



REZEPT ZUR BIO-KOCHSHOW SLOW-FOOD-MESSE 2012

Rezepte für Speisen aus der Bio-Kochshow **“Demeter in der Spitzenküche“** mit Veit Ortlieb und dem Restaurant - Lässig auf der SLOW-FOOD-MESSE in Stuttgart.

Bärlauchmaultaschen mit brauner Pinienkernbutter und Balsamico-Portweinreduktion

für 4-6 Personen

Zubereitung:

Nudelteig

9 St Eigelb

250 g Mehl

1,5 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer

Die Zutaten vermengen und zu einem festen Teig kneten.

Ca. 5 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen. Mit einer Nudelmaschine so dünn wie möglich zu Bahnen ausrollen.

Maultaschenfüllung

200 g Gemischtes Brät

200 g Hackfleisch

60 g gehackte getrocknete Tomaten in Öl eingelegt

60 g gewürfelter Ziegenfrischkäse

4 EL Bärlauchpesto

2 Ei zum Bestreichen und Verkleben der Teigbahnen

Salz, Pfeffer

Demeter Baden-Württemberg

Vereinigung der
Arbeitsgemeinschaften für
Biologisch-Dynamische
Wirtschaftsweise
Baden-Württemberg
www.demeter-bw.de

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Agentur Blumberg
Manuel Uez
Hölderlinstraße 12
73666 Baltmannsweiler
Tel 07153-558083
Fax 07153-558093
demeter@blumberg-agentur.de



REZEPT ZUR BIO - KOCHSHOW SLOW - FOOD - MESSE 2012

Das Brät und das grobe Hack in eine Schüssel geben und zu einer homogenen Masse vermengen. Die restlichen Zutaten dazu geben und ebenfalls gut vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die fertige Masse in einen Dresiersack mit passender Tülle geben und in ca. 2 cm dicke Bahnen spritzen. Dann den nicht bedeckten Teig mit dem verquirlten Ei bestreichen und die Masse in den Teig einrollen. Mit dem Stiel eines Kochlöffels die Maultaschen in die gewünschte Größe unterteilen und eine ca. 0,5 cm breite Mulde formen. In der Mitte der Mulde die Maultaschen voneinander trennen.

Bärlauchpesto

250 g Bärlauch
40 g geriebener Parmesan
60 g Pinienkerne
100 ml Olivenöl

Bärlauch waschen und gut trocken schleudern. Mit den restlichen Zutaten in der Küchenmaschine fein zerkleinern und nach Geschmack mit Salz und Pfeffer abschmecken. In saubere und sehr heiß gespülte Schraubdeckelgläser abfüllen und im Kühlschrank aufbewahren. Wenn das Pesto gut gekühlt ist, kann es im Kühlschrank ein Jahr aufbewahrt werden, da der Bärlauch antiseptisch ist. Variationen: Anstatt der Pinienkerne können geröstete und gesalzene Cashew oder Macadamianüsse verwendet werden. Die Salzmenge beim Abschmecken muss dann verringert werden.

Demeter Baden-Württemberg

Vereinigung der
Arbeitsgemeinschaften für
Biologisch-Dynamische
Wirtschaftsweise
Baden-Württemberg
www.demeter-bw.de

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Agentur Blumberg
Manuel Uez
Hölderlinstraße 12
73666 Baltmannsweiler
Tel 07153-558083
Fax 07153-558093
demeter@blumberg-agentur.de



REZEPT ZUR BIO-KOCHSHOW SLOW-FOOD-MESSE 2012

Pinienkernbutter

150 g Butter

80 g geröstete Pinienkerne

Die Butter in einem Topf zum Schäumen bringen bis der gewünschte Bräunungsgrad erreicht ist und ein nussiges Aroma entsteht. Die Pinienkerne dazu geben und gut umrühren. Bei Bedarf mit einer Prise Salz abschmecken.

