

# Geniesserclub März 2022

## Artischockencreme

für 6 Personen

1 Glas Artischocken (ca. 240g)  
30g entsteinte grüne Oliven  
40 g getrocknete Tomaten  
4 Stiele Petersilie  
2 EL Salat-Mayo  
80g Creme Double  
1 TL brauner Zucker  
Salz, Pfeffer

Artischockenherzen und Oliven abgießen und gut abtropfen lassen. Tomaten, Oliven und Petersilie hacken. Artischockenherzen pürieren und mit Mayo und Creme Double verrühren. Tomaten, Oliven und Petersilie unterrühren und mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

## Pikanter Bohnensalat

für 10 Personen

500 g getrocknete weiße Bohnen  
250g grüne Bohnen  
1 Schalotte  
1 Lorbeerblatt  
2 Gewürznelken  
1 Glas geröstete, gehäutete Paprika (ca. 250g), grob gehackt  
100 g getrocknete Tomaten, klein gehackt  
eine Handvoll Basilikumblätter, grob gezupft  
bestes Olivenöl, Fleur de Sel, Pfeffer, optional weißer Balsamico

Weißer Bohnen über Nacht einweichen. Die Schalotte abziehen. Das Lorbeerblatt mit den Nelken daran befestigen. Bohnen und Schalotte in einem großen Topf mit Wasser bedecken, einen Schuss Olivenöl dazu und ca. 20-30 Minuten al dente garen. Erst jetzt mit Fleur de Sel abschmecken und im Sud auskühlen lassen. Grüne Bohnen in Salzwasser kochen. Grüne Bohnen in Stücke schneiden und zu den weißen Bohnen geben, alle andere Zutaten (Paprika, getr. Tomaten, Salz & Pfeffer, Essig (wenn gewünscht) und großzügig Olivenöl dazu geben, vermischen und ziehen lassen, zum Schluss die Basilikumblätter darunter geben. Optional: Thunfisch aus der Dose/Glas als topping.

# Gefüllte Zucchini mit Pinienkernsalsa

## Zutaten für 2 Portionen:

2 Zucchini  
1 Knoblauchzehe  
1 Ei  
40 g frisch geriebenen Parmesan  
2 EL Semmelbrösel  
8-10 Kirschtomaten  
1 Bio-Zitrone  
2-3 Stängel frischer Oregano  
2 EL Pinienkerne  
3 EL Olivenöl, Salz

Zucchini waschen, längs halbieren. Die Zucchinihälften mit einem Teelöffel aushöhlen, so dass rundherum ein ca. 1cm dicker Rand stehen bleibt. Das Fruchtfleisch in ein Sieb geben und mit den Händen kräftig ausdrücken. 100g abwiegen und in eine Schüssel geben.

Knoblauch schälen und fein hacken. Knoblauch, Ei, geriebenen Parmesan und Semmelbrösel zum Fruchtfleisch in die Schüssel geben, alles gut miteinander vermischen. Kräftig mit Salz würzen. Kirschtomaten waschen und mit den Händen leicht andrücken, dann die angebrückten Tomaten zum Zucchini-Fruchtfleisch in die Schüssel geben.

Den Backofen auf 230 Grad Umluft vorheizen.

Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und 2 TL Schale fein abreiben. Zitrone halbieren, eine Hälfte auspressen. Andere Hälfte anderweitig verwenden. Oregano waschen, trocken schütteln und die Blätter von den Stängeln zupfen. Oregano fein hacken. Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett rundherum bei mittlerer Hitze goldbraun rösten. Herausnehmen, grob hacken. In einer kleinen Schüssel die Zitronenschale, den Oregano und die Pinienkerne miteinander vermischen. Die Hälfte davon unter die Zucchini-Fruchtfleisch-Mischung rühren. Den Rest beiseite stellen.

Die ausgehöhlten Zucchinihälften mit der Schnittfläche nach oben auf ein Backblech oder in eine ofenfeste Auflaufform setzen. Jede Zucchinihälfte mit etwas Olivenöl beträufeln und mit Salz würzen. Dann die Füllung auf die Aushöhlung verteilen. Die gefüllten Zucchini im heißen Backofen auf der mittleren Schiene ca. 15 Minuten backen, bis die Füllung goldbraun ist und die Zucchini weich. Derweil für die Pinienkern-Salsa die restliche Zitronenschale, Oregano und Pinienkerne mit dem Zitronensaft vermischen und mit Salz würzen. Die fertig gegarten Zucchini aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen. Die gefüllten Zucchini portionsweise auf Teller geben, mit der Pinienkern-Salsa beträufeln und mit etwas grob gehacktem Oregano bestreuen. Sofort servieren.

