

Sauerkraut



Rezept und Foto von Sandra Bell

Zutaten:

250g oder 1 Ds. Sauerkraut

Pfeffer

Salz

Mehl oder Speisestärke

1/2 Lorbeerblatt

2 Gewürzkörner (Piment)

1 Zwiebel

Speck mit Schwarte

Durchwachsener Speck oder Bacon

Zubereitung:

Sauerkraut in die Kochschüssel geben und mit Wasser bedecken.
Zwiebel groß würfeln und ebenfalls in die Schüssel.

Salz, Pfeffer, Lorbeer, Piment und Speckschwarte (nur die Schwarte) dazu geben.

Das Koch-Rühr-Element einsetzen und die Temperatur auf 120°

einstellen.

Den Speck fein würfeln und in einer Pfanne auslassen. Dann den durchwachsenen Speck (oder Bacon) dazu geben und kross anbraten.

Das ganze jetzt in die Kochschüssel zum Sauerkraut geben.

Die Temperatur auf ca. 90° – 95° reduzieren und etwa 90 Minuten köcheln lassen.

Mehl (man kann auch Speisestärke nehmen) mit etwas Wasser anrühren und in das Sauerkraut geben, es sollte sämig sein. Nochmal kurz aufkochen – fertig.

Abschmecken und gegebenenfalls noch etwas nachwürzen. Ich streu beim Anrichten immer etwas Paprika-Pulver drüber – das gibt einen tollen Geschmack ☐

Lammkarree sous-vide Spargelmousse Tomatenchutney Kartoffelwürfel



Foto und Rezept zur Verfügung gestellt von Steffi Grauer

Noch mehr Rezepte von Steffi Grauer findet ihr auch auf

<http://www.kochtrotz.de/>

Menge: 8 Portionen

Zutaten Spargelmousse:

500 g Spargel weiß oder grün

300 ml Sahne (laktosefrei)

7 Blatt Gelatine oder entsprechend Agar-Agar

3 Prisen Salz

2 Prisen Pfeffer weiß

2 Eiweiß

Frischhaltefolie

Speiseringe – 8 Stück, Durchmesser ca. 7 cm oder Schüssel
neutrales Öl

Zutaten Tomaten-Chutney:

0,5 kg vollreife Tomaten

1 größere Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 TL Ras el Hanout im Mörser zerstoßen

1 TL gelbe Senfsamen

2 Prisen Meersalz

150 ml milder Weißweinessig

50 g brauner Zucker

Zutaten Kartoffelwürfel:

1 – 1,5 kg Kartoffeln

Olivenöl

2 – 3 Rosmarinzweige

Meersalz

Zutaten Lamm:

2 Lammkarree à circa 500 Gramm

8 Thymianzweige

8 Rosmarinzweige

2 Vakuumierbeutel

Zubereitung Spargelmousse:

Spargel schälen und Enden abschneiden. Spargel in Stücke schneiden. 8 Spargelspitzen für Deko zur Seite legen. Spargelspitzen später nebenher in Salzwasser al dente garen.

Kochrührelement einsetzen, Sahne und Spargelstücke für 15 Minuten bei Intervallstufe 2 105 Grad köcheln lassen. Spargel-Sahne-Masse mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Masse im Glasaufsatz auf höchster Stufe gut pürieren.

Gelatine nach Packungsangabe einweichen und danach gut ausdrücken.

Gelatine zur Spargelmasse geben auf höchster Stufe für 20 Sekunden mixen. Spargelmasse in eine Schüssel umfüllen und abkühlen lassen.

Speiseringe mit dem neutralen Öl innen einpinseln. Teller oder andere Unterlage mit Frischhaltefolie auslegen. Speiseringe auf Unterlage setzen.

Alternative: Sind keine Speiseringe vorhanden, so kann die Masse auch in einer Schüssel kalt gestellt werden und später werden einfach Nocken abgestochen.

