

Kulinarische Schätze rund um Bad Honnef

Rezepte von Björn Freitag und Frank Buchholz

Gefüllte Weinblätter Überbackenes Brot Hüftsteak und T-Bone-Steak vom Grill Rhabarberkompott mit Dickmilch

Alle **Zutaten für 4 Personen**, wenn nicht anders angegeben

Weinblätter mit Reisfüllung und Halloumi

Zutaten

10-15 Weinblätter, in Salz eingelegt (Die Weinblätter müssen vor der Verarbeitung rund eine Stunde kalt gewässert werden)

125 g Parboiled Reis

1 -2 Zwiebeln

1-2 Zehen frischen Knoblauch

2-3 EL Barbecue Sauce

Frische Minze nach Geschmack

1 Zitrone

2-3 EL Barbecue Sauce

1 Pk. Halloumi

In Essig eingelegte Chilischoten im Glas

Rapsöl

Zubereitung

Reis in einem Sieb waschen und in einem Topf Salzwasser ca. 12-15 min kochen, abseihen und abkühlen lassen.

Die gewässerten Weinblätter gut abspülen und in einem großem Topf für ca. 45 Minuten in kochendes Wasser legen, dann in einer großen Schüssel Eiswasser abschrecken.

Zwiebeln und Knoblauch klein hacken.

Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und zuerst die gehackten Zwiebeln darin glasig

schmoren und dann den gehackten Knoblauch dazu geben.
Achtung: Knoblauch verbrennt schnell.

Reis zu den Zwiebeln und dem Knoblauch in die Pfanne geben, Barbecue Sauce, gehackte Minzblätter und Saft einer halben Zitrone dazugeben und alles vermengen.

Die eingelegten Chilischoten aus dem Glas in Scheiben schneiden und zusammen mit einem Hauch Essigwasser aus dem Glas zur Reisfüllung geben.

Halloumi in Scheiben schneiden und in Olivenöl von beiden Seiten anbraten.

In jedes Weinblatt einen Streifen Halloumi geben, dann einen Teil der Reismasse hinzufügen und beides vorsichtig in die Weinblätter einschlagen.

Überbackene Brotscheiben

Zutaten

4 Brotscheiben z.B. Roggenbrot
5-6 kleine bis mittelgroße Tomaten
200 g Blauschimmelkäse z.B. Gorgonzola, Roquefort
200 g Brie
1 Glas Tomaten-Chutney
Olivenöl
Pfeffer
Frische Kräuter der Saison
Dunkler Balsamico Essig

Zubereitung

Tomaten waschen und in Scheiben schneiden.
Brotscheiben in der Mitte teilen und die Tomatenscheiben darauf verteilen.
Brie und Blauschimmelkäse auf den Brotscheiben verteilen.
Mit Pfeffer würzen.

Alufolie auf den Grill, Brotscheiben darauflegen und mit der Restwärme im geschlossenen Grill 5-10 Minuten überbacken.

Das Tomaten-Chutney erst nach dem Grillen auf den Brotscheiben verteilen.
Ein bisschen dunklen Balsamico Essig drauf träufeln und die gehackten Kräuter über die Brote streuen.

T-Bone-Steak vom Grill

Zutaten

700 g T-Bone-Steak (mit Knochen und Fett)
Salz, Pfeffer, Zucker

Zubereitung

Das Steak mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.

2-3 Minuten von links und rechts gold-braun anbraten und dann bei 210-220 Grad zwischen 7-10 Minuten (je nach Fleischdicke) garen. Das Steak ist nun „medium“ zubereitet.

Nun bis zum Servieren in Alufolie ruhen lassen, damit sich die Fleischsäfte setzen. Vor dem Aufschneiden nochmal nach Bedarf pfeffern und salzen, dann das Fleisch vom Knochen lösen.

Hüftsteak vom Glanrind

Zutaten

ca. 180 g/pro Person aus der Hüfte vom Glanrind
Salz/ Pfeffer
Zucker
Knoblauch
etwas Senf
Mehrere Scheiben trockenes Toastbrot
Kräuter der Saison wie z. B. Schnittlauch, Petersilie, Majoran, Thymian, Rosmarin

Für die Soße:

1 Eigelb
1 EL Senf
Olivenöl

Zubereitung

Hüftstück zunächst gut mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen, dann auf dem Grill von allen Seiten 2-4 Minuten goldgelb anbraten. Danach auf dem Grill bei ca. 220 Grad ca. 10-14 Minuten zu Ende garen. 5 Minuten in Alufolie ruhen lassen. Dann bei Bedarf mit Salz und Pfeffer nachwürzen. Im Anschluss die Oberseite mit Senf bestreichen und frische Kräuter nach Wahl aufstreuen.

Einige angetrocknete Toastbrotsscheiben ohne Rand ganz klein hacken und auf dem Fleisch verteilen. Knoblauch in Scheiben schneiden und auf das Fleisch legen.

Beim Anschneiden des Fleischstücks Saft auffangen und in einem warmen Topf mit 1 EL Senf, 1 Eigelb, Olivenöl verquirlen und die warm-kalte Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rhabarberkompott mit Dickmilch

Zutaten

3-4 Stangen Rhabarber
300 g Erdbeeren
1 Vanilleschote
2-3 EL Zucker
1 Bio Orange
ca. 2-3 EL Zuckerrübensirup
ca. 600 ml Dickmilch
ca. 2-3 EL Schnaps (z. B. Birne)
frische Minze

Zubereitung

Rhabarberstangen schälen, würfeln.

Vanillemark aus Vanilleschote kratzen

Zucker in Topf karamellisieren, Vanillemark dazu geben mit Schnaps ablöschen

Orangenschalenabrieb dazugeben, Orange auspressen und dazu geben, gewürfelter Rhabarber darin dünsten. Vanilleschote kann auch dazu.

Dann eine Schicht Rhabarber in ein Glas (oder Eisbecher, etc.) geben.

Darüber eine Schicht Dickmilch und dann Zuckerrübensirup gleichmäßig mit einem Löffel verteilen. Nicht die ganze Oberfläche bedecken, sonst wird es zu süß.

Dann ein 3- 4 kleine oder klein geschnittene Erdbeeren darauf verteilen, dann wieder Rhabarber, Dickmilch, Zuckerrübensirup und usw.

1-2 Erdbeeren als Deko oben auf und ein bisschen frische Minze als grüner Farbtupfer.

Guten Appetit!