

# HÄHNCHEN MIT MORCHELN IN SHERRY-SAUCE

## HÄHNCHEN MIT MORCHELN IN SHERRY-SAUCE

Mein kleinster jüngster Bruder war zum Essen eingeladen und hat zuvor mit der Bemerkung „juhu - Sterneküche“ einen gewissen Druck aufgebaut. Nun isst er keine Pilze und es war ganz klar, die müssen weg bleiben. Dummerweise habe ich mich die ganze Zeit darauf konzentriert keine Champignons zu verwenden und die Morcheln irgendwie... naja... als Waldbodengemüse (kleiner Insider) ins Spiel gebracht. Sie wurden kurz probiert und als „nicht lecker“ abgestempelt - nun gut, mehr Morcheln für den Rest von uns. Ansonsten war das Essen super lecker und die sahnige Sauce hat wunderbar zu dem zarten Hähnchenbrustfilet, Bohnen und Reis gepasst. Die Idee kam von Alfons Schubeck aus dem Buch Meine Küchegeheimnisse\* - da aber mit Spargel und die Sauce war auch etwas anders zusammen gestrickt.



Zutaten für 3-4 Personen:

4 Hähnchenbrustfilets

1 Zwiebel

1 Lorbeerblatt

1 Nelke

1 L Hühnerbrühe

1 EL Öl

1 Hand voll getrocknete Morcheln

200g grüne Bohnen

2 EL Butter

2 TL Puderzucker

50 ml Weißwein

50 ml Sherry

100g Schlagsahne

1 EL Speisestärke

1/2 Zitrone (Abrieb und Saft)

Pfeffer & Salz

1 Prise Chilipulver

Zubereitung:

Zuerst müssen die Morcheln in kaltem Wasser knapp ein Stündchen einweichen. Die Zeit wird nicht verträdelte, ich schäle die Zwiebel und spicke sie mit einem Lorbeerblatt und einer Nelke. Die Brühe samt Zwiebel bis kurz vor dem Siedepunkt erhitzen. In dieser Zeit werden die Hähnchenbrustfilets leicht gesalzen und rundherum in einer Pfanne mit Öl angebraten. Dann kommen sie direkt in das heiße Wasser – aufpassen, dass es nicht anfängt zu kochen und die Hähnchenbrustfilets 20 Minuten garen lassen.



Ich setze jetzt schon einen Topf Salzwasser für den Reis auf. Der Reis braucht 20 Minuten bis er fertig ist.

400ml Hühnerbrühe abfüllen und beiseite stellen. Die Hähnchenbrustfilets in der restlichen Brühe warm halten.



Die Bohnen bei mittlerer Hitze in der Butter anschwitzen und ca. 12-15 Minuten braten bis sie gar sind.



Mit einer Keller Brühe ablöschen und die Hälfte der Morcheln dazu geben.

Endspurt – für die Sauce lasse ich den Puderzucker leicht karamellisieren. Mit Weißwein und Sherry ablöschen und stark einreduzieren lassen. Die restliche Hühnerbrühe und 3 EL Morchelwasser dazu geben und die Sahne einrühren.

Die Stärke in 3-4 EL kaltem Wasser lösen und zur Sauce geben. Leicht köcheln lassen bis die Sauce etwas eingedickt ist. Mit dem Abrieb der Zitronenschale, etwas Zitronensaft, Pfeffer und Salz abschmecken und die restlichen Morcheln dazu geben.

Das Hähnchen mit Morcheln, etwas Reis, Bohnen und Sauce anrichten.

Guten Appetit!



---

# RINDERFILET MIT SPARGEL UND MORCHELN

## RINDERFILET MIT SPARGEL UND MORCHELN

Rinderfilet ist eine so herrliche Sache, ich könnte es fast pur essen. Das macht man ja dann aber doch nicht und so wurde die Suche nach einer passenden Beilage gestartet. Spargel – einfach weil Spargelzeit ist, Kartoffelspalten – einfach weil Bessere Hälfte sie sich gewünscht hat und Morcheln – weil mich die Kombination Spargel und Morcheln bei Andy auf [lieberlecker](#) so angelacht hat.



