

ROBIN
PIETSCH

Heimat küche

EINFACH
ANDERS!

EMF



MIT DEN
BESTEN REZEPTEN AUS DER
SENDUNG MDR UM 4

ROBIN PIETSCH

Heimatküche

EINFACH
ANDERS!



EIN BUCH DER
EDITION MICHAEL FISCHER

Impressum

Alle in diesem Buch veröffentlichten Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt und dürfen nur mit ausdrücklicher schriftlicher Genehmigung des Verlags gewerblich genutzt werden. Eine Vervielfältigung oder Verbreitung der Inhalte des Buchs ist untersagt und wird zivil- und strafrechtlich verfolgt. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die im Buch veröffentlichten Aussagen und Ratschläge wurden von Verfasser und Verlag sorgfältig erarbeitet und geprüft. Eine Garantie für das Gelingen kann jedoch nicht übernommen werden, ebenso ist die Haftung des Verfassers bzw. des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ausgeschlossen.

Bei der Verwendung im Unterricht ist auf dieses Buch hinzuweisen.

EIN BUCH DER EDITION MICHAEL FISCHER

1. Auflage 2021

© 2021 Edition Michael Fischer GmbH, Donnersbergstr. 7, 86859 Igling

Covergestaltung, Layout und Satz: Michaela Zander

Redaktion und Lektorat: Lisa Helmus

Herstellung: Carina Ries

Foodfotografie und Kapitelaufmacher: Nadja Buchczik, Bielefeld – nadjabuchczik.de

Foodstyling: Anton Enns, Bielefeld – Gaumenwerkstatt

Peoplefotografie und Coverfoto: Ben Kruse, Blankenburg – benkruse.net

ISBN 978-3-7459-0839-8

www.emf-verlag.de

Inhalt

Vorwort

ZUM EINSTIEG

Robins Kulinarische Heimat

Regionalität und Einkauf, Frische und Saisonalität

für den Anfang

Garverfahren

Saucen & Fonds, Grundrezepte

ALLER ANFANG IST LEICHT

ROBINS KOCHSCHULE

Knackiger Strauchtomatensalat mit karamellisierten
Haselnüssen

Vegetarisches „Hühner“frikassee mit Champignons

Deftige Ei-Kartoffel-Schnitte mit Rosmarin und Thymian

Cremige Samtsuppe von der Lachsforelle

Sommerlicher Flammkuchen mit Feigen und Ziegenkäse

Gefülltes Ofenkartoffeln-Zweierlei: klassisch und modern
interpretiert

Luftige Focaccia mit Kirschtomaten-Topping.

Nudeln mit Tomatensauce und Jagdwurst

Geschichteter Mille-feuille-Joghurt mit Rhabarber und
Hafercrumble

HEIMATKÜCHE, ABER ANDERS

aromatischer Grünkohlsalat mit Wildschinken und Datteln

erfrischender Linsensalat mit Roter Bete und grünem Apfel
fruchtige Kürbissuppe mit karamellisierten Kürbiskernen
zarter Kalbstafelspitz mit glasierten Möhren und Meerrettich
herzhafte Rinderrouladen mit Rotkohlsalat, Preiselbeeren und Selleriepüree
Geräucherte Forelle mit Kartoffelpüree und grünen Bohnen
Tote Oma mit Weißkohl-Salat und Kartoffelschaum
Hackus & Knieste Tartar mit Backkartoffeln und Wildkräuter-Salat
Königsberger Klopse mit Roter Bete und frittierten Kapern
Omas Möhrensuppe

KLEIN, ABER OHO

SNACKS UND KLEINIGKEITEN FÜR UNTERWEGS UND
ZWISCHENDURCH

Knackige Parmesan-Grissini mit Thymian
Frühlingsfrische Spinat-Quiche
Knusprige Hähnchen-Nuggets und Kartoffelspalten mit Estragon-Mayonnaise
Frittierter Kabeljau im Tempurateig mit Salsa
Krustiges Sauerteigbrot mit Kalbstartar
Leckere Dips für alle Anlässe

FRISCH UND FEIN

FÜR DEN LEICHTEN GENUSS

Abwechslungsreiche Grund-Dressings zum Kombinieren
Crunchiger Brotsalat mit Speck, Parmesan und pochiertem Ei
Rohköstlicher Topinambur-Salat mit gerösteten Haselnüssen

