



Kochthema:

Worauf ich gerade Lust habe

Apéro:

Flammkuchenrolle

Zwischengang:

Antipasti

Hauptgang:

Paella Valencia

Dessert:

Apfelrosen

Hanspeter Lipski

8. Januar 2018

FLAMMKUCHENROLLE REZEPT

ZUTATEN

- 2 Flammkuchen (Fertigteig)
- 1 grosse Zwiebel (oder 2 Lauchzwiebeln)
- 180 ml saurer Halbrahm (oder Crème Fraîche)
- 120 g Speckwürfeli



ANLEITUNGEN

1. Zwiebeln in Ringe schneiden.
2. Flammkuchen-Teig ausbreiten, mit saurem Halb Rahm bestreichen und Speckwürfeli und Zwiebeln gleichmässig darüber streuen.
3. Teig satt einrollen und in Scheiben schneiden. Scheiben mit genügend Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.
4. Bei 220° rund 10 Minuten backen bis er leicht gebräunt ist. (Nicht zu lange, da der Teig schnell hart wird.)

ANTIPASTI: BROCCOLI AN BLAUKÄSE-SAUCE

ZUTATEN

- Broccoli
- Blaukäse
- Sauerrahm
- Balsamico-Essig
- Origano
- Pfeffer, Salz, etwas Reibkäse

ANLEITUNGEN

1. Broccoli in Pfanne mit geschlossenem Deckel ca. 10 min. kochen (noch knackig)
2. Sauce aus Blaukäse, Sauerrahm und Balsamico zubereiten, würzen
3. Über Broccoli giessen, noch etwas Reibkäse streuen.

ANTIPASTI: SPINATSALAT MIT MASCARPONE

ZUTATEN

- Spinat
- Mascarpone
- Pinienkerne
- Balsamico-Essig

- Knoblauch
- Gewürze

ANLEITUNGEN

1. Spinat in Gusspfanne aufkochen mit Bouillon und etwas Knoblauch
2. Mascarpone darunterziehen, kaltstellen, Pinienkerne darüber streuen
3. Mit Pfeffer und Kräuter würzen
4. Mit Balsamico oder Sherry-Essig verfeinern

ANTIPASTI: PILZE AN MAJORANSAUCE

ZUTATEN

- Champignons
- Olivenöl
- Majoran
- Tomatenmark
- Schnittlauch
- Salz und Pfeffer
- Knoblauch

ANLEITUNGEN

1. Gehakter Knoblauch in Olivenöl andünsten
2. Majoran und Tomatenmark (ca. 1 El.) beifügen, kurz mitdünsten
3. Champignon beifügen, mit Salz/Pfeffer abschmecken.
4. 15 min. köcheln, mit Schnittlauch dekorieren

ANTIPASTI: COZZE AL FORNO

ZUTATEN

- Cozze
- Tomatensauce
- Gewürze
- Reibkäse
- Schnittlauch
- Basilikum
- Knoblauch

ANLEITUNGEN

1. Cozze auftauen lassen
2. Auf Blech verteilen, mit Tomatensauce bedecken
3. 7-8 min. im Ofen bei 180 Grad backen
4. Blech kurz aus dem Ofen nehmen, Reibkäse auf den Muscheln verteilen
5. Nochmals kurz überbacken
6. Vor dem Servieren noch gehackter Schnittlauch und etwas Basilikum auf den Cozze verteilen

ANTIPASTI: CREVETTEN MIT ORIGANO

ZUTATEN

- Crevetten
- Peperoni rot
- Zwiebeln
- Origano
- Weisswein

- Olivenöl
- Peterli
- Knoblauch

ANLEITUNGEN

1. Crevetten in Olivenöl anbraten
2. Knoblauch und Zwiebeln dazugeben
3. Peperoni in kleine Würfeln schneiden, dazugeben
4. Gut würzen mit Pfeffer und Origano
5. Mit Weisswein ablöschen und Peterli darüber streuen

PAELLA VALENCIA

ZUTATEN

- 500 g Pouletfleisch
- 200 g Schweinefleisch

- Weitere Fleischstücke nach Bedarf
- Fisch und Krustentiere nach Bedarf
- 150 g grüne Bohnen
- 1 rote Paprika
- 2-3 Tomaten
- Weiteres Gemüse nach Bedarf
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 TL Safran
- 4 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- 4 Zitronen
- 250 g Paella-Reis
- Origano

