntermischen. Mehl und Backpulver druebersieben. In den Teig einarbeiten. Elektro-Ofen auf 180 Grad, Umluft-Backofen auf 160 Grad, Gas- Ofen auf Stufe 3 bis 4 einschalten. Eiweiss mit 1 Prise Salz steif schlagen. Unter den Teig heben. In eine gut eingefettete Springform (24 cm) einfuellen. 1 Stunde backen. Ofen waehrend der ersten 30 Minuten nicht oeffnen. Torte auf ein Gitter stuerzen, auskuehlen lassen.

Fuer den Guss:

Butter mit Puderzucker schaumig rühren. Milkschokolade zerbrechen und im Wasserbad schmelzen. Zum Butterzuckergemisch geben. Die Torte mit einem heissen Spachtel damit bestreichen. Aus dem verbleibenden Rest des Gusses 1 TL grosse Stuecke abstechen, zu Kugeln drehen, in gemahlene Haselnuesse waelzen und als Dekoration auf den Kuchen legen.

("Kathrin Rueeggs Lieblings-Kuchen", Mueller-Rueschlikon-Verlag)

:Stichworte : Schokolade, Torte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Torten und Pralinen  
: : Folge 167, vom 16. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schwäbische Wurst im Glas  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g mageres Schweinefleisch  
-(aus der Schulter),  
250 g frischer Speck,  
1/2 ts Zucker,  
2 Knoblauchzehen,  
1/2 tb Kümmel,  
2 tb Weisswein,  
1 tb Salz,  
1/2 tb schwarzer Pfeffer,  
Einmachgläser  
-(Fassungsvermö

Alle Zutaten gut mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und in die sauberen Glaeser fuellen (nur 3/4 des Glases fuellen, da die Wurstmasse quillt). Die Glaeser im Wasserbad fuer ca. 60 Minuten in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen stellen.

Nach dem Abkuehlen sowie einige Tage danach nochmals den festen Sitz der Deckel ueberpruefen und eventl. erneut sterilisieren.

:Stichworte : Wurst  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Die Sendung von der Wurst  
: : Folge 228, vom 30. Januar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer



MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schwäbischer Hefeteig

Categories: Grundlagen, Informationen

Yield: 2 Kuchenbleche

400 g Mehl (Weizenmehl, Typ 405  
-oder 1050),  
1/2 Würfel Hefe,  
4 tb Schweinefett oder frische  
-Butter,  
1 ts Salz,  
1 Ei,  
1/2 l Milch, ca.

Das Mehl in eine Schuessel sieben, in der Mitte eine Vertiefung machen.  
Die Hefe mit 2 EL Milch auflösen, in die Mehlmulde geben, etwas Mehl  
dazurühren. 1/4 Stunde stehen lassen. Die restlichen Teigzutaten nach  
und nach dazukneten (Milch nur portionsweise, eventuell ist nicht die  
ganze Menge erforderlich). Es muss schliesslich ein elastischer Teig  
entstehen. Diesen zu einer Kugel formen, teilen, auf die gefetteten  
Kuchenbleche legen, flach drücken, 1 Stunde gehen lassen. Dann  
nochmals ins Blech pressen, den Rand hoch ziehen.

(jeweils fuer zwei Kuchenbleche bzw. Springformen mit je 30 cm  
Durchmesser berechnet)

:Stichworte : Grundlage, Hefeteig, Kuchen, Teig  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pikante Kuchen im Herbst  
: : Folge 178, vom 28. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schwartenmagen nach Schwarzwälder "Arme-Leute-Art"

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 1 Keine Angabe

250 g bis 500 g Schwarte  
von geräuchertem Speck,  
-Schinken, Schäufole o.ä.  
100 g Speck,  
1 Karotte,  
1 Lauch,  
1 Zwiebel,  
1 Stück Sellerie,  
1 bn Petersilie,  
1 Nelke,  
1 Lorbeerblatt,  
Salz,  
Pfeffer

Alle Zutaten - ausser Salz und Pfeffer - zwei bis drei Stunden sanft kochen bis die Schwarte weich ist. Die Schwarte und das Gemuese in kleine Stuecke schneiden und zurueck in die inzwischen eingekochte Bruehe geben. Das Ganze nochmals heiss werden lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, in eine Form giessen und kalt stellen. Wenn der Schwartenmagen erkaltet ist, stuerzen und zusammen mit einem Stueck Bauernbrot oder Bratkartoffeln und einem Glas Bier oder Most servieren.

:Stichworte : Wurst  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Die Sendung von der Wurst  
: : Folge 228, vom 30. Januar 2000  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:  
bn: Bd.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schwarzbrottorte von Frau Luis Vogel  
Categories: Kuchen, Gebaek, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

3/4 Pfund Zucker,  
12 Eier,  
Zitronat,  
Zimtpulver,  
Nelkenpulver,  
1 Zitrone,  
2 tb geriebene Schokolade,  
3 tb gestoenes trockenes  
-Schwarzbrot,  
etwas alter Weisswein,  
etwas Kirschwasser,  
3/4 Pfund gemahlene Mandeln

Zucker wird mit den Eigelb eine halbe Stunde geruehrt. Dann kommt Zitronat, Zimt- und Nelkenpulver, der Saft einer Zitrone und die geriebene Schokolade hinzu. Ausserdem das gedoerrte, gestossene Schwarzbrot, das mit Wein und Kirschwasser recht angefeuchtet worden ist. Wenn die Masse gut verruehrt ist, kommen die gemahlene Mandeln hinzu. Der Schnee der 12 Eier wird vorsichtig untergehoben. Das Ganze wird in eine Form gefuellt und in maessiger Hitze gebacken.

:Stichworte : Baden, Brot, Neuenburg, Schwarzbrot, Torte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Aus dem Kochbuch der Hirschenwirtin  
: : Folge 116, vom 12. Oktober 1994 und  
: : Folge 117, vom 26. Oktober 1994  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schwarzgesprenkelte Nudeln  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----fuer den Grund-Teig siehe:-----

Festtagsnudeln oder  
Hartweizengrießnudeln oder  
Vollkornnudeln

MMMMM-----sowie:-----  
2 tb Mohnsamen

Gewuenschten Grund-Teig wie jeweils beschrieben herstellen. 2 El  
Mohnsamen mit den Zutaten des Grundrezeptes gut verkneten.

:Stichworte : Grundlage, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 213, Die Sendung von den Nudeln  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schwarzwälder Kirschenauflauf  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

100 g entsteinte Sauerkirschen,  
75 g Zucker,  
1 Schnapsglas Kirschwasser,  
50 g Butter,  
40 g Mehl,  
1/4 l Milch,  
3 Eigelb,  
3 Eiweiß,  
etwas Butter  
etwas Zucker

Zuerst laesst man die Sauerkirschen in einer kleinen Schuessel mit 25 g  
Zucker und dem Kirschwasser ziehen. Dann laesst man 50 g Butter in  
einem Toepfchen zergehen, gibt das Mehl hinzu, vermischt beides  
sorgfaeltig und stellt es beiseite.

In einem anderen Topf kocht man die Milch mit 50 g Zucker und verruehrt  
sie nach einer kurzen Abkuehlpause mit der Mehlbutter, bis die Masse  
ganz leicht anzieht. Dann gibt man die Eigelb hinzu und vermengt das  
Ganze.

Die Eiweiss zu Schnee schlagen und mit den Kirschen unter die Masse  
ziehen. Die fertige Masse wird in eine ausgebutterte und ausgezuckerte  
feuerfeste Auflaufform von ca. 1 Liter Inhalt gegeben.

Im Ofen bei mittlerer Hitze - ca. 180 Grad - ungefaehr 25 Minuten  
backen.

(G. Richter: Kulinarische Streifzuege durch Baden, Sigloch Edition)

:Stichworte : Auflauf, Baden, Kirsche, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Breisgau  
: : Folge 133, vom 5. Juli 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schwarzwälder Kirschtorte

Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen

Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Für den Teig:-----

4 Eier  
4 tb warmes Wasser  
175 g Zucker  
1 pk Vanillezucker  
100 g Mehl  
100 g Kartoffelmehl  
3 ts Backpulver  
3 tb Schokoladenpulver

MMMMM-----Für die Füllung:-----

1 pk entsteinte Sauerkirschen  
-(etwa 450 g Einwaage) ode  
500 g gekochte, entsteinte  
-Sauerkirschen  
1 Zimtstange  
1 Msp. Nelkenpulver  
2 Blatt Gelatine  
1 l süsse Sahne  
2 pk Sahnesteif  
4 tb Kirschwasser  
1 pk Vanillezucker  
Blockschokolade

Fuer den Teig: Eier trennen, Eigelbe mit dem Wasser schaumig ruehren, 2/3 des Zuckers sowie den Vanillezucker zugeben und cremig ruehren. Die Eiweiss zu festem Schnee schlagen, dabei nach und nach den restlichen Zucker dazuruehren. Den Eischnee unter die Eigelbmasse heben. Mehl mit Kartoffelmehl, Backpulver und Schokoladenpulver mischen und ebenfalls zu der Masse geben.

Boden einer Springform mit Backpapier belegen und Teig einfuellen. Backofen auf ca. 180 Grad vorheizen und 20 bis 30 Minuten backen. Wenn der Biskuit erkaltet ist, mit einem Faden zweimal horizontal in drei gleich dicke Scheiben schneiden.

Fuer die Fuellung: Saft der Kirschen mit Nelkenpulver und der Zimtstange erhitzen, mit Gelatine nach Packungsvorschrift etwas eindicken. Untere Biskuitscheibe mit Kirschwasser betrauefeln und die Haelfte der Kirschcreme darauf streichen. Eine dichte Lage Kirschen darueber geben.

Sahne schlagen und mit Sahnesteif festigen. Etwa 1/4 der Sahne ueber die Kirschen streichen. Darauf die mittlere Biskuitscheibe legen. Diese ebenfalls mit Kirschwasser betrauefeln, mit Kirschcreme bestreichen, mit Kirschen belegen und mit einem weiteren Viertel der Sahne bedecken. Darueber die obere Biskuitscheibe legen, die ebenfalls mit Kirschwasser betrauefelt wird. Mit der verbleibenden Haelfte der Sahne den ganzen Kuchen rundherum bestreichen. Einen kleinen Rest in eine Spritztuete geben und die Torte damit verzieren. Mit den restlichen Kirschen die Tortenstuecke markieren. Zum Schluss Blockschokolade ueber die Torte raspeln.

:Stichworte : Baden, Torte  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 162, Linzer Torte  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.

pk: Pkg.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schwarzwurzeln  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

3 Pfund Schwarzwurzeln,  
60 g Butter,  
75 g Mehl,  
3/4 l Fleisch- oder Knochenbrühe,  
1 tb Salz

Beim Einkauf achte man darauf, dass die im Innern der Buendel steckenden Schwarzwurzeln ebenfalls lang und nicht holzig sind. Die einjaehrigen Schwarzwurzeln schmecken feiner als die grossen zweijaehrigen; dagegen sind letztere ausgiebiger und leichter und rascher zu putzen. Die Schwarzwurzeln werden gewaschen, wenn noetig gebuerstet. Mit 2 EL Mehl, 2 EL Essig und dem noetigen Wasser ruehrt man ein Teigchen an und gibt dieses in eine Schuessel mit kaltem Wasser. Nun schabt man die Schwarzwurzeln stueckweise, schneidet sie in 1/2 fingerlange Streifchen, welche je nach der Dicke 1-2 mal der Laenge nach geteilt werden, und legt sie, um das Schwarzwerden zu verhueten, bis zum Kochen in das vorgerichtete Essigwasser. In einer gut glasierten Kasserolle daempft man in der heissen Butter das Mehl hellgelb, loescht mit der Bruehe ab und gibt nach dem Aufkochen die abgeschwenkten Schwarzwurzeln zu. Die Schwarzwurzeln sind in ca. 20 Minuten gar. Nach Belieben kann man die Schwarzwurzeln beim Anrichten mit Ei und Rahm abruehren.

(Wundt, Rothmund, Kuenzler: Kochbuch der Koch- und Haushaltungsschulen, G.Braun-Verlag)

:Stichworte : Beilage, Gemüse, Kinzigtal, Schwarzwurzel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kinzigtal I  
: : Folge 163, vom 08. Februar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schwedische Gabelbissen  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

3 Salzheringe,  
1 c Estragonessig,  
2 Lorbeerblätter,  
2 Zwiebeln, evtl. mehr  
1 Hand voll Wacholderbeeren,  
10 Pfefferkörner,  
10 Pimentkörner,  
1 tb Zucker, evtl. mehr  
Dill,  
Petersilie,  
Essiggürkchen

Die Salzheringe werden 2 Tage bei mehrmaligem Wasserwechsel gewaessert,

dann gehaetet, entgraetet, filetiert, in daumenbreite Streifen geschnitten und in eine flache Glasschale geschichtet. Essig mit Zucker, Lorbeerblaettern und Zwiebelringen sowie den zerquetschten Wacholderbeeren, mit den Pfeffer- und Pimentkoernern einmal aufkochen lassen. Sobald dieser Sud abgekuehlt ist, ueber die Fische giessen. Die Gabelbissen muessen damit bedeckt sein und kuehl mindestens ueber Nacht ziehen. Dann werden sie aus der Marinade genommen und mit Sauerrahm uebergossen. Fein gehackten Dill, Petersilie und Essigguerckchen untermischen.

:Stichworte : Fisch, Gewürz, Hering  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gewürz I  
: : Folge 191, vom 05. April 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schweinebauch mit Spinatfüllung  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

800 g Schweinebauch,  
600 g Spinat,  
600 g neue Kartoffeln,  
4 Knoblauchzehen,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 bn Petersilie,  
40 g Butter,  
1 tb Butterfett

Den Spinat putzen, mehrmals in reichlich Wasser waschen, mit Salzwasser ueberbruehen, abtropfen lassen und ausdruecken. Anschliessend in 20 g zerlassener Butter schwenken und mit Salz, Pfeffer und dem zerdrueckten Knoblauch wuerzen. Das Bauchfleisch an der Laengsseite mit einem scharfen Messer taschenfoermig einschneiden und die Oeffnung mit den Fingern vorsichtig erweitern.

Das Bauchfleisch mit den vorbereiteten Spinatblaettern fuellen, mit Rouladennadeln verschliessen, salzen und in eine mit Butterfett ausgefettete Kasserolle legen. In den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen fuer ca. 1 Stunde braten, zwischendurch wiederholt mit Bratfett begiessen (kein Wasser dazugeben). Die jungen Kartoffeln gut abbuersten und dann kochen Die gekochten Kartoffeln (mit Schale) in Butter schwenken und mit Petersilie bestreuen.

:Stichworte : Fleisch, Gemüse, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Junges Gemüse  
: : Folge 172, vom 25. Mai 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schweinebauchroulade  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g frischer Schweinebauch,  
Salz,  
Pfeffer,  
Senf,  
1 Zwiebel,  
100 g Sauerkraut,  
Butterfett,  
Sauerrahm,  
Mehl

Schweinebauch in 1 bis 2 cm dicke Scheiben schneiden und gut klopfen. Die Scheiben mit Salz und Pfeffer bestreuen und mit Senf bestreichen. Die Zwiebel schaelen und in Ringe schneiden, das Sauerkraut auseinander zupfen und mit den Zwiebelringen auf die Bauchfleischscheiben legen, diese aufrollen, in Fett anbraten, mit Wasser auffuellen und in 30 bis 45 Minuten gar duensten. Die Sosse mit in Sauerrahm angeruehrtem Mehl binden.

(Sophie Lange: Alt-Eifler Kueche, Helios-Verlag)  
:Stichworte : Eifel, Fleisch, Roulade, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Eifel I  
: : Folge 121, vom 11. Januar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schweinebraten als Krone  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 8 Personen

2 kg Schweinskarree,  
Salz,  
Pfeffer,  
125 g Schweinefett,  
1/4 l dunkles Bockbier,  
50 g Knoblauchpaste,  
2 tb Paprika,  
2 tb Weißwurstsenf,  
2 ts Majoran,  
3 Zwiebeln,  
2 Karotten,  
1/2 Lauchstange,  
150 g Sellerie

Von einem ganzen Schweinskarree (Kotelett-Teil, Karbonade, Rippenspeer) schneidet man den Fettstrang weg, so dass die Rippenknochen etwa in der Laenge eines Fingergliedes aus dem Fleisch stehen. Man entfernt die sehnigen und heutigen Teile zwischen den herausragenden Stiften und schaelt diese ganz sauber und blank. Dann umwickelt man sie mit Alu-Folie, damit sie beim Braten schoen weiss bleiben. Nun drueckt man das laengliche Fleischstueck, so weit es moeglich ist, zusammen (Rippenseite nach aussen), so dass die Form einer Krone entsteht. Sie wird mit einem Bindfaden gut zusammengehalten.

Jetzt wird das Fleisch ringsum gesalzen und gepfeffert und dann mit

einer Marinade eingepinselt, die man sich aus dunklem Bockbier, Knoblauchpaste (oder aus 6 in Salz und Oel zerquetschten Knoblauchzehen), edelsuessem Paprika und Majoran zusammengeruehrt hat. Dann setzt man die Krone zu zerlassenem Schweinefett in ein entsprechend grosses Bratgefaess und gibt dieses in das auf 230 Grad vorgeheizte Rohr.

Die eineinhalbstuendige Bratzeit bei geschlossenem Deckel wird gelegentlich unterbrochen durch das Bepinseln des Fleisches mit der Marinade, bis diese verbraucht ist.

Falls es notwendig erscheint, giesst man auch mit etwas heissem Wasser seitwaerts auf. Nach 90 Minuten im Rohr kommt das grobgeschnittene Roestgemuese in die Reine. Sobald es nach etwa zehn Minuten gut Farbe genommen hat, giesst man mit einem Liter heissem Wasser auf und braet das Gericht nicht mehr zugedeckt noch einmal eine halbe Stunde in der Roehre fertig. Es gilt in der "Heckenwirtschaft zu Margetshoecheim" in Mainfranken als Kroenung der Kochkunst.

:Stichworte : Bayern, Braten, Fleisch, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Oberbayern  
: : Folge 074, vom 11. September 1992  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schweinebraten mit Orangen  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

10 reife, süße Orangen,  
1 Zwiebel (fein gehackt),  
1 Knoblauchzehe (gepresst),  
Olivenöl,  
1 tb Butterschmalz,  
1 rote Pfefferschote  
-(Peperoncini),  
Salz,  
Zucker,  
1.5 kg entbeinter Schweinerücken,  
Thymianpulver,  
Rosmarin,  
Pfefferminze,  
Cayennepfeffer,  
30 g Butter,  
60 g Oliven,  
1 Gläschen Rum,  
250 g Reis

Zuerst die Sauce kochen, die mit dem Braten serviert wird, aber auch dazu dient, den Braten zu begiessen: Zwiebel und Knoblauch in Oel und Butterschmalz anduensten. Nach ein paar Minuten, die klein geschnittene Pfefferschote dazugeben, ebenso die abgeriebene Schale einer Orange und den Saft von Orangen. Zum Schluss Salz und Zucker beifuegen und koecheln lassen.

Den Schweineruecken mit einer Mischung von Salz, Thymianpulver, fein



gehackten Rosmarinnadeln, fein gehackten Pfefferminzblaettern und ein wenig Cayennepfeffer einreiben. Den gewuerzten Ruecken unter den vorgeheizten Grill legen. Die Sauce in die Saftpfanne des Grills geben und waehrend des ganzen Grillvorgangs das Fleisch damit einpinseln. Wenn notwendig, weiteren Orangensaft beifuegen. Wenn das Fleisch weich ist (Nadelprobe), wird es in fingerdicke Scheiben geschnitten und auf einer Platte angerichtet. Mit Orangenscheiben und Oliven garnieren, mit der Sauce uebergiessen, die mit etwas Orangensaft und Rum noch verfeinert wird.

Dieses exquisite Gericht wird mit gekochtem Reis als Beilage serviert.

:Stichworte : Braten, Fleisch, Orange, Schwein, Thymian  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Thymian  
: : Folge 258, vom 15. Juli 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schweinebraten mit Schwarte  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 1/2 kg Schweinebraten mit Schwarte,  
Salz,  
Pfeffer,  
ganze Nelken,  
Öl zum Braten

Schwarte rhombenartig einschneiden und auf jede Rhombe eine Nelke stecken. Das Fleisch salzen und pfeffern, was nur beim Schweinefleisch vor dem Braten geschehen darf. Rindsbraten wuerde dadurch zaeh werden. In einer Kasserolle Fett heiss werden lassen und den Schweinebraten bei mittlerer Hitze von allen Seiten anbraten. Dabei immer wieder mit dem heissen Fett uebergiessen. Sollte das Fett zu heiss werden, so dass man einen brenzlichen Geschmack der Sauce befuerchtet, so kann man eine kleine Tasse kochendes Wasser hinzufuegen. Nach ca. 1 bis 1 1/2 Stunden ist der Braten gar. Man nimmt ihn heraus und stellt ihn warm. Den Bratenansatz vom Topf loesen, mit Fleischbruehe oder Wein nochmals aufkochen. Wenn man die Sauce saemiger haben moechte, gibt man etwas Mehlbutter hinein und laesst nochmals aufkochen.

(H.Davidis: "Praktisches Kochbuch", Schreitersche Verlagsbuchhandlung)

:Stichworte : Braten, Fleisch, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Braten und Schmoren  
: : Folge 164, vom 02. Februar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schweinebraten nach Wildart  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

750 g Schweinebraten,

Salz,  
Pfeffer,  
Knoblauch,  
einige Wacholderbeeren

MMMMM-----Beize:-----

3/4 l Buttermilch,  
1 Tomate,  
1 Karotte,  
Thymian,  
Majoran,  
Kerbel

MMMMM-----Zum Schmoren:-----

Butterfett,  
1 Zwiebel,  
1 Karotte,  
1 Tomate,  
etwas Fleischbrühe,  
1/8 l Sauerrahm,  
etwas Mehl

Schweinebraten mit Salz, Pfeffer, Knoblauch und den zerdrueckten Wacholderbeeren einreiben und in eine tiefe Form legen.

Im Mixer Tomate, Karotte und die Gewuerze fuer die Beize zerkleinern, mit der Buttermilch mischen und ueber das Fleisch geben.

Das Fleisch sollte drei Tage in dieser Beize liegen, wobei das Fleisch taeglich gewendet werden sollte.

Das Fleisch wird dann herausgenommen, abgetrocknet und mit Mehl bestaeubt.

In einer Kasserolle das Butterfett erhitzen, das Fleisch zusammen mit der Zwiebel und der Karotte rundherum anbraten und die Tomate dazugeben.

Mit Fleischbruehe abloeschen und ca. 1 1/2 Stunden entweder im Topf bei geschlossenem Deckel oder im Backofen bei 200 Grad braten.

Vor dem Servieren wird die Sosse mit Salz und Pfeffer abgeschmeckt und mit Sauerrahm verfeinert.

:Stichworte : Fleisch, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Hotzenwald  
: : Folge 138, vom 11. Oktober 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schweinefilet mit Honigäpfeln  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Schweinefilet,  
1/2 pk Olivenöl,  
Salz,  
Pfeffer,  
750 g säuerliche Äpfel,  
1 tb Honig,  
250 ml herber Weißwein,  
4 tb Wasser,

Fleischextrakt,  
1 tb Butter

Filet salzen, pfeffern und in Oel von allen Seiten knusprig braun anbraten.

Die geschaelten Aepfel in feine Scheiben schneiden. Honig und Wein erwaermen und Aepfel dazugeben. Einige Minuten koecheln lassen. Daraus ein Bett in einer warmen Schuessel bereiten. Das gebratene Filet in Scheiben schneiden. Diese zusammenschieben und auf die Aepfel setzen. Schuessel warm stellen. Bratentopf mit dem Fleischfond wieder auf die Platte geben und den Fond mit Wasser auflösen. Eventuell Fleischextrakt dazugeben und aufkochen lassen. Butter darin auflösen und ueber das Fleisch geben.

:Stichworte : Apfel, Filet, Fleisch, Honig, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Honig aus dem Schwarzen Wald  
: : Folge 196, vom 28. Juni 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schweinefilet mit Schweineleber (Rosticciata)  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Schweinefilet  
250 g Schweineleber  
4 Zwiebeln  
1 tb Butter  
4 tb Olivenöl  
1 pk Rotwein  
etwas Fleischbrühe  
Salz  
Pfeffer

Die kleingehackten Zwiebeln in Olivenoel daempfen, nicht braun werden lassen. In einer anderen Pfanne das in kleine Stuecke geschnittene Filet in Butter anbraten. Salzen und pfeffern und mit Rotwein abloeschen. Koecheln lassen, bis der Wein verdampft ist. Dann die gedaempften Zwiebeln dazugeben Mit etwas Fleischbruehe auf niedriger Flamme etwa 20 Minuten koecheln.

In einer anderen Pfanne die in Streifen geschnittene Leber in etwas Oel wenige Minuten anbraten und zum Filet geben.

:Stichworte : Filet, Fleisch, Italien, Schwein, Veltlin  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 210, Kochen wie im Veltlin  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schweinefleischpastete  
Categories: Pasteten, Terrinen

Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Für den Teig:-----

250 g Mehl,  
1 Ei,  
2 tb Wasser,  
1/2 ts Salz,  
125 g Butter

MMMMM-----Für die Füllung:-----

2 Brötchen,  
400 g Schweineschulter,  
2 tb Butterfett,  
Salz,  
2 Zwiebeln,  
100 g fetter Speck,  
2 tb geschälte Pistazien,  
3 Wacholderbeeren,  
1 Knoblauchzehe,  
850 g Schweinehackfleisch,  
1 ts schwarzer Pfeffer,  
2 ts edelsüßes Paprikapulver,  
1 ts getrockneter Majoran,  
2 Eier,  
4 tb trockener Sherry

MMMMM-----Zum Bestreichen:-----

1 Eiweiß  
1 Eigelb

Das Mehl auf eine Arbeitsflaeche geben. In die Mitte eine Mulde druecken, das Ei, das kalte Wasser und das Salz hineingeben. Die Butter in Floeckchen auf das Mehl verteilen. Alles zu einem glatten Teig kneten. Zugedeckt im Kuehlschrank ruhen lassen. Die Broetchen in Wasser einweichen. Das Schweinefleisch wuerfeln, im Butterfett kurz anbraten, leicht salzen und beiseite stellen. Die Zwiebeln schaelen und fein hacken. Den Speck klein wuerfeln. Die Pistazien grob hacken, die Wacholderbeeren und die geschaelte Knoblauchzehe zerdruecken. Die Broetchen gut ausdruecken. Das Hackfleisch mit den vorbereiteten Zutaten, den uebrigen Gewuerzen, 2 EL Salz, den Eiern und dem Sherry gut vermengen. Den Backofen auf 220 Grad vorheizen. Den Teig 1/2 cm dick ausrollen, die Pastetenform mit zwei Drittel des Teiges auslegen und den ueberhaengenden Teig am Rand abschneiden. Den Fleischteig einfuellen.

Vom Rest des Teiges einen Deckel in Groesse der Form ausschneiden und in der Mitte ein Loch ausstechen, damit beim Backen der Dampf entweichen kann. Den Teigdeckel auf die Pastete legen, den Rand mit Eiweiss bestreichen und auf den Teigdeckel kleben. Die Oberflaeche mit verquirltem Eigelb bepinseln. Die Pastete auf der untersten Schiene des Ofens in der mit Wasser gefuellten Fettpfanne 2 Stunden backen.

:Stichworte : Fleisch, Pastete, Schwein, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 161, Weihnachtsgeschenke aus der Küche  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schweinekotelettes mit Gorgonzola überbacken

Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Schweinekotelettes,  
4 sl Gorgonzola dolce (mild)  
-oder Fontina,  
Salz,  
Pfeffer

Das Fleisch mit wenig Salz und Pfeffer wuerzen und von beiden Seiten in Butterfett anbraten. In eine ausgebutterte Gratinform nebeneinander legen. Auf jedes Kotelette eine Scheibe Gorgonzola geben. Das Ganze fuer ca. 15 Minuten in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen geben.

:Stichworte : Fleisch, Gratinieren, Kotelett, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gratinieren  
: : Folge 165, vom 16. Februar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schweinenacken mit Aprikosen in Biersauce  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g getrocknete Aprikosen,  
1 l helles Bier,  
800 g Schweinenacken  
2 tb Öl,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 lg Zwiebel,  
100 g durchwachsener Speck,  
1 tb Paprika,  
250 g Karotten,  
1 ts Thymian

Aprikosen mit 1/2 l Bier begiessen, ueber Nacht im Kuehlschrank quellen lassen. Fleisch in Gulaschstuecke schneiden, portionsweise im Oel anbraten, salzen, pfeffern und mit der gehackten Zwiebel vermischen.

In einer Pfanne Speck ausbraten und zum Fleisch geben. Den Bratfond mit etwas Wasser auflösen, ueber das Fleisch giessen und eine 1/2 Stunde koecheln lassen.

Die geschaelten, in Raedchen geschnittenen Karotten, Paprika und Thymian begeben. Ebenfalls das "Einweichbier" sowie den zweiten halben Liter Bier. Alles eine weitere 1/4 Stunde kochen lassen. Dann die Aprikosen begeben und noch mal eine 1/4 Stunde kochen lassen.

Abschmecken, eventl. 1 Prise Zucker begeben.

:Stichworte : Aprikose, Bier, Fleisch, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Bier  
: : Folge 060, vom 12. April 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schweinepfeffer  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Schweinefleisch (Kamm oder  
-Bug)

MMMMM-----Zur Beize:-----

100 ml Essig,  
1/4 l Wein,  
1/2 l Wasser,  
Zitronenscheiben,  
1 mit 4 Nelken besteckte  
-Zwiebel,  
4 Pfefferkörner,  
1 Lorbeerblatt,  
1 Sträußchen Suppengrün,  
1 tb Salz

MMMMM-----Zum Beiguß:-----

100 ml Schweineblut,  
30 g braungeröstetes Mehl  
(anstelle von Blut kann man  
-auch ca.  
100 g zartbittere Schokolade,  
-fein gerieben, verwenden

Das Fleisch klopfen, waschen und in dicke handflaechengrosse Stuecke schneiden. Diese 24 Stunden in die Beize legen.

Das Fleisch wird dann ca. 1 Stunde in der Beize gekocht, Blut oder geriebene Schokolade mit dem angeruehrten Mehl in den Sud ruehren und nochmals ca. 20 Minuten weiter daempfen. Kartoffelkloesse schmecken gut dazu.

:Stichworte : Baden, Fleisch, Neuenburg, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus dem Kochbuch der Hirschenwirtin  
: : Folge 116, vom 12. Oktober 1994 und  
: : Folge 117, vom 26. Oktober 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schweinsfilet an Gorgonzolasauce  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Schweinsfilet (ca. 500 g),  
Pfeffer,  
4 tb Olivenöl,  
1 tb Cognac,

Salz,  
150 g Gorgonzola-Käse,  
6 tb Sahne

Schweinsfilet in ca. 2 1/2 cm dicke Scheiben schneiden. Diese etwas flach druecken, mit Pfeffer bestreuen. Eine Marinade aus 3 EL Olivenoel und 1 EL Cognac bereiten. Die Fleischscheiben darin einlegen, wenden und 1 Stunde kuehl stellen. Das restliche Olivenoel in einer Pfanne erhitzen, die Fleischscheiben darin anbraten bis Saft austritt, mit Salz wuerzen und die Fleischstuecke drehen. Wenn beide Seiten gebraten sind, die Fleischstuecke in eine eingefettete Auflaufform legen. Gorgonzola-Kaese mit der Gabel zerdruecken und mit der Sahne gut vermengen. Diese Sauce ueber das Fleisch verteilen und in dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen ueberbacken, bis der Kaese hellbraune Blasen wirft (knapp 10 Minuten).

:Stichworte : Filet, Fleisch, Käse, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Käse - nicht nur aufs Butterbrot  
: : Folge 199, vom 27. September 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schweinshaxe vergoldet  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

2 Schweinshaxen,  
120 g in Scheiben geschnittener  
-Frühstücksspeck,  
4 Knoblauchzehen,  
4 Rosmarinzweige,  
4 Lorbeerblätter,  
4 Salbeiblätter,  
2 tb Butterfett,  
1 Zwiebel,  
2 Gläser Weißwein,  
Salz,  
Pfeffer

Die Schweinshaxen auf den Tisch legen. Die Kraeuterzweige und die ganzen Knoblauchzehen darauf verteilen. In die Speckscheiben einwickeln, mit einem Bindfaden fixieren. Die Butter schmelzen, die Fleischstuecke hineinlegen, ringsum anbraten. Die Zwiebel, in Ringe geschnitten, begeben, mit dem Wein abloeschen. Salzen, pfeffern. Zugedeckt in einer Kasserolle 2 Stunden schmoren lassen. Eventuell noch etwas heisses Wasser zufuegen. Die Haxen auspacken, anrichten, mit dem Bratensaft begiessen. Nochmals 10 Minuten ueberbacken.

(Bei der fetten Schweinshaxe ist es wichtig, dem Koerper bei der Verdauung zu helfen. Das tun Rosmarin und Salbei.

Beide staerken den Magen und den Verdauungstrakt. Rosmarin regt darueber hinaus auch den fuer die Fettverdauung wichtigen Gallenfluss an. Salbei foerdert die Entschlackung. Beide sind wirksam gegen Gicht und Rheuma, die durch den Schweinefleischgenuss mitbewirkt werden. Damit ist die Liste der therapeutischen Wirkungen von Rosmarin und Salbei aber nicht erschoept!)

:Stichworte : Fleisch, Haxe, Kräuter, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Kräuter und Gesundheit  
: : Folge 171, vom 11. Mai 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schweinskarree mit Mangold  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

600 g Schweinskarree,  
100 g Spickspeck (in Streifen),  
1/2 Zwiebel,  
1 Stange Bleichsellerie,  
1 pk Rotwein,  
50 g Pancetta oder Schwarzwälder  
-Speck (fein geschnitten),  
1/2 kg Tomaten (enthäutet),  
10 Nelken,  
600 g Mangold,  
1 ts getrockneter Rosmarin,  
1 ts getrockneter Salbei,  
1 bn Petersilie,  
1 Knoblauchzehe,  
Öl,  
Butter,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 l Fleischbrühe

Das Schweinskarree mit Speck spicken und mit Nelken bestecken. Die Innenseite mit Rosmarin und Salbei einreiben, salzen und pfeffern. Dann das Fleisch zusammenrollen und mit einer Schnur fixieren.

Zwiebel, Sellerie und Petersilie hacken und in halb Oel, halb Butter daempfen. Das Fleisch darauf legen und mit einem Glas Rotwein uebergiessen. Wenn der Wein eingekocht ist, von Zeit zu Zeit mit Fleischbruehe uebergiessen, wieder einkochen lassen und wieder uebergiessen bis das Fleisch gar ist (ca. 35 bis 40 Minuten).

In einer Kasserolle Oel erhitzen, Knoblauch, Pancetta und Tomaten daempfen, etwas Wasser beifuegen und zu einer konzentrierten Tomatensauce einkochen.

Die einzelnen Mangoldstangen halbieren, im kochenden Salzwasser ca. 15 Minuten blanchieren, abgiessen und zu der Sauce geben.

Das gegarte Fleisch auf einem Brett "ruhen" lassen, dann in Scheiben schneiden und zu dem Gemuese geben. Alles zusammen anrichten.

:Stichworte : Fleisch, Mangold, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Spinat und Mangold  
: : Folge 235 vom 21. Mai 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:



bn: Bd.  
pk: Pkg.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schweinskotelett mit Äpfeln  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 tb Olivenöl  
1 tb Butter  
4 Koteletts  
Salz  
Pfeffer  
800 g Äpfel  
1 tb Zitronensaft  
1 Schnapsglas Brandy  
2 Zweige Rosmarin

Oel und Butter erhitzen. Koteletts salzen, pfeffern und mit Rosmarin zusammen anbraten.

In eine Auflaufform legen. Das Bratfett darueber giessen. Mit den Apfelscheiben, die man mit dem Zitronensaft betrauefelt hat, bestreuen.

Den Brandy darueber giessen. In dem auf 200 Grad vorgewaermten Backofen ca. 20 Minuten braten. Eventuell noch etwas Wasser beifuegen.

:Stichworte : Apfel, Fleisch, Kotelett, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen und Backen mit Äpfeln  
: : Folge 198, vom 13. September 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schweinsrücken mit Rosmarin und Kartoffeln  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Butterfett,  
2 tb Olivenöl,  
1 Rosmarinzweig oder  
1 ts getrocknete Rosmarinnadeln,  
2 Lorbeerblätter,  
700 g Schweinsrücken,  
Salz,  
Pfeffer,  
4 tb Cognac,  
500 g neue Kartoffelchen oder in  
-Würfel geschnittene  
-Kartoffeln

Butterfett und Oel in einer Kasserolle schmelzen, die Kraeuter darin kurz mitbraten. Das Fleisch dazulegen, ringsum gut anbraten. Mit Salz, Pfeffer wuerzen und mit dem Cognac abloeschen. Die Kartoffeln um das Fleisch legen. Die zugedeckte Kasserolle fuer 40 Minuten in den auf 230 Grad vorgeheizten Backofen stellen. Gelegentlich mit der Bratensauce

begiessen.