[Saftiger Sellerie-Apfel-Salat mit Walnüssen](#)
[Fruchtige Sorbets gegen Langeweile im Eisfach](#)
[Samtige Kartoffel-Lauch-Suppe mit Räucherforelle](#)
[Sahnige Maronensuppe mit glasierten Maronen](#)
[Sämige Pilzrahmsuppe mit gebratenen Pfifferlingen](#)
[Elegante Hochzeitssuppe mit Fleischklößchen und Eierstich](#)
[Knusprig gebratene Scholle mit Spinat und Kirschtomaten](#)
[Leichter Spargel-Radieschen-Salat mit geräucherter Forelle](#)
[Zitronige Ceviche vom Kabeljau](#)
[Saftiges Fenchelgemüse mit gedämpftem Fisch und karamellisierten Haselnüssen](#)

FÜR DEN GROSSEN HUNGER

DEFTIGES NACH LANGEN TAGEN

[Feine Kalbsbäckchen mit Kartoffel-Espuma und Feldsalat](#)
[Knuspriger Schweinebauch mit Spitzkohlsalat und Apfel-Jus](#)
[Saftiges Hähnchen in der Salzkruste mit Fenchelgemüse](#)
[Mediterraner Lammrücken mit geräuchertem Auberginentatar und Polenta](#)
[Deftiges Wildgulasch mit gebratenen Pilzen und Sauerkraut](#)
[Rindergeschnetzeltes im Brotlaib](#)
[Gebratener Saibling mit Kohlrabisalat und Risotto](#)
[Buttriges Zanderfilet mit Kartoffelsalat und Chimichurri](#)
[Pfiffiges Fisch und „Chips“ mit grünem Spargel](#)
[Goldbraun paniertes Sellerieschnitzel mit Nussbutter-Kartoffelstampf und Petersilien-Erbsengemüse](#)
[Vegetarischer Linseneintopf mit buntem Gemüse](#)

Knusprige Hirsebratlinge mit Roter Bete und Kopfsala
Körniges Buchweizenrisotto mit Käseschaum und Haselnussöl
Goldene Röstis mit Tomatendip und Champignons
Herzhafte Käsespätzle mit Röstzwiebeln und Schnittlauch

SAFE THE DATE

SAISONALE KÖSTLICHKEITEN

Tempura-Spargel mit Sauerampfer-Mayonnaise
Gegrillter Spargelsalat mit konfierten Tomaten
Fruchtiger Spargelsalat mit Erdbeeren
Im Pergament gegarter Lachs mit Spargel und gegrillter Zitrone
Selbstgemachte Gnocchi mit Bärlauchpesto
Bärlauch-Semmelknödel auf Rahmgemüse
Aromatische Pilzconsommé mit gehobelten Pilzen
Geschmorte Rehschulter mit Steinpilzen und Serviettenknödeln
Frisches Zanderfilet mit gedämpftem Grünkohl und gedörrter Birne
Blanchierter Grünkohl mit pochiertem Ei und Topinambur
Würzige Kürbisravioli mit gerösteten Walnüssen
Gebackener Butternuss mit Ziegenkäse und Feldsalat

SÜSSES HÜFTGOLD

FEINE NASCHEREIEN

Fruchtiger Milchreis mit Nussbutter und Pflaume
Feine Blätterteigarteleets mit karamellisierten Feigen und Vanillecreme

[Klassische Crème Brûlée mit Vanille](#)

[Luftiges Grießflammeri mit Heidelbeereis, Heidelbeerragout und Haselnusskrokant](#)

[Feste Erdbeer-Quarkmousse mit Minzeis und Schokoladenstreusel](#)

[Goldbraunes Schmalzgebäck mit Zimt und Zucker](#)

[Feine Quarkkeulchen mit Orange](#)

[Gefüllte Profiteroles mit Amaretto-Creme](#)

DAS GEWISSE EXTRA

TIPPS UND HINWEISE FÜR IHRE HEIMATKÜCHE

[Menüvorschläge](#)

[Saisonkalender](#)

[Über Robin Pietsch](#)

[Danke](#)

[Über mdr um 4](#)

KOCHEN IST *Heimat!*

UND DA IST ES AUCH ERSTMAL EGAL, woher man kommt. Ich für meinen Teil habe meine Wurzeln im wunderschönen Harz – und das schmeckt man, wenn man meine Gerichte probiert. In dieser Gegend habe ich gelernt, wie Heimat für mich schmeckt und wie ich dieses Gefühl mit meinem Essen weitergeben kann. Das Wichtigste dabei ist, sich immer wieder neu mit Altbekanntem auseinanderzusetzen, sich nicht von Traditionen und dem „Das haben wir schon immer so gemacht“ ausbremsen zu lassen. Für meine Küche hole ich mir Inspiration bei Klassischem, Althergebrachtem und bringe dann neuen Schwung rein. Mit ungewöhnlichen Aromen und Konsistenzen spielen, dabei aber regionale und saisonale Lebensmittel verwenden und für den Alltag kochen: Das sind keine Gegensätze.

