

## Die Rezepte zur Folge: Das Beste vom Niederrhein

Zutaten für 4 Personen

### Dicke Bohnen-Mousse mit Blutwurst

#### Zutaten:

300 g Dicke Bohnen (TK oder aus dem Glas)  
1 Gemüsezwiebel  
2 Zehen Knoblauch  
200 g Blutwurst  
100 ml Sahne  
100 ml Gemüsefond  
1 Zweig Bohnenkraut  
3 Zweige glatte Petersilie  
je 2 Zweige Thymian, frischer Majoran  
Salz, weißer Pfeffer  
1 EL weißer Balsamico  
1 EL mittelscharfer Senf  
2 EL Mehl  
1 EL Pflanzenöl zum Braten

#### Zubereitung:

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und in Würfel schneiden, in Pflanzenöl sanft anschwitzen, Bohnenkraut und Dicke Bohnen hinzugeben und mit einer Prise Salz würzen.
2. Mit Gemüsefond, Sahne und einem gutem Spritzer Balsamico ablöschen und für wenige Minuten köcheln lassen.
3. Blutwurst häuten und schräg in Scheiben schneiden, eine Seite mit Senf bestreichen, Senfseite leicht mehlieren und in einer Pfanne mit etwas Öl von beiden Seiten kross braten, dabei den Thymian mit in die Pfanne geben. Anschließend auf Küchenkrepp abtropfen lassen.
4. Bohnenkraut aus den Bohnen entfernen und die Masse in den Standmixer geben, Petersilie und Hälfte des Majorans dazugeben, mit weißem Pfeffer abschmecken und pürieren.
5. Mousse und Blutwurst auf Tellern anrichten, mit gezupftem Majoran garnieren.

## Konfierter Lachs mit Endivie

### Zutaten:

400 g Lachsfilet  
1 Endivie  
500 ml Olivenöl  
Pflanzenöl zum Braten  
2 Schalotten  
1 TL Senfpulver  
2 EL fester Honig  
3-4 Spritzer Apfelessig  
1 Bio-Zitrone (Abrieb)  
1 Bund Dill  
Salz, weißer Pfeffer

### Zubereitung:

1. Olivenöl auf ca. 70° erwärmen.
2. Lachsfilet evtl. von Gräten befreien, von der Haut runter schneiden, portionieren und in das warme Öl geben, für 7-8 Minuten konfieren.
3. Endiviansalat waschen und in feine Streifen schneiden. Schalotten schälen, halbieren und in halbe Ringe schneiden. Beides zusammen in einer Pfanne mit Pflanzenöl anschwitzen, dabei mit Apfelessig, Salz, Senfpulver, weißem Pfeffer und dem Honig abschmecken.
4. Lachs aus dem Öl holen, mit Küchentuch vorsichtig abtupfen. Mit Salz, etwas Abrieb von der Zitrone und weißem Pfeffer würzen. Die Lachsportionen dann nochmal halbieren.
5. Endivie auf Tellern anrichten, Lachs auf den Salat setzen und mit gehacktem Dill garnieren.

## Lamm-Tafelspitz mit Kartoffel-Möhren-Stampf

### Zutaten:

1 Tafelspitz vom Lamm (ca. 400 g)  
ca. 100 ml Kalbsfond  
ca. 100 ml Rotwein (z.B. Spätburgunder)  
1 Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
je 1 Zweig Salbei, frischer Lorbeer, Thymian, Rosmarin  
½ EL Butterschmalz  
1 EL kalte Butter (für Sauce)  
4 Kartoffeln (vorwiegend festkochend)  
4 Karotten  
50 g Ingwer  
1 EL Fenchelsaat  
1 Bio-Orange (Abrieb)  
1 Zweig Petersilie  
1 EL Butter (für Kartoffel-Möhren-Stampf)  
1-2 Prisen Muskatblüte (Macis)  
Salz, schwarzer und weißer Pfeffer

Ofen auf 200° Umluft/Grillfunktion vorheizen.

### Zubereitung:

1. Tafelspitz auf der Unterseite bei Bedarf von der Silberhaut befreien. Hautseite mit einem scharfen Messer rautenförmig einritzen. Mit Salz würzen und in einer Stahlpfanne mit dem Butterschmalz von beiden Seiten (mit der Hautseite zuerst) scharf anbraten. Zwiebel vierteln und mit anrösten lassen.
2. Fleisch wenden und dann die Kräuter mit in die Pfanne geben.
3. Dann Tafelspitz auf dem Rost im Ofen für ca.15 min rosa fertig garen. (Dabei für die letzten 5 min. die Temperatur auf 100° verringern). Den Bratensaft mit einem Backblech auffangen.
4. Pfanne mit Rotwein und Kalbsfond ablöschen, Knoblauchzehen halbieren und dazugeben und die sauce köcheln bzw. reduzieren lassen.
5. Kartoffeln und Möhren schälen, würfeln und in einem Topf mit wenig Wasser weich garen. Mit Salz und weißem Pfeffer abschmecken. Fenchelsaat in einer Pfanne kurz anrösten, zum Gemüse geben. Das Gemüse weiterhin mit etwas Orangenabrieb, geriebenem Ingwer und Muskatblüte abschmecken, die Nocke Butter dazugeben, das Ganze grob stampfen. Zum Schluss gehackte Petersilie unterheben.

6. Reduzierte Sauce in einen warmen Stieltopf absieben, mit dem Schneebesen die kalte Butter einrühren, damit die Sauce bindet. Bei Bedarf mit Salz abschmecken.
7. Kartoffel-Möhren-Untereinander auf Tellern anrichten, Roastbeef vom Tafelspitz aufschneiden, mit schwarzem Pfeffer würzen und darauf legen, mit etwas Sauce beträufeln.

## Limetten-Buttermilch-Mousse mit Rosmarin-Erdbeeren

### Zutaten:

500 ml Buttermilch  
125 g Creme fraîche  
125 g Saure Sahne  
1 Limette (jeweils Saft und Abrieb einer ½ Limette)  
6 Blatt Gelatine  
ca. 75 g Zucker  
400 g Erdbeeren  
1 El Rohrzucker  
1 Zweig Rosmarin  
Prise Salz

### Zubereitung:

1. Gelatine in kaltem Wasser für ca. 5 min. einweichen. Dann ausdrücken in einem kleinen Topf bei geringer Hitze auflösen, dann die Buttermilch dazugeben und mit dem Schneebesen glatt rühren bis sich die Gelatine komplett aufgelöst hat, dann auch den Zucker in der Masse auflösen. Topf vom Herd nehmen.
2. Masse in eine Schüssel füllen, dann zuerst die Creme fraîche und anschließend die saure Sahne mit dem Schneebesen in die Buttermilch einrühren. Den Abrieb und Saft von der Limette dazugeben, in Dessertschalen abfüllen und kalt stellen.
3. Erdbeeren putzen und vierteln, mit Rohrzucker und gehacktem Rosmarin marinieren.
4. Buttermilch-Mousse auf Teller stürzen (dafür mit einem kleinen Messer den Rand lösen und wenn nötig Dessertschalen kurz in warmes Wasser halten), Erdbeeren dazu anrichten und mit Rosmarin garnieren.

**Guten Appetit!**