

Rezepte der Männerkochgruppe

Marktkirchen und Münster – Gemeinde Hameln



Kochen, Klönen und genießen

Vorspeise:

Ricotta-Puffer mit Kräuter-Crème-Fraîche und Garnelen

Zutaten für ca 12 Puffer:

3 Eier (Größe M)
250 g Ricotta
40 g Speisestärke
40 g Butterschmalz
Salz

Zutaten für die Creme:

1 Bund Dill
200 g Crème Fraîche
1 EL Senf
1 EL Honig
Salz, Pfeffer

Sonstiges:

150 g Garnelen, Schrimps oder Nordseekrabben



Zubereitung:

Dill hacken, Meeresfrüchte waschen und trocken tupfen. Dill, Crème Fraîche, Senf, Honig, Salz und Pfeffer verrühren.

Eier trennen, Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen. Ricotta mit Eigelben und Stärke verrühren. Eischnee vorsichtig unterheben.

In einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze 1 EL Butterschmalz zerlassen. 2-3 EL Ricotta-Masse in die Pfanne geben, auf beiden Seiten in 4-5 Minuten einen goldbraunen Puffer backen. Nacheinander aus dem Teig im übrigen Butterschmalz insg. 12 Puffer ausbacken. dabei evtl. 2-3 Puffer gleichzeitig backen. Den rest im Backofen warm halten (höchstens 80 C°).

Puffer auf dem Teller mit Kräutercreme und Meeresfrüchten anrichten. Evtl. noch mit etwas Dill garnieren.

Rezepte der Männerkochgruppe



Kochen, Klönen und genießen

Marktkirchen und Münster – Gemeinde Hameln

Hauptgericht:

Zutaten:

2 ½ Wirsing oder Weißkohl

250 g Speckwürfel

1.250 ml Brühe

500 ml Sahne

Für das Hackfleisch:

1.250 g Hackfleisch, gemischt

2½ Ei(er)

2½ Brötchen, altbacken

n. B. Senf, ca. 1 - 2 EL

2½ Zwiebel(n)

Außerdem:

n. B. Salz und Pfeffer

n. B. Paprikapulver, rosenscharf

n. B. Majoran



Acht schöne Blätter vom Wirsing oder Weißkohl ablösen und blanchieren. In Eiswasser abschrecken und mit einem Küchentuch etwas trocknen.

Den Hackfleischteig wie folgt zubereiten: Hackfleisch, ein Ei, ein eingeweichtes und ausgedrücktes Brötchen, 1- 2 EL Senf, eine fein gewürfelte Zwiebel, ordentlich Salz, Pfeffer und scharfes Paprikapulver in eine Schüssel geben.

Zum Schluss nach Belieben noch getrockneten Majoran hineinstreuen. Das Ganze vermengen.

Kleine Häufchen vom Hackfleischteig auf die ausgelegten Kohlblätter verteilen, zusammenrollen und mit einem Küchengarn zusammenbinden.

Die Kohlrouladen in einer hohen Pfanne anbraten, sodass sie Farbe bekommen. Dabei auch die Speckwürfel mit auslassen. Haben die Kohlrouladen etwas Farbe angenommen, mit Brühe aufgießen.

Zugedeckt eine halbe Stunde schmoren lassen. Zum Schluss die Rouladen herausnehmen. Sahne zur Soße geben, etwas einkochen lassen oder evtl. leicht abbinden. Mit wenig Salz und Pfeffer abschmecken und die Soße zu den Kohlrouladen servieren.

Rezepte der Männerkochgruppe

Marktkirchen und Münster – Gemeinde Hameln



Kochen, Klönen und genießen

Dessert:

Feine Zitronencreme

Zutaten für 10 Portionen:

- 8 Eier
- 10 EL Zucker
- 8 Blätter Gelatine
- 0,4 l Sahne
- 2 ½ Bio – Zitronen, abgeriebene Schale und den Saft davon
- 10 EL heißes Wasser



Die Gelatine im kalten Wasser einweichen. Die Zitronenschale abreiben. Die Zitrone auspressen. Die Eier trennen. Das Eiweiß kühl stellen.

Den Zucker mit den Eigelben weiß-schaumig rühren. Zitronenschale und den Saft der Zitronen unterrühren.

Das Wasser heiß werden lassen und die Gelatine darin auflösen. Dann die Gelatine und die Eiermasse verrühren und kalt stellen, bis die Creme fest wird. Das kann durchaus eine halbe Std. dauern.

Erst dann die Sahne und das Eiweiß getrennt steif schlagen und nach dem Anziehen der Eiermasse vorsichtig unterheben. Die Creme bis zum Verzehr in den Kühlschrank stellen.