



# Netzwerk Rommerskirchen

## FÜR UNS UND ANDERE



" Die Schürzenträger "

Rezepte für das Treffen der „Schürzenträger“ am 24. Februar 2015 um 10:30 Uhr in Nettlesheim.  
(Rezepte für 8 Personen)

## Vorspeise

### Feldsalat mit Speckwürfeln

- 500 gr Feldsalat
- 150 gr Speckwürfel
- 200 gr Tomaten
- 1 Bund Radieschen
- Für die Vinegrette
- 75 ml Gemüsebrühe
- 1 ½ TL milder Senf
- 3 El Essig
- 5 El Kernöl
- 5 El Olivenöl
- 3 El Zitronensaft
- Salz und Pfeffer
- 2 Prisen Zucker

Den Feldsalat putzen, waschen und trockenschleudern.

Die Speckwürfel in einer Pfanne -ohne Fettzugabe- knusprig rösten. Die Tomaten waschen, vierteln, Kerne entfernen und klein würfeln. Die Radieschen waschen, putzen und in ganz kleine Würfelchen schneiden.

Für die Vinegrette die Gemüsebrühe mit dem Senf, Essig, Öl und Zitronensaft vermischen, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Erst kurz vor dem Anrichten die Radieschen zugeben.

Die Salatbündchen auf den Teller legen und mit der Vinegrette umgeben, Tomatenwürfel, und Speck darüber streuen und servieren.

## Suppe

### Zwiebelsuppe

- 200 gr Zwiebeln

- 80 gr Butter
- 2 Ei Mehl
- 1,5 l Fleischbrühe
- 8 dünne Scheiben Weißbrot
- 100 gr frisch geriebener Gruyere
- 6 cl Cognac oder Portwein

Die Zwiebel schälen und in Ringe schneiden, diese aber noch einmal halbieren. Butter in einem Schmortopf zerlassen, die Zwiebel hineingeben und bei schwacher Hitze in etwa 15 Minuten weich schmoren. Die Zwiebel dürfen nicht braun werden. Das Mehl darüber stäuben und mit der Fleischbrühe auffüllen und wärzen. Die Suppe etwa 15 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Erst kurz vor Ende der Garzeit den Cognac oder den Portwein zugeben und alles noch einmal abschmecken. Für die Fertigstellung 8 Teller bereitstellen und den Backofen auf 220° vorheizen. Die Brotscheiben in einer Pfanne ohne Fett braun werden lassen und auf die Teller legen, dann mit der Zwiebelsuppe auffüllen und mit Käse bestreuen. Wenn möglich die Suppe im Backofen überbacken.

## Hauptgericht:

### Kasseler Rippenspeer mit Bohnengemüse und Kartoffelpüree

- 2 kg Kasseler Rippenspeer
- 2 Zwiebeln
- 2 Tomaten
- Mehl
- Wasser oder Fleischbrühe
- saure Sahne

Den Knochen vom Fleisch ablösen. Fleisch waschen und abtrocknen. Knochen und Fleisch in einem Bratopf anbraten. Mit etwas Wasser oder Brühe ablöschen. Die Zwiebel schälen und halbieren. Die Tomaten überbrühen und abziehen, anschließend in Viertel teilen. Zwiebel und Tomatennach 15 Minuten Bratdauer zum Fleisch geben. nach 30-45 Minuten mit Wasser oder besser mit Brühe auffüllen, aufkochen, mit etwas Mehl binden und mit saurer Sahne oder Rotwein abschmecken.

### Für das Bohnengemüse

- 800 gr grüne Bohnen
- 200 gr Schinkenwürfel
- 2 Große Zwiebel
- 2 Tl Butter
- 2 Ei Mehl
- Milch
- Muskat
- Pfeffer und Salz

Die Bohnen waschen, putzen und in 2 cm lange Stücke schneiden. In leicht gesalzenem Wasser in ca 15 Minuten garen. Die Bohne abschütten und die Brühe auffangen. Zwiebel in kleine Würfel schneiden. Butter auslassen, Schinken und Zwiebel darin anbraten. Mehl unterrühren, leicht bräunen lassen. Etwas Milch und Brühe unterrühren und dabei aufkochen lassen. Mit Pfeffer und Muskat abschmecken. Vorsicht mit Salz, Schinkenwürfel und die Brühe sind schon salzig. Sollte die Soße zu dick sein, noch etwas Brühe zugeben. ZU dünn, mit etwas Soßenbinder nachhelfen. Zum Schluß die Bohnen zufügen und in der Soße erwärmen.

### Dazu gibt es Kartoffelpüree nach bewährtem Rezept

- 1,5 kg Kartoffeln
- Milch
- Butter
- Salz und Pfeffer
- Muskat

# Nachtisch:

## Arme Ritter mit Apfelscheiben

- 4 dicke Äpfel
- 3 Eier
- Mehrere dicke Scheiben süßes Weißbrot
- Zucker
- Milch und Sahne
- etwas Butter
- Backpapier

Eigelbe mit Sahne und Milch verquirlen. Äpfel schälen und halbieren. Die halben Äpfel in dünne Scheiben schneiden und wie einen Fächer auseinander drücken. Das Weißbrot in gut fingerdicke Streifen schneiden und in der Eiersahne wenden. Dann in einer Pfanne in Butter goldgelb ausbacken. Die Apfelscheiben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit Zucker bestreuen. dann im Backofen auf der obersten Schiene den Zucker karamellisieren lassen, die Äpfel werden dabei goldbraun. Zum Servieren die gebackenen armen Ritter auf Teller geben und mit den Apfelscheiben belegen.

Dazu noch **eine Kugel Vanilleeis** (nach Helmut's Rezept) schmeckt bestimmt besonders gut !!!!!!!  
-----**die sollten wir uns gönnen**-----