

Kochen & Genießen

Küchen-Tipps

Harte Avocado einwickeln

Wer die Avocado bald braucht, kann das Reifen mit einem kleinen Trick beschleunigen. Dazu wickelt man sie zusammen mit einem Apfel in Papier ein und lagert das Päckchen bei Zimmertemperatur. Äpfel verströmen das Reifegas Ethylen, was auch die Entwicklung anderer Früchte beeinflusst. Das Papier verstärkt diesen Effekt auf die Avocado noch.

Wohin mit den vielen Äpfeln?

Apfelmus, Apfelmus – oder einfach pur: Das sind die klassischen Verwendungsmöglichkeiten für Äpfel, von denen es im Herbst viele gibt. Koch Felix Wessler aus dem Restaurant „Esszimmer“ auf Norderney hat weitere Ideen, was sich aus den Früchten machen lässt. Sein Favorit ist ein selbst gemachtes Apfelvee – verfeinert mit Zimt und Nelke. „Auch super sind Chutneys mit Senf oder in anderen herzhaften Kombinationen, die lecker zu Käse passen“, verrät er.



FOTO: PATRICK PLEUL

Knollensellerie einfrieren

Wer die Schnittflächen mit Frischhaltefolie bedeckt, kann den Knollensellerie mehrere Tage im Kühlschrank aufheben oder Verbraucher schneiden die Knolle am besten in Stücke und frieren sie ein. So lässt sich das Gemüse später gut in der Küche verwenden.

Geschmackvoll

Max is(s)t fröhlich...

Wie heißt es so treffend: „Alle Jahre wieder...“ Gemeint ist natürlich die Weihnachtszeit, die bekanntlich auch von Gaumenfreuden unterschiedlichster Art geprägt ist. Eine „vorfreudige“ Idee für einen kleinen Leckerbissen wäre doch ein deftig gefüllter Bratapfel mit Meerrettichwirsing. Den bereitet man so zu: Eine Scheibe Toastbrot wird in kleine Würfel geschnitten, die mit einem Esslöffel Butter bei mittlerer Hitze hell angebraten werden. Inzwischen kann der Backofen auf 200 Grad vorgeheizt werden.

Für die Füllung vermischt man etwa 150 Gramm Brät mit zwei Esslöffeln Sahne, den abgetropften Brotwürfeln, 80 Gramm klein gewürfelter Kochschinken samt einem Esslöffel fein gehackter Petersilie. Die Masse kommt schließlich in einen Spritzbeutel mit einer Lochtülle. Für das Brät verwende ich konsequenterweise den Inhalt einer würzigen Original Thüringer Bratwurst. Unter dem geht

nichts. Aber beim Metzger Ihres Vertrauens können Sie sicher auch andere Brätvarianten erfragen und kaufen. Die vier nicht zu großen Äpfel werden gut gewaschen und trocken gerieben, jeweils der Deckel abgeschnitten und das Kerngehäuse großzügig ausgestochen. Da hinein kommt das Brät. Deckel drauf. Fertig sind die Bratäpfel. In eine gute mit Butter eingefettete offene Form gießt man nun etwa 100 Milliliter Apfelsaft und 150 Milliliter Gemüsebrühe. Diesem Sud werden noch zwei Streifen Zitronenschale, Zimt, ein paar dünne Scheiben Knoblauch, einige Wacholderbeeren, Lorbeerblatt, Pfefferkörner und Petersilienblätter hinzugegeben. Die Äpfel kommen in die Form, alles wird mit Alufolie abgedeckt, in den Ofen geschoben und dann auf der mittleren Schiene etwa 40 Minuten gegart. Vom Wirsing werden circa 800 Gramm verarbeitet. Dazu schneidet man die Blattrippen aus dem Kohl, der einige Minuten ins kochende Salzwasser kommt und sodann bissfest

blanchiert wird. Nachdem die Blätter gut abgetropft und ausgedrückt sind, werden sie in Rauten geschnitten und mit 200 Gramm Sahne in einer Pfanne erhitzt. Dazu kommen etwa je drei Esslöffel Sahnemeerrettich (der muss bei mir aus dem Spreewald stammen) und Butter, Chilisalzwasser und frisch geriebene Muskatnuss. Der warme Wirsing wird nun auf tiefe Teller verteilt und mit je einem Bratapfel gekrönt. Das Ganze kann man pur, aber auch mit einem ofenfrischen Baguette essen. Sieht gut aus, schmeckt köstlich und stimmt auf die „fröhliche Zeit“ ein. Wenn dazu noch, je nach Geschmack, ein guter Tropfen kredenzt wird, ist der Genuss perfekt und ein anregendes Gespräch rasch im Gang. Hinsichtlich der Füllung für den Apfel kann man natürlich die kulinarischen Pferde galoppieren lassen. Dafür kann ich mir etwa Blutwurst ebenso vorstellen wie Käse, eine raf-