Eiweiß mit 1 Prise Salz in die Rührschüssel geben und mit dem Ballonschneebeesen auf höchster Stufe zu Eischnee schlagen.

Sobald die Spargelmasse herunter gekühlt ist, den Eischnee mit dem Schneebeesen unterheben.

Jetzt die Speiseringe gleichmäßig mit der Spargelmasse füllen.

Für circa 1,5 – 2 Stunden kühl stellen und fest werden lassen.

Vor dem Servieren die Speiseringe abziehen, auf Teller setzen und mit Spargelspitzen garnieren.

Zubereitung Tomatenchutney:

Die [Tomaten](#) mit kochendem Wasser überbrühen und häuten. Stielansätze entfernen und den Rest in grobe Stücke schneiden. Den [Knoblauch](#) und die Zwiebeln schälen, Zwiebeln achtern und im Multizerkleinerer mit der groben Scheibe würfeln lassen.

KochRöhrelement einsetzen. In der Rührschüssel der Cooking Chef Senfsaat und Ras el Hanout ohne Fett anrösten bis sie duften.

Alle weiteren Zutaten hinzugeben, kurz aufkochen lassen und bei 100 Grad für 1 Stunde einkochen lassen. Das Chutney soll sämig werden. Eventuell noch 1 TL Tomatenmark unterrühren lassen.

Noch einmal kräftig abschmecken.

Zubereitung Lamm:

Das Lamm-Karree vakuumieren, je einen Rosmarin und 2 – 3 Thymianzweige mit in den Beutel geben.

Wasser in die Schüssel der Cooking Chef füllen und auf Intervallstufe 1 auf 58°C aufheizen.

Lammkarree bei 58°C etwa 55 Minuten im Wasserbad ziehen lassen.

Das Lamm aus dem Wasserbad und dem Vakuumbbeutel befreien. Etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Lamm-Karree im Ganzen von allen Seiten kräftig anbraten.

Das Lamm-Karree zu Koteletts aufschneiden und mit etwas Pfeffer und Meersalz bestreuen.

Zubereitung Kartoffeln:

Kartoffeln schälen und in circa 1 cm große Würfel schneiden

(geht gut mit Würfelschneider), wässern bis zum Gebrauch.

Vor dem Braten Kartoffelwürfel gut abtrocknen.

Pfanne mit Öl erhitzen und Kartoffelwürfel darin bei mittlerer Hitze für 15 – 20 Minuten goldbraun braten. Gargrad testen.

Jetzt noch die Teller anrichten

Spickzettel Cooking Chef – Welches Zubehör für was und mit welcher Geschwindigkeit und Schlüsselgewichte.

Private Aufstellung von Sabine Dorn. Für die angegebenen Geschwindigkeitsstufen und sonstigen Angaben wird keinerlei Haftung übernommen.

Kommentare/Ergänzungen sind erlaubt ☐

Teig

K-Rührer

- Verrühren von Fett und Zucker Mit minimaler **Geschwindigkeitsstufe** beginnen, nach und nach bis auf Max erhöhen.
- Eier in cremige Mischungen Einrühren 4-‘Max’.
- Mehl, Obst etc. unterheben Min-1.
- Für Kuchenteig (alle Zutaten gleichzeitig): Mit min. starten und stufenweise auf „max“ erhöhen

- Verkneten von Fett und Mehl Min-2.

Ballonschneebesen

- ***Geschwindigkeitsstufe*** allmählich bis Max steigern.**Schneebesen**

Knethaken

- ***Geschwindigkeitsstufe*** mit 'Min' beginnend stufenweise auf '1' erhöhen.

Koch-/Rühr Element

- Nur mit Rühreinstellungen 1-3 (Symbole mit Pfeile!)

