

## Meisterküche Leckerregion Rheinland

Das Rheinland hat kulinarisch viel zu bieten – und die leckersten Gerichte der WDR Kochprofis hat Moderatorin Yvonne Willicks für diese Folge der „Meisterküche“ herausgepickt.



## Schwarzbrot-Torte

Rezept von Theresa Knipschild



Kirschen, Quark und Schwarzbrot – alles Klassiker, die zur bergischen Kaffeetafel gehören und hier in dieser leckeren Torte zusammengeführt werden. Super praktisch: Der Backofen bleibt kalt, die Creme muss lediglich im Kühlschrank fest werden.

### Zutaten:

#### Für die Kirschen:

- Ca. 700 g eingemachte Sauerkirschen mit Sud (ca. 350 g Abtropfgewicht)
- 30 g Speisestärke
- ½ TL Zimt

#### Für die Randgarnitur:

- 50 g Schwarzbrot
- 10 g Butter

#### Für den Boden:

- 70 g Marzipan
- 200 g Schwarzbrot

- 70 g Butter

#### **Für die Creme:**

- 6 Blatt Gelatine
- 400 g Sahne
- 500 g Quark (Magerstufe)
- 80 g Zucker
- 1 TL Bio-Orangenabrieb
- ½ Vanilleschote

#### **Zubereitung:**

##### **Für die Kirschen:**

- Die Kirschen abtropfen lassen und den Saft in einem Topf auffangen und zum Kochen bringen.
- 4 EL kalten Saft mit der Speisestärke klümpchenfrei verrühren.
- Stärke in den heißen Kirschsafte einrühren und den Saft unter ständigem Rühren ca. 1 Minute kochen lassen, bis er sämig wird. Mit Zimt würzen.
- Kirschen zugeben und dann abkühlen lassen.

##### **Für die Randgarnitur:**

- Das Schwarzbrot fein zermahlen, z. B. im Standmixer oder Universalzerkleinerer.
- Mit der Butter in einer kleinen Pfanne anrösten, dann abkühlen lassen.

##### **Für den Boden:**

- Marzipan in feine Stückchen raspeln.
- Schwarzbrot fein zermahlen.
- Butter in einem Topf schmelzen und mit den Marzipanraspeln und den Brotkrümeln mischen.
- Boden einer Springform mit Backpapier bespannen.
- Masse in die Form geben und gleichmäßig andrücken, z. B. mit einem Glas.
- Den Boden ca. 30 Minuten kaltstellen.

##### **Für die Creme:**

- Gelatine in kaltem Wasser ca. 8 Minuten einweichen. Dabei die Blätter einzeln ins Wasser legen.
- 50 g Sahne in einem Topf auf ca. 40 Grad erwärmen, also etwas mehr als Körpertemperatur. Restliche Sahne leicht steif schlagen.
- Quark mit Zucker, Orangenabrieb und dem ausgekratzten Mark der Vanille glattrühren.

- Gelatine gut ausdrücken und schlierenfrei in die Warme Sahne rühren.
- Sahne-Gelatine-Mischung zur Quarkmischung geben und verrühren.
- 10 Minuten warten, dann die leicht geschlagene Sahne unterheben.
  
- Kirschen auf dem Boden verteilen. Ca 12 Kirschen für die Garnitur beiseitelegen.
- Quark-Sahnemischung auf den Boden geben und glattstreichen.
- Die Form für mindestens vier Stunden in den Kühlschrank stellen, am besten über Nacht. Die Masse muss stehen!
- Die Torte aus der Form lösen, indem man zunächst mit einem Messer am Rand der Form entlangfährt. Dann die Torte auf eine Kuchenplatte heben.

#### **Für die Deko:**

- Geröstete Schwarzbrotkrümel in eine Hand nehmen, die Torte (auf der Platte) in die andere. Krümel sanft auf dem Tortenrand verteilen und leicht mit den flachen Fingern andrücken.
- Einen Esslöffel in heißes Wasser tauchen, abtrocknen und dann damit 12 dekorative Vertiefungen in die Creme drücken. Die zurückbehaltenen Kirschen in die Mulden legen.
- Die Torte bei Bedarf mit etwas Orangenabrieb und Zimt garnieren.

