

BANANE-WALDFRUCHT SMOOTHIE MIT KOKOSMILCH

BANANE-WALDFRUCHT SMOOTHIE MIT KOKOSMILCH

Ich stehe ja oft genug da und finde die Fotos zu meinen Smoothies etwas karg. Wenn ich aber nun mal die ganze Mango verbraucht habe, dann kann ich sie auch nicht mehr in den Hintergrund legen und wenn da keine Äpfel im Mixer gelandet sind, dass fällt es mir auch schwer ein Apfel Türmchen im Hintergrund zu stapeln. Und dann gibt es Fotos wie diese hier... wo ich richtig stolz auf mich war wie schön ich das Set arrangiert habe. Bis ich die Fotos auf dem Rechner gesehen habe und mir dachte: „ach du sch*** meine Güte, da ist wohl der Osterhase Amok gelaufen.“ Ich hoffe ihr seht mir solche Ausrutscher nach, der Smoothie war nämlich wirklich lecker und unkompliziert!



ZUTATEN FÜR 2 GLÄSER SMOOTHIE:

250g Waldbeeren Mix, tiefgekühlt

3-4 EL Kokosmilch

2 Bananen

150ml kaltes Mineralwasser

ZUBEREITUNG:

Die Bananen schälen. Die Kokosmilch gut umrühren und 3-4 EL zusammen mit den Waldbeeren und der Banane in den Mixer* geben. Das kalte Mineralwasser dazu geben und alles mixen bis keine Stücke mehr zu sehen sind.

Bei Bedarf noch etwas mehr Mineralwasser zufügen bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Den Banane-Waldfrucht Smoothie auf zwei Gläser verteilen, Strohhalme hinein stecken und eiskalt genießen.

Lasst es euch schmecken!



HIRSCH IM SALATBETT

HIRSCH IM SALATBETT

Was macht man mit einem über gebliebenen Hirschsteak? Gebraten wurde es schon - einzelne Kartoffelspalten, etwas Birne und Brombeeren sind auch noch da... nix halbes und nix ganzes. Ein prüfender Blick in den Kühlschrank und ich entdecke Rucola, Tomaten, Ei und Büffelmozzarella. Klingt wie Salat, sieht aus wie Salat - wird ein Salat!



Zutaten für 2 Personen:

1 Hirschsteak (150g)

1 EL Butter

1/4 Birne

3 Bratkartoffelspalten

6 Brombeeren

1-2 Eier

120g Büffelmozzarella

5 Cocktailstrauchtomaten

2 Hand voll Rucola

2 EL Walnussöl

2 EL Walnuss-Balsamico

Pfeffer & Salz

Zubereitung:

Die Eier werden angepiekst und wandern in den Eierkocher – ich wähle das Programm für mittelweiche Eier. Ein Ei will nicht mitspielen – das hatte ich noch nie!



Na zum Glück hatte ich ja zwei. Kalt abschrecken, pellen und halbieren. Als Basis lege ich den Rucola auf die Teller, dann kommen die halbierten Tomaten, die fein aufgeschnittene Birne und der gewürfelte Büffelmozzarella dazu.



Das Hirschsteak war schon in Streifen geschnitten und wird jetzt zusammen mit den Kartoffeln kurz mit einem Löffelchen Butter aufgebraten.



Die Kartoffeln nochmal halbieren und zusammen mit dem Hirsch und den Brombeeren in das Salatbett setzen. Ein Löffelchen Walnussöl und Walnussessig darüber geben. Pfeffer und Salz stelle

ich direkt mit auf den Tisch.

Ein feines Reste-Essen!



HIRSCHSTEAK MIT KRÄUTERSEITLINGEN UND BROMBEERSAUCE

HIRSCHSTEAK MIT KRÄUTERSEITLINGEN UND BROMBEERSAUCE

Mit Wild kann man wilde Dinge machen... oder man bleibt eher klassisch - so wie ich hier. Mit Oregano in Butter gebratene Kartoffeln, leckere Pilze, zart rosa gebratenes Hirschsteak, Birnenspalten und eine Brombeersauce mit einem Hauch Schokolade. Eine sehr feine Kombination, wir mögen das!



