
























YCBS --- Smutje - Kurs --- YCBS

<p><u>Bruschetta mit Tomaten:</u> 4 Scheiben Weißbrot, Knoblauch, Olivenöl, Salz</p> <p>2 Tomaten, 1 Knoblauchzehe, frisches Basilikum, Salz</p> <p>Ev. 4 Sardinen, Olivenöl Gewürzbrösel</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Weißbrot knusprig rösten, eine Knoblauchzehe halbieren und über das Brot streichen, salzen, mit Olivenöl beträufeln - Tomaten ev. schälen, entkernen, mit fein gehacktem Knoblauch und Basilikum vermengen, salzen. Tomatenwürfel auf das warme Brot verteilen und sofort servieren - Sardinen in heißem Olivenöl knusprig braten, mit Bröseln auf den Tomaten anrichten
<p><u>Scampi Buzara</u> 1,5 kg frische Scampi</p> <p>1/8 l Olivenöl 1-2 Esslöffel Brösel 2 große frische Tomaten, gewürfelt evtl. 1 rote Zwiebel gehackt, 2 Knoblauchzehen gehackt, 1 Bund frische Petersilie, gehackt Je knapp ¼ l Weißwein und Suppe od. Fischfond Frisch gemahlener Pfeffer Salz</p>	<ul style="list-style-type: none">  Scampi waschen, abtropfen lassen  Brösel in wenig Olivenöl leicht bräunen, herausgeben  Im restl. Öl Zwiebeln und den Knoblauch anschwitzen, Tomaten, Petersilie und zugeben, kurz dünsten lassen, würzen und mit Weißwein und Suppe (Fond) aufgießen.  Brösel einmengen, Sauce wird damit leicht gebunden.  Scampi einlegen und bei mittlerer Hitze etwa 15 Minuten mit geschlossenem Deckel garen.  Vor dem Servieren die Sauce abschmecken und nach Belieben mit Zitronenscheiben servieren.
<p><u>Fisch und Gemüse im Pergament:</u> 4 Schalotten od 2 kl. Zwiebeln vierteln 2 Knoblauchzehen, blättrig geschnitten 2 Zucchini, Scheiben oder Stifte 2 Tomaten od. einige Cocktailtomaten, spalten oder halbiert 1 Bio Zitrone - in Scheiben geschnitten 4 Stiele Oregano und Petersilie</p> <p>4 Fischfilets (à ca. 150 g), Lachs, Dorade, Salz und frischen Pfeffer</p> <p>4 EL Olivenöl Ca. 1/8 l Weißwein Pergamentpapier, ev. Küchengarn</p>	<ul style="list-style-type: none">  Fischfilets trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen.  4 Pergamentpapierstücke (Backpapier) auf einer Arbeitsfläche ausbreiten. Schalotten, Knoblauch, vorbereitetes Gemüse, Zitronenscheiben und Kräuter darauf verteilen. Je ein Fischfilet darauf geben, je mit 1 EL Öl beträufeln und mit etwas Wein übergießen.  Die Pergamentpapierenden verschließen (zuzwirbeln oder mit Garn)  Päckchen auf ein Backblech geben.  Im vorgeheizten Backofen bei ca. 200 °C ca. 20 Minuten garen.  Päckchen aus dem Ofen nehmen. Das Pergamentpapier oben öffnen und mit Ciabatta servieren

