



Rezepte aus der eigenen Küche

von Christoph Kluxen

Eine unsortierte Sammlung diverser Rezepte mit Anlagen zu den Themen
“amerikanische Maßeinheiten”, “englische und französische Ausdrücke auf
Speisekarten“ und “Sorten von Chilies“

18.12.2013

Inhaltsverzeichnis

Rindsrouladen.....	2
Seelachs.....	2
Thunfisch mit Gemüse.....	3
Fischfilet in Macadamia-Kruste.....	3
'Mexikanischer Sauerbraten', ein Rezept aus Arizona.....	3
Westerntopf.....	4
Arizona Snake Venom Chili.....	4
Gemischtes Geschnetzelttes.....	5
Schweineschäufele.....	5
Wildschwein im Römertopf.....	6
Schaschlikpfanne.....	6
Backkartoffeln.....	7
Pastinaken in Bier.....	7
Gemüse in Käsehülle.....	7
Einfaches Linsengericht.....	8
Zucchini Reis Pfanne.....	8
Sauerkraut mit Fleischwurst.....	8
Schaschlik – Spieß - Ideen.....	9
Schnitzelröllchen in Rosmarin.....	9
Leichtes Schnitzel.....	10
Teppan-Yaki.....	10
Wrap mit Shrimps und Pilzen.....	11
Pizza.....	11
Hähnchenfrikassee mit Champignons.....	12
Hähnchenfilet in Alufolie.....	12
Pesto (Rezept 1).....	13
Pesto scharf (Rezept 2).....	13
Pesto (Rezept 3).....	13
Obadzder (Rezept 1).....	13
Obadzder (Rezept 2).....	14
Obadzder (Rezept 3).....	14
Champignons als Vorspeise.....	14
Ganz primitiver Nudelsalat.....	15
Wurstsalat.....	15
Soleier.....	15
Hui-Tiramisu.....	15
Zitroneneis mit Sekt.....	16
Vinaigrette.....	16
Mittelalterlicher Nussdip (Nusssauce).....	16
Salsa Fresca.....	16
Vino Marinade.....	17
Mexikanischer Toast.....	17
Brot.....	17
Kazuko Fisch Teriyaki.....	18
Kirschnüsse.....	19
Weihnachts-Rafaello-Art (Lucia).....	19
Rumkugeln.....	19
Knusper-Bällchen.....	19
Anlage 1: Amerikanische Maßeinheiten der Kochkunst.....	20
Anlage 2: Englisch-Deutsch.....	20
Anlage 3: Chile Peppers.....	22
Anlage 4: Französische Ausdrücke auf Speisekarten.....	22

Rindsrouladen

150g Räucherbauch	würfeln, in einer Pfanne auslassen und bräunen
2 große Zwiebeln	klein gewürfelt darin glasig dünsten (die Fülle)
6 dünne Scheiben Rindfleisch	auf eine glatte Fläche (z.B. Brett oder Arbeitsfläche abgedeckt mit Backpapier) auf einer Seite pfeffern und salzen und dann mit scharfem Senf bestreichen. Die "Fülle" darauf verteilen.
2-3 eingelegte Gürkchen	längs in Streifen schneiden und darauf geben. Fest aufrollen und mit Zahnstochern oder Fleischnadeln zustecken. In
30-40 g Fett (oder Sonnenblumenöl)	erhitzen und ringsherum bräunen.
1 große Zwiebel	klein gewürfelt mitbräunen lassen. Dann mit
1/2 l kochende Brühe	ablöschen und zugedeckt bei geringer Hitze ca. 1 Stunde schmoren.

Nach 1 Stunde Rouladen warm stellen, Brühe mit kleinem Becher Sahne und 1 Teelöffel Mehl zu einer Soße verrühren (am besten mit einem Stabmixer bzw. Pürierstab) und kurz aufkochen lassen.

Dazu schmecken Nudeln oder Klöße.

Seelachs

Recht einfaches Fisch-Rezept - trotz der Einfachheit braucht man aber etwas Zeit.

Für 4-5 Personen nehme ich ca. 800-1000g Seelachsfilets (etwa 8-12 Stück) - meist tiefgefroren, weil ich der Kühlkette von Frischfisch nicht traue.

Den lege ich dann für etwa 1 Stunde in einer Mischung aus Zitronensaft (4 ausgepresste Zitronen), trockenem Wein, 4-5 Spritzern Tabasco und 2-3 Esslöffeln Worcestershiresauce ein.

Dann bedecke ich den Deckel (die Innenseite natürlich) eines Gansbräters dünn mit Oliven- oder Sonnenblumenöl und gebe eine Lage Zwiebelwürfel darüber (3-4 Zwiebeln reichen - Rest der Würfel braucht man noch später - Zwiebeln würfeln ist eine traurige Angelegenheit, deshalb delegieren!). Auf diese Zwiebeln lege ich dann die 'durchgezogenen' Seelachsfilets. Würzen mit ordentlich Pfeffer und Dill - und ein kleines Stück Butter drauf. Je nach Dicke der Fischschicht dann 40-60 Minuten bei knapp 200° C im Backofen braten.

Als Sauce bietet sich eine Kapern-Dill Sauce an. Faul wie ich nun mal bin, nehme ich dazu Sauce Hollandaise (meist von Thomy, da die schon fertig ist), gebe eine kleine Dose Kapern, 1-2 Esslöffel Dill, ein bisschen Wein und ein klein wenig Butter dazu.

Dazu Reis, den ich erst einmal koche (vorzugsweise Naturreis). Dann nehme ich einen Topf mit etwas Butter, gebe den Rest der Zwiebeln hinein bis sie glasig sind - wenn noch Erbsen, Mais oder ähnliches vorhanden ist kommt das auch dazu. Dann kommt der Reis (sollte direkt nach dem abgießen passieren, so dass er noch heiß ist) hinein - umrühren - fertig ist der etwas andere Reis.

Als Salat bietet sich ein Gurken, Zucchini, Karottensalat mit Belgischer Marinade an - ist dann sehr kontrastreich. Die Marinade besteht zuerst einmal aus den üblichen Verdächtigen - Essig, Öl, Salz, Pfeffer - dann einen Teelöffel scharfen Senf, ein paar Salatkräuter und, nach Bedarf, ein wenig Tabasco/Worcestershire Sauce. Gut mit einer Gabel durchmischen und den Salat in der Marinade etwa 20 Minuten ziehen lassen.

Diese Marinade passt auch zu Feldsalat - dann aber ohne Kräuter und ohne durchziehen (fällt zusammen).

Passende Getränke sind ein trockener Weißwein oder trockenes Mineralwasser. Aperitif ein Martini oder Wermut.

Nachspeise Früchtequark mit einer Tasse Kaffee.

Das Rezept kommt aus der Bretagne.

Thunfisch mit Gemüse

ZUTATEN (2-3 Personen):

Gemüse: 2 Chicorée, 1 Schale Champignons, 1 Aubergine, 1 kleine Zwiebel oder Schalotte

Beilage: 1 Paket bunte Nudeln

Hauptgericht: 3 'Steaks' vom Thunfisch, Weißwein, Zitronensaft, Tabasco, Worcestershire Sauce und frische Kräuter

Den Thunfisch säuern (Marinade aus Weißwein, Zitronensaft, Tabasco und Worcestershire Sauce), leicht mit Pfeffer und Salz würzen, in einer Pfanne mit Olivenöl beidseitig braten (oder grillen) und mit frisch gehackten Kräutern verfeinern.

Die bunten Nudeln in Salzwasser al dente kochen, abgießen und in leicht gesalzener Butter nachschwenken.

Den Chicorée vierteln, im Salzwasserbad blanchieren. Aubergine in Scheiben schneiden. Kleine Zwiebel würfeln. Champignons vierteln oder in Scheiben schneiden. In Olivenöl mit etwas Knoblauch, Salz und Pfeffer im Backofen grillen (eventuell etwas rosenscharfen Paprika verwenden).

Fischfilet in Macadamia-Kruste

ZUTATEN (2-3 Personen):

4 Fischfilets (je 100g – 150g) – z.B. Seezunge

75ml Zitronen bzw. Limonensaft

2 Esslöffel Olivenöl

2 Teelöffel frisch geriebener Ingwer

100g Macadamia-Nüsse (müsste auch mit anderen Nüssen funktionieren)

25 g Mehl

Salz, Pfeffer

1 Ei

2 Esslöffel Milch

- Fisch in Zitronensaft, Ingwer und Olivenöl etwa eine Stunde marinieren (gelegentlich wenden)
- Ofen auf 250° C vorheizen, entsprechende Backform einfetten
- Nüsse grob mahlen (nicht zu Nuss butter, was passiert, wenn man zu fein mahlt)
- 3 tiefe Teller vorbereiten. Den ersten mit den gemahlene Nüssen, den zweiten mit Mehl, Salz und Pfeffer und den dritten mit dem verquirlten Ei-Milch Gemisch.
- Fisch aus der Marinade nehmen (Ingwerstückchen dran-lassen!) und erst im Mehl, dann im Ei-Milch Gemisch und dann in den Nüssen wenden.
- Filets in die Backform geben und 6-8 Minuten heraus backen.

'Mexikanischer Sauerbraten', ein Rezept aus Arizona.