Hochtemperatur-Flexirührer

- Zum Schaumig schlagen von Fett und Zucker: Mit „Min“ starten und stufenweise auf 3 erhöhen
- Zum Abschaben heißer und kalter Mischungen von den Schüsselwänden: Mit „Min“ starten und stufenweise auf 3 erhöhen
- Zum Anbraten von Gemüse, Rühren von Risotto und Polenta usw.: Einstellung r1

Maximale Menge:

- Knetteig: 910g Mehl
- Fester Hefeteig: 1,5kg Mehl, 2,4kg Gesamtgewicht
- Weicher Hefeteig: 2,6kg Mehl, 5 kg Gesamtgewicht
- Rührteig: Gesamtgewicht 4,55kg
- Eiweiß: 16
- Kochmodus: 3 Liter

Mixer / Blender:

- ***Geschwindigkeit*** immer höchste Stufe oder Puls
- ***Rührstab nur für kalte Flüssigkeiten!***
- Kalte Flüssigkeit: Max 1,6 Liter; „max“, 30-60Sek.
- Smoothies: 1l, „max“, 60 Sek., mit Rührstab

- Suppen mit Brühe: 1,2l, stufenweise bis „max“, 30Sek
- Suppen mit Milch: 1l, stufenweise bis „max“, 30Sek
- Eis zerkleinern: 10 Eiskwürfel (200g), Puls, 30Sek.

Multi

Messer

- **Geschwindigkeit** 2-5
- Messer zum Hacken von rohem und gek. Fleisch, gek. Eiern, Gemüse, Nüssen, Pates und Dips sowie zum Reiben von Brot und Keksen.
- Mürbteig und Streussel
- Fassungsvermögen Teig (Mehl) 400g, Fleisch 500g, nie höher als Max-Markierung

Scheiben

- **Geschwindigkeit** 1-2 (für mehr Leistung auch bis 3)
- **Erst starten, dann Zutaten einlegen!**
- Scheibe 1: extrafeine Reibe, Parmesan und Kartoffeln für Kartoffelknödel
- Scheibe 2: feine Reibe: Für Käse, feines Obst und Gemüse, (Schokolade & Nüsse)
- Scheibe 3: grobe Reibe: Für Käse, festes Obst und Gemüse
- Scheibe 4: dünne Scheiben: Für Käse und festes Obst und Gemüse
- Scheibe 5: dicke Scheiben: Für Käse und festes Obst und Gemüse
- Scheibe 6: Schnitzelscheibe (Julienne): Kartoffeln für Pommes, Zutaten für Eintöpfe, Salate und Dips (wie Karotten, Äpfel und Birnen)

Multi vom Antrieb lösen: Auf der Maschine ein Strückchen weiter nach links (gegen den Uhrzeigersinn) drehen bis sich der Topf vom Antrieb löst. Aufpassen, der Antrieb sitzt dann ganz lose auf der Maschine und fällt leicht runter.

Trommelraffel

- **Geschwindigkeit** 3-4
- Trommel 1: für feines Raspeln: Schokolade, Nüsse, Karotten, Käse
- Trommel 2: für grobes Raspeln: Schokolade, Nüsse, Karotten, Käse
- Trommel 3: für dünnes Schneiden: Zwiebeln, Kraut, Kohl, Gurken, Karotten, Äpfel, Kartoffeln und Schokolade
- Trommel 4: für dickes Schneiden: Zwiebeln, Kraut, Kohl, Gurken, Karotten, Äpfel, Kartoffeln, Schokolade und rote Beete
- Trommel 5 (eigentl. Reibetrommel): für das Reiben von Parmesankäse sowie Kartoffeln für Kartoffelknödel

Gewürz-/Multimühle

- **Geschwindigkeit** Max (maximal 2Min.)
- **Messerwerk – Unterseite muss beim Reinigen trocken bleiben!**
- Sahne schlagen: Max 100ml (ohne Zucker) Stufe 3-4 max. 12-30Sek.

