



Basisches Weihnachtsmenü

Vorspeise

Basische Kürbissuppe mit Kürbiskernen und Kartoffelbrötchen

Hauptspeise

Lammhackbraten aus dem Ofen mit Wirsing, gekochten Kartoffeln und Rotebeete

Nachtisch

Kastaniencreme mit Apfel-Zimtmouse

Vorspeise:

Kürbissuppe

Zubereitung

- Zwiebelstücke andünsten, gehackten Knoblauch zugeben.
- Anschließend Chilipfeffer, die aus den Kapseln gelösten Kardamomsamen und den Kurkuma zufügen.
- Nach etwa einer Minute den grobgeschnittenen Kürbis, das Wasser, die Kokosmilch, den geriebenen Ingwer und die Gemüsebrühwürfel hinzugeben.
- Wenn der Kürbis bissfest ist, das Ganze pürieren.
- Anschließend abschmecken und eventuell mit den Gewürzen nachwürzen.
- Zuletzt das Kokosöl unterrühren.

Zutaten

- 1 große Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Messerspitze gemahlener Chilipfeffer (oder Cayennepfeffer)
- 4 Kardamomsamen
- 1 Teelöffel Kurkuma
- etwa 1 kg Kürbis
- etwa 1 cm frischer Ingwer

- 500 ml Wasser
- 400 ml Kokosmilch
- 1,5 Bio-Gemüsebrühwürfel
- 1 Kaffeelöffel Kokosöl Extra Virgin (mit Kokosgeschmack)



Kartoffelbrötchen

Zubereitung

Kartoffeln schälen und in 30 Minuten weichkochen, danach abgießen. 100 ml des Kochwassers auffangen zur Seite stellen. Die Kartoffeln klein stampfen.

Die Zwiebel und die Kräuter klein hacken und zusammen mit dem Olivenöl, Salz und 2 EL des Kochwassers in den Mixer geben um alles fein zu pürieren.

Die Hefe in dem restlichen Kochwasser auflösen und zusammen mit allen anderen Zutaten in einer großen Schüssel zu einem Teig verkneten. Den Teig abgedeckt 30 Minuten an einem Warmen Ort gehen lassen.

Während dessen den Ofen auf 200 Grad vorheizen und das Backblech mit Backpapier auslegen. Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche legen und in 16 teilen. Alle Teile mit feuchten Händen zu kleinen Bällchen drehen und auf das Backblech legen. Mit Milch bestreichen und ca. 30 Minuten backen.

Zutaten

- 300 g Kartoffeln
- 1 Prise Salz
- Frische Kräuter je nach Wunsch
- 1 Zwiebel
- 1 EL Olivenöl
- 1 Würfel frische Hefe
- 300 g Mehl

Hauptspeise:

Lammhackbraten aus dem Ofen mit Wirsing und gekochten Kartoffeln

Zubereitung

Die Blätter des Wirsings abmachen und waschen. Etwas Wasser mit einer Prise Salz zum Kochen bringen und die Blätter blanchieren. Danach mit kaltem Wasser abschrecken.

Das Brötchen in 200 ml warmen Wasser aufweichen. Die Zwiebeln schälen und in der Butter anbraten bis sie glasig sind. Den Wein dazu geben und einkochen lassen.

In der zwischen Zeit Knoblauch und den Thymian kleinhacken. Das Brötchen ausdrücken und zerkleinern.

Das Hackfleisch mit dem Knoblauch, Thymian, den angebratenen Zwiebeln, Brötchen, Ei, Salz und Pfeffer vermischen und gut durchkneten. Einen Leib formen.

Die Ofenschüssel mit Speck auskleiden und diese mit 4 Lagen Wirsingblätter bedecken. Hier den Leib drauflegen. Diesen wiederum mit Wirsingblättern bedecken, mit Pfeffer und dem

Zitronensaft würzen. Zum Schluss den Rest des Specks auf die Blätter legen. Die Ofenschüssel abgedeckt für eine Stunde bei 150 Grad in den Ofen stellen. (In der zwischen Zeit mit dem Rezept für die Rotebeete beginnen.) Nach einer Stunde die Sahne mit dem Creme fraîche verrühren und über den Braten gießen. Den Ofen auf 200 Grad stellen und die Schüssel wiederrum abgedeckt 40 Minuten im Ofen lassen. In dieser Zeit die Kartoffeln schälen und Kochen.

Zutaten

- 1 Wirsing (ca. 2 kg)
- Salz & Pfeffer
- Ein altes Brötchen
- 2 Zwiebeln
- 1 EL Butter
- 150 ml Weißwein
- 2 Knoblauchzehen
- Frischer Thymian
- 400 g Hackfleisch vom Lamm
- 1 Ei
- 250 geräucherter Speck
- Zitronensaft von einer Zitrone
- 200 g Sahne
- 2 EL Creme fraîche
- 750 g Kartoffeln



Rotebeete

Zubereitung

Zwiebeln und Rotebeete in kleine Würfel schneiden. Eine Pfanne mit dem Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln mit der Rotebeete 5 Minuten anbraten. Nach 5 Minuten den Apfelsaft hinzu gießen.

Äpfel schälen und entkernen, danach in kleine Würfel schneiden und in die Pfanne geben. Alles für 40 Minuten abgedeckt köcheln lassen und zum Schluss mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Zutaten

- 750 g Rotebeete
 - 1 Prise Salz
 - 2 Äpfel
 - 200 ml Apfelsaft
 - 2 Zwiebeln
 - 2 EL Olivenöl
-

Nachtsch:

Kastaniencreme mit Apfel-Zimtgelee

Zubereitung

Kastanien mit der Milch in einem Topf aufkochen und pürieren. Den Puderzucker und Agar-Agar rein rühren und noch einmal aufkochen lassen. 10 Minuten abkühlen lassen, danach den Likör durch die Creme rühren. Die Sahne aufschlagen und vorsichtig unterheben. Für etwa 20 Minuten in den Kühlschrank stellen.

In dieser Zeit die Äpfel schälen und in kleine Stücke schneiden. 350 ml von dem Apfelsaft mit Zimt und braunem Zucker erhitzen und die Äpfel hinzugeben. 5 Minuten köcheln lassen. Den Rest des Apfelsaftes mit der Stärke vermischen und zu den Äpfeln im Topf geben. Das ganze gut durchrühren bis sich der Saft andickt. Den Topf vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Das Gelee auf den Teller portionieren und jeweils 2 EL der Creme auf diesem positionieren. Das Ganze mit Zimt bestreuen und servieren.

Zutaten

Für die Creme:

- 100 g vorgekochte Esskastanien
- 100 ml Milch
- ½ TL Agar-Agar
- 1 EL Puderzucker
- 1 EL Orangenlikör
- 100 g Sahne

Für das Gelee:

- 500 g Äpfel
- 400 ml Apfelsaft
- 2 EL Brauner Zucker
- ½ TL Zimt
- 40 g Stärke (Maizena)