



Genießen mit Freunden- Weihnachtsmenü 2022

Manuela Schmied
Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

Schillerstraße 34, 88339 Bad Waldsee
Tel.: 07524/ 9748-6410
E-Mail: lwbw@rv.de

Wangener Straße 70, 88229 Leutkirch
Tel. 07561/9820-6640
E-Mail: lwlk@rv.de

www.ernaehrung-oberschwaben.de

Rezeptübersicht

Rezeptübersicht.....	2
Birnen-Ingwercocktail	5
Vorspeisen	6
Cremige Pastinaken Suppe mit Apfeljulien	6
Käseplätzchen	6
Mousse von der roten Bete mit Feldsalat Pesto	7
Hauptgericht mit Wild	8
Rehrücken mit Gewürzkruste.....	8
Knusper-Rosenkohl	9
Kartoffel- Petersilienwurzelstampf mit Petersilien Öl.....	10
Hauptgericht Vegetarisch	11
Käse- Lauch- Pilz Tortellets auf Radicchio Salat	11
Radicchio Salat mit gebratenen Birnen und Nussmischung .	12
Desserts	13
Schokoküchlein mit beschwipstem Birnenragout	13
Beschwipstes Birnenragout.....	14
Spekulatius Pannacotta mit Himbeersauce.....	15

Die Rezepte sind, soweit nicht anders angegeben, für 4 Personen.

Legende

g	Gramm
EL	Esstlöffel
TL	Teelöffel
l	Liter
ml	Milliliter
Stk	Stück
Pck	Päckchen
Msp.	Messerspitze
HRG	Handrührgerät

Wie plane ich ein Menü

Zu welchem Anlass lade ich die Gäste ein?

Taufe

Geburtstag

Themenbezogen z.B. Weihnachten

Familie/ Freunde/ Nachbarn usw.

Welcher Personenkreis/ Personenzahl?

Ältere Menschen (essen weniger, milder gewürzt)

Junge Leute (mehr Appetit, evtl. pikanter)

Kleine Kinder (mild gewürzt, geringere Mengen)

Allergien, Unverträglichkeiten? (Milch, Obst, Getreide)

Besondere Ernährungsformen wie Vegetarier/ Veganer?

Wie viele Erwachsene, wie viele Kinder, sind eingeladen?

Welche Räumlichkeiten stehen zur Verfügung?

Tische und Stühle für Gäste. Kinderstühle notwendig?

Platzbedarf im Esszimmer?

Wie groß ist meine Küche? Habe ich genug Platz zum Arbeiten?

Kühl- und Warmhaltemöglichkeiten der Speisen, wo?

Welche Betriebs- und Arbeitsmittel stehen zur Verfügung?

- Genügend Geschirr, Gläser, Besteck ?
- Tischdecken, Molton, Stoffservietten?

Menüauswahl:

Das Menü entsprechend der Saison und Region anpassen. Zuerst den Hauptgang festlegen. Vegetarische Alternative anbieten. Zutaten in der Abfolge der Gänge sollten sich nicht wiederholen. Außer bei Fleisch, wenn es sich um unterschiedliche Fleischsorten oder wie bei der Kartoffel um unterschiedliche Zubereitungsmethoden handelt. Helle und dunkle Speisen im Wechsel. Das Menü steigert sich von Gekochtem zu Gebratenem, von milder bis zu kräftiger Würze, vom Einfachen zum Besonderen.

Evtl. zusätzliche Hilfe zum Vorbereiten und Servieren einplanen. Rechtzeitig in der Familie oder im Freundeskreis anfragen

Welches Budget steht mir zur Verfügung?

Danach richtet sich im Grunde die Gesamtplanung (Preise erfragen)

Auswahl der Gerichte und Getränke, dem Geldbeutel anpassen.

Geschirr, Einladung, Dekoration

Geschirr und Dekoration dem Anlass entsprechend!

Teller, Gläser, Besteck und Servietten gleich in Dekor, Form und Farbe wählen. Tischdecke mit Molton unterlegen, dann rutscht die Tischdecke nicht und das Geschirr klappert nicht so laut auf dem Tisch.

Servietten gerne als Stoffservietten bei festlichen Anlässen, mit einem Serviettenring auf dem Platzteller.

Platzteller helfen bei der Orientierung zur Anordnung des Menütellers, des Besteckes und der Gläser. Der Platzteller steht daumenbreit von der Tischkante entfernt.

Bei eckigen Tischen stehen die Teller exakt gegenüber und nebeneinander.

Der Brotteller steht links oben von Platzteller mit dem Buttermesser, welches rechts auf dem Brotteller liegt.