Ich finde es super, dass sich die Beziehung der Menschen zum Essen mehr und mehr in eine nachhaltige und wertschätzende Richtung entwickelt. Man wird sich immer mehr der Wertigkeit der Produkte und der Region aus der sie kommen bewusst, und richtet seine Art zu kochen danach aus – das ist zumindest meine Wahrnehmung. Nachhaltigkeit und Regionalität ist etwas, wovon ich nicht ganz ohne Stolz sagen kann, dass ich als Koch dafür stehe.

Die Anfrage vom MDR, ob ich nicht in der Sendung *MDR um 4* kochen wolle, hat mich von Anfang an begeistert. Ich kann den Menschen hier meine Idee von regionaler, nachhaltiger Küche vermitteln, kulinarisch von meiner Heimat erzählen und Inspiration schaffen – aus der Sterneküche direkt nach Hause.

Das erste Gericht, das ich bei *MDR um 4* gekocht habe, war ein buntes Wintergemüse. Rote, Gelbe- und Ringelbeete in verschiedenen Variationen, Blumenkohl als Püree und gebraten, dazu knusprigen Brotcrunch.

Das Gericht drückte meine Art zu kochen perfekt aus. Man kennt alles irgendwie – aber eben ganz anders.

In diesem Buch erwartet Sie also meine Art zu kochen. Blättern Sie sich durch die Kapitel „Heimatküche“, „Safe the Date“ und all die anderen, und probieren Sie mal etwas ganz Neues, oder eben auch etwas ganz Klassisches aus.

Meine Heimatgerichte schaffen für mich eine tiefe Zufriedenheit und ein Gefühl von zu Hause, das man auch schmeckt, wenn man anderswo lebt. Die Gerichte in diesem Buch sollen genau das erreichen – ich hoffe, Sie schmecken es auch.

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'J. J.' with a stylized flourish underneath.



ZUM EINSTIEG



Vor dem Einstieg in den Rezeptteil lade ich Sie ein, sich mit den Grundlagen meiner Küche auseinanderzusetzen. Warum ich koche, wie ich koche, und welche Fonds ich immer auf Vorrat habe, erfahren Sie hier.



Robins KULINARISCHE HEIMAT

EINE HEIMAT UND EIN ZUHAUSE, in dem ich mich wohlfühle, waren für mich immer wichtig. Auch an den Stationen meines Lebens, an denen ich nicht wusste, wo es für mich beruflich oder privat hingehet, war klar: Ich gehe hier nicht weg.

Hier im Harz bin ich aufgewachsen, habe Familie und Freunde um mich herum, und meine Oma Christa, eine meiner engsten Bezugspersonen, lebt hier. Als Kind war ich oft bei ihr, schaute ihr beim Kochen zu und lernte typische Harzer Gerichte wie ihre Möhrensuppe, Hackus und Knieste oder die oft unterschätzten Nudeln mit Tomatensauce und Jagdwurst kennen und lieben.

Meine Oma erlebte die unmittelbare Nachkriegszeit und die DDR mit. An Überfluss war nicht zu denken und so kamen bei ihr vor allem regionale und saisonale Zutaten auf den Tisch. Steckrüben, Möhren, Kartoffeln, Grünkohl – alles zu seiner Saison. Ich liebe die ehrlichen und bodenständigen Gerichte, die aus diesen Zutaten entstehen.

Wenn ich heute meine Oma besuche und sie mich fragt, was sie für mich kochen soll, ist die Antwort ganz klar: Möhrensuppe, was sonst?

BACK TO THE ROOTS, BACK TO OMA

Diese Erinnerungen an Omas Gerichte kamen auch wieder hoch, als es um meine eigene kulinarische Ausrichtung ging. Ich kam aus der Patisserie, hatte meine Ausbildung zum Koch absolviert, professionalisierte mich noch weiter und wollte so schnell wie möglich mit meinem eigenen Restaurant eine Karriere starten.