:Stichworte : Fleisch, Rosmarin, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Rosmarin  
: : Folge 253 vom 22. April 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schweizer Fischsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Bodenseefische (Hecht,  
-Schleie, Schwalen etc),  
2 Karotten, evtl. mehr  
1 Lauch,  
1/2 Sellerieknolle (ca. 200 g),  
Petersilie,  
Schnittlauch,  
Kerbel,  
Liebstöckel,  
1 Lorbeerblatt,  
1 gehackte Zwiebel,  
4 gehackte Knoblauchzehen,  
Salz,  
Pfeffer,  
Safran,  
2 dl Weißwein,  
2 tb Butter  
2 Karotten,  
3 tb Sauerrahm

Zunaechst wird ein Fischsud gekocht aus den Fischkoepfen und Fischgraeten, die beim Filetieren der obigen Fische wegfallen, mit 1 Zwiebel, gespickt mit 2 Nelken und 1 Lorbeerblatt, Salz, Pfefferkoerner und einem Schuss Essig.

Karotten, Lauch und Sellerie fein schneiden und in 1 EL Butter andaempfen, die gehackten Kraeuter und das Lorbeerblatt beigeben, 1 1/2 l Fischsud dazugiessen und aufkochen lassen. Die Fischfilets in Streifen schneiden, zusammen mit Zwiebeln und Knoblauch in der restlichen Butter braten und mit dem Weisswein abloeschen. In den Sud geben, zum Binden die rohe Kartoffeln dazureiben und noch ca. 10-15 Minuten ziehen lassen. Mit Sauerrahm abschmecken.

:Stichworte : Fisch, Hecht, Meersburg, Schleie, Schwalen  
: : Süßwasser  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Meersburg (II)  
: : Folge 130, vom 24. Mai 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
:Notizen (\*\*\*) : W.A.Imhof: Gaumenfreuden aus Bach und See,  
: : Albert-Müller-Verlag

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schwenkbraten  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Pro Person:-----

300 g Roastbeef, ca.  
oder Schweinekamm  
oder Hochrippe,  
3 Zwiebeln,  
Pfeffer,  
Salz,  
Knoblauchsatz,  
Paprika

Fuer diese Art von Zubereitung wird das Fleisch in Scheiben geschnitten und auf einem Rost ueber Buchenholzglut geschwenkt. Der Schwenkrost haengt an einem dreibeinigen Eisengestell. Damit das Fleisch nicht anbrennt, laesst sich der Rost in der Hoehe verstellen und wird staendig hin- und hergeschaukelt.

Das Fleisch von beiden Seiten klopfen und kraeftig wuerzen. Zwiebeln schaelen, kleinschneiden, und mit der Hand ein wenig zerdruecken. Das Fleisch in eine Schuessel legen und mit den Zwiebeln bedecken. Das Schwenkbratenfleisch bleibt 1-2 Tage im Kuehlschrank, dann wird es auf dem Schwenkbratenrost gebraten.

(Christiane Becker: Die Hunsruecker Kueche, erschienen im Selbstverlag der Autorin, Bremen 1, Ostendorpstr. 9, Tel.: 0421/702550)

:Stichworte : Fleisch, Hunsrück, Rind, Roastbeef  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwischen Schwenkbraten und Krommbiere-Wurst  
: : (Rezepte aus dem Hunsrück)  
: : Folge 118, vom 09. November 1994 und  
: : Folge 119, vom 23. November 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Schwertfisch am Spieß  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

600 g Schwertfischfilet,  
1 Paprikaschote,  
1 Zwiebel (in Scheiben  
-geschnitten),  
2 Zitronen,  
Lorbeerblätter,  
1 bn gehackte Petersilie,  
1/2 c Zitronensaft

Schwertfischfilets in Wuerfel von etwa 3 cm Kantenlaenge schneiden, mit Zwiebelscheiben, der aufgeschnittenen Paprika, Zitronenvierteln und Lorbeerblaettern auf Spiesse stecken.

Diese auf dem Holzkohlengrill von beiden Seiten gut durchbraten. Mit Zitronensaft uebergiessen und mit gehackter Petersilie servieren.

:Stichworte : Fisch, Grillen, Seezunge, Türkei  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Lykien/Türkei  
: : Folge 174, vom 22. Juni 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Seeteufelmedaillons auf Auberginen  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Auberginen,  
Salz,  
600 g Seeteufel,  
1 Zitrone,  
1 Msp. Kurkuma,  
140 ml Öl,  
1 Knoblauchzehe,  
2 Schalotten,  
20 g Butter,  
1 Msp. Chilipulver,  
250 ml Kokosmilch  
(oder Kokosflocken in 250  
-ml Milch aufkochen,  
abkühlen lassen und  
-abseihen),  
25 geriebene weiße Schokolade,  
1 tb gehackte glatte Petersilie,  
1 tb Mehl

Auberginen mit heissem Wasser abwaschen und trocknen. In 1/2 cm dicke Scheiben schneiden und mit Salz bestreuen. Die Scheiben 20 Minuten ruhen und Saft ziehen lassen. In der Zwischenzeit den Seeteufel in 40 g schwere Medaillons schneiden und mit wenig Zitrone betrauefeln. Den Saft der Auberginen abgiessen und die Scheiben auf einem Tuch trocknen. Die Oberflaeche etwas mit Kurkuma bestreuen und verreiben. Oel in einer grossen Pfanne erhitzen und die Auberginenscheiben von beiden Seiten anbraten ohne dass sie Farbe annehmen. Sollte die Pfanne nicht ausreichend gross sein, das Braten in zwei Phasen durchfuehren.

Anschliessend die Scheiben auf Kuechenpapier abtropfen und entfetten lassen. Den Knoblauch und die Schalotten schaelen und fein schneiden. Die Butter in einer tiefen Pfanne erhitzen und den Knoblauch und die Schalotten darin anschwitzen und leicht goldgelb werden lassen. Dann mit Chilipulver bestreuen, die Kokosmilch aufgiessen und die Schokolade einstreuen. Die Auberginenscheiben in die Sauce geben und unter leichtem Koecheln Garen. Sind die Scheiben gar und die Sauce eingedickt, die Pfanne zur Seite ziehen und die Petersilie drueberstreuen.

Dann die Seeteufelmedaillons mit Salz und Pfeffer wuerzen und im restlichen Oel von beiden Seiten 2 bis 3 Minuten goldbraun braten. Die Auberginen mit der Sauce anrichten und die Medaillons draufgeben. Das Gericht mit Kraeuterreis oder Weissbrot servieren.

(Andreas Miessmer, 77908 Lahr)

:Stichworte : Aubergine, Fisch, Seeteufel

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Torten und Pralinen  
: : Folge 167, vom 16. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sellerie-Cordon bleu  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 l Wasser,  
Salz,  
Saft einer Zitrone oder  
2 tb Weißweinessig,  
8 sl einer großen Sellerieknolle  
(5 mm dick geschnitten),  
8 sl Emmentaler-Käse,  
4 sl gekochter Schinken,  
3 tb Mehl,  
2 Eier,  
6 tb Paniermehl,  
4 tb Sonnenblumenöl,  
1 Zitrone (in feinen Scheiben)

Wasser, Salz, Zitronensaft oder Essig aufkochen, die Selleriescheiben hineingeben und knapp weichkochen (ca. 20 Minuten). Selleriescheiben aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und jeweils belegen mit einer Kaesescheibe, dann mit einer Schinkentranchen, dann wieder mit Kaese und zuletzt nochmals mit einer Selleriescheibe. Alles mit zwei Zahnstochern fixieren. Eier verquirlen. Die "Selleriepakete" zuerst im Mehl, dann im Ei, dann im Paniermehl waelzen.

Das Paniermehl ringsum gut andruecken. Das Oel in einer Bratpfanne erhitzen, die Cordon-bleu darin auf beiden Seiten goldbraun backen. Mit Zitronenscheiben garniert servieren.

:Stichworte : Gemüse, Sellerie  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gemüse von der Reichenau  
: : Folge 111, vom 22. Juni 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sellerie-Gemüse  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

800 g Sellerieknolle,  
1 Zwiebel, geriebene  
1 c Olivenöl,  
2 Stangen Bleichsellerie,  
1 tb Zitronensaft,

Salz,  
Pfeffer

Sellerieknolle waschen, schaelen und in Stuecke schneiden. Zwiebel im Oel anschwitzen. Die Selleriestuecke mitsamt den dazu gehoerenden Blaettern, Zitronensaft, Salz, Pfeffer und einer angemessenen Menge Wasser beigeben und das Ganze 1/2 Stunde zugedeckt koecheln lassen.

:Stichworte : Beilage, Gemüse, Sellerie  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Leichter in den Frühling  
: : Folge 188, vom 22. Februar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Selleriecremesuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Sellerie,  
1 l Gemüsebrühe,  
1 l Wasser,  
1 tb Butter,  
40 g Dinkelmehl,  
1 tb Sahne,  
Salz,  
1 pn Zucker,  
Pfeffer,  
Betram,  
gehackte Sellerieblätter

Den geschaelten Sellerie in Scheiben schneiden und gleich danach mit dem Wasser zum Kochen bringen (um das Braunwerden zu verhindern). Nach dem Aufwallen auf kleiner Stufe weiterkoecheln lassen. Den weichgekochten Sellerie puerieren. Aus Butter, Dinkelmehl und etwas Selleriebruehe eine Suppenschwitze bereiten. Restliche Bruehe dazugeben und nochmals aufkochen lassen. Mit Salz, Zucker, Pfeffer, Bertram abschmecken. Vor dem Servieren mit Sahne verfeinern und mit gehackten Sellerieblaetter bestreuen.

(W.Strehlow: "Die Ernaehrungstherapie der hl. Hildegard", Bauer-Verlag)

:Stichworte : Fasten, Sellerie, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fastenkur nach Hildegard von Bingen  
: : Folge 145, vom 28. Februar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sellerievorspeise  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----1.)-----  
 2 tb Butter,  
 8 Herzen von Stangen- oder  
 -Bleichsellerie  
 mit den dazugehörigen  
 -Herzblättern,  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 100 ml Fleisch- oder Gemüsebrühe

MMMMM-----2.)-----  
 1 tb Olivenöl,  
 2 junge Zucchini, in Scheiben  
 -geschnitten oder  
 1 sm Aubergine, geviertelt, in  
 -Scheiben geschnitten,  
 1 tb Petersilie, gehackt

MMMMM-----3.)-----  
 1 tb Butter,  
 4 Herzchen oder Sternchen,  
 die man mit einer  
 -Ausstechform aus  
 zwei Scheiben Toastbrot  
 -ausgestochen hat  
 (evtl. mehr)

MMMMM-----4.)-----  
 1 Zitrone, in feine Scheiben  
 -geschnitten

Butter von 1.) schmelzen, das Gemuese (ganz belassen oder fein zerschnitten) begeben, 10 Min. daempfen, salzen, pfeffern, warmstellen. Das Oel von 2.) heiss werden lassen, Gemuese und Kraeuter begeben, 5 bis 8 Minuten daempfen, wuerzen, warmstellen. Butter von 3.) schmelzen, die Herzchen darin hellbraun roesten. Die beiden Gemuesesorten dekorativ auf einem gut vorgewaermten Teller anrichten, mit den Toasterherzchen und Zitronenscheiben garniert servieren. Passt am besten zu Leber oder anderem kurz gebratenem Fleisch und Krokettten.

(Rueegg/Feisst: Gemuese nach Grossmutter's Art, Mueller-Rueschlikon-Verlag)

:Stichworte : Sellerie, Vorspeise  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Kochen wie in Oberschwaben  
 : : Folge 163, vom 12. Dezember 1994  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
 sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Semmelknödel "Canederli"  
 Categories: Beilagen  
 Yield: 1 Keine Angabe

400 g trockenes Weißbrot (ohne  
 -Kruste),  
 300 ml Milch,

150 g Butter,  
120 g Weißmehl,  
5 Eier,  
Petersilie,  
Muskatnuss,  
Salz

Die Butter mit einem Holzloeffel schaumig rühren. Das Brot (zu Krumen gerieben), das Mehl und die Eier hinzufügen (bei jedem Hinzufügen den Teig gut rühren). Die fein gehackte Petersilie, Salz und eine Messerspitze Muskatnuss gut darunter mischen. Mit nassen Händen Knödel von einem Durchmesser mit 6 bis 7 cm herstellen und in siedendem Salzwasser 15 Minuten koecheln lassen.

Es ist ratsam, zuerst einen Testknödel herzustellen um zu sehen, ob die Konsistenz gut ist. Wenn der Knödel zu weich ist, noch etwas Mehl in den Teig geben, wenn der Knödel zu hart ist, den Teig mit ein wenig Milch vermischen.

:Stichworte : Beilage, Knödel, Südtirol  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Südtirol  
: : Folge 243, vom 05. November 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Serviettenkloß  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

6 trockene Brötchen,  
3 tb Butter,  
1 Zwiebel (fein gehackt),  
1/4 l Milch,  
3 Eier,  
1 tb Mehl,  
Salz,  
Butter zum Bestreichen

Brötchen in feine Würfel schneiden. In Butter Zwiebel und Brotwürfel goldbraun rösten. Etwas auskühlen lassen.

Milch und Eier miteinander verrühren, salzen und zu den Brotwürfeln geben. Die Flüssigkeit einziehen lassen. Mit einer Gabel zerdrücken. Das Mehl darüber streuen, ebenfalls einarbeiten.

Eine Serviette anfeuchten, die Mitte mit Butter bestreichen. Die mit nassen Händen zu einem länglichen Kloss geformte Brotmasse auf die Serviette legen, diese zu einer Rolle formen. Rechts und links mit einem Faden abbinden und die Fadenenden, zu Schlaufen geknüpft, an einem Kochloeffel befestigen. Diesen quer über einen mit kochendem Salzwasser gefüllten Kochtopf legen. Oder aber die Serviettenrolle ungebunden darüber legen und mittels des Deckels über dem Wasser festhalten. 40 Minuten ziehen lassen.

Anrichten: Kloss aus der Serviette rollen und schräg in 1 cm dicke Scheiben schneiden.

:Stichworte : Beilage, Kloß, Kraichgau  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kraichgau I  
: : Folge vom 13. April 1994



: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Serviettenknödel  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

3 Brötchen, altbackene oder  
150 g Weißbrot,  
250 g Quark,  
2 Eier,  
40 g Grieß,  
Salz,  
Pfeffer

Broetchen oder Weissbrot klein schneiden und in heissem Wasser kurz aufweichen. Mit der Gabel zerdruecken. Quark und Eier etwas verquirlen, Griess und Brot beifuegen, wuerzen und alles sehr gut vermengen. Einen laenglichen Kloss formen und in eine Serviette einschlagen. Die Enden der Serviette auf dem Topfdeckel uebereinanderlegen.

In koechelndem, gesalzenem Wasser ca. 25 Minuten ziehen lassen.

:Stichworte : Beilage, Brot, Knödel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Trockenes Brot  
: : Folge 230 vom 27. Februar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sesamnougat  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Honig,  
50 g Zucker,  
250 g Sesamsamen,  
50 g Mandeln,  
2 tb Sonnenblumen- oder Mandelöl

In einer Chromstahlpfanne den Honig erwaermen. Sobald er duennfluessig ist, den Zucker beigeben. Unter staendigem Ruehren aufkochen. Die Sesamsamen beifuegen. 5 Minuten koecheln (immer ruehren!). Die Mandeln in einer Bratpfanne ohne Fett roesten, grob hacken, beigeben. Einkochen lassen (ruehren!). Das Oel auf ein Backpapier streichen. 1 TL der Nougatmasse draufgeben. Wenn sie sich vom Papier loesen laesst (nach ca. 3 Minuten Kochzeit), den Teig auf das Backpapier schuetten. Ein zweites, ebenfalls geoeltes Backblech mit der oeligen Seite nach unten drauflegen. Mit dem Nudelholz ca. 1 cm dick rechteckig auswallen. Noch warm in Rhomben schneiden. Auskuehlen lassen. In einer Weissblechdose kuehl und trocken aufbewahren. 2 Monate haltbar.

(Rueegg/Feisst: "Grossmutter's Mittelmeerkueche - Kochen wie im Urlaub", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Italien, Mittelmeer, Nugat, Praline, Sizilien  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Sizilien

: : Folge 154, vom 10. Juli 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sharon-Cocktail  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Sharonfrüchte, ca.  
1 dl Joghurt,  
1 dl Sahne,  
Zitronensaft,  
2 ts Sherry oder Cognac

Joghurt und Sahne mischen, etwas Zitronensaft dazugeben, mit Sherry oder Cognac abschmecken. Die passierten Sharonfruechte druntermischen.

Den Rand der Dessertschalen in Zitronensaft tauchen, dann in Griesszucker. Das Sharondessert hineinfuellen und mit fein geschnittenen Pistazien garnieren.

(E.Fuelscher: "Das Fuelscher-Kochbuch", Albert-Mueller-Verlags AG)

:Stichworte : Dessert, Sharonfrucht  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Vitaminspritze  
: : Folge 146, vom 13. März 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
dl: deciliter  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sherry-Sauce  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

Mayonnaise (s.o.  
-Grundrezept),  
1 tb Sherry,  
2 tb Orangensaft,  
1 tb abgeriebene Orangenschale

Alle Zutaten miteinander vermengen.

:Stichworte : Mayonnaise, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Weihnachtsmenü 1998  
: : Folge 203, vom 22. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Shiitake-Pilze  
Categories: Grundlagen, Informationen  
Yield: 1 Keine Angabe

Shiitake-Pilze: Seit fast 2000 Jahren wird dieser Pilz in Japan kultiviert. Seit dem letzten Jahrhundert wird er auch bei uns gezuechtet. Die Produktion ist langwieriger und die Ertraege sind wesentlich geringer als bei Champignons und Austernpilzen, weshalb der Shiitake-Pilz teurer ist als diese. Der Geschmack dieses Pilzes ist sehr intensiv, so dass eine geringe Menge davon einer Speise den Shiitake-Geschmack verleiht.

Beim Einkauf sollte man darauf achten, dass sich die Huete woelben, denn das ist ein Zeichen der Frische. Der hellbraune bis weissliche Stiel darf nicht zu duenn sein.

Shiitake-Pilze vertragen wie alle anderen Pilze einige Tage Lagerzeit. Sie muessen aber unbedingt an einem kuehlen, dunklen Ort aufbewahrt werden und sollen dabei nicht eingepackt sein, sondern locker in einem offenen Gefaess liegen.

Putzen der Zuchtpilze: Stiele werden etwas abgeschnitten und entweder mit Kuechenpapier sauber abgewischt oder kurz unter fliessendem Wasser gewaschen und trocken getupft.

Die Stiele von Shiitake-Pilzen werden fein gehackt oder in sehr duenne Streifen geschnitten.

Pilze duerfen erst nach Fertigstellung des Gerichtes gesalzen werden. Andere Gewuerze wie Thymian, Pfeffer, Majoran oder Kuemmel koennen vorher dazugegeben werden.

:Stichworte : Fleischlos, Pilz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fleischlose Küche  
: : Folge 220, vom 26. September 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Shiitake-Pilze in Olivenöl  
Categories: Vegetarisches  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Shiitake-Pilze,  
2 Knoblauchzehen,  
4 tb feinstes Olivenöl,  
2 Salbeiblättchen,  
einige Rosmarinnadeln,  
1 tb Thymianblättchen

Von den geputzten Pilzen die Huete abschneiden. Stiele fuer eine Suppe oder ein anderes Pilzgericht verwenden. Das Olivenoel in einer schweren Pfanne erhitzen, die Pilzhuete darin auf einer Seite braten, wenden und mit dem Saft der ausgepressten Knoblauchzehen betraeufeln. Die fein gehackten Salbeiblaettchen, Rosmarinnadeln und Thymianblaettchen zugeben und die Pilzhuete braten bis alle Fluessigkeit eingekocht ist.

:Stichworte : Fleischlos, Pilz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fleischlose Küche  
: : Folge 220, vom 26. September 1999

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Siasskas üs-em Munschertal  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 6 Personen

2 l rohe Vollmilch,  
6 dr Labferment,  
1/4 l Sahne,  
300 g Kristallzucker,  
2 dl Kirschwasser, ca.

Die Milch auf ca. 35 Grad C (lauwarm) erwärmen und das Labferment zugeben. Die Milch dick werden lassen, was ungefähr eine Stunde dauert. Anschliessend in ein Kaesesieb geben und etwa eine Stunde abtropfen lassen. Schon ist der Kaese fertig zum Verzehr. Es genuegt, ihn aus der Form zu stuerzen, in Scheiben zu schneiden, in einen Teller zu geben, mit Sahne zu uebergiessen, mit Zucker zu bestreuen und mit einem guten Schuss Kirschwasser zu wuerzen.

:Stichworte : Dessert, Elsass, Frischkäse, Käse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Elsass (I)  
: : Folge 131, vom 14. Juni 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
:Notizen (\*\*\*) : Simone Morgenthaler:  
: : Die besten Desserts aus dem Elsass,

MMMMM

Legende:  
dl: deciliter  
dr: Tropfen

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Siebentassensauce (zu kurz gebratenem Fleisch, Fisch, Artischocken)  
Categories: Soßen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

1 c Fleischbrühe,  
1 c herber Weißwein,  
1 ts Zucker,  
4 Eigelb,  
1/2 c flüssige Butter,  
2 tb Senf,  
1/3 c Essig

Alle Zutaten in einem Topf verquirlen und aufkochen lassen. Die Sauce kann kalt oder warm serviert werden. Fest verkorkt haelt sie sich 3 bis 4 Wochen.

Die Reihenfolge gibt folgendes Verschen an: "Mit Fleischbruehe faengst Du an, leichter Weisswein folgt sodann. Zucker heisst die dritte Nummer. Eigelb gibt zuweilen Kummer. Butter, doch zuvor zerlassen, Mostrich, Essig, gibt sieb'n Tassen".

Tipp: Die Bestandteile mit einer kleinen Tasse abmessen. Je nach Schaerfe von Essig und Senf weniger nehmen.

:Stichworte : Artischocke, Fisch, Fleisch, Mosel, Soße, Wein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : An der Mosel kocht man auch mit Wein  
: : Folge 108 vom 11. Mai 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
c: Tasse  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sieger-Hutzelbrot

Categories: Brot

Yield: 1 Keine Angabe

500 g gedörrte Zwetschgen,  
500 g gedörrte Birnen,  
125 g Mandeln,  
100 g Nusskerne,  
125 g Feigen,  
50 g Datteln,  
50 g Zitronat,  
50 g Orangeat,  
100 g Rosinen,  
100 g Sultaninen,  
1/2 Zitrone, abgeriebene Schale  
-von  
1 Msp. Zimtpulver,  
1 Msp. Nelkenpulver,  
1 tb Anis,  
50 g Zucker,  
1 ts Salz,  
750 g Weizenmehl,  
50 g Hefe

MMMMM-----zum Verzieren:-----

Mandeln und  
Zitronat

Birnen und Zwetschgen separat halb weich kochen. Bruehe abschuetten und beiseite stellen. Die gekochten Fruechte grob schneiden. Die Rosinen und Sultaninen in heissem Wasser waschen. Mandeln, Nuesse, Datteln und Feigen grob zerkleinern. Zitronat und Orangeat in kleine Wuerfel schneiden. Alle Zutaten warm stellen.

Aus der Haelfte der Hefe, ein wenig Wasser und etwas Mehl einen Vorteig machen und gehen lassen bis sich Blasen bilden. Die restliche Hefe auflösen, zum Vorteig geben, das restliche Mehl und so viel warme Zwetschgenbruehe dazugeben, dass ein schoener fester Teig entsteht. Alle vorbereiteten Zutaten unter diesen Teig mischen, dabei kraeftig kneten. Mit einem Tuch bedeckt an einem warmen Ort gehen lassen. Nach Belieben kleinere oder groessere Stollen formen und auf ein mit Mehl bestaeubtes Backblech setzen. Die Laibe nochmals gehen lassen.

Vor dem Backen mit Mandeln und Zitronat dekorieren und mit der Zwetschgenbruehe bestreichen. Die Laibe bei 200 Grad ca. 35 Minuten backen. Kurz vor Ende der Backzeit die Laibe nochmals mit

Zwetschgenbruehe bestreichen.

:Stichworte : Birne, Brot, Hutzelbrot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Hutzelbrot  
: : Folge 245, vom 03. Dezember 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : vom Wettbewerb in Pforzheim (Frau Inge Weinbrecht)  
:Notizen (\*\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Siegerrezept vom Gugelhupf-Wettbewerb  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Dinkelvollkornmehl, frisch  
-gemahlene  
1 ts Zucker,  
2 tb Milch, evtl. mehr  
1 Würfel Hefe,  
1/8 l Sahne,  
4 Eier,  
200 g Butter,  
90 g Puderzucker,  
1 ts Salz,  
50 g Rosinen  
(in 2 kleine  
-Schnapsgläschen Rum  
-eingelegt)

Das Dinkelvollkornmehl in eine Schuessel geben, in die Mitte eine Mulde druecken. Die Hefe mit Zucker und Milch mischen und in die Mulde geben, mit etwas Mehl vom Rand zu einem duennflussigen Vorteig verruehren. Zugedeckt an einem warmen Ort 10 Minuten stehen lassen bis Blaeschen zu sehen sind. Butter, Puderzucker und Eier schaumig schlagen und zum gegangenen Vorteig geben. Dann die restlichen Zutaten mitsamt dem Rum dazumischen und alles gut durchkneten. Gugelhupfform ausbuttern und in jede Rille eine geschaelte Mandel legen. Teig in die Form fuellen und ca. 2 Stunden gehen lassen.

Den gegangenen Gugelhupf im Umluft-Backofen bei 175 Grad (Gas auf Stufe 3, Elektro-Backofen auf 200 Grad) 35 Minuten backen. Danach Backofen ausschalten und den Kuchen noch 5 bis 10 Minuten darin stehen lassen.

Variante: Anstatt Dinkelvollkornmehl kann auch Weissmehl (Type 405) verwendet werden. Allerdings wuerde dann 1/2 Hefewuerfel genuegen.

:Stichworte : Gugelhupf, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gugelhupf  
: : Folge 205, vom 20. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Skordalia (Knoblauchpaste)  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

6 Knoblauchzehen,  
1/2 c Olivenöl,  
4 mittelgroße Kartoffeln,  
etwas Essig,  
Salz

Die Kartoffeln in der Schale kochen und schaelen. Die geschaelten Knoblauchzehen im Mixer gut zerkleinern, dann die gekochten Kartoffeln und nach und nach das Oel dazugeben, bis ein dicker Brei entstanden ist. Falls die Knoblauchsauce gerinnen sollte, mit etwas lauwarmem Wasser schlagen und so die Sauce wieder binden.

:Stichworte : Knoblauch, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Knoblauch, schützt nicht nur vor Vampiren  
: : Folge 187 vom 08. Februar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Skordalia (Knoblauchsauce)  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

6 Knoblauchzehen,  
2 Tassen in Wasser  
-eingeweichtes Bro  
1 c Olivenöl,  
1/3 c Weinessig,  
1/2 ts Salz,  
feingehackte Petersilie,  
4 Oliven

"Skordalia" passt zu verschiedenen Salatarten aus gekochtem Gemuese und besonders zu gekochtem Fischfilet und gebratenem Fisch.

Knoblauchzehen und Brot im Mixer zu einer Paste verarbeiten, dann Weinessig und Olivenoel tropfenweise in die Masse bei laufendem Mixer geben, so dass eine dicke Sosse entsteht. Salzen. Zum Schluss die gehackte Petersilie in den Mixer geben und untermischen lassen. Mit den Oliven dekorieren.

Rezepte nach Hotel Amathus

:Stichworte : Knoblauch, Sauce, Zypern  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie auf Zypern  
: : Folge 175, vom 6. Juli 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
c: Tasse  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Soleier  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

12 Eier  
1 l Wasser  
50 g Salz  
3 getrocknete Chilischoten,  
-evtl. mehr  
2 Thymianzweige  
2 Schalotten oder 1 kleinere  
-Zwiebel  
2 Lorbeerblätter  
1 ts Kümmel

Die Eier hartkochen (je nach Groesse 10 bis 12 Minuten). In einem zweiten Topf das Wasser mit Salz, Chilischoten, Thymian, geschaelten, halbierten Schalotten, Lorbeerblaettern und Kuemmell 10 Minuten bei milder Hitze kochen lassen. Die Eier abschrecken und ganz leicht anklopfen. Dann in ein Glas legen und den Sud durch ein Sieb daruebergiessen. Abkuehlen lassen. Das Glas verschliessen und an einen kuehlen Ort stellen. Nach ca. 48 Stunden koennen die Eier verzehrt werden. Am besten schmecken sie jedoch, wenn sie 4 bis 5 Tage in der Sole gelegen haben. Laenger als 8 Tage sollten sie aber nicht darin liegen. Dazu kraeftiges Brot und Butter servieren.

Variante: Die Schalen von hartgekochten Eiern ringsherum anschlagen. Salzlake unter Zusatz von Kraeutern und Gewuerzen (Lorbeer, Pfefferkoerner, Senfkoerner, Rosmarin, Kuemmell, Nelken, Rotwein) aufkochen. Abkuehlen lassen und die Eier einlegen. Sie koennen nach 1 bis 2 Tagen gegessen werden.

:Stichworte : Ei  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 211, Die Sendung vom Ei  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schaefler

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Soupe au Beaufort (Käsesuppe)  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

150 g Beaufort- oder Gruyère-Käse  
-(gerieben),  
50 g Beaufort- oder Gruyère-Käse  
(in kleine Stücke  
-geschnitten),  
2 Eigelb,  
50 g Crème fraiche,  
200 ml Weißwein,  
1.5 l Fleischbrühe,  
50 g Butter,  
50 g Mehl,  
1 Knoblauchzehe (gepresst),  
Petersilie (fein gehackt),  
Salz,



Pfeffer,  
Muskatnuss

Die Butter in einer Kasserolle mit dickem Boden schmelzen lassen. Mehl darueber staeuben und mit dem Schneebeesen oder einem Holzloeffel vermischen. Mit der Bruehe und dem Wein abloeschen. Knoblauch beifuegen. Mit Pfeffer, geriebener Muskatnuss und wenig Salz abschmecken und unter weiterem Ruehren mit dem Schneebeesen die Suppe zum Kochen bringen. Dann den geriebenen Kaese hineinruehren. Sobald der Kaese geschmolzen ist, die Hitze reduzieren. Die beiden Eigelb unter die Creme fraiche schlagen und in eine Suppenschuessel geben. Die heisse Suppe darueber giessen und mit dem Schneebeesen weiterschlagen, um eine homogene Mischung zu erhalten. Zum Schluss die klein gehackte Petersilie und die Kaesestueeckchen darueber streuen. Sehr heiss servieren, eventuell mit Knoblauchcroutons (Toastscheiben toasten, mit einer Knoblauchzehe einreiben).

:Stichworte : Käse, Savoyen, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Savoyen  
: : Folge 252 vom 08. April 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spätzle  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Mehl,  
4 Eier,  
1 ts Salz, evtl. mehr  
1/2 l kaltes Wasser, etwa

Mehl, Salz und Eier werden mit ganz wenig kaltem Wasser erst verruehrt und dann so lange geschlagen, bis ein glatter Teig entsteht, der nicht mehr am Loeffel haengt und beim Schlagen Blasen wirft. Dabei gibt man in kleinen Mengen nacheinander nur gerade so viel Wasser zu, wie noetig ist. Man bringt einen grossen Topf mit Salzwasser zum Kochen. Auf ein Spaetzlebrett, das wie ein kleines Schneidebrett mit grossem Griff ist, gibt man etwas Kochwasser und dann ganz wenig Teig, dieser wird mit dem Messer (oder - so man hat - dem Spaetzleschaber) ganz duenn ausgestrichen, und indem man das Messer wieder und wieder ins Wasser taucht, werden feine Streifchen vom Teig abgetrennt und ins Wasser geschubst. Kommen dann die Spaetzle an die Oberflaeche, so fischt man sie mit einem Schaumloeffel heraus, waescht in kaltem Wasser, durch das man sie zieht, den Mehlschleim ab und haelt sie in heissem Wasser warm. Auf der Schwaebischen Alb stellte man frueher die Spaetzle aus Dinkelmehl her. Sie sollen eine Delikatesse gewesen sein.

:Stichworte : Mehlspeise, Schwaben, Spätzle  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Schwaben  
: : Folge 136, vom 27. September 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spätzle und Knöpfle  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g Mehl,  
8 Eier, etwa  
Salz

MMMMM-----zum Schmälzen:-----  
Butter,  
Semmelbrösel

Tipp:

Die grosszuegige badische Hausfrau nimmt so viele Eier wie erforderlich sind, um aus der vorgegebenen Menge Mehl ohne Wasserzugabe, also 400 g fuer 4 Personen, eine zaehflussige Teigmasse herzustellen, in der Regel benoetigt sie 8 Eier der Gewichtsklasse 4 dazu.

In einer Schuessel Mehl, Eier und Salz verruehren und so lange mit dem Kochloeffel schlagen, bis sich grosse Blasen bilden.

In einem grossen Topf ca. 4 Liter Wasser mit 3 EL Salz zum Kochen bringen. Etwa immer 2 EL Teig auf ein Spaetzlebrett (sich nach vorn verduennendes Holzbrett) geben und mit einem scharfen, jedoch geraden Messer (kein Saegeschnitt) duenne Teigwuerstchen ins kochende Wasser schaben. Sobald die erste Portion verarbeitet ist, das Messer in das kochende Wasser tauchen, den Teig mit dem Wasser auf dem Brett nach hinten streichen, so dass die Teigschicht ganz duenn ist. Auch das duenne Ende des Brettes kommt von Zeit zu Zeit ins Wasser, damit die Spaetzle gut gleiten. Die Spaetzle werden portionsweise im kochenden Wasser gegart. Sobald sie an die Oberflaeche steigen, sind sie fertig. Mit einem Schaumloeffel herausnehmen und kurz unter fliessend kaltem Wasser abschrecken, damit sie nicht zusammenkleben. Gut abtropfen lassen und auf einer Platte warm stellen, bis die anderen Portionen fertig sind. Zuletzst werden sie mit geschmolzener Butter, in der Semmelbroesel geroestet wurden, abgeschmaeltzt.

Zur Knoepfle-Herstellung braucht man ein Salatsieb mit grossen runden Loechern. Durch diese wird ein etwas festerer Spaetzle-Teig mit einem Kartoffelstampfer mehr gerieben als gedrueckt.

:Stichworte : Baden, Beilage, Nudel, Spätzle  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie im suedlichen Schwarzwald II  
: : Folge 105 vom 23. Maerz 1994  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. FeiBt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spätzle und Linsen  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g Linsen,  
500 g Rauchfleisch,  
1 Karotte,  
2 tb Butterschmalz,  
2 tb Mehl,  
Salz,  
Pfeffer aus der Muehle,  
2 tb Essig, evtl. mehr  
1 Rezept Spätzle

Linsen verlesen, ueber Nacht einweichen und am folgenden Tag in frischem Wasser zusammen mit dem Rauchfleisch und der kleingewuerfelten Karotte gar kochen. Inzwischen Butterschmalz erhitzen und darin das Mehl goldbraun roesten. Mit Kochsud der Linsen abloeschen. Kraeftig mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Haelfte der Essigmenge zugiesen und gut 10 Minuten koecheln. Linsen zugeben, eventl. nochmals wuerzen und alles zusammen einige Minuten garen. Kurz vor dem Auftragen das Fleisch in Scheiben schneiden und noch einmal je nach Gusto mit Essig abschmecken. Wer nicht sparsam mit Essig ist, foerdert die Verdaulichkeit der Linsen und verringert deren gasbildende Kraefte. Andere Zubereitungen verzichten auf das Rauchfleisch; dann isst man getrennt erhitzte Siedewuerstchen dazu, die man in Schwaben "Saitenwuerste" nennt. Sind heisse Wuerstchen anstelle von Rauchfleisch die Beilage, so kocht man die Linsen gern mit etwas kleingeschnittenem, angebratenem, magerem, geraeuchertem Bauchspeck. Der Geschmack der Linsen wird vorteilhaft abgerundet, wenn man eine kleingeschnittene Zwiebel zusammen mit dem Speck glasig werden laesst.

