AggerEnergie
Gemeinsam für unsere Region

Bergische Tapas aus dem AggerEnergie-Kochstudio im Herbst 2018

Bergische Pralinen mit Apfel-Kürbis-Chutney

Steckrübensüppchen mit
bergischen Kartoffelbrötchen
Apfel-Schinken-Dip

Bergische Reibekuchen-Tapas mit Allerlei
Süße Zwiebeln, Lachsforellentatar,
Panhas, Heringssalat

Bergischer Apfeltraum mit Pumpernickel
Waffelherzen mit Quitten

AggerEnergie Kochstudio 02261 3003-120
Vera Zielberg, Elke Heck oder Ute Fischer

Blätterteigpraline mit Schafskäse

Backofen auf 200°C vorheizen.

1 Pk.	Blätterteig	Platten nebeneinander legen und auftauen lassen.
50 g	Trockenobst	fein würfeln.
2	Zweige Petersilie	fein hacken.
2 TL	grünen Pfefferkörner	grob zerreiben.
125 g	Schafskäse	mit
50-100 g	Frischkäse	und
1	Eigelb	verrühren. Trockenobst, Petersilie und grünen Pfeffer unterheben, Blätterteigscheiben dritteln oder halbieren.
		Jeweils 1 EL Füllung in die Mitte setzen und die längeren Seitenränder mit
1	Eiweiß	einpinseln und über der Füllung zusammenschlagen. Die Teigränder mit einer Gabel festdrücken, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.
1	Eigelb	und
2 EL	Schlagsahne	mischen und die Pralinen damit einpinseln. In 10-15 Min. goldbraun backen.

Tipp: Es können auch Dreiecke oder Hörnchen hergestellt werden.

Bergische Praline mit Brät

Für 10-15 Stück

		Backofen auf 200°C vorheizen.
1 Pk.	Blätterteig	Platten nebeneinander legen und auftauen lassen.
25 g	Apfelringe (getr.)	fein würfeln.
2 TL	grüne Pfefferkörner	grob zerreiben.
250 g	Brät (frische Bratwurst)	mit Apfelringen, grünem Pfeffer und
1 TL	Majoran	verkneten.
		Rechteckige Blätterteigscheiben dritteln
1	Ei	trennen.
		Jeweils 1 EL Füllung in die Mitte setzen und die längeren Seitenränder mit Eiweiß einpinseln und über der Füllung zusammenschlagen. Die Teigränder mit einer Gabel festdrücken, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.
2 EL	Schlagsahne	Eigelb und mischen und die Pralinen damit einpinseln.
		In 10- 15 Min. goldbraun backen.

Tipp: es können auch Dreiecke oder Hörnchen hergestellt werden.

Apfel-Kürbis-Chutney aus dem Thermomix

Für 3 Gläser

1	Muskatblüte	mit
3 TL	Salz	in den Mixtopf geben, 15 Sek./Stufe 8 zerkleinern, in eine große Schüssel umfüllen.
150 g	getr. Aprikosen	in den Mixtopf geben, 5 Sek./Stufe 5 zerkleinern, zu der Muskatblüte geben.
200 g	Äpfel (vorbereitet)	und
300 g	Hokkaido-Kürbis(vorbereitet)	
250 g	Zwiebeln (vorbereitet)	in den Mixtopf geben, 5 Sek./Stufe 4,5 zerkleinern, in die Schüssel geben.
20 g	Ingwer (vorbereitet)	und
1	rote Chilischote (vorbereitet)	in den Mixtopf geben, 5 Sek./Stufe 6 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
25 g	Senfkörner	und
250 g	Gelierzucker	und die Kürbis/Apfelmischung zurück in den Mixtopf geben. Mit
250 g	Apfelessig	auffüllen. Chutney dann ca. 20 Min./100°C/ links Drehung/ kochen, dann 10 Min./90°C/ links Drehung/Stufe 2 weiter garen.
		Chutney in heiß ausgespülte Schraubgläser füllen und sofort verschließen