Würfler

- **Geschwindigkeit** 4
- **Erst starten, dann Zutaten einlegen!**

Geschirrspüler:

Standardzubehör:

- Schüssel
- Röhrelemente und Flexirührer
- Spritzschutz

Mixer / Blender:

- Mixbecher

- Einfüllkappe, Deckel und Sockel
- (Messerwerk nicht! Dessen Unterseite darf beim Handreinigen nicht nass werden!)

Multi + Wüfler

- Alle Teile (bis auf das Verbindungsstück) – oberstes Fach!

Trommelraffel:

- **NICHT** in den Geschirrspüler!

Gewürz-/Multimühle:

- Gläser, Deckel, Sockel (Messerwerk nicht! Dessen Unterseite darf beim Handreinigen nicht nass werden!)

Schüsselgewichte:

1.585g Kochschüssel CC 6,7L Griffe
 1.559g Kochschüssel Gourmet 6,7L Griffe
 972g Schüssel 6,7L Major, Griffe
 922g 6,7L Schüssel ohne Griffe
 561g Kenlyte 6,7L für CC

Chef Titanium 4.6l:

Edelstahlschüssel 4.6L mit Henkel (mit Skalierung) 802g, (ohne Skalierung) 818g

Kunststoffschüssel 4.6L Kenlyte 412g

Chef XL Sense

1057g Edelstahl 6,7l Schüssel

Multizerkleinerer Antrieb 545g Kunststoffschüssel 508g

Gewürzmühle Glasbehälter 285g

Bolognese Sauce



Rezept zur Verfügung gestellt von Christine Wittlin-Ingold

Zutaten:

750g Rind- und Kalbsgehacktes

3 EL Olivenöl

6 Zwiebel

6 Knoblauch gepresst

2 Peperocini gehackt

3 Stange Sellerie gehackt

3 Karotten gehackt

3 kleine Dosen Tomatenpüree

3 dl Rotwein

3 Dosen Tomaten

Salz ,Pfeffer, Senfpulver, Worcester Sojasauce pikant und....
vieles mehr, da ich es gerne scharf habe.

1 1/2 Tl Zucker

Oregano, Rosmarin, Thymian, Liebstöckel, Koriander,
Petersilien

6 Lorbeerblätter

Zubereitung:

Rind und Kalbsgehacktes und Öl portionsweise anbraten (bei 140
Grad in CC oder in Pfanne)

6 Zwiebel,

6 Knoblauch gepresst

2 Peperocini gehackt

3 Stange Sellerie gehackt

3 Karotten gehackt

3 kleine Dosen Tomatenpüree

in CC mit Kochrührelement andünsten,

mit 3 dl Rotwein ablöschen und einkochen lassen

3 Dosen Tomaten

Salz ,Pfeffer, Senfpulver, Worcester Sojasauce pikant und...
viele mehr, da ich es gerne scharf habe.

1 1/2 Tl Zucker

Oregano, Rosmarin, Thymian, Liebstöckel, Koriander,
Petersilien

6 Lorbeerblätter zugeben und 3 Stunden bei ca. 95 Grad köcheln
lassen.

Kürbissuppe auf Paprika mit Garnelen



Foto von Gisela Martin

Anregung folgt aus einer Essen-und-Trinken-Zeitschrift von
Febr. 2005, inhaltlich verändert und auf CC angepasst.

Für 8 Personen, wobei Paprika für 8 Personen knapp war und

Kürbissuppe anfangs übrig geblieben ist (dann über Nachschlag aber aufgebraucht wurde)

Zutaten:

Paprikaboden:

4 Paprikaschoten

Kürbissuppe:

1,5 kg Hokaidokürbis

Etwas Butter zum Anschwitzen

350 gr. Zwiebeln

25 gr. frischer Ingwer

2 EL Gewürzcreme/Suppengrundstock (selbstgemacht, alternativ etwas Brühpulver)

1 Liter Wasser

300 ml. frisch gepresster Orangensaft

400 ml Sahne

1 Stange Zitronengras

1 halbe Chilischote

15 gr. Lemongraskräutersalz (alternativ normales Meersalz oder anderes Kräutersalz) und Pfeffer, nach Belieben

