



Netzwerk Rommerskirchen

FÜR UNS UND ANDERE



" Die Schürzenträger "

Rezepte für das Treffen der „Schürzenträger“ am 27. März. 2018 um 10:30 Uhr in Nettetshiem
Rezepte für 6 Personen

Vorspeise:

Chicoréesalat

- 3 Chicorée (nicht zu klein)
- 2 Äpfel
- 2 Apfelsinen
- Gehackte Walnüsse oder geröstete Pinienkerne
- Zitrone
- 2-3 Ei Rapsöl
- 2-3 Ei Honig
- Salz, weißer Pfeffer

Zitrone, Wasser, Salz, Pfeffer, etwas Senf und Honig gut verrühren und abschmecken.
Danach erst das Öl dazu geben.

Äpfel schälen, achteln, Kerngehäuse entfernen, in ca. 1cm Stücke schneiden sowie
Walnüsse oder geröstete Pinienkerne in die Soße geben und verrühren und 10 Min. auf
kleiner Flamme wärmen.

Chicorée halbieren den Strunk rausschneiden und in Streifen schneiden.

Nun die Apfelsinen schälen, filetieren, zerteilen, in ca. 2cm Stücke schneiden und mit dem
Chicorée in die Soße geben alles miteinander vermischen und in Schalen anrichten.

Passt gut dekorativ dazu: Cilli – Fäden oder -Flocken am Tellerrand.

Hauptgericht:

Lammbraten mit Bohnen im Speckmantel

- 6 Lammrückenfilets a 200g
- 2,5 Kg Kartoffeln
- 4 Knoblauchzehen
- 4 El Kräuter der Provence
- 4 El Honig
- 2 El Olivenöl
- 4 El Butter (weich)
- 3 El Balsamicoessig
- 125 ml Sherry (medium)
- 300 ml Geflügelbrühe
- Salz, Pfeffer, Saucenbinder dunkel

Knoblauchzehen grob hacken. Kräuter, Honig und Knoblauch in einem Mörser fein zerstampfen. Salz, Pfeffer, Olivenöl und Butter unter die Gewürzmischung rühren. Fleisch rundherum in der Pfanne anbraten und dann abkühlen lassen, mit der Gewürzmischung einstreichen, in Aluschalen legen. Dann im vorgeheizten Backofen (200°) ca. 15-20 Minuten backen.

Kartoffeln schälen und in Salzwasser garen

Die Pfanne mit dem Bratensaft wieder auf den Herd stellen Balsamico und Sherry dazu gießen und einkochen. Brühe zugießen aufkochen und mit Saucenbinder binden. Salzen und pfeffern.

Bohnen im Speckmantel:

- 1,2 kg zarte grüne Bohnen (Prinzessbohnen)
- 6 oder 12 Schinkenscheiben oder Bacon je nach Länge der Bohnen
- Bohnenkraut, Olivenöl, Pfeffer

Bohnen putzen und im Salzwasser mit Bohnenkraut al dente garen, je nach dicke 710 Minuten.

Abgießen und unter kaltem Wasser abschrecken. Gut abtropfen lassen.

Bohnen in 6 Portionen teilen und fest mit einer Speckscheibe umwickeln.

Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Bohnenpäckchen darin anbraten. Pfeffern und mit dem Lamm servieren.

Nachtisch:

Pochierte Birnen

- 6 reife Birnen (je nach Jahreszeit auch Williamsbirnen aus der Dose)
- 12 El Honig
- 12 El Zitronensaft
- 6 Stangen Zimt
- 6 El Mandelblättchen
- 450 g körniger Frischkäse (Hüttenkäse)



Birnen schälen, vierteln, entkernen und in 1,5 cm dicke Spalten schneiden. 900 ml Wasser, Honig, Zitronensaft und Zimt in einem Topf aufkochen und die Birnenspalten zugeben. Zugedeckt bei mittlerer Hitze 5 min kochen. Birnen auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.

Inzwischen die Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett goldgelb rösten. Birnen und etwas Sud in Dessertschalen verteilen und mit Hüttenkäse anrichten ggfs. etwas mit Honig süßen, mit Mandelblättchen garnieren und servieren.