ANLEITUNGEN

1. Fleischtomaten mit heissem Wasser überbrühen, Haut abziehen, Fruchtfleisch würfeln
2. Zwiebel hacken,
3. Paprika klein schneiden, Knoblauchzehen hacken
4. Fleisch in Paella Pfanne anbraten, beiseite stellen
5. Gemüse wo nötig dünsten
6. Fische/Krustentiere ev. anbraten, ansonsten direkt in die Paella geben
7. Paella Pfanne, wo das Fleisch angebraten wurde, Olivenöl erhitzen, Zwiebelwürfeln und Reis, incl. Knoblauch anbraten
8. Alles ca. 5 min unter ständigem Rühren weiterschmoren lassen.
9. Mit Bouillon ablöschen
10. Fleisch, nach und nach dazugeben
11. 20 Min. bei niedriger bis mittlerer Temperatur garen lassen
12. Kurz vor Ende Gemüse und Fisch/Krustentiere begeben
13. Abschmecken, mit Zitronenachteln garniert servieren

APFELROSEN

ZUTATEN

- 1 Blätterteig, eckig
- 3 rotschalige Äpfel
- 1 Zitrone
- Aprikosen- oder Himbeerkonfitüre
- Puderzucker
- Zimt
- 1 Muffinform

Zubereitung

Halbiert die Äpfel, schneidet das Bütschgi vorsichtig raus und schneidet sie in dünne Scheiben. Diese Scheiben gebt ihr in eine Pfanne, füllt Wasser rein und den Saft der Zitrone. Nun kocht ihr die Äpfel auf und lasst sie köcheln bis sie weich sind. Rausnehmen und auf einem Haushaltspapier abtropfen lassen.

Schneidet den Blätterteig in 6 gleich grosse Streifen.

Blätterteigstreifen mit Konfitüre bestreichen, Äpfel in einer Reihe auf den oberen Teil geben (so dass die unteren Kanten auf dem Blätterteig sind, der runde Teil aber darüber), Zimt darüber streuen und Blätterteig zuklappen.



Streifen nun vorsichtig aufrollen und in die Muffinform setzen. Ist diese nicht aus Silikon, dann entweder vorher gut einfetten oder mit Backpapier-Vierecken auslegen.



Apfelrosen bei rund 210° etwa 30 Minuten backen und zwischendurch kontrollieren, ob die Apfelschalen nicht zu dunkel werden.

Nach dem Backen abkühlen lassen und anschliessend aus der Form nehmen.

Mit Puderzucker bestreuen und zusammen mit Vanillecreme anrichten.

Einkaufen Flammkuchen

- 2 Flammkuchen (Fertigteig)
- 1 grosse Zwiebel (oder 2 Lauchzwiebeln)
- 180 ml saurer Halbrahm (oder Crème Fraîche)

ZUTATEN Broccoli Blaukäse

- Broccoli
- Blaukäse
- Sauerrahm
- Balsamico-Essig 2x
- Origano
- Reibkäse

ZUTATEN Spinat/Mascarpone

- Spinat
- Mascarpone
- Pinienkerne
- Knoblauch 3x

ZUTATEN Pilze

- Champignons
- Olivenöl
- Majoran
- Tomatenmark
- Schnittlauch

ZUTATEN Cozze

- Cozze
- Tomatensauce
- Reibkäse
- Schnittlauch
- Basilikum

ZUTATEN Crevetten mit Origano

- Crevetten
- Peperoni rot
- Zwiebeln
- Origano

- Weisswein
- Olivenöl
- Peterli
- Knoblauch

ZUTATEN Paella

- 500 g Pouletfleisch
- 200 g Schweinefleisch
- Weitere Fleischstücke nach Bedarf
- Fisch und Krustentiere nach Bedarf
- 150 g grüne Bohnen
- 1 rote Paprika
- 2-3 Tomaten
- Weiteres Gemüse nach Bedarf
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 4 EL Olivenöl
- 4 Zitronen
- 250 g Paella-Reis
- Origano

ZUTATEN Apfelrosen

- 1 Blätterteig, eckig
- 3 rotschalige Äpfel
- 1 Zitrone
- Aprikosen- oder Himbeerkonfitüre
- 1 Muffinform
- +Pudding/Milch

Tischset

Mineralwasser

Wein