

Kochstudio 30.10.2014

Rheinland – Apfelland

Unsere Rezeptideen für Sie:

Apfelschaumsuppe

Apfel-Zwiebel-Brot

Herzhafter Apfel-Crumble

Kartoffel-Apfel-Maultaschen

Paprika-Apfel-Aufstrich

Weitere Rezeptideen finden Sie auch im Internet unter www.swk.de/kochstudio



Apfelschaumsuppe

1 Stange Porree

nur den weißen Teil

der Länge nach halbieren, nicht durchschneiden und unter fließendem Wasser waschen. In ca. 2 cm Ringe schneiden.

2 Kartoffeln mittelgroß
mehlig kochend

schälen, in ca. 2 cm große Würfel schneiden.

3-4 Äpfel (je nach Größe)
z.B. Boskop, Elstar

schälen, entkernen, in ca. 2 cm große Würfel schneiden.

1 EL Öl
1 EL Butter

und
in einem Suppentopf erhitzen Porree, Kartoffel und Äpfel darin anschwitzen.

100 ml Weißwein
400 ml Gemüsebrühe
300 ml Apfelsaft
1 TL Salz
½ TL Pfeffer

und
(herstellen nach Packungsangabe)
aufgießen.
und
hinzufügen.

Die Suppe ca. 25 Min köcheln lassen.

(geschlossener Topf, mittlere Hitze)
Nach dem Garen

200 ml Sahne
4 TL Meerrettich
aus dem Glas
1 EL kalte Butter

und
hinzufügen und pürieren, abschmecken und die Suppe mit glasierten Apfelstücke, Backerbsen und gehackten frischen servieren.

Majoranzweige

Glasierte Äpfel

1 Apfel
50 g Zucker

in ca. 1cm große Würfel schneiden.
in einer Pfanne flüssig werden lassen.
Apfelstücke darin schwenken und auf Backpapier abkühlen lassen.

Apfel-Zwiebel-Brot

Vorbereiten:

- | | | |
|-------|------------|--|
| 3 | Zwiebeln | und |
| 1 kl. | Apfel | in feine Würfel schneiden. |
| 2 EL | Olivenöl | in eine Pfanne geben, die Würfel und |
| 3 TL | Senfkörner | hinzufügen und 3 Min. dünsten und abkühlen lassen. |

Zubereitung:

- | | | |
|---------|-------------|--|
| 320 ml | Wasser warm | in eine Rührschüssel füllen. |
| 1 Päck. | Hefe | |
| 1 TL | Zucker | im Wasser auflösen und zugedeckt 10 Min. gehen lassen. |

- | | | |
|--------|---|---|
| 250 g | Roggen-Vollkornmehl | |
| 250 g | Mehl | |
| 1 ½ TL | Salz | und |
| 1 Pck. | Sauerteig flüssig z.B. von Seitenbacher | hinzufügen und mit den Knethaken gut verkneten.
Den Teig 45 Min. gehen lassen. |

In der Zwischenzeit

- | | | |
|------|------------------|---|
| 1 | Kastenform 12x30 | mit Backpapier auslegen.
Dafür den Grundriss der Form auf das Papier zeichnen und ausschneiden.
Die Backform kalt ausspülen und das Papier hineinlegen. |
| 2 TL | Estragon | und die Apfelzwiebelmasse zu dem Teig geben, alles gut verkneten und in die Kastenform füllen.
Weitere 15 Min. gehen lassen. |

Den Backofen vorheizen Ober/Unter 220° C und das Brot 50-55 Min. backen.

Herzhafter Apfel-Crumble

8 Portionen

Streusel

350 g	Mehl	in eine Rührschüssel geben.
2 TL	Zucker	
¼ TL	Salz	untermischen.
200 g	Butter	in Flöckchen hinzufügen und alles mit den Knethaken zu Mürbestreusel verkneten.
250 g	Gouda	oder
	Emmentaler	zerkleinern und mit
60 g	Pinienkernen	unter die Streusel mischen.
4	Äpfel	waschen, entkernen und in 5 mm Spalten schneiden.

Den Backofen auf 200° Ober/Unterhitze vorheizen

Die Äpfelspalten auf 8 feuerfeste, gefettete Portionsschälchen verteilen oder in eine flache Auflaufform füllen.

Mit den Streuseln bedecken und im Backofen ca. 20 Min backen.

Dazu kann eine Portion Feldsalat gereicht werden.

Kartoffel-Apfel-Maultaschen

12 Stück

- 1150 g Kartoffeln
mehlig kochend waschen, in der Schale 30 Min weich kochen, pellen, durch eine Kartoffelpresse drücken und abkühlen lassen.
- 750 g Äpfel(z.B. Elstar) waschen, vierteln , entkernen und in kleine Würfel schneiden.
- 100 g Puderzucker mit
1 TL Zimt mischen und mit den Apfelwürfeln mischen.

Abgekühlte Kartoffeln in eine Rührschüssel geben.

- 310 g Mehl
1 Ei
1 Eigelb
2 Prisen Salz
- Eiweiß erst mal zur Seite stellen. hinzufügen und alles zu einem Teig verkneten. Wenn der Teig zu fest ist, noch etwas Eiweiß hinzufügen. Den Backofen auf 200° C vorheizen. Eine große flache Auflaufform einfetten schmelzen.

- 100 g Butter

Den Kartoffelteig in 12 Stücke teilen, Stücke auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen (ca. ø 20 cm), mit 2 TL flüssiger Butter bestreichen, 2 EL Apfelmischung darauf verteilen, dabei einen Rand von 1 cm frei lassen. Die Teigkreise vorsichtig aufrollen und mit der Naht nach unten in die Auflaufform legen. Maultaschen mit der übrigen Butter bestreichen und 45 Min goldgelb backen und sofort servieren.

Zu den Maultaschen passt eine Kugel Vanilleeis.

Paprika-Apfel-Aufstrich

Vorbereiten:

60 g	Sonnenblumenkerne	in einer Küchenmaschine mahlen.
1	Knoblauchzehe	fein hacken.
1	Zwiebel	in kleine Würfel schneiden.
450 g	Paprika rot u. gelb	waschen, entkernen, in Würfel schneiden.
150 g	Tomaten	waschen, in Würfel schneiden.
150 g	Äpfel(z.B. Elstar)	waschen, entkernen und in Würfel schneiden.
2 EL	Olivenöl	in einen Kochtopf geben und erhitzen. Zwiebeln Knoblauch darin anschwitzen. Topf von der Kochplatte ziehen.
100 ml		Paprika, Tomaten und Äpfel sowie Wasser
1 EL	Obstessig	
$\frac{3}{4}$ TL	Salz	
$\frac{3}{4}$ TL	Zucker	
$\frac{1}{4}$ TL	Cayennepfeffer	hinzufügen und 20 Min einkochen lassen. Das Gemüse sollte immer kurz vor dem Siedepunkt sein.

Sollte nach dem Garen noch zu viel Flüssigkeit im Topf sein, diese abgießen.

Den Aufstrich pürieren, Sonnenblumenkerne hinzu fügen, abschmecken und abkühlen lassen.

Der Aufstrich schmeckt sehr gut mit Baguette.