### Zutaten für 2 Personen:

350g Rinderfilet

Pfeffer & Salz

1 kleine Hand voll getrocknete Morcheln (ich finde hier einfach keine frischen)

1 EL Butter

### Für den Spargel:

400g Spargel

Salz & Zucker

### Für die Kartoffelspalten:

200g Kartoffeln

1 Zwiebel

3 Knoblauchzehen

3 Zweige Rosmarin

Pfeffer & Salz

Olivenöl

### Für die Kräuterbutter:

3 EL Butter

1 Knoblauchzehe

1 Schalotte

Pfeffer & Salz

etwas Petersilie

Für den Sour Cream Dip:

100g Schmand

1 Schalotte

Pfeffer & Salz

1 Spritzer Zitronensaft

Zubereitung:

Ich fange wie immer mit den Kartoffelspalten an, die brauchen mit 45 Minuten einfach am längsten. Die Kartoffeln werden gewaschen, in Spalten geschnitten und mit der geviertelten Zwiebel, dem geschälten Knoblauch, dem Rosmarin, Pfeffer und Salz auf ein Backblech gegeben. Mit etwas Olivenöl beträufeln, gut durchmischen und bei 200°C für 45 Minuten in den vorgeheizten Backofen schieben.

Jetzt mixe ich den Sour Cream Dip und die Kräuterbutter. Für die Kräuterbutter werden Schalotte und Knoblauch fein gehackt und unter die weiche Butter gehoben. Mit Pfeffer und Salz würzen und die fein gehackte Petersilie einrühren. Bis zum servieren kühl stellen.

Für diesen wirklich ganz simplen Sour Cream Dip würze ich den Schmand mit Pfeffer und Salz und gebe die fein gehackte Schalotte dazu. Mit etwas Zitronensaft abschmecken und ebenfalls kühl stellen.

Die Morcheln unter kaltem Wasser abspülen und dann in einem Schälchen mit kaltem Wasser mindestens 15 Minuten einweichen lassen.

Den Spargel schälen. In einer Pfanne Wasser mit etwas Salz und Zucker zum Kochen bringen. Die Spargelstangen hinein legen. Sie brauchen ca. 15 Minuten bis der Spargel fertig ist. Um zu sehen wie weit der Spargel ist kann man am besten eine Stange aus der Pfanne heben. Wenn sie sich biegt ist der Spargel fertig, bleibt sie gerade braucht er noch Zeit.



Jetzt ist das Fleisch an der Reihe. In habe das Filet in Steaks aufgeschnitten. Die Steaks habe ich rundherum mit Pfeffer und Salz gewürzt. Das Fleisch sollte unbedingt Raumtemperatur haben. In einer Steakpfanne etwas Olivenöl erhitzen und die Steaks, je nach Dicke und persönlichem Geschmack, von jeder Seite 3-4 Minuten braten lassen.

Wenn ich das Fleisch wende gebe ich auch die Morcheln und etwas Butter in eine Ecke der Pfanne. Die Morcheln wende ich jetzt immer wieder in kurzen Abständen.



Wenn alles soweit fertig ist lege ich zuerst den Spargel auf den Teller. Dann kommt das angeschnittene Filet darauf und die Morcheln daneben. Auf eine Seite des Tellers lege ich die Kartoffelspalten. Auf den Spargel kommt die Kräuterbutter, neben die Kartoffeln etwas Sour Cream Dip. Die restliche Kräuterbutter und den Dip stelle ich in kleinen Schälchen mit auf den Tisch, so kann sich jeder noch etwas nehmen wenn er möchte.



Kein Essen für jeden Tag, aber sehr, sehr lecker.

Es wird zu Tisch gebeten!



---

## WORCESTER-STEAK MIT MORCHELN UND KARAMELLISIERTEN MÖHRCHEN

### WORCESTER-STEAK MIT MORCHELN UND KARAMELLISIERTEN MÖHRCHEN

Normalerweise liebe ich mein Steak einfach „nur“ angebraten, mit etwas Kräuterbutter oder Chimichurri-Sauce und einer leckeren Beilage. Diese Variante ist mal etwas anderes, es gibt Worcester-Steak mit Morcheln und karamellisierten Möhrchen!



#### ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN:

2 Steaks (hier Entrecôte) je 200-300g

250g Drillingskartoffeln

1 kleine handvoll getrocknete Morcheln

4 Zweige Rosmarin

4-5 Knoblauchzehen

1 Zwiebel

8-10 EL Worcestersauce

3 EL Olivenöl

5 EL Butter

1/2 Zitrone

150g geschälte Baby-Möhrrchen

1 EL brauner Zucker

Pfeffer & Salz

#### ZUBEREITUNG:

Die Steaks sollten ungefähr 2 Stunden marinieren. Für die Marinade gebe ich 6-8 EL Worcestersauce, 3 EL Olivenöl, die abgestreiften und klein gehackten Nadeln vom Rosmarin und eine in feine Stücken geschnittene Knoblauchzehe in einen tiefen Teller. Kräftig mit Pfeffer und Salz würzen und die Steaks mehrfach darin wenden bevor der Teller abgedeckt zum marinieren beiseite gestellt wird.



Nach ungefähr 70 Minuten spüle ich die getrockneten Pilze kurz unter fließend kaltem Wasser ab und gebe sie dann in eine kleine Tasse. Diese wird mit kaltem Wasser gefüllt, so dass die Pilze knapp bedeckt sind. An die Seite stellen und ziehen lassen.

Nach 90 Minuten gebe ich in eine kleine Pfanne 2 EL Butter und lasse diese bei unterer-mittlerer Hitze (Stufe 4 von 9) zerlaufen. Dann kommen die Baby-Möhrrchen in die Butter. Eine Prise Salz dazu und schön schwenken bis alle Möhrrchen mit Butter glasiert sind. Unter regelmäßigem Wenden dürfen die Möhrrchen jetzt die nächsten 30 Minuten vor sich hin schmoren. 10 Minuten vor Ende 1 EL braunen Zucker zum karamellisieren dazugeben.



Zeitgleich die Kartoffelchen in einem Topf mit Salzwasser aufsetzen. Die Kartoffeln abgießen sobald sie gar sind und im abgedeckten Topf warm stellen.

Die Steaks jetzt in der Steakpfanne mit etwas Öl anbraten. Pro Seite 1-2 Minuten, sie sollen noch nicht den gewünschten Garpunkt erreichen!



Die Steaks aus der Pfanne nehmen und auf einem Teller beiseite stellen. Die Hitze in der Pfanne nicht reduzieren. (Nebenbei an den Zucker für die Möhrrchen denken!). Die Zwiebel und den

restlichen Knoblauch in kleine Würfel schneiden und mit 1 EL Butter anschwitzen. Die Morcheln (das Wasser aus der Tasse nicht weg kippen) und die restliche Marinade dazugeben. Mit Pfeffer & Salz würzen. 2-3 Minuten unter Rühren und Schwenken rundherum anbraten. Dann mit 3-4 EL vom Morchelwasser ablöschen. Mit 2 EL Worcestersauce und Pfeffer & Salz abschmecken. Dann die Hitze auf niedrige Stufe reduzieren (Stufe 2 von 9) und die verbliebenen 2 EL Butter unterrühren. Mit dem Zitronensaft abschmecken. Bei Bedarf noch mit Pfeffer, Salz oder Worcestersauce verfeinern.



Die Sauce kurz etwas einköcheln lassen und dann die Steaks darin 1-2 Minuten schwenken bis sie den gewünschten Garpunkt erreicht haben.

Steaks mit Morcheln, karamellisierten Möhrchen und Kartoffeln auf einem großen Teller anrichten. Die Kartoffeln leicht andrücken und mit Pfeffer & Salz würzen. Für die Kartoffeln ein Stückchen Butter mit auf den Tisch stellen.

Fertig - lasst es euch schmecken!