Steckrübensüppchen mit knusprigem Bacon

Für 6-8 Portionen

700 g	Steckrüben	schälen, 100 g davon sehr fein würfeln, beiseite stellen. Rest grob würfeln.
200 g	Kartoffeln	schälen, grob würfeln.
150 g	Zwiebeln	
1	Knoblauchzehe	schälen, würfeln. Mit den Kartoffeln und den groben Steckrüben in
2 EL	Butter	andünsten. Mit
1-2 EL	mildem Curry	bestäuben, mit
800 ml	Gemüsebrühe	ablöschen. Ca. 20 Minuten geschlossen weich kochen. Suppe pürieren, mit
100ml	Schlagsahne	aufkochen, mit
	Salz	
	Pfeffer	
	Zucker	
	Limettensaft od.	
	Balsamicoessig	würzen.
100 g	Frühlingszwiebeln	in feine Röllchen schneiden und zur Suppe geben.
6-8	Baconscheiben	in
1 EL	ÖL	knusprig braten, herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen. Steckrübenwürfel im Öl ca. 5 Minuten braten, mit
	Salz	würzen. Suppe mit Steckrübenwürfeln und Bacon anrichten, nach Geschmack mit
	Koriandergrün oder	
	Petersilien	und
	Chiliflocken	garnieren.

Bergisches Kartoffelbrot oder Brötchen

Für einen Brotlaib

300 g	mehlig kochende Kartoffeln	als Pellkartoffeln kochen und noch Warm durch eine Kartoffelpresse drücken oder zerstampfen.
1 P.	Hefe	in einen großen Becher bröseln,
1 TL	Zucker	zugeben, mit
175ml	lauwarmen Wasser	verrühren und ca. 10 Minuten gehen lassen.
600 g	Dinkelmehl	in eine große Schüssel geben,
1	Ei	und
4 EL	Rapsöl	und
1-2 TL	Salz	und die Kartoffeln zugeben. Die Hefe dazugeben und alles gut verkneten. Eventuell noch Wasser zugeben. An einem warmen Ort ca. 40 Minuten gehen lassen. Teig noch einmal durchkneten, zu einem runden Laib formen und auf ein mit
Backpapier		belegtes Blech geben, nochmal 30 Minuten gehen lassen. Backofen auf 200°C vorheizen. Das Brot mit
Wasser		bepinseln und ca. 30-40 Minuten backen.

Variation als Brötchen:

Aus dem Teig Brötchen formen, kurz gehen lassen, mit Wasser bepinseln und ca. 20-30 Minuten backen.

Apfel-Schinken-Brotaufstrich

2	Äpfel	und
1	Zwiebel	würfeln, mit
	Majoran	in
1 EL	Butter	dünsten. Mit
150 g	Frischkäse	mischen,
80 g	gewürfelter Kochschinken	unterrühren, mit
	Salz	
	Pfeffer	und
	Zitronensaft	und
	Schnittlauchröllchen	würzen mit
	Schnittlauchröllchen	bestreuen und servieren.

Tipp: Masse auf Baguette streichen oder in Teigkörbchen füllen.

Bergische Reibekuchen Tapas mit „Allerlei“

Für ca. 60 kleine Küchlein

2 kg	Kartoffeln	schälen, sofort in kaltes Wasser legen, damit sie sich nicht verfärben.
2	Zwiebeln	pellen.
		Kartoffeln auf einer Reibe reiben. Die Flüssigkeit, die sich gebildet hat abgießen. Zwiebel dazu reiben. Mit
2	Eiern (Kl. M)	und
	Salz	
	Pfeffer	
	Muskat	würzen. Bei Bedarf etwas
	Haferflocken oder	
	Buchweizenmehl	zugeben
	Öl	in einer Pfanne erhitzen, jeweils 1 Esslöffel Teig in die Pfanne geben und sehr kleine Reibekuchen backen. Bei mittlerer Hitze auf jeder Seite ca. 2 Minuten goldgelb backen. Aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Mit den Beilagen servieren.
		Als „Allerlei“ wahlweise…

Süße Zwiebeln mit Schafskäse

1	Knoblauchzehe	hacken,
3-4	Zwiebeln	in sehr dünne Ringe schneiden.
2 EL	Olivenöl	in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch bei schwacher Hitze darin ca. 20 Minuten hellbraun dünsten. Die Hitze erhöhen und
2TL	Zucker	
2 EL	Balsamicoessig	zugeben und köcheln bis die meiste Flüssigkeit verdampft ist.
3 EL	Rosinen	zugeben. Zwiebelmischung auf die Reibeküchlein geben mit
80 g	Schafskäse, zerkrümelt	bestreuen und warm oder kalt servieren.

Gurkenschmand mit Forellenfilets

150 g	Quark	und
150 g	Schmand	mischen.
½	Salatgurke	schälen, der Länge nach halbieren, entkernen, in feine Würfel schneiden.
30 g	Meerrettich	reiben.
1	Zwiebel	pellen und fein würfeln. Zutaten verrühren mit
1 EL	geh. Dill	und
1-2 EL	körnigem Senf	und
	Salz, Pfeffer	
	Zucker	würzen.
2	Forellenfilets	in Portionsstücke schneiden.

