

Menü kochen zu Hause 05.03.2021

Ich habe meine Rezepte für 4 Personen berechnet und gekocht. Wir haben nicht alle Zutaten bekommen, also haben wir die Rezepte etwas abgeändert. Ich habe keinen Wildreis hier im Tal bekommen, deshalb habe ich normalen weißen Reis gekocht und ich habe das Rezept der Kräuterfüllung für die Teigtaschen etwas verändert und auch bei dem Gemüse, da ich nicht alles zur Verfügung hatte. Die Zubereitung verlief nach Plan, habe selbständig das Menü gekocht und habe nur sehr selten Hilfe von meiner Mutter gebraucht. Insgesamt habe ich etwa 3 Stunden gebraucht, um alles herzustellen und zu servieren. Hilfe habe ich nur bei der richtigen Vorbereitung für den Braten gebraucht.

Den Braten werden wir erst am Samstag essen, da heute Fastentag ist. Trotzdem habe ich einen Teller vorbereitet, um zu zeigen, wie das Gericht am Ende ausgesehen hat.

Rückmeldung: Ich fand die Teigtaschen sehr gut. Sie haben gut geschmeckt und waren schön angerichtet. Auch das Fleisch ist weich und saftig und schmeckt sehr gut, ebenso das Gemüse und der Reis.

Mama: Die Teigtaschen haben gut geschmeckt und Silvia hat sehr eigenständig gearbeitet. Die Speisen waren sehr schön angerichtet und sind gut gelungen. Auf den Braten morgen freuen wir uns schon und ich glaube, er ist sehr gut gelungen.

Cindy (kleine Schwester): Mir hat es ganz gut geschmeckt und als ich das Gemüse probieren durfte, hat es sehr gut geschmeckt.

Vorspeise:

Teigtaschen mit Ricotta-Kräuter Füllung

Rezept für 4 Personen

Für den Teig

150 g Vollkornmehl
150 g Mehl
3 Eier
2 EL Olivenöl
Etwas Wasser nach Bedarf
Salz

Für die Füllung

200 g Frischkäse
50 g Parmesan
Origano
Schnittlauch
Salz, Pfeffer
40 g Butter



Zubereitung:

Vollkornmehl und Weißmehl auf einer Arbeitsfläche mischen und eine Mulde bilden. Eier und Olivenöl in die Mulde geben und mit einer Gabel nach und nach Mehl in die Mulde rühren, und so nach und nach zu einem Teig kneten. Zu einer Kugel formen und mit Klarsichtfolie zugedeckt für mindestens 20 Minuten in den Kühlschrank stellen.



Den Teig in Stücke teilen und mit einer Nudelmaschine dünn walzen (mit dem größten Walzenabstand beginnen und nach und nach immer dünner werden).



Die Kräuter fein hacken. Mit dem Frischkäse, dem Parmesan und etwas Salz mischen.



Einen Teiglappen mit einer Runden Form ausstechen und ca. 1-2 TL der Füllung auf den Teig setzen, mit verquirltem Ei bestreichen und zusammenfalten, fest zusammendrücken (Lufteinschlüsse vermeiden, da diese im Wasser aufquellen) – man soll die Fingerabdrücke gut sehen können.



Die Ravioli dünn bemehlen und auf Backpapier aufbewahren, um sie kurz vor dem Servieren in kochendem Salzwasser ziehen zu lassen, bis sie oben auf schwimmen.



Die übrigen Kräuter und die Butter in einer Bratpfanne warm werden lassen, bis die Butter schmilzt (sie soll nicht kochen). Mit den Ravioli servieren.

Hauptspeise:

Hirschkalbsbraten Für 4 Personen

Zutaten:

500g Hirschkalbsschulter

Thymian

Rosmarin

Salbei

Kräutersalz

Salz

Pfeffer

Öl

Wurzelgemüse (Karotten, Sellerie, Lauch, Zwiebel)

Tomatenmark

Wein zum löschen

Fleischsuppe zum Aufgießen

Zubereitung:



Braten vorbereiten

Fleisch im Gewürzsalz wälzen, mit Rosmarin, Thymian, Salbei und Pfeffer würzen und ein paar Minuten ziehen lassen.



Den Braten im Maiskeimöl rundum anbraten und dann das Wurzelgemüse dazu geben und ebenfalls anbraten lassen.



Das Fleisch mit Tomatenmark bestreichen und nochmals anbraten. Nun mit Wein löschen.



Wenn der Saft eingekocht ist, mit Fleischsuppe oder Gemüsebrühe aufgießen und ca. eine halbe Stunde köcheln lassen.

Fleisch aus der Soße nehmen und in Scheiben schneiden. Die Soße binden.

Gedünstetes Gemüse

Für 4 Personen

Zutaten:

2 Zucchini
4 Karotten
¾ Peperoni
¼ Zwiebel
1 Knoblauchzehe
Butter
Salz
Pfeffer

Zubereitung:



Die Zwiebel schälen und fein schneiden. Peperoni vierteln, putzen, waschen und in mundgerechte Stücke schneiden. Zucchini waschen, putzen und in Scheiben schneiden. Karotten waschen, schälen und in Würfel schneiden.



Butter in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel darin glasig dünsten, Karotten und Peperoni dazugeben und alles kurz andünsten. Knoblauch fein hacken und mit Zwiebel glasig dünsten, dann die Zucchini dazugeben und ebenfalls kurz dünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Reis

Für 4 Personen

Zutaten:

300g Reis

800ml Wasser oder Gemüsebrühe

Salz

Butter

Zubereitung:



In einem Topf die Butter schmelzen und dann den Reis glasig dünsten. Dann mit Gemüsebrühe oder Wasser aufgießen und salzen. Den Reis etwa 20 Minuten köcheln lassen bis das Wasser verdunstet ist.

Die fertigen Gerichte:

Vorspeise

Teigtaschen mit Kräuter-Frischkäsefüllung



Hirschkalbsbraten mit gedünstetem Gemüse und Reis

