Erbsensuppe mit Joghurt und Minze

Rezept von Stefan Dadarski

Zutaten:
1 Eigelb
1 TL Stärke
400 ml griechischer Joghurt
750 ml Gemüsebrühe
2 EL Butter
1 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen in feinen Scheiben
3 EL grob gehackte Minze
750 gr. tiefgekühlte Erbsen
Salz/Pfeffer
Zum anrichten:
100 ml griechischer Joghurt mit einer zerdrückten Knoblauchzehe vermischt
etwas bestes Olivenöl

Zubereitung:
Eigelb und Stärke in einer großen Schüssel verrühren, Joghurt dazu geben und Hälfte von Brühe/Fond zugeben.

Kessel mit Flexi auf 100 Grad erhitzen und Intervallstufe 2 einstellen. Wenn Temperatur erreicht ist, Butter und Olivenöl (Anmerkung: möglichst am Rand, dann quietscht es nicht) hineingeben. Knoblauch und Hälfte der Minze leicht andünsten.

Die Erbsen beigeben und 5 min garen, dann diei restliche Brühe angießen und weitere 5 min. köcheln lassen, bis die Erbsen weich sind.

Jetzt alles fein pürieren. Entweder mit Blender oder direkt im Topf mit Stabmixer.
Dann in den Topf mit Suppe den vorbereiteten Joghurt

einfüllen.

Mit Salz, Pfeffer und eine Prise Kreuzkümmel abschmecken, diei Suppe wieder erhitzen, aber nicht kochen. Die Temperatur ausdrehen und restliche Minze einrühren.

Servieren mit etwas vom Knoblauchjoghurt und einem Schuss Olivemöl.

Süsskartoffelsuppe mit Koriandercreme und Chorizo-Chips

Rezept von Stefan Homberg

Zutaten:
800 gr. Süßkartoffeln
3 Karotten
0,5 Stück Lauch
1 Knoblauchzehe
1 Schalotte
1 EL Thai-Curry-Paste gelb
1 EL Olivenöl
ca. 1 L Gemüsefond
0,25 L Kokosmilch
1 Limette
5 EL frischer, gehackter Koriander
200 ml Sahne
50 gr. gehackte Walnüsse
24 Chorizo-Chips (aus Chorizo, siehe unten)
Salz/Pfeffer zum Abschmecken

Zubereitung:
Multi mit grober Schneidscheibe aufsetzen, Geschwindigkeit max. Chorizo von der Haut befreien und mit Multi in Scheiben schneiden. Dann in Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze kross auslassen.

Würfelschneider aufsetzen, geschälte Karotten, Süßkartoffeln und Lauch würfeln/zerkleinern.

Kochrührelement einsetzen. Olivenöl eingeben, 120 Grad, Rührintervall 3. Dann Schalotten, Knoblauch und Chili-Paste einfüllen und 2 Minuten dünsten. Gewürfelte Zutaten zugeben und weitere 2 Min laufen lassen.

Mit Gemüsefond auffüllen, bis Gemüse bedeckt ist, eine Prise Salz hinzugeben und ca. 10 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen, bis Gemüse weich ist.

Kokosmilch zugeben und mit Blender fein pürieren.

Mit Salz/Pfeffer/Limette abschecken.

Multi mit Messer aufsetzen, gehackten Koriander und Sahne einfüllen und alles mit Geschwindigkeit 5 mixen, bis Masse cremig wird.

Die Suppe in die Teller füllen und mit je 3 Chorizo-Chips, etwas gehackten Walnüssen und einem EL Koriandercreme garniert servieren.

Artischockensüppchen mit

gerösteten Mandeln und Sardelle

Rezept von Stefan Homberg

Zutaten:
800 gr. Artischocken
3 Schalotten
1 Knoblauchzehe
4 EL Olivenöl
75 ml Weißwein trocken
600 ml Gemüsefond
25 gr. gehobelte Mandeln
4 Sardellen (Dose)
6 grüne Oliven (gehackt)
4 EL Zucker30 ml Schlagsahne
Salz, Pfeffer, Zucker und Zitrone zum Abschmecken

Zubereitung:
Multi mit Messer einsetzen, Knoblauch und Schalotten hineingeben und mit Geschwindigkeit 4 kurz zerkleinern.

