

## **Kulinarische Schätze rund um Dorsten**

Rezepte von Björn Freitag und Frank Buchholz

**Sommerliche Gemüsecrepelle mit pinker Bechamelsoße**  
**Wachteleier an marinierter roter Bete**  
**Wildschweinfilet mit Pinienkern-Honig-Kruste**  
**an Polenta mit Pilzpfanne**  
**Zabaione mit beschwipsten Himbeeren und Vanilleeis**

**Zutaten für 4 Personen**, wenn nicht anders angegeben

### **Wachteleier mit Roter Bete**

#### **Zutaten:**

10 Wachteleier  
3 Rote Bete  
(5 EL Rote Beete-Saft aufbewahren für Bechamelsoße!)  
1 Knoblauchzehe, in feinen Scheiben  
4 EL Olivenöl  
3 EL Rotweinessig  
30 ml Brühe  
Zucker, Salz, schwarzer Pfeffer  
Deko: Basilikumblätter

#### **Zubereitung:**

Die Rote Bete schälen und mit einer Mandoline in feine Scheiben hobeln. Aus dem Olivenöl, Essig, der Brühe und dem Knoblauch eine Marinade herstellen und die Rote Beete einlegen. Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Wachteleier 2 Minuten kochen und in Eiswasser abkühlen lassen. Pellen, halbieren und auf der marinierten roten Beete mit etwas Basilikum dekorieren. Zum Schluss die Eihälften noch salzen und mit einem einen Tropfen Olivenöl verfeinern.

**Tipp:** Je einen Löffel Rote Bete-Salat mit in die Gemüsecrepelle packen!

## Gemüsecrepelle mit pinker Bechamelseße

### Zutaten Crespelleteig:

50 g Butter	6 EL Mehl
½ l Milch	8 Eigelb
je 1 EL brauner und weißer Zucker	1 Vollei
Schuss Olivenöl	1 EL Salz

### Zubereitung:

Die Butter im Topf erhitzen und den Zucker karamelisieren lassen. Mit den restlichen Zutaten zu einem glatten Teig rühren. Einige Minuten ruhen lassen. Dann mit etwas Olivenöl zu dünnen Pfannkuchen in der Pfanne von beiden Seiten ausbacken. Bis zur weiteren Verarbeitung zur Seite stellen.

### Zutaten Bechamelseße:

50 g Butter	2 EL Mehl
2 Schalotten, gewürfelt	Schuss Rotweinessig
100 ml Gemüsebrühe	Muskatabrieb
5 EL Rote Bete -Saft	1 Zweig Rosmarin, gehackt
100 ml Sahne	1 EL Zucker
Salz	

### Zubereitung:

Für die Soße die Butter in einer Wokpfanne erhitzen, die Schalottenwürfel mit Zucker und einer Prise Salz anschwitzen, mit dem Mehl abstauben. Zusammen mit der Gemüsebrühe, dem Rote Bete-Saft, der Sahne sowie einem Schuss Rotweinessig köcheln lassen. Mit etwas Muskat abschmecken, den gehackten Rosmarin unterrühren und durch ein Sieb passieren.

### Zutaten Gemüsefüllung:

5 Blätter Mangold	1 Schalotte
10 Saubohnen	1 Zweig Rosmarin
5 Zuckerschoten	1 Handvoll Thymian
2 EL brauner Zucker	Muskatabrieb
weißer Pfeffer, Salz	Olivenöl
150g Burrata, in Scheiben geschnitten	50 g Parmesan
150g Mozzarella, in Scheiben geschnitten	
optional: je 1 EL Rote Bete-Salat	

### Zubereitung:

Die Mangoldblätter waschen und mit den Stielen in feine Streifen schneiden. Die Saubohnen pulen. Die Zuckerschoten putzen und ebenfalls in feine Scheiben schneiden, mit einer Prise Zucker und Salz marinieren. Die Schalotte fein würfeln.

# Lecker AN BORD

In einer großen Pfanne einen langen Schuss Olivenöl erhitzen, mit Rosmarin und Thymian, sowie der ungeschälten Knoblauchzehe und etwas Zucker aromatisieren. Die Bohnen und das Mangold darin anbraten, die Gemüsebrühe hinzufügen, aufkochen lassen und das Gemüse durchschwenken. Zum Schluss die marinierte Zuckerschote zugeben und alles nochmal mit Salz, Zucker und Muskatatabrieb abschmecken.