Milchschaum:

Ca. 100 ml Milch

gemahlener Koriander

Garnelen:

8 Stangen Zitronengras

8-16 Riesengarnelen

Salz, Pfeffer

Öl zum Anbraten

Zubereitung:

Paprika waschen, halbieren, entkernen in Heissluftfriteuse bei höchster Stufe ca. 10-15 Minuten, bis die Haut schwarz wird und sich löst. Haut abziehen (wer keine Heissluftfriteuse hat im Backofengrill (auf Backblech ganz oben eingeschoben), ca. 250 Grad.

Abgezogene Paprika in Multizerkleinerer mit Messer füllen und pürieren. Zur Seite stellen.

Kürbis aushöhlen und in Stücke schneiden zB. mit Multizerkleinerer Juliennescheibe oder Würfelschneider (Schälen nicht erforderlich).

Wenn Würfelschneider verwendet wird, kann man den Ingwer und die Zwiebeln auch gleich mitwürfeln. Ansonsten Ingwer reiben und Zwiebeln klein schneiden.

Butter in Kessel geben, Kochrührelement, 140 Grad, Kürbisstücke, Zwiebeln, Ingwer und Zitronengras anschwitzen (wer kein frisches Zitronengras hat, kann auch das Flexielement nehmen), dann Temperatur auf ca. 110 Grad reduzieren.

1 Liter Wasser und Gewürzcreme zu den Kürbisstücken geben

Ca. 20 Min. köcheln lassen, bis Kürbis weich ist.

Zitronengras entfernen, Sahne und Orangensaft zugeben und pürieren (Mit Blender, das Ergebnis wird schöner wie mit Blender und vor allem lässt sich die Suppe tropfenfrei in das Glas füllen).

Paprikapüree erwärmen.

Garnelen schälen. Am Rücken einschneiden und entdarmen, waschen. Zitronengras für Deko putzen. Jeweils 1-2 Garnelen pro Zitronengras aufspiesen.

In Pfanne etwas Olivenöl erhitzen, von jeder Seite 2 Minuten anbraten, Salzen und Pfefferen.

Milch aufschäumen

Dann Paprikapüree auf Gläser verteilen.

Suppe in Glas füllen (am besten die Suppe direkt vom Blender über einen Esslöffel hineingiessen, dann vermischt sie sich nicht mit der Paprika, wie auf dem Bild geschehen).

Mit einem Klecks aufgeschäumter Milch verzieren und mit einem

Hauch gemahlenem Koriander bestäuben.

Jeweils 1 Garnelenspieß in die Suppe geben.

Guten Appetit ☐

Universal-Gemüsesuppe (Kürbis – oder Blumenkohl-Brokkoli – Gemüsesuppe)



Rezept und Foto von Michael Kölbl

Zutaten:

Variabel:

1/3 Hokkaido Kürbis

1/3 Butternut Kürbis

oder

1/3 Blumenkohl (weisse Bäumchen)

1/3 Brokkoli (grüne Bäumchen)

Fix:

6-8 Kartoffeln (je nach Grösse)

1/2 Stange Lauch

2 Petersilwurzeln

5x2x2cm grosses Stück Sellerie (ca.)
1-2 Zwiebeln (je nach Grösse)
6-8 Gelbe Ruam (Karotten) (je nach Grösse)

Salz, Pfeffer, Paprika (Edelsüss)
Muskatnuss (je nach Wunsch)

1 Becher Sahne
oder
1/2 Becher Frischkäse (200g)

Zubereitung:

Hokkaido nur waschen und Kerne entfernen.

Butternut schälen und Kerne entfernen.

Oder

Blumenkohl und Brokkoli waschen und in 2-4cm Stücke schneiden

Gemüse waschen und schälen

Gemüse entweder mit dem Würfelschneider würfeln oder dem Multizerkleinerer in Scheiben schneiden.