:Stichworte : Linse, Mehlspeise, Schwaben, Spätzle  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Schwaben  
: : Folge 136, vom 27. September 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spaghetti al Pesto (Basilikumsauce)  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Basilikum,  
Salz,  
Pfeffer,  
2 Knoblauchzehen,  
1 tb Pinienkerne,  
3 tb Parmesan,  
3 tb Pecorino sardo,  
1 dl Olivenöl

Basilikum waschen, Stiel entfernen und grob zerzupfen. Mit einer Prise Salz, den geschaelten und grossgehackten Knoblauchzehen sowie den Pinienkernen in einem Moerser oder in einer Holzschuessel zu einer gleichmaessigen Paste zerstoessen. Nach und nach die geriebenen Kaese (Parmesan und Pecorino) darunterruehren. Mit Salz und Pfeffer nachwuerzen. Den Pesto mit 2 EL Teigwarensud verduennen und sofort unter die abgetropften Teigwaren mischen.

(M. Kaltenbach: "Aus Italiens Kuechen", Hallwag-Verlag)

:Stichworte : Basilikum, Nudel, Pesto, Spaghetti  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Balkongarten  
: : Folge 151, vom 22. Mai 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spaghetti Fischerart  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Olivenöl,  
500 g Venusmuscheln  
(aus der Dose oder  
-tiefgekühlt),  
200 g Crevetten  
(aus der Dose oder  
-tiefgekühlt),  
1 dl Weißwein,  
1 cn geschälte Tomaten,  
2 tb Tomatenpüree,  
1 Knoblauchzehe,  
1 Msp. Cayennepfeffer,  
Salz,  
Pfeffer,  
400 g Spaghetti

Das Oel erhitzen. Die Muscheln mitsamt dem Saft und die Crevetten begeben, alles andaempfen, den Wein beifuegen, 10 Minuten koecheln lassen, die restlichen Zutaten dazugeben, 10 Minuten eindicken lassen. Ueber die gekochten Spaghetti geben und mit zwei Gabeln mischen.

(Feisst/Rueegg: "Essen wie damals", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Krabbe, Meeresfrucht, Muschel, Nudel, Spaghetti

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Balkongarten

: : Folge 151, vom 22. Mai 1996

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter

cn: Dose

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spaghetti mit Krabben  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

50 g Butter,  
1 Zwiebel (gehackt),  
150 g kleine Krabben,  
1/4 l Sahne,  
Thymian,  
Majoran,  
Curry,  
Salz,  
400 g Hartweizen-Teigwaren, z.B.  
-Spaghettini

Die Zwiebel in Butter daempfen, die Krabben dazugeben, mit Sahne abloeschen und mit Thymian, Majoran, Curry und Salz wuerzen. Die Sauce auf kleinstem Feuer unter staendigem Ruehren fertig garen.

Die Teigwaren kochen, abtropfen lassen und sofort mit der Sauce

vermischen. Keinen Kaese verwenden!

:Stichworte : Krabbe, Meeresfrucht, Nudel, Spaghetti, Thymian  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Thymian  
: : Folge 258, vom 15. Juli 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spaghetti nach Winzerart  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

100 g Champignons,  
1 Zwiebel,  
2 Knoblauchzehen,  
100 g Schinken, gekocht  
4 Sardellenfilets,  
6 tb Olivenöl,  
4 tb Tomatenpüree,  
Oregano,  
300 ml Weißwein,  
Salz,  
Pfeffer

Olivenoel heiss machen, klein geschnittene Zwiebel und zerdrueckte Knoblauchzehen darin anziehen lassen. Tomatenpueree dazugeben und gut verruehren. Klein gehackte Champignons, klein geschnittener Schinken und zerdrueckte Sardellen ebenfalls dazugeben und kurz anziehen lassen. Mit Weisswein abloeschen. Mit Salz, Pfeffer und Oregano wuerzen. Eine halbe Stunde zugedeckt auf ganz kleiner Flamme leise kochen lassen.

Diese Sauce ueber die "al dente" gekochten Spaghetti geben und gut vermischen.

:Stichworte : Nudel, Spaghetti, Wein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Wein in der Küche  
: : Folge 179, vom 12.Oktober 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spaghetti Syrakuserart  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----1.)-----

400 g Spaghetti,  
4 l Wasser,  
1 tb Salz,  
2 tb Olivenöl

MMMMM-----2.)-----

6 tb Olivenöl,  
4 geschälte Knoblauchzehen,  
8 gesalzene Sardellen, fein

-zerdrückt

MMMMM-----3.)-----  
3 tb Olivenöl,  
6 tb Paniermehl

MMMMM-----4.)-----  
1 fein gehackte rote Peperoni  
-(Peperoncino rosso),  
2 tb feingehackte Petersilie,  
Pfeffer

Das Wasser aufkochen, Salz und Olivenoel (1.) begeben. Sobald sich das Salz aufgelöst hat, die Spaghetti begeben, al dente kochen (Kochzeit s. Packung).

Das Olivenoel (2.) heiss werden lassen, die Knoblauchzehen begeben, leicht anroesten, die Sardellen begeben, auf kleinem Feuer koecheln, bis sich eine homogene Masse gebildet hat. Die Knoblauchzehen entfernen, Peperoni und Petersilie begeben.

In einer zweiten Pfanne das Olivenoel (3.) heiss werden lassen, das Paniermehl begeben und anroesten (Vorsicht, brennt gerne an, staendig ruehren).

Die Spaghetti abschuetten, 2 EL Spaghettiwasser zur Fischsauce geben, diese und das geroestete Paniermehl unter die Spaghetti mengen.  
(Rueegg/Feisst: "Grossmutter's Mittelmeerkueche - Kochen wie im Urlaub", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Italien, Mittelmeer, Nudel, Sizilien, Spaghetti  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Sizilien  
: : Folge 154, vom 10. Juli 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spanische Brötli (Blättertortegebäck)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Blättertorteig:-----  
500 g Mehl,  
2 ts Salz,  
100 g und 400 g Butter,  
3 dl Wasser,  
2 tb Weißweinessig

Mehl auf eine trockene Arbeitsflaeche sieben und Salz dazugeben. 100 g kalte Butter in Floeckchen drueberstreuen.  
Nach und nach kaltes Wasser und Weissweinessig dazugeben. Alles zuerst mit Hilfe des Teigschabers, dann mit kalten Haenden moeglichst rasch zu einem glatten Teig kneten. Diesen in eine Plastikfolie gehuellt 1 Stunde kaltstellen.

400 g Butter zwischen zwei Lagen Backpapier zu einem moeglichst rechteckigen Stueck von der Groesse eines Bogens Schreibmaschinenpapier auswallen. Zwischen den Papierlagen 1 Stunde kaltstellen. Den Teig so

auswallen, dass er die Groesse von zwei nebeneinanderliegenden Schreibmaschinenbogen hat. Die Butter aus dem Papier nehmen, in die Teigmitte legen. Die Teile rechts und links drueberschlagen. Das Teigpaket zur urspruenglichen Teiggroesse auswallen, dreifach zusammenlegen, in Backpapier (dazu kann man dasjenige der Butterlage benuetzen) huellen, 1/2 Stunde kuehl stellen. Die Teigplatte so auf den Tisch legen, dass die Bruchkanten rechts und links sind. Auswallen, dreifach zusammenfalten. Rest siehe oben. Noch zwei- bis dreimal so vorgehen.

Aus diesem Blaetterteig Rhomben ausstechen. Die Oberflaeche mit Eigelb bepinseln. Darauf entweder Salz und Mohn oder aber Zucker streuen. Im auf 200 g vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten backen.

:Stichworte : Blätterteig, Gebäck, Spanien  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Spanisch-Brötli-Bahn  
: : Folge 176, vom 20. Juli 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spargel mit Kerbel-Orangen-Sauce  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

2 bn weißer Spargel,  
1 ts Zucker,  
10 g Butter,  
Salz

MMMMM-----Sauce:-----

1/2 ts Orangenschale, abgeriebene  
2 tb Orangensaft,  
150 g Crème double (dickflüssiger  
-Doppelrahm) oder Mascarpone,  
3 tb Kerbel, frisch gehackter  
Salz,  
weißer Pfeffer,  
1 ts Orangen-Likör

Die Spargelstangen schaelen und buendchenweise zusammenbinden. In leicht kochendem Salzwasser, dem etwas Zucker und ein Stueck Butter beigefuegt ist, weich kochen (ca. 20 bis 30 Minuten).

Die abgeriebene Schale mit dem Orangensaft in einem Pfaennchen aufkochen, bis nur noch ein Essloeffel Saft vorhanden ist. Abkuehlen lassen. Mit der Creme double oder dem Mascarpone mischen und mit Salz, Pfeffer und Orangenlikoer abschmecken. Den Kerbel darunter ziehen.

:Stichworte : Mai, Spargel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was gibt es jetzt? Spargel und Erdbeeren  
: : Folge 193, vom 03. Mai 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spargelcremesuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Spargel (2. Wahl),  
150 g Butter,  
400 ml Brühe,  
150 ml Sahne,  
30 g Mehl,  
30 g Butter,  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle,  
1 tb Petersilie, gehackt  
1 tb Kerbel, gehackt

Spargel waschen und schaelen. Untere und holzige Teile abschneiden. Die Stangen in Stuecke schneiden. Butter in einem Topf zerlassen. Spargelstuecke zufuegen und 8 bis 10 Minuten duensten. Spargelkoepfe herausnehmen, zum Anrichten beiseite stellen und warm halten.

Den restlichen Spargel mit der Fluessigkeit, der Bruehe und der Sahne im Mixer puerieren. Mehl und Butter verkneten und in die kochende Suppe ruehren. Aufkochen. Die Spargelsuppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Spargelkoepfchen und Kraeutern in tiefen Tellern anrichten.

:Stichworte : Mai, Spargel, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was gibt es jetzt? Spargel und Erdbeeren  
: : Folge 193, vom 03. Mai 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spargelflan an Kräutersauce  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g weißer Spargel (vorgekocht),  
2 Eier,  
3 tb Sahne,  
Salz,  
weißer Pfeffer,  
Butter für die Förmchen,  
2 tb frisch gehackte Kräuter  
(Kerbel, Schnittlauch,  
-Brennnessel, Petersilie  
100 ml trockener Wermut-Wein

Vom Spargel die Spitzen fuer die Garnitur aufheben. Den unteren, noch zarten Teil der Stangen mit den Eiern und der Sahne im Mixer puerieren. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Die Kraeuter der Spargelmasse



hinzufuegen.

Mit Wermut abschmecken. Kleine Soufflee- oder Timbale-Foermchen mit Butter bestreichen. Die Masse einfuellen. Die Foermchen in ein Wasserbad stellen und im Ofen bei ca. 200 Grad etwa 30 Minuten garen.

Vor dem Herausnehmen der Flans mit einer Nadel oder einem spitzen Messer pruefen, ob die Masse fest ist. Die Flans auf warme Teller stuerzen und mit den erwaermten Spargelspitzen garnieren.

:Stichworte : Ei, Flan, Mai, Spargel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was gibt es jetzt? Spargel und Erdbeeren  
: : Folge 193, vom 03. Mai 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spargelkuchen mit Käse  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Geriebener Teig (für rund 400 g Teig):-----

250 g Mehl,  
125 g Butter, kalte  
150 ml Wasser,  
1/2 ts Salz

MMMMM-----Sonstiges-----

250 g geriebener Teig,  
1 kg grüner oder weißer Spargel,  
1 pn Zucker,  
1 tb Butter,  
60 g gehackte Zwiebeln,  
100 g geriebener Greyerzer Käse,  
2 Eier,  
200 ml Sahne,  
Salz,  
Pfeffer,  
Butter für das Blech

Das Mehl auf ein Teigbrett sieben. Die Butter in Flocken beigegeben. Mehl und Butter von Hand miteinander zerreiben bis sich eine feinkruemelige Masse bildet. Damit einen Kranz formen, das Wasser mit dem darin aufgeloesten Salz zugeben und von der Mitte aus rasch zu einem Teig verarbeiten. Vorsicht: Nicht kneten, sonst wird der Teig zaeh. Den Teig mindestens 2 bis 3 Stunden im Kuehlschrank ruhen lassen.

Von den Spargelstangen die harten Enden entfernen. Spargelspitzen von 7 cm Laenge abschneiden. Den Rest in 2 cm breite Stuecke schneiden. Einen Liter leicht gesalzenes Wasser aufkochen. Zucker und Spargel hineingeben und etwa 10 Minuten ziehen lassen. Den Spargel abgiessen und kalt abspuelen. Die Spargelstuecke grob hacken. Die Spitzen beiseite legen. Die Butter in einer Bratpfanne erhitzen. Den gehackten Spargel mit den Zwiebeln darin kurz duensten. Etwas abkuehlen lassen, mit dem Kaese mischen.

Den Teig 3 mm dick ausrollen und das mit Butter bestrichene Blech damit belegen. Den Teigboden mit einer Gabel mehrmals einstechen. Die Spargelmischung darauf legen. Mit den Spargelspitzen verzieren. Die

Eier mit der Sahne verquirlen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.  
Den Guss ueber den Spargel verteilen. Das Blech in die Mitte des Ofens schieben. 45 Minuten bei 200 Grad backen. Warm servieren.

:Stichworte : Herzhaft, Kuchen, Mai, Spargel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was gibt es jetzt? Spargel und Erdbeeren  
: : Folge 193, vom 03. Mai 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spargelpastete  
Categories: Pasteten, Terrinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

500 g Mehl,  
4 Eier,  
wenig Wasser

MMMMM-----Béchamel-Sauce:-----

2 tb Butter,  
3 gestrichene EL Weißmehl,  
300 ml Milch oder Hühnerbrühe,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskatnuss

MMMMM-----Spargelfüllung:-----

1 Zwiebel,  
1 Knoblauchzehe,  
1 tb Olivenöl,  
500 Bruchspargel (in Salzwasser  
-al dente gekocht),  
1 bn Petersilie,  
100 g geriebener Parmesan-Käse

Hinweise:

- anstelle von Spargel kann man auch Spinat nehmen oder roten Radicchio oder Mangold.

- Die angegebene Zutatenmenge ist fuer die Spargelpastete allein zu gross. Es empfiehlt sich aber, so viel Teig herzustellen und den Rest, etwa 1/3 zu Nudeln zu verarbeiten

Das Mehl auf den Tisch sieben, eine Vertiefung machen, die Eier hineingeben, mit der Gabel verruehren, dabei etwas Mehl dazumischen, dann von Hand weiterkneten. Bei Bedarf etwas Wasser zufuegen. Es soll ein kompakter, glatter Teig entstehen. Diesen mit einem feuchten Tuch bedecken und eine halbe Stunde ruhen lassen.

Bechamel-Sauce:

Die Butter zergehen lassen, das Mehl beigeben, durchdaempfen, Kochtopf vom Feuer nehmen, die Fluessigkeit dem Kochtopftrand entlang beigeben, gut mit dem Schneebesen verruehren, wuerzen, 10 Minuten koecheln lassen.

Spargelfuellung:

Zwiebeln und Knoblauch fein hacken, in Olivenoel gut durchdaempfen, Spargel und die fein gehackte Petersilie beigegeben. Alles gut vermengen und in die Bechamel-Sauce geben. 5 Minuten koecheln lassen, vom Feuer nehmen, Kaese beigegeben.

Den Teig in mehrere Stuecke zerteilen, jedes einzelne auswallen. Je duenner, umso besser. Die Teigplatten, die fuer die Pastete gebraucht werden, in viel kochendem Salzwasser etwa 10 Minuten kochen (bis sie hochsteigen), dann in kaltem Wasser abschrecken. Abwechselnd Teig und Spargelsauce in eine ausgefettete Auflaufform geben, zuletzt Sauce.

In dem auf 180 Grad vorgeheizten Ofen zugedeckt auf 45 Minuten backen. Mit einem Petersilienzweig garniert servieren. Den nicht gebrauchten Teigrest ebenfalls duenn auswallen, in 1/2 cm breite Nudelstuecke schneiden, diese bemehlt im Kuehlschrank (3 Tage haltbar) oder im Tiefkuehlfach (3 Monate haltbar) aufbewahren.

:Stichworte : Italien, Pastete, Spargel, Spinat, Veneto  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Veneto/Italien  
: : Folge 62, vom 14. Juni 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spargelsalat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

800 g Spargel,  
1 ts Salz,  
1 bn Petersilie,  
50 ml Olivenöl,  
1 tb Weinessig,  
1 pn Pfeffer,  
1 bn Lauchzwiebeln,  
1 Zitrone

Den Spargel schaelen und waschen. Fuer den Salat die Spargelkoepfe in einer Laenge von 5 cm abschneiden. Der Rest des Spargels wird fuer ein anderes Gericht verwendet, z. B. fuer eine Suppe. Die Spargelkoepfe in duenne Scheiben schneiden, salzen und eine halbe Stunde durchziehen lassen. Die Petersilie fein hacken; die Lauchzwiebeln in laengliche Streifen schneiden. Die Zwiebeln mit den gesalzenen Spargelscheiben vermengen, mit dem Oel, Weinessig und Zitronensaft betraeufeln, mit Pfeffer abschmecken und vor dem Servieren mit der gehackten Petersilie bestreuen.

:Stichworte : Gemüese, Salat, Spargel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Junges Gemüese  
: : Folge 172, vom 25. Mai 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.

pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spargelsalat mit Haselnüssen  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Spargel, vorgekocht  
100 ml Spargelsud,  
3 tb Sahne,  
2 tb Joghurt,  
2 ts Haselnussöl oder  
-Sonnenblumenöl,  
1 ts Weißweinessig,  
1 ts gehackter Majoran,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 pn Cayennepfeffer,  
4 Radieschen,  
1 Ei, hartgekochtes  
1 tb Haselnüsse in Scheiben

Die Spargelstangen in 2 cm lange Stücke schneiden. Die Spitzen beiseite legen. 100 ml Kochsud des Spargels auf die Hälfte einkochen und mit Sahne, Joghurt, Öl und Essig gut mischen. Mit Majoran, Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer pikant abschmecken.

Die Spargelstücke mit etwas Sauce mischen und in die Mitte der Teller geben. Die Radieschen zuerst in Scheiben, dann in Stäbchen schneiden und über die Spargel verteilen. Mit den Spitzen garnieren. Das Ei klein würfeln und den Salat damit bestreuen.

:Stichworte : Mai, Nuss, Salat, Spargel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was gibt es jetzt? Spargel und Erdbeeren  
: : Folge 193, vom 03. Mai 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spezialknäckebrötchen  
Categories: Brot  
Yield: 2 Kuchenbleche

1/2 Hefewürfel (20 g),  
50 g Wasser,  
50 g Butter,  
200 g Milch,  
175 g Roggenmehl - Typ 1150,  
250 g Ruchmehl (Weizenmehl) -  
-Type 1050,  
12 Salz,  
10 g Kümmelsamen,  
15 g Hirschhornsalz

Hefe in Wasser auflösen und 10 Minuten stehen lassen. Butter schmelzen, aber nicht heiss werden lassen. Milch dazugeben. Temperatur des Milch-Butter-Gemisches prüfen. Es darf nicht mehr als lauwarm sein! Mehl in eine Schüssel sieben. In der Mitte eine Vertiefung machen. Die aufgelöste Hefe hineinschütten, mit etwas Mehl zu einem dünnen Brei verrühren. 15 Minuten stehen lassen.

Salz und Kümmelsamen beifügen. Unter langsamer Zugabe des Butter-Milch-Gemisches, zuerst mit dem Backhorn oder dem Kochlöffel, später mit den Händen zu einem Teig verarbeiten. Wenn alles Mehl hineingearbeitet ist, auf einer trockenen Arbeitsfläche weiterkneten. 5 Minuten durchkneten. In die Schüssel zurückgeben. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 2 Stunden gehen lassen.

Konventionellen Backofen auf 220 Grad, Umluft-Backofen auf 200 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 4-5 einschalten.

Teig von neuem durchkneten, zu einer Kugel formen. Diese zu einem Fladen drücken. Mit den Fingern viele Löcher darin anbringen. Hirschhornsalz drüberstreuen und gut einkneten. Teig zu einer Kugel formen. Diese in zwei gleiche Teile teilen und nochmals rasch durchkneten. Zwei Kuchenbleche mit Backpapier belegen, die Teigstücke drauflegen und möglichst gleichmässig dick auswallen. Mit einem Teigrädchen in 8 möglichst gleich grosse Stücke schneiden. 15 Minuten backen. Im Ofen erkalten lassen. In Blechdosen aufbewahren. Haltbar: 3 Wochen. Achtung! Beim Backen entsteht durch das Hirschhornsalz ein kräftiger Ammoniakgeruch. Er verflüchtigt sich danach schnell! ("Kathrin Rueeggs Brotbackstube", Albert-Mueller-Verlag, Rueschlikon)

:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brot und Brötchen  
: : Folge 142, vom 17. Januar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spinat nach Tessiner Art  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Butter  
1 Zwiebel, grob gehackt  
800 g Spinatblätter  
2 tb Petersilie, fein gehackt  
1 tb Basilikum, fein gehackt  
1 ts Majoran, fein gehackt  
1 tb Zitronensaft  
Salz  
Pfeffer  
2 Handvoll Nüsse (Haselnüsse  
-oder Walnüsse), grob gehackt  
100 g Parmesankäse oder Sbrinz,  
-gerieben  
50 g Butterflöckchen

Die Butter zergehen lassen, die Zwiebel darin glasig dämpfen. Die abgetropften Spinatblätter, die Kräuter und den Zitronensaft begeben, kurz durchdämpfen. Die Blätter auf ein Brett legen und mit einem grossen Messer grob hacken. Zurück in den Kochtopf geben. Die Nüsse und den Käse unterziehen, wuerzen. Mit den Butterflöckchen

bestreuen.

Im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 1/4 Stunde gratinieren.

:Stichworte : Gemüse, Schweiz, Spinat, Tessin  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 212, Kochen wie im Tessin  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spinat-Chnöpfli (Spinatspätzle)  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Mehl,  
40 g Grieß,  
3 Eier,  
100 g gehackter Rahmspinat,  
-frisch oder gefroren,  
1 tb Salz,  
1 dl Wasser, ca.

Mehl, Griess, Eier, Salz und Spinat in einer Schuessel vermischen;  
Wasser nach und nach beifuegen und die Masse so lange zu einem Teig  
verarbeiten, bis dieser leichte Blasen aufweist. Den Teig durch das  
Knoeplisieb in das in einer Kasserolle kochende Wasser treiben und die  
Knoepfli so lange ziehen lassen, bis sie an der Wasseroberflaeche  
schwimmen. Herausnehmen und in kaltem Wasser abkuehlen. Die Knoepfli  
lassen sich gut vorbereiten. Vor dem Anrichten werden sie in Butter in  
einer Pfanne aufgewaermt.

:Stichworte : Beilage, Emmental, Mehlspeise, Spätzle, Spinat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Emmental (I)  
: : Folge 127, vom 12. April 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spinat-Omeletten  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

300 g Mehl,  
450 ml Milch,  
3 Eier,  
1 tb Olivenöl,  
Salz,  
2 tb Butterfett

MMMMM-----Füllung:-----

500 g Spinat,  
2 tb Butter,

1      Zwiebel (fein gehackt),  
1 tb Basilikumblätter (fein  
      -gehackt),  
      Petersilie (fein gehackt),  
150 ml Sahne,  
      Salz,  
      Pfeffer,  
      Muskatnuss

Teig:

Mehl, Milch Eier und Olivenoel miteinander vermischen, mit Salz wuerzen und 30 Minuten stehen lassen.

Mit einem Pinsel die erwaermte Bratpfanne mit Butterfett ausstreichen und darin ganz duenne Pfannkuchen backen.

Fuellung:

Spinat im kochenden Salzwasser 2 Minuten blanchieren, abseihen, ausdruecken und in der Kuechenmaschine moeglichst fein hacken.

In einer Pfanne Butter erhitzen und die Zwiebeln darin glasig werden lassen. Petersilie und Basilikum begeben und kurz durchdaempfen. Dann den Spinat zufuegen und einige Minuten koecheln lassen. Mit Sahne verfeinern und nochmals zum Siedepunkt bringen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss wuerzen.

Kurz vor dem Servieren die Omeletten jeweils mit 2 bis 3 EL Spinat fuellen, aufrollen und auf einer vorgewaermten Platte anrichten.

:Stichworte        : Ei, Omelette, Spinat  
:Notizen (\*)       : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
:                   : Spinat und Mangold  
:                   : Folge 235 vom 21. Mai 2000  
:                   : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*)     : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spinatauflauf  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g frische Champignons,  
500 g Spinat,  
1/2 cn Crème fraîche,  
1 tb Butter, ca.  
      etwas Kreuzkümmel,  
100 g Sbrinz- oder Parmesan- Käse

Die Champignons blaettrig schneiden und in Butter angehen lassen. Dann die Creme fraiche dazugeben und mit ein wenig Kreuzkuemmel wuerzen.

Den Spinat blanchieren und gut auspressen. Diesen zu der Champignonmasse geben und gut vermischen. Eine ausgebutterte Auflaufform damit fuellen und den Kaese darueber streuen. In dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten gratinieren.

:Stichworte       : Auflauf, Käse, Spinat  
:Notizen (\*)       : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
:                   : Käse - nicht nur aufs Butterbrot  
:                   : Folge 199, vom 27. September 1998

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
cn: Dose  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spinatkroketten  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

600 g Spinat,  
4 Eier,  
1 tb Mehl,  
60 g Butter,  
80 ml Milch,  
2 tb Öl,  
150 ml Sahne,  
Salz,  
Pfeffer,  
2 sl Toastbrot

Spinat waschen, 5 Minuten im Salzwasser kochen, abtropfen lassen und auspressen.

In der Kuechenmaschine oder mit einem Messer auf dem Holzbrett fein hacken.

50 g Butter in einer Kasserolle schmelzen. Den Spinat dazugeben und die restliche Fluessigkeit verdampfen lassen.  
Das Mehl beifuegen und zwei Minuten durchkochen. Mit der kalten Milch abloeschen. Zwei Minuten unter staendigem Ruehren kochen.

Eier verquirlen und langsam unter Ruehren zum Spinat geben. Salzen, pfeffern. Weitere zwei Minuten koecheln und dann Abkuehlen lassen.

Dann mit einem Essloeffel Spinat abstechen und auf einem bemehlten Brett zu kleinen Scheiben formen. Diese im Oel- Butter-Gemisch von beiden Seiten braten.

In der Zwischenzeit aus den Toastbrotscheiben je vier Dreiecke schneiden und in Butter goldbraun anbraten. Die Spinatkroketten anrichten, mit der Sahne begiessen und mit den Croutons garnieren.

:Stichworte : Beilage, Gemüse, Spinat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Spinat und Mangold  
: : Folge 235 vom 21. Mai 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.  
sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spinatpfannkuchen  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe



300 g Mehl,  
1/2 l Milch und Wasser, ca.  
3 Eier, evtl. mehr  
1 tb Öl, evtl. mehr  
1/2 tb Salz,  
200 g Spinat (sehr fein gehackt  
-oder püriert)

MMMMM-----zum Backen:-----  
50 g Butterfett

Alle Zutaten (mit Ausnahme des Spinats) in der angeführten Reihenfolge in eine tiefe Schuessel geben. Dann rasch mit dem Schneebesen mischen und rühren, bis der Teig glatt ist. Er soll nur so dick sein, dass er beim Durchziehen mit dem Schneebesen sofort wieder zusammenfließt. Den Teig, wenn möglich, zum Aufquellen etwas stehen lassen, besonders bei grösseren Portionen (1/2 Stunde oder länger). Vor Gebrauch evtl. noch etwas verduennen. Den kurz abgekochten Spinat zum Teig geben. In einer Pfanne sehr wenig Butterfett erhitzen. Pro Pfannkuchen einen kleinen Schoepfloeffel voll Teig hineingiessen, diesen durch Bewegen der Pfanne duenn und gleichmaessig verlaufen lassen. Sobald der Pfannkuchen unten gelbbraun geworden ist, ihn unter einmaligem Wenden und evtl. Beifuegen von wenig Fett fertig backen.

:Stichworte : Ei, Mehlspeise, Pfannkuchen, Spinat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 163, vom 19, Januar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spinatpitta  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

600 g tiefgefrorener Blätterteig

MMMMM-----Füllung:-----

1 kg fein gehackter frischer  
-Spinat (oder 600 g  
-tiefgefrorener),  
20 g Butterfett,  
1 Zwiebel (fein gehackt),  
4 Knoblauchzehen (fein  
-gehackt),  
100 g Reibkäse (Sbrinz oder  
-Parmesan),  
250 g Schichtkäse oder  
-abgetropfter Quar  
4 Eier,  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle,  
Koriander,  
Muskatnuss oder Muskatblüte

Blaetterteig auftauen lassen.

Fuer die Fuellung den frisch gekochten und gehackten oder aufgetauten Spinat in einem Haarsieb abtropfen lassen.  
Butterfett in einem Topf erhitzen, darin die Zwiebel und die Knoblauchzehen glasig duensten. Den abgetropften Spinat hinzugeben und bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten duensten, danach in einer Schuessel abkuehlen lassen.

Kaese, Eier und die Gewuerze mit einer Gabel darunter mischen und mit Salz abschmecken.

Ein rechteckiges Kuchenblech mit Blaetterteig belegen, dabei einen Rand von 2 cm hochziehen. Mit einer Gabel den Boden mehrmals einstechen, damit es beim Backen keine Blasen gibt. Dann die Spinat-Kaese-Masse gleichmaessig auf dem Teig verteilen. Zum Schluss den Kuchen mit einer weiteren Blaetterteigschicht bedecken. Die Raender der oberen und unteren Teigschicht durch Zusammendruecken vereinigen. Die Spinatpitta in dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen 40 Minuten backen. Er muss warm serviert werden. Nicht aufwaermen!

:Stichworte : Blaetterteig, Mehlspeise, Pitta, Spinat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pizza und Pitta  
: : Folge 103, vom 23. Februar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spinatpudding  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

2 altbackene Brötchen,  
100 ml Milch,  
500 g Spinat,  
1 Zwiebel,  
1 tb Butter,  
5 Eier,  
Salz,  
Pfeffer

Die Broetchen klein schneiden, die Milch aufkochen, darueber giessen. Nach einiger Zeit mit einer Gabel zerdruecken.  
Den Spinat waschen, in reichlich Salzwasser blanchieren, abseihen, auf einem Brett grob hacken. Die Zwiebel fein hacken, in Butter glasig daempfen, abkuehlen.

Alle vorerwaehnten Zutaten miteinander vermengen, die fuenf Eigelb zugeben, salzen, pfeffern. Die Eiweiss steif schlagen, unter die Masse ziehen. Alles in eine mit Deckel verschliessbare Puddingform fuellen, die vorher gut ausgebuttert und mit Paniermehl bestreut worden ist. Im Wasserbad eine Stunde ziehen lassen. Erst vor dem Servieren stuerzen.

Salzkartoffeln dazu servieren.

:Stichworte : Gemüse, Spinat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gemüse von der Reichenau  
: : Folge 111, vom 22. Juni 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spinatsalat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Spinatblätter,  
75 g frische Champignons  
-(blättrig geschnitte  
1/2 rote Zwiebel (in dünne  
-Scheiben geschnitten),  
75 g Gorgonzola-Käse,  
1 Knoblauchzehe (gepresst),  
1 pn getrockneter Thymian,  
Salz,  
weißer Pfeffer,  
6 tb Olivenöl,  
2 tb Weißweinessig

Gorgonzola-Käse mit der Gabel zerdrücken und zusammen mit dem  
gepressten Knoblauch, Thymian, Olivenöl, Weißweinessig, etwas Pfeffer  
und Salz zu einer Salatsauce verrühren.

Den gewaschenen Spinat mit den Zwiebeln und Champignons vermischen. Die  
Salatsauce darüber geben.

:Stichworte : Salat, Spinat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Spinat und Mangold  
: : Folge 235 vom 21. Mai 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spinatsalat mit Bärlauch  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Handvoll frische junge  
-Spinatblätter,  
1 Handvoll Bärlauch,  
Zitronensaft,  
Sonnenblumenöl,  
Salz  
Pfeffer

Den Spinat und den Bärlauch in Streifen schneiden und in eine  
Schüssel geben. Mit Zitronensaft, Öl, Salz und Pfeffer anmachen.

:Stichworte : Bärlauch, Kräuter, Salat, Spinat, Wildkräuter  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gartenkräuter / Wildkräuter  
: : Folge 169, vom 13. April 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Spinatsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 l Fleischbrühe,  
100 g Suppennudeln,  
100 g gekochter Schinken (in  
-Würfel geschnitten),  
100 g Mortadella-Wurst (in Würfel  
-geschnitten),  
100 g gehackter Spinat,  
1/8 l Sahne,  
3 tb Butter,  
1 Knoblauchzehe (gepresst),  
1 Zwiebel (gehackt),  
2 Zweige Basilikum (gehackt),  
2 Zweige Petersilie (gehackt),  
Cognac nach Geschmack,  
1 Hand voll frische Erbsen,  
Reibkäse nach Geschmack

Schinken, Mortadella, Knoblauch, Zwiebel, Petersilie und Basilikum in etwas Butter anduensten. Spinat dazugeben und mit Fleischbruehe auffuellen. 10 Minuten kochen lassen.

Teigwaren, Sahne und Erbsen darunter mischen und koecheln lassen bis die Teigwaren und Erbsen weich sind. Vor dem Servieren mit Cognac und der restlichen Butter verfeinern. Die Suppe in heisse Suppentassen verteilen und mit Kaese bestreuen.

:Stichworte : Spinat, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Spinat und Mangold  
: : Folge 235 vom 21. Mai 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Sojasprossen-Suppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 l Hühnerbrühe,  
1 tb Stärkemehl,  
etwas Wasser,  
Sojasauce,  
Sambal oder Tabasco  
-(Pfeffersauce),  
Pfeffer,  
Salz,  
3 Hand voll Sojasprossen,  
2 Eigelb,  
4 tb Creme fraiche,  
Schnittlauch

Die mit kaltem Wasser angeruehrte Speisestaerke in die heisse Bruehe geben, aufkochen lassen und wuerzen. Die Sprossen beigeben und 5

Minuten koecheln lassen. Eigelb mit Creme fraiche vermischen und gut mit der Suppe vermischen. Mit Schnittlauch bestreuen.

:Stichworte : Keimling, Sprosse, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Keimlinge und Sprossen  
: : Folge vom 09. Februar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Springerle (mit Hirschhornsalz)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 sm Eier,  
500 g feiner Zucker,  
etwas abgeriebene  
-Zitronenschale,  
500 g Mehl,  
1 Msp. Hirschhornsalz,

MMMMM-----für das Blech:-----

Anis

Eier trennen und Eiweiss steif schlagen. Zucker und Eigelb in das Eiweiss rühren bis eine homogene Masse entstanden ist. Zitronenschale, Mehl und Hirschhornsalz unterrühren. Dann den Teig auf einem Backbrett kneten bis er geschmeidig ist. Eine Teigkugel formen und zugedeckt 1 Stunde kalt stellen.

Den Teig duenn ausrollen. Model (Hohlform) mit etwas Mehl bestaeuben und auf den Teig druecken. Model abheben, die Form ausschneiden und die Springerle auf das mit Aniskoernern bestreute Backblech legen.

Ueber Nacht die Spingerle gut abtrocknen lassen. Am naechsten Tag Backofen auf 160 Grad vorheizen und die Springerle auf der mittleren Schiene backen. In den ersten 20 Minuten die Backofentuer einen Spalt offen lassen. Dann den Backofen schliessen und die Springerle fertig backen bis der Boden goldgelb, die Oberflaeche aber noch weiss ist. Nach dem Backen jedes Spingerle mit einer weichen Buerste vom anhaftenden Mehl befreien. Springerle einige Tage offen stehen lassen, damit sie weich werden.

In einer Weissblechdose sind die Springerle mindestens 4 Wochen haltbar.

:Stichworte : Gebäck, Hirschhornsalz, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wußte  
: : Pottasche, Hirschhornsalz, Honigteig  
: : Folge 159, vom 03.November 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Stangensellerie mit Butter-Gorgonzola-Creme  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte

Yield: 1 Keine Angabe

8 sm Stängel Stangensellerie  
-(Bleichsellerie),  
150 g Butter, weiche  
1 Knoblauchzehe, zerdrückte  
1 tb Zitronensaft,  
100 g Gorgonzola-Käse,  
1 tb Cognac,  
Salz,  
Pfeffer,  
Paprika,

MMMMM-----zur Dekoration:-----  
Walnüsse und Pistazien

Den Stangensellerie gut waschen, aussen mit dem Spargelschaeler  
schaelen, die Stangen in 5 cm lange Stuecke schneiden und auf eine  
Platte legen.