Kochrührelement einsetzen, Olivenöl zugeben und auf 120 Grad und Rührintervall 3 stellen. Dann die Schalotten und Knoblauch einfüllen und ca. 2 Minuten dünsten.

Mit dem Weißwein ablöschen und auf 1/4 reduzieren.

Die Mandlen in separater Pfanne ohne Fett auf mittlerer stufe goldbraun rösten.

Die abgetropften Artischoken in den Kessel geben und mit der Gemüsebrühe auffüllen. Temperatur auf 110 Grad reduzieren und ca. 15 Min. weichgaren. Dabei eine Prise Salz und den Zucker hinzufügen.

Anschließend die Sahne einfüllen und nochmals kurz aufkochen.

Die Suppe im Mixaufsatz fein pürieren.

Mit den Mandelblättchen, den gehackten Oliven und einer Sardelle garniert servieren.

Tipp Stefan H: Da Artischokenherzen aus der Dose wesentlich mehr Säure enthalten, muss man mehr Zucker nach eigenem Geschmack hinzufügen.

Bündner Gerstensuppe mit Gnagi (Schweinekopf gesalzen)

Rezept und Foto von Christine Wittlin-Ingold

Für 4 Personen.
Zutaten:
Gnagi
80 gr Gersten
1 EL Öl
50g. Speckwürfeli
2 Karotten
¼ Sellerie
1 Lauch
½ Zwiebel
2 Lorbeerblätter

2 Nelken, Pfeffer, Streugewürze, Schnittlauch

Zubereitung:
Gersten einweichen,

Mit dem Flexi- Rührelement Öl auf 140 Grad erhitzen und 50g. Speckwürfel anbraten.

Karotten, Sellerie, Lauch mit Multi- Zerkleinerer mit der feinen Schneidescheibe Geschwindigkeit 3 klein schneiden.
Das alles bei 100 Grad 2 Minuten andünsten,

Mit 2 ½ L Wasser ablöschen.

Der Koch Rührelement einsetzen und Koch Rührintervallstufe 3 stellen
Gerste beigeben aufkochen

Gnagi das ich in 3 cm Würfel geschnitten habe.
½ Zwiebel mit 2 Lorbeerblätter, 2 Nelken bestecken, beigeben.
Kochzeit 2 ½ kochen.

Abschmecken mit Pfeffer, Streugewürze, Schnittlauch vor dem Servieren. KEIN SALZ.

Pochierte Lachsklösschen auf Graupen-Lauch-Risotto

Foto Eva Ohrem/Deichrunners Küche

Rezept aus dem Laferkochbuch zur Kenwood CookingChef und von Eva Ohrem/Deichrunners Küche abgewandelt

Portionen: 4

Zutaten

Für die Lachsklösschen

- 350 g angefrorenes Lachsfilet (ohne Haut)
- 200 g eiskalte Sahne
- Salz
- Pfeffer
- Saft von 1 Zitrone (Eva: 1/2 Zitrone)
- 1 Bund Dill*Für das Graupen-Lauch-Risotto*
- 1 Stange Lauch (etwa 200 g)
- 100 g Butter
- 500 ml Geflügelfond
- 200 g mittelgroße Graupen
- 100 ml Weißwein
- 50 g frisch geriebener Parmesan
- Salz
- Pfeffer
- einige Dillzweige zum Garnieren
- Benötigtes Zubehör
- Multi-Zerkleinerer
- Flexi-Rührelement

- Glas-Mixaufsatz

Zubereitung

- Für die Lachsklösschen den Lachs würfeln und im Multi-Zerkleinerer bei höchster Geschwindigkeitsstufe pürieren, dabei langsam die Sahne zugießen. Die Fischfarce mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Dill waschen, trocken tupfen, fein hacken und unterrühren. Die Farce kühl stellen.
- Für das Risotto den Lauch der Länge nach halbieren und gründlich waschen. Die hellen Teile klein würfeln, den dunkelgrünen Teil in Stücke schneiden. Das Flexi-Rührelement in die Cooking Chef einsetzen und 50 g Butter bei 120°C, Intervallstufe 2, in der Rührschüssel erhitzen. Die dunkelgrünen Lauchstücke darin 1 Minute andünsten. In den Glas-Mixaufsatz umfüllen (evtl. 1* Taste P drücken) und mit 100 ml Geflügelfond fein pürieren. Beiseite stellen.
- In der Rührschüssel die restliche Butter bei 115°C, Intervallstufe 2, mit dem Flexi-Rührelement erhitzen. Den klein gewürfelten hellen Lauch darin 1 Minute andünsten. Die Graupen zugeben, kurz mitdünsten und mit Weißwein ablöschen. Nach und nach den restlichen Geflügelfond zugießen, bis die Graupen nach etwa 15-20 Minuten knapp gegart sind. Das dunkelgrüne Lauchpüree und den Parmesan zufügen und das Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 2 Liter Wasser in einem Topf erhitzen, wenn es kocht, herunterschalten. Aus der Fischfarce mit 2 EL Klösschen formen und in das siedende Wasser einlegen. Die Klößchen 10 Minuten ziehen lassen und mit einer Schaumkelle herausheben. Dillzweige abbrausen und trocken tupfen. Die Klösschen mit Dill garniert auf dem Risotto servieren.

