

# Geflügelpastete mit Cumberland-Soße

---

 [swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/rezept-146.html](http://swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/rezept-146.html)

Vorspeise



## Zutaten:

---

### Für die Hühnerbrühe:

---

1 Suppenhuhn, möglichst bio (oder 150 g Bio-Hähnchenbrust)  
Suppengrün  
1 Zwiebel, gespickt mit 3 Nelken  
Lorbeerblatt

### Für den Teig:

---

160 g Weißmehl  
1 TL Salz  
90 g Butter  
1 EL kaltes Wasser  
1 EL Zitronensaft

### Für die Füllung:

---

3 grüne „beschwipste“ Nüsse  
2 EL Weinsud von den grünen Nüssen  
2 Scheiben entrindetes Weißbrot

1 Hühnerleber (bitte extra legen)  
½ gehackte Zwiebel  
250 g Champignons  
1 Knoblauchzehe  
150 g gekochtes Hühnerfleisch  
2 TL Speisestärke  
90 ml Sahne Butter zum Anbraten und zum Ausfetten der Förmchen  
1 Ei zum Bestreichen

### **Gewürze:**

---

2 Piment  
4 Nelken (davon 3 für die Zwiebel (s.o.))  
4 Wacholderbeeren  
1 TL Koriandersamen  
1 TL Schwarzer Pfeffer  
½ TL Kreuzkümmel  
dazu: Salz, Thymian

### **Cumberland-Sauce:**

---

1/8 l Rotwein  
2 Schalotten  
3 Nelken  
1 Bio-Orange  
1 Glas Preiselbeeren (ca. 300 g)  
1 EL mittelscharfen Senf  
Pfeffer  
1 Messerspitze Nelken gemahlen  
Worcestersauce  
**kein Salz**

### **Pochierte Birnen:**

---

½ l guten Weißwein  
2 EL Zucker  
3 Birnen  
Vanille oder Zimt nach Belieben (Die Cumberland-Sauce hat recht viel Eigengeschmack)

## **Zubereitung**

---

### **Hühnerbrühe:**

In einem großen Topf Wasser zum Kochen bringen, Suppenhuhn und die anderen Zutaten für die Brühe hinzugeben und so lange köcheln, bis das Huhn weich ist. Das kann je nach Gewicht des Huhns 2 bis 4 Stunden dauern.

**Landfrauen-Tipp:**

Das Huhn am besten bereits einen Tag vorher kochen; aus dem nicht für die Pastete verwendeten Hühnerfleisch und der Brühe lässt sich mit wenig Aufwand eine schöne kräftige Hühnersuppe zaubern. Außerdem kann man die Hühnerbrühe prima zwei bis drei Tage vorher zubereiten. Falls Sie nicht so viel Zeit haben, nehmen Sie 150 g Bio-Hähnchenbrust und braten sie kurz an.

**Teig:**

Alle Zutaten für den Teig in einer Schüssel verkneten und min. eine halbe Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

**Füllung:**

Zunächst das Brot in dem Weinesssud einweichen. Dann 150 g Hühnerfleisch grob schneiden, Zwiebel und Champignons klein schneiden.

Zwiebel in etwas Butter anbraten, zu dem Hühnerfleisch dazugeben, anschließend die Leber anbraten, dazugeben, mit den eingeweichtem Brot durch den Fleischwolf drehen und in einer neuen Schüssel auffangen.

In der Pfanne die Champignons mit weiterer Butter anbraten, beiseite stellen.

Die Gewürze in einem Mörser zerstoßen. Die grünen Nüsse klein würfeln.

Pilze, Gewürze, grüne Nüsse, Sahne, Salz und Thymian, Speisestärke und den Brotsud dazugeben. Umrühren, bis die Füllung bindet. Eventuell mit etwas Hühnerbrühe, Salz, Pfeffer und Thymian nachwürzen.

Jetzt den Backofen auf 180 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Den Teig in 1/3 und 2/3 teilen. Die größere Menge auf einer bemehlten Fläche dünn ausrollen. Mit einem großen Ring oder Tasse Kreise ausstechen, in die mit Butter ausgepinselte Muffinform legen, dabei etwas Teig über den Rand überstehen lassen. Anschließend die Ränder plan am oberen Rand der Muffinform abschneiden. Die Füllung randvoll einfüllen. Die abgeschnittenen Teigreste und das übrig gelassene Drittel Teig verkneten und ausrollen. Für die Deckel etwas kleinere Kreise (Durchmesser wie oberer Muffinrand) ausstechen. Mit einem Apfelstecher aus der Mitte ein Loch für den „Schornstein“ schneiden. Das Ei aufschlagen Eigelb und Eiweiß trennen. Eiweiß am Rand der Teigfüllung und an der Unterseite des Deckels streichen. Deckel auf die Füllung setzen. Mit einer Gabel die Ränder etwas eindrücken, damit die Teigstücke besser verbunden sind.

