Kochshows

Waiblinger Wochenmarkt am Marktplatz

Björn Bergmann, Restaurant Mille Miglia

HAT FÜR SIE ZUBEREITET:
Geschmorte Bäckle mit Kürbispüree und gebratenem Spitzkohl serviert mit einem knackigen Feldsalat in Apfeldressing

Holen Sie sich jetzt gleich alle Zutaten direkt vom Waiblinger Wochenmarkt!

Ihre persönliche Einkaufsliste sowie die Rezeptanleitung finden Sie auf der Rückseite.

Kochshows

Waiblinger Wochenmarkt am Marktplatz

EINKAUFSLISTE UND ZUBEREITUNG

DRESSING

- 200 ml naturtrüben Apfelsaft
- 100 ml Apfelmostessig
- 100 ml Walnussöl
- 100 ml Traubenkernöl
- 1 EL Senf
- Salz, Pfeffer, Honig

▶ Zubereitung:
Senf und Essig mit dem Honig und dem Apfelsaft in ein hohes Gefäß geben und die Öle unter mixen (rühren) langsam in das Dressing laufen lassen. Durch das Lecitin im Senf kann das Öl mit dem Dressing emulgieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Der Rest kann im Kühlschrank in einer Flasche gut aufgehoben und später verwendet werden.

BÄCKLE

- 12 magere Schweinebäckle
- Wurzelgemüse (Karotte, Sellerie, Zwiebel)
- Salz/ Pfeffer
- 2 EL Tomatenmark
- etwas Honig
- Lorbeer, Pfefferkörner, Piment
- 1 Flasche Rotwein (Lemberger, Dornfelder...)

▶ Zubereitung:
Das Wurzelgemüse waschen und in walnussgroße Stücke schneiden. Währenddessen die Bäckle würzen und scharf anbraten. Die Bäckle aus dem Topf nehmen und nun das Gemüse scharf anbraten. Wenn das Gemüse schöne Röstaromen hat, geben Sie die Bäckle wieder dazu.
Mit dem Tomatenmark nochmals kurz rösten, danach etwas Honig und die Gewürze dazugeben und mit dem Rotwein auf 4-5-mal ablöschen und einkochen. Nun mit der Brühe anfüllen und bei kleiner Flamme die Bäckle weich schmoren. ca 1,5-2 Std.
Anschließend werden die Bäckle ausgestochen. Die Sauce passieren. Je nach Geschmack einkochen oder nachschmecken und mit etwas Speisestärke binden.

PÜREE

- 1 Hokaidokürbis
- Gewürze, etwas Zimt, Anis, Ingwer
- 150 ml Brühe
- Sahne
- Butter
- Salz, Pfeffer

▶ Zubereitung:
Den Kürbis waschen und sowie oben als auch unten abschneiden. Nun halbieren, die Kerne mit Hilfe eines Löffels entfernen und nun in kleinere gleichmäßige Stücke schneiden. Mit der Brühe in einen Topf geben und würzen. Anschließend den Topf verschließen und bei 150°C ca. 1 Std. im Ofen schmoren. Nun kann man den Kürbis mit Hilfe einer flotten Lotte oder der Kartoffelpresse zu Püree verarbeiten. Die Sahne mit Butter, Salz und Pfeffer aufkochen und so das Püree vollenden.
Tipp: Im Gegensatz zu Kartoffeln kann man hier auch einen Mixer nehmen, da hier die Stärke nicht verkleistern kann und so kein schleimiges Püree entsteht.

KRAUT

- 1 Baby Spitzkraut
- Butter, Öl 1:1
- Salz, Pfeffer, Puderzucker
- Schnittlauch
- ein Spritzer weißer Essig

▶ Zubereitung:
Spitzkraut hobeln oder schneiden. Die Butter mit dem Öl zum Schäumen bringen. Das Spitzkraut dazu geben und schön anbraten.
Mit Salz, weißem Pfeffer und etwas Puderzucker würzen. Kurz vor dem Anrichten einen Spritzer weißen Essig sowie den frischen Schnittlauch dazu geben.

Björn Bergmann
Mille Miglia
RESTAURANT

AOK Die Gesundheitskasse.

EIN UNTERNEHMEN DER STADT WAIBLINGEN
WTM Wirtschaft Tourismus Marketing

www.waiblingen.de
www.facebook.com/WaiblingenStadtportal