

ÜZ-Rezept des Monats September 2011

Die Herbstküche ist an kulinarischen Köstlichkeiten kaum zu überbieten:
Kürbis, Äpfel, Quitten, Birnen und Trauben – daraus kochen wir ein herzhaftes

„Herbstmenü“

Der diesjährige Sommer hat uns nicht gerade mit Sonne verwöhnt. Hoffentlich wird es ein schöner, lauer Herbst. Genießen Sie den „Altweibersommer“ und freuen sie sich auf folgende Schmankerl:

- *Topinambur-Suppe mit Walnüssen*
- *Risotto mit Kürbis*
- *Kalbsleber mit Quitten*
- *Süße Knödel mit Apfel-Zwetschgen-Kompott*
- *Birnen-Tiramisu mit Walnusskrokant*

Topinambur-Suppe mit Walnüssen

Topinambur hat um 1600 französischen Auswanderern in Kanada/Nordamerika vor dem Verhungern gerettet. Sie schickten die Knolle 1610 nach Europa. Nach Ihrer Einführung Anfang des 17. Jahrhunderts genoss sie große Popularität, wurde aber Mitte des 18. Jahrhunderts von der ergiebigeren Kartoffel verdrängt. Heute wird die süßlich schmeckende Topinamburknolle in fast allen Kontinenten angebaut. Sie ist in Deutschland meist nur auf Wochenmärkten und in Bio-Läden zu finden.

Zutaten

2 EL Zitronensaft
700 g Topinambur
2 Frühlingszwiebeln
20 g Butter
½ l Gemüsebrühe
½ l Milch
einige Walnüsse
Salz und Pfeffer aus der Mühle
einige Zweige frischen Thymian

Zubereitung

- Zitronensaft und ½ l kaltes Wasser mischen. Topinambur-Knollen gründlich unter Wasser bürsten, schälen, in Stücke schneiden. In Zitronenwasser legen, damit sie nicht braun werden.
- Klein geschnittene Zwiebeln in Butter glasig dünsten. Topinambur Stücke zugeben und kurz mitdünsten. Immer wieder umrühren, damit sie keine Farbe annehmen. Mit Brühe aufgießen und zugedeckt 20 – 30 Min. köcheln lassen bis sie weich sind.
- Walnüsse in Scheiben schneiden. Ohne Fett in einer beschichteten Pfanne leicht anrösten.
- Suppe mit dem Pürierstab pürieren und durch ein Sieb streichen. Masse wieder in den Topf geben. Milch zugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Nochmal aufkochen lassen.
- Suppe in vorgewärmte Tassen geben, mit Walnüssen und frischem Thymianblättchen servieren.

Kalbsleber mit Quitten

Man unterscheidet bei Quitten zwischen der herben Apfelquitte und der milden Birnenquitte. Die Früchte sind von Natur aus hart, holzig und sauer. Deshalb können sie nicht roh verzehrt werden. Der dichte ölige Flaum enthält Bitterstoffe und muss vor dem Verarbeiten völlig entfernt werden.

Zutaten:

für 4 Personen

2 Quitten
3 EL Rapsöl
6 EL Honig
350 ml Wein oder Apfelsaft
Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle
2 Stängel Salbei
600 g Kalbsleber in Scheiben, ca. 1 cm dick
Butter zum Braten,
grobes Meersalz

Zubereitung:

- Die pelzige Schale der Quitten mit einem Tuch abreiben. Quitten mit einem scharfen Messer in Spalten schneiden. Kernhaus großzügig entfernen.
- Öl in einer feuerfesten Pfanne erhitzen, Quittenspalten bei starker Hitze goldbraun anrösten. Mit Honig und Wein ablöschen, salzen und pfeffern und aufkochen lassen.
- Bei 190°C im Backofen 40 Min. garen. 10 Min. vor Beendigung der Garzeit Salbei zugeben.
- Leber in Mehl wenden. Butter in einer Pfanne erhitzen. Leber darin auf jeder Seite ca. 2 – 3 Min. sanft braten. Die Butter darf nicht schwarz werden. Pfanne vom Herd ziehen und die Leber ca. 5 Min. ruhen lassen.
- Vor dem Anrichten die Leber mit Salz und Pfeffer würzen. Auf den Quitten anrichten. Mit etwas frischer Butter und Muskat servieren.

Hinweis:

- Dazu schmeckt Kürbis-Risotto oder Topinambur-Püree.

Risotto mit Kürbis

Der Hokkaido-Kürbis stammt ursprünglich aus Japan. Er ist relativ klein und deshalb auch für kleine Haushalte geeignet. Beim Einkauf auf den Kürbis klopfen, klingt er hohl, ist er reif. Ist weder die Schale, noch der Stiel beschädigt, lässt er sich zwischen 12 – 17 °C bis zu einem Jahr lagern. Angeschnittene Kürbisse in Folie einpacken und im Kühlschrank lagern.