finierte Gemüse Mischung, Pilze oder sogar eine Variation mit kleinen Meeresfrüchten. Und wie fast immer kann man auch bei solchen Gerichten seine gewürztechnische Fantasie voll ausreizen. Ähnliche Dinge habe ich schon des Öfteren zubereitet. Das hier vorgestellte Rezept ist aber nicht auf meinem Mist gewachsen, sondern Michaela Baur zu verdanken, die in ihrem Buch „Echt Winterküche“ (ZS Verlag) hundert sehr schmackhafte Gerichte vorstellt, die man gar trefflich nachkochen, aber auch nach eigenem Geschmack weiterentwickeln kann. Ganz zu schweigen davon, dass man an den langen Abenden viel Vergnügen beim Lesen diverser Kochbücher hat. Die machen Appetit und nehmen oft auch die Qual der Wahl eines Geschenkes für das Fest ab.

Michael H. Max Ragwitz
www.kulinarische-portraits.de

Knödel einmal selbst machen

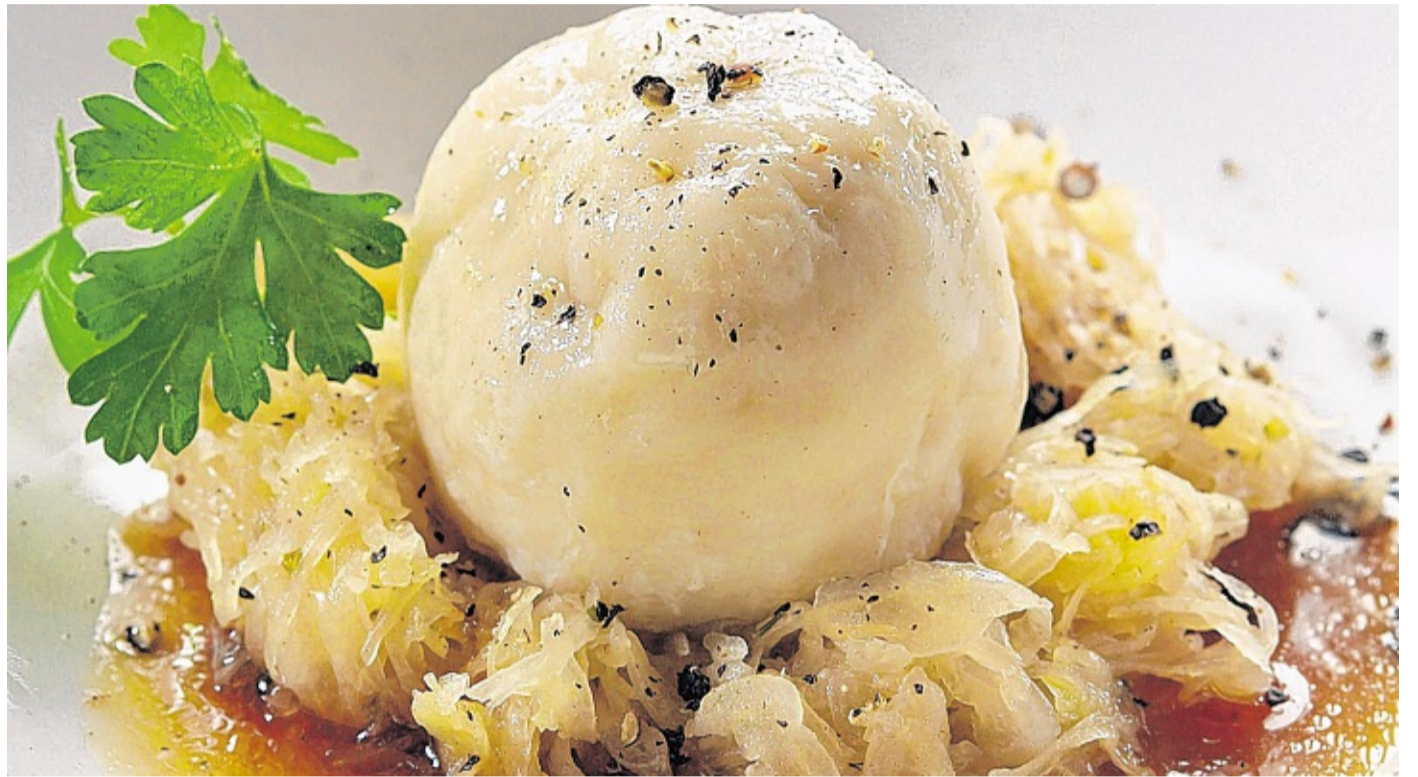
Mehr als nur eine Resteverwertung: Süße oder pikante Klöße verbinden die traditionelle mit der modernen Kochkunst

Ob als Beilage zum Sonntagsbraten, Einlage in die Suppe, eigenständiges Gericht oder Dessert mit Suchtfaktor – selbst gemachte Knödel und Klöße sind vielseitig und immer etwas Besonderes. So kommt es wohl nicht von ungefähr, dass in Bayern und Österreich ein Mädchen redensartlich erst dann als heiratsfähig gilt, wenn sie gute Knödel machen kann.

