

Panzanella Rosmarinschmand und gegrillte Rinderröllchen

Zanderschnitte gebraten mit Kohlrabi, Salbei, Zitronen und Kartoffeln

Apfel-Minz-Suppe, Oliven, Topfen, Vanille

Rezepte für ca. 4 Personen

Vorspeise - Panzanella, Rosmarinschmand und gegrillte Rinderröllchen

Zutaten Panzanella

1 Stange Weißbrot ca. 300g vom Vortag

3 Tomaten geschält und gewürfelt

1 Gartengurke geschält und entkernt, Saft aufgefangen, in dünne halbe Scheiben geschnitten

½ Paprika rot fein gewürfelt

½ Paprika gelb fein gewürfelt

Schuss Rotweinessig

Salz, weißer Pfeffer

Olivenöl

Weißbrot in hauchdünne Scheiben schneiden und in der Pfanne mit Olivenöl leicht anrösten, in eine Schüssel geben und mit den anderen Zutaten zu einer kompakten, aber nicht zu festen Masse zusammenmengen und abschmecken. In eine Form füllen und auf den Teller stürzen.

Zutaten Rosmarinschmand

1 Becher Schmand/saure Sahne

Frischer Rosmarin sehr fein gehackt

Salz, Pfeffer

Zutaten zusammenmengen und vorsichtig abschmecken.

Zutaten Rinderröllchen

4 Stk. ca. 80g schwere Scheiben vom Rinderrücken oder Rinderfilet

Wahlweise als Füllung etwas Gemüse wie Zucchini

Rinderrücken zusammenrollen und in der Grillpfanne medium grillen. Anschließend mit grobem Pfeffer und Salz würzen.

Anrichten: Brotsalat auf den Teller stürzen, Rinderröllchen halbieren und übereinander anrichten, Schmand dazu geben.

Hauptspeise – Zanderschnitten gebraten, Kohlrabi, Salbei, Zitrone, Kartoffeln

Zutaten Zanderschnitte

4 Zanderschnitten á ca. 160 g oder pro Person je 2 Stück á 80 g
Öl und Butter zum braten

Zanderschnitte auf der Hautseite einritzen und auf der Haut anbraten, auf der Fleischseite fertig garen, dass das Fischfleisch schön saftig bleibt.

Zutaten Gemüse

1 mittlere Kohlrabi
6 mittlere Kartoffeln festkochend
1 Zitrone Abrieb und Saft
Ca. 10 Salbeiblätter fein geschnitten
1 Becher Sahne

Kohlrabi schälen und in große Würfel mit 1,5 cm Kantenlänge schneiden. Kartoffeln schälen und ebenfalls in große Würfel schneiden. Kartoffeln und Kohlrabi getrennt bissfest garen. Das Garwasser aufheben. Gemüse in eine Pfanne in Butter kurz anbraten, Sahne, Zitronensaft, Zitronenabrieb und Salbei zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Anrichten: Gemüse in die mitte des Tellers geben und den Fisch oben auf anrichten. Mit getrockneten roten Beeren z.B. garnieren.

Nachspeise – Apfel-Minz-Suppe, Olivenöl, Topfen, Vanille

Zutaten Topfenmousse (8 – 10 Personen)

500g Quark
150g Zucker
3 Eigelbe
1 Vanillestange (Mark)
3 Blatt Gelatine
0,2 l Sahne
3 cl. Obstler oder Apfelbrand

Zucker mit Eigelb schaumig schlagen, Gelatine einweichen und im Obstler auflösen, Sahne steif schlagen, Mark von der Vanille in die Zucker/Eigelbmasse geben, anschließend den Quark dazu geben und die aufgelöste Gelatine langsam einrühren. Geschlagene Sahne unterheben. Masse kalt stellen.

Zutaten Apfel-Minz-Suppe (4 Personen)

20 Minzblätter
Zucker zum abschmecken
Frisch gepresster Apfelsaft oder Äpfel
Olivenöl zum abschmecken und binden
Limette/Zitrone

Grüne Äpfel mit Minze mixen und abseihen, mit Olivenöl aufmontieren und mit Zucker und einem Schuss Zitrone abschmecken. Evtl. mit grüner Lebensmittelfarbe nachfärben.

Anrichten: Suppe in einen Suppenteller geben. Mit einem Löffel die Topfenlocke ausstechen und in der Suppenschale anrichten. Z.B. mit einem getrockneten Apfelring garnieren.

wein & wissen

Matthias Kredel
Föhrenweg 27
91301 Forchheim
Tel: 0178 - 7278348