Gemüse (inkl. Kürbis oder Bäumchen) in den Topf und mit Wasser auffüllen,

bis das Gemüse fast mit Wasser bedeckt ist.

Ist die Füllgrenze des Topf überschritten, das Gemüse ohne Röhrelement bei 120 Grad 10min köcheln lassen.

Ist die Füllgrenze nicht erreicht oder das Gemüse hat schon 10 Min geköchelt,

das Kochröhrelement einsetzen und das Gemüse ca. 25-30 Min (-10Min wenn schon vorgeköchelt)

bei ca. 105 Grad köcheln lassen.

Im Anschluss entweder das Gemüse auf 2x im Blender Mixen oder mit dem Mix-Stab im Topf pürieren.

Mit Gewürzen und Sahne(oder Frischkäse) abschmecken, nochmal aufkochen lassen...

Mit getostetem Brot und/oder kleingeschnittene Wienern servieren....

An Guadn....

Knoblauchsuppe



Foto von Caroline Schmidgen/Rezept von Chefkoch.de und auf CC abgewandelt

Zutaten (für 4 Portionen):

2 Knollen Knoblauch
400 ml Gemüse-oder Hühnerbrühe
400 ml Weißwein
400 ml Sahne
3 Kartoffeln
3 EL Öl
Salz und Pfeffer
etwas Creme fraîche

Zubereitung:

Knoblauch zerkleinern und mit Öl anschwitzen. Das Koch-

Röhrelement einsetzen, 120 Grad/Koch-Rührintervall 3
Knoblauch nicht braun werden lassen, da der Knoblauch sonst bitter wird.

Mit Brühe abschrecken, Wein und Sahne hinzugeben und ca. 45 min-90 min köcheln lassen (durch das lange Kochen verliert der Knoblauch den Geruch).

Nebenbei Kartoffeln kochen und häuten, sie werden später benutzt um das Süsschen einzudicken.

Nach Ablauf der Zeit Kartoffeln und Suppe in den Blender geben und alles schön pürieren.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit etwas Creme fraîche und frischen Kräutern servieren.

Spinatknödel – Variationen



Rezept und Foto von Claudia Kraft (Variante 1)

Variante 1

von Claudia Kraft

Spinatknödel mit Mozzarellakern an Frischkäse-Sahne-Sauce

Zutaten:

200g Blattspinat

200g Semmelwürfel

2 Eier

1 kleine Zwiebel
170ml Milch
Petersilie
Salz, Pfeffer, Muskat
1/2 Mozzarella od Kugelmozzarella

Zubereitung:

Frischen Blattspinat im heissen Wasser blanchieren.

Semmelwürfel mit Spinat, Milch, Eiern und Gewürzen einweichen.

Zwiebel fein hacken u in Öl anschwitzen. Petersilie fein hacken u mit den Zwiebeln unter die Knödelmasse mengen.

Aus dem Knödelteig 6-8 große Teile formen u je eine Mozzarellakugel/Stücke in die Mitte setzen, mit Teig umhüllen und zu Knödeln formen.

Mit Dampfeinsatz ohne Kunststoffring für ca 20min im Dampfgarer garen und ca 5min nachziehen lassen.

Sauce: 2-3 El Bresso (od Frischkäse) mit etwas Sahne in einen Topf geben, etwas Knoblauch od Knoblauchbutter dazu, verschiedene Kräuter evt Salz/Pfeffer.



Fotos von Claudia Kraft

Variante 2

von Margit Fabian

Südtiroler Spinatknödel



Foto: Margit Fabian, Variante 2

Zutaten für 4 Personen:

300 g Knödelbrot

200 ml Milch

750 g TK-Spinat (auftauen und abtropfen lassen)

1 große Zwiebel

2 Zehen Knoblauch

100 g Butter

75 g Ricotta oder Quark

100 g geriebener Bergkäse

200 g Mehl

3 Eier

Salz, Pfeffer, Muskat

50 g geriebener Parmesan

Zubereitung:

Das Knödelbrot mit der Milch übergießen und ziehen lassen.