Man nehme

1) Filetsteaks so etwa ein Kilo (geklopft / tenderized im Amerikanischen / durch den Steaker geschoben) etwas mehr als daumendick (mein Daumen)

2) 1 Knoblauchzehe dünn geschnitten

3) 1/2 Tasse Pflanzenöl (Distel, Mais oder ähnliches)

4) 1/2 Tasse anderes Pflanzenöl (Sonnenblume oder ähnliches)

5) 1/2 Tasse Apfelessig

6) Salz (weniger) und Pfeffer (mehr)

7) 2-3 Teelöffel scharfen Senf

8) 2-3 Teelöffel Worcestershire Sauce

9) Kleine rote Chilis (aufgeschnitten, gedrückt, dass es gut durchzieht) oder ein paar große Spritzer Tabasco (nicht zu wenig) oder beides

10) Kräuter nach Geschmack (eigentlich nicht notwendig - ich mache das nie)

#2) - #10) gut durchmischen

Steaks hineinlegen, dass alles bedeckt ist und 3-4 Stunden ziehen lassen (Zimmertemperatur).

Auf dem gut durchgeheizten Holzkohle-Grill auf jeder Seite bis zu 5 Minuten grillen. Manche Amerikaner lieben es dabei eine Honigtunke auf das Fleisch zu geben, so dass es glasiert und süßer schmeckt - ich persönlich mag das nicht.

Dazu Tortillas, Salsa und ein leichter Salat z.B. mit Zucchini und Mais

Westerntopf

3-4 Zwiebeln

12 – 14 Scheiben verschiedener Schinkensorten (Resteverwertung) - kleingeschnitten

2 Büchsen (225-250g, je nach Hersteller) eingelegte rote Kidney Bohnen

1 kleine Büchse Mais

1 Knoblauchzehe

1 Chilischote oder Peperoni (nicht die ganz scharfen Sorten, sollten eher mild, gemüsig sein)

Steakgewürz, Pfeffer, Salz

Worcestershiresauce und Tabasco

Sonnenblumenöl

Zwiebeln würfeln, in Öl glasig braten und kleingeschnittene Knoblauchzehe, Steakgewürz, ganz wenig Pfeffer, noch weniger Salz (wenn überhaupt) dazugeben. Sinn des Würzens zu diesem Zeitpunkt ist, dass bei abkühlen des heißen Eintopfes, die Zwiebeln das enthaltene Gewürz nach und nach freigeben, so dass die Mahlzeit ‚heiß‘ bleibt.

Schinken und kleingeschnittene Chilischote/Peperoni hineingeben und gut durchbraten (ca. 3-4 Minuten ist ausreichend).

Bohnen mit 2/3 der ‚Dosenbrühe‘ hineingeben und ca. 15-20 Minuten kochen lassen (da die Bohnen in der Dose eingelegt waren, braucht man im Gegensatz zu frischen, harten, trockenen Bohnen nicht mehr Zeit).

Mais hinzugeben, noch 1 Minute kochen lassen und mit Worcestershire Sauce und Tabasco abschmecken.

Dazu passt Brot, Tortillas und ein leichter grüner Salat.

Kann man in einem entsprechenden Topf auch draußen, auf einem Grill machen.

Arizona Snake Venom Chili

2 Esslöffel Pflanzenöl

3/4 Tasse Fleischbrühe (oder mehr – nach Bedarf)

2 Pfund Rindergulasch

ca. 250 ml Tomatensauce

4 gehäufte Esslöffel Chilipulver

1 große, kleingehackte Zwiebel

2 Esslöffel Kümmel

6 geschälte Knoblauchzehen

1 ½ Teelöffel scharfen Paprika

1 Esslöffel Knoblauchpulver

ca. 250 g gehackte Chilis (eher die fruchtig oder würzig schmeckenden) oder Paprika

1 ½ Teelöffel Salz

1 Büchse (750g) gewürfelte Tomaten

1 Büchse (500g) rote Kidney Bohnen

1 Tube Tomatenmark

Pfeffer

1 oder 2 kleine Jalapenos (Chilisorte) entkernt, halbiert, ohne Stängel

In einem großen Topf Rindergulasch in Öl bei hoher Hitze anbraten. Wenn das Fleisch grau ist, kleingehackte Zwiebeln, geschälte Knoblauchzehen, Knoblauchpulver, ½ Teelöffel Salz und Fleischbrühe dazugeben. Bei geschlossenem Deckel 45 Minuten bei mittlerer Hitze kochen (Fleisch sollte dann zart sein).

Wenn das Fleisch zart ist, Hitze reduzieren und Tomatensauce und Tomatenmark dazugeben. 15 Minuten köcheln lassen. Den Rest der Zutaten (1 Teelöffel Salz, Chilipulver, Kümmel, scharfen Paprika, Pfeffer, Jalapenos, rote Kidney Bohnen, gewürfelte Tomaten, gehackte Chilis (oder Paprika)) in den Topf geben und bei geschlossenem Deckel weitere 45 Minuten köcheln lassen. Dabei regelmäßig umrühren. Bei Bedarf weitere Fleischbrühe hineingeben. Das Chili sollte dickflüssig sein. Für bis zu 10 Personen.

Gemischtes Geschnetzeltes

2 Schweineschnitzel
2 Putenschnitzel
ca. 250 g Champignons oder Pfifferlinge (oder gemischt)
4 Zwiebeln
200-250 g Quark (oder saure Sahne)
2-3 Esslöffel Sonnenblumenöl
2 Teelöffel Fleischbrühenpulver
1-2 Teelöffel Knoblauchgranulat oder -pulver
1-2 Teelöffel Pfeffer
1-2 Teelöffel rosenscharfer Paprika
1-2 Teelöffel Kurkuma (Gelbwurz)

- 1) Schweine- und Putenschnitzel in Würfel oder Streifen schneiden
- 2) Zwiebeln in kleine Würfel schneiden
- 3) Fleischbrühenpulver, Pfeffer, rosenscharfer Paprika, Kurkuma und Knoblauch gut mischen. Menge/Mischung der einzelnen Gewürze nach Geschmack variieren
- 4) Pilze reinigen und ggf. halbieren (z.B. große Champignons)

In einer großen Pfanne Zwiebeln in Öl glasig braten (Stufe 2 ist bei einer Platte mit 3 Stufen ausreichend). Fleisch dazugeben und beim anbraten mit 2/3 der Gewürzmischung würzen. Wenn das Fleisch fast durch ist - braucht nicht lange - Hitze auf Stufe 1,5 reduzieren und Pilze dazugeben und mit dem Rest der Gewürzmischung würzen. Deckel auf die Pfanne und ca. 15 Minuten leicht köchelnd durchziehen lassen, bis alles gar ist. Dann den Quark dazugeben und unter rühren einmal leicht aufkochen lassen.

Dazu passt Reis oder Nudeln.

Schweineschäufele

4 Portionen
1,5 kg Schweinefleisch (Schulter mit Knochen und Schwarte - Schäufele) Salz und Pfeffer, 1-2 TL Kümmel, 1 EL Speiseöl/Fett zum anbraten, 1-2 Zwiebeln, 1-2 Karotten, etwas Bier

- 1) Die Schwarte des Schweinebratens diagonal einschneiden oder gleich beim Einkauf einschneiden lassen. Darauf achten, dass nur die Schwarte eingeschnitten wird, nicht das Fleisch.
- 2) Den Braten waschen, trocknen und gründlich mit Salz, Pfeffer und Kümmel einreiben. Das Speiseöl/Fett in einem eisernen Schmortopf oder Bräter erhitzen und den Braten darin von allen Seiten anbraten.
- 3) Die Zwiebeln vierteln, die Karotten in grobe Stücke schneiden, in den Schmortopf oder Bräter geben und den Braten darauf legen. Mit 1 Tasse Wasser oder Bier aufgießen.
- 4) Den Braten auf die untere Schiene in den auf 200° vorgeheizten Backofen schieben und mit der Schwarte nach oben unter gelegentlichem Begießen mit dem Bratensaft in 1 1/2-2 Stunden gar braten. Gegebenenfalls noch etwas Wasser oder Bier nachgießen.
- 5) Die letzten 30 Minuten immer wieder mit Bier bepinseln, damit die Kruste schön knusprig und knackig wird. Gegebenenfalls die Temperatur während der letzten 15 Minuten auf 225° erhöhen.

6) Den Braten herausnehmen und 5 Minuten stehen lassen. Den Bratensaft mit etwas Wasser oder Bier ablöschen.

7) Bratensaft mit dem Gemüse aus dem Topf mit einem Pürierstab zu einer sämigen Sauce verarbeiten - gegebenenfalls noch etwas Bier oder Wasser dazugeben.

Dazu passen Klöße und Kraut

Varianten:

Bei Gewürzen sind auch noch Thymian, Rosmarin oder Majoran möglich. Als Gemüseergänzung zur Bratenunterlage kann auch etwas Sellerie oder Mischbrot verwendet werden.

Wildschwein im Römertopf

500g Wildschwein

ca.150g dünn geschnittenen Schinkenspeck oder Bacon

1/8 Sellerie (z.B. aus einem Bund Suppengemüse)

1/2 Stange Lauch (z.B. aus einem Bund Suppengemüse)

1 Karotte (z.B. aus einem Bund Suppengemüse)

2 Zwiebeln

0,25l - 0,3l Rotwein

0,25l Buttermilch

4 Lorbeerblätter

Wacholderbeeren

Thymian

Rosmarin

Pfeffer

Salz

Preiselbeermarmelade

Marinade:

Sellerie, Lauch, Karotte und Zwiebeln grob klein schneiden. Wildschwein mit den geschnittenen Gemüsen, Lorbeerblättern, Thymian, Wacholderbeeren, Rosmarin und Pfeffer in einen möglichst engen Topf geben. Den Rotwein hineingeben, so dass das Wildschwein bedeckt ist. Falls Rotwein nicht ausreicht, mit Wasser auffüllen. Etwa 4 Stunden marinieren.

Römertopf:

Den gut gewässerten Römertopf mit dem Schinkenspeck/Bacon auslegen und das Wildschwein darauf geben. Die Lorbeerblätter aus der Marinade entfernen und die Marinade mit Gemüse auch in den Römertopf geben. Das nun aus dem Sud herausragende Wildschwein etwas pfeffern.

Bei 200°C etwa 2 Stunden lang braten.

Nachbehandlung:

Das Wildschwein in dem Deckel des Römertopfes erst einmal zwischenlagern. Den Schinkenspeck/Bacon aus dem Sud herausfischen und auf dem Wildschwein verteilen. Den Sud nun in einen hohen engen Topf geben. Das Wildschwein mit dem darauf liegendem Schinkenspeck/Bacon wieder in den Römertopf geben, etwas salzen und ca. 10-12 Minuten im offenen Römertopf bei 180°C braten.

In der Zwischenzeit dem Sud mit Gemüse und Gewürzen die Buttermilch, ein wenig Salz zugeben und mit einem Pürier-Stab zu einer sämigen Sauce zerkleinern.

Dazu passen Nudeln (z.B. Spätzle) und die Preiselbeermarmelade.

Schaschlikpfanne

5 Schnitzel

5 Scheiben Räucherbauch

4 Paprika

3 Zwiebeln, etwas Knoblauchgranulat (wenn gewünscht)

Kleinschneiden, in eine Kasserolle geben und mit Schaschliksauce (Fertigsaucen, verfeinern mit Tabasco und Worcestershiresauce ist möglich) bedecken.

Aluminiumfolie drüber (nicht berühren lassen) und im Kühlschrank eine Nacht lang durchziehen lassen.

Aluminiumfolie entfernen und etwa 2-3 Stunden bei ca. 200°C im Backofen backen.

Backkartoffeln

4-5 große Kartoffeln
etwas Sonnenblumenöl
Pfeffer
Salz
Rosenscharfen Paprika

Kartoffeln schälen und der Länge nach in etwa fingerdicke Scheiben schneiden.

Backpapier auf Backblech leicht einölen, Kartoffelscheiben gleichmäßig darauf verteilen.

Kartoffelscheiben mit einem Backpinsel leicht einölen.

Kräftig mit Salz, Pfeffer und Paprika bestreuen und im auf ca. 200°C vorgeheiztem Backofen etwa 30 Minuten backen (je nach Dicke der Scheiben). Wenn die ersten Kartoffelscheiben am Rand leicht braun werden sind die Backkartoffeln fertig.

Als Variante kann man die Kartoffeln zusätzlich auch mit Kümmel oder Kräutern würzen.

Pastinaken in Bier

500g Pastinaken, geschält und in 4-5cm große Stücke geschnitten
1/2 Flasche dunkles Bier (250ml)
1 Stück Zimtstange
1 Esslöffel Thymian
3 Nelken (gemahlen)
3-4 Pimentkörner (gemahlen)
Salz, Pfeffer

1) Alle Zutaten in einen Topf geben, Topf schließen und 30-35 min kochen/dünsten, bis sich die Pastinaken leicht mit einer Gabel einstechen lassen

2) Bei offenem Topf weitere 10-15 min köcheln lassen, bis das Bier andickt

3) Zimtstange herausnehmen

Dazu passt Geflügel, Schinken oder Schwein

Gemüse in Käsehülle

2 Auberginen oder eine entsprechende Menge Zucchini, Sellerie oder Kohlrabi
250ml Milch
100g Mehl
2 Eier oder alternativ ein halbes Glas Bier
100g geriebener Parmesan (kann auch durch Schafs- oder Ziegenkäse ersetzt werden)
Salz, Pfeffer
Sonnenblumenöl

1) Gemüse in Scheiben schneiden und leicht salzen

2) Aus Milch, Mehl, Eiern (oder Bier) und dem gewählten Käse einen dickflüssigen Teig herstellen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3) Gemüse trocken tupfen, durch den Teig ziehen und in der Pfanne mit Öl braten - wenn goldbraun im vorgeheizten Ofen bei 80° warm stellen.

Variation: In der Pfanne zuerst Zwiebeln anbräunen und darin dann die "geteigten" Gemüsescheiben anbraten.

Einfaches Linsengericht

2 Stück 400 g Dosen Linsen (eingelegt)
1 Glas mit 6 eingelegten Bockwürsten
1/2 gestrichener Teelöffel Fleischbrühenpulver
Thymian - kräftige Portion je nach Geschmack

Alles zusammenmischen, dabei vom Bockwurstwasser nur 1/4 der vorhandenen Menge und bei kleiner Flamme 6-10 Minuten köcheln.

Möglicherweise passen auch Wacholderbeeren dazu, habe das aber noch nicht ausprobiert.
Für ca. 3 Personen. Dazu passt Bauernbrot 1-2 Scheiben pro Person.

Zucchini Reis Pfanne

2 mittlere Zucchini
1 große Zwiebel
ein bisschen Knoblauch (z.B. als Granulat oder Pulver)
Sonnenblumenöl
ca. 150 g Reis
1-2 Chili (klein geschnitten)
Fleischbrühenpulver (1 gehäufte Teelöffel)
Thymian (1 Teelöffel)
Rosmarin (1 Teelöffel)
gehackte Petersilie (1/2 Büschel mindestens)
Salz
Pfeffer
1 kleine Dose Tomatenmark (oder 1-2 pürierte Tomate)
150 - 200 g Schafskäse (Feta)

- 1) Den Reis nach jeweiliger Kochempfehlung kochen
- 2) Zwiebel fein würfeln und mit dem Knoblauch in Öl anbraten (glasig bis leicht bräunlich)
- 3) Zucchini in dünne Scheiben schneiden und mit den angebratenen Zwiebeln 10 Minuten gemeinsam erhitzen
- 4) Reis, Gewürze, Tomatenmark und Petersilie untermischen und kurz köcheln, so dass einheitliche Temperatur gesichert ist. Gegebenenfalls etwas Wasser zugeben.
- 5) Feta in Würfel schneiden und separat servieren

Sauerkraut mit Fleischwurst

700 g Sauerkraut
kleine Handvoll Wacholderbeeren
1 Glas Weißwein (0,2 - 0,3 l)
1 gestrichener Teelöffel Fleischbrühenpulver
1 Zwiebel
ggf. ein bis zwei dünne Apfelschnipsel
400-500 g Fleischwurst (ein Ring)

Sauerkraut, Wacholderbeeren, Apfelschnipsel, Weißwein und Fleischbrühenpulver in einem hohen Topf gut durchmischen.

Zwiebel in dünne Ringe schneiden und auf das Sauerkraut legen.

Fleischwurst in ca. 4cm lange Stücke schneiden, Haut entfernen und auf die Zwiebelringe geben.

Auf Stufe 1 (von 3 beim Elektroherd) bei geschlossenen Topf 50 bis 60 Minuten köcheln lassen.

Dazu passt Graubrot.

Schaschlik – Spieß - Ideen

- 1) Nürnberger
Abwechselnd Nürnberger Bratwürste, Viertel-Zwiebeln und dicke Ananasstücke auf einen Spieß geben. Marinade besteht aus Öl und Pfeffer. Am besten gegrillt.
- 2) Vegetarisch
Selleriescheiben, Kohlrabi, Paprika und Zwiebeln auf den Spieß geben. Marinade besteht aus Öl, Pfeffer, Tabasco, wenig Salz.
- 3) Kartoffel – Champignon
Kleine gekochte Kartoffeln mit ½ Scheibe Frühstücksspeck (Bacon) umwickeln, danach ¼ Zwiebel und einen Champignon auf den Spieß geben (dann Reihenfolge wiederholen). Marinade besteht aus Öl, Pfeffer, Salz, Worcestershire Sauce.
- 4) Pute asiatisch
Putenbrustfilets in dünne Scheiben schneiden und wellenförmig auf einen Spieß stecken. In einer Marinade aus Sojasauce (6 Teile), Wasser (3 Teile), Honig (1 Teil) und Sojaöl (4 Teile) 2 Stunden marinieren (mindestens 2 mal wenden!). Ein Teil entspricht bei kleineren Mengen z.B. einem Esslöffel. Ca. 8 Minuten grillen und dabei noch einmal mit der Marinade bestreichen.

Schnitzelröllchen in Rosmarin

Benötigt wird für 3 Personen:

6 Minutenschnitzel (sind so kleine, ca. 10*10cm große, dünne Schnitzel)

etwa 12 dünne Scheiben Parmaschinken

200g Frischkäse

ca. 100ml Sahne

etwas Weißwein

Rosmarinblätter, Salz, Pfeffer

Olivenöl

6 Zahnstocher aus Holz

Die Schnitzel leicht salzen und pfeffern (nur auf einer Seite). Die gewürzten Seiten mit der Hälfte des Frischkäse, wie ein Brot, bestreichen.

Dann 2 Scheiben Parmaschinken pro Schnitzel auf den Käse legen, das ganze zusammenrollen und mit dem Zahnstocher fixieren. Aufpassen, dass man den Zahnstocher richtig durchsticht, da es doch recht kleine Rollen sind.

Den Rest des Frischkäse mit der Sahne und etwas Weißwein in einem Behälter gut durchmischen. Wird später die Sauce - also wenn etwas festere Sauce benötigt wird, weniger Sahne nehmen.

Olivenöl in die Pfanne geben und kräftig Rosmarinblätter hinein streuen.

Im heißen Olivenöl (Stufe 2 oder 2 ½ bei 3 Stufen) die 6 Röllchen mit mehrmaligem Wenden etwa 15 Minuten braten. Die Rosmarinblätter ziehen dabei in die Oberfläche ein.

