

# Rezept zu Bayerns Gartenküche Felix Schmidlings

## Begrüßungssnack: Bunter Bamberger Bohnensalat, Holunder-Limo mit Zitrone und Mojito-Minze

[BR br.de/br-fernsehen/sendungen/bayerns-gartenkueche/rezept-begrueessung-felix-schmidling-bunter-bamberger-bohnensalat-holunder-limo-100.html](http://br.de/br-fernsehen/sendungen/bayerns-gartenkueche/rezept-begrueessung-felix-schmidling-bunter-bamberger-bohnensalat-holunder-limo-100.html)



### Zutaten:

#### Bohnensalat:

- 10 Bohnenschoten (vorzugsweise der Sorte „Bamberger Blaue“)
- 5 mittelgroße Karotten
- 7 gelbe Cocktailtomaten
- 7 rote Cocktailtomaten
- 120 g Feta Käse
- 5 Blätter Blutsauerampfer
- eine Handvoll Rucola

#### Dressing:

- 1/2 Handvoll Petersilie
- 1/2 Handvoll Schnittlauch
- 1/2 Handvoll Basilikum
- 5 EL mildes Olivenöl
- 2,5 EL Weißweinessig
- 1,5 EL Holundersirup
- Zitronensaft und Agavendicksaft zum Abschmecken
- Prise Salz & Pfeffer

- Brunnenkresse-Blüten als Dekoration

### **Zitrone-Minz-Butter (Brotaufstrich zum Salat):**

- ½ Butter
- Zitronenzesten von ½ Zitrone
- eine Handvoll Mojito-Minze, klein gehackt
- eine Prise Salz

### **Aperitif:**

- ca. 0,9 l Mineralwasser mit Kohlensäure
- 6 EL Holundersirup
- eine Handvoll Mojito-Minze
- 1 unbehandelte Zitrone

### **Zubereitung:**

Für den Bohnensalat die Bohnen ca. 20 Minuten kochen. Währenddessen die Karotten, die Tomaten, den Sauerampfer, den Feta und den Rucola klein schneiden.

Die Kräuter für das Dressing klein hacken und mit den restlichen Zutaten für das Dressing in ein verschließbares Gefäß geben. Gut schütteln, damit es sich gleichmäßig vermischt.

Das Gemüse mit dem Dressing anmachen und den kleingewürfelten Feta, den Sauerampfer und den Rucola dazugeben.

Für die Zitrone-Minz-Butter die raumwarme Butter mit den Zitronenzesten und der gehackten Minze vermischen. Mit Salz abschmecken und kaltstellen.

Den Bohnensalat mit frischem Bauernbrot und der Butter servieren.

Für den Aperitif den Holundersirup mit dem Sprudelwasser und der Minze aufgießen, vorsichtig verrühren und pro Glas mit dem Saft von ca. einem Achtel der Zitrone abschmecken.

# Rezept zu Bayerns Gartenküche Felix Schmidlings Hauptspeise: Kartoffelgemüs' mit Bamberger Spitzwirsing

[BR br.de/br-fernsehen/sendungen/bayerns-gartenkueche/rezept-hauptspeise-felix-schmidling-kartoffelgemues-mit-bamberger-spitzwirsing-100.html](http://br.de/br-fernsehen/sendungen/bayerns-gartenkueche/rezept-hauptspeise-felix-schmidling-kartoffelgemues-mit-bamberger-spitzwirsing-100.html)



## Zutaten:

- 10 mittelgroße, vorwiegend festkochende Kartoffeln
- 8 - 10 Bamberger Hörnla (Kartoffelsorte)
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Pastinake
- ½ Sellerieknolle
- 1 großer Spitzwirsing
- 1 daumengroßes Stück frischer Ingwer
- 4 EL Olivenöl
- 2 - 3 l Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer
- Muskatnuss
- Parmesankäse, je nach Geschmack
- Petersilie
- Ringelblume zum Garnieren

## Zubereitung:

Die beiden Kartoffelsorten schälen, in 4 - 6 Stücke schneiden und in eine große Schüssel Wasser legen. Das Gemüse putzen und klein schneiden. Zwiebeln, Sellerie, Pastinake und Ingwer in einem großen Topf in Olivenöl ca. 5 Min. scharf anbraten. Dann mit warmer Gemüsebrühe aufgießen und die geschnittenen

Kartoffeln dazu geben. Alles ca. 25 Minuten köcheln lassen und gelegentlich umrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Schließlich den geschnittenen Spitzwirsing unterziehen und noch einige Minuten weiterköcheln. In tiefen Tellern anrichten, mit etwas Petersilie bestreuen und Parmesankäse darüber reiben und mit einer Ringelblume garnieren.