Das Besteck nach Gangabfolge von außen nach innen. Messer mit der Schneide nach innen mit 1cm Entfernung vom Teller legen. Gabeln können versetzt liegen, die Zinken der ersten und dritten Gabel liegen auf einer Höhe.

Das Dessertbesteck liegt oberhalb des Platztellers, meist liegt die Dessertgabel mit den Zinken nach rechts und der Dessertlöffel darüber mit dem Griff nach rechts.

Meist gibt es ein Wasser und ein Weinglas zum Menü. Das Wasserglas steht 1cm über dem Messer, die restlichen Gläser stehen versetzt nach oben.

Eine Menüfolge/ Menükarte schreiben. Diese kann als Karte auf dem Tisch aufgestellt sein oder für jeden Gast an den Platz gelegt werden.

Eine Einladung gehört heute zum guten Ton. Thema der Deko und des Essens kann sich in der Einladung widerspiegeln.

Folgende Punkte sollten auf der Einladung stehen:

Anlass

Tag und Datum

Uhrzeit

Ort

Frist für Rückantwort

Dekoration und Essen als Thema aufeinander abstimmen

Tische evtl. Räume und Eingangsbereich dem Anlass entsprechen dekorieren. Wer das nicht selbst machen kann oder möchte, sollte jemanden (Familie oder Fremdfirma) damit beauftragen.

Begrüßungscocktail

Birnen-Ingwercocktail

Zutaten	Zubereitung
15 g Ingwer 4 Zweige Rosmarin 500 ml Birnensaft Eiswürfel 500 ml (Mineral-)Wasser	Ingwer waschen, in dünne Scheiben schneiden. Rosmarin waschen und trockentupfen. Birnensaft mit Ingwer und Rosmarin in einer Karaffe 2-3 Stunden durchziehen lassen. Eiswürfel auf vier Gläser verteilen. Saft, Rosmarin und Ingwer gleichmäßig verteilen und mit gekühltem Mineralwasser aufgießen.

Tipp: Heißen Saft zum Aufgießen verwenden, abkühlen lassen und 2 Tage im Kühlschrank durchziehen lassen. Oder gleich heiß genießen.

Wer möchte kann den Drink zur Hälfte mit Mineralwasser oder Sekt aufgießen.



Vorspeisen

Cremige Pastinaken Suppe mit Apfeljulien

Zutaten:	Zubereitung:
1 kleine Zwiebel 1 Knoblauchzehe 2 mittelgroße Pastinaken (500 g) 30 g Butter	Zwiebel und Knoblauchzehe schälen, fein würfeln Pastinaken waschen, schälen und klein würfeln Butter zerlassen, Zwiebeln, Knoblauch und Pastinaken Würfel darin glasig dünsten
1 EL Curry 30 g Mehl	Curry und Mehl darüber stauben und hellgelb rösten
1 l Gemüsebrühe etwas Zitronensaft	Mit Gemüsebrühe aufgießen, 15 Minuten bei mäßiger Hitze garen. Pürieren und mit Zitronensaft abschmecken
1 kleiner Apfel	Apfel waschen, entkernen, mit Schale in feine Streifen schneiden, oder mit Julien Raspel raspeln und kurz in der Suppe ziehen lassen
100 ml Sahne 1 Bund Schnittlauch	Mit Sahne verfeinern. Mit Schnittlauchröllchen bestreut servieren

Käseplätzchen

Zutaten	Zubereitung
200 g geriebener Parmesan, Bergkäse oder alter Gouda gerieben Nach Belieben 1 EL getrockneter Rosmarin	Backofen auf 200°C Ober- Unterhitze vorheizen. Backblech mit Backpapier belegen. Käse mit Rosmarin mischen und mithilfe eines Löffels kleine Häufchen auf Backblech setzen und etwas verstreichen. Im vorgeheizten Ofen ca. 5 Min goldgelb backen bis die Plätzchen flach und eine schöne Farbe haben. Plätzchen aus dem Ofen nehmen und samt dem Backpapier vom Blech ziehen. Auf dem Backpapier auskühlen lassen.
Tipp:	Die Plätzchen nicht zu dunkel backen, diese werden sonst bitter.

