



Teigwaren

Teigwaren werden in siedendem Wasser, im Verhältnis 1:10, unter Beigabe von wenig Öl, ohne zudecken gekocht. Nachher sofort abgießen und mit Butter vermischen oder nach dem Abkochen kalt abspülen und später unter Beigabe von Butter heiß machen. Als Gewürz kommt Salz und wenig Pfeffer in Frage.

Hausmachernudeln

Zutaten:

400 g	Mehl
4-5 El	Öl
1 Prs	Salz
100 g	Hartweizengrieß
4 St	Eier
5 El	Wasser

Zubereitung:

Mehl und Grieß zu einem Kranz formen, die restliche Zutaten in die Kranzmitte geben. Mehl und Grieß nach und nach zur Mitte mischen und alles zu einem sehr festen und glatten Teig wirken. Den Teig in Folie einschlagen und mindestens eine Stunde ruhen lassen. Den Teig in fünf gleichgroße Stücke teilen und mit einer Nudelmaschine oder mit einem Nudelholz papierdünn (0,5 mm) ausrollen. Die Teigplatten zu der gewünschten Breite mit Hilfe eines Messers oder mit der Nudelmaschine schneiden.

Sonderbeilage zum Kochbuch

„8. Juli 2018“



Pochiertes Schweinefilet im Kräutermantel
Tagliatelle mit
Tomatensugo

Guten Appetit



Pochiertes Schweinefilet im Kräutermantel

Zutaten:

- 4 St Schweinefilets a 150 g, ca. 4-5 cm Durchmesser
- 4-6 El geschnittene bzw. gezupfte Kräuter
(alles was der Markt hergibt z.B. Petersilie, Salbei,
Rosmarin, Thymian, Oregano etc.)
- Olivenöl
- grobes Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 4 Blatt Küchenpergament (30 x 30 cm)
- 4 Blatt Alufolie (30 x 30 cm)

Zubereitung:

Die Kräuter waschen, in einem Tuch trocknen und die Blättchen zupfen, die größeren (z.B. Salbei) fein schneiden. Das portionierte und parierte Schweinefilet dezent mit Salz und Pfeffer würzen.

Einen Pergamentbogen in Breite des Fleischstückes mit Olivenöl bestreichen und darauf einen gut gehäuften Esslöffel Kräuter verteilen und das Schweinefilet darin fest einrollen, so dass kein Wasser eindringen kann. Diese Rolle dann fest in die Alufolie wickeln und die Enden wie bei einem Bonbon verschließen. Mit den restlichen Fleischstücken genauso verfahren. Evtl. kühl stellen.

Die eingepackten Fleischstücke 20 Minuten vor dem Garen aus der Kühlung nehmen, so dass sie Zimmertemperatur erreichen. In einem Topf ca. 2 bis 3 Liter Wasser einmal aufkochen, dann an die Herdkante ziehen, so dass es ca. 80-90°C heiß ist. Die Fleischrollen darin einlegen und ca. 20 Min. garen, herausnehmen und fünf Minuten ruhen lassen.

Das Schweinefilet vorsichtig ausrollen und schräg in etwa drei Teile schneiden und auf dem Teller anrichten.



Tomatensugo

Die schlechte Nachricht vorweg. Es gibt kein Grundrezept für ein Tomatensugo. Jede Region in Italien hat ihre Eigenheiten, aber auch jede italienische Hausfrau hat ihre eigene kleine Variante. Die Kunst besteht darin möglichst frische Zutaten zu benutzen und in einer inspirierten Atmosphäre zu kochen. Dann brauchen Sie im Prinzip gar kein Grundrezept für Tomatensugo, sondern das Kochen des Sugo geht ganz von alleine. Anbei eine „schnelle Variante“, die aber immer noch mindestens eine Stunde benötigt.

Zutaten:

- 750 kg reife Tomaten
- 5 St Schalotten
- 3 Zehe Knoblauch
- 3 EL Olivenöl
- 1 TL Zucker, braun
- 1 Dose Tomaten, geschält
- 6 Zwg Oregano
- 2-3 Zwg Basilikum
- 2-3 Zwg Thymian
- 2 Zwg Rosmarin
- 2 Zwg Schnittsellerie
- 1 St Chilischote
- Pfeffer aus der Mühle
- Salz

Zubereitung:

Die frischen Tomaten häuten, Kerne entfernen und grob würfeln. Schalotten schälen und würfeln, Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden. Kräuter hacken oder als Sträußchen binden.

Das Öl in einem Topf erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin anschwitzen, nach Wunsch die klein geschnittene Chilischote dazugeben. Mit Zucker bestreuen und etwas karamellisieren lassen. Mit etwas Salz würzen. Die frischen Tomaten und die Dosentomaten samt dem Saft dazugeben. Kräuter zugeben und die Soße ohne Deckel eine gute Stunde köcheln lassen, dabei ab und zu umrühren. Ggfs. Kräutersträußchen entfernen.