Anmerkung Eva zu den Mengen:

Die Risottomenge erachte ich für 4 Personen als zu wenig, die Klösschenmenge ist ausreichend (gibt zwischen 13 und 15 Klösschen). Die Risottomenge würde ich für 4 Personen um die Hälfte erhöhen.

Markklößchen für die Suppe

Rezept und Foto von Manfred Cuntz

Für 8 Portionen

Zutaten:
700 g Rindermarkknochen
Salz
Muskat
90 g Semmelbrösel
2 Eier
Mehl zum Bearbeiten

Zubereitung:
Mark mit einem spitzen Messer aus den Knochen lösen und vorsichtig herausdrücken. Mark in einer beschichteten Pfanne bei milder Hitze schmelzen lassen, durch ein feines Sieb gießen und erkalten lassen.

Erkaltetes Mark in einer Schüssel mit dem Handrührgerät in 3-4 Minuten schaumigweiß schlagen, mit Salz und Muskat würzen.
Anmerkungen von Manfred: Der Handrührer heißt bei mir Major mit Profi-Patisseriehaken. Flexi geht sicher auch.

Semmelbrösel und Eier unterrühren. Masse auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche in 4 dünne Rollen à ca. 20 cm Länge formen.
Rollen in ca. 40 kleine Stücke schneiden und zu Klößen formen.
Anmerkungen von Manfred:
Allerdings mache ich nicht die Rolle sondern portioniere die Masse mit einem kleinen Eiskugeldingens.

Markklößchen in leicht siedendes Salzwasser geben und 8-10 Minuten bei milder Hitze gar ziehen lassen. Achtung: Wasser darf nicht kochen, die Klößchen würden sofort zerfallen! Markklößchen erst kurz vorm Servieren in die heiße Brühe geben

---

Kokos-Karotten-Suppe

Foto und Rezept Gisela Martin

Zutaten
750 gr. Karotten
1 Zwiebel
1 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer
750 ml Gemüseboullion oder 750 ml Wasser mit Suppengrundstock o.ä.
75 ml Kokoscreme
75 gr. Zuckerschoten
3 EL Kokoschips
100 ml Kochsahne

Zubereitung:
Möhren und Zwiebeln schälen und im Multizerkleinerer, feine Scheibe Nr. 2, zerkleinern.

Koch-Rührelement einsetzen, Temperatur ca. 95 Grad, Öl erhitzen und mit Koch-Rührintervallstufe 2 die Möhren und Zwiebeln ca. 3 Minuten andünsten.

Heiße Brühe sowie Kokoscreme zugeben, Spritzschutz als Deckel aufsetzen und Timer auf 20 Minuten stellen.

In Zwischenzeit Zuckerschoten putzen und klein schneiden. In kochendem Salzwasser 1 Min. blanchieren, kalt abschrecken.

Suppe in Blender umgießen und unter Zugabe der Sahne pürieren.

Mit Zuckerschoten und Kokoschips servieren.

Kalte Mandelsuppe mit Knoblauch

Für sehr warme Tage….

