

Volkshochschule Ellerau
Kochen für Männer
16. Oktober – 4. Dezember 2023
www.kochen-mit-klaus.de

**Bällchen-Abend in Ellerau,
Lachs und Törtchen ergänzen die Show!
6. November 2023**

Käsesuppe mit Hackbällchen und Grünkohlchips

Lachs im Blätterteig

Rinder-Frikadellen mit Homemade-Ketchup und Koriander-Weißkohl

Holländer Törtchen

Käsesuppe mit Hackbällchen und Grünkohlchips

für 4 Portionen

Suppe und Hackbällchen:

150 g Grünkohl
300 g Lauch
200 g junger Fontina
400 g Rinderhackfleisch
1 Ei
Salz, Pfeffer
2 EL Paniermehl
1 TL edelsüßes Paprikapulver
2 EL neutrales Öl
200 ml trockener Weißwein
600 ml Gemüsebrühe
250 ml Schlagsahne
Muskatnuss, frisch gerieben

Grünkohlchips:

100 g Grünkohl
200 ml Öl zum Frittieren
Salz



1. Für die Suppe Grünkohlblätter von den Stielen abbrechen, sorgfältig waschen, trocken tupfen und grob schneiden. Lauch putzen, waschen, trocken tupfen und in feine Ringe schneiden. Fontina fein reiben.
2. Für die Hackbällchen Hackfleisch, Ei, Salz, Pfeffer, Paniermehl und Paprikapulver sorgfältig mit den Händen verkneten. Aus der Masse ca. 16 gleich große Bällchen rollen. 1 EL Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Hackbällchen darin bei mittlerer Hitze 3-4 Minuten runden braten.
3. Inzwischen für die Suppe restliches Öl in einem Topf erhitzen. Lauch und Grünkohl darin bei mittlerer Hitze 1-2 Minuten andünsten. Mit Wein ablöschen und um die Hälfte einkochen. Brühe, Sahne und Käse zugeben. Mit etwas Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Aufkochen und offen bei kleiner Hitze ca. 5 Minuten kochen.
4. Für die Grünkohlchips Grünkohlblätter von den Blattstielen abbrechen, sorgfältig waschen und sehr gut trocken tupfen. Öl in einem kleinen Topf auf 170 Grad erhitzen. Grünkohlblätter portionsweise im heißen Öl 1-2 Minuten knusprig frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen, mit Salz würzen.
5. Käsesuppe nochmals mit Pfeffer, Muskat und evtl. etwas Salz abschmecken. Suppe und Hackbällchen in vorgewärmte Suppenteller geben. Grünkohlchips und etwas Pfeffer darüberstreuen und servieren.

Lachs im Blätterteig

für 4 Portionen:

200 g Blattspinat
2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
1-2 EL Olivenöl
Salz
Muskat, frisch gerieben
1 Packung frischer Blätterteig, 270 g Kühlregal
50 g Feta
200 g Lachsfilet, ohne Haut und Gräten
1 Eigelb
2 EL Schlagsahne
Mehl zum Bearbeiten



1. Spinat verlesen, waschen und trockenschleudern. Schalotten und Knoblauch in feine Würfel schneiden. Öl in einem Topf erhitzen, Knoblauch und Schalotten darin glasig dünsten. Spinat zugeben, bei milder Hitze 2-3 Minuten unter Rühren mitdünsten und zusammenfallen lassen. Mit Salz und Muskat würzen. Spinat in einem Sieb abtropfen lassen und gut ausdrücken.
2. Blätterteig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche und mit der kurzen Seite nach unten ausbreiten. Spinat auseinanderzupfen und auf der oberen Hälfte des Blätterteigs verteilen., dabei jeweils zu den Kanten einen Rand von ca. 2 cm lassen. Feta zerbröseln und auf den Spinat streuen. Lachs längs auf die Mitte des Spinats setzen.
3. Eigelb mit Sahne verquirlen und die Teigränder damit einstreichen. Den unteren Teil des Teigs nun über Spinat und Lachs klappen. Die Ränder gut andrücken, überstehenden Teig abschneiden. Teigpäckchen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen und die Teigoberfläche mit restlichem Eigelb bestreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad auf der zweiten Schiene von unten 20-25 Minuten goldbraun backen.
4. Lachspäckchen aus dem Backofen nehmen und 5 Minuten abkühlen lassen. Mit einem Sägemesser in 4 Stücke schneiden und servieren. Dazu passt Radicchio-Römer-Salat mit Dill.

