

# Rezepte der Männerkochgruppe

Marktkirchen und Münster – Gemeinde Hameln



Kochen, Klönen und genießen

Vorsuppe:

## Fränkisches Mostsüpple

### Zutaten für 4 Personen

500 ml Weißwein

500 ml Geflügelbrühe

350 ml Sahne

30 g Zwiebeln

30 g Weißes vom Lauch

30 g Sellerie

30 g Karotten

30 g Butter

180 g Mehl

2 Lorbeerblätter

10 Pfefferkörner

1 EL Butterschmalz

4 Scheiben Weißbrot

Zucker, Muskat, Zimt, Salz

### Zubereitung

Gemüse in Butter hell anschwitzen, mit Mehl bestäuben und dann mit Geflügelbrühe, Wein und 250 ml Sahne auffüllen. Gewürze zugeben und ca. 15 Minuten kochen lassen.

Weißbrotsscheiben entrinden und in 1 cm große Würfel schneiden. Im heißen Butterschmalz goldbraun rösten und mit Zimt würzen.

Restliche Sahne steif schlagen.

Suppe durchsiehen und mit Muskat und Salz abschmecken.

In tiefe Teller geben, mit geschlagener Sahne und den Zimtkrusteln dekorieren.



# Rezepte der Männerkochgruppe



Marktkirchen und Münster – Gemeinde Hameln

Kochen, Klönen und genießen

Hauptgericht:

## Schweinemedallions mit Äpfeln

Zutaten für 4 Personen

8 Schweinemedallions

500 g Bandnudeln

2 große Äpfel

200 ml süße Sahne

10 Blättchen frischer Salbei

4 Zweige frischer Thymian

Zucker

3 EL Calvados

1 EL Öl für die Pfanne

Pfeffer, Salz

### Zubereitung

Die Medallions von beiden Seiten leicht pfeffern und salzen.

Den Thymian abzupfen, den Salbei in feine Streifen schneiden und die Medallions in den Kräutern wälzen.

Das Fleisch in einer Pfanne mit etwas Öl von beiden Seiten nicht zu heiß anbraten, bis es Farbe bekommt. Aus der Pfanne nehmen und auf einer vorgeheizten Schale im Backofen bei 100 °C gar ziehen lassen.

Die Bandnudeln al dente kochen und warmstellen.

Inzwischen die Äpfel schälen und in ca. 1,5 cm breite Spalten schneiden.

Die Fleischpfanne wieder erhitzen und Apfelspalten hineingeben. Nach ca. einer halben Minute 1 TL Zucker über die Äpfel streuen und diese karamellisieren lassen. Nach einer Minute die Apfelspalten mit einem kräftigen Schuss Calvados ablöschen und flambieren. Sahne dazugeben und Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Filet aus dem Backofen nehmen. Den Fleischsaft aus der Ofenschale zur Soße geben und die Filets mit den Bandnudeln, den Apfelspalten und der Calvados-Apfel-Soße anrichten.



# Rezepte der Männerkochgruppe

Marktkirchen und Münster – Gemeinde Hameln



Kochen, Klönen und genießen

Dessert:

## Pfälzer Weinbrandcreme

### Zutaten für 4 Personen

500 ml Milch

60 g Zucker

80 g Kuvertüre

50 g Stärkepulver

50 ml Pfälzer Weinbrand

200 ml Sahne



### Zubereitung

Milch mit Zucker und der Kuvertüre aufkochen und mit dem Stärkepulver abbinden.

Gut durchkochen, den Pfälzer Weinbrand dazugeben und abkühlen lassen.

Mit einem Schneebesen aufrühren und steif geschlagene Sahne unterheben.