Mousse von der roten Bete mit Feldsalat Pesto

Zutaten rote Bete Mousse:	Zubereitung:
500 g rote Bete vorgegart	100 g von den roten Beten in 0,5 cm dicken Scheiben schneiden und abgedeckt beiseite stellen.
4 Blatt Gelatine 200 g Frischkäse 200 g Sahne 1 EL Zitronensaft	Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die restliche rote Bete klein schneiden und mit Frischkäse und Zitronensaft pürieren. Die Sahne mit dem HRG steif schlagen. Gelatine ausdrücken und in einem kleinen Topf auflösen. Vorsicht nicht kochen! 2 EL des Rote Bete Pürees zur aufgelösten Gelatine geben- Temperatúrausgleich- restliches Püree unterrühren und kalt stellen. Wenn die Masse zu gelieren beginnt, die geschlagene Sahne vorsichtig unterheben und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Die Masse in kleine Gläser verteilen und kalt stellen oder in eine Form geben und am nächsten Tag Nocken ausstechen
100 g Creme fraîche 1 EL Zitronensaft 2 EL Meerrettich gerieben	Creme fraîche mit dem Zitronensaft, Salz und Pfeffer vermengen und kalt stellen. Am besten mehrere Stunden.
Zutaten Pesto	Zubereitung:
25 g Mandelstifte oder Walnüsse 100 g + 50 g Feldsalat 4 Stiele Petersilie glatt 1 Knoblauchzehe 40 ml Rapsöl oder Olivenöl Pfeffer, Salz	Die Nüsse trocken in einer Pfanne ohne Öl rösten und auskühlen lassen. Feldsalat und Petersilie waschen und trocken schleudern. Knoblauch schälen mit 100 g Feldsalat, Petersilie, Nüssen, Öl und 30 ml Wasser in ein hohes Gefäß geben und pürieren. Das Pesto mit Salz und Pfeffer abschmecken und in ein sauberes Glas füllen.
Anrichten:	
Je 2 Scheiben der roten Bete auf einem weißen Teller legen. Das Mousse auf die Scheiben stürzen oder Nocken ausstechen. Einen Klecks Meerrettichcreme auf die Mousse geben, den restlichen 50 g Feldsalat um die Mousse verteilen und mit dem Pesto marinieren. Dazu passt frisches Wurzelbrot oder Baguette.	

Hauptgericht mit Wild

Rehrücken mit Gewürzkruste

Zutaten: Gewürzkruste	Zubereitung:
1 EL Koriandersaaten 1 TL Wacholderbeeren ½ TL Kardamomkapseln 1 TL Pimentkörner Salz 8 Stiele glatte Petersilie 20 g weiche Butter 50 g trockenes Weißbrot, sehr fein geschnitten oder Pankow	Die Gewürze in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze rösten bis sie duften. Mit etwa 1TL Salz in einen Mörser geben und fein zerstoßen. Petersilie waschen und trocken schleudern, sehr fein schneiden. Die Petersilie mit der Butter, Semmelbrösel und den Gewürzen mischen, in Frischhaltefolie zu einer Rolle formen und kalt stellen.
Zutaten: Rehrücken	Zubereitung:
4 Stück Rehrücken á ca. 180 -200 g ohne Knochen Je 1 Zweig Thymian, Rosmarin 2 -3 EL Bratöl oder Butterschmalz	Das Fleisch ca. 30 Min. vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank holen und trocken tupfen. Backofen auf 80-90°C Ober- und Unterhitze einschalten. Eine große Glas- oder Porzellanplatte auf das Gitter in den Backofen (2 Schiene) stellen. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Pfanne erhitzen. Bratöl dazugeben. Das Fleisch von allen Seiten scharf anbraten, Thymian und Rosmarinzweig mitbraten und anschließen in den Backofen auf die vorgewärmte Platte legen. Die Gewürzkruste aus dem Kühlschrank nehmen und Portionsweise auf das Fleisch verteilen, andrücken und auf der 2 Schiene von unten für 15-30 Min garen. Die Kerntemperatur sollte 56-58 °C sein. (Fleischthermometer benutzen)
Zutaten: Sauce	Zubereitung:
2 Schalotten 1 EL Butter 3 EL Tomatenmark 1 EL Zucker oder Honig 300 ml Rotwein/ Glühwein 3-4 EL Aceto Balsamico 300 ml Wildfond 3-4 EL kalte Butter 2 EL Preiselbeeren	Schalotten fein würfeln. Butter in derselben Pfanne in der das Reh gebraten wurde erhitzen und die Schalotten glasig dünsten. Tomatenmark mit dem Zucker oder Honig anbraten. Mit Balsamico und Rotwein ablöschen. Die Sauce bis zur Hälfte einkochen lassen, mit Wildfond angießen und nochmals ca.10 Min einreduzieren. Die Sauce abschmecken, Preiselbeeren dazugeben und die kalte Butter, zum Binden in Stücken unterrühren