Wenn die Schnitzelröllchen ordentlich 'durch' sind, das Frischkäse-Sahne-Weißweingemisch dazu geben, die Röllchen an der Seite der Pfanne platzieren (ohne zu wenden) und alles kurz aufkochen lassen.

Dazu passen Reis oder Nudeln und ein leichter italienischer Salat.

Anstelle der Füllung mit Frischkäse soll man auch Spinat verwenden können.

Als Nachspeise gemischte Früchte in Quark mit einem Schuss Eierlikör.

Leichtes Schnitzel

Zutaten:

1 Packung Minutenschnitzel (5 Stück, 400-450g)
1 Packung Cocktailtomaten (500g)
1 Packung Rukola Salat (125g)
1-2 Zwiebeln
Olivenöl
Pfeffer und Salz

Zubereitung:

- 1) Zwiebeln in Ringe schneiden
- 2) Cocktailtomaten halbieren und leicht pfeffern
- 3) Zwiebelringe in einer Pfanne mit Olivenöl leicht braun anbraten
- 4) Minutenschnitzel pfeffern, leicht salzen und in der Pfanne mit den Zwiebelringen beidseitig braten
- 5) Cocktailtomaten hinzufügen - etwa 2 Minuten mit braten lassen (sollen noch knackig sein)
- 6) Rukolasalat darüber geben und etwa 1 Minute mit braten lassen - keinesfalls umrühren (Deckel auf die Pfanne geben ist hilfreich)
- 7) Guten Appetit

Variationen:

Anstatt Schnitzel - Fischfilet
Anstatt Cocktailtomaten - Pfifferlinge
Eventuell mediterrane Gewürze wie Basilikum

Teppan-Yaki (Gegrilltes Steak und Gemüse)

Zubereitungszeit: ca. 1 1/4 Std.

Zutaten für 4 Personen:

350 g Rindersteak
Salz
Pfeffer
4 kleine Auberginen
100 g frische Shiitakepilze
100 g junge grüne Bohnen
2 Zucchini
1 rote oder grüne Paprika, entkernt
6 Frühlingszwiebeln, äußere Haut abgezogen
210 g Bambussprossen aus der Dose, abgegossen
3 EL Pflanzenöl
Soja-Ingwer-Dip, Sesam-Dip oder vergleichbare Dips

Das Steak in sehr dünne Scheiben schneiden (das geht gemäß manchem Kochbuch am besten, wenn das Fleisch halb gefroren ist, ich persönlich finde 'angefrorenes' Fleisch verliert an Geschmack und verwende daher ein richtig scharfes Messer). Anschließend jede Scheibe kreuzförmig einschneiden, die Scheiben in einer Lage auf einen großen Vorlegeteller legen und gründlich mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch während der Vorbereitung des Gemüses beiseite stellen.

Die Enden der Auberginen abtrennen und das Fruchtfleisch schräg in lange, sehr dünne Scheiben schneiden. Eventuell holzige Stiele von den Pilzen abschneiden und die Bohnen putzen. Bohnen, die länger als 7 cm sind, werden halbiert. Die Zucchini in Scheiben schneiden und die Scheiben, abhängig von der Größe, vierteln, halbieren oder ganz lassen. Die Paprikaschote in dünne Streifen und die Frühlingszwiebel in etwa 7 cm lange Stücke schneiden. Die Bambussprossen auf vergleichbare Größe zurechtschneiden. Das Gemüse attraktiv auf einem Vorlegeteller arrangieren - das Auge isst mit.

Sobald die Gäste Platz genommen haben, einen Hibachi (ist ein kleiner japanischer Holzkohlegrill), einen elektrischen Tischgrill (nicht so gut), eine Grillplatte (auch nicht so gut), einen 'Heißen Stein' (auch nicht so gut) oder einen Raclette-Grill (allerletzte Ausweichvariante) auf höchste Stufe erhitzen und leicht mit Öl bestreichen. Sollte man im Freien speisen wollen, bietet sich ein ganz normaler Grill an – z.B. mit Alufolie über dem Rost. Schnell ein Viertel des Fleisches von beiden Seiten anbraten und dann an den Rand schieben. Nun etwa ein Viertel des Gemüses unter ständigem Rühren rasch anbraten. Jedem Gast eine kleine Portion Fleisch und Gemüse servieren. Die Gäste können das Fleisch dann mit einer Sauce ihrer Wahl würzen. Dazu gedämpften Reis reichen.

Die verbleibenden Fleisch- und Gemüsestücke nach Bedarf in kleinen Portionen braten und servieren. Gemäß Erfahrungsbericht eines Bekannten schmeckt die zweite Lage Fleisch besser.

Wrap mit Shrimps und Pilzen

Zutaten für 2 Personen:

Teig: Mehl, Milch, Tabasco, Zitronensaft, Paprikapulver (rosenscharf), Curry

Füllung: Nussig schmeckender Salat (z.B. Lattuca, Radicchio, Eisbergsalat, Lollo Rosso), 1 Schale Shrimps, 1 Becher Crème fraîche, Ananasstücke, 4-5 Pilze (z.B. Champignons), Worcestershire Sauce (wer mag), Tabasco, Zitronensaft, Basilikum, Salz und Pfeffer

Die besten Shrimps sind Fänge aus dem Nordatlantik oder Nordpazifik - die werden nicht so schnell 'lätschert'.

Zubereitung

Aus Mehl, Milch, Tabasco, Zitronensaft, Paprikapulver und Curry (kein Salz, ist genug im Curry enthalten) einen Pfannkuchenteig herstellen. Den Teig in die Pfanne geben und zu einem dünnen Pfannkuchen backen.

Die Shrimps mit der Crème fraîche, Zitronensaft, Tabasco (eventuell etwas Worcestershire Sauce), Salz und Pfeffer vermengen. Pilze und Ananas würfeln und zu den Shrimps geben. Den nussig schmeckenden Salat waschen. Zwei bis drei Blätter auf den Pfannkuchen legen, die Shrimps darauf geben (sollen von dem Salat daran gehindert werden den Pfannkuchen durchzuweichen - schwierig bei Eisbergsalat) und den Pfannkuchen einrollen. Den fertigen Wrap dann mit Basilikum garnieren.

Pizza

A) Grundteig

2 Päckchen Trockenhefe (6-8 g)

1 Teelöffel Zucker

250 ml lauwarmes Wasser

350 g Weizenmehl

1 Teelöffel Salz

1 Esslöffel Olivenöl

Hefe und Zucker mit 50 ml lauwarmen Wasser etwa 15 Minuten gehen lassen bis die Mischung schäumt.

Mehl und Salz in einer Schüssel gut mischen. Eine Vertiefung in die Mitte drücken und das Öl, die angerührte Hefe und das restliche Wasser dazugeben. Zu einem festen Teig verrühren.

Auf bemehlter Arbeitsfläche etwa 5 Minuten durchkneten - zurück in die Schüssel geben und zugedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen bis das Volumen sich verdoppelt hat. Teig noch 2-3 Minuten durchkneten, glattstreichen und auf einem eingefetteten Backblech ausrollen (geht auch mit Backpapier). Teig soll nicht dicker als 1/2 cm sein, da er noch beim Backen aufgeht.

B) Belag

400 g Tomaten aus der Dose (gehackt)

2 Knoblauchzehen, zerdrückt (oder Knoblauchgranulat bzw. -pulver)

3 Teelöffel Basilikum

1 Esslöffel Olivenöl

Salz und Pfeffer
2-3 Esslöffel Tomatenmark

Zutaten (ohne das Tomatenmark) in einen Topf geben und ca. 20 Minuten einkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Tomatenmark hinzufügen und Sauce leicht abkühlen lassen.

Für Pizza Margherita die abgekühlte Sauce auf dem Pizzateig verteilen, 100g gewürfelte Mozzarella und 2-3 Esslöffel geriebenen Parmesan auf der Sauce verteilen und in einem auf 200°C vorgeheiztem Ofen 20-25 Minuten backen.

Anstelle von Mozzarella (oder ergänzend) können auch Salami, Zwiebeln, Pilze, Schinken, Paprika, Oliven, etc. etc. verwendet werden. Parmesan kann durch Emmentaler, Gouda oder Gorgonzola ersetzt bzw. ergänzt werden.

Sardellen, Kapern und Zwiebeln schmecken als Belag auch recht gut - "Pizza Baltica".

Soll die Pizza schärfer werden bietet es sich an, Tabasco in den Grundbelag einzumischen.

Weitere Gewürzvarianten: Oregano, Majoran, rosenscharfer Paprika, Rosmarin, Thymian

Hähnchenfrikassee mit Champignons

500 g Hähnchenbrustfilet
200 g Champignons
1 Zwiebel
etwas Pflanzenöl
Fleischbrühenwürfel für 1/2 Liter (normalerweise 1/2 Würfel)
200 ml süße Sahne
4-5 Esslöffel Mehl (oder 3 Esslöffel Saucenbinder)
Salz, Pfeffer, Rosmarin, Thymian, Estragon

1) Hähnchenbrust würfeln (nicht zu klein) und mit den Gewürzen würzen. Man kann Rosmarin oder Thymian oder Estragon nehmen oder beliebige Kombinationen. Ich bevorzuge Rosmarin - schmeckt aber nicht jedem. Bei den Kräutern bin ich also noch in der Experimentierphase.

2) Champignons putzen und vierteln

3) Zwiebel in kleine Würfel schneiden

4) 300 ml Wasser mit dem Fleischbrühenwürfel zum kochen bringen, süße Sahne und Mehl dazugeben - damit es sämig wird - und leicht köcheln lassen

5) Zwiebeln in Öl glasig andünsten und dann die Hähnchenbrustwürfel dazugeben - anbraten und in der letzten Minute die Champignons hineingeben

6) Mit der sämigen Sahnefleischbrühe ablöschen und etwa 5 Minuten leicht köcheln lassen - dabei abschmecken und eventuell nachwürzen

Dazu passen alle Sorten von Reis.

