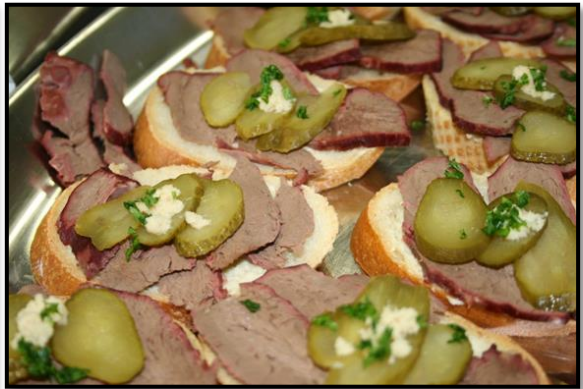


Rezeptheft aus der ALH Kupferzell





Rinderherz

Zubereitungsdauer:	25 Minuten	Portionen:	4
--------------------	------------	------------	---

Zutaten	Zubereitung
250 g Rinderherz	Herz gründlich waschen und in einen Topf mit ca. 1 L Wasser und Gewürzen geben, so dass das Herz mit Wasser bedeckt ist, Ca. 60 Minuten leicht köchelnd garen.
1 EL Pökelsalz	
2 Wacholderbeeren	
2 Lorbeerblätter	Ggf. nach dem Garen die Blutgefäße entfernen.
3 Nelken	Anschließend das Herz in dünne Scheiben schneiden.
2 Pfefferkörner	
4 kl. Baguette	Butter und Meerrettich vermengen und auf die Baguettescheiben streichen.
70 g Butter (weich)	
3 EL Meerrettich	Dann mit den Herzscheiben belegen. Karotte waschen, schälen und in kleine Streifen raspeln. Essigurken in Scheiben schneiden und mit den Karottenstreifen auf dem Baguette garnieren.
1 Karotte	
3 Essigurken	



Blutwurstmaultaschen

- Fleischbrühe -

Zubereitungsdauer:	15 Minuten	Portionen:	4
--------------------	------------	------------	---

Zutaten	Zubereitung
1 Bund Suppengrün	<p>Suppengrün waschen, schälen und in grobe Stücke schneiden.</p> <p>Zwiebel schälen und mit Lorbeerblatt und Nelken spicken.</p> <p>Suppenfleisch, Knochen sowie Gemüse mit 1 TL Salz in einen Topf geben, mit ca. 2 l Wasser bedecken und zum Kochen bringen.</p> <p>Anschließend bei geringer Hitze ca. 2 Stunden köcheln lassen.</p> <p>In den ersten 15 Minuten Schaum mehrmals abschöpfen.</p> <p>Zum Schluss die Brühe durchsiehen und abschmecken.</p>
1 Zwiebel	
1 kl. Lorbeerblatt	
1 Gewürznelke	
500 g Suppenfleisch (Brustkern/Querrippen)	
2 - 3 Suppenknochen	
1 TL Salz	



Blutwurstmaultaschen

- Nudelteig -

Zubereitungsdauer:	15 Minuten	Portionen:	4
--------------------	------------	------------	---

Zutaten	Zubereitung
125 g Mehl	Alle Zutaten zu einem Teig verkneten, zugedeckt ruhen lassen. Teig auf bemehlter Arbeitsfläche zum 2 mm dicken Rechteck auswellen und - falls gewünscht - mit Teigrädchen in die gewünschte Form bringen.
25 g Hartweizengrieß	
2 EL Wasser	
2 Eier	
2 EL Olivenöl	
½ TL Salz	



Blutwurstmaultaschen

- Füllung & Fertigstellung -

Zubereitungsdauer:	20 Minuten	Portionen:	4
--------------------	------------	------------	---

Zutaten	Zubereitung
150 g Blutwurst (ohne Haut)	Blutwurst in feine Würfel schneiden, Majoran hacken und mit Pfeffer würzen, Eiklar mit Wasser verquirlen. Ränder des Nudelteigs mit verquirltem Eiklar bestreichen und Blutwurstmasse teelöffelgroß auf die Hälfte der Teigplatte setzen. Anschließend mit 2. Teigplatte bedecken. Mit Kochlöffel Maultaschenformen abbilden und ausrädeln. In der heißen Fleischbrühe ca. 5 - 10 Minuten gar ziehen lassen.
5 Majoranstiele	
1 Prise Pfeffer	
1 Eiklar	
1 EL Wasser	



Nierengeschnetzeltes mit Crème fraîche

Zubereitungsdauer:	15 Minuten	Portionen:	4
--------------------	------------	------------	---

Zutaten	Zubereitung
370 g geputzte Schweinenieren	Nieren in Streifen schneiden und in ÖL scharf anbraten, dann ca. 3 Minuten garen lassen.
2-3 EL Öl	
1 Pck. Vanillezucker	Nieren mit Vanillezucker und Zimt bestreuen.
2 Prisen Zimt	Crème fraîche einrühren und aufkochen lassen, mit Rosmarin verfeinern und abschmecken.
150 g Crème fraîche	
1 TL Rosmarin	Auf das fertige Gericht etwas Salz streuen und servieren.
½ TL Salz	



Rote-Bete-Brötchen

Zubereitungsdauer:	30 Minuten	Portionen:	4
--------------------	------------	------------	---

Zutaten	Zubereitung
300 g Mehl	Mehl, Salz und Zucker in eine Schüssel geben.
1 Prise Zucker	Hefe in das Mehl bröseln.
1 TL Salz	Rote-Bete-Saft mit Butter handwarm erwärmen und zum Mehl dazugeben.
25 g frische Hefe	Teig gut durchkneten und ca. 1 Stunde ruhen lassen, bis er sich etwa verdoppelt hat.
25 g Butter	Teig zu gleichmäßigen Kugeln formen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen.
ca. 150 ml Rote-Bete-Saft	Mit Wasser bestreichen und mit Sesam bestreuen.
2 EL Sesam	Im Backofen bei 180 °C Umluft ca. 20 Minuten backen.