Knusper-Rosenkohl

Zutaten:		Zubereitung:
		Backofen auf 200°C Ober- und Unterhitze vorheizen
1 kg	Rosenkohl	Rosenkohl putzen, waschen am Strunk kreuzweise einschneiden. In eine Schüssel geben
1 Zehe 4 EL 1 TL	Knoblauch Öl getrocknete italienische Kräuter	Knoblauch schälen und fein hacken, mit Öl, Kräutern, Parmesan und Weißbrotkrümel mit Öl oder flüssiger Butter vermengen. Zum Rosenkohl geben, salzen, pfeffern und vermengen. Den Rosenkohl auf ein mit Backpapier belegtes Backpapier geben und für ca. 30 Minuten backen.
50 g	geriebener Parmesan	
3 EL	getrocknetes, grob 1 geriebenes Weißbrot	
1-2 EL	Öl oder flüssige Butter vermischen oder Pankow Mehl	



Kartoffel- Petersilienwurzelstampf mit Petersilien Öl

Zutaten Stampf:	Zubereitung:
500 g mehlig kochende Kartoffeln 300 g Petersilienwurzeln 100 ml Milch 100 ml Sahne 2 EL Butter Salz, Muskat gerieben	Kartoffel und Petersilienwurzel waschen, schälen und in grobe Stücke schneiden. Gemüse in wenig Salzwasser, getrennt weich garen . Milch, Sahne, Butter in einem Topf erhitzen. Gegarte Kartoffeln durch die Kartoffelpresse drücken. Gegarte Petersilienwurzel mit dem Stampfer zerdrücken, falls es nicht gut geht, mit dem Pürierstab mixen. Nur so viel Milchlösung zu dem Gemüse geben, wie die Kartoffeln aufnehmen. Mit Salz und Muskat abschmecken.
Tipp: Anstatt Petersilienwurzel kann auch Kürbis, Sellerie oder Pastinake verwendet werden.	

Zutaten Petersilien Öl:	Zubereitung:
50-100 g glatte Petersilie 1 Zehe Knoblauch 5-100 ml Rapsöl oder Olivenöl Salz	Petersilie waschen und trocken schleudern. Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden mit Petersilie und Öl in einem hohen Becher pürieren. Mit Salz abschmecken. Das Öl sollte von der Konsistenz sein, dass man es träufeln kann
Anrichten: Stampf auf heißen Tellern anrichten und mit dem Öl beträufeln, Wildsauce als Spiegel. Rehrücken schräg aufschneiden und auf den Saucenspiegel legen, Rosenkohl dazu.	

Hauptgericht Vegetarisch

Käse- Lauch- Pilz Tortellets auf Radicchio Salat

Zutaten für 12 Stück:	Zubereitung:
12 Tortelettesförmchen oder Muffinsblech gebuttert	Formen fetten
Teig: 200 g Mehl(Type 550) 1 Prise Salz 1 Ei 125 g kalte Butter in Stücke	Aus den Zutaten für den Teig einen gehackten Mürbeteig herstellen. (siehe Vorführung). Teig für mind. 30 Min kalt stellen.
Belag: 1 Stange Lauch 1 Knoblauchzehe 250 g Pilze gemischt (Champignon, Pfifferlinge, Morcheln) 2 EL Butter ½ TL getrockneter Rosmarin und Majoran	Lauch der Länge nach halbieren, Sand rauswaschen und in feine, halbe Ringe schneiden. Knoblauch putzen und in Scheiben schneiden. Pilze putzen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Butter in einer Pfanne schmelzen. Lauch mit Knoblauch glasig dünsten, Pilze hinzugebe und ebenfalls glasig andünsten. Mit getrockneten Kräutern, Salz und Pfeffer abschmecken. Pilzmasse aus der Pfanne nehmen und auskühlen lassen.
200 g Creme fraîche 100 g geriebener Bergkäse 2 Eier Salz, Pfeffer, Muskat	Creme fraîche mit Käse, Eiern und Gewürzen mischen. Backofen auf 200°C Ober- und Unterhitze vorheizen Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn auswellen und 12 Kreise á 10 cm ausstechen. Förmchen damit auskleiden, Rand andrücken. Pilzmasse in die Förmchen verteilen, Eier Guss darüber geben. Bei 200°C für etwa 20-25 Min goldbraun backen

Radicchio Salat mit gebratenen Birnen und Nussmischung

Zutaten: Radicchio Salat	Zubereitung:
2 Radicchio Kopfsalate 2 Birnen oder 1 Orange 1 EL Butter	Salat putzen, waschen und trocken schleudern. In Mundgerechte Stücke zupfen. Birnen waschen, abtrocknen und in dünne Scheiben schneiden. Butter in einer Pfanne schmelzen, Birnen gut darin bräunen. Birnen filetieren und Filets herauslösen.
Zutaten Marinade: 2 EL Olivenöl 1 EL Honig 1 EL Weißweinessig Salz 100 g gemischte Nüsse mit Rosinen oder Granatapfelkerne	Aus den Zutaten für die Marinade, eine Vinaigrette herstellen. Granatapfelkerne herauslösen und über den Salat streuen.
Anrichten:	
Blattsalat mit Vinaigrette marinieren und auf Tellern anrichten, Birnen oder Orange darauf verteilen. Mit Nüssen und Rosinen oder Granatapfelkerne bestreuen. Mit Käse-Lauch Torteletts anrichten.	