Bei der Eröffnung des *Zeitwerks* wollte ich, dass meine Gäste das gleiche Gefühl haben wie ich zu Hause bei Oma am Esstisch. Nach Hause kommen und sich gleich wohlfühlen –

mehr wie in einem ausgelagerten Wohnzimmer als in einem Restaurant.

Und dann war mein Motto klar: Back to the roots, back to Oma. Inspiration holte ich mir von den Gerichten, die ich von früher kannte – und dann ließ ich meine eigene Vision von guter Küche einfließen. Und das kam bei den Gästen gut an!

FISCH AUS VECKENSTEDT, KÄSE AUS WESTERHAUSEN

Ich arbeitete mich also durch die Region und ging auf die Suche nach klassischen Heimatgerichten, wie meine Oma sie kocht. Ich setzte mich damit auseinander, wie diese Rezepte funktionieren, wie ihre Komponenten zueinander passen, und dann spielte ich mit Aromen und Konsistenzen und brachte meine Ideen mit rein. Ein bisschen um die Ecke, ein bisschen alternativ, und mit ganz viel „Warum eigentlich nicht?“

Ein Muss dafür waren qualitativ hochwertige, regionale und saisonale Zutaten. Mir war wichtig, möglichst alles von regionalen Erzeugern zu beziehen. Anstatt weite Wege zurückzulegen, sollte der Fisch also aus Veckenstedt kommen, der Käse aus Westerhausen und das ein oder andere Gemüse auch schon mal aus Omas Garten. Meine Küche sollte aus der Region und für die Region sein. Und das ist es auch, was kulinarische Heimat für mich bedeutet. Sie müssen nicht von hier sein, um das zu schmecken – Sie müssen sich nur darauf einlassen können.

Regionalität UND EINKAUF, FRISCHE UND SAISONALITÄT

WENN MAN ZUTATEN wirklich frisch kaufen und am Ende nicht mit wässrig schmeckenden Produkten dastehen möchte, gibt es nur eine Möglichkeit: Saisonal einkaufen und wirklich kein Lebensmittel außerhalb seiner Zeit verarbeiten.

Eine gute Orientierung dafür, wann welches Gemüse Saison hat, ist der Saisonkalender ([siehe hier](#)) in diesem Buch. Wer keine Lust hat, sich einzulesen, kann sich aber auch auf dem hiesigen Wochenmarkt inspirieren lassen. In der Regel bieten die Landwirte dort Produkte aus eigenem Anbau an – und das macht dann Erdbeeren im März zu einem Ding der Unmöglichkeit. Trauen Sie sich außerdem ruhig mal zu fragen, wo das Gemüse vom Stand herkommt.

AUF DIE EIGENEN SINNE IST VERLASS

Möchte man sichergehen, dass Produkte, die man gekauft hat, noch frisch sind, verlässt man sich am besten auf seine eigenen Sinne.

Besonders bei Fleisch und Fisch kann man über Geruch und Aussehen der Stücke herausfinden, ob es noch gut ist. Riecht Fleisch neutral, mild oder säuerlich, ist alles in Ordnung. Geht der Geruch hingegen ins Süßliche oder tritt Saft aus, sollte das Stück nicht mehr verwendet werden. Ein Alarmsignal kann außerdem die Fleischfärbung sein. Rind oder Schwein mit leichtem Grünstich oder Geflügel, das grau oder gelb verfärbt ist, gehören nicht mehr auf den Teller.

Frischer Fisch sollte nicht den typischen „Fischgeruch“ haben, sondern allenfalls nach Salz oder Algen riechen. Mein Tipp außerdem: Überprüfen Sie mal die Augen – eingefallene und trübe Augen deuten darauf hin, dass das Produkt schon eine

Weile liegt.

INSIDERINFORMATIONEN DIREKT VOM HERSTELLER

Ich kaufe gern regional, weil ich meine Waren so selbst auf ihre Qualität überprüfen kann. Besonders zu Beginn einer Kooperation mit einem regionalen Hersteller oder Anbieter besuche ich den entsprechenden Hof oder Laden, die Bäckerei oder das Gut. Dann kann ich die Produkte, die ich gern verwenden möchte, direkt probieren, sie gedanklich in meine Menüplanung einbauen und im Zweifelsfall etwas davon mitnehmen, um die Meinung meines Teams einzuholen. Sehr wertvoll sind auch die Tipps der Hersteller selbst. Sie kennen ihre Produkte und können oft eine Kombination mit passenden Aromen oder eine bestimmte Verarbeitungsweise empfehlen.