Hähnchenfilet in Alufolie

6 Hähnchenbrustfilets
250 g Mozzarella in Scheiben geschnitten
3 Zucchini in Scheiben geschnitten
6 Tomaten in Scheiben geschnitten
Öl, Pfeffer, Salz, Basilikum, Oregano

Aus Alufolie 6 Quadrate mit einer Seitenlänge von 10-12 cm zuschneiden. Die matte Seite gehört nach außen. Die glänzende Seite mit etwas Öl bestreichen.

Die Hähnchenbrustfilets mit einem scharfen Messer mehrmals (3-4 mal) einschneiden und in die so entstandenen Taschen je eine Scheibe Mozzarella geben.

Zucchini und Tomatenscheiben gleichmäßig auf die Alufolien verteilen. Ein wenig pfeffern und ganz wenig salzen. Basilikum und Oregano über das Gemüse streuen.

Je ein Hähnchenbrustfilet auf das Gemüse geben, ein wenig pfeffern, kaum salzen, gegebenenfalls noch etwas Oregano dazugeben und die Alufolienpäckchen fest verschließen. Darauf achten, dass auch die Ecken gut verschlossen sind.

Die Päckchen in einem auf 200°C vorgeheizten Ofen auf einem Backblech 30 Minuten backen.

Dazu passen Nudeln mit Pesto oder in Butter geschwenkt.

Pesto (Rezept 1)

frische Basilikumblätter 40-50
Knoblauch bis zu 3 Zehen
2 Esslöffel Pinienkerne oder Walnüsse
50 g geriebener Parmesan
3-5 Esslöffel Olivenöl
ein wenig Pfeffer und Salz

mit Pürierstab oder im Mörser zu Paste verarbeiten. Dabei Olivenöl langsam zugeben, bis richtige Konsistenz erreicht ist.

Pesto scharf (Rezept 2)

ein Bund glatte Petersilie
2 kleine rote Chilischoten
2 Esslöffel Sonnenblumenkerne oder Nüsse
ein wenig Salz
200-300 ml Olivenöl

mit Pürierstab oder im Mörser zu Paste verarbeiten. Dabei Olivenöl langsam zugeben, bis richtige Konsistenz erreicht ist.

Pesto (Rezept 3)

3-4 Zwiebeln
15-25 Esslöffel Olivenöl
6-8 Esslöffel gesalzene Macadamia-Nüsse (oder andere gesalzene Nüsse)

Zwiebel schälen, würfeln und in einem Teil des Olivenöls bei mittlerer Hitze goldbraun anbraten. Macadamia-Nüsse im Mörser zerkleinern. Nüsse, Zwiebeln und heißes Öl in einem Mörser oder kleinem Topf zu dem Pesto verreiben. Dabei restliches Olivenöl langsam zugeben, bis richtige Konsistenz erreicht ist.

Obadzder (Rezept 1)

Zutaten für 3-4 Personen:

250g reifer Camembert
250g Quark
100g Schlagsahne
50g Butter
etwas Salz
Paprika
Pfeffer
Gemahlener Kümmel
2 mittlere Zwiebeln
Schnittlauch (oder Bärlauch)

Camembert mit einer Gabel zerdrücken und mit dem Quark, der Sahne und der Butter vermischen. Gewürze zugeben. Zwiebeln fein würfeln und untermischen. Mit Schnittlauch garnieren. Eine Zehe Knoblauch – klein gehackt – kann auch noch rein, dann sollte man aber auf Bärlauch verzichten.

Obadzder (Rezept 2)

Zutaten für 3-4 Personen:

250g reifer Camembert
100g Butter
einen kräftigen Schuss Bier (geht auch mit sogenanntem alkoholfreiem Bier, oder mit ‚Malzbier‘)
etwas Salz
Paprika
Pfeffer
2 mittlere Zwiebeln
Schnittlauch und Petersilie

Camembert mit einer Gabel zerdrücken und mit der Butter vermischen. Bier und Gewürze zugeben – gut durchmischen. Zwiebeln fein würfeln und untermischen. Mit Schnittlauch und Petersilie garnieren. Statt Butter soll auch Sauerrahm und Crème Fraîche (halbe-halbe oder jeder für sich) möglich sein. Eine Zehe Knoblauch – klein gehackt – kann auch noch rein.

Obadzder (Rezept 3)

Zutaten für 3-4 Personen:

250g reifer Camembert
100g Butter
ein rohes Ei
etwas Salz
Paprika
Pfeffer
2 mittlere Zwiebeln
Schnittlauch und Petersilie

Camembert mit einer Gabel zerdrücken und mit der Butter vermischen. Ei und Gewürze zugeben – gut durchmischen. Zwiebeln fein würfeln und untermischen. Mit Schnittlauch und Petersilie garnieren. Wegen des rohen Eis nicht länger als einen Tag aufbewahren (Kühlschrank!). Eine Zehe Knoblauch – klein gehackt – kann auch noch rein.

Champignons als Vorspeise

Zutaten für 3-4 Portionen

500g nicht zu große Champignons
Saft von 3-4 Zitronen (kommt auf den 'Saftgehalt' an)
200ml Weißwein (hält ein Glas - ein gescheites Glas natürlich)
2 Tomaten (gewürfelt)
Gehackte Petersilie (ersatzweise Schnittlauch - ist aber nicht so gut)
Lorbeerblatt
Thymian
Koriander
Salz und Pfeffer (ich verwende Tabasco)
Olivenöl

Champignons reinigen (bürsten und kurz waschen), salzen, pfeffern und Zitronensaft dazutun. Gewürze und gewürfelte Tomaten unterrühren und mit dem Weißwein auffüllen. Etwa eine Stunde ziehen lassen.

Zwiebeln würfeln und in Olivenöl glasig anbraten.
Die Champignons (mit allem drum und dran) und die gehackte Petersilie dazugeben.
Leicht vor sich hinköcheln lassen - etwa 10 Minuten.
Keinesfalls bei voller Hitze blubbernd kochen, dann geht der Geschmack weg.

Wer mag, kann noch eine kleine Prise Knoblauch dazutun.

Schmeckt warm und kalt.

Ganz primitiver Nudelsalat

300 - 500 g übriggebliebene Nudeln (schon gekocht – z.B. Reste)
250 Fleischsalat
eine kleine Dose Erbsen (abtropfen lassen!)

Alles vermischen, mit Pfeffer abschmecken, ein paar Cocktailtomaten oder gevierteilte harte Eier drauf geben (Petersilie macht sich auch gut – aber nicht zu viel der Verzierungen). Für die Gäste einen tollen Namen dafür erfinden, damit dieselben zufrieden sind.

Was auch noch hineinpasst sind z.B. Champignons, kleine Möhren, Mais und ähnliche Dinge, die nicht zu nass sind, da sonst der Fleischsalat schnell ‚alt‘ aussieht.

Wurstsalat

400-500 g Fleischwurst (ein Ring)
1/2 mittlere Zwiebel (oder eine kleine Zwiebel)
1 Paprika
5-6 eingelegte kleine Gewürzgürkchen
Marinade aus Essig, Öl, Salz, Pfeffer, Salatkräutern, bisschen Tabasco und Worcestershire Sauce.

Zutaten auf Länge der Gewürzgürkchen fein/dünn schneiden, Zwiebel als dünne Ringe.
Marinade und geschnittene Zutaten gut vermischen. Alles zusammen mindestens 30 Minuten in geschlossener Schüssel ziehen lassen. Dabei ein bis 2 mal das Mischen wiederholen.
Ein fruchtiger Essig bringt das beste Geschmackserlebnis.
Mit etwa 300 g Emmentaler, genauso geschnittenen, kann man es "Schweizer Art" nennen.

Soleier

- 1) Eier hart kochen (10 Minuten)
- 2) Schalen rundherum leicht anschlagen
- 3) In ein verschließbares Glas geben (z.B. Einmachglas)
- 4) Mit einem aufgekochten, starken Sud aus Wasser und Kochsalz (60-80g auf 1l) übergießen, so dass die Eier vollständig bedeckt sind
- 5) Zwischen einem Tag mindestens und bis zu einer Woche an einem kühlen Ort ziehen lassen
- 6) Eier schälen, längs halbieren und Dotter herausnehmen
- 7) In die Mulde Essig und Öl füllen, den Dotter umgedreht wieder darauf setzen und pfeffern

Varianten:

4) Sud kann mit Kümmel, Pfefferkörnern, Piment, Senfkörnern, Gewürznelken, Wacholderbeeren, Lorbeerblatt, Zwiebelringen, einem Schuss Weinessig und Zwiebelschalen gewürzt werden (verschiedene Kombinationen möglich)

7) Neben Essig und Öl sind folgende Füllungszusätze möglich:

7a) Senf

7b) Kapern

7c) Wacholderbeeren (nicht jedermanns Sache!)

Auch kann rosenscharfer Paprika oder Kurkuma als Pfefferergänzung bzw. -Ersatz verwendet werden.

Hui-Tiramisu

500g Mascapone (2 Becher)
250g Schlagsahne
30 Löffelbiskuits (1 große Packung)
ca. 250ml Disaronno (Amaretto)

Kakaopulver

Schlagsahne mit 1/2 - 1 Teelöffel Zucker schlagen.
Mit Mascapone vermischen (gibt etwas mehr als 1 Liter Volumen).
15 Löffelbiskuits auf den Boden einer Schüssel geben (Glas sieht schön aus) und mit 100ml Disaronno beträufeln.
Die knappe Hälfte des Schlagsahne/Mascapone Gemisches darüber geben.
Die restlichen Löffelbiskuits darauf verteilen und mit dem restlichen Disaronno beträufeln.
Rest des Schlagsahne/Mascapone Gemisches darüber geben und mit Kakaopulver bestreuen.
Plastikfolie darüber geben und über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen.

