



Folge 4: Galloway-Rinder und Grillagetorte

Rezepte von Stephanie Bönninger

Alle Mengenangaben für **6 Personen**
(wenn nicht anders angegeben)

Gruß aus Küche: Pulled Chicken an Wildkräutersalat

Zutaten Fleisch

2 Suppenhühner

Zutaten Marinade

200 g Tomatenmark

200 ml Balsamico

3 Knoblauchzehen

2 TL Rohrzucker

1 TL schwarzer Pfeffer

1 TL geräuchertes Paprikapulver

½ TL Salz

Zubereitung

Zutaten der Marinade vermengen und die ganzen Suppenhühner damit einreiben. In einen Bräter oder Auflaufform geben. Gegebenenfalls etwas Wasser dazugeben, damit genügend Flüssigkeit in der Form ist. Bräter mit Deckel schließen und bei 150 °C für 3-4 Stunden im Ofen lassen. Wenn das Fleisch etwas abgekühlt ist, das Fleisch vom Knochen lösen bzw. rupfen.

Zutaten eingelegte Zwiebeln

1-2 rote Zwiebeln

100 ml heller Essig

2 TL Salz

2 TL ganze Pfefferkörner

2 TL Zucker

Zubereitung

Zwiebel in Streifen schneiden und mit den Gewürzen in ein Schraubglas geben. Mit dem Essig bedecken. Die Zwiebeln sollten vor dem Verzehr einige Stunden ziehen. Die eingelegten Zwiebeln können über mehrere Tage bis Wochen verwendet werden.

Zutaten Salat

Pro Person eine Hand voll (Wildkräuter-) Salat

Pro Person 1 Ei, hart gekocht

150 ml Naturjoghurt

3 EL heller Essig

3 EL Olivenöl

1 TL Senf

1 TL Honig

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer

Zubereitung

Für jede Portion ein Ei hart kochen, pellen und in der Mitte längst durchschneiden. Den gewaschenen Wildkräutersalat auf die Teller geben, das Ei auf den Salat betten und mit den eingelegten Zwiebeln garnieren. Dressingzutaten vermischen und über den Salat geben. Dazu das Pulled Chicken servieren.



Hauptspeise: „Himmel un Ääd“ mit Bratwurst und Chorizo vom Galloway-Rind

Zutaten

1 ½ kg mehligte Kartoffeln
1 kg Äpfel
1 Möhre
1 Lauchstange
6 Galloway Bratwürstchen
6 Galloway Chorizo
1 Glas Galloway Fond
Etwas Butter und Milch
1 TL Honig
1 Prise Salz, Pfeffer, Muskatnuss
Bratfett zum Anbraten

Zubereitung

Die Möhre schälen und in ca. 7 cm lange Streifen schneiden. Bei der Lauchstange nur das Helle verwenden und ebenfalls in dünne, ca. 7 cm lange Streifen schneiden. Das kann man gut vorbereiten, denn je länger die Streifen an der Luft trocknen, umso knuspriger werden sie. In ausreichend Bratfett bei hoher Temperatur knusprig frittieren.

Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in gesalzenem Wasser kochen. Äpfel ungeschält entkernen, in große Würfel schneiden und mit etwas Butter und Honig in der Pfanne andünsten.

Würstchen in einer Pfanne braten. Kartoffelwasser abschütten und die Kartoffeln mit Butter, einer Prise Salz und Muskatnuss und ausreichend Milch stampfen, bis sie die gewünschte Püreekonsistenz erreicht ist. Die Würstchen aus der Pfanne nehmen und bei hoher Temperatur den Fond für ein paar Minuten einkochen lassen.

Alle Komponenten wie folgt anrichten: Auf das Kartoffelpüree die karamellisierten Äpfel geben und mit Möhren- und Lauchstroh dekorieren. Die Würstchen dazulegen und den Fondsud aus der Pfanne über die Wurst gießen. Um das Gericht optisch und geschmacklich abzurunden, passen hier auch sehr gut ein paar eingelegte rote Zwiebeln und eine Prise Pfeffer.

Dessert: Niederrheinische Grillagetorte mit Walnüssen

Zutaten

600 ml Schlagsahne
5 Eier
100 g geschälte Walnüsse
100 g Schokolade
70 g Zucker
1 Päckchen Vanillezucker
1 Prise Salz

Zubereitung

Walnüsse und Schokolade klein hacken. Die Walnüsse mit etwas Zucker in einer Pfanne rösten und abkühlen lassen. Die Eier trennen. Zucker, Vanillezucker und Eigelb cremig schlagen. In einer zweiten Schüssel Sahne steif schlagen und in einer dritten Schüssel das Eiweiß mit einer Prise Salz zu Schnee schlagen. Die Sahne mit der Eigelbmasse vermengen und den Eischnee unterheben.

In eine mit Folie oder Backpapier ausgelegte Springform abwechselnd die Masse, die Walnüsse und die Schokolade schichten. Zuletzt etwas Nuss- und Schokoladebrösel drüberstreuen. Die Torte für ein paar Stunden ins Gefrierfach geben. Vor dem Verzehr aus dem Gefrierfach nehmen, antauen lassen und für die Optik auf jedes „Tortenstück“ eine Walnusshälfte legen.

Guten Appetit!