## Bergisches Omelett

Rezept von Björn Freitag



Björn Freitag verbindet die traditionelle bergische Kottenwurst mit japanischer Zubereitung, dem Tamago-yaki-Stil.

### Zutaten:

- 80 g Kottenwurst, alternativ eine andere weiche, geräucherte Mettwurst
- 8 Eier (Größe M)
- 1 Prise Zucker
- Salz
- Pfeffer
- 80 ml Gemüsebrühe
- 80 g Spinat, geputzt und blanchiert
- 1 EL Butter
- Öl zum Braten

### Besondere Utensilien:

- Beschichtete Pfanne (28 cm Durchmesser) Hinweis: Japaner verwenden eine große eckige Pfanne zum Zubereiten der traditionellen Ei-Rolle.
- 2 Pfannenwender

---

## Zubereitung:

- Mettwurst in feine Stücke schneiden.
- Eier mit Zucker, Pfeffer und Salz aufschlagen, dann Brühe unterziehen.
- Pfanne erhitzen und etwas Öl darin verteilen.
- Eine Suppenkelle der Eimasse in die Pfanne geben und diese so schwenken, dass es sich dünn am gesamten Boden verteilt.
- Ei leicht stocken lassen, dann etwas Wurst und Spinat darauf verteilen und weiter backen, das Ei darf aber nicht komplett trocken werden.
- Beim engen Rollen reißt der Eifladen schnell ein – was aber nicht viel ausmacht, denn Risse werden mit der nächsten Schicht wieder geschlossen. Je dicker die Rolle wird, desto weniger Risse entstehen.
- Das Ei mit Hilfe von zwei Pfannenwendern vom Boden lösen und so eng es geht zu 2/3 aufrollen.
- Rolle auf eine Seite der Pfanne schieben, sodass das nicht aufgerollte Drittel zur Pfannenmitte zeigt und die Rolle direkt am Rand liegt.
- Den freiliegenden Pfannenboden leicht fetten und eine weitere Kelle Ei hinzufügen und gut verteilen, dabei die Ei-Rolle leicht anheben und etwas flüssiges Ei darunter fließen lassen.
- Ei stocken lassen und alles genau so wiederholen, bis das flüssige Ei aufgebraucht ist – ca. sechsmal.
- Vor dem Rollen der letzten Schicht die Butter in die Pfanne geben und schmelzen lassen. Jetzt keine Wurst und keinen Spinat mehr auf dem Ei verteilen. Dann zum letzten Mal Ei in die Pfanne geben, rollen und das Omelett rundherum einmal kräftig anbraten.
- Omelette auf ein Brettchen heben und in dicke Scheiben schneiden. Es schmeckt warm und kalt.

**Hinweis:** Das Omelette wird ein bisschen eckig, das ist durchaus erwünscht. Schneidet man es auf, dann sieht es innen schneckenhausähnlich aus und ist sehr fluffig und saftig.

**Infos zur Kottenwurst:** Die echte Kottenwurst ist eine geräucherte Mettwurst aus reinem Schweinefleisch mit einem Magerfleischanteil von 70 bis 80 Prozent. Sie war Bestandteil einer traditionellen Brotmahlzeit namens Kottenbutter. Der Klassiker aus dem Bergischen Land besteht einfach nur aus Schwarzbrot mit eben dieser Mettwurst, Zwiebeln und Senf und wurde von den Schleifern in den Schleif-Kotten der bergischen Eisenindustrie als günstige, sättigende und praktische Mahlzeit geschätzt.

## Elberfelder Kringel

Rezept von Björn Freitag



Björn Freitag bereitet das Dessert-Highlight aus dem Bergischen Land mit einer leckeren Beerenfüllung.

