

Volkshochschule Ellerau
Kochen für Männer
8. November – 20. Dezember 2021
www.kochen-mit-klaus.de

**Eintopf, Salat und Entenbrust,
der Mohnkuchen mach da richtig Lust!**
13. Dezember 2021

Kartoffeleintopf mit Pfifferlingen

Forellensalat mit Bratkartoffeln

Entenbrust auf Belugalinsen-Süßkartoffel-Salat

Mohn-Steppdeckenkuchen

Kartoffeleintopf mit Pfifferlingen und Zitronenschmand

(für 4 Portionen)

160 g Zwiebeln
1 Bund Suppengrün
1000 g vorwiegend fest kochende Kartoffeln
40 g Butter, 2 EL Olivenöl
2 Lorbeerblätter
1,5 l Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer, Muskat
8 Stiele Majoran
4 Stiele Thymian
300 g Pfifferlinge
1 Zitrone
300 g Schmand



1. Zwiebeln fein würfeln. Suppengrün putzen bzw. schälen, waschen. Möhren in dünne Scheiben schneiden. Sellerie in kleine Würfel, Lauch in feine Ringe schneiden. Petersilienblätter abzupfen, grob hacken und beiseitelegen.
2. Kartoffeln schälen, waschen und in 1 cm große Würfel schneiden. 20 g Butter und Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Suppengrün darin bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten dünsten. Lorbeer zugeben. Brühe zugießen, aufkochen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 20 Minuten kochen lassen. Ca. 1/3 vom Gemüse im Topf mit dem Schneidstab kurz anpürieren. Eintopf bei milder Hitze 5 Minuten weiterkochen lassen. Eintopf mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken, Lorbeerblätter entfernen.
3. Pfifferlinge putzen. Restliche Butter in einer Pfanne erhitzen. Pilze darin bei mittlerer bis starker Hitze 3-4 Minuten braten. Majoran und Thymian zugeben, kurz mitbraten. Pilze salzen, pfeffern und in den Eintopf geben.

Für den Zitronenschmand Zitrone heiß waschen, trockenreiben und die Schale fein abreiben. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. $\frac{3}{4}$ der Zitronenschale,-saft und Schmand verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, in ein Schälchen geben und mit restlicher Zitronenschale und etwas Pfeffer bestreuen. Eintopf mit Petersilie bestreuen und mit Zitronenschmand servieren.

Forellensalat mit Bratkartoffeln

(für 2 Portionen)

600 g große fest kochende Kartoffeln
30 g Butterschmalz, Salz, Pfeffer
150 g Möhren
3 Frühlingszwiebeln
2 EL neutrales Öl
120 g Salz-Dillgurken aus dem Glas
150 g Rote Bete, vakuumiert
1 säuerlicher Apfel
250 g geräucherte Forellenfilets, ohne Haut
4 Stiele Dill
150 g Joghurt, 3,5%
2 TL grober Senf



1. Für die Bratkartoffeln Kartoffeln schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Butterschmalz in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen und die Kartoffeln darin bei mittlerer Hitze 20 Minuten goldbraun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Inzwischen für den Salat die Möhren schälen und in ca. 5 mm große Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und Möhren darin 5 Minuten bei mittlerer Hitze dünsten. Nach 3 Minuten Garzeit Frühlingszwiebeln zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Beiseite abkühlen lassen.
3. Gurken abtropfen lassen und in ca. 5 mm große Würfel schneiden. Rote Bete in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Apfel waschen, vierteln, entkernen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Forellenfilets in grobe Stücke zerpuffen. 10 Dillspitzen von den Stielen abzupfen und beiseitestellen. Restlichen Dill mit den Stielen fein hacken und mit Möhren-Frühlingszwiebel-Mischung, Gurken, Rote Bete, Apfel und Forellenfilets in einer großen Schale mischen. Joghurt mit Senf und etwas Salz verrühren.
4. Forellensalat mit Bratkartoffeln und Joghurt-Senf-Dip anrichten. Mit den abgezupften Dillspitzen bestreuen und servieren.