Für Privatpersonen ist das natürlich nicht immer möglich, dennoch dürften Sie überrascht sein, wie sehr Landwirte und Hersteller aus dem Nähkästchen plaudern, wenn man sich dazu entschließt, doch mal direkt im Hofladen einzukaufen, und nach einem Trick für das nächste Sonntagsmenü fragt.

SCHRITT FÜR SCHRITT ZUR EIGENEN HEIMATKÜCHE

Für den Alltag ist es nicht immer möglich, jedes einzelne Produkt vor Ort zu kaufen. In diesem Buch möchte ich jedoch den Anstoß geben, zumindest schrittweise in dieser Richtung weiterzudenken. Im Kapitel „Save the date“ gibt es darum Rezepte, die eben nicht das ganze Jahr lang gekocht werden können. Spargel, Kürbis, Grünkohl und Co. haben ihre Saison. Belohnt werden Sie mit einem fantastischen Aroma und einem neuen Blick auf Ihre Heimatküche.

FÜR DEN *Anfang*

Bevor Sie sich jetzt voller Tatendrang in die Rezepte stürzen und zwischen den Seiten stöbern, möchte ich Ihnen noch einige Basics ans Herz legen. Zum Einstieg finden Sie hier die Erklärung der Garverfahren, die ich für meine Gerichte anwende, und Grundrezepte, die ich immer wieder brauche. Einige der Saucen werden Ihnen im Rezeptteil wieder begegnen – gern können Sie aber auch mal eine Sauce kombinieren, wo keine dabei steht, oder ein anderes Rezept ausprobieren.

Garverfahren

MIT FEUCHTER WÄRME:

Kochen: Die Lebensmittel werden in 100 °C heißem Wasser im Topf gegart. Nicht alle Nahrungsmittel sind für diese Garmethode geeignet, denn bei empfindlichen Lebensmitteln gehen wasserlösliche Vitamine und Mineralstoffe verloren.

Pochieren/Garziehen: Lebensmittel werden pochiert, wenn sie bei 70–98 °C in einer wässrigen Flüssigkeit gegart werden. Diese Methode ist vor allem für empfindliche Lebensmittel geeignet, sie ist schonend und bewahrt viele produkteigene Vitamine.

Dämpfen: Beim Dämpfen werden Lebensmittel bei 100 °C im Wasserdampf gegart. Neben einem passenden Deckel benötigt man hierzu einen Dämpfeinsatz für den Topf. Im Topf selbst darf sich nur so viel Wasser befinden, dass die zu garenden Lebensmittel damit nicht in direkten Kontakt kommen. Diese Garmethode geht mit einem geringen Geschmacksverlust und wenig Flüssigkeitsverlust einher. Die Gartemperatur kann durch eine Druckerhöhung gesteigert und die Garzeit damit verkürzt werden.

Dünsten: Gedünstete Lebensmittel werden gleichbleibend bei 100 °C bzw. 130 °C in Fett, einer geringen Menge an Flüssigkeit oder im eigenen Saft gegart. Das Dünsten ist eine schonende Zubereitungsart für wasserreiche Lebensmittel, dabei austretende Flüssigkeit kann zur Vollendung und zum Abschmecken der Speisen verwendet werden.

Sous Vide: Bei dieser Methode wird in einem Kunststoffbeutel das Gargut vakuumiert und in einem Wasserbad bei unter 100 °C gegart. Wer kein Vakuumiergerät besitzt, kann auch zu einem herkömmlichen Ziplock-Beutel greifen, aus dem mit einem Strohhalm die Luft gesaugt und ein Vakuum erzeugt wird. Mithilfe eines Bratenthermometers kontrollieren Sie dann

während des Garprozesses immer wieder die Temperatur des Wassers, die gleichbleibend niedrig sein sollte.

Die Garmethode ist besonders schonend, zudem bleibt der Eigensaft und die Form der gegarten Lebensmittel erhalten.

MIT TROCKENER WÄRME:

Kurzbraten in der Pfanne: Wird etwas in der Pfanne mit Fett kurzgebraten, ist eine Temperatur von 200 °C nötig. Beim Kurzbraten wird Bratensaft gebildet, der für die Saucenverarbeitung genutzt werden kann. Wenn das Gargut sautiert wird, bedeutet dies, dass es in der Pfanne geschwenkt wird.

Langzeitbraten im Ofen: Die Lebensmittel werden bei 180–200 °C im Ofen zubereitet. Reduzieren Sie die Temperatur, nachdem sich eine Bratenkruste gebildet hat. Danach kann das Gargut nach und nach mit dem ausgetretenen Bratenfett übergossen werden, so trocknet es an der Oberfläche nicht aus und bleibt saftig. Beigelegtes Würzgemüse beeinflusst die Geschmacksbildung des Garguts.

Schmoren: Wird ein Lebensmittel geschmort, so erfolgt dies in drei Stufen. Zunächst wird es bei 200 °C angebraten, die zuzugebende Flüssigkeit wird separat bei 160 °C aufgekocht. Anschließend wird sie zum Braten gegeben und alles zusammen abgedeckt bei 100 °C im Ofen geschmort. Die Flüssigkeit sollte lediglich den Boden des Bräters bedecken, der Garprozess des Garguts selbst wird durch den aufsteigenden Dampf unterstützt. Diese Garmethode ist vor allem für Lebensmittel mit fester Struktur geeignet. Diese erreichen eine intensive Bräunung, der beigelegte Sud ergibt zusätzlich eine aromatische Sauce.

Backen: Wird etwas gebacken, dann wird es bei 180–250 °C im Ofen gegart. Nach einer gewissen Zeit entsteht eine gebräunte Backkruste und mit ihr Röstaromen. Sie können zwischen verschiedenen Backprogrammen wählen, Ober- und Unterhitze erzeugt eine milde Hitze. Durch die Oberhitze bildet sich eine Backkruste auf dem Gargut, die Unterhitze bewirkt

parallel, dass die enthaltene Flüssigkeit verdampft.

Frittieren: Frittieren bezeichnet einen Garvorgang durch kurzzeitige Hitzeeinwirkung von ca. 180 °C in Fett. Besonders daran ist die gleichmäßige Bräunung des Garguts. Das Frittieren sorgt für einen intensiveren Geschmack und eine ansprechende Optik.



Saucen & Fonds

GRUNDREZEPTE

Saucen und Fonds können entscheidend dazu beitragen, ein Gericht so richtig abzurunden. Dafür ist es hilfreich, auf einer guten Grundlage aufzubauen, die man immer wieder variieren kann. Hier finden Sie meine Top-5-Basisrezepte.

HELLE FLEISCHBRÜHE

ZUTATEN

Für 2 Liter

je 100 g Fenchel, Möhren und Lauch

1 Zwiebel

2 EL Pflanzenöl

Salz

2 EL Zucker

2,4 kg Geflügelkarkassen und -abschnitte

10 weiße Pfefferkörner

4 Pimentkörner

2 Lorbeerblätter

ZUBEREITUNGSZEIT

2 ½ Stunden

ZUBEREITUNG

Fenchel, Möhren und Lauch waschen, putzen oder schälen und in grobe Würfel schneiden. Zwiebel schälen und ebenfalls grob würfeln.

Öl in einem großen Topf erhitzen und das Gemüse darin farblos andünsten. Gemüse salzen, mit Zucker bestreuen und bei geringer Hitze in etwa 30 Minuten farblos karamellisieren lassen.

Topf mit 2,5 l Wasser auffüllen und die Geflügelkarkassen und -abschnitte hinzugeben. Brühe langsam erhitzen und aufkochen. Auf niedrigster Stufe 1 Stunde köcheln lassen. Den dabei entstehenden Schaum nach und nach mit einer Schaumkelle abschöpfen.

Währenddessen in einer kleinen beschichteten Pfanne bei hoher Hitze Pfefferkörner, Pimentkörner und Lorbeerblätter kurz rösten, dann zur Brühe geben. Brühe weitere 30 Minuten köcheln lassen. Sieb mit einem Passier- oder Geschirrhandtuch auslegen. Brühe durch das Sieb in einen weiteren Topf passieren oder in heiß ausgespülte oder abgekochte Gläser füllen.

TIPP:

Durch das langsame Erhitzen der Brühe kann der Fleischgeschmack besser austreten und die Brühe schmeckt aromatischer.

