



Rezepte
zum Kochkurs

„Kochen und Knigge“

am 21.09.2024 im Haus der Küchen

Chef-Salat

Zutaten:

Für den Salat:

- 1 Zwiebel
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 Tomate
- 1/2 Gurke
- 2 kleine Köpfe Romanasalat
- 70g geriebener Cheddar
- 2 Karotten
- 4 Scheiben Schinken

Für das Dressing:

- 100g Mayonnaise
- 50g Senf
- 50ml Öl
- 2EL Oregano, gerebelt
- Salz und Pfeffer



Zubereitung:

1. Die Zwiebel in kleine Würfel und die Lauchzwiebeln in kleine Scheiben schneiden
2. Die Tomate, die Gurke und den Schinken in Würfel schneiden
3. Die Karotten schälen, dann in Scheiben schneiden und anschließend aus den Scheiben kleine Karottenwürfel
4. Den Salat in kleine feine Streifchen schneiden
5. Für das Dressing alles zusammengeben, miteinander vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken
6. Die Zwiebeln, die Lauchzwiebeln, die Karotten, die Tomaten, die Gurken, den Schinken, den Cheddar, den Salat und das Dressing zusammengeben und alles miteinander vermengen

Selbstgemachte Burger Buns

Zutaten:

340g Weizenmehl (Typ 405)
215ml Milch
38g Butter
1 EL Zucker
1 EL Salz
2 Eier (1 Ei für den Teig, 1 Ei für das Bestreichen)
1 Packung Trockenhefe (ca. 7g)
2 EL Sesam

Zutaten für ca. 6 Buns



Zubereitung:

1. Alle Zutaten zusammengeben und ca. 10 Minuten zu einem glatten elastischen Teig kneten (das funktioniert am besten mit einer Küchenmaschine)
2. Eine Schüssel mit etwas Öl einfetten und den Teig in diese geben
3. Den Teig abdecken und an einem warmen Ort (z.B. in der Sonne oder im Winter in der Nähe der Heizung) ca. 1 Stunde gehen lassen
4. Den Teig aus der Schüssel holen, nochmal durchkneten und in ca. 6 Portionen teilen (pro Portion ca. 90g, dabei kann die Küchenwaage helfen)
5. Ein Backblech mit Backpapier auslegen
6. Die Teigportionen je zu einer Kugel formen, diese auf das Backblech legen und etwas flachdrücken
7. Die Buns abdecken und nochmal 30 Minuten gehen lassen
8. Die Buns mit etwas Ei bestreichen und dem Sesam bestreuen
9. Anschließend die Buns im Ofen bei 190 Grad (Ober- und Unterhitze) ca. 20 Minuten backen
10. Die Burgerbrötchen bis zum Servieren mit einem Geschirrtuch abdecken

Crispy Chicken

Zutaten:

400g Hähnchenschnitzel
125g Cornflakes, ungesüßt
125g Paniermehl
75g Mehl
2 Eier
2 EL Paprikapulver, edelsüß
1 EL Knoblauchpulver
Salz und Paprika

Zutaten für ca. 6 Crispy Chicken



Zubereitung:

1. Das Fleisch säubern und in der Mitte halbieren, so dass du ca. 6 Hähnchenschnitzel hast
2. Das Fleisch von beiden Seiten mit den Gewürzen sowie dem Salz und Pfeffer würzen
3. Die Cornflakes zerbröseln => Je nachdem, ob die Cornflakes feiner oder grober sein sollen, entweder im Mixer zermahlen oder in ein Gefrierbeutel geben und mit der Hand zerbröseln
4. Eine Panierstraße herstellen: In einen tiefen Teller das Mehl geben, in einen zweiten Teller das verquirlte Ei und in einen dritten Teller die Cornflakes mit dem Paniermehl
5. Nun die Hähnchenschnitzel panieren, diese dafür erst in das Mehl, dann in das Ei und zuletzt in die Cornflakes-Paniermehl-Mischung geben und von beiden Seiten wälzen
6. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Hähnchenschnitzel von beiden Seiten ca. 2 Minuten goldbraun anbraten
 - ⇒ Du kannst mit einem Holzstäbchen testen, ob dein Öl schon heiß genug ist. Hierfür gibst du das Stäbchen in das Öl und schaust, ob Bläschen aufsteigen. Steigen Bläschen auf, so ist das Öl bereit.
 - ⇒ Du kannst die Schnitzel am besten mit einer Zange drehen
7. Gebe etwas Backpapier auf ein Backblech
8. Hole die Crispy Chicken aus der Pfanne und lege sie auf das Blech
9. Backe die Crispy Chicken bei 190 Grad nochmal ca. 10 Minuten im Ofen
10. Das Crispy Chicken auf die Burger geben und nun die Burger nach Lust und Laune mit Salat, Tomaten, Zwiebeln und Co. belegen

Smash Patties

Zutaten:

500 g Rinderhackfleisch
1 Ei
1 Zwiebel
2 EL Paniermehl
Salz und Pfeffer
Wer mag: Cheddar (in Scheiben)

Zutaten für ca. 6 Smash Patties

Zubereitung:

1. Die Zwiebeln schälen und in kleine feine Würfel schneiden
2. Das Hackfleisch mit dem Paniermehl, den Zwiebeln, dem Ei sowie dem Salz und Pfeffer zusammengeben und alles miteinander vermengen bzw. verkneten
3. Etwas von dem Fleisch probieren, um nochmal mit Salz und Pfeffer abschmecken zu können
4. Nun das Hackfleisch in ca. 6 gleiche Portionen (ca. 90g, dabei kann die Küchenwaage helfen) teilen und diese je zu lockeren Kugeln formen
5. Eine Gusseisenpfanne oder Grillplatte mit Öl einstreichen und anschließend erhitzen
6. Die Hackfleischkugeln auf die heiße Fläche geben
7. Sofort mit einem stabilen Spatel oder Pfannenwender die Kugeln bzw. das Fleisch fest nach unten drücken, sodass die Burger sehr flach werden (ca. 1 cm dick)
8. Das Fleisch ca. 1–2 Minuten anbraten, bis der Rand schön knusprig ist und zwischendurch wenden
9. Wer geschmolzenen Käse auf seinem Pattie mag, kann eine Scheibe Cheddar auf das Fleisch geben und warten bis dieser weich wird
10. Die Patties auf die Burger geben und nun die Burger nach Lust und Laune mit Salat, Tomaten, Zwiebeln und Co. belegen

Würzige Pommes aus dem Ofen

Zutaten:

5 mittelgroße Kartoffeln, festkochend
6 EL Öl
2 EL Paprikapulver, edelsüß
2 EL Knoblauchpulver
2 EL Oregano, gerebelt
4 EL Salz oder Pommessalz



Zubereitung:

1. Die Kartoffeln schälen
2. Die Kartoffeln nun in Scheiben schneiden und aus den Scheiben Pommes schneiden (wie dick die Pommes sein sollen, kannst du dabei selbst entscheiden)
3. Die Pommes in einen Topf mit Wasser geben und diese im Wasser ca. 10 Minuten ruhen lassen
4. Die Pommes aus dem Wasser holen und mit einem Geschirrtuch trocken tupfen
5. Nun die Pommes gemeinsam mit dem Öl und den Gewürzen in eine Schüssel geben und alles miteinander vermengen
6. Ein Backblech mit Backpapier auslegen
7. Die Pommes auf dem Backblech verteilen
8. Die Pommes bei 200 Grad ca. 45-55 Minuten backen (je dicker die Pommes, desto länger brauchen sie, um schön knackig zu werden)
9. Die Pommes in eine Schüssel geben und mit dem Salz würzen

Schoko-Früchte

Zutaten:

2 Bananen
1 großer Apfel
300g Trauben
250g Vollmilchschokolade
250g weiße Schokolade
50g gehackte, Mandeln
Schaschlickspieße
Bunte Streusel nach Wahl



Zubereitung:

1. Die Bananen schälen und in ca. 1.5 cm dicke Scheiben schneiden
2. Den Apfel waschen und in dicke Würfel schneiden
3. Die Trauben waschen und vom Stiel bzw. dem Stängel lösen
4. Nun nach Lust und Laune die Früchte auf die Schaschlickspieße spießen
5. Einen großen Topf mit Wasser befüllen und das Wasser auf dem Herd bei großer Hitze zum Kochen bringen
6. Die Vollmilchschokolade und die weiße Schokolade in Würfel schneiden
7. Die weiße Schokolade und die Vollmilchschokolade je in einen kleineren Topf geben
8. Nacheinander die Schokolade über dem heißen Wasser zum Schmelzen bringen (Achtung, auch der Wasserdampf ist sehr heiß)
9. Nun die Früchtespieße mit der geschmolzenen Schokolade überziehen
10. Die Schokofrüchte nach Lust und Laune mit den Streuseln und Mandeln dekorieren
11. Die Spieße nochmal für 20 Minuten in den Kühlschrank geben (bis die Schokolade hart wird)

Bildergalerie



Knigge-Regeln auf einen Blick

- Vor dem Kochen werden die Hände gewaschen
- Das Gemüse, Obst und Fleisch waschen wir
- Die Küche wird immer geputzt nach dem Kochen
- Essen = Handfreie Zone
- Schmatzen, Rülpsen und in der Nase popeln sind während dem Kochen und am Esstisch tabu
- Wir sollten nicht mit vollem Mund sprechen
- Mit Essen spielt man nicht, d.h. die Speisen werden gegessen, aber nicht in der Gegend herumgeworfen
- Wir sollten Lebensmittelverschwendung vermeiden, d.h. packe ich mein Gericht nicht ganz, so kann ich es z.B. in den Kühlschrank stellen und weiteressen, wenn der Hunger wieder kommt

Wie wird der Tisch richtig eingedeckt?:

