



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Shrimps mit Speck



Zutaten für 4 Portionen

- 600 Garnelen bis auf das Schwanzsegment geschält und entdarnt
- 100 g Frühstücksspeck in Scheiben
- 1 Tomate
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL
- Olivenöl
- 1 EL Tomatenmark
- 80 ml Sherry
- 2 Spritzer Tabasco
- Salz und getrocknete Chiliflocken

Zubereitungsschritte

Die Garnelen abbrausen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Den Speck in Stücke schneiden. In einer beschichteten Pfanne ohne Fett knusprig braten, dann herausnehmen.

Die Tomate waschen, den Stielansatz entfernen, halbieren, die Kerne ausschaben und das Fruchtfleisch klein würfeln. Den Knoblauch abziehen. Das Öl in der gleichen Pfanne erhitzen und den Knoblauch hineinpressen. Glasig dünsten, dann das Tomatenmark zugeben und kurz mitbraten. Mit dem Sherry ablöschen und die Garnelen dazu geben. Unter gelegentlichem Schwenken ca. 4 Minuten braten, dann den Speck wieder zugeben. Mit Tabasco und Salz würzen.

Zum Servieren mit den Chiliflocken bestreuen und nach Belieben mit Petersilie garnieren.



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Kalbstafelspitz mit Thymiansauce, Pilz-Pfirsich-Gemüse und Rahmwirsing



Zutaten für 4 Personen

Für den Kalbstafelspitz

- 600 g Kalbstafelspitz (küchenfertig)
- 100 g Staudensellerie
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Öl Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- je 4 Zweige Rosmarin und Thymian
- 1 EL Butterschmalz

Für die Thymiansauce

- 500 g Kalbsknochen
- 1 Zwiebel 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Öl 1 Bund Suppengemüse (in Würfeln)
- 1 Scheibe Ingwer
- 4 Wacholderbeeren
- 2 Gewürznelken
- 1/2 l trockener Rotwein
- 5 Zweige Thymian
- 2 l Rinderbrühe 150 ml roter Portwein
- Salz & Pfeffer aus der Mühle
- 1 TL Speisestärke



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Für das Pilz-Pfirsich-Gemüse

- 3 Schalotten
- 4 Pfirsichhälften (aus der Dose)
- 3 EL Olivenöl 250 g Pilze (braune Champignons und Steinpilze; in Streifen)
- 1 TL gehackter Rosmarin Salz
- Pfeffer aus der Mühle 1 EL Butter
- 2 EL Aceto balsamico

Für den Rahmwirsing

- 1 kleiner Kopf Wirsing (ca. 600 g)
- Salz
- 400 g Tomaten (gehäutet)
- 1 EL Mehl
- 2 EL Butter 100 ml Gemüsebrühe
- 200 g Sahne Pfeffer aus der Mühle
- frisch geriebene Muskatnuss
- 1 TL ganzer Kümmel
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 1/2 Bund gehackte Petersilie

1. Für den Kalbstafelspitz den Tafelspitz mit Küchengarn zu einer Rolle zusammenbinden. Sellerie putzen, waschen und in feine Stifte schneiden. Knoblauch schälen und mit dem Öl mit dem Stabmixer pürieren. Das Fleisch mit dem Knoblauchöl einreiben, mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Sellerie in einem Gefrierbeutel im Kühlschrank 8 Stunden marinieren.

2. Für die Thymiansauce den Backofen auf 230 °C vorheizen. Die Knochen waschen und trocken tupfen. Auf einem Backblech im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 45 Minuten bräunen, austretendes Fett entfernen. Inzwischen die Zwiebel schälen und in grobe Würfel schneiden. Den Knoblauch schälen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse, Knoblauch sowie Ingwer darin kräftig anbraten. Wacholderbeeren und Gewürznelken dazugeben. 300 ml Rotwein auf dreimal angießen und jeweils vollständig einköcheln lassen.

3. Den Thymian waschen und mit den Kalbsknochen und dem Gemüse in einen Topf geben. Die Brühe sowie 100 ml Rotwein angießen und aufkochen. Die Sauce bei schwacher Hitze etwa 2 Stunden auf etwa 1 l einköcheln lassen.

4. Inzwischen für den Tafelspitz den Backofen auf 80 °C vorheizen. Das Fleisch mit den gewaschenen Kräutern auf einem Backblech im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 2 Stunden garen, bis es eine Kerntemperatur von 55 °C hat. Das Fleisch im Butterschmalz rundum anbraten. Im Ofen bei 55 °C warm halten und 20 Minuten vor dem Servieren bei 80 °C auf 60 °C Kerntemperatur erhitzen.

5. Die Sauce durch ein feines Sieb gießen. Den restlichen Rot- und den Portwein dazugeben und etwa 1 Stunde auf 1/2 l einkochen lassen. Danach die Sauce nochmals durch das Sieb gießen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Speisestärke mit wenig kaltem Wasser glatt rühren und die Sauce damit binden.



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

6. Inzwischen für das Pilz-Pfirsich-Gemüse Schalotten schälen und in Streifen schneiden. Pfirsiche abtropfen lassen und in Spalten schneiden. In einer Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen und die Schalotten darin anbraten. Pilze dazugeben und etwa 5 Minuten mitbraten. Mit Rosmarin, Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss die Pfirsiche und die Butter dazugeben.

7. Für den Rahmwirsing den Wirsing putzen, in einzelne Blätter teilen und diese halbieren, dabei die Blattrippen entfernen. Blätter waschen, in 2 cm große Stücke schneiden und in kochendem Salzwasser einige Minuten bissfest blanchieren. Abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Tomaten halbieren, entkernen und in Würfel schneiden. In einem Topf das Mehl in der Butter anschwitzen. Brühe und Sahne angießen, unter Rühren etwa 5 Minuten kochen. Wirsing dazugeben und 5 Minuten garen. Mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Muskatnuss, Kümmel und Zitronensaft würzen. Tomaten und Petersilie unterrühren

8. Den Tafelspitz in Scheiben schneiden und mit der Thymiansauce auf Teller verteilen. Das Pilz-Pfirsich-Gemüse daneben anrichten, mit dem Essig und dem restlichen Olivenöl beträufeln. Den Rahmwirsing dazu servieren.



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Apfeltarte mit Aprikosenglasur



Zutaten für 12 Stücke

- 150 g Dinkelmehl
- 150 g Dinkel-Vollkornmehl
- 1 EL Honig
- 1 Prise Salz
- 200 g Butter
- 1 Ei
- 1 kg säuerliche Äpfel
- 2 EL Aprikosenkonfitüre

Zubereitungsschritte

Zubereitungsschritte

Aus Mehlen, Honig, Salz, Butter und Ei einen Mürbeteig kneten. Bei Bedarf noch etwas kaltes Wasser zugeben. In Folie wickeln und 1 Stunde ruhen lassen.

Inzwischen Äpfel waschen, schälen und in Spalten schneiden. Eine Tarteform mit dem Teig auslegen. Mit einer Gabel den Teig ein wenig einstechen.

Apfelspalten dachziegelartig auf dem Teig anordnen und im heißen Backofen bei 220 °C (Umluft 200 °C; Gas: Stufe 3–4) in 25 Minuten goldgelb backen. Aprikosenmarmelade mit etwas Wasser aufkochen und mit einem Pinsel auf die noch heißen Apfelspalten streichen.