Zutaten für 2 Personen:

400g Hirschsteak (hier aus der Keule)

Pfeffer & Salz

150g Kräuterseitlinge

1/2 Zwiebel

etwas Rapsöl

4 mittelgroße Kartoffeln

2 EL Butter

etwas Oregano

1/4 Birne

Für die Sauce:

100g Brombeeren

2 EL Butter

1 Prise Zucker

60 ml Rotwein (trocken)

1/2 TL Kakaopulver

Pfeffer & Salz

Zubereitung:

Wie immer geht es da los wo am meisten Zeit gebraucht wird und das sind die Kartoffeln. Die werden geschält, geviertelt und in Salzwasser gar gekocht. Das dauert ungefähr 15 Minuten.

In der Zeit putze ich die Pilze, viertel sie und brate sie in etwas Rapsöl an bis sie Farbe bekommen. Mit Pfeffer & Salz würzen, dann kommt die fein gewürfelte Zwiebel dazu.



Die Kartoffeln abgießen und mit Butter in einer größeren Pfanne leicht gold-braun braten. Den Oregano fein hacken und mit in die Pfanne geben.



Die Steaks salzen und in der Steakpfanne etwas Rapsöl erhitzen. Die Hirschsteaks reinlegen und von jeder Seite 3 Minuten braten. Je nach Dicke sollten sie dann wie hier medium sein.

In die Pilzpfanne kommen jetzt die dünn aufgeschnittenen Birnenscheiben. Dafür schiebe ich die Pilze einfach ein wenig beiseite.

Jetzt fehlt noch die Sauce - ich lasse die Butter in einem kleinen Topf schmelzen und gebe die Hälfte der Brombeeren mit einer Prise Zucker dazu. Erhitzen und mit dem Rotwein ablöschen. Aufkochen, die Brombeeren mit der Gabel zerdrücken und das Ganze ein wenig einreduzieren lassen. Das Kakaopulver einrühren, gut umrühren und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Jetzt wird angerichtet. Ich platziere die Pilze, die Birnenscheiben und die Kartoffeln auf dem Teller. Die Brombeersauce über die Birnen geben und die Hirschsteaks aufschneiden und daneben leicht auftürmen. Die restlichen Brombeeren auf beide Teller verteilen.

Lasst es euch schmecken!



ENTEN BURGER MIT BROMBEER-SCHOKO-CHILI-

SAUCE

ENTEN BURGER MIT BROMBEER-SCHOKO-CHILI-SAUCE

Ich habe es ja bereits erwähnt, die Brombeer-Schoko-Chili Sauce hat sich auf dem Burger einfach extrem gut gemacht. Weil das Fleisch natürlich auch dazu passen muss habe ich mich für Ente entschieden. Käse war selbstverständlich ebenfalls mit auf dem Burger – unter dem Deckel habe ich einen Mix aus Gorgonzola und Walnüssen platziert. Definitiv mehr als einfach nur ein Burger!



Zutaten für 4 Burger:

350g Entenbrust

Salz

2 TL getrockneter Rosmarin

etwas Öl (hier Rapsöl)

100g Gorgonzola

1 Hand voll Walnüsse

4 TL Frühlingssef / Kräutersenf

1/2 Salatherz / Mini-Romana

4 EL Brombeer-Schoko-Chili Sauce

4 Burger Brötchen

Zubereitung:


Da bei mir die Brombeer-Schoko-Chili Sauce schon fertig ist kümmer ich mich zuerst um die Entenbrust. Sonst solltet ihr mit der Sauce anfangen damit die noch etwas abkühlen kann. Aber zurück zur Entenbrust – die wird rundherum mit Salz und auf der Fleischseite zusätzlich mit getrocknetem Rosmarin eingerieben. Dann schneide ich die Haut mehrfach ein, wichtig sind die Kanten damit die sich in der Pfanne nicht zusammen ziehen. So wandert die Entenbrust mit der Haut nach unten für 3 Minuten in die Pfanne mit heißem Öl, einmal umdrehen und für 2 weitere Minuten braten.



