



**SIEGENER  
KOCHSCHULE**

## **Kochkurs**

**Unser Regionalexpress -  
nicht nur Kraut und Rüben**

**Das Beste aus heimischen  
Wäldern, Wiesen und Feldern**

**27. November 2019**

## **Vorspeise**

### **Kartoffelstrudel mit Schwarzwurzel**

*für 4 Personen*

#### **Zutaten Strudelteig:**

280g	Mehl
90ml	Wasser
1	Ei
3 EL	Öl
	Salz und Pfeffer

#### **Zutaten Füllung:**

500g	geputzte Schwarzwurzeln
500g	geschälte Kartoffeln
100g	Quark
2	Eier
	Salz, Pfeffer und Muskat

#### **Zubereitung**

Zuerst die Schwarzwurzeln und die Kartoffeln in Salzwasser bissfest kochen. Danach alle Zutaten des Strudelteiges in einer Schüssel vermengen und die Masse ca. 10 Minuten gut durchkneten. Jetzt den Strudelteig in einer Schüssel 20 Minuten ruhen lassen. Währenddessen die Kartoffeln und die Schwarzwurzel würfeln. Das Ei und den Quark mit Salz, Pfeffer und Muskat verrühren und unter die Masse von Schwarzwurzel und Kartoffeln geben. Jetzt den Teig dünn auf einer mit Mehl bestäubten Oberfläche ausrollen. Wenn der Strudelteig ausgerollt ist, wird er mit der Füllung bestrichen und eingerollt. Den gerollten Strudel mit Öl bestreichen und im vorgeheizten Backofen bei 180°C 40 Minuten lang backen.

Zubereitungszeit: 80 Minuten + 20 Minuten Ruhezeit

Schwierigkeitsgrad: mittel

**Vorspeise**  
**Feldsalat mit Kartoffel-Sahnedressing**  
**und Brotcroûtons**  
*für 4 Personen*

**Zutaten**

200g	Feldsalat
300g	Kartoffeln mehligkochend
300ml	Rama Cremefine (kochen)
2-3 EL	Essig
2 EL	Petersilie gehackt
2 Scheiben	Toastbrot
	Butter, Salz, Pfeffer, Zucker

**Zubereitung**

Feldsalat mehrmals waschen und gründlich putzen. Kartoffeln schälen, waschen und im Salzwasser bissfest garen. Kartoffeln abgießen, durch eine Kartoffelpresse drücken und in eine Schüssel geben. Sahne und Essig untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Petersilie hinzufügen.

Das Toastbrot in ca. 1cm x 1cm große Würfel schneiden. 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen und darin die Würfel goldbraun backen.

Zubereitungszeit: 40 min

Schwierigkeitsgrad: mittel

# Hauptgang

## Sauerbraten mit Kartoffelklöße

*für 4 Personen*

### Sauerbraten

#### Zutaten Marinade

0,5 l	Essig
0,7 l	Rotwein
1 EL	Wachholderbeeren
1 EL	Pfefferkörner
1 EL	Salz und Pfeffer gemischt
6	Nelken
6	Pimentkörner
3	Lorbeerblätter
2	Zwiebeln

#### Zutaten Sauerbraten

1,5 kg	Rinderbraten
1 Stange	Lauch
2 EL	Tomatenmark
3	Zwiebeln
3	Karotten
	Lebkuchengewürz
	Salz
	Olivenöl

#### Zubereitung

Für die Marinade Zwiebeln schälen und grob schneiden. Alle Zutaten für die Marinade in einen Topf geben und kurz aufkochen lassen. Sud abkühlen lassen.

Rindfleisch trocken tupfen und in ein hohes Gefäß geben. Mit dem kalten Sud übergießen. Rindfleisch für 3 bis 4 Tage in den Kühlschrank stellen und jeden Tag wenden, sodass das Fleisch immer vom Sud bedeckt ist. Nachdem die Marinade eingezogen ist, Rinderbraten trocken tupfen und kräftig in Öl anbraten. Zwiebeln, Karotten und Lauch schälen, waschen und grob würfeln. Nach dem Anbraten das Rindfleisch aus dem Topf herausnehmen und den dabei entstandenen Sud auffangen. Das gewürfelte Gemüse im gleichen Topf anbraten, bis es Farbe bekommt. Tomatenmark hinzugeben und mit dem durch ein Sieb gelassenen Sud aufgießen. Mit einer Prise Lebkuchengewürz und etwas Salz würzen. Das Fleisch nun wieder in den Topf geben und alles bei 160°C Umluft für ca. 1 bis 2 Stunden schmoren. Nach dem

Garen das Fleisch aus dem Backofen nehmen. Gemüse und Sud pürieren, sodass eine Soße zum Fleisch entsteht. Bei Bedarf mit etwas Mondamin abbinden.