Zutaten:

1 Schalotte
500 g Hokkaido-Kürbis (geputzt gewogen)
2 EL Butter
300 g Risotto-Reis
125 ml Sekt oder Weißwein
ca. ½ l Geflügelfond
½ TL Safranfäden
2 TL Parmesan
20 g Butter
etwas Olivenöl
Meersalz
Pfeffer aus der Mühle
10 Walnüsse
½ Bund Petersilie
2 EL Olivenöl

Zubereitung:

- Den Backofen auf 180°C vorheizen. Kürbis schälen. Das Fruchtfleisch grob zerkleinern, in Alufolie wickeln und im Ofen ca. 30 Min. garen. Anschließend in kleine Würfel schneiden.
- Zwiebel schälen und fein würfeln. In der Hälfte erhitzen, Reis zufügen und unter Rühren glasig werden lassen. Mit Sekt ablöschen und solange rühren bis er ganz verdampft ist. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- Unter ständigem Rühren die heiße Fleischbrühe portionsweise angießen. Weiterrühren, bis die Flüssigkeit aufgesogen ist. Der Reis soll cremig, aber noch bissfest sein. Garzeit je nach Reissorte 20 – 30 Min.
- Safranfäden in etwas heißem Wasser auflösen. Mit Kürbiswürfeln, restlicher Butter und Parmesan zum Reis geben, unterrühren und nochmals abschmecken. Zugedeckt einige Minuten ruhen lassen.
- Vor dem Servieren Walnüsse grob hacken, Petersilie feinschneiden und mit Walnüssen und Olivenöl vermischen. Über das Risotto geben.

Hinweis:

- Risotto entweder als vegetarisches Gericht mit Salat servieren oder in Verbindung mit kurz gebratenem Fisch, Schalentieren, Geflügel oder Kalbfleisch.

Süße Knödel mit Apfel-Zwetschgen-Kompott

Zu den süßen Knödeln eignet sich jede Form von Kompott

Zutaten:

Für das Kompott

300 g Zwetschgen

300 g Äpfel

100 g Zucker

1 Kapsel Sternanis

100 ml Rotwein oder Traubensaft

Für die Knödel

200 g Weizenbrottoast

1 P. Vanillezucker

100 g Butter

60 g Puderzucker

1 Eigelb

1 Ei

1P. Orangenback

Salz

500 g Ricotta

Zubereitung:

- Für das Kompott Zwetschgen halbieren und entsteinen. Äpfel schälen und in dünne Spalten aufschneiden. Zucker in einem Topf karamellisieren lassen, Sternanis und Rotwein zugeben und aufkochen. Obst zugeben, einmal aufkochen und zugedeckt beiseite stellen.
- Für die Knödel Brot entrinden. Scheiben und Rinde getrennt mit dem Schneidstab fein zerbröseln.
- Vanillezucker, 75 g Butter und 50 g Puderzucker schaumig aufschlagen. Eigelb, Ei, helle Toastbrösel, Orangenback und eine Prise Salz mischen und unter die Buttermasse heben. Ricotta zugeben und glatt rühren. 2 Stunden kalt stellen, dabei immer wieder durchrühren.
- In einem großen Topf Wasser mit etwas Salz zum Kochen bringen. Aus der Masse 12 gleich große Knödel formen, ins Wasser geben, aufkochen lassen und auf kleinster Hitze 10 – 15 Min. gar ziehen lassen. Kommen die Knödel an die Wasseroberfläche sind sie gar.
- 25 g Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, 2 EL dunkle Toastbrösel zugeben und goldgelb rösten.
- Knödel auf dem Kompott anrichten, Brösel zugeben, mit Puderzucker bestäuben.

Birnen-Tiramisu mit Walnusskrokant

*Die Krokantmasse muss sehr heiß verarbeitet werden. Zur Verarbeitung ein Holzbrett oder eine hitzebeständige Arbeitsplatte verwenden
Übrigens: Krokant kann aus allen Nussarten hergestellt werden!*

Zutaten:

Für 8 Personen

100 g Zucker
je eine Prise Zimt, Piment und gemahlene Ingwer
50 ml Kondensmilch oder Sahne
einige Tropfen Vanillearoma
150 g grob gehackte Walnüsse
5 Blatt weiße Gelatine
2 Birnen
3 TL Speisestärke
150 ml Weißwein oder Apfelsaft
5 EL Zucker
250 g Vollmilchjoghurt
500 g Speisequark
3 EL Amaretto- Mandellikör
100 g Löffelbiskuits
2 EL Puderzucker
etwas gemahlener Zimt
frische Minzeblätter

Zubereitung:

- Für den Krokant Zucker, Zimt, Piment, Ingwer und Kondensmilch bei starker Hitze ca. 5 Min. zu einem dicklichen Sirup einkochen. Vanillearoma und gehackte Walnüsse zugeben und gut vermischen.
- Die heiße Masse dünn auf Backpapier streichen. Ein zweites Backpapier darüber legen und mit dem Nudelholz dünn auswellen. Abkühlen lassen.
- Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Birnen schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Stärke mit etwas kaltem Wasser verrühren.
- Weißwein mit Zucker aufkochen, Speisestärke unterrühren, Birnenwürfel zugeben, aufkochen und zugedeckt kalt stellen.
- Joghurt und Quark, 3 EL Zucker und Amaretto verrühren. Tropfnasse Gelatine bei mittlerer Hitze auflösen. Einige Esslöffel der Quarkmasse in die Gelatine rühren und zügig unter die restliche Quarkmasse einrühren.
- Krokant halbieren. Eine Hälfte grob hacken, die zweite Hälfte in Stücke brechen.
- Löffelbiskuits in eine Form oder in Gläser legen. Die Hälfte der Quarkmasse darauf verteilen. Birnenkompott darüber streichen, mit gehacktem Krokant bestreuen und mit der restlichen Quarkmasse bedecken. Mindestens 3 Stunden kalt stellen.
- Vor dem Servieren Puderzucker und Zimt verrühren und das Tiramisu damit bestreuen. Mit Krokantbruch und frischer Minze servieren.