'Beträufeln' mache ich nicht direkt aus der Flasche, sondern nehme dazu einen Esslöffel.

Ist nicht allzu süß, hat aber ziemlich 'Zunder' da der Disaronno zwischen 28 und 30% Alkoholgehalt hat.

Auch ist es ziemlich sättigend und macht eine Feier dann etwas lustiger.

Kommentar eines 'Testers': "Hui, was ist denn das - schmeckt ja gut."
Daher der Name Hui-Tiramisu

Zitroneneis mit Sekt

Sektschale oder kleine Schüssel halb mit Sekt füllen, ein oder zwei Kugeln Zitroneneis rein --- fertig

Vinaigrette

Hier ein etwas schärferes Dressing - geht auch zur Not als Dip.

4 grüne Peperoni (schärfe nach Wunsch) ohne Stängel
2 Knoblauchzehen gehackt
1 Teelöffel kleingehackten Ingwer
1 Teelöffel Sojasauce oder Worcestershire Sauce (geht auch Thai-Fischsauce)
3 Teelöffel Limonen- oder Zitronensaft
1/4 Tasse Erdnussöl (oder vergleichbares leichtes Pflanzenöl)

Zusammenmischen
Pürieren bis alles eine einheitliche Sauce ist
Möglichst kein oder wenig Salz und/oder Pfeffer

Vor dem Probieren ein Glas Wasser bereitstellen!

Mittelalterlicher Nussdip (Nussauce)

100g Nüsse (Walnüsse oder Haselnüsse oder Mandeln)
200ml Weißwein
etwas Honig

Alles in ein Gefäß geben und mit einem Pürierstab durchmischen – wenn es einheitlich sämig aussieht, ist es fertig.
Wenn man statt der Nüsse Rosinen verwendet, sollte man Rotwein als Flüssigkeit wählen – wird sehr süß.

Salsa Fresca

Was man so zum Grillen braucht, damit es richtig heiß wird, ist ein selbstgemachtes Salsa - ohne Ketchup als Basis.

3 große (!) reife Tomaten
1/2 rote Zwiebel (klein gewürfelt, auch wenn es traurig ist)
1-2 Serranos (ist eine Chilisorte) oder Peperoni - ohne Stiel, aber mit Kernen
1 Bündel gehackte Petersilie (oder Schnittlauch, wenn das besser schmeckt)
den Saft einer Zitrone
etwas Salz, um dem Geschmack Würze und Tiefe zu geben
Tabasco nach Geschmack

Haut der Tomaten abziehen, würfeln und mit allen Zutaten in einen Mixer geben.
Kurz durchmischen, bis die Konsistenz dem Auge gefällt und 3-4 Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen.

Vino Marinade

Für Lende vom Rind

2 Tassen Rotwein
½ Tasse Olivenöl
1 gehackte Knoblauchzehe
¼ Teelöffel getrockneten Oregano
2 Esslöffel Worcestershire Sauce

1 Stunde einlegen

Mexikanischer Toast

2 Tassen Weizenmehl
3 leicht geschlagene Eigelbe
1 Tasse Zucker
1 Teelöffel Salz
ca. 1,5 Tassen Milch
3 geschlagene Eiweiße
so etwa 8 Scheiben Weißbrot oder Toast

- Eigelb schaumig schlagen
- Zucker + Salz dazu und gut einrühren
- Alles in das Weizenmehl geben (vorher Mehl mit Gabel lockern)
- Milch hinzugeben, bis Konsistenz von Pfannkuchenteig erreicht ist
- Eiweiß unterheben
- Brotscheiben beidseitig in der Masse wenden, bis alles gut bedeckt ist
- In einer Pfanne mit Erdnuss- oder Sonnenblumenöl bei 180-190°C je 2 Scheiben braten
- Wenn beidseitig goldbraun und knusprig ---- fertig

Mit Marmelade, Honig, Sirup oder gebratenem Schinken servieren.
Ganz gut für nächtliche Essenstermine. 2 Scheiben pro Person meist ausreichend.

Brot

1) Die Hefe

- 1 Würfel frische Hefe
- 5 Esslöffel lauwarmes Wasser
- 1,5 gestrichene Teelöffel Zucker
- einen gestrichenen Esslöffel Mehl

Zutaten in einem Teller vermischen bis alles flüssig ist. Dann 12 Minuten abgedeckt und warm stehen lassen.

2) Der Teig

- 500 g Mehl (z.B. Weizenvollkornmehl, Dinkelmehl)
- 360 ml lauwarmes Wasser
- 2 Teelöffel Zucker
- ca.120-200 g Sesam, Leinsaat, Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, Pistazienkerne oder/und Kümmel (unterschiedliche Mischungen)
- 3 Teelöffel Salz
- 3 Esslöffel Öl

Teig und Hefe gut durchkneten und etwa 60 Minuten abgedeckt an warmen Ort ruhen lassen. Danach noch einmal gut durchkneten, zu einem Laib formen, oben 3 mal einschneiden und auf Backpapier abgedeckt 30 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen. Backofen auf 220°C vorheizen, auf unterer Schiene 60 Minuten backen. Wichtig ist, die Temperatur nach etwa 7-10 Minuten auf 180°C zurückzunehmen.



Kazuko Fisch Teriyaki

6 Fischfilets (Heilbutt, Makrele, eventuell Seelachs – insgesamt etwa 2 Pfund) für 4-6 Personen

1/3 Tasse Sojasauce

1/3 Tasse Mirin (süßer, leichter Reiswein)

1/3 Tasse Sake (herber, starker Reiswein)

Ingwersaft (einige Spritzer nach Geschmack)

Knoblauchzehe (kleingehackt, Menge nach Geschmack)

Salz und Pfeffer muss nicht sein, aber manche können nicht darauf verzichten.

Sojasauce, Mirin und Sake zum köcheln bringen, Ingwersaft und Knoblauch hinzufügen.

Die heiße Marinade über die Fischfilets geben und 20 Minuten ziehen lassen, während der Holzkohlegrill durchglüht.

Fisch etwa 20 cm über der Glut für 5 Minuten pro Seite grillen. Dabei immer wieder mit der Marinade bestreichen.

Mit Reis und leichten Salaten servieren.

Kirschnüsse

2 Tafeln weiße Schokolade im Wasserbad schmelzen.

100 g Puderzucker und 1 Esslöffel Kirschwasser (oder 2 oder 3 oder so viele man will, ohne die Konsistenz des Teiges zu gefährden) mit dem Handrührgerät unterrühren.

Masse abkühlen lassen und nussgroße Kugeln formen.

Je 1 Kugel zwischen 2 Walnushälften (am besten ohne Schale) leicht zusammendrücken.

Kühl aufbewahren (Kühlschrank)

Weihnachts-Rafaello-Art (Lucia)

Zutaten:

100 g Puderzucker

2 P. Vanillezucker

100 g Butter

300 g weiße Schokolade

4 Esslöffel Rum (mindestens)

4 Esslöffel Orangensaft

160 g Kokosfett

Zucker, Vanillezucker, Butter kneten, geriebene weiße Schokolade, Rum, Orangensaft und flüssiges Kokosfett dazugeben.

Die Masse durchkneten und jeweils 1 geschälte Mandel umhüllen u. zu einer Kugel formen, in Kokosfett wälzen und 1 Tag trocknen lassen.

Rumkugeln

Für ca.100 Rumkugeln brauchen Sie:

600g Haferflocken

450g Palmin

450g Puderzucker

100g Kakao

12 Esslöffel Rum (oder mehr, wenn man auf das Aroma verzichten möchte)

15 Rumaromen (1Flasche)

300g Schokostreusel (reichlich)

Haferflocken, Kakao, Puderzucker, Rum und Rumaromen zusammen mischen.

Das Palminfett schmelzen und kurz abkühlen lassen, anschließend zugeben.

Masse zu Kugeln formen und mit Schokostreuseln bestreuen.

Die Rumkugeln einige Stunden kühl stellen. -fertig-

Knusper-Bällchen

100 g getrocknete Aprikosen, 8-10 Esslöffel Amaretto, 200 g Knusper-Müsli, Rosinen, 200 g Marzipan, 150 g Zartbitterkuvertüre (wer Zartbitter nicht mag, kann auch andere ‚Beschichtungen‘ wählen)

100 g getr. Aprikosen würfeln, mit 8-10 Esslöffeln Amaretto übergießen und mit 200 g Knusper-Müsli, Rosinen und 200 g Marzipan verkneten.

Kleine Kugeln formen.

150 g Zartbitterkuvertüre hacken und im Wasserbad auflösen. Die Kugeln mit Hilfe eines Zahnstochers darin eintauchen und trocknen lassen.