Lachsforellentatar

200 g	Räucherlachsforelle	und
200 g	Lachsforellenfilet frisch	sehr fein würfeln. Von
½	unbehandelten Limette	etwas Schale abreiben und Saft auspressen. Fisch mit
2	Frühlingszwiebeln, gehackt	und
1-2 EL	Tafelmeerrettich a.d. Glas	verrühren, mit
	Salz	
	Pfeffer	
	Zucker	
	Dill	Limettenschale und Limettensaft abschmecken.

Tatar

250	Tatar	mit
1	Zwiebel, fein gewürfelt	
1	Eigelb	mischen.
	Salz	
	Pfeffer	
	Worcester Sauce	
	Kapern	
	Paprikapulver	würzen.

Bergischer Panhas mit karamellisierten Birnenspalten

4	Scheiben Panhas	von beiden Seiten mit wenig
	Mehl	bestäuben. Kurz vor dem Servieren in einer Pfanne in
	Öl	braten.
2	Birnen	entkernen und in Spalten schneiden.
60 g	Zucker	in einer Pfanne karamellisieren. Mit
40 ml	Calvados oder Apfelsaft	ablöschen. Birnen zugeben und mit dem Karamell überziehen. Mit wenig
	Salz	würzen.

Heringssalat

150 g	gegarte Rote Bete	und
1	rote Zwiebel	und
300 g	Bismarckhering	in feine Würfel schneiden.
1	kleiner säuerlicher Apfel	waschen, vierteln, entkernen, in feine Würfel schneiden.
1 Bd.	Dill	fein schneiden.
2	Stangen Sellerie	putzen, fein würfeln.
100 g	Joghurt (3,5 %)	mit
100 g	Schmand	verrühren. Vorbereitete Zutaten unterheben und mit
1-2 EL	Rotweinessig	
	Cayenne	
	Salz	
	Zucker	würzen.

Schwarzbrot und Rübenkraut

Auf die kleinen Reibekuchen jeweils etwas von dem „Allerlei“ geben. Alles auf einer Platte oder Teller anrichten und servieren.

Bergischer Apfeltraum mit Krokant

Für 8 Portionen

Backpapier		mit
Öl		bepinseln.
1 EL	Zucker	in eine beschichtete Pfanne geben, bei milder Hitze karamellisieren,
1-2 EL	Butter	zugeben und schmelzen.
100 g	Mandelstifte	unterrühren und leicht bräunen. Masse auf dem Backpapier verteilen, abkühlen lassen und grob hacken.
		Für die Creme
250 g	Mascarpone	mit
250 g	Vanillequark	
1 P.	Vanillezucker	und
1 EL	Zucker	und nach Bedarf mit
	Milch	verrühren.
1-2	Pumpernickelscheiben	grob zerkleinern. In einer Pfanne kurz anrösten,
1-2 EL	Zuckerrübensirup	zugeben, abkühlen lassen.
750 g	Apfelkompott mit Stückchen	mit
	Zimt	und
2 EL	Cranberries	verrühren.
		Kompott in Gläschen füllen, Pumpernickel darauf verteilen. Mit der Quarkcreme abdecken, dann die Mandeln darauf verteilen. 2-3 Stunden kalt stellen.

Altbergische Waffeln mit Quitten

Für 12 Waffeln

250 g	Butter	mit
3 EL	Zucker	schaumig rühren, nach und nach
5	Eier	unterrühren.
1 P.	Backpulver	mit
200 g	Weizenmehl	und
300 g	Hafermehl (Reformhaus)	mischen und unterrühren.
1 TL	Salz	und
2 EL	Honig	und soviel
	Wasser	zufügen, bis ein dickflüssiger Teig entsteht.
		Waffeleisen mit einer
	Speckschwarte	einfetten und Waffeln nacheinander goldgelb
		backen.

<u>Quitten</u>

1	Orange	die Hälfte der Schale dünn schälen, Orange auspressen.
100 g	Zucker	in einem Topf karamellisieren mit Orangensaft
		ablöschen, mit
250 ml	trockenem Rotwein	und
200 ml	Holundersaft	auffüllen. Orangenschale,
1	Zimtstange	
3	Nelken	dazugeben und aufkochen.
4	Quitten (à 200 g)	schälen, achteln, Kerngehäuse entfernen. Quittenviertel
		in den Holundersud geben und bei schwacher Hitze 50
		Minuten köcheln lassen.
2 TL	Stärke	mit wenig kaltem Wasser glattrühren und den
		Holundersud damit binden. Quitten im Sud abkühlen lassen.