Inzwischen die Zwiebel und die Knoblauchzehen fein hacken im laufenden Messer im Multi.

1 Eßl. Butter in die Schüssel geben, schmelzen lassen und dann die Zwiebeln und den Knoblauch mit dem Koch-/Rührelement andünsten.

Den Spinat dazugeben und mitgaren. Falls sich Flüssigkeit

angesammelt hat, nochmal im Sieb abtropfen lassen.

In die Schüssel den Ricotta, Bergkäse, Mehl, Eier und das Knödelbrot geben. Mit Salz (vorsichtig dosieren, je nachdem wie kräftig der Bergkäse ist braucht es nicht viel), Pfeffer und geriebenem Muskat würzen und gut vermengen (K-Haken oder einfach das Koch-/Rührelement drin lassen). Etwa 15 Minuten stehen lassen. Wenn die Masse noch zu weich ist, nochmal Mehl zugeben.

In einem großen Topf Wasser zum Kochen bringen, salzen. Mit angefeuchteten Händen golfballgroße Knödel formen (ca. 40 – 50 Stück) und im heißen Wasser 15 Minuten ziehen lassen. Oder bei kleineren Mengen im Dampfgareinsatz, wie bei Variante 1 von Claudia Kraft.

Restliche Butter schmelzen und bräunen lassen, die Knödel in einem tiefen Teller anrichten, mit der braunen Butter beträufeln, mit geriebenem Parmesan bestreut servieren.

Hinweis:

Die Variante 2 geht auch super mit frischem Spinat

Variante 3

von Katharina Karner



Foto Variante 3 Katharina Karner

Mein Abendessen war ein Paradebeispiel für die CC: Spinatknödel mit Käsesauce.

Verwendete Elemente: Dämpfeinsatz, Multi und Flexirührelement.

Zutaten:

200g Knödelbrot

210 ml Milch

3 Eier

50g Butter flüssig

Salz und Muskatnuss

200g TK Blattspinat, aufgetaut, ausgedrückt und grob gehackt

Zubereitung:

Alles vermengen und nach 10 Minuten mit 2 EL Mehl stauben und mischen. Mit trockenen bemehlten Händen Knödel formen und 15 Min (je nach Größe) im Dämpfeinsatz dämpfen.

Zutaten Käsesauce:

100 ml Wasser

Gekörnte Gemüsebrühe

250 ml Qimiq (alternativ halb Milch halb Sahne)

150g Hartkäse nach Belieben, im Multi fein gerieben

Zubereitung Käsesauce:

Alles in der Rührschüssel mit dem Flexi Stufe 1 und 110Grad aufkochen bis der Käse geschmolzen ist.

Mahlzeit!

Tipp für übrig gebliebene Spinatknödel:

Am nächsten Tag durchschneiden und in der Pfanne anbraten oder einfrieren.

**Zimtsüppchen mit Tomate-
Basilikum und Schinken-Chips**



Foto und Rezept von Maren Grau-Soumana Mayaki

Zutaten für 4 Personen:

100 ml Sahne
1000 g aromatische Tomaten
1-2 Knoblauchzehen
1/2 Bund Basilikum
4 Scheiben Parmaschinken
Salz, Pfeffer, Zimt

Benötigtes Zubehör: Glas-Mixaufsatz Koch-Röhrelement

Arbeitszeit: 30 min Koch-/Backzeit: 20 min

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zubereitung:

100 ml Sahne mit einer guten Prise Zimt steif schlagen und kühl stellen.

Die Tomaten waschen, vierteln, Strunk entfernen und mit dem Knoblauch und dem gezupften Basilikum in den Blender geben. 1 min auf höchster Stufe alles miteinander pürieren.