Die Butter mit dem zerdrueckten Knoblauch und dem Zitronensaft schaumig  
ruehren. Den Gorgonzola-Kaese mit der Gabel fein zerdruecken und in die  
schaumig geruehrte Butter geben. Mit Cognac, Salz, Pfeffer und Paprika  
abschmecken. Mit einem Teeloeffel oder Spritzsack die Kaesemasse auf  
dem Stangensellerie anrichten. Die Nuesse hacken und ueber die  
gefüllten Selleriestangen streuen.

:Stichworte : Butter, Gemüse, Sellerie  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit Butter  
: : Folge 232, vom 26. März 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Steinpilzauflauf nach Frau Nice  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

2 Kartoffeln,  
2 dicke Scheiben gekochter  
-Schinken,  
2 sl Fontina-Käse, evtl. mehr,  
oder ein anderer halbharter  
-schnittfester Bergkäse aus  
-roher Kuhmilch,  
6 Steinpilze,  
3 Tomaten,  
Petersilie,  
1 Knoblauchzehe,  
Olivenöl

Die rohen Kartoffeln in Scheiben schneiden, diese in eine gebutterte  
Auflaufform legen, salzen, pfeffern. Die Schinkenscheiben darueber  
legen. Darauf die Kaesescheiben geben. Koepfe der Pilze abschneiden und  
auf die Kaesescheiben setzen. Die klein gehackten Stiele der Pilze, die  
klein geschnittene Petersilie und den gepressten Knoblauch darueber  
streuen. Das Ganze mit Tomatenscheiben bedecken. Mit Oregano, Salz und

Pfeffer wuerzen und zum Schluss Olivenoel darueber trauefeln.  
Auflauf im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen zunaechst 15 Minuten  
backen, dann die Hitze auf 180 Grad reduzieren und den Auflauf nochmals  
ca. 45 Minuten backen.

:Stichworte : Auflauf, Pilz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Waldpilze  
: : Folge 156, vom 22. September 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Steinpilzcremesuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Steinpilze, evtl. mehr oder  
eine entsprechende Menge  
-eingeweichter getrockneter  
-Steinpilze,  
1/2 Zwiebel,  
1 tb Butter,  
1 tb Mehl,  
1 l Fleisch- oder Gemüsebrühe,  
Salz,  
Pfeffer,  
etwas Essig oder Zitrone  
-oder Weißwein,  
1 tb Rahm, evtl. mehr  
frische Kräuter

Die Pilze und die Zwiebel fein hacken und in Butter duensten. Mehl  
darueber staeuben, etwas daempfen, gut durchruehren und mit der Bruehe  
aufgiessen. Die Pilzsuppe einige Minuten kochen lassen. Anstelle von  
Mehl kann auch etwas Griess oder fein geriebene Kartoffel verwendet  
werden. Die Suppe wird mit Essig oder Zitronensaft oder Weisswein  
leicht gesaeuert, mit fein gewiegten frischen Kraeutern, etwas Rahm,  
Salz und Pfeffer wuerzig abgeschmeckt.

:Stichworte : Pilz, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Waldpilze  
: : Folge 156, vom 22. September 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Steinpilzessenz  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 4 Personen

80 g getrocknete Steinpilze  
1/2 l Wasser  
1 ts Korianderkörner

2 Kardamomkapseln, evtl. mehr  
 1 Karotte  
 2 Petersilienstängel, evtl.  
 -mehr  
 1 Zwiebel  
 1 Knoblauchzehe  
 200 g Rinderwade  
 2 Eiweiß, evtl. mehr  
 2 l entfettete Rinderbrühe oder  
 -Gemüsebrühe

Die getrockneten Steinpilze waschen und ueber Nacht in kaltem Wasser einweichen. Abgiessen. Korianderkoerner und Kardamomkapseln grob zerstoessen. Das Gemuese saeuern und klein schneiden. Die Rinderwade zusammen mit dem zerkleinerten Gemuese durch die grobe Scheibe des Fleischwolfes treiben, mit den Gewuerzen und den Eiweiss vermischen. Diese Klaermasse in die eingeweichten Steinpilze ruehren. Mit der kalten Rinder- oder Gemuesebruehe aufgiessen. Zum Kochen bringen und mindestens 1 Stunde auf kleiner Flamme kochen lassen. Danach noch etwa 30 Minuten ziehen lassen und anschliessend durch ein sehr feines Sieb oder Passiertuch seihen. In Tassen servieren mit einem Stuecklein Tastbrot oder einer Kaesegebaeckstange.

:Stichworte : Pilz, Steinpilz, Suppe, Vorspeise, Weihnachtsmenü  
 :Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
 : : Folge 224, Weihnachtsmenü 1999  
 :Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
 ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Stielmangold, paniert  
 Categories: Beilagen  
 Yield: 1 Keine Angabe

500 g Mangoldstiele,  
 3 tb Mehl,  
 2 Eier (verquirlt),  
 6 tb Paniermehl,  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 3 tb Butterfett,  
 1 Zitrone

Den Stielmangold in ca. 5 cm lange Stuecke schneiden und ca. 10 Minuten im Salzwasser blanchieren.

Nach dem Abtropfen die Stiele zuerst in Mehl, dann im Ei, dann nochmals in Mehl und Ei und dann in Paniermehl wenden und andruecken. Die panierten Mangoldstiele portionsweise im heissen Butterfett goldbraun anbraten. Vor dem Servieren mit Zitronensaft betrauefeln.

:Stichworte : Beilage, Gemüse, Mangold  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
 : : Spinat und Mangold  
 : : Folge 235 vom 21. Mai 2000  
 : : von Kathrin Ruegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
 tb: El.



MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Streuselkuchen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

500 g Mehl,  
1/4 l Milch,  
1/2 Hefewürfel,  
4 tb Zucker,  
1 pn Salz,  
2 tb Butter,  
1/2 Zitrone, abgeriebene Schale  
-von

MMMMM-----Streusel:-----

200 g Mehl,  
5 tb Zucker,  
1 pk Vanillezucker,  
5 tb kalte Butter (in Flöckchen  
-zerteilt)

Mehl in eine Schuessel sieben, in die Mitte eine Vertiefung druecken.  
Den Hefewuerfel in Milch auflösen und in die Vertiefung giessen. Etwas  
Mehl dazuruehren. An einem warmen Ort 10 Minuten gehen lassen, bis sich  
im Vorteig Blasen gebildet haben.

Zucker, Salz, die zimmerwarme Butter und die Zitronenschale beigeben.  
Alles zu einem Teig verarbeiten und 10 Minuten durchkneten. Den Teig zu  
einer Kugel formen, diese rechteckig 1 cm dick auswallen und auf das  
Kuchenblech legen.

Die Zutaten fuer die Streusel miteinander vermischen und ueber den Teig  
geben. Diesen um das Doppelte aufgehen lassen. In dem auf 200 Grad  
vorgeheizten Backofen ca. 1/2 Stunde backen.

:Stichworte : Kraichgau, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kraichgau I  
: : Folge vom 13. April 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Süß-saure Zwetschgen  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

1 1/2 kg feste Zwetschgen,  
1/4 l Weinessig,  
1/8 l Weißwein,  
750 g Zucker,  
1 Zimtstange,  
3 Nelken,  
1 sm Lorbeerblatt

Die Zwetschgen sollten noch fest und nicht zu reif sein. Am besten verwendet man Spaetzlwetschgen. Zwetschgen trockenreiben und auf einer Seite zum Kern einschneiden. In einem Topf Essig, Weisswein, Zucker und die Gewuerze aufkochen. Die Zwetschgen in den kochenden Sud geben. Das Ganze noch einmal aufkochen, dann die Zwetschgen mit dem Schaumloeffel herausnehmen und in Einmachglaeser oder Steinguttopf fuellen. (Einmachglaeser und Steinguttopf muessen gut gewaschen und ausgebrueht werden). Den Zuckeressig durch weiteres Kochen eindicken und dann ueber die Zwetschgen giessen. Dann die Zwetschgen abkuehlen lassen, Cellophanpapier zum Sterilisieren durch Zwetschgenwasser oder 90%igen Weingeist ziehen, ueber den Steinguttopf oder die Glaeser legen und zubinden.

:Stichworte : Eingelegtes, Zwetschge  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Zwetschgen und Meerrettich  
: : Folge 098, vom 8. September 1993  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Süß-saures Fleisch oder Krabben  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Papaya,  
1 Zwiebel,  
3 tb Öl,  
500 g Schweinegulasch oder  
Putenfleisch oder  
Krabben,  
2 ts Curry, gestrichene  
1 ts Salz,  
Pfeffer,  
1 Knoblauchzehe, gehackt  
1 tb Ingwer, gehackt  
1 pk Aprikosennektar oder besser  
-Aprikosensaft,  
1 Limone, Saft von, oder  
-Zitrone,  
1 ts gekörnte Hühnerbrühe,  
-gehäuft  
1 Apfel, säuerlicher  
1 Banane,  
100 g Sahne

Die Zwiebel in Wuerfel schneiden, Oel in einem grossen Topf erhitzen, die Zwiebel darin glasig werden lassen. Anschliessend das Fleisch von allen Seiten auf grosser Flamme anbraeunen lassen. Salzen und pfeffern. Curry, Knoblauch und Ingwer zugeben, gut umruehren. Den Aprikosensaft daruebergiessen sowie den Limonen- oder Zitronensaft. Auf kleiner Flamme kochen lassen, waehrend der Apfel in Wuerfel und die Banane in Scheiben zerteilt werden.

Nach 20 Minuten Kochzeit die Huehnerbruehe, das Obst und die Sahne hinzufuegen und noch 5 Minuten weiterkochen lassen. Entweder die Papaya ebenfalls in Wuerfel schneiden und zugeben, nachdem die Flamme ausgemacht wurde (die Wuerfel sollten nur heiss werden) oder die Frucht

schaelen, entkernen, in Scheiben schneiden und die Sauce auf einer Platte anrichten. Mit den Fruchtscheiben umlegen. In diesem Falle wird eine Papaya nicht ausreichen.

Verwendet man Krabben, so werden diese, ohne sie zu kochen (sie verlieren nur ihre Knackigkeit und ihr Aroma) am Ende der heissen Sauce beigefuegt.

Trockenreis dazu servieren.

:Stichworte : Exotisch, Fleisch, Frucht, Gulasch, Krabbe  
: : Meeresfrucht, Papaya, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte II - Papaya, Mango  
: : Folge 058, vom 08. Februar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
: : aus: Das große Buch der Früchte, Südwestverlag  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Süße Rüben  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Futterrüben (oder Butter-  
-oder Navet-Rüben),  
1 tb Schweineschmalz,  
50 g Zucker,  
ca. 1/4 l Fleischbrühe

Die Rubeen schaelen, in 2 cm grosse Wuerfel schneiden und 10 Minuten in Salzwasser blanchieren. Danach Rubeen abschuetten und kalt abschwemmen. Schweineschmalz heiss werden lassen, Zucker darin karamellisieren, die abgetropften Rubeen dazugeben und gut vermischen, so dass die Rubeenstuecke mit Karamell ueberzogen sind. Mit der Bruehe abloeschen und ein Stueck ungesalzene Bauchspeck darauf legen (eventl. Bauchspeck etwas vorkochen).

Nach etwa 1 Stunde sind die Rubeen weich. Mit Pellkartoffeln und Bauchspeck servieren.

:Stichworte : Baden, Beilage, Gemüse, Kaiserstuhl, Rübe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie am Kaiserstuhl  
: : Folge 229 vom 13. Februar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Süßer Gugelhupf  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 2 Kuchen

1 kg Mehl,

30 g Backhefe,  
250 g Butter,  
170 g Zucker,  
1 pk Milch,  
10 g Salz,  
4 ganze Eier,  
250 g Rosinen, die zuvor in 2 cl  
-Rum eingelegt werden können  
einige grob gehackte  
-Mandeln oder Nüsse,  
etwas Puderzucker

Das Mehl in eine Schuessel geben. In eine Vertiefung den Zucker, die Eier und die zerbroeselte Hefe geben. Mit den Fingerspitzen kurz vermischen, ohne alles Mehl zu verwenden, 10 Minuten gehen lassen. Anschliessend die Prise Salz (vorher wuerde sie den Gaerprozess verlangsamen) sowie 1 dl Milch zugeben und mit den gesamten uebrigen Zutaten zu einem Teig verkneten. Die bei Zimmertemperatur weich gewordene Butter hinzufuegen. Den Teig gruendlich durchkneten bis er sich von der Schuessel loest.

:Stichworte : Elsass, Gugelhupf, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Elsass (II)  
: : Folge 132, vom 28. Juni 1995  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Süßer Kastanienkuchen (Castagnaccio Dolce)  
Categories: Kuchen, Gebaek, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Kastanien,  
1 l Milch,  
1 Vanillestange,  
180 g Zucker,  
100 g Butter,  
3 tb Maraschino (nach Belieben),  
8 Eier,  
Butter für die Form,  
Zucker zum Bestreuen

Die Kastanien einschneiden. In kochendes, gesalzenes Wasser geben und kochen, bis sie aufspringen. Abgiessen und noch warm schaelen. Das braune Haeutchen ebenfalls entfernen. Milch mit Vanillestange aufkochen. Die Kastanien hineingeben und weich kochen (etwa 30 Minuten). Die weichen Kastanien puerieren und mit Zucker, der fluessig gemachten Butter und dem Maraschino (suesser Likoeer aus Maraschinokirschen) gut verarbeiten.

Die Eier trennen. Die Eiweisse zu steifem Schnee schlagen. Die Eigelbe unter die Kastanienmasse ruehren und den Eischnee darunterziehen.

Eine grosse Springform mit Butter ausstreichen. Die Masse hineingeben, glattstreichen und 20 bis 30 Minuten backen. Vor dem Servieren mit Zucker bestreuen.

:Stichworte : Kastanie, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste

: : Kastanien  
: : Folge 056 vom 23. November 1990  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Süßer Mürbeteig  
Categories: Grundlagen, Informationen  
Yield: 2 Kuchenbleche

250 g Mehl,  
3 tb Zucker,  
125 g Butter (flockig  
-geschnitten),  
1 Ei,  
1 Msp. Salz

Das Mehl auf den Tisch sieben, Zucker und Salz begeben, die Butterflocken darueber streuen. Alles mit den Haenden zu einer kruemeligen Masse verreiben. Das Ei dazugeben (eventuell ganz wenig Wasser zufuegen). Eine Kugel formen. Diese in der Groesse der Kuchenform plus Rand ausrollen, in die gebutterte Form legen. Den Rand ca. 3 cm hoch ziehen. Den Boden mit einer Gabel mehrmals einstechen. Im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 15 Minuten backen. Auskuehlen lassen.

(jeweils fuer zwei Kuchenbleche bzw. Springformen mit je 30 cm Durchmesser berechnet)

:Stichworte : Grundlage, Kuchen, Mürbeteig, Teig  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pikante Kuchen im Herbst  
: : Folge 178, vom 28. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Süßer Nudelauf  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g ganz feine Nudeln,  
1 kg Zwetschgen,  
3 tb Zucker, etwa  
1 Vanilleschote,  
2 Msp. Zimt,  
1 Msp. Nelkenpulver,  
2 Sternanis,  
1/2 unbehandelte Orange,  
6 Eier,  
150 ml Malaga,  
Butter für die Form

Die Nudeln in reichlich Wasser bissfest kochen und mit kaltem Wasser abschrecken. Abtropfen lassen. Die Zwetschgen waschen, halbieren und

entsteinen (oder tiefgefrorene verwenden) und mit Zucker, der ausgekratzten Vanille, Zimt, Nelken und Sternanis sowie der abgeriebenen Orangenschale ca. 10 Minuten duesten. Sternanis entfernen.

Den Saft der Orange auspressen. Die Eier trennen, Eigelbe mit Malaga und Orangensaft im warmen Wasserbad aufschlagen, bis eine Creme entsteht.

Eine feuerfeste Form einfetten, die Nudeln hineingeben, darauf die Zwetschgen. Mit dem Weinschaum abdecken und in dem vorgeheizten Backofen bei 180 Grad 8 bis 15 Minuten ueberbacken.

:Stichworte : Auflauf, Nudel, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 213, Die Sendung von den Nudeln  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Süßer Reis  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Reis,  
1/2 Pfund Butter,  
50 g Zucker,  
100 g Sultaninen,  
50 g Mandeln, blanchierte  
-(leicht geröstet),  
50 g Pistazien (leicht geröstet),  
50 g Erdnüsse, geschälte,  
-geröstete  
2 Nelken,  
1 sm Stange Zimt,  
1/2 ts Safran,  
1 pn Salz,  
kochendes Wasser

Den gewaschenen und getrockneten Reis in 100 g Butter glasig werden lassen. Nelken, Zimt, eine Prise Salz und den in etwas warmem Wasser aufgelösten Safran dazugeben und so viel kochendes Wasser aufgießen, bis der Reis bedeckt ist. Einmal umrühren, Topf schliessen und auf kleinem Feuer quellen lassen. Wenn der Reis koernig ist, Zucker, gewaschene Sultaninen und die in der restlichen Butter leicht gerösteten Mandeln, Pistazien und Erdnuesse (alles in Stifte geschnitten) vorsichtig untermischen. Zimt und Nelken vor dem Servieren entfernen.

:Stichworte : Gewürz, Reis, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gewürz II  
: : Folge 192, vom 19. April 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

pn: Prise

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Süßer Reis nach der Art der Kaiserin  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

150 g Langkornreis  
7 dl Milch  
Salz  
60 g Zucker  
3 Eigelb  
3 dl Schlagrahm  
75 g kandierte Früchte (vor  
-allem Ananas)  
3 dr Bittermandelöl  
ein wenig Grand Marnier

Reis in Milch und Salz auf kleinem Feuer ca. 40 Minuten koecheln.  
Erkalten lassen. Zucker mit Eigelb schaumig schlagen. Kandierte  
Fruechte in kleine Wuerfel schneiden, alles, sowie die restlichen  
Zutaten gut unter den Reis heben und mit Schlagrahm anrichten.

:Stichworte : Reis, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 207, Die Sendung vom Reis  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
dr: Tropfen

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Süßes Honigbrot  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

650 g Mehl (Typ 405 oder 1050),  
1 pk Backpulver,  
3 ts Zimt, gestr.  
1/2 ts Nelkenpulver,  
1/2 ts Piment,  
1/2 ts Muskatnuss,  
1/2 ts Ingwerpulver,  
200 g Orangeat und Zitronat,  
250 g brauner Zucker,  
500 g Honig,  
250 ml Sonnenblumenöl, ca.

Die Zutaten der Reihe nach in eine Schuessel geben. Das Oel nach und  
nach untermengen und einen kompakten Teig kneten (eventuell noch etwas  
Oel begeben). Einen laenglichen Laib formen. Diesen in eine Kastenform  
druecken (ca.

25 cm lang) und flach streichen. Im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen  
45 Minuten backen. Noch warm in Stuecke schneiden. In einer Blechdose  
zusammen mit einem aufgeschnittenen Apfel aufbewahren.

:Stichworte : Brot, Honig, Süß  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Honig aus dem Schwarzen Wald  
: : Folge 196, vom 28. Juni 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Süßsauer eingelegte Gurken oder grüne Tomaten oder Zucchini  
Categories:

Yield: 1 Keine Angabe

Gurken oder Zucchini waschen, schaelen, in fingerlange Streifen schneiden. Gruene Tomaten (solche, die, weil es zu spaet im Jahr ist, nicht mehr reif werden koennen) waschen, Stielansatz entfernen, ringsum mit einer Naehnnadel einstechen.

1. Tag

Gemuese abwiegen, in einen Steinguttopf schichten. Auf 1 kg rechnet man: 300 ccm Weissweinessig, 200 ccm Rot- oder Weisswein, 500 g braunen Zucker, 1 Zimtstange, 5 Pfefferkoerner, 1 bis 2 Lorbeerblaetter, 3 Nelken, 1 fingergrosses Stueck Ingwer, Schale einer Zitrone, 2 EL gelbes Senfpulver Essig, Wein und Zucker miteinander aufkochen, Zimt, Pfeffer, Lorbeerblaetter, Nelken begeben. Ingwerstueck schaelen, begeben. Zitronenschale in Streifen schneiden, begeben. Einige Minuten koecheln, dann ueber die Fruechte giessen. (Sie sollten damit ganz bedeckt sein). Eventuell noch etwas Wein begeben.

2. Tag

Saft abgiessen, aufkochen, 5 Minuten koecheln lassen, abkuehlen lassen, wieder ueber das Gemuese geben.

3. Tag

Saft und Gemuese in einem weiten Kochtopf aufsetzen. So lange koecheln lassen, bis die Stuecke leicht glasig werden. Sie muessen aber immer noch "Biss" haben. Bei den Tomaten kocht man so lange, bis die Haut platzt. Nun schichtet man die Stuecke in mit heissem Wasser ausgespuelte Glaeser. Dem Saft gibt man das Senfpulver bei und kocht ihn zu Sirupkonsistenz. Diesen Sirup abkuehlen lassen und ueber das Gemuese geben. Verschliessen. Kuehl und trocken aufbewahren. ("Kathrin Rueeggs pikante Einmachkueche", Mueller-Rueschlikon Verlags AG)

:Stichworte : Eingemacht, Gurke, Tomate, Zucchini  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Süßsauer Eingebracht  
: : Folge 157, vom 06. Oktober 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Süßsaure Sauce  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

frischer Ingwer,  
1 Knoblauchzehe,  
1 tb Öl,  
1/2 c Tomatenketchup oder  
-Tomatenmark,  
1/2 c Rindfleischbrühe,  
3 tb Weinessig,



3 tb Sojasauce,  
3 tb Reiswein oder Sherry,  
3 tb Zucker,  
1 ts Salz,  
1 tb Speisestärke,  
Chilisaucе, Tabasco oder  
-Sambal Oelek

Die Ingwerwurzel und den Knoblauch schaelen, fein hacken und im heissen Oel kurz duensten. Tomatenketchup, Rindfleischbruehe, Weinessig, Sojasauce und Reiswein gut untermischen. Mit Salz und Zucker wuerzen und das Ganze zum Kochen bringen. Die Speisestaerke mit kaltem Wasser anruehren und in die Sauce geben. Vorsichtig mit einigen Tropfen Chilisaucе, oder Tabasco oder Sambal Oelek wuerzen.

:Stichworte : Keimling, Sauce, Sprosse, Süßsauer  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Keimlinge und Sprossen  
: : Folge vom 09. Februar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
c: Tasse  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Süßsaure Zwetschgen  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Zwetschgen,  
250 ml Rotweinessig,  
250 ml Weißweinessig,  
6 tb Zucker,  
6 Gewürznelken,  
1/2 Stange Zimt

Die Zwetschgen waschen, entstielen, mit Kuechenpapier trockenreiben, mit einer Stricknadel ringsum einige Male einstechen. Rot- und Weissweinessig (man kann auch nur eine Essigsorte dafuer verwenden), Zucker, Gewuerznelken und Zimtstange miteinander aufkochen. Auf ganz kleinem Feuer 5 Minuten koecheln lassen. Die Zwetschgen in mit heissem Essig-Salzwasser (2 EL Essig, 2 EL Salz auf 1 l kochendes Wasser) ausgespuelte Glaeser geben. Den Sud gut zur Haelfte einkochen lassen, abseihen, nochmals aufkochen, ueber die Zwetschgen geben. Sofort verschliessen.

("Kathrin Rueeggs pikante Einmachkueche", Mueller-Rueschlikon Verlags AG)

:Stichworte : Eingemacht, Zwetschge  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Süßsauer Eingemacht  
: : Folge 157, vom 06. Oktober 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Süßsaure Zwetschgen - Vorrat für den Winter  
Categories: Marmeladen, Eingelegtes  
Yield: 1 Keine Angabe

1 1/2 kg feste Zwetschgen,  
1/4 l Weinessig,  
1/8 l Weißwein,  
750 g Zucker,  
1 Zimtstange,  
3 Nelken,  
1 sm Lorbeerblatt,  
etwas Zwetschgenwasser oder  
-90%igen Weingeist  
(um das Cellophanpapier  
-keimfrei zu machen)

Die Zwetschgen sollten noch fest und nicht zu reif sein. Am besten verwendet man Spaetz Zwetschgen. Zwetschgen trocken reiben und auf einer Seite zum Kern einschneiden. In einem Topf Essig, Weisswein, Zucker und die Gewuerze aufkochen. Die Zwetschgen in den kochenden Sud geben. Das Ganze noch einmal aufkochen, dann die Zwetschgen mit dem Schaumloeffel herausnehmen und in Einmachglaeser oder einem Steinguttopf fuellen. (Einmachglaeser und Steinguttopf muessen gut gewaschen und ausgebrueht werden.) Den Zuckeressig durch weiteres Kochen eindicken und ueber die Zwetschgen giessen. Dann die Zwetschgen abkuehlen lassen. Cellophanpapier durch Zwetschgenwasser oder 90%igen Weingeist ziehen (um es keimfrei zu machen), ueber den Steinguttopf oder die Glaeser legen und zubinden.

:Stichworte : Eingelegtes, Zwetschge  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 92, Zwetschgen und Meerrettich  
:Notizen (\*\*): Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Süßspeise nach Frau Bidlingmeier  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

125 g Butter, zimmerwarm,  
4 tb Zucker,  
1 Eigelb,  
4 tb starker Kaffee (löslicher  
-Pulverkaffee),  
30 Löffelbiscuits, ca.

Die Butter schaumig rühren, Zucker und Eigelb beigeben. Den abgekuehlten Kaffee tropfenweise dazuruehren. Eine Schuessel mit dieser Masse austreichen. Eine Lage Biscuits daruebergeben, wieder Masse darueberstreichen usw. bis die Creme aufgebraucht ist. Zuoberst muss Creme sein. Kalt servieren.

Achtung: Nur ein ganz frisches Ei wegen der Salmonellengefahr verwenden!

:Stichworte : Baden, Neuenburg, Süßspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus dem Kochbuch der Hirschenwirtin  
: : Folge 116, vom 12. Oktober 1994 und  
: : Folge 117, vom 26. Oktober 1994

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Supp von Eier  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Eier,  
4 tb süßen Rahm  
2 tb Semmelmehl, ca.  
Muskatnuss,  
Petersilie

Man nimmt 4 Eier und 4 EL suessen Rahm, verruehrt solches mit ca. 2 EL Semmelmehl nebst etwas Muskatnuss und kleingeschnittener Petersilie, giesst das Ganze in kochende Fleischbruehe, jedoch ohne darin zu ruehren und lasse es ein wenig koecheln. Beim Anrichten hat man darauf zu achten, dass soviel als moeglich grosse Stueckchen bleiben.

(Ursula Ress: Grossli's Kochrezepte, Rammerweier)

:Stichworte : Ei, Kinzigtal, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Kinzigtal (II)  
: : Folge 124, vom 22. Februar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Suure Blitzloch-Mocke  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1.2 kg gespickter Rindsbraten  
-(Eckstück oder Unterspä

MMMMM-----Marinade:-----

1 dl Rotweinessig,  
5 dl Rotwein,  
2 dl Most (sauer),  
1/2 dl Bier

MMMMM-----Mirepoix:-----

1 mittelgroße Zwiebel,  
1/2 sm Karotte,  
1/2 Stange Lauch,  
2 Knoblauchzehen  
(obige vier Zutaten in  
-Würfel schneiden)  
2 Lorbeerblätter,  
5 Gewürznelken,  
1 tb Tomatenpüree

Den gesalzenen und gepfefferten Rinderbraten rundherum anbraten, das

Fleisch aus der Pfanne nehmen, das Fett abgiessen. In einer anderen Pfanne die Mirepoix mit dem Tomatenpueree in Butter kurz ziehen lassen, mit der Marinade abloeschen, aufkochen, das angebratene Fleisch beifuegen und waehrend ca. 3 1/2 Stunden zugedeckt sieden lassen. Sobald das Fleisch zart und weich ist, herausnehmen, die Sauce mit Staerkemehl binden und abschmecken. Das Fleisch in Scheiben schneiden und mit der feinen Sauce uebergiessen. Spinat-Chnoepfli (Spinatspaetzle) schmecken gut dazu.

:Stichworte : Braten, Emmental, Fleisch, Rind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Emmental (I)  
: : Folge 127, vom 12. April 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Szegediner Gulasch  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Schweineschmalz  
500 g Schweinefleisch (in Würfel  
-geschnitten),  
4 Zwiebeln,  
2 Knoblauchzehen,  
1 ts Rosenpaprika,  
1 kg Sauerkraut, frisches  
1/2 l Fleischbrühe,  
1 c Sauerrahm,  
1 tb Mehl

Schweineschmalz in einer Kasserolle schmelzen, Schweinefleischwürfel scharf anbraten. Grob gehackte Zwiebel und Knoblauch dazugeben und mitdunsten. Mit der Haelfte der Bruehe abloeschen. Rosenpaprika mit Salz gut vermischen und dem Fleisch beifuegen. Sauerkraut ebenfalls dazugeben und mit der restlichen Fleischbruehe auffuellen. Je nach Sauerkraut zugedeckt 45 Minuten bis 1 Stunde koecheln lassen. Sauerrahm mit dem Mehl vermischen und unterziehen. Nochmals ca. 15 Minuten koecheln lassen.

Mit Salzkartoffeln servieren.

:Stichworte : Fleisch, Gulasch, Sauerkraut  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Vorräte für den Winter  
: : Folge 177, vom 14. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
c: Tasse  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Taboulé-Salat

Categories: Salate

Yield: 1 Keine Angabe

250 g Bulgur (vorgegarter  
-Hartweizengrieß),  
Salz,  
1/2 l Brühe,  
6 mittelgroße Tomaten,  
1 grüne Chilischote,  
4 Frühlingszwiebeln,  
4 bn Petersilie,  
1 bn Pfefferminze,  
3 Zitronen,  
8 tb Olivenöl,  
15 grüne Oliven,  
schwarzer Pfeffer aus der  
-Mühle,  
eventuell Salatblätter zum  
-Anrichten

Den Bulgur in die Fleischbruehe einruehren und aufkochen lassen.  
Zugedeckt sollte er etwa 15 Minuten quellen.  
Dann abseihen und abkuehlen lassen.

Inzwischen die Tomaten wuerfeln, die Chilischote laengs halbieren, die  
Kerne entfernen, die Schote in feine Streifen schneiden. Die  
Fruehlingszwiebeln in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden. Die Petersilie  
grob hacken. Die Pfefferminzblaettchen fein hacken. Die Tomaten, die  
Chilischote, die Fruehlingszwiebeln und die Kraeuter mischen.

Den gequollenen Bulgur unterheben. Von den Zitronen vier duenne  
Scheiben aus der Mitte schneiden, zur Seite legen. Die Zitronenhaelften  
auspressen, den Saft ueber den Salat giessen. Das Olivenoel und die  
Oliven unterheben.  
Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

In einer flachen Schuessel auf Salat anrichten, mit den  
Zitronenscheiben garnieren.

:Stichworte : Kräuter, Salat  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Vom Kochen mit Kräutern  
: : Folge 170, vom 27. April 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tante Marias Kraichgauer Käsekuchen (süßer Quarkkuchen)

Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen

Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

200 g Mehl,  
1 Ei,  
2 tb Zucker,  
1 pk Vanillezucker,  
80 g Butter

MMMMM-----Käsemasse:-----

500 g Quark,  
3 tb Mehl,  
3 tb Zucker,  
1/8 l Sahne,  
1/8 l Sauerrahm,  
2 Eier,  
60 g Rosinen,  
60 g Korinthen

MMMMM-----Für die Form:-----

Butter,  
Semmelbrösel

Teig:

Mehl auf ein Backbrett sieben, in die Mitte eine Vertiefung druecken. Da hinein das Ei geben und mit etwas Mehl verruehren. Zucker und Vanillezucker ueber dem Mehl verteilen, kalte Butter in Floeckchen darueber geben. Mit einem Messer die Butterfloeckchen, den Zucker und das Mehl durchhacken, dann rasch mit den Haenden zu einem Teig verkneten und 1 Stunde kalt stellen. Damit das Ausrollen des Muerbeteiges gelingt, ist es noetig, dass er ganz durchgekuehlt und fest geworden ist. Eine Springform (Durchmesser 28 cm) gut mit Butter einfetten und auch am Rand mit Semmelbroeseln bestreuen. Den Muerbeteig etwa 1/2 cm dick ausrollen und in die Form legen. Dabei einen 3 bis 4 cm hohen Rand hoch ziehen.

Kaesemasse:

Den Quark mit dem Mehl gut verruehren. Dann die restlichen Zutaten dazugeben, alles sehr gut mischen und auf dem Muerbeteigboden gleichmaessig verteilen. Den Kuchen im vorgeheizten Backofen bei 150 bis 175 Grad etwa 80 bis 90 Minuten backen. Nach kurzem Abkuehlen den Rand der Springform entfernen, ein Gitter auf den Kuchen legen und zusammen mit diesem umdrehen. Dann vorsichtig den Boden der Form entfernen. Wenn der Kuchen ausgekuehlt ist, wird er vorsichtig wieder umgedreht und auf eine Kuchenplatte gelegt.

:Stichworte : Käse, Käsekuchen, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Käse - nicht nur aufs Butterbrot  
: : Folge 199, vom 27. September 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tapenade (Olivenpaste)  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g entsteinte und gehackte  
-schwarze Oliven,  
50 g gehackte Kapern,  
10 gehackte Sardellen

Alle Zutaten miteinander in einem Moerser zu einer homogenen Masse vermengen. Falls man einen Mixer benutzt: die Paste soll nicht zu fein pueriert werden. Tapenade kann auch zusammen mit frischem Vollkornbrot als Vorspeise gereicht werden.

(Feisst/Rueegg: "Was die Grossmutter noch wusste",  
Albert-Mueller-Verlags-AG)  
:Stichworte : Aufstrich, Frankreich, Mittelmeer, Olive, Provence  
: : Vorspeise  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mittelmeerküche - Provence  
: : Folge 152, vom 12. Juni 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Taramosalata (gelber oder roter Fischrogen-Dip)  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

1 sm feingehackte Zwiebel,  
1 1/2 Tassen eingeweichtes Brot,  
1 1/2 Tassen Olivenöl,  
1 c Zitronensaft,  
1/2 ts Salz,  
1/2 c Taramas  
(gelber oder roter Kaviar,  
im griechischen oder  
-türkischen Geschäft  
-erhältlich),  
gehackte Petersilie,  
schwarze Oliven

"Taramosalata" ist sehr appetitanregend und wird mit Brot, das in den  
Dip getaucht wird, gegessen; es passt auch zu verschiedenen Salaten und  
gekochtem Gemüse

Wenn der Taramas nicht aus der Buechse ist, kommt er zuerst in  
lauwarmes Wasser fuer ungefaehr 10 Minuten, damit er entsalzt wird;  
reinigen und gut abtrocknen lassen. Rogen aus der Buechse kann man  
unmittelbar verwenden: Er kommt zusammen mit dem eingeweichten Brot in  
den Mixer, wo eine weiche Masse entstehen sollte. Dann gibt man in den  
laufenden Mixer abwechselnd und tropfenweise Zitronensaft und  
Olivenoel. Salzen. Den Taramas mit gehackter Petersilie bestreuen.

Rezepte nach Hotel Amathus

:Stichworte : Dip, Rogen, Zypern  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie auf Zypern  
: : Folge 175, vom 6. Juli 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:

sm: klein.  
c: Tasse  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tatsch  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Eier,  
Salz,  
2 dl Milchwasser,

300 g Mehl,  
Backfett oder Öl

Eier schlagen, Salz und Milchwasser beigeben, Mehl dazusieben und einen dickflüssigen Teig herstellen. Daraus Omeletten backen, diese zu feinen Stückchen zerstochern (wie "Kratzete").

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Graubünden  
: : Folge 114, vom 14. September 1994 und  
: : Folge 115, vom 28. September 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Teebaum-Salbe  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

50 ml Salbengrundlage,  
etwas Jojobaöl,  
20 dr Teebaumöl

Alles gut miteinander vermischen und in ein Toepfchen füllen.  
(Anwendung bei Herpes, Akne, Ekzemen, Nagelpilz, Fusspilz, Schuppen,  
Insektenstich, kleinen Hautabschuerfungen, gegen Insekten, auch  
Ameisen.)

:Stichworte : Nonfood, Salbe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Tröstende und heilende Düfte  
: : Folge 184, vom 23. Dezember 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dr: Tropfen

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tessiner Bohnengericht  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

3 tb Olivenöl,  
1 Zwiebeln (fein gehackt),  
-evtl. mehr  
1 Knoblauchzehe (gepresst),  
800 g Bohnen (große eventl.  
-entzweigeschnitten),  
500 g Tomaten (geschält, in  
-Schnitzen),  
200 ml Fleischbrühe,  
3 Zweige Bohnenkraut,  
Salz,  
Pfeffer,  
2 tb Petersilie (fein gehackt)

Das Oel heiss werden lassen und Zwiebeln und Knoblauch darin



andaempfen. Bohnen und Tomaten beigeben und durchruetteln. Mit der Fleischbruehe abloeschen, mit Salz und Pfeffer wuerzen, das Bohnenkraut darueber legen und offen ca. 30 Minuten koecheln lassen. Gelegentlich aufschuetteln. Mit Petersilie bestreut servieren.

