



Netzwerk Rommerskirchen

FÜR UNS UND ANDERE



" Die Schürzenträger "

Rezepte für das Treffen der „Schürzenträger“ am 07.02.2017 um 10:30 Uhr in Nettlesheim. (6 Personen)

Vorspeise:

Gemischter Salat

grüner Salat nach Belieben
3 große Zwiebel(n)
1 ½ Paprikaschote(n), grün
9 kleine Cherrytomate(n)
4 ½ Karotte(n)
1 ½ EL Olivenöl
1 ½ Handvoll
Pinienkerne oder eine Kernmischung
1 ½ TL Senf, mittelscharfer
9 cl Balsamico, rot oder weiß
1 ½ TL Honig
¾ TL Sambal Oelek
¾ TL Zucker, braun
Salz und Pfeffer
Kräuter, gemischte (z. B. 8 Kräuter-Mischung)

Die Zwiebeln in etwas von dem Olivenöl anbraten, wenn die Zwiebeln glasig sind, die geschnittene Paprika hinzufügen.
Beides wird in der Pfanne mit etwas Salz, Pfeffer und braunem Zucker geröstet.
In der Zwischenzeit den Salat waschen, danach die Karotten in Scheiben und die Cherrytomaten in Viertel schneiden. Die Zwiebel-/Paprikamischung kann derweil etwas abkühlen, damit der Salat beim Zusammenmischen nicht zerfällt. Nun können die Pinienkerne in einer kleinen Pfanne auf mittlerer Stufe angeröstet werden.
Den Rest vom Olivenöl nun mit dem Senf, dem Sambal Oelek, dem Essig, dem Honig und den Kräutern gut verrühren - das Dressing mit Salz und Pfeffer gut abschmecken. Wenn die Kerne goldbraun gefärbt sind und es angenehm duftet, können sie mit den Zwiebeln und der Paprika zum Salat hinzugefügt werden - das Dressing drüber und gut vermischen.

Hauptgericht:

Pichelsteiner Eintopf

375 g Kartoffel(n)
375 g Möhre(n)
3 Wurzel/n Petersilie
375 g Knollensellerie
375 g Zwiebel(n)
375 g Wirsing
375 g Lauch
1 ½ Paprikaschote(n), rot
4 ½ EL Petersilie, gehackt
450 g Rindfleisch (aus der Schulter)
450 g Lammfleisch, mager / alternativ Rind- und Scheinfleisch-Menge entspr. erhöhen
450 g Schweineschnitzel
1 ½ Liter Fleischbrühe
Salz und Pfeffer, Pfeffer, Majoran
6 EL Öl (Sonnenblumenöl)
evtl.
Markknochen vom Rind,
Scheiben, zum Auslegen des Topfbodens

Sämtliches Gemüse und die Fleischsorten werden gründlich gewaschen und geputzt. Alles soll so geschnitten werden, dass es die gleiche Größe hat, Würfel oder Stücke von ca. 2-cm-Kantenlänge. Petersilie waschen und grob hacken.

Gemüse miteinander vermischen.

Fleischwürfel werden mit den geschnittenen Zwiebeln vermischt und in heißem Öl kräftig angebraten. Danach, bis auf eine Schicht, wieder aus dem Topf nehmen.

In einen großen Topf (zu dem es einen fest aufliegenden Deckel gibt) Fleisch und sämtliche Gemüse schichtweise einfüllen, zuerst eine Lage Fleisch, dann eine Lage Gemüsemischung usw. und jede Schicht mit Salz, Pfeffer und zerbröselten Majoran würzen.

Die Rinderbrühe wird zum Schluss aufgegossen. Den Topf mit dem Deckel versehen und im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad garen. 1,5 – 2 Stunden werden vergehen, dann kann davon ausgegangen werden, dass alles weich ist. Topf auf den Tisch stellen, mit reichlich Petersilie bestreuen.

Ganz herzhaft wird das Pichelsteiner, wenn der Topfboden mit Rindermarkscheiben ausgelegt wird, ehe Fleisch und Gemüse eingeschichtet werden. Dieser Eintopf lässt sich gut aufwärmen und schmeckt in großen Portionen zubereitet am besten, deshalb sehr praktisch für eine große Runde.

Beilage: Brot (die Sorte spielt dabei keine Rolle).

Nachspeise:

Omas Apfelpfannkuchen

6 Ei(er), getrennt
3 Prise(n) Salz, 1 Prise Zucker
375 g Mehl
1 ½ TL Backpulver
375 ml Milch
375 ml Mineralwasser
3 Apfel
6 TL Zimt - Zucker
Öl

Den Apfel schälen, Kernhaus entfernen und den Apfel in dünne Scheiben schneiden. Eigelb mit Salz, Zucker, Mehl, Backpulver, Milch und Mineralwasser mit dem Stabmixer verrühren (Vorsicht, spritzt etwas). Das Eiweiß steif schlagen und unterheben. Zum Schluss die Apfelstücke vorsichtig unterheben. Öl in einer Pfanne heiß werden lassen und Pfannkuchen backen, bis sie auf beiden Seiten eine schöne Farbe haben. Mit Zimt-Zucker bestreut möglichst sofort servieren. Meine Oma hat diese Pfannkuchen immer zu Gemüseintopf serviert.