<p><u>Thunfisch natur gebraten:</u> 4 Thunfischsteaks Ev. Zitronensaft und Knoblauch Frischer Pfeffer</p> <p>Butterschmalz und Olivenöl Salz</p>	<ul style="list-style-type: none">  Fisch trocken tupfen, ev. mit Zitronensaft beträufeln, mit frischem Pfeffer einreiben.  Fett erhitzen, Fisch von jeder Seite ca. 2 Minuten braten, bei dicken Steaks auch die Seitenränder kurz anbraten  Nach Belieben im Rohr bei 70 °C noch nachziehen lassen. <p>Thunfisch NIE zu lange braen, er wird sonst zäh, er soll innen nur leicht angegart sein und noch eine zumindest leicht rote Farbe aufweisen.</p>
<p><u>Huhn auf Safranreis:</u> 1 Pkg. Safran, ca. ¾ l warme Suppe, Olivenöl</p> <p>200 g Rundkornreis (Risottoreis) 1 roter Paprika und einige Tomaten grob gewürfelt, 5 Knoblauchzehen ganz 2 rote Zwiebeln in Spalten geschnitten 1 Glas Artischockenherzen 100 g Champignons – halbieren 100 g Zucchini – in Scheiben</p> <p>4 Hühnerkeulen od. -brüstchen Salz, Pfeffer, Olivenöl, 1/8 l Weißwein</p> <p>50 g Cocktailtomaten Thymianzweige</p>	<ul style="list-style-type: none">  Safran in der Suppe auflösen und stehen lassen.  Reis in eine befettete Bratenwanne geben, Safransuppe darüber gießen.  Gemüse gemischt auf dem Reis verteilen, leicht darüber salzen.  Hendlkeulen würzen, rundherum in Öl abbraten, Hendlteile auf den Reis und das Gemüse setzen. Bratrückstand mit Wein ablöschen, über die Hendlkeulen gießen.  Im Rohr bei 200 °C ca. 40 Minuten braten.  5 Minuten vor Ende der Garzeit Cocktailtomaten und Thymianzweige zwischen die Hendlkeulen setzen und fertig garen.
<p><u>Hühnerschnitzel mit Schinken-Ruccolafülle:</u> 4 Hühnerfilets 200 g Edelschimmelkäse 8 Scheibe(n) Prosciutto (dünn geschnitten) 1 Handvoll Rucola Salz, Pfeffer, Olivenöl; Rosmarin od. Thymian</p> <p>Ca. 1/16 l Weißwein, 1/8 l Suppe</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Filets leicht klopfen, mit je 2 Scheiben Rohschinken belegen, Käse und Rucola darauf verteilen und einrollen. Schnitzel evt. mit Zahnstochern zustecken. • Schnitzel salzen und pfeffern. • In einer Pfanne Öl erhitzen, Schnitzel und Rosmarin zugeben. Schnitzel bei schwacher Hitze beidseitig braten (insgesamt ca. 10 Minuten), auf einen Teller geben und im Rohr warm stellen (bei 70 °C). • Bratrückstand mit einem Schuss Weißwein und Suppe aufgießen, verkochen lassen und Schnitzel mit der Sauce servieren.
<p><u>Rosmarinkartoffeln:</u> 1 kg kleine Kartoffeln 2 Knoblauchzehen 4 Zweig(e) Rosmarin Ca. 1/16 l Olivenöl</p> <p>Grobes Salz</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Kartoffeln gut bürsten, in Spalten schneiden. Knoblauch schälen, blättrig schneiden, Rosmarinzweige waschen, Nadeln abzupfen, leicht hacken und zu den Kartoffeln geben. • Olivenöl und Salz dazugeben und alles gut durchmengen. • Kartoffeln auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Backofen bei 220 °C ca. 30 Minuten goldbraun backen, dabei öfters wenden