*Quelle: Kochbuch „Simple“ Yotam Ottolenghi*

## Chorizo-Tortilla

für ein großes Blech

1,2 Kilo Kartoffeln, in der Schale am Vortag gekocht

1 Zwiebel, in Scheiben geschnitten

2 rote, 2 grüne Paprika, in Stücke geschnitten

12 Eier

ein Bund Schnittlauch, gehackt

240 g Chorizo in Würfel geschnitten

Salz, Pfeffer, Paprikapulver

Kartoffel schälen und in Würfel schneiden. Chorizowürfel in einer Pfanne anbraten und zur Seite stellen, in diesem Öl Paprika und Zwiebel andünsten und abkühlen lassen.

Eier verquirlen und alle Zutaten (Kartoffeln, Paprika, Zwiebeln, Chorizo und Schnittlauch) zugeben und nach Gusto würzen.

Ein Backblech mit Backpapier auslegen mit Öl auspinseln und die Masse darauf geben.

Bei 160° (Umluft) ca. 20 Minuten garen.

Optional: Kann man noch geriebenen Käse dazu geben oder Chili für die Schärfe.

## Rote Mojosauce

100 ml Olivenöl

40 ml Rotweinessig

4 Knoblauchzehen, gehackt

3 rote Spitzpaprika

2 Chilischoten, entkernt und in Stücke geschnitten

1 TL Paprikapulver

½ TL Kreuzkümmel, gemahlen

1 TL Meersalz

Paprika im Ofen grillen und häuten (*Anmerkung: Ich nehme die gegrillten und gehäuteten roten Paprika aus dem Glas – perfekt – und man spart sich viel Arbeit*).

Paprika, Chilischoten, Knoblauch, Rotweinessig und alle Gewürze in den Mixer geben und aufmischen. Dann portionsweise das Olivenöl dazu geben und langsam weitermischen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht, nach Gusto abschmecken.

# Portweingulasch

Für 4 Personen

200 Gramm Zwiebeln  
200 Gramm Karotten  
200 Gramm Knollensellerie  
4 EL Pflanzenöl  
2 EL Butter  
500 Gramm Gulasch-Fleisch (Wade oder Bürgermeisterstück)  
2 TL edelsüßes Paprikapulver  
1 EL Tomatenmark  
750 ml Portwein  
500 ml Fleischbrühe  
etwas alter Balsamico  
1 handvoll Thymian  
Salz & Pfeffer

Karotten und Sellerie schälen und in Würfel schneiden. Zwiebeln in feine Würfel schneiden. In zwei Gefäßen (Topf oder Pfanne) jeweils 2 EL Öl stark erhitzen und in einem Gefäß das Fleisch und in dem anderen die Karotten und den Sellerie scharf anbraten. Sobald das Fleisch dunkle Röstspuren angenommen hat, aus dem Topf nehmen, in eine Schüssel geben und den Ansatz in der Pfanne mit Portwein und Butter ablöschen. Die Flüssigkeit ebenfalls in die Schüssel geben.

Das Gemüse (außer die Zwiebeln) in 2 EL Öl dunkel anrösten und nun das Tomatenmark und das Paprikapulver kurz mitrösten, bis es duftet. Mit einem großen Schluck Portwein ablöschen und einkochen lassen, bis kaum noch Flüssigkeit übrig ist. Diesen Vorgang solange wiederholen, bis die gesamte Flasche Portwein leer ist und die Flüssigkeit zu einer dickflüssigen Creme geworden ist. Zwiebelwürfel erst jetzt dazu geben und einmal gut durchrühren. Nun das Fleisch dazu geben und mit dem Rinderfond auffüllen.

Das Gulasch nun bei niedriger Hitze 2-5 Stunden köcheln lassen, je länger desto besser. Falls zuviel Flüssigkeit verkocht, noch einmal Wasser nachgießen. Sobald die gewünschte Konsistenz von Fleisch und Sauce erreicht ist, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Anrichten: einige Tropfen alten Balsamico über dem Gulasch verteilen und etwas gehackten Thymian darüber streuen.

## Reis mit dunklen Zwiebeln

Für 4 Personen

240g Langkornreis

4 EL Olivenöl

2-3 Zwiebeln, fein gehackt (ich habe die Zwiebeln ziemlich grob gehackt)

450ml Gemüsebrühe

Etwas Salz

Den Reis einige Zeit wässern und abgießen.

Die Zwiebeln in dem Öl bei mittlerer Hitze solange anbraten bis sie richtig dunkel, fast schwarz, werden. Das kann ne ganze Weile dauern... zwischendurch immer mal wieder umrühren.

Den Reis und die Brühe hinzugeben, alles einmal aufkochen lassen und dann die Hitze reduzieren und den Reis mit geschlossenem Deckel solange kochen lassen, bis das Wasser weg und der Reis gar (aber noch bissfest) ist. Dauert etwa 15 Minuten.

*Anmerkung: Ich habe noch gemahlene Kreuzkümmel hinzugegeben. Und auch die kleinen griechischen Nudeln, diese in einer Pfanne mit Butter angebraten und dann zusammen mit dem Reis gekocht.*

**Rezeptideen von**

**City and more**