Balsamico- Rotweinreduktion

100 g Zucker

75 ml Balsamico- Essig

200 ml Rotwein

Speisestärke zum Abbinden

Den Zucker karamellisieren lassen, mit dem Balsamico ablöschen und kurz einkochen lassen. Rotwein dazu geben und die gesamte Flüssigkeit um die Hälfte reduzieren. Mit Speisestärke zur gewünschten Konsistenz abbinden.

Demeter Baden-Württemberg

Vereinigung der
Arbeitsgemeinschaften für
Biologisch-Dynamische
Wirtschaftsweise
Baden-Württemberg
www.demeter-bw.de

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Agentur Blumberg
Manuel Uez
Hölderlinstraße 12
73666 Baltmannsweiler
Tel 07153-558083
Fax 07153-558093
demeter@blumberg-agentur.de



REZEPT ZUR BIO-KOCHSHOW SLOW-FOOD-MESSE 2012

Bärlauchrisotto

- 125 g Risottoreis
- 300 ml heiße Fleischbrühe (Gemüsebrühe)
- 75 ml Weißwein
- 2 St gewürfelte Schalotten
- 50 g geriebener Parmesan
- 20 ml Zitronensaft
- 50 g Butter
- 4 El Bärlauchpesto
- 100 g Licht Yam gewürfelt
- 2 El Olivenöl

Die Schalottenwürfel in dem Olivenöl anschwitzen, den Risottoreis dazu geben und ebenfalls mit anschwitzen, mit dem Weißwein ablöschen und diesen verkochen lassen. Die Brühe nach und nach hinzufügen und ca. 13-15 min. kochen lassen.

Die Licht Yam in etwas Olivenöl anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und dem Risotto hinzugeben.

Vor dem Servieren die Butter, Bärlauchpesto (Rezept siehe oben), Zitronensaft und den Parmesan dazu geben und vermengen.

Demeter Baden-Württemberg

Vereinigung der
Arbeitsgemeinschaften für
Biologisch-Dynamische
Wirtschaftsweise
Baden-Württemberg
www.demeter-bw.de

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Agentur Blumberg
Manuel Uez
Hölderlinstraße 12
73666 Baltmannsweiler
Tel 07153-558083
Fax 07153-558093
demeter@blumberg-agentur.de



REZEPT ZUR BIO - KOCHSHOW SLOW - FOOD - MESSE 2012

Erdbeer-Stutenmilchcreme

400 ml Stutenmilch
150 ml Sahne
250 g Erdbeeren
130 g Zucker
1 St Vanille- Schote
5 Bl Gelatine
Abrieb einer Limone

Die Erdbeeren waschen, den Strunk entfernen und mit der Hälfte des Zuckers pürieren. Die Vanilleschote auskratzen und mit der Sahne und dem restlichen Zucker aufkochen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen und in die lauwarme Sahne geben und rühren, bis die Gelatine sich aufgelöst hat. Das Erdbeermark unterrühren, die Stutenmilch dazugeben und in Gläser füllen. Die Creme kaltstellen.

Rhabarberragout

4 St Rhabarber
100 g Zucker
75 ml Weißwein
200 ml Apfelsaft
1 St Vanilleschote und Speisestärke zum Abbinden

Rhabarber schälen (die Haut abziehen) und in ca. 1 cm kleine Stücke schneiden. Zucker goldbraun karamellisieren und mit Weißwein ablöschen, Apfelsaft und Vanilleschote dazugeben und mit der angerührten Speisestärke abbinden. Rhabarber hinzu und ca. 2 min kochen lassen. Kaltstellen, dann auf die Creme geben.

Demeter Baden-Württemberg

Vereinigung der
Arbeitsgemeinschaften für
Biologisch-Dynamische
Wirtschaftsweise
Baden-Württemberg
www.demeter-bw.de

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Agentur Blumberg
Manuel Uez
Hölderlinstraße 12
73666 Baltmannsweiler
Tel 07153-558083
Fax 07153-558093
demeter@blumberg-agentur.de