---

## RINDERFILET MIT MORCHELN

### RINDERFILET MIT MORCHELN

Rinderfilet mit Morcheln, Spinat, Kartoffelpüree und Austernpilzen - Herz, was willst du mehr? Die Pilze in einer wunderbaren Marsala-Sahne-Sauce und das Kartoffelpüree ebenfalls mit einem guten Schluck Sahne verfeinert. Nicht die kalorienbewusste Variante, aber unglaublich lecker!



#### ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN:

450g Rinderfilet (3 Scheiben, je ca. 3cm dick)

1 handvoll getrocknete Morcheln

250g Kartoffeln

200g Sahne

200g Butter

1 Prise Muskat (am besten frisch gerieben)

Pfeffer & Salz

200g Austernpilze

Olivenöl

100 ml Marsala

200 ml Kalbsfond

1 kleine Zwiebel

1 kleines Bund Petersilie

5-6 handvoll frischer Spinat

1 Knoblauchzehe

#### ZUBEREITUNG:

Ich fange hier – wie so oft – mit den Kartoffeln an. Schälen, in kleine Würfel schneiden und in einem Topf mit kaltem Salzwasser zum Kochen bringen. Für die nächsten 15-20 Minuten sind die Kartoffeln jetzt mit sich selbst beschäftigt.

Die Morcheln kommen in eine Tasse und werden mit heißem, aber nicht kochendem Wasser ausgegossen. Sie müssen ungefähr 20 Minuten ziehen.

Damit keine Langeweile aufkommt setze ich als nächstes einen Topf Salzwasser auf um den Spinat zu blanchieren. Sobald das Wasser kocht kommt der Spinat hinein und darf 3 Minuten kochen bevor er kalt abgeschreckt wird. Beiseite stellen und mit der Pilzpfanne weitermachen.

Die Zwiebel schälen und in kleine Stücke schneiden. In der Pfanne mit etwas Öl anbraten. Die Pilze putzen, je nach Größe halbieren oder vierteln und ebenfalls dazugeben. Zusammen anbraten lassen bis Zwiebeln und Pilze beginnen leicht gold-gelb zu werden. Mit dem Marsala ablöschen und bei hoher Hitze stark reduzieren lassen. Dann mit dem Kalbsfond aufgießen und ein wenig köcheln lassen. Mit Pfeffer und Salz würzen. Wenn auch der Fond ein wenig reduziert ist 100ml Sahne dazugeben, nochmals abschmecken und bei niedriger Hitze (Stufe 2 von 9) auf dem Herd lassen.

Die Kartoffeln abgießen und stampfen. 150g Butter und 100 ml Sahne dazugeben, mit dem Schneebesen verrühren und mit Pfeffer, Salz und Muskat abschmecken. Den Topf mit einem Deckel abdecken und ohne Hitze auf der warmen Herdplatte stehen lassen).

Die Filets von beiden Seiten gut mit Salz würzen und bei hoher Hitze mit etwas Öl in der Pfanne anbraten. Pro Seite je nach Dicke ca. 3 Minuten. Aufpassen, dass das Fleisch nicht zu dunkel wird, rechtzeitig die Hitze reduzieren.

Im Spinat Topf mit etwas Butter den Knoblauch (geschält und fein gehackt) anbraten und den Spinat zusammen mit dem verbliebenen Butterstückchen dazugeben. Umrühren und mit Pfeffer



und Salz abschmecken.

Die Petersilie fein hacken und zu den Pilzen geben. Nochmal kurz die Hitze erhöhen, dabei das Rinderfilet nicht aus den Augen lassen. Die Morcheln ordentlich abgießen und mit in die Rinderfiletpfanne geben. Kurz mit anbraten.

Zum Anrichten das Filet aus der Pfanne nehmen und kurz ruhen lassen. Die Morcheln weiter braten. Kartoffelpüree und Spinat auf dem Teller anrichten. Die Austernpilze ebenfalls auf den Teller geben. Eine Filetscheibe halbieren und auf jedem Teller 1,5 Scheiben dekorativ anrichten. Zum Schluss noch die Morcheln auf den Teller legen.

Perfekt mit Wein und Kerzenschein!