Rezept von Stefan Dadarski

Zutaten:
75 g Weißbrot, ohne Kruste
5 EL Milch
125 g blanchierte Mandeln
3 Knoblauchzehen, gehackt
1 EL Sherryessig, o.ä.
4 EL natives Olivenöl extra, zzgl. etwas zum Servieren
Salz und Pfeffer
mildes, süßes Paprikapulver zum Bestäuben

Zubereitung:
Das Brot in Stücke brechen, mit der Milch in eine Schüssel geben und 10 Min. einweichen

Die Mandeln in den Multizerkleinerer mit dem Flügelmesser geben und bei mittlerer Geschwindigkeit fein mahlen. Brot samt Milch, Knoblauch und Essig zugeben, und zu einer glatten Paste verarbeiten. 400 ml Wasser zugeben und nochmals aufmixen, bis eine milchige Konsistenz entsteht.

Nach und nach das Öl eingießen und untermischen. Salzen, Pfeffern und mindestens 1 Stunde kalt stellen.

Die Suppe in kleine Gläser eingießen und mit etwas Öl

beträufeln. Mit ein wenig Paprikapulver bestreut servieren.

Champignoncremesuppe

Rezept von Stefan Dadarski
Zutaten:
400 g Champignons
2 EL Öl
1 EL Butter
2 Schalotten oder 1 Zwiebel
1 EL süßer Senf
2 EL Mehl
0,1 l Weißwein l Gemüsebrühe
200 g Schlagsahne
Salz, Pfeffer
Spritzer Zitrone
Petersilie zum Bestreuen

Zubereitung:
Die Pilze ohne Wasser säubern und in gleichmäßige Scheiben schneiden. Das Flexi-Rührelement einsetzen und die Cooking Chef auf maximale Temperatur (140 °C) und minimaler Geschwindigkeit kurz erhitzen.

Das Öl hineingeben, kurz erhitzen und die Champignons leicht anbraten. Herausnehmen und auf einem Sieb abtropfen lassen.

In dem Bratenansatz die Butter bei 120 °C und minimaler Geschwindigkeit auflösen und die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Mit dem Senf verfeinern.

Das Mehl hineingeben, kurz anrösten und mit dem Weißwein ablöschen. Mit Gemüsebrühe und Sahne auffüllen und den abgetropften Pilzfond hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer und Zitrone abschmecken. Gegebenenfalls die Konsistenz mit gekochtem, gestampftem Gemüse oder passierten Kartoffeln variieren.

Kurz vor dem Servieren die Pilze hinzugeben und noch ein letztes Mal aufkochen lassen. Eventuell pürieren. Zum Servieren mit Petersilie bestreuen.

Grüne Spargelcremesuppe mit Crostini und Mortadella

Foto Peter Petersmann/Rezept Nr. 2

1. Rezept von Stefan Dadarski

Zutaten:
500g grüner Spargel
1 kleine Zwiebel
1 großzügiger Schluck Weißwein

1 EL Butter
400ml Gemüsebrühe
150ml Crème fraîche
Salz
Cayennepfeffer
4 Crostini
4 dünne Scheiben Mortadella
50 gr. Weißbrot

Zubereitung:
1. Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Spargel waschen, evtl. die holzigen Enden schälen und in kleine Stücke schneiden. Einige Spargelköpfe zum Garnieren beiseite legen und separat blanchieren.

2. Das Flexirührelement einsetzen. Die Hälfte der Butter bei 140 Grad und Intervallrührstufe 2 erhitzen, Zwiebeln kurz darin andünsten, mit dem Weißwein ablöschen, Spargelstücke dazugeben und 1 bis 2 Minuten unter Rühren mitdünsten. Mit der Brühe ablöschen und 10 Minuten bei 100 Grad kochen lassen.

3. Die Spargelstücke mit der Brühe fein pürieren und Crème fraîche unterrühren. Mit Cayennepfeffer und Salz abschmecken. Die Spargelköpfe in die Suppe legen. Die Crostini mit der Mortadella belegen und separat dazu reichen.

2. Rezept von Peter Petersmann

Foto und Rezept von Peter Petersmann

Zubereitung:
Schalotten in Butter anschwitzen (z.B. Flexi, da später püriert wird, muss Spargel nicht erhalten bleiben), Spargel dazu geben, bisschen Zucker drüber streuen und 5 Minuten rührbraten, mit der gleichzeitig gefertigten Brühe und Weißwein ablöschen (Spargelschalen und Abschnitte in Brühe, Butter, Zitrone, Salz und Zucker 5 Minuten auskochen, nicht länger, sonst wird es bitter!).

Gekochten Spargel pürieren und durch ein Sieb streichen, mit Sahne oder saure Sahne binden, abschmecken mit Salz und Pfeffer.