Desserts

Schokoküchlein mit beschwipstem Birnenragout

Zutaten Schokoküchlein (16 Stücke)	Zubereitung
100 g Schokolade, zartbitter zerkleinert 250 g Butter	Schokolade und Butter bei niedriger Temperatur in einem Topf zerlassen und verrühren, bis die Masse flüssig, glatt und glänzend ist. Backofen auf 170 °C Ober,- Unterhitze vorheizen.
170 g Zucker 1 Päck. Vanillezucker 1 TL Mandellikör 1 Pr. Zimt	Den Topf vom Herd nehmen und Vanillezucker, Zucker, Zimt und Mandellikör mit der Schokoladenmasse verrühren. Danach die Mischung abkühlen lassen.
3 Eier 170 g Mandeln gemahlen oder gehackt 130 g Walnüsse gehackte	Eier mit dem Handrührgerät kurz aufschlagen. Eier, Mandeln, Walnüsse zu der Schokomasse geben und unterrühren. Den Teig in eine 20 x 20 cm große Form füllen und 25-30 Minuten backen (mittlere Schiene) , bis die oberste Teigschicht fest ist, der Teig darunter aber noch ein bisschen weich und feucht. 10 Minuten auskühlen lassen, von der Form lösen und in 16 Stücke schneiden.

Beschwipstes Birnenragout

Zutaten: beschwipstes Birner.	Zubereitung:
2 Birnen á 180 g	<p>Die Birnen waschen, entkernen und in 1 cm große Würfel schneiden. Birnen mit Zitronensaft mischen. Vanillemark längs halbieren und Mark auskratzen.</p> <p>Vanillemark und -stange, Calvados, Birnensaft, Zucker, Zimtstange und Sternanis in einem kleinen Topf bei milder Hitze 10 Min köcheln lassen. Vanillestange entfernen.</p> <p>Speisestärke mit kaltem Wasser auflösen und in den Birnensud damit binden. Birnenwürfel zugeben und 5 Min. köcheln lassen. Ragout in eine Schüssel füllen und auskühlen lassen</p>
2 EL Zitronensaft	
1 Vanilleschote	
4 EL Calvados (alternative: Amaretto oder Rum)	
200 ml Birnensaft	
50 g Zucker	
1 Zimtstange	
2 Sternanis	
1 TL Speisestärke	
Anrichten:	
Den Schokokochen mit Birnenragout auf Dessertteller anrichten, mit Sternanis und frischen oder getrockneten Birnenscheiben ausgarnieren. Dazu passt Vanilleeis	



Spekulatius Pannacotta mit Himbeersauce

Zutaten für 6 Portionen:	Zubereitung
60 g Spekulatiuskekse 6 Blatt weiße Gelatine 1 Vanilleschote 750 ml Sahne 40 g Zucker ½ TL Spekulatiusgewürz	Die Kekse in eine Blitzhacker fein zerkleinern. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Vanilleschote längs halbieren und das Mark herauskratzen. Sahne, Zucker, Spekulatiusgewürz, Vanilleschote und -mark in einem Topf bei milder Hitze aufkochen. Vom Herd nehmen und 10 Min. ziehen lassen. Gelatine entfernen. Gelatine ausdrücken und der heißen Sahnemischung auflösen. Spekulatiusbrösel untermischen. Masse auf 6 Förmchen á 125 ml oder 12 kleiner Förmchen verteilen und kalt stellen. Am besten über Nacht.
Zutaten Himbeersauce:	Zubereitung
300 g Himbeeren tiefgekühlt und aufgetaut 2 EL Puderzucker 4 EL Zitronensaft Pistazien zum garnieren	Für die Himbeersauce Himbeeren mit Puderzucker und Zitronensaft pürieren. Sauce durch ein Sieb passieren. Panna-cotta mit einem Messer vorsichtig lösen, evtl. Förmchen vorher in einem warmen Wasserbad anwärmen und auf ein Dessertteller stürzen. Mit Himbeersauce mit Pistazien ausgarnieren.