### Zutaten:

#### Für den Teig:

- 1 Würfel frische Hefe
- 100 g Zucker
- ¼ l Milch
- Ca. 800 g Mehl
- 150 g weiche Butter
- 3 Eier
- ½ TL Salz
- 1 TL Backpulver

#### Außerdem:

- 250 g gemischte Beeren, z. B. Himbeeren, Blaubeeren oder Erdbeeren
- 2 EL Honig

- 1 TL Zimt, gemahlen
- 1 Prise Muskatnuss, frisch gerieben
- 1 Eigelb
- 2 EL Milch

### **Besondere Utensilien:**

- Elektrisches Handrührgerät mit Knethaken
- Standmixer oder Pürierstab mit Mixbecher
- Teigrolle
- Teigschaber
- Backpapier
- Backpinsel

### **Zubereitung:**

- Für den Teig die Hefe zusammen mit 2 Esslöffeln Zucker in der leicht erwärmten Milch auflösen. 2 Esslöffel Mehl unterschlagen.
- Diesen Vorteig an einem warmen Ort (z.B. im Backofen bei 50 Grad) gut abgedeckt 30 Minuten gehen lassen.
- Restlichen Zucker, 500 g Mehl, Butter, Eier, Salz und Backpulver in eine Rührschüssel geben. Vorteig hinzufügen und alles mit den Knethaken des Handrührgeräts 5 Minuten lang zu einem glatten, elastischen Teig verkneten.
- Teig an einem warmen Ort weitere 30 Minuten abgedeckt gehen lassen.
- Beeren putzen, waschen, im Mixer pürieren und mit Honig, Zimt und Muskat abschmecken.
- Hefeteig von Hand durchkneten, ggf. nach und nach mehr Mehl fügen, bis sich der Teig gut von der Arbeitsfläche löst und in sich kompakt ist – perfekt zum Ausrollen.
- Backofen auf 170°C Umluft vorheizen.
- Den Teig zu einem großen Rechteck ausrollen, ca. 1/2 cm dick, und dünn mit dem Beerenpüree bestreichen, z.B. mit Hilfe eines Teigschabers.
- Teigplatte längs zu einem großen Strang aufrollen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und die Enden der Roll verbinden, sodass ein dicker Kringel entsteht. 10 Minuten ruhen lassen.
- 1 Eigelb mit 2 EL Milch mischen und den Kringel mit Hilfe eines Pinsels gleichmäßig damit bestreichen.
- Elberfelder Kringel auf mittlerer Schiene des Ofens backen, bis er goldbraun ist, etwa 45 Minuten.
- Tipp: Einen Zahnstocher aus Holz hineinstecken und prüfen, ob feuchter Teig daran kleben bleibt – in diesem Fall weiter backen.
- Fertigen Kringel aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchenrost abkühlen lassen.
- Elberfelder Kringel auf Tellern anrichten und mit dem restlichen Fruchtpüree servieren.



## Schweinepfeffer

Rezept von Martina Meuth und Bernd Neuner-Duttenhofer



Das Wort "Pfeffer" deutet darauf hin, dass man hier kräftig würzt. Es besagt aber auch, dass das Fleisch in Würfeln verwendet wird – so kann auch eher festes Fleisch zart werden und man kommt mit weniger aus. Preisgünstig kochen war immer ein hohes Ziel in der Bergmannsküche.

### Zutaten für 6 Personen:

- 1,5 bis 2 kg Schweinehals
- Ca. 800 g Zwiebeln
- 2-3 EL Öl oder Schweineschmalz
- 1 gestrichener EL Mehl
- Salz
- Pfeffer
- 1 Prise Zucker
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Chilischote
- 1 EL Tomatenmark
- 1 EL Kümmel
- 1 EL getrockneter Majoran
- 2-3 Tomaten
- 1 rote Paprika
- 1 Spritzer Essig