:Stichworte : Beilage, Bohne, Gemuese  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste: Bohnen  
: : Folge 239, vom 16. Juli 2000  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tessiner Brottorte  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

450 g Brot, altbackenes  
1 tb Vanillezucker,  
150 ml Milch,  
10 dr Bittermandelöl,  
1 Ei,  
150 g Zucker,  
3 tb Kakaopulver,  
3 tb Grappa oder anderen  
-Branntwein,  
150 g Rosinen,  
1 Zitrone, Saft und Schale von  
50 g Orangeat,  
50 g Zitronat

MMMMM-----Zum Bestreuen:-----

50 g Zucker,  
50 g Pinienkerne

Das Brot in feine Stuecke schneiden und in eine Schuessel geben. Die Milch mit Vanillezucker aufkochen und ueber das Brot giessen. Ueber Nacht stehen lassen. Mit den Haenden oder dem Stabmixer alles zu einem homogenen Teig verarbeiten. Restliche Zutaten dazumischen. Eine Springform (24 cm Durchmesser) einoleen und mit Paniermehl bestreuen. Den Teig hineingeben. 50 g Zucker und 50 g Pinienkerne darueber verteilen und andruecken. Den Kuchen in den kalten Backofen stellen und fuer 2 1/2 Stunden bei 180 Grad backen. Kuchen im Backofen erkalten lassen.

:Stichworte : Brot, Torte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Trockenes Brot  
: : Folge 230 vom 27. Februar 2000  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

Legende:

tb: El.

dr: Tropfen

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Teufelsspaghetti  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln

Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Für die Spaghetti:-----

4 l Wasser,  
1 tb Salz,  
2 tb Olivenöl,  
300 g Spaghetti, evtl. mehr

MMMMM-----Für die Sauce:-----

2 tb Olivenöl,  
4 Tomaten,  
15 schwarze Oliven,  
1 Peperoni,  
Salz,  
1 tb Oregano,  
3 tb Butter,  
6 tb Parmesankäse

Wasser, Salz und Olivenoel miteinander aufkochen, Spaghetti beifuegen.  
Zugedeckt al dente kochen (je nach Qualitaet 8 bis 15 Min.).

Fuer die Sauce:

Olivenoel erhitzen. Tomaten in Schnitze teilen und in das heisse Oel geben. Oliven vom Stein befreien und in Stueckchen schneiden. Peperoni der Laenge nach entzweischneiden, die Kerne entfernen, das Fleisch in feine Streifen schneiden.

Oliven und Peperoni begeben und mit Salz abschmecken. 15 Minuten koecheln lassen. Oregano druntermengen. Die Sauce mit zwei Gabeln unter die abgeschuetteten Spaghetti mischen. Butter druebergeben. Zugedeckt 2 Minuten stehen lassen. Unmittelbar vor dem Servieren mit Parmesan bestreuen.

("Kathrin Rueeggs Kaesespezialitaeten", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Nudel, Spaghetti  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Balkongarten  
: : Folge 151, vom 22. Mai 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Teufelssuppe

Categories: Vorspeisen, Suppen

Yield: 1 Keine Angabe

350 g kleine Teigwaren,  
300 g gekochter Schinken,  
300 g Mortadella (italienische  
-Wurst),  
250 g Spinat,  
1/4 l Sahne,  
150 g Butter,  
2 Knoblauchzehen (gepresst),  
-evtl. mehr  
1 Zwiebel (fein gehackt),  
Basilikum (klein gezupft),  
Petersilie (fein gehackt),  
1 pk Cognac,  
1 1/2 l Fleischbrühe

In die heisse Bruehe den in Wuerfel geschnittenen Schinken und die in Wuerfel geschnittene Mortadella geben. Den ganzen Knoblauch, die klein geschnittene Zwiebel und die fein gehackte Petersilie sowie das Basilikum hinzufuegen.

In der siedenden Bruehe den in Streifen geschnittenen Spinat 10 Minuten koecheln lassen und die Teigwaren dazugeben. Wenn die Teigwaren weich sind, die Suppe mit Cognac und Sahne verfeinern, zum Schluss die Butter gut verruehren. Mit Salz und Pfeffer wuerzen und vor dem Servieren die Suppe mit reichlich Kaese bestreuen.

:Stichworte : Basilikum, Spinat, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Basilikum  
: : Folge 256, vom 17. Juni 2001  
: : von Kathrin Ruegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Thueringer Kohlrouladen  
Categories: Kartoffel-, Gemueseegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Rotkraut,  
1 kraeftiger Schuss Essig,  
1 tb Zucker,  
etwas Salz,  
1 Broetchen,  
3 tb Milch,  
500 g gemischtes Hackfleisch,  
2 Eier,  
2 Zwiebeln,  
3 tb Gaaeseschmalz,  
Pfeffer aus der Muehle,  
1 Karotte,  
4 Wacholderbeeren,  
1 Lorbeerblatt,  
2 Gewuerznelken,  
1/8 l Fleischbruehe,  
1/8 l Rotwein,  
2 tb Butter

Aeussere Blaetter vom Kohl entfernen. Dann etwa 16 bis 24 grosse Blaetter abloesen und deren Rippen flach schneiden. Zwei Liter Wasser mit Essig, Zucker und Salz aufkochen. Darin die Kohlblaetter 20 Minuten garen. Herausnehmen und abtropfen lassen. Zerkleinertes Broetchen in Milch einweichen. Ausdruecken und mit Hackfleisch und Eiern in einer Schuessel durchkneten. Dann 1 Zwiebel schaelen und hacken, in einer Kasserolle mit 1 EL Schmalz glasig duensten und in die Fleischfarce mengen. Salzen und pfeffern. Fuer jede Roulade 2 bis 3 Kohlblaetter auf einer Arbeitsflaeche ausbreiten. Darauf die Fuellung verteilen, aufrollen und mit Kuechengarn fixieren. In einer grossen tiefen Pfanne restliches Schmalz erhitzen. Die zweite Zwiebel schaelen, die Karotte schaben und beides klein wuerfeln. Mit den Gewuerzen im Schmalz rasch anbraten. Rouladen bei guter Hitze einsetzen und unter Wenden anschmoren. Bruehe und Wein angiessen und aufkoecheln, dabei die Rouladen wieder wenden. Zugedeckt gut 30 Minuten garen.

Rouladen herausnehmen und warm stellen. Bratensauce rasch einkoecheln

bis sie dicklich wird. Vom Herd nehmen, Butter einruehren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und durch ein Sieb ueber die Rouladen passieren. Heisse Rouladen mit Dampfkartoffeln servieren.

:Stichworte : Gemüse, Kohl, Rotkohl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Rotkraut - Weißkraut  
: : Folge 158, vom 20. Oktober 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tiertisch, Gräwes, Tördisch, Teertich, Cräwes  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

Zutaten:  
1 Eisbein oder ca. 1 kg  
-Schweinerippchen,  
750 g Sauerkraut,  
Fleischbrühe,  
1 Flasche Moselwein,  
1 Lorbeerblatt,  
1 Zwiebel,  
1 kg Kartoffeln, ca.  
1/2 l heiße Milch, ca.  
50 g Speck (in Würfel  
-geschnitten),  
1 Zwiebel (in Würfel  
-geschnitten)

Das Eisbein oder die Rippchen in der Fleischbruehe halb gar kochen. Das Sauerkraut darauf legen und mit Moselwein bedecken. Zwiebel und Lorbeerblatt dazugeben und mit Salz und Pfeffer wuerzen. Das Gericht 1 Stunde weiter koecheln.

In der Zwischenzeit die Kartoffeln schaelen, in Salzwasser garen und durch die Kartoffelpresse druecken. Den Kartoffelbrei mit heisser Milch zu einem glatten Pueree verruehren.

Das Fleisch aus dem Topf nehmen und in Portionen schneiden. Das Sauerkraut mit dem Kartoffelpueree vermischen und zusammen mit dem Fleisch anrichten.

Speck- und Zwiebelwuerfel glasig duensten und ueber das Gericht geben. "Tiertisch" wird oft mit Hausmacher Blut- und Leberwuersten serviert. Es schmeckt aber auch ohne Fleisch. Kenner behaupten, aufgewaermt schmeckt "Tiertisch" noch besser!

:Stichworte : Fleisch, Schwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus der Küche einer alten Stadt: Trier  
: : Folge 109, vom 25.05.1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tiroler Speckknödel

Categories: Beilage

Yield: 1 Keine Angabe

6 trockene Brötchen,  
Salz,  
1/4 l Milch, ca.  
2 Eier, evtl. mehr  
100 g Speck,  
150 g geräucherte Wurst (z.B.  
-Landjäger),  
30 g Butter,  
1/2 Zwiebel,  
Petersilie,  
Schnittlauch,  
3 tb Mehl, etwa  
Fleischbrühe

Broetchen in kleine Wuerfel schneiden und salzen. Milch und Eier miteinander verquirlen (Eiermilch), ueber die Brotwuerfel giessen, leicht unterziehen, zudecken und eine halbe Stunde stehen lassen. Speck sehr fein schneiden und ausbraten. Harte Wurst wiegen und direkt zum Brot geben, weiche Wurst klein schneiden und ebenfalls ausbraten. Zwiebeln fein hacken in Butter anroesten und die fein geschnittenen Kraeuter beigeben. Speck, Wurst und Zwiebeln zu den Brotwuerfeln geben. Mehl darueber streuen, gut unterziehen und zusammendruecken. Die Masse soll eher fest sein, aber nicht schmieren. Mit nassen Haenden 8 bis 12 gleich grosse Knoedel formen und gut drehen. Es ist ratsam, zuerst einen Probeknoedel in die leicht kochende Fleischbruehe zu geben und ca. 12 Minuten sieden zu lassen. Der gekochte Probeknoedel soll aussen glatt sein und innen eine lockere Masse aufweisen. Ist der Knoedel zu weich, gibt man etwas Mehl dazu und drueckt beim Runden fester an. Zu feste Knoedel koennen mit Eiermilch gelockert werden.

Nach altem Brauch isst man den ersten Knoedel in der Suppe, den zweiten zu Sauerkraut oder Ruebenkraut, den dritten zu Eingemachtem oder Schweinernem, den vierten mit Salat. Wer dann noch kann, beginnt wieder von vorne.

:Stichworte : Knödel, Speck, Tirol  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Tirol  
: : Folge 249 vom 11. Februar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tirolerknödel

Categories: Beilagen

Yield: 1 Keine Angabe

8 Brötchen oder  
12 Toastbrot-scheiben,  
Milch,  
Schnittlauch,  
Petersilie,  
2 Salametti,  
75 g geräucherter Bauernschinken,  
75 g Rohspeck,  
1 Cervelats,

3 tb Mehl,  
4 Eier

Broetchen fein hacken, mit wenig Milch lange einweichen, schwach salzen. Schnittlauch (feingehackt), Salametti, Bauernschinken, Rohspeck und Cervelats (alles feingehackt) mit Mehl vermischen, Eier darunterziehen und alles noch einmal gut vermischen. Mit wenig Mehl Knodel formen und in Fleischbruehe kurz kochen (ca. 5 Minuten).

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Graubünden  
: : Folge 114, vom 14. September 1994 und  
: : Folge 115, vom 28. September 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tivoli von Erdbeeren  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g frische oder tiefgefrorene  
-Erdbeeren,  
1/4 l Milch,  
1/2 Vanilleschote,  
Stärkemehl (s.  
-Verpackungsbeil  
2 Eigelb,  
75 g Zucker,  
1/8 l Sahne,  
2 cl Kirschwasser,  
einige Erdbeeren zum  
-Garnieren

Erdbeeren waschen, gruendlich abtropfen lassen und entstielen. Tiefgekuehlte Erdbeeren auftauen lassen. Dann im Mixer puerieren. Milch mit der aufgeschnittenen Vanilleschote zum Kochen bringen. Eigelb mit Zucker dickschaumig aufschlagen und die kochende Milch, aus der die Vanilleschote entfernt wurde, in einem duennen Strahl unter staendigem Ruehren mit dem Schneebeesen einlaufen lassen.

Staerkemehl in kaltem Wasser auflösen (s. Verpackungsbeilage) und dazu geben. Die Creme etwas abkuehlen lassen und das Erdbeerpueree darunter ziehen. Die Schuessel auf ein Eisbett stellen und langsam kalt schlagen, dabei darf die Creme nicht schaumig werden. Die Sahne sehr steif schlagen und mit dem Kirschwasser parfuemieren. Diese Sahne unter die Creme ziehen, dann in eine Form fuellen und in den Kuehlschrank stellen bis sie fest und kalt ist. Zum Servieren die Form kurz in heisses Wasser tauchen und die Creme stuerzen. Mit Erdbeeren und Sahne garnieren.

:Stichworte : Dessert, Erdbeere  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Spanisch-Brötli-Bahn  
: : Folge 176, vom 20. Juli 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cl: centiliter

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Toast mit Ei  
Categories: Brot  
Yield: 1 Portion

1 sl Toastbrot  
1 frisches Ei  
Butter

Das Eiweiss zu Schnee schlagen und im Spritzbeutel auf den Rand einer gebutterten Toastbrotscheibe ringsum spritzen. In die Mitte des Brotes das Eigelb setzen. Das Brot in dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen ca. 4 bis 5 Minuten ueberbacken. Vor dem Servieren nach Geschmack Salz und Pfeffer darueber streuen.

:Stichworte : Brot, Ei, Toast  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 211, Die Sendung vom Ei  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Toastbrot  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Hefewürfel,  
100 ml Wasser,  
1 kg Weis̄mehl (Typ 405),  
25 g Salz,  
500 ml Wasser

Hefewuerfel in 100 ml zimmerwarmem Wasser aufloesen und 10 Minuten stehen lassen.

Mehl in eine Schuessel sieben und in die Mitte eine Vertiefung machen. Das Hefewasser hineingeben, mit etwas Mehl zu einem duennen Brei ruehren und 15 Minuten stehen lassen.

Salz und portionsweise 500 ml zimmerwarmes Wasser dazuruehren. Zuerst mit dem Backhorn, dann, bis alles Mehl hinein gearbeitet ist, mit den Haenden kneten. Auf eine trockene Arbeitsflaeche legen. 5 Minuten gut durchkneten. Zu einer Kugel formen. Diese in die Schuessel zuruecklegen und mit einem feuchten Tuch zugedeckt an einem warmen Ort 1 1/2 Stunden gehen lassen.

Den Teig nochmals durchkneten und zu einer Kugel formen. Diese in zwei gleich grosse Stuecke teilen. Jedes Stueck nochmals durchkneten, zu einem laenglichen Laib formen.

In eine geelte oder mit Backpapier ausgelegte Kastenform (35 cm lang) legen. Mit einem feuchten Tuch bedeckt nochmals 1/2 Stunde gehen lassen.

Die Brote mit kaltem Wasser bepinseln und in dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen 1 Stunde auf mittlerer Schiene backen. Auf einem Gitter auskuehlen lassen.

:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brotbacken  
: : Folge 248 vom 28. Januar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tomaten Chutney  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g reife Tomaten,  
500 g unreife Tomaten,  
2 lg Zwiebeln,  
8 Knoblauchzehen,  
1 tb Sonnenblumenöl,  
6 tb Zucker,  
250 ml Weißweinessig,  
1 ts Salz,  
6 Zweige Stangensellerie,  
1 bn Petersilie,  
1 ts gemahlene Koriander,  
1 ts gemahlene Pfeffer,  
3 zerbröselte Chilischoten,  
2 zerbröselte Lorbeerblätter

Reife Tomaten waschen, Stielansatz entfernen, Stueck fuer Stueck auf einer Schaumkelle 1 Minute in kochendes Wasser halten, schaelen, klein schneiden.

Unreife Tomaten waschen, Stielansatz entfernen, mit dem Sparschaeler schaelen, klein schneiden.

Zwiebeln schaelen, fein hacken, Knoblauch schaelen, fein hacken. Oel heiss werden lassen, Zwiebel und Knoblauch glasig daempfen, Tomatenstuecke beigeben, koecheln lassen, gelegentlich umruehren. Zucker, Essig, Salz beigeben.

Stangensellerie waschen, in Streifen schneiden, beigeben. Petersilie waschen, fein hacken, beigeben. Koriander, Pfeffer, Chilischoten, Lorbeerblaetter beigeben. Alles auf kleinem Feuer kochen, bis es zu einem dicken Mus geworden ist. Ruehren! In mit heissem Essig-Salzwasser (2 EL Essig, 2 EL Salz auf 1 l kochendes Wasser) ausgespuelte Schraubdeckelglaeser fuellen. Sofort verschliessen. Dunkel, kuehl und trocken aufbewahren.

("Kathrin Rueeggs pikante Einmachkueche", Mueller-Rueschlikon Verlags AG)

:Stichworte : Chutney, Eingemacht, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Süßsauer Eingemacht  
: : Folge 157, vom 06. Oktober 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.  
lg: gross.  
ts: Tl.



MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tomaten mit Avocadocreme  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

8 sm Tomaten,  
2 reife Avocados,  
1 Zitrone,  
1 Schalotte (fein gehackt),  
1/2 grüne Paprika (in kleine  
-Würfel geschnitten),  
1/2 rote Paprika (in kleine  
-Würfel geschnitten),  
Salz,  
1 Msp Chilipulver

Tomaten waschen, Deckel abschneiden, sorgfaeltig aushoehlen und kuehl stellen. Avocados der Laenge nach aufschneiden, Kern entfernen, das Fleisch mit einem Loeffel herausschaelen und dieses mit einer Gabel oder im Mixer puerieren. Zitronensaft, Schalotte und Paprika darunter mischen. Mit Salz und Chilipulver abschmecken. Die Creme in die ausgehoehlten Tomaten fuellen.

:Stichworte : Avocado, Buffet, Fingerfood, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Ostergäste  
: : Folge 168, vom 30. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tomaten nach "Metzgerinnen-Art"  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

2 Eier, hart gekochte  
250 g Fleischwurst,  
4 Tomaten,  
Senf,  
Essig,  
Öl,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 Schalotte,  
Petersilie, fein gehackte  
Basilikum fein gehacktes

Die Eier und die Fleischwurst in ca. 3 mm dicke Scheiben schneiden. Aus Senf, Essig, Oel, Salz, Pfeffer, den fein gehackten Kraeutern und der fein gehackten Schalotte eine Vinaigrette herstellen. Die Tomaten zu einem Faecher aufschneiden (der Boden darf nicht durchtrennt werden). In die so entstandenen Taschen abwechslungsweise Eischeiben und Wurstraedchen legen. Die gefuellten Tomaten mit der Vinaigrette betraeufern und ca. 1/2 Stunde ziehen lassen.

:Stichworte : Buffet, Elsass, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Elsass

: : Folge 231 vom 12. März 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tomaten provençale  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Tomaten,  
Salz,  
Pfeffer,  
4 tb Paniermehl,  
3 tb Butter,  
2 Knoblauchzehen

Tomaten halbieren, mit der Schnittflaeche nach oben auf ein geeltes, passendes Backblech legen (oder in eine ausgefettete feuerfeste Form), salzen, pfeffern. Paniermehl mit der Butter und dem ausgepressten Knoblauch vermengen. Diese Masse auf die Tomatenhaelften verteilen. Im Ofen 15 Minuten backen.

(Feisst/Rueegg: "Was die Grossmutter noch wusste",  
Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Frankreich, Mittelmeer, Provence, Tomate

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Mittelmeerküche - Provence

: : Folge 152, vom 12. Juni 1996

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tomaten-Apfel-Chutney  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Äpfel,  
400 ml Weißweinessig,  
100 ml Wasser,  
500 g Tomaten,  
750 g Zucker,  
1 lg Zwiebel,  
100 g Rosinen,  
1 ts gelbes Senfpulver (aus der  
-Apotheke),  
1 ts Salz,  
1 daumengroßes Stück  
-Ingwerwurzel,  
5 Gewürznelken,  
1 Msp. Cayennepfeffer

Aepfel waschen, schaelen, vierteln, Stiel, Kerngehaeuse und Fliege entfernen, die Schnitze in feine Scheiben schneiden und mit 200 ml Weissweinessig und 100 ml Wasser weich kochen. Tomaten waschen, Stielansatz entfernen, Stueck fuer Stueck auf einem Schaumloeffel 1 Minute in kochendes Wasser halten, schaelen, klein schneiden, beigegeben. Den Zucker und den Rest des Weissweinessigs beigegeben. Zwiebel schaelen,

fein hacken und ebenfalls begeben.  
Ingwerwurzel schaelen, fein reiben und zusammen mit Rosinen,  
Senfpulver, Salz, Gewuerznelken, Cayennepfeffer nach und nach begeben.  
Auf kleinem Feuer zu einem dicken Mus kochen. Ruehren! In mit heissem  
Essig-Salzwasser (2 EL Essig, 2 EL Salz auf 1 l kochendes Wasser)  
ausgespuelte Schraubdeckelglaeser fuellen. Sofort verschliessen. Kuehl  
und trocken lagern.

:Stichworte : Apfel, Chutney, Tomate, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 161, Weihnachtsgeschenke aus der Kuiche  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schaefler

MMMMM

Legende:

lg: gross.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tomaten-Ketchup  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

2 kg Tomaten, vollreife  
3 lg Zwiebeln,  
3 Knoblauchzehen,  
250 ml Rotweinessig,  
350 g Zucker,  
20 g Salz,  
1 tb frischer oder Tl  
-getrockneter Rosm  
1 tb frischer oder 1 Tl  
-getrockneter Thymia  
1 tb frischer oder 1 Tl  
-getrockneter Salbei  
20 g Senfpulver (aus Apotheke)

Tomaten waschen, Stielansatz entfernen und nach Groesse halbieren,  
vierteln oder achteln. Zwiebel schaelen und fein hacken. Knoblauch  
schaelen und durchpressen. Alles miteinander aufsetzen. Unter  
gelegentlichem Umruehren 15 Minuten koecheln lassen. Unterdessen  
Rotweinessig und Zucker miteinander aufkochen. Salz, Oregano, Thymian  
Rosmarin und Salbei dazugeben. Koecheln bis sich Zucker aufgeloeset hat.  
Eventuell abseihen. Senfpulver begeben. Das Tomaten-Zwiebelmark durch  
ein Sieb streichen, der Essig-Kraeutersud dazugeben. Alles einkochen  
lassen, bis die Sauce die gewuenschte Konsistenz erreicht hat. Sofort  
in heiss ausgespuelte Flaschen abfuellen. Kuehl und trocken gelagert  
ist das Tomaten-Ketchup 1 Jahr haltbar.

:Stichworte : Eingemacht, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Gesunde Vorräte für den Winter  
: : Folge 177, vom 14. September 1997  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefler

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tomaten-Sauce mit Rosmarin

Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

3 tb Butter,  
1 Knoblauchzehe (gepresst),  
800 g geschälte Tomaten (Pelati),  
200 g Tomatenpüree,  
2 Zweige Rosmarin oder  
2 ts getrocknete Rosmarinnadeln,  
10 Blätter Basilikum oder  
2 ts getrocknetes Basilikum,  
Salz,  
Pfeffer

Die Butter schmelzen lassen, den Knoblauch kurz darin duensten, die durchpassierten Pelati, Tomatenpueree und Kraeuter dazuruehren. Mit Salz und Pfeffer wuerzen.

90 Minuten, besser laenger, koecheln lassen, gelegentlich umruehren. Zu Teigwaren servieren.

:Stichworte : Rosmarin, Sauce, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Rosmarin  
: : Folge 253 vom 22. April 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tomatenfondue

Categories:

Yield: 1 Keine Angabe

250 g Vacherin-Käse aus dem  
-Wallis (oder Emmentale)  
250 g Gruyere-Käse,  
6 geschälte und entkernte  
-Tomaten,  
200 ml Weißwein (Fendant oder  
-Gutedel),  
Oregano,  
Thymian,  
Pfeffer,  
junge Kartoffelchen mit  
-Schale,  
Caquelon mit Rechaud

Im Caquelon etwas Butter schmelzen und die Tomatenwuerfelchen darin daempfen. Die kleingeschnittenen Kraeuter beigeben. Gut vermischen und pfeffern. Mit einem Glas Weisswein abloeschen. Kaese reiben und unter staendigem Ruehren in Form einer Acht in den Caquelon zu den Tomaten und Kraeutern geben. Wenn das Fondue zu dick ist, noch etwas Wein beifuegen. Wenn aber das Fondue zu duenn ist, etwas Staerkemehl mit Kirschwasser anruehren und darunter mischen. Caquelon auf das brennende Rechaud stellen und anstatt mit Brot, mit neuen Pellkartoeffelchen servieren, die man - wie Brot - auf die Gabel spiest und damit die Kaesemasse aus dem Caquelon nimmt. Man kann auch in eine Suppentasse eine Kartoffel geben und Fondue daruebergiessen.

Der Kaese kuehlt so allerdings schneller ab! Tipp: Sollte sich der Wein nicht mit dem Kaese verbinden, ein wenig Essig oder Zitronensaft begeben.

:Stichworte : Anniviers, Fondue, Käse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Val d'Anniviers  
: : Folge 163, vom 11. Juli 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tomatensauce  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g reife Tomaten  
1 Schalotte  
2 ts frische Petersilie  
2 tb Butter

Tomaten ueberbruehen und enthaeuten. Das Fruchtfleisch klein hacken. Schalotten schaelen und fein hacken. Petersilie waschen und fein hacken. 1 EL Butter in einem Topf schmelzen. Gehackte Schalotte unter staendigem Ruehren anschwitzen. Die Haelfte der Petersilie und die Tomatenwuerfel dazugeben. Bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten offen duensten. Die restliche Petersilie in die Sauce ruehren und weitere 5 Minuten ziehen lassen.

:Stichworte : Kleinkind, Sauce, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Kost für kleine Feinschmecker  
: : Folge 181, vom 09, November 1997  
: : aus dem Buch von Monika Arndt: Das Baby-Kochbuch,  
: : gesunde Ernährung für Ihr Kind, dtv 36536 entnommen.  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tomatensauce  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

1 tb Olivenöl,  
50 g Speckwürfel,  
1 fein gehackte Zwiebel,  
2 gepresste Knoblauchzehen,  
1/2 l "Salsa pizzaiola"  
oder  
1 cn abgetropfte Pelati  
-(geschälte Tomaten)  
2 tb Tomatenpüree,  
1 ts Zucker,  
100 ml Rotwein,  
1 ts Rosmarin,  
1 ts Salbei,  
1 ts getrockneter Thymian,  
Salz,

## Pfeffer

Das Olivenoel heiss werden lassen, Speckwuerfel, Zwiebel und Knoblauch darin andaempfen. Restliche Zutaten der Reihe nach zugeben, mindestens eine halbe, besser eine Stunde lang koecheln lassen. Gelegentlich umruehren.

:Stichworte : Italien, Sauce, Tomate, Veneto  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Veneto/Italien  
: : Folge 62, vom 14. Juni 1991  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

cn: Dose  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tomatensauce Dario  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Öl,  
2 gepresste Knoblauchzehen,  
1 cn Pelati oder  
6 geschalte Tomaten, in  
-Schnitze zerteilt,  
2 tb Tomatenmark,  
1 Rosmarinzweig,  
2 tb Butter,  
Salz,  
Pfeffer,  
3 l Wasser,  
2 ts Salz

Das Oel erhitzen, den Knoblauch darin goldbraun anbraten, die Tomatenschnitze, das Tomatenmark und den Rosmarinzweig beigegeben. Auf kleinem Feuer mindestens 1 1/2 Stunden koecheln, gelegentlich umruehren. Den Rosmarinzweig entfernen, die Sauce durch ein Sieb streichen, aufkochen, die Butter dazuruehren, wuerzen.

Kathrin schlaegt vor: die gekochten Teigwaren in die Tomatensauce geben, alles mit zwei Gabeln gut durchmischen, heiss werden lassen. Kaese separat dazu servieren.

:Stichworte : Nudel, Sauce, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 213, Die Sendung von den Nudeln  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

cn: Dose  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tomatenspaghetti  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Olivenöl,  
 2 Knoblauchzehen (gepresst),  
 6 Tomaten (geschält, in  
 -Schnitze zerteilt) ode  
 1 cn Pelati (konservierte  
 -Tomaten),  
 2 tb Tomatenmark,  
 1 Rosmarinzweig,  
 3 tb Butter,  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 300 g Spaghetti (am besten aus  
 -Hartweizengrieß),  
 3 l Wasser

Das Oel erhitzen, den Knoblauch darin goldbraun anbraten, die  
 Tomatenschnitze, das Tomatenmark und den Rosmarinzweig beigeben. Auf  
 kleinem Feuer mindestens 1 1/2 Stunden koecheln, gelegentlich  
 umruehren. Den Rosmarinzweig entfernen, die Sauce durch ein Sieb  
 streichen, aufkochen, die Butter dazuruehren, wuerzen.

Das Wasser mit Salz aufkochen, die Spaghetti darin "al dente" kochen  
 (die auf der Packung angegebene Kochzeit beachten!), abgiessen, kalt  
 ueberbrausen. In die Tomatensauce geben und alles mit zwei Gabeln gut  
 durchmischen, heiss werden lassen. Den Kaese separat servieren.

:Stichworte : Nudel, Spaghetti, Tomate  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Schnitzel  
 : : Folge 242, vom 22. Oktober 2000  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cn: Dose  
 tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tomatensuppe  
 Categories: Vorspeisen, Suppen  
 Yield: 2 Personen

500 g Tomaten,  
 1 mittelgroße Zwiebel,  
 1/2 Knoblauchzehe,  
 1 ts Sonnenblumenöl,  
 Salz,  
 schwarzer Pfeffer,  
 Paprikapulver,  
 1 pn getrockneter Oregano,  
 1 pn Thymian,  
 1 pn Rosmarin,  
 1 pn Basilikum,  
 1 Spritzer flüssiger Süßstoff,  
 400 ml entfettete Fleisch- oder  
 -Knochenbrühe,  
 1 tb Sauerrahm (10 % Fett),  
 1 tb frisch geriebener Käse (30  
 -% Fett i. Tr.)

Die Tomaten haeuten und in kleine Stuecke schneiden, dabei den

Stielsansatz entfernen. Die Zwiebel und den Knoblauch fein hacken. Das Oel in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Zwiebel und den Knoblauch hinzufuegen und unter Ruehren glasig braten. Die Tomatenstuecke dazugeben.

Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver, dem Oregano, dem Thymian, dem Rosmarin und dem Basilikum wuerzen. Den Suesstoff dazugeben, durchruehren und bei schwacher Hitze etwa 15 Minuten kochen lassen.

Die Bruehe dazugiessen und kurz aufkochen lassen. Die Suppe durch ein Sieb passieren. Den Sauerrahm in die heisse Suppe ruehren. Mit dem Kaese bestreuen und servieren.

:Stichworte : Diabetes, Suppe, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen für Diabetiker  
: : Folge 202, vom 08. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
: : 110 kcal

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tomatensuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Butter,  
1 gehackte Zwiebel,  
4 in Würfel geschnittene  
-Tomaten,  
4 in Würfel geschnittene  
-Kartoffeln,  
1 l Wasser,  
Salz,  
Pfeffer,  
3 Eier,  
5 tb Milch,  
4 sl in Würfel geschnittenes  
-Brot,  
1 l Frittieröl,  
2 tb Schnittlauch oder  
-Petersilie, feinge

Die Butter schmelzen, Zwiebel darin glasig duensten. Tomaten und Kartoffeln begeben, mit dem Wasser abloeschen, wuerzen und 1/2 Stunde koecheln lassen. Durch ein Sieb streichen oder mit dem Mixstab puerieren. Die verklopfen Eier mit der Milch mischen, salzen und die Brotwuerfel darin wenden. Das Frittieroeel heiss werden lassen, die Brotwuerfel portionenweise auf einer Schaumkelle darin goldbraun herausbacken. Die Suppe in eine gut vorgewaermte Suppenschuessel geben. Die Goldwuerfel und zuletzt den Schnittlauch darueber streuen.

:Stichworte : Schwaben, Suppe, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Schwaben  
: : Folge 135, vom 11. September 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer



MMMMM

Legende:

tb: El.

sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tomatensuppe "Aurora"

Categories: Vorspeisen, Suppen

Yield: 1 Keine Angabe

500 g gut gereifte Fleischtomaten,  
1 mittelgroße Zwiebel (fein  
-gehackt),  
4 tb Olivenöl,  
1 Sträußlein Thymian,  
1 bn Petersilie,  
Salz,  
Pfeffer,  
2 l Gemüsebrühe,  
Brotwürfelchen (Croutons),  
Butter,  
Parmesan nach Geschmack

Die Tomaten enthaeuten, die Samen entfernen. Das Fleisch in kleine Stuecke schneiden. Die Zwiebel in Oel duensten, die Tomatenwuerfel dazugeben und weiterduensten lassen. Thymian und Petersilie hineingeben, gut umruehren, salzen, pfeffern und 30 Minuten auf mittlerem Feuer kochen lassen. Die Gewuerzstraeusse herausnehmen, die Masse puerieren und wieder aufs Feuer stellen. So viel Bruehe beifuegen, dass eine fluessige Creme entsteht. Croutons in Butter anbraten und auf der Suppe mit Parmesan bestreut servieren.

:Stichworte : Suppe, Thymian, Tomate  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Thymian  
: : Folge 258, vom 15. Juli 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tomatensuppe mit Zwiebelsprossen

Categories: Vorspeisen, Suppen

Yield: 1 Keine Angabe

1 Zwiebel (fein gehackt),  
1 Knoblauchzehe (gepresst),  
1 tb Öl,  
500 g geschälte Tomaten (klein  
-geschnitten),  
1 l Hühnerbrühe,  
Salz,  
Pfeffer,  
3 Hand voll Zwiebelsprossen,  
4 tb Creme fraiche

Zwiebel und Knoblauch im Oel andaempfen. Die geschaelten Tomaten und

die Bruehe beigeben. Mit dem Mixstab puerieren. Die Sprossen unterruehren und 5 Minuten koecheln lassen. Auf jeden Teller 1 EL Creme fraiche geben und mit der Suppe auffuellen.

:Stichworte : Keimling, Sprosse, Suppe, Tomate, Zwiebel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Keimlinge und Sprossen  
: : Folge vom 09. Februar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Topfenpalatschinken  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----für den Teig:-----

150 g Mehl,  
1/4 l Milch,  
Salz,  
3 Eier,  
1 tb Öl,  
1 ts Zucker,  
Butter zum Backen

MMMMM-----für die Füllung:-----

50 g Butter,  
50 g Zucker,  
2 Eier,  
Zitronenschale,  
Salz,  
250 g passierter "Topfen" (Quark),  
2 tb gewaschene Sultaninen,  
4 tb Sauerrahm

MMMMM-----zum Begießen:-----

1/4 l Milch,  
2 Eier,  
1 tb Zucker, evtl. mehr

Das gesiebte Mehl mit der Milch und einer Prise Salz gut verquirlen, die Eier nach und nach unterruehren, Oel und Zucker zufuegen.

:Stichworte : Mehlspeise, Pfannkuchen, Quark, Südtirol  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Südtirol  
: : Folge 243, vom 05. November 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Topfenpalatschinken (Quarkpalatschinken)  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

200 g Mehl,  
4 Eigelb,  
2 tb Zucker, gehäufte  
Salz,  
1/4 l Milch,  
1 tb Öl,  
4 Eiweiß

MMMMM-----zum Backen:-----

50 g Butterfett

MMMMM-----Füllung:-----

500 g Magerquark,  
2 Eigelb,  
1 cn Creme fraiche,  
50 g Zucker,  
1 Vanillezucker,  
2 tb Zitronensaft,  
Zitronenschale

Teig:

Das Mehl in eine Schuessel sieben und eine Vertiefung eindruecken. Eigelb, Zucker, Salz, Milch und 1/4 l lauwarmes Wasser verquirlen. Einen Teil davon in die Vertiefung geben und von der Mitte aus mit dem Mehl verruehren, ohne dass Kluempchen entstehen. Nach und nach die uebrige Eigelbmischung und das Oel hinzugeben und den Teig etwa 30 Minuten stehen lassen. Dann das Eiweiss steif schlagen und unter den Teig heben.

Etwas Butterfett in einer Pfanne erhitzen, eine duenne Teiglage hineingeben und von beiden Seiten goldgelb backen. Bevor die Eierkuchen gewendet werden, etwas Fett in die Pfanne geben. Den restlichen Teig in der gleichen Weise verarbeiten.

Fuellung:

Die Zutaten fuer die Fuellung zu einer streichfaehigen Masse verruehren, auf die Eierkuchen streichen und aufrollen.