Leber-Patties

Zubereitungsdauer:	30 Minuten	Portionen:	4
--------------------	------------	------------	---

Zutaten	Zubereitung
1 Zwiebel	Brötchen in einer Schüssel mit Wasser einweichen. Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden.
1 Knoblauchzehe	
1 Brötchen vom Vortag	Knoblauchzehe schälen und durch die Knoblauchpresse drücken.
200 g Leber	
300 g gem. Hackfleisch	Leber in Scheiben schneiden und kurz abkochen, anschließend in feine Würfel schneiden.
¼ Bund Petersilie	
1 Ei	Petersilie hacken und alle Zutaten in eine Schüssel geben und verkneten.
1,5 TL Salz	
1 Prise Pfeffer	Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Senf würzen, abschmecken.
1 TL Paprikapulver	
1 EL Senf	Masse zu Patties formen und in Öl anbraten.
etwas Öl	



Quitten-Birnen-Chutney

Zubereitungsdauer:	40 Minuten	Portionen:	4
--------------------	------------	------------	---

Zutaten	Zubereitung
500 g Quitten	Quitten mit einem trockenen Tuch abreiben, schälen, achtern, entkernen und in kleine Stücke schneiden.
125 g Birnen	
75 g Schalotten	Birnen waschen, entkernen und ebenfalls zerkleinern, Schalotten schälen und würfeln.
1 rote Chilischote	
½ EL frischer Ingwer	Chilischote und Ingwer putzen und fein hacken.
125 ml Apfelsaft	
60 ml Apfelessig	Alle Zutaten in einen Topf geben und unter Rühren zum Kochen bringen, mindestens 5 Minuten köcheln lassen.
250 g Gelierzucker	
1 Sternanis	Chutney abschmecken und in vorbereitete Schraubdeckelgläser (Twist-off-Gläser) füllen und verschließen, sofort umdrehen und ca. 5 Minuten in dieser Position stehen lassen.
1 kl. Zimtstange	
1 EL Salz	



Matcha-Brotchen

Zubereitungsdauer:	30 Minuten	Portionen:	4
--------------------	------------	------------	---

Zutaten	Zubereitung
300 g Mehl	Mehl, Salz und Zucker in eine Schüssel geben.
1 Prise Zucker	Hefe in das Mehl bröseln und Ei hinzugeben.
1 TL Salz	Wasser, Butter und Matcha handwarm erwärmen und zum Mehl dazugeben.
25 g Hefe	Teig gut durchkneten und ca. 1 Stunde ruhen lassen, bis er sich etwa verdoppelt hat.
25 g Butter	Dann Teig zu gleichmäßigen Kugeln formen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen.
150 ml Wasser	Mit Wasser bestreichen und mit Sesam bestreuen.
3 TL Matcha	Im Backofen bei 180 °C Umluft ca. 20 Minuten backen.
2 EL Sesam	



Veggi-Patties

Zubereitungsdauer:	25 Minuten	Portionen:	4
--------------------	------------	------------	---

Zutaten	Zubereitung
1 Dose Kidneybohnen	Kidneybohnen abgießen und mit einer Gabel oder mit dem Handmixer zerkleinern.
1 kl. Dose Mais	
1 kl. Zwiebel	Zwiebel in kleine Würfel schneiden und mit dem Mais zu den Kidneybohnen geben.
1 EL Tomatenmark	
1 TL Salz	Tomatenmark und Gewürze zugeben und vermengen.
2 Prisen Pfeffer	
10 EL Haferflocken	Nach Bedarf Haferflocken untermischen, bis die Masse formbar und nicht klebrig ist.
etwas Öl	
	Patties in Öl anbraten.



Rote-Bete-Dip

Zubereitungsdauer:	15 Minuten	Portionen:	4
--------------------	------------	------------	---

Zutaten	Zubereitung
300 g frische Rote Bete	Rote Bete schälen und in Würfel schneiden, ca. 20 Minuten garen (Tipp: Handschuhe tragen!). Alle Zutaten mischen. Mit dem Pürierstab mixen, bis eine homogene Masse entsteht.
100 g Feta-Käse	
1 EL Sesampaste	
2 EL Zitronensaft	
1 kl. Knoblauchzehe	
1 TL Paprikapulver	
1 TL Salz	



Akademie für Landbau und Hauswirtschaft Kupferzell
Schlossstraße 1
74635 Kupferzell

Telefon: 07944 9173-0
E-Mail: info@akademie-kupferzell.de
Internet: www.akademie-kupferzell.de



März 2019