Zubereitungszeit: 120 Minuten

Schwierigkeitsgrad: mittel

## **Kartoffelklöße**

### **Zutaten**

1,5 kg	festkochende Kartoffeln
240 g	Mehl
2	Eier
	Salz
	Mondamin

### **Zubereitung**

Kartoffeln schälen und waschen. Eine Hälfte der Kartoffeln kochen und die andere Hälfte mit etwas Wasser bedeckt in einem Topf beiseite stellen. Nach dem Kochen die Kartoffeln abgießen und ausdampfen lassen. Rohen Kartoffeln auf ein Küchentuch reiben und ausdrücken. Gekochte Kartoffeln durch eine Presse geben und zu den rohen, geriebenen Kartoffeln hinzufügen. Mehl und Eier zu dem Kartoffelteil begeben und mit Salz abschmecken. Zum Schluss aus der Masse Klöße formen, in Salzwasser geben und bei siedendem Wasser ca. 20 Minuten ziehen lassen. Falls der Probekloß im Wasser auseinander fällt einfach etwas an Mondamin begeben.

Zubereitungszeit: 50 Minuten

Schwierigkeitsgrad: mittel

## Hauptgang

### Rote Beete Spätzle mit Meerrettichsauce

*für 4 Personen*

#### Zutaten

500g	Mehl
6	Eier
200ml	Milch
1EL	Butter
300ml	Rote Beete Saft
150ml	Sahne
1El	Meerrettich
	Salz
	Muskat
	Butter

#### Zubereitung

Zuerst Butter in einem Topf schmelzen. Anschließend Mehl, Eier, Milch, flüssige Butter, etwas Salz und eine Prise Muskat mit einem Knethaken verrühren. Den fertigen Teig 5-10 Minuten ruhen lassen. Den Teig nun in eine Spätzlepresse geben und nach und nach in kochendes Salzwasser drücken. Wenn die Spätzle im Salzwasser an der Oberfläche schwimmen sind sie fertig. Für den Meerrettichschaum die Sahne aufkochen, den Meerrettich begeben und mit dem Mixstab aufschäumen. Die fertigen Spätzle in Butter anbraten und mit Rote Beete Saft übergießen. Das Ganze etwas einkochen lassen.

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Schwierigkeitsgrad: mittel

# Hauptgang

## Rehragout mit Waldpilzen

*für 8 Personen*

### Rehragout

#### Zutaten

2,5kg	Rehkeule mit Knochen
1,5kg	Zwiebeln
300g	Gemischte Waldpilze
3 EL	Tomatenmark
500 ml	Rotwein
¼ Glas	Preiselbeeren
	Wasser
	Wildgewürz
	Mehlbuter

#### Zubereitung

Mit dem Messer an dem Knochen der Rehkeule entlang schneiden und mit der Messerspitze den Knochen aus der Keule lösen. Die ausgelöste Keule in 3x3cm Große Stücke schneiden. Rehglasch in einer Pfanne scharf anbraten. Zwiebeln schälen, in feine Scheiben schneiden und zu dem Rehglasch in die Pfanne geben. 3 EL Tomatenmark in die Pfanne geben und mit anschwitzen bis es sich ganz verteilt hat. Alles mit etwas Rotwein ablöschen und reduzieren lassen bis der Ansatz erneut zu rösten beginnt. Dies nun 2- bis 3-mal wiederholen. Wichtig ist, dass der Ansatz immer wieder komplett einreduziert wird, er aber nicht anbrennt. So karamellisiert der Zucker im Tomatenmark und es entsteht das typische Röstaroma. Zum Ende des Glasierens alles mit Wasser ablöschen bis das Fleisch bedeckt ist. Alles ca. 1 bis 1 ½ Stunden köcheln lassen. Waldpilze putzen und alles in gleich grosse Stücke schneiden. Pfanne erhitzen und die Pilze in heißen Öl anbraten und 15 Min vor Schluß zu den Gulasch geben. Nach der Garzeit das Gulasch mit Wildgewürz und reichlich Preiselbeeren abschmecken. Falls nötig mit etwas Mehlbuter binden.