:Stichworte : Ei, Mehlspeise, Pfannkuchen, Quark  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 163, vom 19, Januar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

cn: Dose  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Topinambur-Crème-Suppe "Alfredo"  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 4 Portionen

500 g Topinambur,  
50 g braune Champignons,  
2 tb Butter,  
750 ml Hühnerbrühe,  
Saft von 1/2 Zitrone,  
1 Zweiglein Estragon,

150 g Sahne

Die geputzten Champignons wuerfeln und in der Butter ca. 8 Minuten daempfen. Die Topinamburknollen wie Pellkartoffeln kochen, schaelen und wuerfeln. Beiseite stellen.

Die Huehnerbruehe mit dem Zitronensaft und dem Estragon aufkochen und 10 Minuten koecheln lassen. Danach den Estragon entfernen.

Die Topinambur-Wuerfel mit etwas Huehnerbruehe im Mixer puerieren und in die koechelnde Huehnerbruehe geben. Die Suppe mit Sahne verfeinern, eventuell mit Salz und Pfeffer abschmecken und in vorgewaermte Suppenteller verteilen. Mit den geduensteten Champignons garnieren.

:Stichworte : Gemuese, Suppe, Topinambur  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste: Vergessene Gemuese  
: : Folge 240, vom 24. September 2000  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Topinambur-Püree  
Categories: Beilagen  
Yield: 4 Portionen

MMMMM-----pro Person:-----

120 g Topinambur-Knollen, evtl.  
-mehr  
1 ts Butter,  
1 tb Crème fraîche, evtl. mehr

Topinambur waschen und gruendlich schaelen. Die Knollen in kleine Stuecke schneiden und mit wenig Wasser und 1 TL Butter sowie einer Prise Salz ca. 10 Minuten koecheln. Zusammen mit dem Kochwasser in den Mixer geben und sehr fein puerieren. Herausnehmen, Creme fraiche darunter ruehren und anrichten.

:Stichworte : Beilage, Gemuese, Topinambur  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste: Vergessene Gemuese  
: : Folge 240, vom 24. September 2000  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Topinambur-Rösti  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Topinambur,  
Salz,  
100 g Butterfett,  
30 g frische Butter

Die gekochten und erkalteten Topinambur schaelen und in duenne Scheiben schneiden oder grob raffeln. Das Fett in einer grossen Omelettenpfanne erhitzen, die Topinambur nach und nach hineingeben, mit Salz

ueberstreuen und leicht gelb werden lassen. Die Topinambur mit einer Bratkelle zu einem Kuchen zusammendruetzen, 2 bis 3 EL Wasser darueber verteilen, eventl. frische Butter begeben. Die Roesti zudecken und auf kleinem Feuer braten, bis sich unten eine gelbbraune Kruste gebildet hat. Die fertige Roesti auf eine heisse Platte stuerzen und servieren.

:Stichworte : Beilage, Rösti, Topinambur  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotisches Gemüse  
: : Folge 148, vom 10. April 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Topinamburpüree  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

120 g Topinambur-Knollen, pro  
-Person ca.  
1 ts Butter,  
1 tb Crème fraîche, evtl. mehr

Topinambur waschen und gruendlich schaelen. Die Knollen in kleine Stuecke schneiden und mit wenig Wasser und 1 TL Butter sowie einer Prise Salz ca. 10 Minuten koecheln. Zusammen mit dem Kochwasser in den Mixer geben und fein puerieren. Herausnehmen, Creme fraiche darunter ruehren und anrichten.

(Roy Kieferle, Dobel, Wagnerstueble)

:Stichworte : Beilage, Topinambur  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotisches Gemüse  
: : Folge 148, vom 10. April 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Topinambursuppe mit gerösteten Pinienkernen  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 6 Personen

2 tb Zitronensaft,  
750 g Topinambur,  
1 gehackte Zwiebel,  
15 g Butter,  
1/2 l Gemüsebrühe,  
1/2 l Milch,  
Muskatnuss,  
Salz  
frisch gemahlener schwarzer  
-Pfeffer,  
25 g geröstete Pinienkerne

Den Zitronensaft in eine Schuessel mit kaltem Wasser geben. Die Topinamburs schaelen, in gleich grosse Stuecke schneiden und in das gesaeuerte Wasser geben, damit sie ihre Farbe nicht verlieren. Die

Zwiebel mit der Butter in einem grossen Topf bei geschlossenem Deckel 5 Minuten glasig duensten. Die Topinamburs abtrocknen. In den Topf geben, wieder zudecken und weitere 5 bis 10 Minuten bei mittlerer Hitze Garen. Von Zeit zu Zeit umruehren. Das Gemuese nicht braun werden lassen. Bruehe und Milch dazugeben. Den Topf zudecken und die Suppe 20 bis 30 Minuten koecheln lassen, bis die Topinamburs weich sind. Die Suppe im Mixer oder in der Kuechenmaschine puerieren, dann durchsieben, damit sie eine samtige Textur erhaelt. Nach Geschmack mit Muskat, Salz und Pfeffer wuerzen.

Nochmals leicht erhitzen, ohne sie kochen zu lassen. Die Suppe in vorgewaermten Tassen servieren und auf jede Portion einige Pinienkerne streuen.

(R. Elliot: "Das internationale vegetarische Kochbuch", Christian-Verlag)

:Stichworte : Suppe, Topinambur  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Exotisches Gemuese  
: : Folge 148, vom 10. April 1996  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schafer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Torta di pane (Brottorte)  
Categories: Kuchen, Gebaek, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g altbackenes Brot  
1 l Milch  
100 g Amaretti (ca.), zerbroeselt  
-oder  
5 dr Bittermandelol  
1 Ei  
50 g Orangeat  
50 g Zitronat  
1 Zitrone, Saft und Schale von  
100 g Rosinen  
150 g Zucker  
2 tb Kakaopulver  
3 tb Grappa  
2 tb Paniermehl, evtl. mehr  
2 tb Pinienkerne,  
2 tb Zucker

Das Brot mit der kochenden Milch uebergiessen. ueber Nacht stehen lassen. Entweder von Hand oder mit dem Stabmixer alles ganz gut zerkleinern, dass ein moeglichst homogener Brei entsteht. Alle Zutaten ausser dem Paniermehl, der zweiten Zucker- portion und den Pinienkernen dazumengen. Falls der Teig noch fluessig sein sollte (das haengt vom verwendeten Brot ab) etwas Paniermehl dazuruehren. Eine 24 cm

Durchmesser-Springform ausbuttern, mit etwas Paniermehl bestreuen. Den Teig einfuellen (er wird nicht mehr aufgehen, man kann die Form also bis an den Rand fuellen). Die Pinienkerne darueberstreuen. Mit nassen Haenden festdruecken, schliesslich alles ueberzuckern. In den kalten Backofen stellen. 2 1/2 bis 3 Stunden bei 150 Grad backen. Im Ofen erkalten lassen.

:Stichworte : Brot, Schweiz, Tessin, Torte  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:

: : Folge 212, Kochen wie im Tessin  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.  
dr: Tropfen

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Torte mit kandierten Orangen  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Zum Kandieren:-----

500 g ungespritzte Orangen  
(mit der Schale in ca. 5 mm  
-breite Scheiben  
-geschnitten),  
1 l Wasser,  
1 kg Zucker

MMMMM-----Teig:-----

250 g Mehl,  
125 g Butter (in Flöckchen),  
1 pn Salz,  
2 bis 3 EL Wasser

MMMMM-----Guss:-----

4 Eier (verquirlt),  
5 tb Zuckersirup (von den  
-Orangenscheiben),  
1 bis 2 EL Grand Marnier  
-(oder anderer Orangenli  
1 pn Salz,  
2 tb Mondamin,  
1/4 l Sahne

In einer Pochierpfanne oder in einem Kochtopf, in den man ein Kuchengitter legen kann, Wasser und Zucker koecheln bis sich der Zucker aufgelöst hat. Die Orangenscheiben flach hineinlegen und mit einem Teller beschweren, damit die Orangenscheiben unter den Zuckersirup gedrückt werden. Die Orangenscheiben 1/2 Stunde koecheln. Dann werden sie vom Feuer genommen und 24 Stunden beiseite gestellt.  
Teig: Mehl auf die Arbeitsplatte sieben, Butterflockchen und Salz dazugeben und mit den Händen zu einer krümeligen Masse verarbeiten. So viel Wasser mit den Händen unter die Masse arbeiten bis ein kompakter Teig entsteht. Diesen zu einer Kugel formen und für ca. 1/2 Stunde in den Kühlschrank stellen. Die gefettete Springform (28 cm Durchmesser) mit dem gekühlten Teig auslegen, dabei einen Rand hoch ziehen. Mit einer Gabel den Boden einstechen und für ca. 20 Minuten im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen backen. Die kandierten Orangenscheiben auf den vorgebackenen Kuchenboden legen. Für den Guss alle Zutaten in der angegebenen Reihenfolge gut verrühren und über die Orangenscheiben gießen. Den Kuchen noch einmal für 20 Minuten in den Backofen stellen und auf einem Gitter auskühlen lassen.

:Stichworte : Frankreich, Orange, Torte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Nizza  
: : Folge 234 vom 07. Mai 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tortilla

Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte

Yield: 1 Keine Angabe

1 lg Kartoffel,

1 Zwiebel,

2 Eier,

Olivenöl

Zubereitung:

Kartoffel schälen und in

-Scheiben schneiden. Zwiebel

-grob hacken. Kartoffel und

die Zwiebel glasig und die

-Kartoffel gar ist.

Eier in einer Schüssel

-schaumig schlagen und

-Kartoffel und Zwiebel dazu

-geben, g

In einer Pfanne wenig

-Olivenöl erhitzen und die

-Eier-Kartoffel-Zwiebel-

-Mischung

braten.

:Stichworte : Andalusien, Ei, Kartoffel, Mittelmeer, Spanien

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Mittelmeerküche - Andalusien

: : Folge 153, vom 26. Juni 1996

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tortilla andaluz

Categories: Eierspeisen

Yield: 1 Keine Angabe

3 Eier,

3 grüne Paprika,

1 Zwiebel,

250 g Tomaten

(1 große Fleischtomate),

1/8 l Olivenöl,

Salz,

Pfeffer

Zwiebel fein hacken. Paprika von Kernen und Stielen befreien und fein hacken. Paprika und Zwiebel in Olivenoel duensten. Danach in eine Schuessel geben. Die gehaeuteten und in Wuerfel geschnittenen Tomaten in heissem Olivenoel schmelzen. Die so entstandene Tomatensosse mit etwas Zucker abschmecken und mit dem geduensteten Gemuese gut



vermischen. Die Eier zerschlagen und mit der Gemuesemischung vermengen. Das Ganze in Olivenoel von beiden Seiten goldgelb braten. Waehrend des Bratens leicht hin und her bewegen.

:Stichworte : Andalusien, Ei, Gemüse, Mittelmeer, Paprika, Spanien  
:  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
:  
: : Mittelmeerküche - Andalusien  
:  
: : Folge 153, vom 26. Juni 1996  
:  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tortillas mit Krabben  
Categories: Fischgerichte, Meeresfrüchte  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Für Tortillas:-----

2 Tassen Vollkornmehl,  
1 ts Salz,  
1 ts Backpulver,  
warmes Wasser,  
Öl zum Backen

MMMMM-----Für Krabben:-----

1 tb Limettensaft,  
1 tb Öl,  
Salz,  
Pfeffer,  
250 g Krabben,  
2 frische rote Paprikaschoten,  
Sahne,  
Tabascosauce

MMMMM-----Zur Dekoration:-----

1 sm Avocado in Scheiben,  
grüner Salat,  
1 Tomate in Scheiben,  
2 Limetten in Scheiben

Mehl, Salz, Backpulver mit warmem Wasser zu einem duennen Teig vermischen und in heissem Fett kleine Pfannkuchen backen. Die Tortillas warm stellen.

Krabben mit Limettensaft betrauefeln. In heissem Oel die in feine Streifen geschnittenen Paprikaschoten daempfen, mit Salz, Pfeffer und Tabascosauce wuerzen, Sahne dazugeben. Zum Schluss die Krabben in dieser Sauce nur noch waermen.

Auf Teller jeweils 3 bis 4 Tortillas legen, darueber die Krabbenmischung geben und mit Avocado-, Tomaten- und Limettenscheiben und gruenem Salat garnieren.

(B. Kranz: "Das grosse Buch der Fruechte", Suedwest-Verlag)

:Stichworte : Krabbe, Meeresfrüchte, Tortilla  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
:  
: : Vitaminspritze  
:  
: : Folge 146, vom 13. März 1996  
:  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
sm: klein.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Traubentorte  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Teig:-----

200 g zimmerwarme Butter,  
2 tb Zucker,  
2 Eigelb,  
3 tb Sahne,  
1/2 Zitrone, abgeriebene Schale  
-von  
250 g Weis̄mehl,  
Salz

MMMMM-----Belag:-----

100 g Mandeln (gerieben),  
500 g Trauben,  
4 Eiweīß,  
1 pn Salz,  
3 tb Zucker

Die Butter schaumig rühren. Nach und nach Zucker, Eigelb, Sahne und Zitronenschale zugeben. Das Mehl darueber sieben. Salz beifuegen. Alles zu einem Teig verarbeiten. Diesen 1/4 Stunde kuehl stellen. Dann den Teig auswallen und eine Springform (24 cm Durchmesser) damit auslegen, dabei einen Rand von ca. 6 cm hochziehen. Den Teigboden mit einer Gabel einstechen. Die Mandeln darauf verteilen. In dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 20 Minuten backen.

Die Weintrauben darauf verteilen. Das Eiweiss mit einer Prise Salz sehr steif schlagen, dabei nach und nach den Zucker einrieseln lassen. Eiweiss in einen Spritzsack fuellen und die Torte damit verzieren. In dem auf 150 Grad zurueckgeschalteten Backofen nochmals 1/4 Stunde goldbraun backen.

:Stichworte : Mosel, Torte, Traube, Wein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : An der Mosel kocht man auch mit Wein  
: : Folge 108 vom 11. Mai 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Trentiner Osterpinza  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

600 g Mehl,  
30 g Hefe,  
75 g Zucker,  
1/4 l lauwarme Milch,  
2 Eier,

1 gute Prise Salz,  
 1 Msp. geriebene Muskatnuss,  
 1/2 Zitrone, abgeriebene Schale  
 -von  
 120 g weiche Butter,  
 50 g feingehacktes Zitronat,  
 10 getrocknete, kleingehackte  
 -Feigen,  
 1 Schnapsglas Grappa

MMMMM-----Zum Bestreichen:-----  
 1 Eigelb

Das Mehl in eine Schuessel sieben, in die Mitte eine Mulde druecken.  
 Die Hefe in die Vertiefung broeckeln und mit 1 EL Zucker, knapp der  
 Haelfte der Milch und etwas Mehl zu einem Vorteig verruehren. Zugedeckt  
 an einem warmen Platz 15 Minuten gehen lassen.

Die Eier mit dem restlichen Zucker, dem Salz, dem Muskat und der  
 Zitronenschale verruehren und mit der restlichen Milch, der Butter und  
 Zitronat und Feigen in die Schuessel geben. Alles gut verkneten und den  
 Teig so lange schlagen, bis er sich vom Schuesselrand loest und Blasen  
 wirft. Den Teig an einem warmen Platz zugedeckt 30 Minuten gehen  
 lassen.

Den Teig in drei gleichgrosse Kugeln formen und diese nebeneinander in  
 eine eingefettete Springform (26 cm Durchmesser) setzen. Nochmals 25  
 Minuten gehen lassen.

Die Pinza mit Eigelb bestreichen und bei 220 Grad ca. 30 bis 40 Minuten  
 goldbraun backen.

Pinza auf einem Kuchengitter abkuehlen lassen.  
 (V.d.Recke/Wolter: "Unser Backbuch Nr. 1", Graefe-Unzer-Verlag)  
 :Stichworte : Italien, Kuchen, Ostern  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Osterbrote  
 : : Folge 147, vom 27. März 1996  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
 MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Trippa alla Fiorentina  
 Categories: Fleischgerichte, Innereien  
 Yield: 1 Keine Angabe

650 g vorgekochte Kutteln,  
 1 Zwiebel,  
 1 Knoblauchzehe,  
 2 Stangen Staudensellerie,  
 1 Karotte,  
 1 bn Petersilie,  
 1 bn Basilikum,  
 500 g Tomaten,  
 2 tb Olivenöl,  
 Salz,  
 frisch gemahlener Pfeffer,  
 1 frische Pfefferschote,  
 -eventuell  
 1/8 l trockener Weißwein oder  
 -Rotwein,

frisch geriebener Parmesan

Die Kutteln unter fliessendem Wasser gruendlich waschen, eventuelle Fetthaeutchen entfernen, abtropfen lassen und in sehr feine Streifen schneiden. Die Zwiebel, den Knoblauch, den Sellerie und die Karotte waschen, putzen und fein zerkleinern. Die Kraeuter waschen und hacken. Einen Teil davon beiseite stellen. Die Tomaten haeuten und in Wuerfel schneiden. Das Oel in einem grossen Topf erhitzen. Zwiebel, Knoblauch, Sellerie und Karotte unter Ruehren darin anduensten. Die Kutteln zugeben und mitbraten, bis sie leicht Farbe angenommen haben. Mit Wein abloeschen, mit Salz, Pfeffer und nach Belieben mit der Pfefferschote wuerzen. Kurz schmoren lassen, dann die Tomaten und die Kraeuter dazugeben, umruehren. Die Kutteln zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa 1 Stunde garen. Mit den uebrigen Kraeutern und nach Wunsch mit Kaese bestreut servieren. Man kann auch die Kutteln gratinieren, indem man die Kutteln wie oben beschrieben gart, mit Kaese bestreut und im heissen Backofen ueberbacken laesst bis sie schoen braun sind.

:Stichworte : Innerei, Kuttel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Toskana  
: : Folge 173, vom 8. Juni 1997  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer  
:Zusatz :  
: :

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Trockene Grue Bohnen  
Categories: Marmeladen, Eingemachtes  
Yield: 1 Keine Angabe

frische Stangenbohnen

Im Spaetsommer, wenn es viele Stangenbohnen gibt, die Bohnen putzen, blanchieren und nach dem Abtropfen so auf das Backofengitter legen, dass sich die Bohnen nicht beruehren. Backofen auf niedrigste Stufe stellen. Die Backofentuer durch einen eingeklemmten Kochloeffel einen Spalt offen lassen. Die Bohnen sind nach ca. 4 bis 5 Stunden trocken und koennen in Papiertueten oder Stoffsaeckchen aufbewahrt werden.

:Stichworte : Baden, Bohne, Eingemacht, Kaiserstuhl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie am Kaiserstuhl  
: : Folge 229 vom 13. Februar 2000  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Trockenfleisch auf Salat (Bresaola in insalata)  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

100 g duenn aufgeschnittenes  
-Trockenfleisch  
(entweder Bresaola oder  
-Buednerfleisch oder

-ähnliches),  
50 g Löwenzahnsalat oder  
-Endiviensalat  
50 g Parmesan am Stück zum Hobeln  
2 tb Olivenöl  
1 Zitrone, Saft einer  
Pfeffer  
Walnüsse

Loewenzahn kleinschneiden, ebenfalls das Trockenfleisch und auf eine Platte anrichten. Olivenoel mit Zitronensaft vermischen, pfeffern und unter den Salat mischen. Parmesan darueber hobeln und ein paar zerkleinerte Walnuesse darueberstreuen.

:Stichworte : Fleisch, Italien, Salat, Veltlin  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 210, Kochen wie im Veltlin  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Trockenfleisch in Wein  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

700 g Trockenfleisch (ca. 3mm  
-dicke Scheiben),  
500 g rote Paprika,  
250 g Zwiebeln,  
6 Knoblauchzehen,  
3 tb Olivenöl,  
Rotwein nach Bedarf,  
Salz,  
Pfeffer aus der Mühle

Die Paprikaschoten putzen, der Laenge nach in 4 Teile schneiden und Kerne entfernen. Oel in einen Topf geben und die Paprika auf die Aussenseite hineinlegen. Sanft heiss werden lassen. Wenn sich die Paprikastuecke zu schaelen beginnen, mit dem Schaumloeffel herausnehmen und warm stellen.

Im gleichen Oel die fein gehackten Zwiebeln 7 bis 8 Minuten daempfen, dabei zwei- bis dreimal umruehren. Die Haut der Paprika abziehen und die Paprika zu den Zwiebeln geben. Den fein gehackten Knoblauch beifuegen und zugedeckt 10 Minuten weiterdaempfen. Salzen und pfeffern. Die Fleischstuecke hineinlegen und mit Rotwein bedecken. Zugedeckt koecheln lassen bis der Fond eingedickt ist. Dabei alle 10 Minuten den Topf ruetteln, damit nichts anhaengt.

:Stichworte : Fleisch, Korsika  
:Notizen (\*) : Quelle: Kochen wie auf Korsika  
: : Pfannkuchen und Omelettes  
: : Folge 238, vom 02. Juli 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Trüffel von Hand gerollt mit Alkohol  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

150 g Sahne,  
130 g Vollmilchschokolade,  
160 g Zartbitterschokolade,  
30 g Rum oder andere Spirituosen

Sahne kurz aufkochen, dann den Topf vom Herd nehmen und beide kleingeschnittenen Schokoladensorten dazugeben. Wenn sich die Schokolade vollstaendig aufgeloeset hat, vorsichtig den Rum unterruehren.

Die Schokoladenmasse in eine Schuessel fuellen und kalt stellen, am besten ueber Nacht stehen lassen. Dann mit dem Melonenloeffel kleine Kugeln formen oder mit dem Teelloeffel die gewuenscht Menge abstechen und in der Hand zu kleinen Kugeln rollen.

Die Kugeln kalt stellen. Danach in die Hand etwas fluessige Schokolade geben und die kalten Kugeln darin rollen, danach in Puderzucker waelzen. Die Kugeln muessen ruhen bis die Schokolade fest ist.

:Stichworte : Praline, Trüffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Torten und Pralinen  
: : Folge 167, vom 16. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Truthahn mit Kastanienfüllung  
Categories: Geflügelgerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Truthahn (ca. 3 kg),  
150 g Butter,  
1 tb Salz

MMMMM-----Füllung:-----

150 g Butter,  
1 Ei,  
3 Eigelb,  
3 Eiweiß,  
2 Brötchen, evtl. mehr  
1/2 l Milch,  
1 geriebene bittere Mandel,  
1 Msp. Salz,  
1 ts Zucker,  
200 g Esskastanien,  
fein geschnittene und  
in etwas Butter und Wasser  
-gedünstete  
100 g Semmelbrösel

Lassen Sie von Ihrem Haendler den Truthahn bratfertig dressieren und salzen Sie ihn innen und aussen.

Butter, Ei und Eigelb der Fuellung schaumig ruehren, die in Milch eingeweichten und ausgepressten Broetchen hinzugeben, ebenso die geriebene Mandel, das Salz und den Zucker sowie die fein gehackten Kastanien und die Semmelbroesel. Alles gut miteinander vermengen. Zum

Schluss den Schnee von 3 Eiweiss unter die Fuellung ziehen. Hals und Bauchhoehle vom Truthahn mit dieser Mischung fuellen und die Oeffnungen zunaehen.

Den Truthahn nun in eine Kasserolle mit der zerlassenen Butter setzen und im gut vorgeheizten Ofen bei 200 Grad ca. 10 bis 15 Minuten von beiden Seiten backen, anschliessend bei 175 Grad rotbraun braten. Nicht vergessen, ihn von Zeit zu Zeit mit eigenem Saft zu uebergiessen und zu wenden; die Bratzeit betraegt zwischen 2 und 3 Stunden.

Da die einzelnen Teile des Truthahns einen delikatsten Eigengeschmack haben, sollte man Portionen mit verschiedenen Stuecken servieren. Den Bratensaft evtl. mit etwas herbem Weisswein aufkochen. Als Beilage eignen sich geduensteter Reis und rohe Gemuesesalate.

Als festliches Menue mit  
Eierstichsuppe  
Lachs-Forellen-Terrine  
Truthahn mit Kastanienfuellung  
Plumcake  
Ananas-Rahm-Eis

:Stichworte : Festliches, Gefluengel, Kastanie, Menue, Truthahn  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Festliches Menue 1995  
: : Folge 141, vom 13. Dezember 1995  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feisst  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefler

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tscholent fuer Schabbat (auch Scholet genannt)  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

1 pk braune Bohnen,  
1 pk weisse Bohnen,  
1/2 pk Graupen,  
1/2 pk Öl oder 3 EL Gänse- oder  
-Hühnerschmalz,  
2 lg Zwiebeln,  
1 tb rotes, scharfes  
-Paprikapulver,  
1 Knoblauchzehe,  
250 g geräuchertes Rindfleisch  
-oder geräucherte Gänsekeu  
3 Fleischknochen,  
3 Markknochen,  
Salz

Oel oder Fett in einem grossen, hohen Topf erhitzen. Gehackte Zwiebeln darin goldbraun anroesten. Vom Feuer nehmen, Paprika dazugeben, mit 1/4 Glas Wasser loeschen. Bohnen und Graupen zugeben und unter Ruehren ca. 5 Minuten duensten. Mit Salz wuerzen und mit Wasser aufgiessen, so dass der Topf fast voll ist. Aufkochen. Knochen, Knoblauch und Fleisch zufuegen, ca. 1/2 Stunde kochen. Vom Feuer nehmen, danach nochmals eventuell wuerzen.

Topf mit einem gut sitzenden Deckel oder Alufolie fest verschliessen. Im Backofen bei 150 Grad 12 bis 15 Stunden garen. Nachsehen, ob noch

genuegend Fluessigkeit vorhanden ist, bevor das Gericht ueber Nacht im Backofen bleibt, andernfalls Wasser zugiesen. Falls der Tscholent 1 Stunde vor dem Servieren zu fluessig ist, Deckel abnehmen und noch braeunen lassen.

Nicht umruehren, damit die Bohnen nicht "matschig" werden.

Das Gericht soll nicht "suppig" sein, sondern saftig und braun. Zum Tscholent kann auch ein Kugl serviert werden, das im gleichen Topf mitschmort.

:Stichworte : Bohne, Eintopf, Koscher  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen mit der Frau des Rabbi  
: : Folge 222, vom 24. Oktober 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ttawas  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 1/2 kg Lamm mit Knochen,  
2 kg Zwiebeln in Scheiben  
-geschnitten,  
1 kg kleingeschnittene, reife  
-Tomaten,  
1 ts Kümmel,  
2 sm Stücke Zimt,  
2 ts Oregano,  
3 Lorbeerblätter, evtl. mehr  
2 Tassen Öl, evtl. mehr  
Salz,  
Pfeffer

Man schneidet das Lammfleisch in Wuerfel wie fuer Ragout. In einen Tontopf gibt man lagenweise zuerst Zwiebeln, dann Tomaten, dann Fleisch, dann wieder Zwiebeln bis der Topf voll ist. Auf jede Fleischschicht gibt man jeweils von den Gewuerzen. Man giesst das Oel ueber das Ttawas, bewegt den Topf gut, so dass das Oel ueberall hinkommt, legt zum Schluss die Lorbeerblaetter oben auf, gibt Oregano darueber und Pfeffer und verschliesst den Topf entweder mit einem passenden Deckel oder mit Alufolie. Man kann zum Beispiel einen Roemer-Topf fuer die Zubereitung des Ttawas verwenden. Dann kommt der Topf fuer zwei Stunden in den sehr heissen Ofen.

Rezept nach Frau Maria

:Stichworte : Eintopf, Fleisch, Lamm, Zypern  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie auf Zypern  
: : Folge 175, vom 6. Juli 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

sm: klein.  
ts: Tl.



MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tzatziki  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

2 sm Gemüsegurken oder  
1 Schlangengurke  
(auf der Rettichreibe  
-gehobelt),  
1/2 kg Magerquark,  
3 Knoblauchzehen,  
5 tb Olivenöl, evtl. mehr  
2 tb Weißweinessig,  
Salz,  
2 Zweige Dill (klein gehackt)

Die gehobelten Gurken mit der Hand gut ausdruecken und zum Quark geben, ebenfalls das Olivenoel, den Weissweinessig und die Knoblauchzehen. Alles gut vermischen. Mit Salz abschmecken. Vor dem Servieren mit Dill bestreuen.

:Stichworte : Kohlrabe, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kohlrabi und Gurken  
: : Folge 237, vom 18. Juni 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Tzatziki (Joghurt-Knoblauch-Sauce)  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Sahnejoghurt,  
1 mittelgroße Salatgurke,  
4 Knoblauchzehen,  
1 tb Olivenöl,  
einige Tropfen Zitronensaft,  
Salz

Die Gurke schaelen, grob reiben und die ueberschuessige Fluessigkeit ausdruecken (Serviette oder Kuechentuch verwenden). Joghurt in eine Schuessel geben, die geriebene Gurke und die zerdrueckten Knoblauchzehen dazugeben und gut verruehren. Dann das Oel, etwas Salz und einige Tropfen Zitronensaft dazuruehren. Fuer eine Weile in den Kuehlschrank stellen und gut gekuehlt servieren.

:Stichworte : Knoblauch, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Knoblauch, schützt nicht nur vor Vampiren  
: : Folge 187 vom 08. Februar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Überbackene Austernpilze  
Categories: Vegetarisches  
Yield: 1 Keine Angabe

350 g Austernpilze,  
30 g Butter,  
Salz,  
schwarzer Pfeffer aus der  
-Mühle,  
1/2 Zitrone, Saft von

MMMMM-----Für die Sauce:-----

2 Eier,  
2 tb Crème fraîche,  
50 g geriebener Parmesan-Käse,  
Salz,  
Muskatnuss,  
1 Zweig Estragon,  
Butter für die Form

Die Austernpilze in kleine Stuecke schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Pilzstuecke darin rundherum anbraten. Mit Salz, Pfeffer wuerzen und mit Zitronensaft betraeufeln. 10 Minuten weiterbraten bis die ausgetretene Fluessigkeit voellig verkocht ist.

Sauce:

Eier, Creme fraiche und Parmesan miteinander verruehren. Die Sauce mit Salz und Muskat wuerzen. Estragon waschen, die Blaettchen abzupfen und fein hacken. In die Sauce geben.

Eine grosse Form oder entsprechend viele Portionsfoermchen mit Butter bestreichen und die Pilzmasse hineingeben. Die Sauce daruebergiessen. In den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen stellen und ca. 10 bis 20 Minuten ueberbacken.

:Stichworte : Fleischlos, Pilz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fleischlose Küche  
: : Folge 220, vom 26. September 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Überbackene Schweinskoteletts  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Schweinskoteletts,  
1 tb Senf,  
Pfeffer,  
Knoblauch,  
gemahlener Kümmel,  
1 tb Dinkelmehl,  
40 g Butterfett,  
1/8 l Gemüsebrühe,  
4 Tomaten,

1 Stange Lauch,  
2 tb Butter,  
1/8 l Sauerrahm,  
1 pn Salz,  
Pfeffer,  
Muskatnuss,  
1/8 l Sahne,  
100 g Bergkäse

Koteletts klopfen, Rand einschneiden, mit Salz und Pfeffer wuerzen und mit Mehl bestaeuben. Im heissen Butterfett beidseitig anbraten. Die Koteletts in eine feuerfeste Form geben. Den Bratensatz mit Gemuesebruehe aufgiessen und ueber die Koteletts geben. In dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen ca. 15 bis 20 Minuten duensten. Tomaten aushoehlen. Lauch in feine Streifen schneiden und in Butter duensten. Mit Sauerrahm verfeinern und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss wuerzen. Das Lauchgemuese in die Tomaten fuellen und in die Form zu den Koteletts setzen. Sahne steif schlagen. Kaese fein reiben, unter die Schlagsahne ziehen und ueber die Koteletts giessen. Die Form in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 10 bis 15 Minuten stellen. Zum Schluss die Sauce noch etwas salzen.

:Stichworte : Fleisch, Kotelett, Österreich, Schwein, Vorarlberg  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Vorarlberg  
: : Folge 247, vom 14. Januar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Ungarisches Pilzgulasch  
Categories: Vegetarisches  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Austern- und Shiitake-Pilze,  
3 Zwiebeln,  
3 tb Sonnenblumenöl,  
1 tb edelsüßes Paprikapulver,  
1 tb Vollkornmehl,  
1/2 l Fleisch- oder Gemüsebrühe,  
1/2 ts Kümmel,  
1/4 l Sauerrahm,  
Salz,  
Honig nach Geschmack

Pilze in Stuecke schneiden. Die Zwiebeln fein hacken. Das Oel in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebeln darin glasig werden lassen. Die Pilzstuecke zufuegen und so lange braten, bis alle Fluessigkeit eingekocht ist. Paprikapulver und Mehl darueberstaeuben und unterruehren.

Die Bruehe angiessen, Kuemmel zufuegen und die Sauce 15 Minuten kochen lassen. Den Sauerrahm langsam unterruehren und das Gulasch mit Salz und eventuell etwas Honig abschmecken.

:Stichworte : Fleischlos, Pilz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fleischlose Küche  
: : Folge 220, vom 26. September 1999

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

Legende:  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Vegetarische Krautwickelchen  
Categories: Vegetarisches  
Yield: 1 Keine Angabe

8 Weißkrautblätter,  
4 Zwiebeln,  
Butter oder Öl zum Anbraten,  
1 c roher Reis,  
1 sm Hand voll gewaschene  
-Rosinen,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 tb gehackte Petersilie,  
herber Rotwein,  
1 cn Joghurt oder Sauerrahm

Die Rippen der Weisskrautblaetter "verduennen" (flach schneiden) und 20 Minuten blanchieren. Abtropfen lassen. Klein gehackte Zwiebeln im Fett glasig duensten (nicht braun werden lassen!) und dann mit den anderen Zutaten, ausser Sauerrahm, Wein und Petersilie, vermischen. Kraeftig mit Salz und Pfeffer wuerzen. Auf die blanchierten Krautblaetter je nur 1 TL Fuellung setzen (Reis quillt beim Garen auf) und quer zum Blattstiel aufrollen, beginnend am Stielansatz. Die Enden nach unten umklappen. Dicht nebeneinander in den Topf legen, nach Belieben mit schwach gesalzenem Wasser oder besser mit herbem Rotwein uebergiessen und etwa 30 Minuten sachte kochen lassen. Nicht mehr Fluessigkeit begeben als noetig, um die Rouladen anfangs ganz zu decken; spaeter darf die Fluessigkeit weitgehend eingekocht sein. Dann die Kohlwickelchen kalt werden lassen. Vor dem Servieren mit Sauerrahm uebergiessen und mit Petersilie bestreuen.

:Stichworte : Abendessen, Kohl, Vegetarisch, Vorspeise, Weißkohl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Rotkraut - Weißkraut  
: : Folge 158, vom 20. Oktober 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
cn: Dose  
tb: El.  
sm: klein.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Verlorene Eier  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

6 sehr frische Eier  
1 1/2 l Wasser  
Salz

2 tb Essig

Anstatt Salzwasser kann auch Fleischbruehe oder Wein, oder Milch verwendet werden und dann gleich als Saucengrundlage dienen.

Zubereitung:

Die Garfluessig wird in einem moeglichst grossen, aber flachen Topf erhitzt, weil darin die Temperatur durch die Eier nicht zu stark absinkt. Die Fluessigkeit sollte unmittelbar vor dem Kochen sein. Niemals aber mehr als vier Eier gleichzeitig hineingeben. Beim Elektroherd wird die Platte zuvor abgeschaltet, beim Gasherd schaltet man auf kleinste Flamme.

Die Eier aufschlagen und aus der Schale in die Fluessigkeit gleiten lassen. Oder man schlaegt sie in eine Tasse oder eine Kelle und gibt sie dann mit einem kurzen Ruck in die Fluessigkeit. Das Wasser muss die Eier ganz bedecken. Zugedeckt ziehen die Eier in 3 bis 4 Minuten gar, bis die Eigelb von einer duennen Eiweisschicht ueberzogen sind. Dann werden sie mit einer Schaumkelle herausgehoben und wenn man moechte, mit einem Messer in Form geschnitten, "pariert", wobei der duenne, zerflossene Rand entfernt wird.

Die Eier koennen als "Verlorene Eier" in Saucen, z.B. Butter-Kraeuter-Sauce, Senfsauce, Tomatensauce serviert werden oder aber einfach zu Kartoffelbrei oder Salat.