Mag dieses Heiratskriterium auch antiquiert sein, die Knödel sind es nicht. Gerade in der heutigen schnelllebigen Zeit gebe es eine Rückbesinnung auf traditionelle Gerichte, sagt die österreichische Gastronomin und Kochbuchautorin Ingrid Pernkopf. Bei ihren Rezepten für gefüllte Knödel verbirgt Pernkopf unter einem Teigmantel Füllungen etwa aus Garnelen, Räucherfisch, Gorgonzola, Nüssen, Esskastanien oder Pilzen. „Die Füllknödel müssen gut formbar sein“, betont sie. Auf die Bindung komme es weniger an, da die Füllknödel ja von Teig umschlossen werden.

Für die Umhüllung eignen sich verschiedene Teige – vom Kartoffel- über den Quark- und Nudelteig bis zum Brandteig. Zum Einstieg empfiehlt Pernkopf einen Quarkteig aus abgetropftem Quark, Mehl, Ei und Salz.

Michaela Schmitz-Guggenbichler, die im bayer-



Ein besonderer Genuss sind raffiniert gefüllte Knödel – wie dieser Hascheeknödel, der Fleisch im Kern versteckt. FOTO: PETER BARCI

ischen Fischbachau eine Knödel-Kochschule betreibt, rät Anfängern der Knödel-Küche, mit Semmelknödeln zu starten, „die eigentlich immer gelingen“. Ob der Teig aus altbackenen Brötchen, Brezeln oder Brot die richtige Konsistenz hat, testet Schmitz-Guggenbichler mit der Daumenprobe: Dafür den fertigen Teig eine Viertelstunde ruhen lassen und dann den Daumen leicht auflegen. „Sinkt der Daumen durch das Eigengewicht ein, ist der Teig perfekt.“

Wer unsicher ist, kann einen Probeknödel kochen. Fällt er auseinander, ist der

Teig zu weich. Kommen Semmelbrösel, Gries oder Mehl dazu, wird er fester. Ist der Knödel zu kompakt, fehlt Flüssigkeit wie Milch oder Wasser. „Auch ein Schluck Bier kann passen“, sagt Schmitz-Guggenbichler.

Eine Berühmtheit unter den Knödeln und Klößen ist der Thüringer Kloß. „Der klassische Thüringer Kloß besteht zu zwei Dritteln aus rohen Kartoffeln, zu einem aus gekochten und hat einen Kern aus gerösteten Semmelwürfeln“, sagt Elke Schüller, Leiterin der Thüringer Kloß-Welt in Heichel-

heim. Das genaue Rezept mit kleinen Abwandlungen werde in vielen Thüringer Familien und Gastronomiebetrieben streng gehütet. „Wichtig bei der Zubereitung der Klöße ist, mehliges Kartoffeln zu verwenden und dass die geformten Klöße im kochenden Wasser genug Platz zum Schwimmen haben“, so Schüller. Raffinesse bekommt der Kloß in einer süßen Variante, bei der der Teig frittiert wird. „Serviert mit Eis und Fruchtsoße kommt so ein köstliches Dessert auf den Teller“, sagt Schüller.

Ulrike Geist

HAUSHALTS-TIPP

Klöße vom Vortag verwerten

Wer Klöße übrig hat, kann sie später mit Blut- und Leberwurst in der Pfanne braten. Dazu empfiehlt Elke Schüller einen Salat: „Und fertig ist eine komplette Mahlzeit.“ Auch bei Semmelknödeln lohnt es sich, darauf zu achten, dass Reste übrig bleiben. Michaela Schmitz-Guggenbichler schlägt ein Knödel-Carpaccio mit gebratenen Pilzen, gerösteten Knödelscheiben mit Ei oder einen Knödel-Wurst-Salat vor. Für einen Salat mit Zwiebeln und Essig-Öl-Dressing werden die Knödel in Stücke geteilt und in die Marinade gegeben.

Pilze in Essig einlegen

Das Einlegen in Marinaden ist eine einfache Methode zum Haltbarmachen

Pilze lassen sich in einer Essig-Marinade ganz einfach haltbar machen. So können sie monatelang aufbewahrt werden. Das funktioniert besonders gut mit Champignons, aber auch mit Shiita-

kepilzen oder Austernseitlingen. Vor dem Einlegen werden die Pilze gewaschen, eventuell geschnitten und in Schraubgläser verteilt. Die Marinade besteht zu einem Viertel aus Essig und zu drei

Vierteln aus Wasser. Das Ganze mit Zucker und Gewürzen – wie Nelken, Senfkörnern, Zwiebeln, Knoblauch und Lorbeerblättern – aufkochen und abkühlen lassen. Dann den Sud über die

Pilze gießen, die Gläser schließen und einkochen. Beim Essig darf man wählen: Obstessig, Weinessig und Kräuternessig sind geeignet, Branntweinessig und Essigessenz nicht.



FOTO: ROLAND HOLSCHNEIDER