Rinder-Frikadellen mit Homemade-Ketchup und Koriander-Weißkohl

für 4 Portionen

Frikadellen:

40 g altbackenes Weißbrot
60 g Schalotten
10 g Majoran
20 g Butter
500 g gemischtes Hackfleisch
1 Ei, 1 Eigelb
30 g Joghurt
Salz, Pfeffer
2 EL neutrales Öl

Ketchup und Kohl:

1 getrocknete Chilischote, 30 g Zucker
100-120 ml milder Weißweinessig
200 ml passierte Tomaten
½ TL mildes Currypulver, ½ TL rosenscharfes Paprikapulver
Salz, Pfeffer
800 g Weißkohl, 1-2 TL Kümmelsaat
2-3 EL neutrales Öl
Zucker, 2-3 EL Weißweinessig
10-15 dünne Stiele Koriandergrün



1. Für die Frikadellen Brot für 10 Minuten in lauwarmem Wasser einweichen, danach stark ausdrücken. Schalotten fein würfeln. Majoranblättchen abzupfen und fein schneiden. 10 g Butter in einer Pfanne schmelzen lassen, Schalotten darin bei mittlerer Hitze 2 Minuten dünsten. Majoran unterrühren und beiseite abkühlen lassen. Hackfleisch in einer Schüssel mit dem verquirlten Ei, Eigelb, Brot, Schalotten-Mischung und Joghurt gut vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen. Eine kleine Probe-Frikadelle formen, in wenig Öl braten. Masse evtl. nachwürzen. Aus dieser Masse 4 Frikadellen formen, dabei am besten mit feuchten oder geölten Händen arbeiten. Mit Klarsichtfolie abdecken. 15 Minuten kaltstellen.
2. Für den Ketchup Chili fein hacken. Zucker in einem Topf mit schwerem Boden hellbraun karamellisieren. Mit Essig ablöschen und bei milder Hitze kochen lassen., bis sich der Zucker gelöst hat. Tomaten zugeben, mit Curry, Paprika und Chili würzen und offen bei milder Hitze dicklich sämig einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Für den Kohl Weißkohl halbieren, den Strunk entfernen. Kohl in 1 cm feine Streifen schneiden. Kümmel in einem Mörser leicht zermahlen. Öl in einem Topf erhitzen, Kohl darin bei mittlerer bis starker Hitze 1-2 Minuten braten, mit Salz, Kümmel und einer Prise Zucker würzen. Essig zugeben und offen unter Rühren in weiteren 3-5 Minuten leicht knackig garen. Korianderblätter abzupfen, grob schneiden und mit dem Kohlgemüse mischen.
4. Für die Frikadellen restliche Butter und Öl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen. Frikadellen darin bei mittlerer bis starker Hitze ca. 30 Sekunden pro Seite braten. Frikadellen im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad 25-30 Minuten garen. Frikadellen dabei einmal wenden. Dann sofort mit Ketchup und Kohl servieren. Dazu passen Süßkartoffel-Fritten.

Holländer-Törtchen

für 8 Stück

Kirschfüllung:

175 g Sauerkirschen, Glas, abgetropft
200 ml Kirschsaft, von den Sauerkirschen
10 g Zucker
15 g Speisestärke

Blätterteig:

4 Platten TK-Blätterteig, aufgetaut, 300 g

Garnierung:

25 g Himbeer-Johannisbeer-Gelee
25 g Puderzucker
1 ½ EL Grand Marnier

Sahnefüllung:

2 Pk. Vanillezucker
1 PK Sahnefestiger
300 ml Konditorsahne



1. Für die Kirschfüllung Kirschen in ein Sieb abgießen, dabei 200 ml Kirschsaft auffangen. Zucker und Stärke mit ca. ¼ vom Kirschsaft verrühren. Übrigen Kirschsaft in einem Topf aufkochen. Stärkemischung mit dem Schneebesen einrühren und unter weiterem Rühren einmal aufkochen. In eine Schüssel geben, Kirschen unterheben und vollständig abkühlen lassen.
2. Aus den Blätterteigplatten 8 Scheiben à 9 cm ausstechen. Aus den Teigresten mehrere kleine Scheiben ausstechen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen und ein passendes Backfengitter darauflegen. Teig im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad auf der mittleren Schiene 15 Minuten goldbraun backen. Gitter vorsichtig ablösen und die Blätterteigtaler vollständig abkühlen lassen.
3. Himbeer-Johannisbeer-Gelee in einem Topf erhitzen, die kleinen Blätterteigtaler dünn damit bestreichen. 15 Minuten trocknen lassen. Puderzucker sieben, mit Grand Marnier verrühren, dünn über die kleinen Teigtaler streichen.
4. Vanillezucker und Sahnefestiger mischen. Schlagsahne steif schlagen und dabei die Zuckerermischung einrieseln lassen. In einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen.
5. Die 8 größeren Teigtaler mit dem Kirschkompott belegen, trüpfenartig mit Sahne bespritzen und mit einem Taler garnieren.