Dann kommt die Entenbrust für 20-25 Minuten bei 160°C in den vorgeheizten Backofen.

Den Deckel vom Burger bestreiche ich sehr dünn mit Frühlingsseuf, darauf setze ich kleine Stücken Gorgonzola und gehackte Walnüsse.



Der Boden wird etwas großzügiger mit der Brombeer-Schoko-Chili Sauce bestrichen. 

Auf die Sauce kommt etwas Salat. Dann sollte auch langsam die Entenbrust fertig sein. Die hole ich aus dem Ofen, lasse sie 1-2 Minütchen ruhen und schneide sie dann in dünne Scheiben auf. Sie ist wunderbar rosa geworden.



Je 3 Scheibchen Ente auf den Salat legen...



... den Deckel beherzt umdrehen und aufsetzen. Mit einem Spießchen befestigen und die fertigen Burger sofort servieren.

Bon Appetit!



HERBSTLICHE CHICKEN WINGS

HERBSTLICHE CHICKEN WINGS

Manchmal, wenn auch nicht oft, gibt es bei uns Fingerfood. Das wird dann stilecht vor dem Fernseher verputzt. In den meisten Fällen läuft dazu Fußball. Ich mag die Wings und Nuggets zwar auch klassisch mit BBQ-Sauce, aber ich experimentiere einfach zu gerne um immer das Gleiche zu machen - deshalb gab es hier zwei neue Saucenvarianten: Brombeer-Schoko-Chili und Pflaume-Knoblauch. Die Chicken Wings selbst wurden recht schlicht mit Salz und etwas Erdbeerpfeffer gewürzt.



Zutaten für 2 Personen:

8-10 Chicken Wings

2 Knoblauchzehen

50g Butter

2 Knoblauchzehen

Salz

1-2 TL Erdbeerpfeffer

Optional:

Pommes

Für die Brombeer-Schoko-Chili Sauce:

150g Brombeeren

50g Butter

1 EL brauner Zucker

4 EL Schokoraspel

1 Prise Chilipulver

Für den Pflaume-Knoblauch Dip:

7 Pflaumen

3 in Öl eingelegte Knoblauchzehen

3 getrocknete, in Öl eingelegte Tomaten

1 EL Rapsöl

Pfeffer & Salz

1 Hand voll Basilikum

Zubereitung:

Fangen wir mit den Wings an – das geht schnell... ich reibe die Chicken-Wings rundherum mit Salz und Erdbeerpfeffer ein und lege sie mit den beiden ungeschälten Knoblauchzehen in den Bräter. Dazu kommen 50g in Stücken geschnittene Butter.



Bei 200°C für 35 Minuten in den Backofen schieben – ab und an mit der Butter bepinseln. Nach 15 Minuten kommen die Pommes dazu.

Die Zeit dazwischen nutze ich um die Saucen / Dips zu zaubern.

Zuerst den Pflaumen Dip – der bleibt nämlich kalt. Ich halbiere und entsteine die Pflaumen. Dann kommen sie zusammen mit den eingelegten Knoblauchzehen und Tomaten in einen passenden Becher für den Stabmixer. Die Basilikumblätter und das Rapsöl dazu geben und mit dem Stabmixer pürieren bis keine Stückchen mehr zu sehen sind. Mit Pfeffer und Salz abschmecken. Fertig.