Für den „Schornstein“ entweder Backpapierstreifen zusammenrollen und in das Loch einsetzen oder Hühnchenschlegel-Rosetten verwenden.

Mit Eigelb den Deckel bestreichen. Im Backofen ca. 15 Minuten bis zum Braunwerden backen.

**Cumberland-Sauce:**

Den Rotwein in einen kleinen Topf geben. Die Schalotten mit einer feinen Reibe zerreiben, 2 EL vom Zwiebelbrei und 2 EL vom Saft der geriebenen Zwiebel in den Topf geben, die Schale der Orange und die Nelken dazu. Auf dem Herd aufkochen und 10 Min. ziehen lassen. Kühl stellen.

Die Preiselbeeren durch ein Haarsieb oder eine „Flotte Lotte“ passieren. Die Orange entsaften und ihren Saft, Senf, den abgekühlten Rotweinsud, Pfeffer sowie einen Spritzer Worcestersauce dazugeben und umrühren. Abschmecken. Abfüllen. Kühl stellen.

**Landfrauen-Tipp:**

Diese Sauce hält sich sogar ohne Kühlschrank jahrelang, weil Senf und Preiselbeeren antibakterielle Eigenschaften haben.

**Pochierte Birnen:**

Wein und Zucker in einen kleinen Topf geben, erwärmen. Birnen mit dem Sparschäler schälen, halbieren, das Kerngehäuse mit einem Löffel heraus drehen und den inneren Stielansatz herausschneiden. In dem Weinsud aufkochen und ca. 15 min. ziehen lassen. Sie sind fertig, wenn sie noch Biss haben.

Zum Anrichten die Birnen auf den Tellern verteilen, die Pastetchen daneben setzen und den „Schornstein“ herausdrehen, das Loch mit einem Teelöffel CumberlandSauce füllen, die Birne ebenfalls mit Cumberland-Sauce füllen.

Christine Bernhard

# Rindergulasch mit „Keschdegemies“

---

 [swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/rezept-148.html](http://swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/rezept-148.html)

Hauptspeise



**Zutaten:**

---

**Rindergulasch:**

---

1,8 - 2 kg Rinderwade  
Salz  
schwarzer Pfeffer  
3 EL Butterschmalz  
200 g gewürfelte Zwiebeln  
200 g gewürfelte Karotte  
150 g Knollensellerie  
3 geschälte Knoblauchzehen  
2 EL Tomatenmark  
2 EL Mehl  
1 Flasche guter Rotwein  
3 Lorbeerblätter  
1 Rosmarinzweig (oder 1 EL getrocknete Kräuter)  
1 Thymianzweig (oder 1 EL getrocknete Kräuter)  
5 leicht angedrückte Wachholderbeeren

**Keschdegemies:**

---

2 EL Puderzucker  
1 EL Butter  
600 g geschälte Esskastanien

Salz

## **Pfälzer geele Riebe und Karotten:**

---

400 g Karotten

400 g Pfälzer Geele Riebe (eine alte gelbe Karottensorte, die weniger süß ist) Alternativ: Pastinake oder Petersilienwurzel (dann ggf. mehr Karotten nehmen)

2 EL Butter

Salz

Pfeffer aus der Mühle

Koriandersaat ganz (frisch im Mörser mahlen) oder Korianderwürzöl

## **Zubereitung:**

---

Wadenfleisch waschen und trockentupfen, grob von großen Sehnen befreien (Sehen und Fetteinlagerungen sind Geschmacksträger). In große Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer einreiben. In einem Bräter Butterschmalz erhitzen und die Stücke ringsum ca. 10 Minuten anbraten. Fleisch aus dem Topf nehmen und das Gemüse 10 Minuten lang rösten, bis es Farbe angenommen hat. Tomatenmark hinzufügen, kurz weiterrösten, das Mehl dazugeben, eine weitere Minuten rösten, mit ca. 200 ml Rotwein ablöschen. Den Bratensatz loskochen. Das Fleisch und das Gemüse wieder hinzufügen und zum Kochen bringen. Dann an die Seite stellen oder die Hitze reduzieren, restlichen Rotwein, Kräuter und Gewürze hinzufügen, ca. 1,5 Stunden langsam schmoren (entweder auf der Seite eines Holzherdes oder im auf 180 Grad vorgewärmten Backofen (Ober-/Unterhitze); dazu den Topf mit einem zurechtgeschnittenem Backpapier bedecken, keine Umluft!) Zwischendurch die Fleischstücke wenden und ggf. etwas Wasser zugeben. Landfrauen

### **Landfrauen-Tipp:**

Auch dies lässt sich gut am Vortag vorbereiten.