Anlage 1: Amerikanische Maßeinheiten der Kochkunst

1 dram = 1,772g
1 ounce = 28,35g
1 pound = 453,59g
1 pint = 4 gills = 2 cups = 0,4732 l
1 quart = 2 pints = 0,9464 l
1 gallon = 3,7853 l

Relative Maßeinheiten

few grains < 1/8 teaspoon
1 saltspoon = 1/8 teaspoon
1 shake = 1/8 teaspoon
1 pinch = 1/8 – 1/4 teaspoon
1 dash = 1/4 - 1/3 teaspoon
a canteen capful = a slurp = less than a teaspoon
1 teaspoon = 1 Teelöffel

1 tablespoon = 1 Esslöffel
1 tabelspoon = 3 teaspoons
1 liquid ounce = 2 tablespoons
1 handful = 3 tablespoons
1/4 cup = 4 tablespoons
1 wineglass = 1/4 cup
1 gill = 1/2 cup
8 ounces = 1 cup = 1 Tasse
1 tumbler = 1 cup = 0,2366 l
2 cups = 1 pint = 16 ounces
4 cups = 1 quart
4 quarts = 1 gallon

Beispiele

1 ounce butter = 2 tablespoons butter
1 pound butter = 2 cups butter

Temperaturen im Ofen:

Bezeichnung	°Fahrenheit	°Celsius
very slow	250	125
slow / low	300	150
moderately slow	325	160
moderate	350	175-180
hot	400	200
very hot	450-500	250

Anlage 2: Englisch-Deutsch

Fisch

Barb = Barbe
Bass = Barsch
Carp = Karpfen
Catfish = Katzenwels
Coalfish = Seelachs/Köhler
Codfish = Kabeljau
Crab = Krebs
Crayfish = Flußkrebs
Devilfish = Seeteufel
Flatfish, Flounder = Flunder
Gilthead = Dorade
Grouper = Zackenbarsch
Hake = Seehecht
Halibut = Heilbutt
Herring = Hering
Lobster = Hummer
Mackerel = Makrele
Marlin = Speerfisch
Mullet = Meeräsche/Seebarbe
Mussel = Muschel
Perch = Barsch
Pike = Hecht
Pickerel = Zander
Plaice = Scholle
Pollock = Seelachs/Köhler
Prawn = rote Garnele
Redfish = Goldbarsch
Salmon = Lachs
Seafood = Meeresfrüchte
Shrimps = Garnele / Krabbe

Sole = Seezunge
Squid = Tintenfisch
Trout = Forelle
Tuna = Thunfisch
Turbot = Steinbutt

Fowl = Geflügel

Cockerel = Hähnchen
Chicken = Huhn
Duck = Ente
Fried egg = Spiegelei
Goose = Gans
Grouse = Moorhuhn
Guinea fowl = Perlhuhn
Partridge = Rebhuhn
Pheasant = Fasan
Pigeon = Taube
Pullet = Hühnchen
Quail = Wachtel
Scrambled eggs = Rührei
Snipe = Schnepfe
Turkey = Truthahn

Fleisch

Bacon = Speck
Beef = Rindfleisch
Boar = Wildschwein
Brisket = Bruststück vom Rind
Cutlet = Kotlett
Deer = Hirsch, Reh

Drippings = Bratfett
 Escalope = Schnitzel
 Hash = Haschee, Gehacktes
 Ham = Schinken
 Hare = Hase
 Haunch = Lende/Keule
 Knuckle of Pork = Schweinshaxe
 Lamb = Lamm
 Lard = Schweinefett, Schweineschmalz
 Meat = Fleisch, im amerikanischen auch
 Fruchtfleisch
 Minced meat = Hackfleisch
 Pork = Schweinefleisch
 Rabbit = Kaninchen
 Riblets = Rippchen
 Sausage = Wurst
 Sirloin = Lendenstück vom Rind
 Stag = Hirsch
 Tripe = Kutteln, Kaldaunen
 Veal = Kalb
 Venison = Wildbret (z.B. Hirsch, Reh)

Gemüse, Obst

Apple = Apfel
 Asparagus = Spargel
 Beans = Bohnen
 Bell Pepper = Paprika (Gemüse)
 Beet = rote Rübe (US)
 Boletus, Cep, Porcini = Steinpilz
 Cabbage = Kohl
 Cauliflower = Blumenkohl
 Celery = Sellerie
 Chicory = Chicoree
 Corn = Mais (US)
 Corn Salad = Feldsalat
 Crisphead Lettuce = Eissalat
 Cucumber = Gurke
 Damson or Prune Plum = Zwetschge
 Date = Dattel
 Endive = Endiviensalat
 Fig = Feige
 Grape = Weintraube
 Lentils = Linsen
 Lettuce = Lattich, Kopfsalat
 Parsnip = Pastinake
 Pear = Birne
 Peas = Erbsen
 Pumpkin = Kürbis
 Radish = Rettich / Radieschen
 Rocket or Roquette = Rucola
 Turnip = Rübe
 Turnip Cabbage = Kohlrabi
 Tomato or Love Apple = Tomate
 Tomato Purée = Tomatenmark
 Tops = Kraut

Gewürze, Zutaten

Acorn = Eichel
 Arrowroot = Pfeilwurz
 Alfalfa = Luzerne
 Almond = Mandeln
 Basil = Basilikum
 Bay leaf = Lorbeerblatt
 Carrot = Karotte
 Chanterelle = Pfifferling

Chestnut = Kastanie
 Cinnamon = Zimt
 Clove = Nebenzwiebel, (Knoblauch)Zehe
 Cumin = Kümmel
 Currant = Korinthe / Johannisbeere
 Fennel = Fenchel
 Garlic = Knoblauch
 Ginger = Ingwer
 Honey fungus = Hallimasch
 Horseradish = Meerrettich
 Juniper berry = Wacholderbeere
 Mace = Muskatblüte
 Marjoram = Majoran
 Molasses = Melasse / Sirup
 Mushrooms = Pilze, Champignons
 Nutmeg = Muskatnuss
 Onion = Zwiebel
 Oregano = Oregano
 Paprika/Pepper = Paprika (Gewürz)
 Parsley = Petersilie
 Pepper = Pfeffer
 Pimentos = Piment, Nelkenpfeffer
 Raisin = Rosine
 Rosemary = Rosmarin
 Sage = Salbei, Beifuß
 Salt = Salz
 Scallions = Schalotten
 Shallot = Schalotte (kleine Zwiebel)
 Tarragon = Estragon
 Thyme = Thymian
 Turmeric = Kurkuma, Gelbwurz
 Vinegar = Essig
 Watercress = Brunnenkresse
 White Mushroom = Champignon

Zubereitungsarten, Zustände und sonstiger Kram

Barley = Gerste
 Batter = geschlagener, dünner Eierteig
 Bunch = Bündel
 Chopped = gehackt
 Coarsley pepper = geschroteter Pfeffer
 Cornstarch = Maisstärke (US)
 Cream = Sahne / Rahm
 Dumpling = Kloß
 Egg Sunny-Side Up = Spiegelei
 Flour = Weizenmehl
 Grate = zerreiben, zermahlen
 Hominy = Maismehl
 Lean = mager
 Marinade = Marinade
 Mature = reif
 Mince = zerhacken, durchdrehen
 Oat = Hafer
 Oatmeal = Hafermehl, Hafergrütze, Haferschleim
 Ripe = reif
 Rye = Roggen
 Seedless = kernlos
 Shortening = Backfett
 Simmer = sieden
 Sprig = Zweigchen, Schößling
 Scrambled Eggs = Rührei
 Wheat = Weizen
 Yeast = Hefe
 Yeast powder = Backpulver
 Yolk = Eigelb

Anlage 3: Chile Peppers

Jalapenos = nicht sehr groß (ca. 7-8cm), viel Fruchtfleisch, hellgrün, nicht so scharf wie Serranos. Die roten Jalapenos sind milder als die grünen.
Serranos = klein, scharf, rot
Poblanos = mittelgroß, dicke Haut, dreieckig, dunkelgrün, reicher Geschmack, würzig
Thai Green Chiles = klein, grün, mittelscharf
Chipotles = getrocknete, geräucherte rote Jalapenos
Moritas = getrocknete, geräucherte grüne Jalapenos
Habanero = orange, walnussförmig, sehr scharf
Anaheims = recht groß, mild
Pasilla = frischer Poblano
Pequins = scharf, rot, getrocknet
Arbols = sehr scharf, rot, getrocknet, papierdünn, lang, werden schärfer wenn gekocht
Anchos = getrocknete Poblanos, braun, mittelscharf, pfefferig, fruchtig

Anlage 4: Französische Ausdrücke auf Speisekarten

Entrées froides = Kalte Vorspeisen

Amuse-gueules = Appetithäppchen
Anguille fumée = geräucherter Aal
Canapés = belegte Brötchen
Cervelle de veau vinaigrette = Kalbshirn mit Essigsoße
Escabèche = Spanische Fischmarinade
Figues et jambon de parme = Feigen mit Parmaschinken
Foie gras = Gänseleber
Galantine de volaille = Geflügelsülze
Jambon à l'os = Beinschinken
Jambon cru = roher Schinken
Melon glacé = geeiste Melone
Mousse de foie de volaille = Geflügelleberschaum
Œufs farcis = gefüllte Eier
Saumon fumé = Räucherlachs
Terrine = Pastete ohne Teig
Truite fumée = geräucherte Forelle
Viande séchée = Trockenfleisch

Consommés et potages = Klare und gebundene Suppen

Argenteuil = Spargelcremesuppe
Blé vert = Grünkernsuppe
Cressonnière = Kressesuppe
Bisque de Homard = Hummercremesuppe
Busecca = Kuttelsuppe
Crème de oseille = Sauerampfersuppe
Crème de persile = Petersiliensuppe
Dubarry = Blumenkohlsuppe
Léopold = Griessuppe
Mille fanti = Einlaufsuppe

Oxtail clair = klare Ochsenschwanzsuppe
Oxtail lié = gebundene Ochsenschwanzsuppe
Parmentier = Kartoffelsuppe
Parisienne = Kartoffel-Lauchsuppe
Paysanne = Gemüsesuppe mit Speck
Royal = Kraftbrühe mit Eierstich
Soupe à l'ail = Knoblauchsuppe
Soupe à l'oignon = überbackene Zwiebelsuppe
St – Germain = Erbsensuppe
Vichyssoise = kalte Kartoffelsuppe
Volaille = Geflügelcremesuppe
Zuppa pavese = Kraftbrühe mit Ei (und Brotscheibe)

