



ZUTATEN

500 g Beinflfleisch oder Ochsenfleisch
 1 Stange Lauch
 1 Rettich
 1 Zwiebel
 1 Tomate
 1 Karotte
 3 Knoblauchzehen
 2 cm frischer Ingwer
 1 l Wasser
 5 EL dunkle Sojasauce
 2 EL Fischsauce
 2 EL dunkles Sesamöl
 Pfeffer, Salz
 1 Frühlingszwiebel

ZUTATEN FÜR DIE FRITTATEN

60 g Mehl (glatt)
 2 Eier
 1/8 l Mineralwasser mit Kohlensäure
 Salz
 2 TL Chilipulver (evt. rotes Paprikapulver)
 Öl

RINDERSUPPE MIT CHILI-FRITTATEN

ZUBEREITUNG DER RINDERSUPPE

Einen Suppentopf mit Fleisch und Wasser zum Kochen bringen. Den Schaum abschöpfen. Das Gemüse waschen, putzen und zugeben und zum Kochen bringen. Sobald die Suppe zu kochen beginnt, die Flamme klein drehen und ganz leicht köcheln lassen, nach 90 Minuten mit restlichen Zutaten abschmecken. Frühlingszwiebel in Ringe schneiden, zur Seite geben.

Das Gemüse kann man nach 30 Minuten herausnehmen, klein schneiden und zugeben.

ZUBEREITUNG DER FRITTATEN

Mehl, Ei, Wasser, Chilipulver und eine Prise Salz zu einem dickflüssigen Teig verrühren. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Teig portionsweise eingießen, dünn verteilen und beidseitig goldgelb backen. Diesen Vorgang solange wiederholen, bis der Teig aufgebraucht ist. Auskühlen lassen, wie einen Strudel zusammenrollen und in dünne Streifen schneiden.

Frittaten in die Suppenteller geben, heiße Rindersuppe darüber gießen und mit Frühlingszwiebel bestreuen.



ZUTATEN

1 kg Schweinsbraten (Jungschweinbrust)
 Salz, Pfeffer (aus der Mühle)
 3 Knoblauchzehen, zerdrückt
 5 cm Ingwer, gehackt
 5 EL Sojasauce
 3 EL Balsamicoessig
 2 EL Palmzuckersirup
 3 EL Sake oder Weißwein
 2 Zwiebel
 4 Pfefferoni
 3 Frühlingszwiebel
 2 Äpfel
 2 EL Schweinefett

TIPP

Wenn man das Fleischstück mit der Schwarte für ca. 15 Minuten in einen Topf mit Wasser oder Suppe legt (am besten auf einen Siebeinsatz), wird die Schwarte durch das Vorgaren weich und lässt sich besser einschneiden.

SCHWEINSBRATEN AUF ASIATISCHE ART MIT CHILI

ZUBEREITUNG

Die Schwarte einschneiden und bereits am Vortag mit Ingwer, Pfeffer, Knoblauch bestreichen, dann über Nacht ziehen lassen. Am nächsten Tag die Zwiebel grob schneiden, Frühlingszwiebel waschen und in ca. 5 cm lange Stücke schneiden, Äpfel entkernen und vierteln. In einer Pfanne Fett, Zwiebel, Jungzwiebel, Pfefferoni und Apfelstücke gut anbraten. Danach das Fleisch auf der Schwartenseite anbraten, wenden und im vorgeheizten Backrohr bei mittlerer Hitze 2 Stunden weiter braten. Währenddessen wiederholt wenden.

Danach den Bratensaft abseihen und entfetten, anschließend mit Sojasauce, Sake, Essig und Sirup mischen und reduzieren. Mit der Sauce das Fleisch aufgießen und weitere 30 Minuten im Backrohr mit Oberhitze braten und öfters wenden.



ZUTATEN

8 Cannelloni
500 g frische Kirschen oder Sauerkirschkompott
3 EL Butter
4 EL Kirschlikör
5 EL Palmzucker
50 ml Schlagobers
2 EL Limettensaft
1 Vanillestange
2 EL geriebene Bitterschokolade
Staubzucker

GEFÜLLTE CANNELLONI MIT CHILI-KIRSCHEN

ZUBEREITUNG

Die Cannelloni weich kochen, im heißen Fett herausbacken und gut abtropfen lassen. Die Kirschen waschen und entkernen (oder eingelegte Kirschen verwenden).

In einer Pfanne Butter zum Schmelzen bringen, die Kirschen und die restlichen Zutaten (außer Schlagobers und Schokolade) zugeben und kurz anschwitzen.

Einen Teil der Kirschen in die Cannelloni füllen und den Rest mit Schlagobers und Schokolade mischen und leicht erhitzen. Die Schokokirschen über die Cannelloni geben und eventuell mit Staubzucker bestreuen.