### **Keschdegemies:**

In einer beschichteten Pfanne den Zucker leicht karamellisieren, die Butter dazu, Pfanne schwenken, Kastanien dazu, leicht schwenken bis alles warm ist. Salzen nach Geschmack.

### **Pfälzer geele Riebe und Karotten:**

Mit dem Sparschäler erst die Außenhaut der Wurzeln abschälen, dann die Wurzeln in breiten Bändern weiter abschälen. In einer Pfanne Butter erhitzen, die Gemüsebänder dazugeben, ab und an mit zwei Holzlöffeln vorsichtig wenden, damit sie nicht brechen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Koriander bzw. Korianderöl würzen.

Christine Bernhard

# „Weißer Schlitten“ mit Hippenkufen

---

 [swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/rezept-150.html](http://swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/rezept-150.html)

Nachspeise



## Zutaten:

---

### Apfel-Sahne-Parfait (für den "Schlitten"):

---

2 geschälte und gewürfelte mittelgroße Äpfel  
100 ml Most oder Gewürztraminer Wein  
8 Eigelbe (Eiweiß für das Baiser und die Hippen aufheben)  
200 g Puderzucker  
500 ml gute Bio Sahne  
1 Prise Salz  
etwas Zimt

### Baiser-Bäume:

---

1 Prise Salz  
1-2 Bio-Zitronen  
250 g Zucker  
7 Eiweiß

### Hippenkufen:

---

80 g Puderzucker + weiterer zum späteren Anrichten  
80 g Mehl  
1 Eiweiß  
100 ml Milch  
Kakao

## Zubereitung:

---

### **Apfel-Sahne-Parfait (Das wird der "Schlitten"):**

Zunächst eine kleine rechteckige Form suchen, in der später ca. 1 l Flüssigkeit 2 cm hoch eingefüllt werden kann. Diese Form mit Frischhaltefolie so auslegen, dass die Folie an allen Seiten großzügig übersteht und später den gesamten Inhalt bedecken kann. Jetzt die Äpfel im Wein kurz dünsten, mit einem Hauch Zimt und Salz abschmecken und abkühlen lassen.

Die Eigelbe mit Puderzucker 5 Minuten steif schlagen. Die Sahne steif schlagen und unter die Eigelbmasse heben. Die Äpfel unterheben und alles in die die Form füllen. Die Folie drüber schlagen. Mindestens 6 Stunden ins Gefrierfach, am besten über Nacht.

### **Baiser-Bäume:**

Eine Rührschüssel mit Salz und 1 aufgeschnittenen Zitrone ausreiben, damit sie fettfrei wird. Den Zucker und 250 ml Wasser zu Sirup aufkochen. Eiweiß in der ausgeriebenen Schüssel leicht steif schlagen. Den warmen Sirup langsam während des Rührens in den Eischnee gießen. Auf mittlerer Stufe weiterschlagen, bis die Masse abgekühlt ist. Sie ist fertig, wenn sie dickflüssig ist und glänzt. Zum Aromatisieren die Schale einer Zitrone und den Saft von 1 – 2 Zitronen hinzugeben.

### **Hippenkufen:**

Puderzucker, Mehl, Eiweiß und Milch mit den Schneebesen des Handrührgerätes glatt und klümpchenfrei verrühren. Wenn Klümpchen entstehen, den Teig durch ein Sieb streichen. Den Teig mit Folie abdecken und für 30 Minuten im Kühlschrank kalt stellen. Dadurch quillt das Mehl auf und der Teig wird etwas fester. Ein Backblech mit Backpapier glatt auslegen. Hippenmasse in eine Spritztüte füllen, möglichst kleine Tülle nehmen oder in eine Ecke eines Gefrierbeutel füllen, den Beutel zudrehen und eine möglichst kleine Spitze abschneiden. Mit der Spritze 12 dünne Kufen auf das Blech spritzen. Im vorgeheizten Backofen bei 180°C 4 bis 5 Minuten goldbraun backen. Kurz vor Ende der Backzeit in den Ofen schauen, damit die Hippen nicht zu dunkel werden. Die fertigen Hippen aus dem Ofen nehmen. Solange die Hippen warm sind, können sie noch geformt oder beschnitten werden.

Das Parfait aus der Kühlung nehmen. Für den Schnee „am Boden“ grob etwas Baisermasse auf die Dessertteller spachteln. Die restliche Masse in einen Spitzbeutel mit feingezackter Spizentülle geben. Auf jeden Teller einen Baum spritzen, dazu einen max. handtellergroßen Kreis auf den Teller spritzen und spiralförmig in immer kleiner werdenden Kreisen nach oben ziehen. Das Parfait in sechs längliche Blöcke schneiden (= Sitzfläche der Schlitten) und auf den Tellern verteilen. Die Kufen an die Schlittenblöcke anlegen. Für den „frisch gefallenen Pulverschnee“ alles mit etwas Puderzucker bestreuen.

Christine Bernhard