

## Die Rezepte zur Folge: Kochen für Freunde

### Zwiebelsuppe

#### Zutaten für 2 Personen:

2 großen Gemüsezwiebeln  
200 ml Weißwein (Riesling, halbtrocken)  
½ Liter Gemüsebrühe  
Salz, Pfeffer  
2 Lorbeerblätter  
2 Knoblauchzehen  
2 Zweige frischer Majoran  
Butterschmalz  
200 g Greyerzer Käse (24 Monate gereift)  
2 Scheiben Kastenweißbrot  
2 Zweige Thymian  
Butterschmalz

#### Für die *Gemüsebrühe*:

1 große Gemüsezwiebel, ½ Knollensellerie, 3 Möhren, 2 Weisskohlblätter, 3 Lorbeerblätter, 30 g Ingwer, 6 Pimentkörner, 12 Pfefferkörner, 2 Ei Grobes Meersalz – Zwiebel halbieren im Topf ohne Fett auf der Schnittseite anrösten, Gemüse dazugeben, mit ca. 2 Liter Wasser auffüllen, würzen, aufkochen lassen, 15 min. sanft köcheln und dann 1 Stunde ziehen lassen.

#### Zubereitung:

Zwiebeln schälen, halbieren und in Halbringe schneiden, in Butterschmalz anschwitzen, Lorbeerblätter mitgehen lassen, mit Weißwein ablöschen, dann mit Gemüsefond aufgießen und köcheln lassen, mit Salz und weißem Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

Käse auf ein Backblech mit Backpapier reiben, gleichmäßig verteilen, im Ofen auf Grillfunktion (ca. 2 - 3 Minuten) schmelzen lassen. Blech aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen, Käse in Quadrate teilen und dann komplett hart werden lassen.

Weißbrot würfeln und in einer Pfanne mit Butterschmalz sowie dem gezupften Thymian als Crôutons ausbacken. Zwiebelsuppe in Schalen füllen, diese mit Käseplätzchen abdecken, Crôutons darauf legen.

## Linsensalat

### Zutaten für 2 Personen:

250 g grüne Puy-Linsen  
2 Frühlingszwiebeln  
1 Stk. Ingwer (ca. 40 g)  
1 TL Madras-Curry  
1 EL Tamarindenpaste  
2 EL Agavendicksaft  
150 ml Gemüsefond  
Salz  
Saft von ½ Limette  
1 EL Sesamöl  
1 EL geröstetes Sesamöl  
½ Bund Koriander  
100 g Pflücksalat mit Rote Bete Blättern

### Zubereitung:

Linsen waschen und in einem Topf mit wenig Wasser (bis ca. 2 cm über den Linsen) zum Kochen bringen und bei geschlossenem Deckel bissfest garen, anschließend salzen und ruhen lassen. Frühlingszwiebeln fein schneiden, den grünen Teil zur Seite legen.

Ingwer schälen und fein reiben, in Sesamöl zusammen mit dem Curry und dem weißen Teil der Frühlingszwiebeln anschwitzen, mit Gemüsefond ablöschen, mit Tamarinde, Agavendicksaft, Limettensaft Salz und ein paar Spritzern geröstetem Sesamöl abschmecken. Marinade über die Linsen geben und ziehen lassen.

Pflücksalat auf Tellern verteilen, die Linsen mit Marinade darüber geben, mit dem Frühlingszwiebelgrün und gehacktem Koriander garnieren.

## Rinderrouladen mit sautiertem Rotkohl und Backkartoffeln

### Zutaten für 2 Personen:

#### *Rouladen:*

2 Scheiben Rinderoberschale à ca. 160g  
2 El Senf Ursenf  
2-4 Cornichons (je nach Geschmack)  
4 Scheiben Frühstücksspeck  
1 Zwiebel  
etwas Pflanzenöl  
2 Zweige Blatt-Petersilie (gezupft)  
Salz, Pfeffer  
Butterschmalz  
Küchengarn  
¼ Sellerieknolle  
1 Karotte  
2 Zwiebeln  
1/2 Lauchstange  
(alles zusammen grob kleingeschnitten)  
300ml Rotwein  
400ml Wasser  
1 El Tomatenmark  
Lorbeerblatt, Wacholder

#### *Rotkohl:*

1/4 Rotkohl  
2 El Schweineschmalz  
4 El weißer Balsamicoessig  
4 El getrocknete Kokosnusschips  
2 El Agavendicksaft  
1 Lorbeerblatt  
4 Wacholderkörner  
Salz, Pfeffer

#### *Backkartoffel:*

½ Kg kleine festkochende Kartoffeln (Drillinge)  
1 El Grobes Meersalz

### Zubereitung:

1 Zwiebel in Ringe schneiden und in Pflanzenöl glasig schwitzen. Backofen auf 200°C Ober-, Unterhitze vorheizen.

Das Fleisch gegebenenfalls platt klopfen, mit Senf bestreichen, mit Salz und Pfeffer würzen, mit Speck, angeschwitzten Zwiebeln, Cornichons und Petersilienblättern belegen, einrollen und mit Küchengarn verschnüren. In einem Bräter mit Butterschmalz von allen Seiten anbraten.

Das Gemüse im gleichen Bräter schon dunkel rösten, dann das Tomatenmark dazugeben und mit Rotwein und Wasser ablöschen, Gewürze dazugeben und für ca. 1½ Std. schmoren. Anschließend die Sauce durch ein Sieb geben und etwas einköcheln lassen. Evtl. mit etwas Stärke abbinden.

Parallel die Kartoffeln im Backofen mit dem Meersalz (ohne Fett) für ca. 40 min. backen.

Den Rotkohl fein schneiden, in einer Pfanne mit dem Schmalz scharf anbraten und anschl. mit Deckel ca. 10min garen. Mit allen Zutaten abschmecken und warm servieren.

## Rhabarberkompott mit Eischnee

### Zutaten für 2 Personen:

4 Stangen Rhabarber (oder ca. 300 g TK-Ware)  
ca. 6 EL Zucker  
2 Stk. Sternanis  
1 Stk. Zimtstange  
Saft von 1 Orange  
Evtl. 1 Schuss Wasser  
2 Eiweiß  
Prise Salz  
4 EL Zucker  
4 EL Wasser

### Zubereitung:

Rhabarber in einem Topf mit Zucker und Gewürzen und dem Saft von 1 Orange zum Kochen bringen und bei kleiner Hitze einkochen (gegebenenfalls etwas Wasser zufügen). Zum Schluss Sternanis und Zimtstange entfernen. In Dessertgläser abfüllen und optional kalt stellen.

Eiweiß in der Küchenmaschine mit Prise Salz zu Schnee schlagen. Zucker mit Wasser in einem Stieltopf mit Gießer sprudelnd zum Kochen bringen. Heißes Zuckersirup wie einen Bindfaden unter Rühren ganz langsam in den Eischnee gießen.  
Eischnee auf Kompott verteilen und mit einem Bunsenbrenner abflämmen.