Die Suppe in die Induktionskochschüssel umfüllen, das Kochröhrelement einsetzen und mit 1 TL Zucker, 1/2 TL Salz und 2 TL Zimt würzen. 20 Minuten bei 100 Grad, 2 Intervallstufe einkochen lassen. Abschmecken.

Währenddessen den Parmaschinken auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben, mit Zimt bestäuben und 20 Minuten

bei 80 Grad trocknen lassen.

Wenn die Suppe fertig ist 100 g Butter und die Sahne zugeben (4 TL für die Anrichte zurück behalten) nochmals 5 Minuten köcheln lassen eventuell mit Pfeffer und evtl. etwas Brühe abschmecken.

Mit dem Triblade Stabmixer die Suppe kurz aufschäumen.

Zum Anrichten das Zimtsüppchen in ein Weckglas geben, je einen TL geschlagene Sahne darauf geben und mit getrocknetem Parmaschinken und evtl. kleinen Tomatenwürfel dekorieren.

Tipp: je länger die Suppe köchelt, umso aromatischer wird sie.

Kalbsfilet sous vide gegart mit Morchelrahm und cremiger Polenta



Rezept und Fotos von Maren Grau-Soumana Mayaki

Zutaten für 4 Personen:

1000 g Kalbsfilet
50 g getrocknete Morcheln
20 g Schalotten
200 g Sauerrahm
100 ml Weißwein
Salz, Pfeffer,
Olivenöl
150 g Polenta
500 ml Sahne
500 ml Milch
50 g Schalotte
Lorbeer,
Knoblauch,
Salz, Pfeffer

Benötigtes Zubehör:

Multizerkleinerer Koch-Röhrelement Flexi-Röhrelement
Gewürzmühle

Arbeitszeit: 45 min

Koch-/Backzeit: 120 min

Schwierigkeitsgrad: mittel

Zubereitung:

Das Kalbsfilet parieren und mit Gewürzen und Olivenöl vakuumieren.

In der CC bei 56 Grad 2 Std Intervallstufe 3 ohne Röhrelement ziehen lassen.

Das Filet aus dem Beutel herausnehmen und im Stück scharf in einer Grillpfanne von allen Seiten anbraten. Die Dauer hängt vom gewünschtem Gargrad des Fleisches ab. Nach dem Anbraten das Fleisch außerhalb der Pfanne mind. 10 in Alufolie gewickelt ruhen lassen, damit sich der Fleischsaft setzt.

Für den Morchelrahm die getrockneten Morcheln im Multizerkleinerer zerkleinern. Gerne auch noch 5 Gramm Morcheln mit der Gewürzmühle zu Pulver mahlen und damit später die Soße abschmecken. Die zerkleinerten Morcheln mit kochendem Wasser überbrühen, bis sie bedeckt sind und ziehen lassen (am besten am Abend vorher).

Die Morcheln aus dem Wasser nehmen (das Einweichwasser aufbewahren !!!), ausdrücken und mit den kleingehakten Scharlotten in Olivenöl anbraten, mit dem Weißwein ablöschen, aufkochen und mit dem Sauerrahm verrühren. Gerne nun etwas Einweichwasser und gem. Morcheln verdünnen. Gut durchziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die cremige Polenta, (wir hatten die von Kattus) das Flexi-Röhrelement einsetzen, Intervallstufe 1, 100-120 Grad, etwas Olivenöl in den Topf geben und die Polenta kurz anrösten. Sahne und Milch angießen, mit Lorbeer, Knoblauch, Salz und Pfeffer würzen. Ca. 10 min rühren lassen, bis eine cremige Konsistenz entstanden ist. Gerne am Ende für den Geschmack ein Stück Butter unterrühren.

Die cremige Polenta mit den in Tranchen geschnittenem Kalbsfilet und dem Morchelrahm dekorativ anrichten.