Zubereitungszeit: ca. 2 Stunden

Schwierigkeitsgrad: mittel

## **Dessert**

### **Kaiserschmarrn mit Vanilleeis**

*für 4 Personen*

#### **Kaiserschmarrn**

#### **Zutaten**

4 Eier  
25g Zucker  
1Pck. Vanillezucker  
400ml Milch  
130g Mehl  
60g Butter  
4 EL Rosinen  
4cl Rum  
Salz, Puderzucker

#### **Zubereitung**

Rosinen in Rum einweichen und die Eier trennen.

Eigelb, Zucker, Vanillezucker und Salz schaumig rühren. Anschließend die Milch aufgießen und nach und nach das Mehl begeben. Eiweiß steif schlagen und am Schluss den Eischnee vorsichtig unterheben.

Eine Pfanne mit Butter erhitzen. Den Teig in die Pfanne geben und bei kleiner Hitze den Teig am Boden festwerden lassen und nach und nach etwas umrühren bis der Teig fest ist. Immer wieder den Teig auseinander ziehen und vor dem servieren mit Puderzucker bestäuben.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Schwierigkeitsgrad: mittel



## **Vanilleeis**

### **Zutaten**

80 g	Zucker
150 ml	Milch
140 ml	Sahne
2	Eigelb
1	Vanilleschote

### **Zubereitung**

Vanilleschote längs aufschneiden und Vanillemark mit dem Messer auskratzen. Eigelb mit Zucker und Vanillemark in einer Schüssel zu einer gleichmäßigen Masse verrühren. Milch zusammen mit der leeren Vanilleschote in einem Topf erhitzen. Langsam nach und nach Milch in die Ei-Zucker-Mischung rühren. Unter ständigem Rühren die Mischung im Topf sieden lassen bis sie fester wird. Den Topf vom Herd nehmen, die Vanilleschote entfernen und alles abkühlen lassen. Sahne in die Mischung rühren und die Mischung in die Eismaschine geben.

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Schwierigkeitsgrad: mittel

## Dessert

### Topfen Palatschinken

*für 4 Personen*

#### Palatschinken

##### Zutaten

200g	Mehl
2	Eier
1 Prise	Salz
250ml	Milch
	Butter

#### Topfenfüllung

##### Zutaten

250g	Quark
70g	Puderzucker
2	Eier trennen
100ml	Saure Sahne
40g	Butter
40g	Zucker
2 EL	Rosinen
1	Zitronen (Nur die Schale gerieben)
1 EL	Zitronensaft
½ Pck.	Vanillezucker
1 EL	Butter für die Pfanne zum ausbacken

#### Guß

##### Zutaten

250g	Schlagsahne
2 EL	Zucker
1	Eigelb

## **Zubereitung**

Für die Topfenpalatschinken in einer Schüssel Mehl, Milch, Eier und Salz zu einem Teig verrühren. Es sollte ein dickflüssiger Teig entstehen. In einer Pfanne Butter hineingeben, zerlassen und etwas Teig hinzugeben und die Pfanne schwenken das der Teig in fanne gleichmässig verteilt ist. Hat die Pfanne zuwenig Fett, dann wieder etwas Butter begeben. Backofen auf 150 Grad vorheizen.

**Für die Füllung:** in einer Schüssel Butter, Puderzucker, Vanillezucker, 2 Eigelb und Quark cremig rühren. Rosinen unterheben und mit Zitronensaft und abgeriebener -Schale abschmecken.

Eiweiße steif schlagen, vorsichtig der Topfenfüllung unterheben. Die Füllung in die Mitte der Palatschinken geben, aufrollen und in eine gefettete Backform schichten.

**Für den Überguß:** Schlagobers, Zucker und Eigelbe verrühren, über die Pfannkuchen gießen und ca. 30-40 Min. überbacken.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Schwierigkeitsgrad: einfach

## Dessert

### Vanillesoße

*für 4 Personen*

#### Zutaten

1	Vanilleschote
1 EL	Zucker
240ml	Sahne
2	Eigelb

#### Zubereitung

Am Anfang mit einem Messer das Mark aus der Vanilleschote entfernen und dies zusammen mit der Schote in einen Topf mit der Sahne und dem Zucker geben. Nun das Ganze 5 Minuten köcheln und 5 Minuten ziehen lassen. Jetzt die Eigelbe verquirlen und die Vanilleschote aus der Sahne entfernen. Die Eigelbe langsam in die Sahne einrühren. Dann alles unter ständigem Schlagen erhitzen bis die Sauce dickflüssig wird. Zuletzt die Vanillesauce kalt stellen.

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Schwierigkeitsgrad: mittel