Entenbrust auf Belugalinsen-Süßkartoffel-Salat

(für 2 Portionen)

2 Entenbrüste
1 Süßkartoffel
1 Apfel
15 Zuckerschoten
1 rote Zwiebel
1 Bund Thymian
50 g Belugalinsen
20 g Honig
10 g Senf
7 EL Olivenöl
3 EL Weißweinessig
Salz, Zucker



1. Süßkartoffel schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Die Zwiebel pellen und fein hacken. Die Zuckerschoten schräg halbieren. Die Linsen mit einem $\frac{1}{2}$ TL Salz in kochendes Wasser geben und bei mittlerer Hitze ca. 18 Minuten garen.
2. Einige Thymianzweige für die Dekoration beiseitelegen, verbliebene Blätter von den Stielen zupfen. Den Apfel schälen, vierteln, entkernen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden.
3. 3 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Süßkartoffelwürfel bei hoher Temperatur 2 Minuten anbraten. Danach die Hitze reduzieren und die Kartoffeln ca. 15 Minuten bei mittlerer Hitze fertig braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Die Entenbrüste waschen, trocken tupfen und die Haut mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden. Rundum mit $\frac{1}{2}$ TL Salz und mit Pfeffer würzen. Honig, Thymianblätter sowie $\frac{1}{2}$ TL Salz in einer Schale verrühren. Entenbrust auf der Hautseite in eine kalte Pfanne ohne Öl geben, stark erhitzen und ca. 4 Minuten bei hoher Temperatur kross anbraten. Anschließend wenden und $\frac{1}{2}$ Minute weiterbraten.
5. Entenbrust mit der Hautseite nach oben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben, mit Honig-Thymian-Glasur bestreichen und 8 Minuten im 180 Grad vorgeheizten Ofen auf der mittleren Schiene garen.
6. Zuckerschoten, Zwiebel und Apfel in die Pfanne zu den Süßkartoffeln geben und bei mittlerer Hitze 5 Minuten weiter braten. Die Pfanne vom Herd nehmen.
7. 4 EL Öl, 3 EL Weißweinessig und Senf in einer Schüssel zu einer Marinade verrühren. Mit 1 TL Zucker, $\frac{1}{2}$ TL Salz und etwas Pfeffer würzen. Gegarte Linsen abgießen und mit der Marinade in die Pfanne geben und gut vermengen.
8. Entenbrust aus dem Ofen nehmen, 3 Minuten ruhen lassen, schräg in 3 cm breite Streifen schneiden.
9. Belugalinsen-Süßkartoffel-Salat mittig auf Tellern geben. Entenbrust darauf anrichten und mit Thymianzweigen garnieren.

Mohn-Steppdeckenkuchen

(für 24 Stücke)

Teig:

5 Eier, 200 g Zucker
1 TL Vanillepaste
Salz, 125 ml Sonnenblumenöl
125 ml Eierlikör
200 g Mehl
1 Pkt. Weinsteinbackpulver, 15 g
80 g gemahlener Mohn

Quarkmasse:

50 g weiche Butter, 60 g Zucker
2 Eier, 250 g Magerquark
20 g Vanillepuddingpulver
Salz, 2 TL Puderzucker
Spritzbeutel mit Lochtülle 7 mm



1. Ein Backblech 30x40 mit etwas Butter fetten.
2. Für den Teig Eier trennen. Eigelbe, 100 g Zucker, Vanillepaste und 1 Prise Salz mit dem Schneebesen der Küchenmaschine 5 Minuten sehr cremig rühren. Öl langsam nach und nach unter Rühren zugießen. Eierlikör ebenfalls nach und nach zugießen. Mehl und Backpulver sieben und mit dem Mohn mischen. Eiweiße und 1 Prise Salz steif schlagen. Restlichen Zucker nach und nach einrieseln lassen. 2 Minuten weiter schlagen. 1/3 vom Eischnee mit der Küchenmaschine unter die Eigelbmasse rühren. Restlichen Eischnee und Mehl-Mohn-Mischung am besten mit einem Teigspatel unterheben.
3. Teig gleichmäßig auf das gefettete Backblech streichen und beiseitestellen.
4. Für die Quarkmasse Butter und 30 g Zucker mit dem Schneebesen der Küchenmaschine 5 Minuten cremig rühren. Eier trennen, dann Eigelbe einzeln gut unterrühren. Quark und Puddingpulver unterrühren. Eiweiße und 1 Prise Salz steif schlagen. Restlichen Zucker einrieseln lassen, 2 Minuten weiterschlagen. 1/3 vom Eischnee unter die Quarkmasse rühren, restlichen Eischnee vorsichtig unterheben. Quarkmasse in den Spritzbeutel füllen und gitterförmig im Abstand von 3 cm diagonal auf den Teig spritzen.
5. Kuchen im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad auf der mittleren Schiene 25-28 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und auf dem Backblech auf einem Gitter etwas abkühlen lassen. (ca. 30 Minuten) Mit Puderzucker bestäuben und servieren.