



*Frischemarkt in Grimma
„Kochen mit Äpfeln
aus dem Obstland“*

Unser Menü:

Hokkaiodo-Kürbissüppchen mit Kokosmilch und Elstar-Apfel

Frischei-Spaghetti mit Spinat, Blauschimmelkäse und Gala Apfel

Gebratene Entenleber mit Balsamico-Pinova-Apfel und Chutney von
Pinova und Möhre

Glühwein-Boskoopcremé mit Stollen

Viel Spaß beim Kochen und gesunden Appetit!

Home 's Kitchen robbyderkoch@yahoo.de

1. Rezepte (für vier Personen)

Hokkaiodo-Kürbissüppchen mit Kokosmilch und Elstar-Apfel

500 g Hokkaido Kürbis
5 Äpfel der Sorte Elstar
2 Zwiebeln
1 Knoblauchzehe
200 ml Sachsenobst Apfelsaft Naturtrüb
300 ml Kokosmilch
50 ml Olivenöl
30 g Ingwer
Koriander, Kardamom, Kurkuma, Kreuzkümmel, Zitronensaft
Salz und Zucker

Zubereitung:

Den Kürbis, wie im Kochkurs gezeigt wurde, putzen und in grobe Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und ebenfalls würfeln. Danach alles im Olivenöl mit dem Ingwer, Knoblauch anschwitzen und mit Apfelsaft ablöschen.

Als nächstes die Suppe mit Kokosmilch auffüllen und mit den Gewürzen dezent würzen. Das ganze muss jetzt ca. 25 min leicht köcheln. Danach die Suppe mit Hilfe eines Mixstabs mixen. Zum Schluss mit Salz und Zucker abschmecken, in einen Teller füllen und mit frisch gehacktem Koriander bestreuen.

Guten Appetit!

Frischei-Spaghetti mit Spinat, Blauschimmelkäse und Gala Apfel

500 g Frischei-Spaghetti
250 g frischer Spinat
3 mittelgroße Gala Äpfel
2 Zwiebeln
150 g Blauschimmelkäse
100 ml Sahne
1 Knoblauchzehe
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Als erstes die Spaghetti in einem großen Topf, im Salzwasser, schön al dente kochen. In der Zwischenzeit den Spinat, Zwiebel, Knoblauch und die Äpfel fein säuberlich putzen. Danach schneidet man den Spinat, Zwiebeln und den Knoblauch in feine Streifen. Nun stellt man eine Pfanne mit 3 EL Olivenöl auf den Herd und erhitzt sie.

Die Zwiebeln und der Spinat werden nun mit dem Knoblauch in der Pfanne angebraten.

Als nächstes wird alles mit Sahne abgelöscht und man gibt den klein geschnittenen Blauschimmelkäse dazu. Die Äpfel werden in kleinen Würfeln (mit der Schale) geschnitten und kommen direkt in die Pfanne dazu. Nun lässt man das ganze ca. 3 min schön einkochen. Danach gibt man die gekochten Spaghetti aus dem Pasta-Wasser dazu und lässt dies alles nochmal 2 min einkochen. Zum Schluss würzt man das Gericht mit Salz und Pfeffer ab.

Gebratene Entenleber mit Balsamico-Pinova-Apfel und Chutney von Pinova und Möhre

1 kg Entenleber
8 Pinova Äpfel
3 große Möhren
1 Zwiebel
1 Zehe Knoblauch
1 kleine Chilischote
3 EL Butter
Kreuzkümmel, gemahlener Koriander, Kurkuma
Zucker, Salz
5 EL dunkler Balsamico
5 EL heller Balsamico
500 ml Bio Apfelsaft von Sachsenobst
150 g Feldsalat
1 Zweig Rosmarin

Zubereitung:

Als erstes kocht man sich das Chutney, in dem man die Karotten, Zwiebeln, Knoblauch, Chili und die Äpfel (5 Stück) schält und in kleine, feine Würfel schneidet. Danach stellt man sich einen Topf auf den Herd und schwitzt die ganzen Zutaten in 3 EL Olivenöl an. Die Gewürze gibt man danach gleich dazu und löscht es mit dem hellen Balsamico und Apfelsaft ab. In den Topf gibt man, je nach Geschmack, Zucker und Salz. Ich würde 5 EL Zucker und eine kleine Prise Salz dazu geben. Nun lässt man das ganze so lange einkochen bis die Flüssigkeit fast verkocht ist und das Chutney eine marmeladenähnliche Konsistenz hat.

Für die Balsamico-Äpfel gibt man 5 gehäufte EL Zucker in eine Pfanne und erhitzt sie langsam bis ein Karamell entsteht. Die restlichen 3 Äpfel schneidet man in Spalten und gibt diese direkt in das Karamell hinein. Dann löscht man alles mit dem dunklen Balsamico ab und lässt das ganze einkochen bis die Äpfel weich sind. Die Äpfel werden dann mit etwas Butter abgebunden. Zum Schluss stellt man eine Pfanne auf den Herd und brät die Entenleber in der restlichen Butter an (ca. 2 min von jeder Seite). Gewürzt wird die Leber erst zu Schluss mit Salz, Pfeffer und frisch gehacktem Rosmarin. Nun wird alles auf dem Teller angerichtet und mit geputztem Feldsalat dekoriert.

Glühwein-Boskoopcremé mit Stollen

500 ml Sachsenobst-Fruchtglühwein
8 Boskoop-Äpfel
1 TL Lebkuchengewürz

500 g Quark
250 g Schmand
250 g Creme Fraiche
200 g Zucker
1 Stollen 1kg schwer

Zubereitung:

Als erstes putzt man die Äpfel fein säuberlich, entkernt sie und schneidet sie in grobe Würfel. Danach stellt man einen Topf auf den Herd und füllt ihn mit dem Glühwein und den Apfelwürfeln. Das alles lässt man so lange einkochen bis die Flüssigkeit fast verkocht ist. Dann nimmt man einen Stand- oder Stabmixer und mixt alles. Das ganze muss nun im Kühlschrank auskühlen. Wenn das Püree kalt ist rührt man den Quark, Schmand, Zucker, Creme Fraiche und das Lebkuchen-Gewürz darunter. Als nächstes schneidet man den Stollen in hauchdünne Scheiben und halbiert diese. Zum Anrichten gibt man abwechselnd eine Schicht Creme und dann eine Schicht dünn geschnittenen Stollen auf den Teller. Ich würde 2 Schichten Creme und 3 Schichten Stollen anrichten also dann „Gutes Gelingen“.