:Stichworte : Ei  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 211, Die Sendung vom Ei  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schaefler

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Vermicelles (Kastaniendessert)

Categories: Dessert, Süßspeisen

Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Kastanien,  
500 ml Milch,  
2 tb Zucker, evtl. mehr  
4 tb Kirschwasser,  
200 ml Sahne,  
1 pn Salz,  
1 tb Vanillezucker,  
10 Meringue-Schalen,  
evtl. Maraschino-Kirschen  
-oder eingemachte  
-Sauerkirschen

Die Kastanien auf der gewoelbten Seite einschneiden, einige Minuten kochen und schaelen. Mit der Milch weich kochen (ca. 40 Minuten). Vorsicht: kann anbrennen. Evtl. noch mehr Milch begeben. Das entstehende Mus muss jedoch sehr kompakt sein. Zucker und Kirschwasser darunter ziehen.

:Stichworte : Dessert, Kastanie  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Eintöpfe  
: : Folge vom 12. Januar 1994  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefler

MMMMM

Legende:

tb: El.

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Vertempfts(Fleischeintopf)

Categories: Fleischgerichte, Innereien

Yield: 1 Keine Angabe

800 g Rindfleisch  
3 Zwiebeln  
1 Lorbeerblatt  
2 tb Bratbutter  
Salz  
Pfeffer  
2 dl Wasser oder Fleischbrühe,  
-evtl. mehr  
5 Kartoffeln, evtl. mehr

Das Fleisch in Stuecke schneiden, mit Salz und Pfeffer wuerzen und in heissem Fett rundherum anbraten. Die Zwiebeln in Scheiben schneiden, so dass sie in Ringe zerfallen. Diese zum Fleisch geben und mitroesten, bis sie goldgelb sind. Das Lorbeerblatt dazufuegen und mit wenig Fluessigkeit aufgiessen. Nun das Fleisch zugedeckt eine gute Stunde schmoren lassen. Die Kartoffeln in dicke Scheiben schneiden, ebenfalls beifuegen und leicht salzen. Etwas Fluessigkeit nachgiessen und schliesslich alles zusammen in weiteren 30 Minuten fertigkochen.

So kann auch Lamm-, Schweins- oder Wildvertempfts zubereitet werden.

:Stichworte : Fleisch, Klosters, Rind

:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:

: : Folge 208, Kochen wie in Klosters

:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Verzada (Wirsing-Eintopf)

Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins

Yield: 1 Keine Angabe

1 lg Wirsing,  
etwas Öl,  
800 g Spareribs  
-(Brustspit  
50 g Speck (in Würfel  
-geschnitten),  
1 sm Zwiebel (gehackt),  
Salz,  
Pfeffer,  
3 tb Essig,  
300 ml Wasser,  
1 tb Tomatenpüree

Den Wirsing in einzelne Blaetter zerteilen und in 3 cm lange Streifen schneiden. Einige Minuten blanchieren.

Etwas Oel erhitzen und die Spareribs zusammen mit den Speckwuerfelchen und der Zwiebel gut anbraten. Den Wirsing beigeben. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Den Essig dazugeben und einkochen lassen. Das Wasser und das Tomatenpueree darunter mischen und koecheln lassen. Nach insgesamt 1 bis 1,5 Stunden ist der Eintopf gar.

:Stichworte : Eintopf, Puschlav, Wirsing  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Puschlav  
: : Folge 254 vom 06. Mai 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.  
sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Verzasca-Kastanienbrot  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

125 g getrocknete Kastanien,  
1 Hefewürfel,  
100 g Wasser,  
1 kg Ruchmehl (Weizenmehl), Typ  
-1050,  
25 g Salz,  
520 g Wasser  
(ergibt 4 Brote)

Kastanien ueber Nacht in lauwarmem Wasser einweichen. Einweichwasser abschuetten. Mit frischem Wasser bedeckt weichkochen (ca. 40 Minuten; Kastanien, die laenger als ein Jahr gelagert wurden, brauchen laengere Kochzeit).

Kochwasser wegschuetten. Die Kastanien von den Zwischenhaeutchen befreien, in haselnussgrosse Stuecke zerbrechen.

Hefe in 100 g Wasser auflösen und 10 Minuten stehen lassen. Mehl in eine Schuessel sieben. In der Mitte eine Vertiefung machen. Die aufgeloeste Hefe hineinschuetten. Mit etwas Mehl zu einem duennen Brei verruehren. 15 Minuten stehen lassen.

Kastanien und Salz beifuegen. Mit dem Backhorn oder Kochloeffel bei portionenweiser Zugabe von 520 g Wasser zu einem Teig verarbeiten. Diesen von Hand zuerst in der Schuessel, bis alles Mehl hineingearbeitet ist, dann auf einer trockenen Arbeitsflaeche zu einem glatten Teig kneten. 5 Minuten durchkneten. In die Schuessel zurueckgeben. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 1 1/2 Stunden gehen lassen. Von neuem durchkneten. Teig zu einer Kugel formen. Diese in vier moeglichst gleich grosse Stuecke teilen. Jedes Stueck kurz durchkneten, zu einem ca. 35 cm langen Strang rollen, diesen zu einem Flachsopf schlingen und auf ein eingefettetes oder mit Backpapier belegtes Kuchenblech legen.

Konventionellen Backofen auf 200 Grad, Umluft-Ofen auf 180 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 4 einschalten. Die Brote mit einem feuchten Tuch bedeckt nochmals 30 Minuten gehen lassen. Mit kaltem Wasser bepinseln. 1 1/2 Stunden backen. (Haltbarkeit: tiefgekuehlt 2 Monate) ("Kathrin Rueeggs Brotbackstube", Albert-Mueller-Verlag, Rueschlikon)

:Stichworte : Brot, Kastanie

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brot und Brötchen  
: : Folge 142, vom 17. Januar 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Vinaigrettesauce  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

Mayonnaise (s.o.  
-Grundrezept),  
5 tb Kräuter nach Belieben,  
jedoch kein Rosmarin und  
-Salbei,  
dafür aber unbedingt  
1 tb Petersilie und  
1 tb Schnittlauch (alles fein  
-gehackt),  
2 Knoblauchzehen,  
1 ts mittelscharfer Senf

Alle Zutaten miteinander vermengen.

:Stichworte : Mayonnaise, Sauce  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Weihnachtsmenü 1998  
: : Folge 203, vom 22. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Vollkornbrötchen  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Vollkornmehl,  
1 Tütchen Trockenhefe,  
12 g Salz,  
300 ml Wasser

Vollkornmehl in eine Teigschuessel geben. Trockenhefe und Salz mit Hilfe eines Backhorns gruendlich untermischen. Zimmerwarmes Wasser portionsweise zufuegen. Zuerst mit dem Backhorn, spaeter mit der Hand vermengen. In der Schuessel kneten bis sich der Teig von dieser loest. Dann auf einer trockenen Arbeitsflaechе 5 Minuten tuechtig durchkneten. Zu einer Kugel formen und in die Schuessel zuruecklegen. Diese mit einem feuchten Tuch bedeckt an einen warmen Ort stellen. 2 Stunden gehen lassen. Das Teigvolumen muss sich um die Haelfte vergroessern. Den Teig nochmals auf der Arbeitsflaechе gut durchkneten, zu einer Kugel formen. Daraus 8 gleichgrosse Laibchen machen und diese auf ein eingefettetes oder mit Backpapier belegtes Backblech aneinander (wie eine Rosette) legen. Mit einem feuchten Tuch bedecken und nochmals 30 Minuten gehen lassen. Die Laibchen mit Oel bepinseln und mit Koernern oder Mohn bestreuen. Die Laibchen im auf 200



Grad vorgeheizten Backofen 65 Minuten hellbraun backen.  
Auf dem Gitter auskuehlen lassen.

:Stichworte : Brötchen, Frühstück  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Mit dem Frühstück fängt der Tag an  
: : Folge 189, vom 08. März 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Vollkornbrot mit Paprikaquark  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

60 g Vollkornbrot (2 BE),  
10 g Halbfettmargarine,  
1 ts Schnittlauchröllchen,  
60 g Magerquark,  
Salz,  
Pfeffer,  
Paprikapulver,  
Mineralwasser zum  
-Glattrühren,  
50 g rote Paprikawürfel

Als 2. Fruehstueck:

Zutaten gut miteinander vermischen und auf das Vollkornbrot streichen.

:Stichworte : Brot, Diabetes  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen für Diabetiker  
: : Folge 202, vom 08. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
: : 250 kcal

MMMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Vollkornnudeln  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Weizenvollkornmehl,  
3 Eier,  
30 ml Wasser, etwa  
3 ts Olivenöl,  
Salz

Teig wie bei den Festtagsnudeln beschrieben herstellen und verarbeiten.

:Stichworte : Grundlage, Nudel  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 213, Die Sendung von den Nudeln  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Waadtländer Suppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 l Bouillon,  
1 l Milch,  
100 ml Weisswein,  
150 g Griess,  
200 ml Sahne,  
2 sl Mischbrot,  
1 Knoblauchzehe,  
1 Eigelb, Salz, Pfeffer,  
-Muskatnuss,  
1 tb fein geschnittener  
-Schnittlauch,  
100 g Reibkäse (Gruyere)

Milch und Bouillon aufkochen, Griess unterruehren. Knoblauchzehe pressen und mit dem klein geschnittenen Brot in Butter roesten. Mit Wein abloeschen, der Suppe beifuegen und 3/4 Stunde kochen lassen. Die Suppe durch ein Sieb streichen oder mit dem Mixstab puerieren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss wuerzen. Sahne und Eigelb langsam darunter ziehen. Kaese beifuegen und nochmals leise kochen lassen. Mit Schnittlauch bestreuen und servieren.

:Stichworte : Schweiz, Suppe  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie am Genfer See  
: : Folge 223, vom 07. November 1999  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Waffeln  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 6 Waffeln

50 g Diätmargarine,  
2 Eier,  
1 pn Salz,  
2 ts flüssiger Süßstoff,  
abgeriebene Schale einer  
-unbehandelten Zitrone,  
120 g Mehl (Type 1050),  
1/2 ts Backpulver,  
1/8 l Buttermilch,  
Fett für das Waffeleisen

Die Diaetmargarine schaumig schlagen. Die Eier, das Salz, den Suesstoff und die Zitronenschale nacheinander hinzufuegen.

Das Mehl mit dem Backpulver mischen, ueber die Zutaten sieben. Die Buttermilch dazugiessen und alles zu einem glatten Teig verruehren. Den Teig etwa 10 Minuten ruhen lassen.

Inzwischen das Waffeleisen vorheizen. Das Waffeleisen einfetten, Teig

einfuellen, verstreichen und goldgelb backen.

Der Teig reicht fuer etwa 6 Fuellungen im Waffeleisen.

:Stichworte : Diabetes, Gebäck, Waffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen für Diabetiker  
: : Folge 202, vom 08. November 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
: : 160 kcal

MMMMM

Legende:

pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Waldmeister Viez  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

Waldmeister,  
Wein oder Apfel- bzw.  
-Birnenwein,  
Apfelsinenschnitten,  
Zucker

"Der gut gelesene Waldmeister wird in einer Terrine mit dem Wein uebergossen und einige Apfelsinenschnitten zugefuegt. Man laesst die Kraeuter mit Zucker hoechstens 10 Minuten ziehen. Auf jede Flasche Wein rechnet man 40 bis 60 g Zucker. Statt Wein kann man auch Viez (Apfel- oder Birnenwein) nehmen."

:Stichworte : Getränk, Mosel, Waldmeister, Wein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : An der Mosel kocht man auch mit Wein  
: : Folge 108 vom 11. Mai 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Waldorfsalat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

1 dicke Knolle Sellerie,  
2 süße Äpfel,  
1 Zitrone, Saft von  
1/2 c Mayonnaise,  
1/2 c flüssige Sahne,  
2 Handvoll kleingehackte  
-Walnüsse,  
1 frische oder eine Dose  
-Ananas (850 g) gewürfel

Den Sellerie schaelen und roh ganz fein raspeln. Die Aepfel reiben, Mayonnaise mit Sahne, Zitronensaft, Nuessen, Aepfeln und Sellerie mischen.

Den Boden einer Schuessel mit Ananas bedecken. Darauf die Haelfte des Salats verteilen, dann wieder Ananaswuerfel und den restlichen Salat.

Obenauf mit Ananaswürfeln verzieren. Den Waldorfsalat erst am nächsten Tag auftragen.

:Stichworte : Ananas, Exotisch, Frucht, Salat, Sellerie  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotische Früchte I - Bananen und Ananas  
: : Folge 057, vom 11. Januar 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
: : (aus: Das große Buch der Früchte, Südwest-Verlag)  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Wan-Tan

Categories: Mehlspeisen, Nudeln

Yield: 1 Keine Angabe

28 Wan-Tan-Blätter (im China-  
-Geschäft)  
10 getrocknete chinesische  
-Morcheln,  
1 sm Karotte,  
1 frische grüne Chilischote,  
50 g gemischte Sprossen (fein  
-gehackt),  
150 g feines Rinderhackfleisch,  
2 tb süße Sojasauce,  
1 tb Reiswein,  
Salz,  
frisch gemahlener Pfeffer,  
1 Ei,  
1 tb Sesamöl,  
Öl zum Frittieren

In einer Schüssel Tatar, Gemüse, Sojasauce, Reiswein, Salz und Pfeffer mischen und 30 Minuten durchziehen lassen. Das Eigelb mit Sesamöl vermischen und unter die Fleischmasse rühren.

Ein Teigblatt auf die flache Hand legen und 1 gehäuften TL der Füllung in die Mitte geben. Mit dem Pinsel Eiweiß auf den Teig, um die Füllung herum streichen, die Teigenden fassen und sie mit einer leichten Drehung zusammendrücken.

Das Fett in der Friteuse auf 175 Grad erhitzen. Die Wan-Tan darin goldbraun frittieren (ca. 5 Minuten). Mit dem Schaumlöffel Wan-Tan aus dem Fett nehmen, auf Kuchentrepp abtropfen lassen. Dazu eine süßsaure Sauce servieren.

:Stichworte : Keimling, Mehlspeise, Sprosse  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Keimlinge und Sprossen  
: : Folge vom 09. Februar 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

sm: klein.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Wecksouffle  
Categories: Eierspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

3 altbackene Brötchen (in  
-feine Würfelchen  
-geschnitten),  
1 Schalotte (fein gehackt),  
etwas Butter,  
2 tb Petersilie (fein gehackt),  
200 ml Sahne,  
3 Eigelb,  
3 steif geschlagene Eiweiß,  
Salz,  
Muskatnuss

Die Brotwuerfelchen mit warmer Sahne uebergiessen und ziehen lassen. In der Zwischenzeit die Schalotte mit der Petersilie in Butter duensten, abkuehlen lassen und zu den Brotwuerfeln geben. Eigelb gut darunter mischen und mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Zum Schluss den Eischnee darunter heben. Das Souffle in eine ausgebutterte Auflaufform geben und im Wasserbad (Saftpfanne) in dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen 30 Minuten garen.

Mit einer Champignon-Sauce und gruenem Salat servieren.

:Stichworte : Brot, Ei, Souffle  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Trockenenes Brot  
: : Folge 230 vom 27. Februar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Weichkrokant  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Zucker,  
30 g Honig,  
70 g Sahne,  
30 g Butter,  
220 g Marzipan,  
150 g Mandeln, gehobelt und  
-leicht geröstet

Sahne und Marzipan in einer Schuessel "vergreifen". Zucker in einem Topf langsam schmelzen, Butter und Honig zugeben. Dann die Sahne-Marzipanmischung zum Zucker geben und alles gut unterruehren. Die noch warmen Mandeln unterheben.

Eine Sandkuchenform mit Pergamentpapier auslegen und die Masse einfuellen, glattstreichen und auskuehlen lassen. Danach in kleine Quadrate schneiden (2 x 2 cm). Man kann auch die Wuerfel bis zur Oberkante in Schokolade eintauchen.

:Stichworte : Krokant, Praline  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Torten und Pralinen

: : Folge 167, vom 16. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Weihnachtszabaione  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

4 Eigelb,  
4 ts Zucker,  
4 tb trockener Weißwein,  
4 tb Amaretto (Bittermandel-  
-Likör),  
1 tb Schokoladenpulver,  
einige Pfefferminzblätter

Die Eigelb mit dem Zucker, dem Weisswein und dem Amaretto im Wasserbad so lange schlagen, bis die Masse fest wird. Die Haelfte davon in vier Dessertschalen verteilen. Zur zweiten Haelfte die Schokolade mischen, zur hellen Masse geben. Mit einem Staebchen (Stricknadel, Zahnstocher, Stricknadel) beide Massen leicht mischen. Mit den Pfefferminzblaettern dekorieren Als Weihnachtsmenue: Zitronensuppe Huehnerpastete  
Badische Hechkloesschen Rindsbraten in Rotwein

Weihnachtszabaione

:Stichworte : Dessert, Menü, Weihnachten, Zabaione  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Weihnachtsmenü 2000  
: : Folge 244, vom 19. November 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*): Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Weinsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 l kräftige Fleischbrühe,  
5 Eigelb,  
1/4 l Sahne,  
1/4 l Weißburgunder,  
1 trockenes Brötchen (in  
-Würfelchen geschnitten)  
1 tb Butter

Brotwuerfel in Butter roesten und mit Zimt bestreuen. Die heisse Fleischbruehe mit dem Eigelb, Sahne und Weisswein in einem Topf mit schwerem Boden auf kleinem Feuer so lange schlagen, bis die Masse schoen cremig ist. In vorgewaermte Suppentassen fuellen und mit einigen Brotwuerfeln und einer Prise Zimt bestreuen.

:Stichworte : Südtirol, Suppe, Wein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Südtirol  
: : Folge 243, vom 05. November 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Weißbiersuppe

Categories: Vorspeisen, Suppen

Yield: 1 Keine Angabe

1 l Weizenbier,  
80 g Zucker,  
1 Stück Zimtstange,  
1 pn Salz,  
1/2 Zitrone Schale von  
-(unbehandelt),  
1 tb Speisestärke (20 g),  
2 Eigelb

MMMMM-----Schneeklößchen:-----

2 Eiweiß,  
etwas Zucker,  
Zitronenmelisse

Bier, Zucker und Zimtstange aufkochen. Mit Salz und Zitronenmelisse wuerzen. Speisestaerke in wenig Wasser verruehren und die Suppe damit binden und mit Eigelb legieren. Nicht mehr kochen lassen, warm stellen.

Fuer die Kloesschen Eigelb sehr steif schlagen. Einen grossen Topf mit Wasser aufsetzen. Mit zwei Teeloeffeln kleine Nocken vom Eiweiss abstechen und auf das heisse Wasser setzen. Zugedeckt garziehen lassen.

Herausnehmen und zum Servieren auf die Weissbiersuppe setzen, mit Zucker bestreuen und mit Zitronenmelisse garnieren.

:Stichworte : Bier, Süß, Suppe

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Kochen mit Bier

: : Folge 060, vom 12. April 1991

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Weiße Brottorte

Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen

Yield: 1 Keine Angabe

300 g Weißbrot, altbackenes  
1 l Milch,  
10 Aprikosen, getrocknete  
200 g Mandeln,  
100 g Rosinen,  
100 g Zucker,  
3 Eier,  
1 Zitrone, Saft und Schale von  
3 tb Kirschwasser,

## 2 Äpfel

Das Brot in feine Stuecke schneiden und in eine Schuessel geben. Die Milch aufkochen und ueber die Brotstuecke giessen. Ueber Nacht stehen lassen. Mit den Haenden oder dem Stabmixer zu einem homogenen Teig verarbeiten. Die Aprikosen in lauwarmem Wasser einweichen. Die Mandeln mit kochendem Wasser uebergiessen und einige Minuten stehen lassen. Mandeln schaelen, auf ein Kuchenblech legen und zum Trocknen fuer ca. 30 Minuten in den auf 100 Grad eingeschalteten Backofen schieben. Mandeln mahlen, zusammen mit 5 klein geschnittenen Aprikosen, Rosinen, Zucker, Eier, Saft und Schale einer Zitrone sowie Kirschwasser zum Teig geben. Aepfel schaelen, fein raffeln und ebenfalls begeben. Eine Springform von 24 cm Durchmesser gut einoele. Den Teig hineingeben und glattstreichen. Die restlichen Aprikosen dekorativ auf den Teig legen. In den kalten Backofen stellen und fuer 2 1/2 Stunden bei 180 Grad backen. Im Backofen erkalten lassen.

:Stichworte : Brot, Torte  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Trockenes Brot  
: : Folge 230 vom 27. Februar 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Weißes Zungenfrikassee  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Kalbszunge,  
Salz,  
2 tb Butter,  
1 lg Zwiebel (fein geschnitten),  
2 tb Mehl,  
4 Zitronenscheiben, evtl. mehr  
Muskat,  
weißer Pfeffer,  
1/2 pk Weißwein,  
Sahne nach Geschmack

Die Zunge in Salzwasser weich kochen, haeuten und in Scheiben schneiden.

Die Butter in einem Topf schmelzen, die Zwiebel und das Mehl darin anschwitzen und mit eingekochter Zungenbruehe (ca. 1/4 l) abloeschen. Zitronenscheiben in die Sauce legen und mit Muskat und weissem Pfeffer wuerzen. Nach Geschmack mit Weisswein verfeinern. Die Zungenscheiben in die Sauce legen und 1/4 Stunde koecheln lassen. Vor dem Servieren mit Sahne verfeinern.

:Stichworte : Kalb, Zunge  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Aus der Küche einer alten Stadt: Trier  
: : Folge 109, vom 25.05.1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.



pk: Pkg.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Weißkrautschnitzel  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Weißkraut,  
1 Zwiebel,  
Butter,  
2 Eier,  
Paniermehl,  
Butterfett

Weisskraut gut waschen, zerkleinern, in wenig Salzwasser weichkochen und durch den Fleischwolf drehen.

Die feingeschnittene Zwiebel in Butter andaempfen und hinzugeben, ebenso die Eier und soviel Paniermehl bis sich Schnitzel formen lassen.

Diese werden in Mehl, Ei und Paniermehl gewendet und in heissem Butterfett von beiden Seiten goldbraun gebraten.

:Stichworte : Gemüse, Kohl, Weißkohl  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Hotzenwald  
: : Folge 138, vom 11. Oktober 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Weizen-Schlummertrunk (ab 16. Monat)  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

500 ml Weizensud  
Meersalz  
1/2 Banane

MMMMM-----bei Fieber:-----  
1/4 ts Lindenblütenhonig

Weizensud aus 1 l Wasser und 100 g Weizenkoerner (siehe Rezept Weizensud) kochen und durch ein Sieb abgiessen. Fluessigkeit auffangen und mit 1 Prise Meersalz wuerzen. 200 ml als Weizentee entnehmen (Rest als Suppen- oder Teegrundlage verwenden), etwas abkuehlen lassen. Banane schaelen, halbieren, 2 cm vom Endstueck abschneiden, Rest zusammen mit dem Weizentee im Mixer puerieren. Bei Fieber mit wenig Lindenbluetenhonig suessen. Weizen besitzt eine schlaffoerdernde Wirkung fuer Kinder, die abends nicht zur Ruhe kommen und hilft bei Fieber.

:Stichworte : Getränk, Kleinkind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Kost für kleine Feinschmecker  
: : Folge 181, vom 09, November 1997  
: : aus dem Buch von Monika Arndt: Das Baby-Kochbuch,  
: : gesunde Ernährung für Ihr Kind, dtv 36536 entnommen.  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Weizenkeimbrot  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

200 g Weizenkörner,  
1 Hefewürfel,  
100 ml Wasser,  
800 g "Ruchmehl" (Weizenmehl, Typ  
-1050),  
25 g Salz,  
350 ml Wasser

Weizenkoerner in lauwarmem Wasser ueber Nacht einweichen.  
Einweichwasser wegschuetten. Koerner in ein Loechersieb geben,  
zugedeckt drei Tage stehen lassen. Morgens und abends mit lauwarmem  
Wasser ueberbrausen, gut schuettern. Die Koerner haben nun ca. 5 mm  
lange Keime gebildet.

Hefewuerfel in 100 ml Wasser auflösen und 10 Minuten stehen lassen.  
Mehl in eine Schuessel sieben und in die Mitte eine Vertiefung  
druecken. Die aufgeloeste Hefe hineingeben. Mit etwas Mehl zu einem  
duennen Brei verruehren. 15 Minuten stehen lassen.

Die Weizenkoerner und Salz dazugeben. Mit dem Backhorn oder dem  
Kochloeffel bei portionsweiser Zugabe von 350 ml Wasser zu einem Teig  
verarbeiten. Diesen von Hand zuerst in der Schuessel, bis alles Mehl  
hineingearbeitet ist, dann auf einer trockenen Arbeitsflaeche zu einem  
glatten Teig kneten. 5 Minuten durchkneten. In die Schuessel  
zurueckgeben. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 1 1/2  
Stunden gehen lassen.

Erneut durchkneten. Falls der Teig an der Arbeitsflaeche klebt, diese  
leicht mit Ruchmehl bestaeuben. Teig zu einer Kugel formen. Diese in  
zwei moeglichst gleich grosse Teile zerschneiden. Jeden Teil nochmals  
durchkneten, zu einem runden Laib formen. Beide Laibe auf ein mit Oel  
bepinseltes oder mit Backpapier ausgelegtes Kuchenblech geben, mit  
einem feuchten Tuch bedecken und nochmals 30 Minuten gehen lassen.  
Kreuzweise 3 bis 5 mal 1 cm tief einschneiden, dass ein Gittermuster  
entsteht. In dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen 70 Minuten backen.  
Auf einem Gitter auskuehlen lassen.

:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brotbacken  
: : Folge 248 vom 28. Januar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Weizensud  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

1 l frisches heißes Wasser  
100 g Weizenkörner

Ganze Weizenkoerner waschen und 3 bis 10 Stunden in lauwarmem Wasser

einweichen. Getreidekoerner mit dem Einweichwasser zum Kochen bringen und bei schwacher Hitze etwa 1 Stunde zugedeckt garen, bis die Koerner platzen. Dabei die Koerner mit einem Holzloeffel immer wieder umruehren, damit die oberen Koerner nicht trocken und hart werden. Kurz vor Ende der Garzeit etwas Meersalz hinzufuegen. Die weich gegarten Weizenkoerner zugedeckt 3-4 Stunden nachquellen lassen und weiterverwenden.

:Stichworte : Kleinkind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gesunde Kost für kleine Feinschmecker  
: : Folge 181, vom 09, November 1997  
: : aus dem Buch von Monika Arndt: Das Baby-Kochbuch,  
: : gesunde Ernährung für Ihr Kind, dtv 36536 entnommen.  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Wiener Eiskaffee  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

- 1 Spezialglas oder  
-Longdrinkglas,
- 2 Kugeln Vanilleeis,
- 1 kalter gesüßter Kaffee,  
-"Schlagobers" (Schlagsah  
Hohlhippe

Vanilleeis ins Glas geben und den leicht gezuckerten Kaffee darueber giessen. Mit einer "Schlagobershaube" und Hohlhippe garnieren. Strohalm und Loeffel dazugeben.

:Stichworte : Kaffee  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kaffee  
: : Folge vom 10. März 1989  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Wiener Pilze  
Categories: Vegetarisches  
Yield: 1 Keine Angabe

Austernpilze,  
Ei,  
Paniermehl,  
Parmesan,  
Salz,  
Pfeffer,  
Butter zum Ausbacken,  
Zitronenscheiben

Ei verquirlen, mit Salz und Pfeffer wuerzen. Weckmehl mit geriebenem Parmesan vermischen. Die geputzten Austernpilze im Ei waelzen und mit der Paniermehl-Parmesan-Mischung panieren. In heisser Butter die Pilzschnitzel ausgebacken und sofort mit Zitronenscheiben servieren.

:Stichworte : Fleischlos, Pilz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Fleischlose Küche  
: : Folge 220, vom 26. September 1999

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Wiener Rostbraten  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

100 g magerer Schwarzwälder Speck,  
3 Zwiebeln,  
4 lg schöne Rostbraten  
-(Rumpsteak),  
Butterfett,  
2 ts Rosenpaprika (süß),  
1/8 l Fleischbrühe,  
1/8 l Sauerrahm,  
1/2 ts Mehl nach Belieben,  
Salz

In einer Kasserolle den in kleine Wuerfel geschnittenen Speck auf kleiner Flamme angehen lassen. Sobald genuegend Fett geschmolzen ist, die feingeschnittenen Zwiebelringe dazugeben und unter fortwaehrendem Ruehren anbraten.

Inzwischen die gut geklopfen Rostbraten in einer Pfanne beidseitig in Butterfett rasch knusprig braun braten. Nun die Kasserolle vom Feuer nehmen und den Rosenpaprika zu Speck und Zwiebeln geben (wird der Paprika mitgebraten, wird er bitter). Die Rostbraten auf die Zwiebeln und den Speck legen, mit Fleischbruehe aufgiessen und das Ganze bei kleinem Feuer etwa 1 bis 1 1/2 Stunden ganz sanft weich schmoren. Zum Schluss den Sauerrahm dazugiessen, in den man, wenn man die Sauce etwas dicker moechte, 1/2 TL Mehl hin- einruehrt, und kurz leicht koecheln lassen.

(Feisst: "Baden - Kulinarische Streifzuege", Sigloch Edition)

:Stichworte : Braten, Fleisch, Rind  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Braten und Schmoren  
: : Folge 164, vom 02. Februar 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

lg: gross.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Wiener Schnitzel  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----pro Person:-----

1 großes, dünnes Kalbschnitzel  
(ca. 3 bis 4 mm, vom  
-Metzger flach geklopf  
Paniermehl,  
Toastbrot,  
Mehl,  
1 verquirltes Ei,  
Butterfett,  
Salz,

## Pfeffer

Das Toastbrot durch einen Durchschlag (Sieb) druecken oder im Mixer zu duennen Krumen zerkleinern. Die Brotkrumen mit der gleichen Menge Paniermehl vermischen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer wuerzen, dann in Mehl waelzen, durch das verquirlte Ei ziehen und mit der Paniermehl-Toastbrot-Mischung panieren. Im heissen Butterfett auf beiden Seiten goldbraun braten und mit Zitronenscheiben servieren.

:Stichworte : Fleisch, Kalb, Schnitzel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Schnitzel  
: : Folge 242, vom 22. Oktober 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Wildkräuterauflauf  
Categories: Eintöpfe, Aufläufe, Gratins  
Yield: 1 Keine Angabe

40 g Butter,  
30 g Weizenvollkornmehl,  
3/8 l Milch,  
400 g Magerquark,  
400 g pürierte Wildgemüse,  
3 Eigelb,  
Salz,  
weißer Pfeffer,  
1 Msp. Muskatnuss,  
3 Eiweiß

Butter in einem Topf erhitzen. Mehl dazugeben und unter Rühren 2 Minuten durchschwitzen lassen, mit Milch abloeschen, so dass eine Sauce entsteht und 5 Minuten kochen lassen. Quark durch ein Sieb streichen. Wildgemuese mit dem Eigelb, Salz, Pfeffer und Muskat unter den Quark rühren. Quarkmasse mit der Sauce mischen. Eiweiss steif schlagen und unter die Auflaufmasse heben. In eine Auflaufform fuellen. Im auf 160 Grad vorgeheizten Backofen ca. 60 Minuten backen.

:Stichworte : Auflauf, Kräuter, Wildkräuter  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kräuter und Gesundheit  
: : Folge 171, vom 11. Mai 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Wildpfeffer  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

1 kg Hirsch-, Gems- oder anderes  
-Wildfleisch

MMMMM-----Beize:-----

1 1/4 l trockenen Rotwein,  
1/4 l Rotweinessig,  
1 Karotte und  
1 Lauchstängel  
jeweils in Rädchen

-geschnitten,  
1/4 Sellerieknolle in Scheiben  
-geschnitten,  
8 Pfefferkörner,  
12 Knoblauchzehen,  
2 Msp. Muskat,  
5 Nelken,  
2 Lorbeerblätter

MMMMM-----Sauce:-----

50 g Butterfett oder Öl,  
1 tb Mehl,  
60 g Roggenbrot ohne Rinde, fein  
-zerzupft,  
1 bn Petersilie und  
1 Zwiebel  
jeweils kleingeschnitten

MMMMM-----Zwetschgen:-----

100 g getrocknete Zwetschgen,  
300 ml Wasser

Das Fleisch in ragoutgrosse Stuecke schneiden und in eine Schuessel geben (nicht Metall!).

Die Zutaten fuer die Beize miteinander aufkochen und ueber das Fleisch giessen. Hirschfleisch 3 bis 4, Gemsfleisch 5 bis 7 Tage lang (je nach Alter des Tieres) in der Beize zugedeckt im Kuehlschrank oder im Keller stehen lassen.

Taeglich umruehren.

Die Haelfte der Beize abschoepfen und beiseite stellen. Das Fleisch mit dem Rest der Beize auf kleinem Feuer 2 1/2 bis 3 1/2 Stunden koecheln lassen. Dabei die zurueckbehaltene Beize nach und nach zugeben.

Das Butterfett schmelzen und das Mehl darin braun werden lassen, Zwiebel und Petersilie sowie das Roggenbrot darin andaempfen und zu dem seit 2 Stunden koechelnden Fleisch geben.

Die Zwetschgen 10 Minuten koecheln und mitsamt dem Wasser in die Sauce geben. Zum Schluss vorsichtig salzen.

(Rueegg/Feisst: Was die Grossmutter noch wusste: vom Elsass bis ins Engadin, Mueller-Rueschlikon-Verlags AG)

:Stichworte : Engadin, Fleisch, Gämse, Hirsch, Wild  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Engadin  
: : Folge 134, vom 30. August 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

bn: Bd.  
tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Wildragout  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

800 g Wildfleisch  
(Schulter, Hals, Haxe von

-Reh, Hirsch, Gämse, Hasen)  
 100 g Speck (gewürfelt),  
 4 tb Öl,  
 2 Zwiebeln (gehackt),  
 1 tb Weinessig,  
 1 pk Rotwein,  
 Fleischbrühe,  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 3 Wacholderbeeren,  
 Thymian,  
 2 tb Preiselbeergelee,  
 1/8 l Sauerrahm,  
 1 tb Mehl,  
 Petersilie

Das Fleisch haeuten, von Sehnen befreien und in Wuerfel schneiden.  
 Speck in Oel ausbraten, Zwiebel und Fleisch darin anroesten bis die  
 Fluessigkeit klar wird, mit Essig und Wein abloeschen. Unter Ruehren  
 Saft einziehen lassen, wuerzen, dabei nur wenig Fluessigkeit aufgiessen  
 und zugedeckt weich duensten.

Preiselbeergelee zugeben, Sauerrahm mit Mehl verruehren, einkochen,  
 abschmecken und mit Petersilie bestreut anrichten.

:Stichworte : Fleisch, Tirol, Wild  
 :Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
 : : Kochen wie in Tirol  
 : : Folge 249 vom 11. Februar 2001  
 : : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
 :Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
 pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Wildschweinkeule  
 Categories: Fleischgerichte, Innereien  
 Yield: 6 Personen

1.5 kg Wildschweinkeule,  
 -ausgebeint,  
 3 Gläschen Doppelwacholder,  
 4 Wacholderbeeren,  
 1 pn Thymian,  
 schwarzer Pfeffer aus der  
 -Mühle,  
 Salz,  
 150 g fetter Räucherspeck,  
 in dünnen Scheiben,  
 2 tb Butter,  
 1 Zwiebel,  
 1 pk Rotwein,  
 1 c Sauerrahm

Die ausgebeinte Keule auseinanderklappen und mit dem Doppelwacholder  
 begiessen. Eine Stunde ziehen lassen, dabei mehrmals wenden und nach  
 der Haelfte der Zeit mit zerdrueckten Wacholderbeeren, Thymian und  
 schwarzem Pfeffer bestreuen. Gewuerze ins Fleisch druecken. Einige  
 Specksscheiben auf die Innenseite der Keule legen und diese fest  
 zusammenrollen. Mit ungeleimtem Faden binden. Aussenseite

trockentupfen, leicht salzen und in einem Braeter in der Butter auf allen Seiten gruendlich anbraten. Zwiebel in Scheiben schneiden und kurz mit anbraten. Rotwein zuguessen, die restlichen Speckseiten auf den Braten legen. Im zugedeckten Topf etwa 1 1/2 Stunden auf kleiner Hitze schmoren. Dabei oeftter den Braten umwenden und jedes Mal die Speckscheiben wieder obenauf legen. Braten herausnehmen, Speckscheiben wegwerfen. Sauerrahm in den Topf ruehren und diese Sosse abschmecken, durch ein Sieb abgiessen und separat servieren.