---

### Zubereitung:

- Das Schweinefleisch in Würfel von etwa drei Zentimetern schneiden. Die Zwiebeln fein würfeln, ebenso den Knoblauch.
- Zunächst das Fleisch im heißen Öl/Schmalz rundum anbraten, am besten portionsweise, damit alles Bodenkontakt haben kann und schöne Bratspuren bekommt. Dabei salzen, pfeffern und mit etwas Mehl bestäuben.
- Am Ende das Fleisch herausheben und die Zwiebeln mit Knoblauch und der entkernten Chilischote weich dünsten. Dabei nochmals salzen, pfeffern und mit etwas Zucker bestreuen.
- Tomatenmark dazugeben, auch Kümmel und zwischen den Fingern zerriebenen Majoran.
- Das Fleisch wieder zufügen und alles gut durchmischen.
- Bei den Tomaten den Strunk herausschneiden, das Fruchtfleisch zerdrücken und zum Fleisch geben, die Haut nach oben.
- Jetzt bis zur halben Höhe Wasser angießen, den Deckel auflegen und den Schweinepfeffer etwa zwei Stunden sanft schmoren lassen – auf der Herdplatte oder im Backofen bei 130 Grad Celsius Heißluft (oder 150 Grad Celsius Ober- und Unterhitze).
- Gegen Ende die Tomatenhäute entfernen und für die letzte Viertelstunde die in Würfel geschnittene Paprikaschote mitkochen.
- Am Ende kräftig abschmecken, mit Salz und einem guten Schuss Essig.

## Currywurst im Kartoffelnetz mit Zwetschgen-Currysoße

Rezept von Björn Freitag



### Zutaten für 4 Portionen:

- 4 Kartoffeln (vorw. Festkochend; große Exemplare)
- 4 Stück Berliner Currywurst (helles Brät und ohne Darm)
- Rapsöl zum Frittieren
- 50 g Stärke

### Für die Soße:

- 1 Zwiebel
- 2 EL Rapsöl
- 1 EL Tomatenmark
- 1 EL Zucker
- 2 TL Currypulver Madras
- ½ TL Zimt
- 1 TL Paprikapulver edelsüß
- 300 g Zwetschgen oder Pflaumen (frisch oder TK)
- 2 EL Balsamico
- 2 Lorbeerblätter
- 1 EL Zuckerrübensirup
- Weißer Pfeffer
- ½ Bund Petersilie

- 200 ml pürierte Tomaten (bzw. passierte Tomaten)
- 200 ml Gemüsebrühe
- Salz

#### **Außerdem:**

- Spiralschneider für Gemüsespaghetti
- Fritteuse oder Topf zum Frittieren
- Schaumkelle

#### **Zubereitung:**

- Für die Soße die Zwiebel schälen und fein würfeln.
- In einer beschichteten Pfanne etwas Öl erhitzen und die Zwiebeln darin anbraten.
- Tomatenmark nach ein paar Minuten hinzufügen und mit anschwitzen.
- Zucker hinzurieseln und karamellisieren. Dabei Currypulver, Zimt und Paprikapulver untermischen. Alles etwa eine Minute auf mittlerer Stufe weiter braten.
- Dann folgen Pflaumen, Balsamico, Lorbeer, Rübensirup und Pfeffer – alles weiter köcheln lassen.
- Petersilie hacken und zusammen mit den pürierten Tomaten und der Brühe hinzugeben. Alles bei kleiner Hitze etwa 15 Minuten köcheln lassen, bis die Soße dicklich wird.
- Dann noch einmal abschmecken, Lorbeerblätter entfernen.
- Jetzt geht's um die „umwickelte“ Wurst: Frittierfett auf ca. 160 °C erhitzen.
- Kartoffeln schälen, waschen und mit einem Spiralschneider zu langen „Spaghetti“ verarbeiten.
- Wurst in Stärkemehl wenden, abklopfen und die dünnen Kartoffelstreifen drumherum wickeln.
- Die kleinen Kunstwerke mit Hilfe einer Schaumkelle vorsichtig in das heiße Fett geben, 1 Minute frittieren, aus dem Fett heben, kurz abkühlen lassen und wieder im Fett versenken.
- Dann so lange frittieren, bis die Kartoffel goldbraun ist.

#### **Anrichten:**

- Sauce nach Belieben auf Tellern verteilen.
- Würste vorsichtig in mundgerechte Happen schneiden und auf der Soße drapieren.
- Nach Belieben mit gehackter Petersilie und Currypulver garnieren.