Die Brombeer-Schokoladen-Chili Sauce mache ich wie hier beschrieben. Ich lasse die Butter bei geringer Hitze in einem Metallschälchen direkt auf der Herdplatte schmelzen. Die Brombeeren dazu geben und langsam weich werden lassen. Immer wieder umrühren. Einen Esslöffel Zucker und die Schokoraspel unterrühren. Die Brombeeren zerdrücken. Als letztes kommt das Chilipulver dazu. Solange rühren bis sich die Schokolade vollständig gelöst hat.

Beide Sauce in kleine Schälchen füllen.



Die Chicken-Wings zusammen mit den Pommes und den beiden herbstlichen Saucen anrichten. Ich drücke die Knoblauchzehen aus der Schale und gebe sie mit auf den Teller – sehr lecker.

Greift zu!

Wegen dem Pflaumen-Knoblauch Dip passt das Gericht wunderbar zum Event:



BROMBEER-SCHOKO-CHILI SAUCE

BROMBEER-SCHOKO-CHILI SAUCE

Ich hätte vorher nicht gedacht, dass diese Sauce ein eigenes Rezept bekommt – aber sie war so lecker! Einfach gemacht und vielseitig einsetzbar. Diese Brombeer-Schoko-Chili Sauce schmeckt nämlich sowohl zu Gerichten mit Wild, als auch zu Chicken Wings oder auf einem edlen Burger. Probiert sie aus – sie hat Suchtfaktor!



Zutaten:

150g Brombeeren

50g Butter

1 EL brauner Zucker

4 EL Schokoraspel

1 Prise Chilipulver

Zubereitung:

Ich lasse die Butter bei geringer Hitze in einem Metallschälchen direkt auf der Herdplatte schmelzen. Die Brombeeren dazu geben und langsam weich werden lassen. Immer wieder umrühren. Einen Esslöffel Zucker und die Schokoraspel unterrühren. Die Brombeeren zerdrücken.



Als letztes kommt das Chilipulver dazu. Solange rühren bis sich die Schokolade vollständig gelöst hat. Abschmecken - man schmeckt noch ganz klar die Brombeeren in der schokoladigen Sauce, dann folgt die leichte Schärfe.

Ich fülle die Sauce in ein Schälchen und stelle sie kurz beiseite.

Am ersten Abend gab es dazu Chicken-Wings, am zweiten Tag habe ich damit einen wahnsinns Burger gezaubert.

Meine Herbst-Empfehlung!



BROMBEEREN AUF COOKIES UND CRÉME

Brombeeren auf Cookies und Crème

Es wird Sommer und im Obstregal finden sich alle Arten von Obst und Beeren die wir im Winter so vermisst haben. In meinem Einkaufskorbchen sind Brombeeren gelandet und ich habe in Kombination mit American Cookies und einer Joghurt-Mascarpone-Crème ein leckeres Dessert daraus gezaubert. Probiert es aus!



Zutaten für 2 Dessertgläser:

250g Mascarpone

200g Joghurt

4 cl Limoncello

1 Schälchen Brombeeren (ca. 100g)

3 American Cookies

3 EL Puderzucker

etwas englische Minze (falls zur Hand)

Zubereitung:

Aus Mascarpone, Limoncello und Joghurt schlage ich schnell eine glatte Crème. Diese süße ich mit Puderzucker der einfach mit dem Schneebesen eingerührt wird.

Die Cookies zerbrösel ich vorsichtig. Auf keinen Fall die Variante mit dem Beutelchen und dem Fleischhammer ausprobieren – wir wollen richtige Cookiebrösel und kein Keksmehl!

Die Brombeeren abwaschen und etwas trocknen.

Jetzt wird im Dessertglas geschichtet. Etwas Crème, ein paar Cookiebrösel, etwas Crème, ein paar Brombeeren, etwas Crème, Brombeeren und Cookiebrösel „on top“.

Optisch und geschmacklich gibt es jetzt mit den Minzblättern noch einen kleinen Kontrast. Die Brombeeren uaf Cookies und Creme direkt servieren.

Probiert es aus!

