



...die Kochsendung im OK Weinstraße

Rezept zu Sendung #30

Team ROT mit Claudia Albrecht und Andreas Ullrich

Das nachfolgend beschriebene Rezept ist im Rahmen eines Kochduelles mit vorgegebenen Zutaten anlässlich der Jubiläumssendung entstanden!

Menü:

Süppchen von Rotem Thai-Curry mit Pfirsich-Chutney
Hähnchenbrustfilet im Sesammantel, Franz. Gemüsepfanne mit Kartoffel-Lauch-Auflauf
Zimt-Quark-Nocken auf Vanille-Schoko-Spiegel mit Kirschen und Zimtzucker

Zutaten Süppchen von Rotem Thai-Curry:

Tomatenkerngehäuse (von Tomaten für die Gemüsepfanne)
Langkornreis
Knoblauchzehe, Zwiebeln
Lauch
rote Thaicurrysuppe
evtl. Salz, Pfeffer
Pfirsichsaft

Zubereitung:

Tomatenkerngehäuse, Reis, kleingehackter Knoblauch, Lauch und Zwiebeln in einem Topf mit etwas Öl kurz andünsten. Dann Thaicurrysuppe zugeben und köcheln lassen bis der Reis gar ist. Evtl. mit Salz und Pfeffer, etwas Pfirsichsaft abschmecken

Zutaten Pfirsich-Chutney:

1 Dose Pfirsiche
Zucker
Essig
Chili

Zubereitung:

Pfirsichsaft und Zucker karamellisieren lassen, mit Essig ablöschen, gewürfelte Pfirsiche zugeben, mit getrockneter Chilischoten vorsichtig abschmecken

Zutaten Hähnchenbrustfilet im Sesammantel:

1 kg Hähnchenbrustfilet
Mehl, Eier, Sesam

Zubereitung:

Hähnchenbrustfilet in Scheiben schneiden und mit Salz und Pfeffer würden. Dann zuerst in Mehl, dann in verquirlten Eiern und in Sesam wenden, kurz anbraten und im Backofen fertigbaren.

Zutaten französische Gemüsepfanne:

Zucchini, Paprika, Aubergine, Tomaten
Zwiebeln, Knoblauchzehe
Öl, Paprika, Salz, Pfeffer, Kräuter

Zubereitung:

Zucchini, Paprika und Aubergine in gleich große Würfel schneiden, Tomaten halbieren und Kerngehäuse entfernen (für Suppe zurückhalten), Tomatenfruchtfleisch würfeln, Zwiebeln und Knoblauch hacken
Öl erhitzen, Knoblauch und Zwiebeln anbraten, Aubergine, Zucchini und Paprika zugeben, mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen, Tomatenwürfel und Kräuter zum Schluss zugeben

Zutaten Kartoffel-Lauch-Gratin:

geschälte Kartoffeln
Sahne, Milch
Lauch, in dünne Ringe
Salz, Pfeffer
Gouda in Würfel oder gerieben

Zubereitung:

dünne Kartoffelscheiben mit halb Sahne, halb Milch auffüllen und vorsichtig aufkochen.
Lauch, Salz, Pfeffer und die Hälfte des Käses zugeben.
Dann alles in eine gefettete Auflaufform füllen, mit dem restlichen Käse bestreuen. Ca. 1 Std. bei 140 °C im Backofen garen.



Zutaten Zimt-Quark-Nocken:

500 g Magerquark
4 Eigelb
etwas Vanillepuddingpulver, Zucker, Zimt
Milch

Zubereitung:

Magerquark auf Geschirrtuch dick aufstreichen, zusammenfalten und in den Kühlschrank legen.

Dann Quark, Eigelb, etwas Vanillepuddingpulver, Zimt und Zucker verrühren, kurz in Tiefkühlfach stellen. Nocken formen und in heißem Zuckerwasser mit einem Schuss Milch garziehen lassen (**Pochieren = garen in Flüssigkeit zwischen 75 + 98°C**)

Zutaten Vanille-Schoko-Spiegel mit Kirschen und Zimtzucker:

1 P. Vanillepudding
Sahne, Milch
1 Tafel Vollmilchschokolade
1 Glas Kirschen
Zucker, Zimt

Zubereitung:

Vanillepudding mit etwas mehr Milch zubereiten, so dass eine Vanillesoße entsteht. Schokolade im Wasserbad schmelzen und mit etwas flüssiger Sahne glattrühren. Den (dünnere) Vanillepudding auf Teller verteilen, mit geschmolzener Schokolade dekorieren, Nocken und Kirschen darauf anrichten, mit Zimtzucker bestäuben.

Viel Spaß beim Nachkochen!

Claudia & Andreas