# Rezept zu Bayerns Gartenküche Felix Schmidlings Nachspeise: Kürbiskerneis mit süßer Kürbistarte

[BR br.de/br-fernsehen/sendungen/bayerns-gartenkueche/rezept-nachspeise-felix-schmidling-kuerbiskerneis-mit-suesser-kuebistarte-100.html](http://br.de/br-fernsehen/sendungen/bayerns-gartenkueche/rezept-nachspeise-felix-schmidling-kuerbiskerneis-mit-suesser-kuebistarte-100.html)



## Zutaten:

### Kürbiskerneis:

- 150 ml Sahne
- 150 ml Milch
- 75 g Puderzucker
- Abrieb einer halben Tonkabohne oder Vanillemark
- 3 Eigelbe
- 25 g Kürbiskerne
- 2 EL Kürbiskernöl
- 25 ml Wasser
- 2 cl Kürbiskern-Geist
- 1,5 EL Apfelessig

### Krokant:

- 25 g Kürbiskerne
- 25 g Zucker

### Tarte:

- 125 g Mehl

- 120 g brauner Zucker
- 65 g Butter (kalt und gewürfelt)
- 350 g Hokaidokürbis
- 2 Eier
- 1 Eiweiß
- 75 g Frischkäse
- Abrieb einer halben Zitrone und Saft einer ganzen
- 1 Prise Salz
- 1/2 TL Zimt
- 1/4 TL Muskat
- 1 Nelke (fein gemahlen im Mörser)

### **Holunderbeerenspiegel:**

- 1 kg Holunderbeeren
- 200 g Zucker

### **Zubereitung:**

Für das Krokant den Zucker in einem kleinen Topf karamellisieren.

Die Kürbiskerne grob hacken und in den Karamell rühren. Dann den Nusskaramell auf ein geöltes Backpapier verteilen. Mit einem zweiten, geölten Backpapier abdecken und mit dem Nudelholz dünn ausrollen. Nach dem Erkalten in kleine Stücke hacken.

Für das Eis die Kürbiskerne mit dem Wasser und Kürbiskernöl sehr fein mixen.

Die Eigelbe mit Puderzucker schaumig schlagen.

Die Milch und die Sahne mit dem Abrieb der Tonkabohne (oder Vanillemark) aufkochen, dann vom Herd nehmen. Die heiße Milch-Sahnemischung nach und nach in die Ei-Zuckermasse geben und über einem Wasserbad dicklich schlagen. Sobald es dick wird (wie Vanillesoße) im Eiswasserbad kalt schlagen. Danach die fein gemixte Kürbiskern-Ölmasse hinzugeben und in der Eismaschine frieren.

Vor dem Servieren den Kürbiskern-Geist, Apfelessig und den gehackten Kürbiskern-Krokant untermischen.

Für die Tarte das Mehl mit 50 g Zucker und einer Prise Salz mischen. Zusammen mit der Butter zu einem glatten Teig verkneten. Bei Bedarf noch etwas Wasser hinzufügen. Mit bemehlten Händen zu einer Kugel formen und in Folie gewickelt 1 Stunde kaltstellen. Während der Wartezeit wird der Ofen auf 180 Grad vorgeheizt und die Kürbisfüllung hergestellt.

Dafür den Kürbis halbieren, entkernen und in Scheiben schneiden. Auf einem Blech mit Backpapier verteilen und für ca. 30 Minuten im Ofen backen, bis das Kürbisfleisch weich ist.

Den Kürbis aus dem Ofen nehmen und leicht abkühlen lassen.

Anschließend mit einem Esslöffel das Kürbisfleisch von der Schale kratzen und mit einem Pürierstab zu einem feinen Püree verarbeiten.

Die Eier mit dem Frischkäse und den restlichen 70 g Zucker sowie den Gewürzen (Zimt, Ingwer, Muskat und Nelke) gründlich verrühren. Den Abrieb der Zitrone sowie den Saft hinzufügen und alles mit dem pürierten Kürbis vermengen.

Den gekühlten Teig ausrollen und eine Tarteform (Durchmesser 30 cm) mit dem ausgerollten Teig gleichmäßig auskleiden. Wichtig: Darauf achten, dass der Rand lückenlos mit Teig bedeckt ist.

Die Kürbismasse auf dem Teig verteilen und bei 180 Grad auf mittlerer Schiene für ca. 1 Stunde backen. Die Tarte sollte fest sein und eine leichte Bräunung haben.

Für den Holundersaft die Beeren in einen Topf geben und knapp mit Wasser bedecken. Die Beeren 10 min. köcheln lassen, bis sie platzen. Die Holunderbeeren-Wasser-Mischung durch ein Sieb gießen und den Saft auffangen. Anschließend die Beeren in ein sauberes Geschirrtuch füllen und die Beerenfruchtreste fest zu dem restlichen Saft ausdrücken. Pro aufgefangenen Liter 200 g Zucker hinzugeben. Dann den Holundersaft für 2 - 3 Minuten kurz aufkochen lassen. Zuletzt den noch heißen Saft in ausgekochte Glasflaschen füllen und diese luftdicht verschließen. Ungeöffnet ist der Holundersaft 8 -10 Monate haltbar.

Nachdem der Kuchen in der Tarteform vollkommen erkaltet ist, mit einer runden Ausstechform (ca. 5 - 6 cm Durchmesser) 5 Törtchen ausstechen.

Zum Servieren eine Kugel Kürbiskerneis und ein Kürbistörtchen anrichten.

Zuletzt für den Holundersoßenspiegel einen großen Löffel Saft auf den Teller geben und vorsichtig verstreichen.

Abschließend noch das Kürbistörtchen und die Kugel Eis nach Belieben verzieren, zum Beispiel mit dem Kürbiskrokant.