BRAUNE KALBSBRÜHE

ZUTATEN

Für 2 Liter

2 kg Kalbsknochen oder -abschnitte

je 100 g Möhren und Knollensellerie

50 g Petersilienwurzel

100 g Lauch

1 Zwiebel

60 g Speck (am Stück)
2 EL Pflanzenöl
2 EL Tomatenmark
Salz
2 EL Zucker
2 Lorbeerblätter
4 Pimentkörner
10 Pfefferkörner
6 Wacholderbeeren

ZUBEREITUNGSZEIT

5 Stunden

ZUBEREITUNG

Backofen auf 240 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Kalbsknochen auf einem Ofengitter verteilen und für 10 Minuten im heißen Ofen rösten. Dabei ein tiefes Backblech als Fettpfanne darunterstellen. Ofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) herunterdrehen und die Knochen für weitere 2 Stunden rösten.

Währenddessen Möhren, Knollensellerie, Petersilienwurzel und Lauch waschen, putzen oder schälen und in grobe Würfel schneiden. Zwiebel schälen und ebenfalls grob würfeln. Speck klein würfeln.

Öl in einem großen Topf erhitzen, das Gemüse darin anbraten. Speck hinzugeben und mit anbraten. Tomatenmark hinzugeben, mitrösten. Röstgemüse salzen und mit Zucker bestreuen. Topf mit 2,5 l Wasser auffüllen und die Kalbsknochen und Abschnitte hinzugeben. Brühe langsam erhitzen, aufkochen lassen. Auf niedrigster Stufe 2 Stunden köcheln lassen. Den dabei entstehenden Schaum nach und nach mit einer Schaumkelle abschöpfen.

Währenddessen in einer kleinen beschichteten Pfanne bei hoher Hitze Lorbeerblätter, Pimentkörner, Pfefferkörner und Wacholderbeeren kurz rösten, dann zur Brühe geben. Brühe weitere 30 Minuten köcheln lassen.

Sieb mit einem Passier- oder Geschirrhandtuch auslegen. Brühe durch das Sieb in einen weiteren Topf passieren oder in heiß ausgespülte oder abgekochte Gläser füllen.

TIPP:

Durch das Anrösten entwickeln die Gewürze ihr volles Aroma. Sobald sie anfangen zu duften, ist der richtige Zeitpunkt gekommen, sie aus der Pfanne zu nehmen.

EINLEGEFOND FÜR ESSIGGEMÜSE

ZUTATEN

Für 3 Liter

875 ml Essig

250 g Zucker

3 gestr. TL Salz

2 EL Senfkörner

8 Pimentkörner

3 Lorbeerblätter

8 Wacholderbeeren

10 Pfefferkörner

AUSSERDEM

6 Einmachgläser (à 500 ml)

ZUBEREITUNGSZEIT

20 Minuten

ZUBEREITUNG

Alle Zutaten zusammen mit 2125 ml Wasser in einen Topf geben und aufkochen, gelegentlich umrühren. Währenddessen die Gläser heiß ausspülen oder auskochen.

Heißen Essig-Sud in die vorbereiteten Gläser füllen. Gläser gut verschließen und kurz umdrehen.

Das gewünschte Gemüse (z. B. Möhren oder Radieschen) waschen, schälen oder putzen. Fond erneut kurz aufkochen

lassen. Das Gemüse in heiß ausgespülte oder abgekochte Gläser geben, mit dem heißen Sud übergießen und fest verschließen.

INFO:

Wenn die Gläser nach dem Befüllen umgedreht werden, entsteht ein Vakuum, das den Fond länger haltbar macht.

PFLAUMEN-SUD

ZUTATEN

Für 1 Liter

250 ml roter Portwein

250 ml Rotwein

90 g Muscovadozucker (siehe Info)

700 ml Pflaumensaft

3 Zimtstangen

AUSSERDEM

4 Einmachgläser (à 250 ml)

ZUBEREITUNGSZEIT

15 Minuten

ZUBEREITUNG

Alle Zutaten in einen Topf geben und aufkochen. Pflaumen-Sud durch ein Sieb in die heiß ausgespülten oder abgekochten Gläser füllen, alternativ Pflaumen direkt damit übergießen. Gläser fest verschließen und kurz umdrehen.

INFO:

Der unraffinierte braune Muscovadozucker kommt ursprünglich von der Insel Mauritius und ist ein echter Geheimtipp. Sein kräftiges, karamellartiges Aroma verfeinert nicht nur Kaffee, sondern auch Saucen und Marinaden.

BRAUNE GRUNDSAUCHE „DEMI GLACE“