<p><u>Ofenratatouille:</u> 450 g Paprika, bunt (3 Paprika), Würfel 200 g Zucchini, grobe Würfel 500 g Tomaten, grobe Würfel 1 Zwiebel, Spalten Salz, Pfeffer, 5 Knoblauchzehen 2 EL Zitronensaft 2 Rosmarinzweige Olivenöl nach Bedarf</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Rohr auf 220 °C vorheizen. • Paprika, Zucchini und Tomaten waschen und in große Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und der Länge nach in Spalten schneiden. Knoblauch ganz belassen. • Das Gemüse mit Zitronensaft und Olivenöl beträufeln. Rosmarinzweige waschen, halbieren und hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend in eine Auflaufform geben. • Für etwa 30 Minuten im Rohr braten. • Mit Baguette oder als Beilage zu einem Risotto servieren.
<p><u>Traditionelle Gemüsepfanne: Pepaci</u> PEperonata – PAtate – CIpollo</p> <p>½ kg Kartoffeln speckig 1 kg Paprika rot und grün geputzt – verschiedene Sorten – am besten im Sommer ½ kg Rote Zwiebel Salz</p> <p>0,50 l Olivenöl (besserer Geschmack bei Kartoffeln) und 0,50 l (Erdnuss)öl zum Backen</p> <p>Dazu isst man Ciabatta od. Weißbrot</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Kartoffeln waschen, schälen, wie Wedges schneiden, nochmals waschen und trocknen (Salatschleuder od. Küchentücher) • Paprika waschen, putzen, Strunk entfernen, vierteln • Zwiebel schälen, der Länge nach in Stücke schneiden, waschen, mit Salatschleuder schleudern • Öle erhitzen, Paprika zugeben, zugedeckt langsam schwimmend backen – ca. 15 Min. • Abseihen mit einem Seihschöpfer, in eine Schüssel oder auf ein Blech geben- nicht abtropfen lassen – warmstellen • Kartoffeln schwimmend in Fett backen – am besten halb zugedeckt bei mittlerer Hitze – herausnehmen und zu den Paprika geben • Zwiebeln ebenfalls frittieren – abseihen – zum Gemüse geben, alles durchmischen, salzen
<p><u>Ciabatta (einfaches Rezept):</u></p> <p>600 g Mehl glatt, ca. 0,4 l Wasser (nach Bedarf) 1 Trockengerm od. ½ Pkg. Germ (20 g), 2 TL Salz (15 g), 1 ½ TL Zucker (15 g) 3 EL. Trockensauerteig oder 100 g Sauerteig (vom Bäcker) mit 0,10 l lauwarmen Wasser glattrühren 2 EL. Olivenöl</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Mehl mit lauwarmem Wasser vermischen, 30 Minuten stehen lassen – Sauerteig, Trockengerm, Salz und Zucker mit Öl zum Mehl geben und mit zu einem eher weichen Teig verkneten – Brotteig warm gehen lassen – Teig zu einer Rolle formen und noch einmal gehen lassen – Backen bei 220 °C ca. 10 Minuten, bei 180 °C ca. 15 -20 Minuten fertig backen

<p><u>Panna Cotta:</u></p> <p>½ Liter Schlagsahne, Mark 1 Vanilleschote, 50 g Zucker, 4 Blatt Gelatine, Fruchtsaucen anrichten.</p>	<ul style="list-style-type: none"> 🍷 Gelatine in kaltem Wasser einweichen. 🍷 Das Innere Mark der Vanilleschote auskratzen. Mark, Vanilleschoten mit Schlagobers und Zucker in einen mittelgroßen Topf kurz aufkochen lassen und anschließend ca. ¼ Std. bei niedriger Temperatur köcheln lassen. Achtung! - brennt schnell an. 🍷 Danach vom Herd nehmen, Vanilleschote herausgeben, gut abstreifen, die ausgedrückte Gelatine unter die Masse mischen. 🍷 Die heiße Masse entweder in Formen zum Stürzen gießen oder in Dessertschalen. Mindestens 4 Stunden im Kühlschrank auskühlen und absteifen lassen, mit beliebigen Früchten und Fruchtsaucen anrichten.
<p><u>Warmer Schokokuchen:</u></p> <p>100 g Kochschokolade 100 g Butter 2 Eidotter, 2 Eier 20 g Honig, 50 g Gelbzucker 1 Pr. Salz 1 Pkg. Vanillezucker Schale ½ Orange und Zitrone 30 g geriebene Mandeln 30 g Mehl</p>	<ul style="list-style-type: none"> 🍷 Schokolade, Butter und Honig über dem Wasserbad schmelzen lassen, leicht überkühlen lassen 🍷 Ei, Eidotter, Zucker und Gewürze schaumig rühren, Schoko-Buttermasse zugeben und Mehl und Mandeln unter die Masse rühren. 🍷 Souffleeförmchen (od. feuerfeste Kaffeetassen) mit Butter ausstreichen, mit Zucker bestreuen und die - Schokomasse in die Förmchen füllen 🍷 bei 180 °C ca. 20 Minuten backen
<p><u>Orangencocktail:</u></p> <p>4 Orangen 8 cl Cointreau 1/8 l Aperol</p>	<ul style="list-style-type: none"> 🍷 Orangen filetieren, mit Cointreau und Aperol vermengen und einige Stunden durchziehen lassen.

Gutes Gelingen wünscht

Neumayr