Aux diabolins = mit Käseschnittchen
Aux pois frits = mit Backerbsen
Aux profiterolles = mit Brandteigklösschen
Brunoise = mit Gemüsewürfeln
Célestine = mit Pfannkuchenstreifen
À la moelle = mit Mark

Entrées chaudes = Warme Vorspeisen

Asperges = Spargel
Aubergines farcies = gefüllte Eierfrüchte
Bâtons d'anchois = Sardellenblätterteig-Teilchen
Beignets de Fromage = Käsekrapfen
Bordure de riz = Reisingel
Feuilleté = Blätterteigpastete
Canneloni Rossini = mit Kalbfleisch und Gänseleber gefüllte Nudeltaschen
Cèpes aux fines herbes = Steinpilze mit Kräutern
Champignons frits à la viennoise = panierte, gebackene Champignons
Crêpes farcies = gefüllte Pfannkuchen
Croûte gruyérienne = überbackene Käseschnitte
Croûte aux morilles = Brotscheibe mit Morcheln
Croquettes de volaille = Geflügelkrokette
Gnocchi parisienne = Teigklößchen
Gnocchi romaine = Griesklößchen
Nouilles westphaliennes = überbackene Nudeln mit Schinken
Œufs brouillés = Rühreier
Œufs frits = gebackene Eier
Œufs mollets = Wachseier
Œufs pochés = verlorene Eier
Œufs poêlés = Spiegeleier
Ramequin = Käseküchlein
Risotto milanais = Safranrisotto
Toast diane = Hühnerleber mit Speck auf Toast

Poissons et crustacés d'eau douce = Fische und Schalentiere aus dem Süßwasser

Anguille = Aal
Brochet = Hecht
Carpe = Karpfen
Esturgeon = Stör
Féra = Felchen
Glanis = Wels
Perche = Barsch
Saumon = Lachs
Sandre = Zander
Truite = Forelle
Écrevisses = Bachkrebse

Poissons et crustacés d' eau de mer = Fische und Schalentiere aus dem Meer

Baudroie = Seeteufel
Bouillabaisse = südfranzösische Fischsuppe
Cabillaud = Kabeljau
Calmar = Tintenfisch
Dorade = Goldbarsch
Flétan = Heilbutt
Hareng = Hering
Limande = Rotzunge
Loup de mer = Seewolf
Mulet = Meeräsche
Rouget = Rotbarbe
Sole = Seezunge
Thon = Thunfisch
Turbot = Steinbutt
Coquilles St. Jacques = Jakobsmuscheln
Crevettes = Krabben
Huîtres = Austern
Langostinos = Riesenkrabben
Langouste = Languste
Moules = Muscheln
Homard = Hummer

Volaille = Geflügel

Abattis = Geflügelklein
Ailerons de poulets = Hühnerflügel
Canard = Ente
Coq en pâte = Hahn im Teig
Coquelet = Hähnchen (jung)
Cuisse de poularde = Hühnerschenkel
Dinde = Trute
Dindonneau = Truthahn
Escalope de dinde = Trutenschnitzel
Oie = Gans
Oison = junge Gans
Paupiette de poulet = Hühnerrolle
Pigeon = Taube
Pintade = Perlhuhn
Poularde = Masthuhn
Poulet = Hähnchen
Poulet frit viennoise = Wiener Backhendl
Poussin = Stubenküken
Suprême de pigeons = Taubenbrüstchen

Gibier à plumes = Federwild

Bécasse = Schnepfe
Bécot = Sumpfschnepfe
Boudins de faisan = Fasanenwürstchen
Caille = Wachtel
Canard sauvage = Wildente
Coq de bruyère = Auerhahn
Coq de bois = Birkhahn
Faisan = Fasan
Gelinotte = Haselhuhn
Grouse = Moorhuhn
Oie sauvage = Wildgans
Perdreau = Rebhuhn
Salmis de pigeons sauvage = Wildtaubenragout
Sarcelle = Krickente

Gibier = Wild

Cerf = Hirsch
Chamois = Gemse
Chevreuil = Reh
Daim = Dammhirsch
Élan = Elch
Lièvre = Hase
Marcassin = Frischling
Sanglier = Wildschwein
Gibelotte = Kaninchenpfeffer
Cimier de cerf = Hirschrücken
Civet = Pfeffer bzw. Gulasch
Côte = Kotelett (bei Wild)
Cuisse = Keule
Emincé = Geschnetzeltes
Escalope = Schnitzel
Gigue de chevreuil = Rehkeule
Noisette = Filetnüsschen
Pojarsky de chevreuil = gehacktes Rehfilet
Râble = Hasenrücken
Selle = Rückenstück (ausser vom Hasen)

Viandes = Fleischgerichte

Agneau = Lamm
Bœuf = Rind
Cabri = Zicklein
Cochon de lait = Spanferkel
Chèvre = Ziege
Lapin = Kaninchen
Mouton = Schaf
Porc = Schwein
Veau = Kalb
Carré = Rippenstück
Côtelette = Kotelett
Entrecôte = Zwischenrippenstück vom Rind
Filet = Lendenstück
Filet Mignon = kleines Lendenstück
Foie = Leber
Gigot = Keule
Paupiette = Roulade
Poitrine = Brust
Queue de bœuf = Ochenschwanz
Rognons = Nieren
Sauté = Ragout
Tournedos = Lendenstück vom Rind

Desserts = Süßspeisen

Bavarois = gestürzte Creme
Beignets = Krapfen
Beignets de reinettes = Apfelküchlein
Blanc-manger = Mandelpudding
Cerises flambées = flambierte Kirschen
Flammeri = Griespudding
Fraises = Erdbeeren
Framboises = Himbeeren
Glace = Eis
Glace à la cannelle = Zimteis
Macédoine de fruits = Fruchtsalat
Mille feuilles = Blätterteigschnitte
Pêche au vin rouge = Pfirsich mit Rotwein
Pêche Melba = Pfirsich Melba (Himbeersosse)
Sabayon = warmer Weinschaum

Tarte = Kuchen
Tarte tatin = gestürzter Apfelkuchen
Tourte = Torte

Chantilly = mit Schlagsahne

Sauces froides = Kalte Soßen

Sauce aioli = Knoblauchsosse mit Olivenöl
Sauce aux airelles = Preiselbeersosse
Sauce cocktail = Mayonnaise mit Cognac und Tomatenmark
Sauce cumberland = Rotwein / Orangen / Johannisbeeren
Sauce remoulade = Mayonnaise mit Kapern und Gürkchen
Sauce menthe = Minze
Sauce tyrolienne = Mayonnaise mit Tomatenmark
Sauce vinaigrette = Essigwürzsoße

Sauces chaudes = Warme Soßen

Sauce béchamel = Milchsoße
Sauce béarnaise = Buttersoße mit Estragon
Sauce bigarde = Orangensoße
Sauce bordelaise = Rotweinssoße
Sauce ciboulette = Schnittlauchsoße
Sauce gribiche = Essig-Ölsoße mit gehackten Eiern
Sauce au mornay = Milchsoße mit Käse
Sauce mousseline = Buttersoße mit Schlagrahm
Sauce périgieuse = Trüffelssoße
Sauce robert = Senfsoße
Sauce au noilly prat = Wermuthsoße
Sauce au poivre noir = Soße mit schwarzem Pfeffer
Sauce au poivre vert = Soße mit grünem Pfeffer
Sauce au vin blanc = Weissweinssoße
Sauce au vin rouge = Rotweinssoße

Cuisson = Zubereitungsarten

À la broche = am Spieß
Aux amandes = mit Mandeln
Bien cuit = durchgebraten
Bleu = innen fast roh bei Rindfleisch
Au bleu = Blau bei Forellen
Bouilli = gekocht
Braisé = geschmort
Brochette = Spieß
Aux cèpes = mit Steinpilzen
Aux chanterelles = mit Pfifferlingen
Aux morilles = mit Morcheln
Clarifié = geklärt, geschönt
Désossé = ausgebeint
Doré = durchs Ei gezogen und gebraten
Étouffé = im Dampf geschmort
Farci = gefüllt
Au four = aus dem Ofen
Frit = schwimmend gebacken
Fumé = geräuchert
Glacé = geeist oder glaciert
Gratiné = überbacken
Grillé = gegrillt
Lié = gebunden

Mélangé = gemischt
Mêlé = gemischt bei Salaten
Meunière = in Butter gebraten
À la nage = aus dem Sud z.B. bei Krebsen
Pané = paniert
En papillote = in Papierhülle
Passé = passiert (Suppe)
Piqué = gespickt
Poché = gesotten
Poêlé = in der Pfanne gebraten
À point = rosa gebraten bei Rindfleisch
Purée = Brei
Rissolé = gebraten z.B. Kartoffeln
Rôti au four = im Ofen gebraten
Saignant = innen blutig bei Rindfleisch
Soufflés = Aufläufe
Tranché = aufgeschnitten
Trancon = Mittelstück kleiner Fische
Truffé = mit Trüffel

Verschiedenes (z.B.: Legumes = Gemüse)

Ail = Knoblauch
Avoine = Hafer
Céleri = Selerie
Chou = Kohl
Chou-fleur = Blumenkohl
Chicorée frisée éscarole = Endiviansalat
Concombre = Gurke
Gingembre = Ingwer
Haricots = Bohnen
Laitue = Kopfsalat
Pois = Erbse
Pruneau = Zwetschge
Raisin sec = Rosine
Navet = Rübe