

# Rezepte der Männerkochgruppe



Marktkirchen und Münster – Gemeinde Hameln

Kochen, Klönen und genießen

## Vorspeise: Rhöner Kartoffelsuppe

Der Naturpark Hessische und Bayerische Rhön gehören zu den schönsten in Deutschland und umfassen große Teile der Hohen sowie der Kuppen-Rhön. Aus diesem fast 1500 Quadratkilometer großen Gebiet stammt auch diese Kartoffelsuppe, ein typisch ländlich – derbes Gericht des hessischen Mittelgebirges.

### Die Zutaten:

500 gr. Kartoffeln, 1 große Möhre, ½ Sellerieknolle mit Blättern, 1 Stange Lauch (Porree), 100 gr. durchwachsener Speck, 1 ½ Liter Wasser, Salz, 1/8 Liter süße Sahne, 1 Teelöffel Majoran, gehackte Petersilie, 150 gr. rohes Sauerkraut.

### Zubereitung:

Kartoffeln schälen und vierteln, Suppengemüse und Speck würfeln. Alle Zutaten mit Wasser und Salz etwa 45 Minuten langsam kochen und dann durch ein grobes Sieb drücken. Die gemuste Suppe in den Topf zurückgeben und mit der Sahne sowie dem Majoran noch einmal aufkochen. Mit gehackter Petersilie und rohem, zerschnittenem Sauerkraut überstreuen und heiß servieren.

# Rezepte der Männerkochgruppe

Marktkirchen und Münster – Gemeinde Hameln



Kochen, Klönen und genießen

## Hauptgericht: Schweinegeschnetzeltes in Apfelwein mit Backobst

### Zutaten:

500 gr. Backobst, 1 Esslöffel Schmalz, 750 gr. Schweineschnitzel, geschnetzelt, 4 Zwiebeln, Salz, Pfeffer, 1 Teelöffel Paprika, ¼ Liter Apfelwein, 1/8 Liter Sahne, 1 Esslöffel Apfelmus.

### Zubereitung:

Das Backobst gründlich waschen und über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Schmalz in einem Topf erhitzen und darin das geschnetzelte Fleisch kräftig anbraten. Die Zwiebeln in kleine Ringe schneiden und mitbraten. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen und mit 1/8 Liter Einweichwasser ablöschen. Das Backobst halbieren und mit dem Apfelwein zum Fleisch geben.

20 Minuten schmoren lassen, eventuell mit weiterem Einweichwasser verdünnen.

Die Sahne mit dem Apfelmus verrühren und das Geschnetzelte damit binden. Reis und frischer Salat eignen sich gut als Beilage.

### Reis für 8 Portionen:

500 gr. Basmatireis, 800 gr. Wasser, 6gr. Salz.

Reis waschen, bis das Wasser klar ist. Reis und Wasser 30 Minuten im Topf ruhen lassen. Den Topf zum Kochen bringen. Temperatur nach 5 Minuten zurückstellen. Dann Herd abdrehen und den Reis für 10 Minuten auf der heißen Platte ruhen lassen.

# Rezepte der Männerkochgruppe

Marktkirchen und Münster – Gemeinde Hameln



Kochen, Klönen und genießen

## Beilage Grüner Salat mit Wein Soße

„Salat scheut Wasser“ – diese Redewendung ist längst kein Geheimnis mehr für alle jene, die die französische Küche zu schätzen wissen. Der Salat sollte nach dem Waschen also immer trockengeschleudert werden.

### Zutaten:

2 Köpfe Salat, 1 Teelöffel Senf, Saft einer ½ Zitrone, 1 kleines Glas würziger Riesling, 1/8 Liter Öl, Petersilie, Schnittlauch, Dill.

### Zubereitung:

Den Salat gründlich waschen und trockenschleudern. In kleine Blätter zerteilen. Aus Salz, Senf, Zitronensaft, Wein und Öl eine Marinade rühren. Petersilie, Schnittlauch und Dill hacken und in die Marinade geben. Alles zusammen über den Salat geben und mischen.

# Rezepte der Männerkochgruppe

Marktkirchen und Münster – Gemeinde Hameln



Kochen, Klönen und genießen

## Dessert „Kirschenmichel“

### Zutaten:

5 Brötchen, 100 gr. Butter, 3/8 Liter Milch, 125 gr Zucker, 4 Eigelb, Zimt, abgeriebene Schale eine Zitrone, 4 Eiweiß, 1 kg entsteinter Sauerkirschen, 100 gr. fein gehackter Mandeln.

### Zubereitung:

Die Brötchen in dünne Scheiben schneiden und in 30 gr. Butter anrösten, mit der Milch übergießen und durchziehen lassen. Die restliche Butter mit Zucker, Eigelb, etwas Zimt und der geriebenen Zitronenschale schaumig rühren und die Brötchenmasse nach und nach untermischen. Eiweiß zu Eischnee schlagen, mit den Sauerkirschen vermengen und vorsichtig unter den Teig heben. In eine gefettete, mit Mandeln ausgestreute Auflaufform füllen und bei 180° C im Backofen etwa 50 Minuten backen.

# Rezepte der Männerkochgruppe

Marktkirchen und Münster – Gemeinde Hameln



Kochen, Klönen und genießen

## Dessert „Frankfurter Bethmännchen“

Die Bethmännchen sind eine Frankfurter Spezialität. Sie wurden zum ersten Mal 1840 im Hause des Moritz von Bethmann, des Sohnes einer Frankfurter Parizierfamilie und des seit 1743 bestehenden Bankhauses, zum Tee gereicht. Ursprünglich soll der Koch der Familie mit vier Mandelblättchen versehen haben. Doch als ein Sohn starb, wurde eine Mandel weggelassen. Seither drückt man nur drei Mandeln in die Gebäckkugeln.

### Zutaten:

250 gr. Marzipanrohmasse, 80 gr. Puderzucker, 40gr. Mehl, 1 Eiweiß, 65 gr. gemahlene Mandeln, etwas Fett.

Für die Verzierung: 50 gr. ganze Mandeln, 1 Eigelb, 1 Esslöffel Wasser.

### Zubereitung:

Die Marzipanrohmasse mit dem Puderzucker, Mehl, Eiweiß und den gemahlenden Mandeln zu einem glatten Teig verkneten.

Kleine Kugeln formen und auf ein gefettetes Backblechsetzen.

Die abgezogenen Mandeln halbieren und jeweils 3 Mandelhälften senkrecht in jede Kugel drücken. Das Eigelb mit dem Wasser verrühren und die Bethmännchen damit bepinseln.

Bei 150 °C im Backofen etwa 15 Minuten backen.