(Horst Scharfenberg: Aus Deutschlands Kuechen, Hallwag Verlag)

:Stichworte : Eifel, Fleisch, Wild, Wildschwein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Eifel II  
: : Folge 163, vom 25. Januar 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.  
pn: Prise  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Windmühlen (mit Konfitüre gefüllte Hefestückchen)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Hefewürfel,  
50 ml Wasser,  
75 g Butter,  
500 g Mehl (Typ 405),  
80 g Zucker,  
1 pn Salz,  
250 ml Milch

MMMMM-----Füllung:-----

Aprikosenkonfitüre

MMMMM-----Zum Bestreichen:-----

1 Eigelb

Hefewuerfel in Wasser auflösen und 15 Minuten stehen lassen. Butter weich werden lassen. Mehl in eine Schuessel sieben. In die Mitte eine Vertiefung druecken. Die aufgelöeste Hefe hineingeben. Mit etwas Mehl zu einem duennen Brei verruehren. 15 Minuten stehen lassen. Zucker und Salz beifuegen. Die weiche Butter mit dem Backhorn oder dem Kochloeffel unter das Mehl arbeiten. Nach und nach zimmerwarme Milch dazugeben. Mit dem Backhorn oder dem Kochloeffel, spaeter mit den Haenden zu einem Teig verarbeiten.

Auf einer trockenen Arbeitsflaeche mit den Haenden gut durchkneten. Zu einer Kugel formen. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 2 Stunden gehen lassen. Teig erneut durchkneten.

Hefeteig 1/2 cm dick ausrollen und quadratische Stuecke (10 x 10 cm) schneiden. Die Ecken schraeg einschneiden. In die Mitte des Teigquadrates Aprikosenkonfituere geben.

Fuer die Windmuehlen werden die rechten Zipfel einer jeden Ecke in der Mitte fest zusammengedrueckt. Auf ein gefettetes Backblech geben, mit einem feuchten Tuch bedecken und an einem warmen Ort gehen lassen, bis



sie fast das doppelte Volumen haben.

Mit Eigelb bestreichen und in dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen 20 bis 25 Minuten backen.

:Stichworte : Gebäck, Hefeteig  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Allerlei aus Hefeteig  
: : Folge 251 vom 11. März 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Wirsingkuchen  
Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Blech

MMMMM-----Belag:-----

150 g Speckwürfel,  
1 Zwiebel (fein gehackt),  
ca. 600 g Wirsing (in feine  
-Streifen geschnitten),  
1 ts Salz,  
1 bis 2 TL Kümmelsamen,  
200 g grob geriebener Greyerzer  
-Käse

MMMMM-----Guss:-----

200 ml Sauerrahm,  
100 ml Milch,  
2 Eier,  
1 tb Speisestärke,  
1/2 ts Salz

Sie koennen entweder einen »Schwaebischen Hefeteig« oder einen »Geriebenen Hefeteig« verwenden, siehe Rezept

Die Speckwuerfel glasig braten, dann die Zwiebel dazugeben, 5 Minuten mitdaempfen. Die Wirsingsstreifen beugeben, zugedeckt 1/4 Stunde daempfen (gelegentlich umruehren). Auskuehlen lassen, wuerzen. Den Kaese auf dem Kuchenboden verteilen, den gedaempften Wirsing darueber geben.

Die Zutaten fuer den Guss miteinander vermengen, ueber den Wirsing giessen. Auf der untersten Schiene des auf 220 Grad vorgeheizten Backofens 1/2 Stunde backen.

:Stichworte : Herzhaft, Kuchen, Wirsing  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Pikante Kuchen im Herbst  
: : Folge 178, vom 28. September 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Würziges Bierbrot  
Categories: Brot  
Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Vorteig:-----  
250 g Weizenmehl (Type 1050),  
200 ml Wasser,  
5 g Hefe

MMMMM-----Hauptteig:-----  
450 g Vorteig,  
250 g Roggenmehl (Typ 1150),  
600 g Weizenmehl (Typ 1050),  
500 ml dunkles Bier,  
35 g Hefe,  
20 g Salz

Alle Zutaten fuer den Vorteig mischen, mit einem feuchten Tuch bedecken und mindestens 6 Stunden ruhen lassen.

Fuer den Hauptteig Mehl in die Schuessel sieben, in die Mitte eine Vertiefung druecken und den Vorteig hineingeben.  
Die Hefe ueber den Vorteig zerbroeseln. Salz dem Rand entlang auf das Mehl verteilen. Bier ebenfalls dem Rand entlang dazugeben und alles gut mischen. Zunaechst mit dem Backhorn oder Kochloeffel, dann mit den Haenden zu einem festen Teig (ca. 5 Minuten) verkneten.

Mit einem feuchten Tuch bedecken und 45 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

Den Teig durchkneten und weitere 30 Minuten, mit einem feuchten Tuch bedeckt, gehen lassen.

Den Teig in 2 Laibe teilen. In dem auf 220 Grad vorgeheizten Backofen ca. 60 Minuten backen.

:Stichworte : Brot  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Brotbacken  
: : Folge 248 vom 28. Januar 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Yamswurzel-Bananen-Paste  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

400 g Yamswurzel,  
4 sl Ananas,  
4 Bananen,  
3 tb Ananas- oder Orangensaft,  
2 tb brauner Zucker,  
3 tb Butter

Die gekochten Yamswurzeln schaelen, grob raffeln. Ananas in Schnitze schneiden. Bananen schaelen, in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Lagenweise in gut bebutterte Gratinform schichten. Zuoberst Bananen. Ananassaft, brauner Zucker und Butter in Floeckchen daruebergeben. Im auf 150 Grad vorgeheizten Ofen backen.

("Kathrin Rueeggs Kartoffelkueche", Albert-Mueller-Verlags-AG)

:Stichworte : Banane, Dessert, Exotisch, Obst, Yamswurzel

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Exotisches Gemüse  
: : Folge 148, vom 10. April 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

sl: Scheib.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zartbitter-Trüffel ohne Alkohol  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

150 g Sahne,  
65 g Süßrahmbutter,  
65 g Milch (3,5 %),  
350 g Zartbitterschokolade  
-(Kuvertüre)

Sahne, Butter und Milch kurz aufkochen lassen. Topf vom Herd nehmen, die kleingeschnittene Schokolade beifügen und mit einem Holzloeffel rühren bis alles aufgelöst ist.

Eine Sandkuchenform (30 x 9) mit Pergamentpapier auslegen. Die Trüffelmasse einfüllen und über Nacht stehen lassen. Am nächsten Tag die festgewordene Trüffelmasse in kleine Quadrate schneiden ca. 2 x 2 cm und kurz in den Eisschrank legen. Dann nach und nach in flüssige Schokolade tunken und in Kakao wälzen, der mit 10 % Puderzucker gemischt ist, damit er nicht so herb ist.

:Stichworte : Praline, Trüffel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Torten und Pralinen  
: : Folge 167, vom 16. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zimtsterne (mit Hirschhornsalz)  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

300 g Mandeln oder Haselnüsse,  
10 bittere Mandeln,  
250 g Puderzucker,  
3 Eiweiss,  
1 Vanilleschote,  
10 g Zimt,  
1 Msp. Hirschhornsalz

MMMMM-----Zum Auswallen des Teiges:-----

80 g Mandeln oder Haselnüsse

Puderzucker sieben. Eiweiss zu steifem Schnee schlagen. Den Zucker essloeffelweise begeben. Die Masse muss schnittfest sein. 4 Essloeffel davon fuer die Glasur beiseite stellen. Vanilleschote der Laenge nach aufschneiden. Die Kerne zur Zucker-Eiweiss- Mischung fuer den Teig geben, ebenfalls Zimt und Hirschhornsalz. Nach und nach die gemahlene

Nuesse untermengen bis ein fester, auswallfaehiger Teig entstanden ist.

80 g Nuesse mahlen und auf die Arbeitsflaeche streuen. Den Teig darauf ca. 5 mm dick auswallen. Mit einer Ausstechform Sterne ausstechen. Diese auf das mit Backpapier ausgelegte Kuchenblech legen. Dick mit der beiseite gestellten Eiweissglasur bestreichen. Im unteren Drittel des auf 120 Grad vorgeheizten Backofens 35 Minuten backen. Auf einem Gitter auskuehlen lassen.

In einer Weissblechdose sind die Zimtsterne 3 bis 4 Wochen haltbar.

:Stichworte : Gebäck, Hirschhornsalz, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wußte  
: : Pottasche, Hirschhornsalz, Honigteig  
: : Folge 159, vom 03.November 1996  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zitronen-Butter-Sauce  
Categories: Saucen, Marinaden  
Yield: 1 Keine Angabe

50 g Butter,  
50 ml Zitronensaft

Zitronensaft erhitzen, die Butter in Stuecken hineingeben und ruehren bis die Butter geschmolzen ist.

:Stichworte : Butter, Fisch, Sauce, Savoyen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusst  
: : Kochen wie in Savoyen  
: : Folge 252 vom 08. April 2001  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zitronen-Eier-Likör  
Categories: Getränke  
Yield: 1 Keine Angabe

6 sehr frische Eier,  
8 Zitronen, evtl. mehr  
250 g Zucker,  
1 Vanilleschote (längs  
-halbiert),  
350 ml Rum (54 Vol.-%)

Die Eier sauber abspuelen und reinigen. Mit der Schale vorsichtig und Platz sparend in ein hohes Gefaess geben. Die Zitronen gut auspressen. So viel Saft ueber die Eier giessen, dass sie bedeckt sind. 8 bis 10 Tage stehen lassen und zwischendurch umruehren, bis sich die Eierschalen aufgeloeset haben.

Dann alles in ein Sieb geben, besser durch ein Mulltuch und abseihen. Das Ei-Zitronen-Gemisch mit dem Rum und dem Zucker verruehren, bis sich der Zucker vollstaendig aufgeloeset hat und eine homogene Creme entstanden ist. Mit einem Messerruecken das Vanillemark aus den Schoten kratzen und ebenfalls gut unter die cremige Masse mischen.

Nach Belieben noch etwas Zucker beigeben. Den so gewonnenen Eierlikoer

gut verschliessen und kuehl aufbewahren.

Dieses alte Hauselixier, welches frueher so manches Gebrechen linderte, hilft auch heute noch. Es spendet Kraft und schuetzt vor Erkaeltung.

:Stichworte : Alkohol, Ei, Geschenk, Getränk, Likör, Weihnachten  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Was Kathrin und Werner verschenken  
: : Folge 204, vom 06. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zitronenlauch  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

800 g Lauch,  
1 c Olivenöl,  
1 geriebene Zwiebel,  
300 g Sellerieknolle,  
3 tb klein gehackte  
-Sellerieblätter oder  
-Petersilie,  
Salz,  
Pfeffer,  
Saft einer Zitrone,  
1 tb Speisestärke

Zwiebel kurz im Oel daempfen. Lauch in laengliche Stuecke, Sellerie in Wuerfel schneiden und zusammen mit den klein gehackten Sellerieblaettern, Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft dazugeben und zum Schluss 1 bis 2 Tassen Wasser zufuegen. Das Gericht auf niedriger Flamme ca. 1/2 Stunde kochen. Speisestaerke mit dem restlichen Zitronensaft auflösen, 2 EL Wasser dazugeben und alles unter den Lauch ruehren. Nochmals 2 Minuten koecheln lassen.

:Stichworte : Beilage, Gemüse, Lauch  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Leichter in den Frühling  
: : Folge 188, vom 22. Februar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.  
c: Tasse

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zitronenschnitzel  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 4 Portionen

8 dünne Kalbschnitzel,  
2 Zitronen (ungespritzt),  
3 tb Butterfett,  
1/8 l Weißwein,  
2 tb Butter,  
Salz,  
frisch gemahlener Pfeffer,  
Zitronenmelisse

Die Schnitzel mit dem Saft 1/2 Zitrone betrauefeln. Im heissen Butterfett die Schnitzel 2 bis 3 Minuten goldbraun braten, herausnehmen, mit Salz und Pfeffer wuerzen und warm stellen. Den Bratensatz mit dem Saft 1/2 Zitrone und dem Weisswein abloeschen und etwas einkochen lassen. Die Butter unter die Sauce ruehren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Zitronenschnitzel mit Zitronenscheiben und Zitronenmelisse garnieren und zusammen mit der Sauce servieren.

:Stichworte : Fleisch, Kalb, Schnitzel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Schnitzel  
: : Folge 242, vom 22. Oktober 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zitronensuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

1 Huhn,  
2 lg Zwiebeln,  
1 Karotte,  
1 Lauch,  
1 Stück Sellerie,  
1 Lorbeerblatt,  
2 Nelken,  
Salz,  
1 tb Mehl,  
1 tb Butter,  
6 Tassen Hühnerbrühe,  
3 tb Rundkornreis,  
2 Eier,  
Saft von 1 Zitrone

Das Huhn in 1 1/2 l Wasser mit dem Gemuese und der mit Lorbeerblatt und Nelken besteckten Zwiebel sowie etwas Salz kochen bis sich das Fleisch vom Knochen loest. Das Fleisch beiseite stellen und die Bruehe durch ein Haarsieb giessen.

Das Mehl in der Butter goldgelb schwitzen, die lauwarme Huehnerbruehe vorsichtig unter staendigem Ruehren mit dem Schneebesen hinzufuegen und aufkochen lassen. Den Reis waschen und in die nun gebundene Suppe geben. Gut umruehren. Die Suppe noch einmal aufkochen lassen, vom Feuer nehmen und zugedeckt 20 Minuten stehen lassen, bis der Reis weich ist. Die Eier schlagen und vorsichtig mit dem Zitronensaft vermischen. Ein wenig von der Bruehe loeffelweise unter das Ei-Zitronen-Gemisch ruehren und diese Sauce dann in die Suppe giessen. Umruehren und heiss servieren.

Als Weihnachtsmenue:

Zitronensuppe  
Huehnerpastete  
Badische Hechtkloesschen  
Rindsbraten in Rotwein  
Weihnachtszabaione

:Stichworte : Menü, Suppe, Weihnachten, Zitrone  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Weihnachtsmenü 2000  
: : Folge 244, vom 19. November 2000  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zucchini mit Knoblauch geschmort  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

750 g Zucchini,  
2 Knoblauchzehen,  
1/2 ts Salz,  
Pfeffer,  
2 tb Butter,  
150 g Schinken, gekocht  
1/8 l Weißwein, trocken  
3 Zweige Salbei

Die Zucchini waschen (grosse Zucchini schaelen), laengs halbieren, die Haelften in Stuecke schneiden, die dann nebeneinander gelegt in einer grossen Pfanne Platz haben. Knoblauch pressen, mit Salz und Pfeffer vermengen, auf die Schnittflaechen der Zucchinistuecke streichen. Den Schinken in feine Streifen schneiden. Die Butter zergehen lassen. Die Zucchinistuecke mit der Schnittflaeche nach unten legen und leicht anbraeunen. Die Schinkenstreifen darueberstreuen. Alles einige Minuten daempfen. Mit dem Weisswein abloeschen. Die Salbeiblaetter in feine Streifen schneiden, ueber die Zucchini geben. 15 Minuten zugedeckt schmoren.

:Stichworte : Beilage, Gemüse, Zucchini  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Wein in der Küche  
: : Folge 179, vom 12.Oktober 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zucchiniküchlein  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

600 g Zucchini (auf einer groben  
-Reibe gerieben),  
2 lg Zwiebeln (auf einer feinen  
-Reibe gerieben),  
5 Eier,  
4 tb Weisemehl,  
3 tb fein gehackter Dill,  
Salz,  
Pfeffer,  
8 tb Olivenöl zum Braten

Die geriebenen Zucchini auf ein Tuch legen, dieses zu einem Paket formen und gut ausdruecken (junge Zucchini geben wenig, aeltere viel Saft ab). Saft wegschuetten, Zucchini in eine Schuessel geben und die restlichen Zutaten nach und nach gut darunter mischen.

Kuechlein formen. Das Oel portionsweise heiss werden lassen, die Kuechlein ebenso portionsweise darin braten.

:Stichworte : Gemüse, Türkei, Zucchini  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in Lykien/Türkei  
: : Folge 174, vom 22. Juni 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zuckererbsen  
Categories: Beilagen  
Yield: 1 Keine Angabe

3 tb Butter,  
2 Schalotten oder  
1 Zwiebel,  
800 g Zuckererbsen,  
2 tb Wasser,  
Salz

Von den gartenfrischen Zuckererbsen die Spitzen an beiden Enden abknipsen.

Butter schmelzen, die Schalotten darin glasig duensten. Das Gemuese begeben, ruetteln bis die Zuckererbsen mit der Butter ueberzogen sind, salzen, das Wasser begeben. Ohne Deckel weich daempfen. Nach 10 Minuten Garprobe machen! Bei laengerem Daempfen eventuell noch mehr Wasser begeben. Vorsicht: brennt leicht an! Dieses Rezept eignet sich auch fuer zarte Bohnen (Buschbohnen).

:Stichworte : Beilage, Buschbohne, Gemüse, Zuckerschote  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gemüse von der Reichenau  
: : Folge 111, vom 22. Juni 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer  
:Zusatz : Kochzeit:  
: : ca. 15 Minuten.

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zuckerglasur  
Categories: Grundlagen, Informationen  
Yield: 1 Keine Angabe

250 g Puderzucker,  
1 Eiweiß



Puderzucker mit Eiweiss verruehren. Mit Hilfe eines Pinsels auf den Kuchen auftragen.

Die Verzierungen (kandierte Kirschen, Nuesse, gezuckerte Veilchen etc.) in den noch feuchten Guss setzen.

:Stichworte : Glasur, Grundlage, Kuchen  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Gugelhupf  
: : Folge 205, vom 20. Dezember 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zueguet-Schnitzu  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

8 Kalbschnitzel, schöne,  
-nicht zu dünne, zu je 8  
3 tb Butterfett,  
2 tb Mehl,  
Salz,  
Pfeffer

MMMMM-----Zueguet-Käsemasse:-----

300 g geriebener Emmentaler oder  
-Greyerzer Käse,  
2 Eier,  
1/2 Beutel Backpulver (10 g),  
1 tb Rahm,  
1 tb Weißwein,  
Salz,  
Pfeffer

MMMMM-----Rahmsauce:-----

200 g frische Champignons,  
-feinblättrig geschnit  
4 dl Rahm,  
1 dl Bratensauce,  
2 tb Zwiebeln, gehackt  
1 ts Knoblauch, gehackt  
2 tb Weißwein,  
1 tb Cognac,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 tb Butter

MMMMM-----Butternudeln:-----

400 g Nudeln (6 mm breit),  
50 g Butter

Die Kalbschnitzel mit Salz und Pfeffer wuerzen, im Mehl wenden und im heissen Fett durchbraten. Die gebratenen Schnitzel mit der Zueguet-Kaesemasse bestreichen und im Ofen ueberbacken.

Zueguet-Kaesemasse: Den geriebenen Kaese mit den verklopfen Eiern vermischen. Backpulver, Salz, Pfeffer, Rahm und Weisswein dazugeben und alles zu einer Masse kneten.

Rahmsauce: Champignons, Zwiebeln und Knoblauch in Butter anziehen. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Zudecken, bis die Champignons etwas Wasser

gezogen haben. Mit Weisswein und Cognac abloeschen und den Rahm und die Bratensauce dazugeben. Zur gewuenschten Dicke mit Mehlbutter binden und nach Belieben abschmecken.

Butternudeln: Die Nudeln etwa 5 Minuten in wallendem Wasser kochen. Wasser abschuetten und die Nudeln mit brauner Butter vermischen.

Die Zueguet-Kaesemasse laesst sich auch fuer Kaeseschnitten verwenden.

(Fritz Gfeller: Rezepte aus dem Emmental, Hallwag-Verlag)

:Stichworte : Emmental, Fleisch, Kalb, Schnitzel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Emmental (II)  
: : Folge 128, vom 26. April 1995  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zuepfe (Hefezopf)  
Categories: Kuchen, Gebaeck, Pralinen  
Yield: 1 Keine Angabe

1/2 Wu fel Hefe,  
50 g Wasser,  
75 g Butter,  
500 g Weismehl (Typ 405),12 g  
-Salz,  
250 g Milch

Hefewuerfel in Wasser auflösen und 15 Minuten stehen lassen. In der Zwischenzeit Butter weich werden lassen. Mehl in eine Schuessel sieben. In der Mitte eine Vertiefung machen. Die aufgeloeste Hefe hineinschuetten. Mit etwas Mehl zu einem duennen Brei verruehren. 15 Minuten stehen lassen. Salz beifuegen. Die weiche Butter mit dem Backhorn oder dem Kochloeffel unter das Mehl arbeiten. Nach und nach die Milch dazugeben. Mit dem Backhorn oder dem Kochloeffel, spaeter mit den Haenden zu einem Teig verarbeiten. (Fuer die suesse Variante 80 g Zucker und 50 g Sultaninen beigeben.) Auf einer trockenen Arbeitsflaeche mit den Haenden gut durchkneten. Zu einer Kugel formen. Mit einem feuchten Tuch bedeckt an einem warmen Ort 2 Stunden gehen lassen. Teig von neuem durchkneten. Drei Teigstuecke a ca. 300 g abwiegen. Jedes Stueck zu einer ca. 40 cm langen Rolle ausrollen. Die drei Straenge nebeneinander legen, oben etwas umschlagen und wie einen Haarzopf flechten, der unten wieder umgeschlagen wird. Auf ein gefettetes oder mit Backpapier ausgelegtes Kuchenblech legen. Konventionellen Backofen auf 220 Grad, Umluft-Backofen auf 200 Grad, Gas-Ofen auf Stufe 4-5 einschalten. Den Zopf nochmals 1/2 Stunde gehen lassen. Dann mit 1 Eigelb bepinseln. Backzeit 70 Minuten. Nach 60 Minuten umdrehen, damit auch der Boden schoen gebraeunt wird. Auf einem Gitter auskuehlen lassen. Kann 4 Wochen tiefgekuehlt werden.

:Stichworte : Emmental, Gebaeck  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Grossmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Emmental (I)  
: : Folge 127, vom 12. April 1995  
: : von Kathrin Rueegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schaefer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Züri Geschnätzlets  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

600 g Kalbfleisch,  
4 Schalotten oder  
1 sm Zwiebel,  
2 dl Weißwein,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 pn Zitronenrinde,  
3 tb Butter,  
1 tb Mehl,  
2 dl Rahm,  
1 tb gehackte Petersilie

Kalbfleisch in kleine, duenne Scheibchen schneiden. Die Butter in der Bratpfanne erhitzen und das Fleisch bei starker Hitze ganz kurz anbraten. Bevor das Fleisch Saft abgibt, aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Gehackte Schalotten in die Pfanne geben, leicht anziehen lassen. Mit Mehl bestaeuben und mit Weisswein abloeschen. Bis zur Haelfte einkochen lassen, dann Rahm beimischen. Etwas eindicken lassen, gut wuerzen. Fleisch hineingeben (nicht mehr kochen) und sofort auf den Tisch bringen. Mit Petersilie bestreuen.

:Stichworte : Fleisch, Kalb, Schweiz  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie in der Schweiz (Ballenberg)  
: : Folge 063, vom 04. Oktober 1991  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

dl: deciliter  
tb: El.  
sm: klein.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zwetschgen im Metzgerhemd  
Categories: Sonstiges  
Yield: 1 Keine Angabe

1 pk weiche, entsteinte  
-Dörrzwetschgen,  
halbierte Scheiben  
-Frühstücksspeck  
(entsprechend der Anzahl  
-der Zwetschgen),  
weißer Pfeffer aus der  
-Mühle,  
Backpapier

Jede Zwetschge mit einer halbierten Scheibe Fruehstuecksspeck umwickeln und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Mit weissem Pfeffer bestreuen und in den heissen Backofen geben bis die Speckscheiben glasig werden. Sofort servieren.

:Stichworte : Buffet, Fingerfood, Pflaume

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Ostergäste  
: : Folge 168, vom 30. März 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

pk: Pkg.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zwetschgen mit Zabaione  
Categories: Dessert, Süßspeisen  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Zwetschgen,  
100 g Zucker,  
1 pk Vanillezucker,  
1/4 l Wasser,  
4 Eigelb,  
4 tb trockener Weißwein,  
4 tb Marsala oder anderer  
-Süßwein,  
4 ts Zucker

Die Zwetschgen waschen, halbieren, entsteinen, vierteln. Zucker, Vanillezucker und Wasser aufkochen, koecheln bis sich der Zucker aufgelöst hat. Die Zwetschgen begeben. 10 Minuten dinsten. Abkühlen lassen. Kurz vor dem Servieren ein Wasserbad bereiten. Einen ca. 1 l Inhalt fassenden Kochtopf in einen etwas grösseren Kochtopf stellen. Diesen mit so viel heissem Wasser füllen, dass es nicht überläuft. In den kleineren Kochtopf die restlichen Zutaten geben, auf mittlerer Flamme langsam erhitzen, dabei mit dem Schneebesen ständig rühren bis die Masse cremig wird.

Die Zwetschgen in 4 Dessertschalen verteilen, Zabaione darüberggeben.

:Stichworte : Dessert, Wein, Zwetschge  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Wein in der Küche  
: : Folge 179, vom 12. Oktober 1997  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pk: Pkg.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zwetschgenkuchen nach Bühler Art  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Springform (30 cm Durchm.)

MMMMM-----Teig:-----

200 g Mehl  
40 g Zucker  
10 g Hefe  
1/8 l Milch  
60 g Butter

1 Ei  
1 pn Salz  
Semmelbrösel

MMMMM-----Belag:-----

1 1/4 kg Zwetschgen, am besten  
-Spätzwetschgen,  
2 tb Semmelbrösel,  
100 g Zucker,  
1 ts Zimt

Das Mehl in eine Schuessel sieben und in die Mitte eine Vertiefung druecken. Darin mit dem Zucker, der zerbroeckelten Hefe und etwas angewaermter Milch einen Vorteig anruehren. In der uebrigen erwaermtten Milch die Butter schmelzen.

Sobald der Vorteig Blasen wirft, diese Milch zusammen mit dem Ei und der Prise Salz dazugeben. Alles gut verkneten und zum Gehen an einen warmen Ort stellen bis sich das Teigvolumen etwa verdoppelt hat. Noch einmal durchkneten und etwa 1/2 cm dick ausrollen. Die Teigplatte kommt in eine gut eingefettete Springform. Einen Teigrand hochziehen. Teigboden dick mit Semmelbroesel bestreuen, um den beim Backen austretenden Zwetschgensaft aufzusaugen. Die gewaschenen und entsteinten Zwetschgen darauflegen. Den Kuchen etwa 45 bis 60 Minuten in dem auf 175 Grad vorgeheizten Backofen backen. Rand der Springform entfernen und Kuchen mit einer Mischung aus Zucker und Zimt bestreuen. Noch warm zu einer Kartoffelsuppe essen.

:Stichworte : Kuchen, Zwetschge  
:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Grossmutter noch wusste:  
: : Folge 92, Zwetschgen und Meerrettich  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zwetschgenkuchen nach Bühlerart  
Categories: Kuchen, Gebäck, Pralinen  
Yield: 1 Springform von 30 cm Durchmesser

MMMMM-----Hefeteig:-----

200 g Mehl,  
40 g Zucker,  
10 g Hefe,  
1/8 l Milch,  
60 g Butter,  
1 Ei,  
1 pn Salz,  
Semmelbrösel

MMMMM-----Belag:-----

1 1/4 kg Zwetschgen,  
am besten Spätzwetschgen,  
3 tb Semmelbrösel,  
100 g Zucker,  
1 ts Zimt

Einen Hefeteig zubereiten. Dafuer das gesiebte Mehl in eine Schuessel geben und in die Mitte eine Vertiefung druecken. Darin mit dem Zucker,

der zerbroeckelten Hefe und etwas angewaermtter Milch einen Vorteig anruehren. In der erwaermtten Milch die Butter schmelzen und, sobald der Vorteig Blasen wirft, die Milch sowie das Ei und eine Prise Salz dazugeben. Nun alles gut verkneten und zum Gehen an einen warmen Ort stellen. Sobald sich das Teigvolumen etwa verdoppelt hat, noch einmal durchkneten und etwa 1/2 cm dick ausrollen. Die Teigplatte kommt in eine gut eingefettete Springform. Einen Teigrand hochziehen. Teigboden mit Semmelbroesel bestreuen, um den beim Backen austretenden Zwetschgensaft aufzusaugen. Die gewaschenen und entsteinten Zwetschgen darauflegen. Den Kuchen etwa 45 bis 60 Minuten in dem auf 175 Grad vorgeheizten Backofen backen. Rand der Springform entfernen und Kuchen mit einer Mischung aus Zucker und Zimt bestreuen. Noch warm zur Suppe essen.

:Stichworte : Kuchen, Zwetschge  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwetschgen und Meerrettich  
: : Folge 098, vom 8. September 1993  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zwiebel-Orangen-Salat  
Categories: Salate  
Yield: 1 Keine Angabe

4 kernlose Orangen,  
2 lg rote Zwiebeln,  
8 schwarze Oliven,  
1/2 Zitrone, Saft von  
Salz,  
1 pn Zucker,  
2 tb Olivenöl

Die Orangen schaelen, die weissen Haeute sorgfaeltig entfernen und die Fruechte in Spalten teilen. Die Spalten in mundgerechte Stuecke schneiden. Die Zwiebeln halbieren und in duenne Scheiben schneiden. Die Oliven halbieren und die Steine entfernen. Alle Salatzutaten in einer Schuessel mischen. Den Zitronensaft mit Salz, Zucker und Olivenoel zu einer Marinade ruehren und ueber die Salatmischung giessen. Zugedeckt im Kuehlschrank 30 Minuten ziehen lassen.

:Stichworte : Orange, Salat, Zwiebel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwiebel - hat 7 Häute, beisst alle Leute  
: : Folge 186 vom 25. Januar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zwiebel-Speck-Kuchen

Categories: Mehlspeisen, Nudeln  
Yield: 1 Keine Angabe

Blätterteig für eine  
-Springform

MMMMM-----Belag:-----

200 g Speck (in feine Würfel  
-geschnitten),  
4 lg Zwiebeln (fein gehackt),  
100 g Lauch (in feine Ringe  
-geschnitten)

MMMMM-----Eierguss:-----

30 g Butter,  
2 tb Mehl,  
1/4 l Milch,  
3 Eier,  
2 tb Quark,  
Salz,  
Pfeffer,  
Muskatnuss,  
Schnittlauch

Blaetterteig ausrollen und eine Springform damit auslegen, den Rand dabei hochziehen. Fuer den Belag die Zwiebeln und den Speck anroesten, den geschnittenen Lauch mitduesten und alles auf dem Kuchenboden verteilen. Fuer den Guss aus Butter, Mehl und Milch eine Bechamel bereiten, Eier, Quark und Gewuerze dazumischen. Den Guss auf den Kuchen geben. In dem auf 200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 40 Minuten backen.

:Stichworte : Herzhaft, Mehlspeise, Österreich, Speck, Vorarlberg

:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste

: : Kochen wie in Vorarlberg

: : Folge 247, vom 14. Januar 2001

: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt

:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

lg: gross.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zwiebeldünne

Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte

Yield: 1 Keine Angabe

MMMMM-----Boden:-----

1/2 Pfund Mehl,  
1/8 l Milch,  
etwas Salz,  
10 g Hefe,  
50 g lauwarme  
Butter

MMMMM-----Belag:-----

3 Eier,  
6 tb Sauerrahm,  
etwas Salz,  
2 tb Mehl,  
1 ts Backpulver

MMMMM-----Außerdem:-----

2 lg Zwiebeln,  
2 sl Speck oder Schinken

Aus den Zutaten fuer den Boden einen Hefeteig machen und gut gehen lassen.

Danach den Teig duenn auswallen (ca. 3 mm) und auf ein viereckiges Backblech legen (den Rand verdoppeln und gut andruecken).

Die Zutaten fuer den Belag zu einem glatten Teig ruehren und auf den Hefeteig geben. Die feingehackten Zwiebeln leicht in Butter anduensten, mit Salz und Pfeffer wuerzen. Dies ebenfalls auf den Hefeteig geben.

Darueber den kleingeschnittenen Schinken streuen.

Die Zwiebelduenne bei mittlerer Hitze (ca. 180 Grad) backen bis der Teigrand sich gut vom Blech loesen laesst und der Boden hellbraun gebacken ist. Zwiebelduenne sollte moeglichst warm gegessen werden.

:Stichworte : Herzhaft, Mehlspeise, Zwiebel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Kochen wie im Hotzenwald  
: : Folge 138, vom 11. Oktober 1995  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
lg: gross.  
sl: Scheib.  
ts: Tl.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zwiebelfleisch an weißer Sauce  
Categories: Fleischgerichte, Innereien  
Yield: 1 Keine Angabe

500 g Rindfleisch,  
2 Karotten,  
1/4 Knolle Sellerie,  
1 Stange Lauch,  
2 tb Butter,  
2 Zwiebeln (fein geschnitten),  
2 tb Mehl,  
1/2 l Fleischbrühe,  
2 Nelken,  
1 Lorbeerblatt,  
Pfeffer,  
1 pn Salz,  
2 tb Sahne,  
etwas Zitronensaft

Das Fleisch mit dem Gemuese aufsetzen. Das weiche Fleisch aus der Bruehe nehmen und in mundgerechte Stuecke schneiden.

In heisser Butter die Zwiebeln goldbraun braten, Mehl hinzufuegen und dies unter Ruehren braeunlich werden lassen.

Mit Fleischbruehe abloeschen. Die recht saemige Sauce mit Nelken, Lorbeerblaettern, Pfeffer und Salz wuerzen und mit Sahne verfeinern. Das Fleisch wieder in die Sauce geben und ca. 1/4 Stunde bei kleinem Feuer ziehen lassen. Vor dem Anrichten mit etwas Essig oder



Zitronensaft abschmecken.

:Stichworte : Fleisch, Mosel, Rind, Wein  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : An der Mosel kocht man auch mit Wein  
: : Folge 108 vom 11. Mai 1994  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.  
pn: Prise

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zwiebelgemüse  
Categories: Kartoffel-, Gemüsegerichte  
Yield: 1 Keine Angabe

2 tb Butter,  
600 g Zwiebeln,  
1 tb milder Curry,  
1 tb Mehl,  
1/4 l Hühnerbrühe,  
3 tb Rosinen,  
150 ml Sahne

Die Butter schmelzen, die Zwiebelscheiben darin hellgelb daempfen, Curry und Mehl darueber staeuben, alles gut vermengen, mit der Fleischbruehe abloeschen, restliche Zutaten beigeben. Einige Minuten koecheln lassen.

:Stichworte : Gemüse, Zwiebel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwiebel - hat 7 Häute, beisst alle Leute  
: : Folge 186 vom 25. Januar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:

tb: El.

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zwiebelmarmelade  
Categories: Marmeladen, Eingelegtes  
Yield: 1 Keine Angabe

120 g Butter,  
700 g Zwiebeln,  
8 g Salz,  
5 g Pfeffer,  
160 g Zucker,  
200 ml Weinessig,  
200 ml Rotwein,  
30 ml Grenadine (Sirup aus  
-Granatäpfeln)

Die klein geschnittene Zwiebel wird mit Butter, Salz, Pfeffer und Zucker in einem Topf gemischt. Auf kleinem Feuer 1 Stunde koecheln lassen, bis die Zwiebeln weich sind. Essig, Wein und Grenadine beigeben und nochmals 1 Stunde koecheln lassen. Passt zu jeder Art von Terrine.

:Stichworte : Marmelade, Weihnachten, Zwiebel

:Notizen (\*) : Quelle: SWR Was die Großmutter noch wusste:  
: : Folge 161, Weihnachtsgeschenke aus der Küche  
:Notizen (\*\*) : Aufbereitet von Lothar Schäfer

MMMMM

MMMMM-----MEAL-MASTER Format (B&S REZEPT Version 2.0.8.0)-----

Title: Zwiebelsuppe  
Categories: Vorspeisen, Suppen  
Yield: 1 Keine Angabe

150 g Zwiebeln,  
50 g Butter,  
30 g Mehl,  
1 l Gemüse- oder Fleischbrühe,  
Salz,  
Pfeffer,  
1 Hand voll Fadennudeln,  
2 Eigelb,  
6 tb Sahne,  
150 g Emmentaler Käse

Die Zwiebeln enthaeuten und sehr klein schneiden. In Butter duensten bis sie glasig sind. Mit Mehl bestaeuben und verruehren. Mit heisser Bruehe unter staendigem Ruehren abloeschen und ca. 20 Minuten auf kleiner Hitze kochen lassen. Mit Salz und viel Pfeffer wuerzen. Die Nudeln hineingeben und weitere 15 Minuten koecheln lassen bis diese weich sind. Das Eigelb mit der Sahne vermischen und in die nicht mehr kochende Suppe ruehren. In Suppentassen fuellen und kurz vor dem Servieren mit Kaese bestreuen.

:Stichworte : Suppe, Zwiebel  
:Notizen (\*) : Quelle: Was Großmutter noch wusste  
: : Zwiebel - hat 7 Häute, beisst alle Leute  
: : Folge 186 vom 25. Januar 1998  
: : von Kathrin Rüegg und Werner O. Feißt  
:Notizen (\*\*) : Bearbeitet von Lothar Schäfer

MMMMM

Legende:  
tb: El.