Nun die einzelnen Crespelle jeweils mit 2 Esslöffel Mangold-Bohngemüse füllen (ev. auch ein Löffel Rote Bete-Salat). Dann mit einer Scheibe Mozzarella und Burrata belegen und mit geriebenem Parmesan bestreuen. Die Crespelle nun einwickeln, nochmals mit Parmesan toppen und nebeneinander in eine feuerfeste Form geben. Im Grill bei 200 Grad für ca. 10 Minuten überbacken. Zusammen mit der Bechamelseiße anrichten.

## **Zutaten Beilagensalat:**

100 g Wildkräutersalat	Schuss Mineralwasser
300 ml Joghurt	Zitronensaft einer Zitrone
4 EL Ketchup	Zucker, Salz, schwarzer Pfeffer

## **Zubereitung:**

Den Salat waschen und abtropfen lassen.  
Für das Dressing alle übrigen Zutaten mischen und mit einem Schneebesen schaumig schlagen. Kalt stellen und erst zum Verzehr das Dressing über das Grün träufeln.

## **Wildschweinfilet mit Pinienkern-Honig-Kruste an rahmiger Polenta mit Pilzpfanne**

### **Zutaten Wildschwein mit Pinienkern-Honig-Kruste:**

ca. 400 g Wildschweinerücken	125 g Butter
60 g Pinienkerne	1 Eigelb
3 Schalotten	Rapsöl
(Abschnitte für Polenta aufbewahren!)	Zucker, Salz
3 EL Pinienhonig	schwarzer und weißer Pfeffer
50 g Semmelbrösel	1 Handvoll Thymian
Backpapier	1 Handvoll Rosmarin

### **Zubereitung:**

Das Fleisch in ca. 5 cm dicke Medaillons schneiden und von beiden Seiten flachklopfen. Mit schwarzem Pfeffer, zerriebenem Thymian und Rosmarin einreiben in einem Schuss Rapsöl marinieren. Zur Seite stellen.

In der Zwischenzeit die Pinienkerne ohne Zusatz von Fett in der Pfanne rösten. Die kleingewürfelten Schalotten in weiteren Pfanne in einem Schuss Rapsöl andünsten, mit Salz und Zucker abschmecken.

# Lecker AN BORD

Diese dann zu den Pinienkernen geben, mit Honig und Semmelbröseln vermischen und weißem Pfeffer abschmecken. Die Butter mit dem Eigelb weiß schlagen, unter die Pinienkernmasse heben und in Backpapier zu einer Bonbonrolle formen und zubinden. Gegebenenfalls kaltstellen.

Das marinierte Fleisch nun kurz und scharf mit Rapsöl anbraten, die abgekühlte Panaden-Rolle in fingerdicke Scheiben schneiden und auf die Medaillons legen. Diese dann in einem feuerfesten Gefäß auf den Grill, bei 180 Grad ca. 10 Minuten überbacken, bis die Kruste angebräunt ist.

## **Zutaten Polenta mit Mais:**

Zwiebelabschnitte von 3 Schalotten  
50 g Polenta (instant)  
300 ml Brühe  
50 ml Schmand  
50 ml Sahne  
2 Kolben Zuckermais  
Abrieb 1 Bio Zitrone  
Salz, weißer Pfeffer  
1 Zweig Rosmarin  
½ Knoblauchzehe

## **Zubereitung:**

Die Zwiebelabschnitte in Rapsöl schmoren und etwas salzen. Die Brühe hinzufügen, aufkochen lassen und mit dem Zauberstab pürieren. Zusammen mit der Polenta, dem von den Kolben runtergeschnittenen Mais, der Sahne und dem Schmand einige Minuten weiterköcheln lassen. Zum Schluss den Zitronenabrieb, gehackten Rosmarin und den klein geschnittenen Knoblauch unterrühren – fertig.

## **Zutaten Pilzpfanne:**

300 g Austernpilze/Limonenpilze und Rosensaitlinge  
50 ml Brühe  
50 ml Sahne  
Schuss Whiskey  
Schuss Marsala  
Salz, Pfeffer  
Deko: Thymian

## **Zubereitung:**

Die Pilze gegebenenfalls mit einem Küchentuch putzen, in Scheiben schneiden und ohne Zugabe von Fett in der Pfanne anrösten, salzen und pfeffern. Mit der Brühe, Sahne, dem Whisky ablöschen und köcheln lassen. Mit einem Schuss Madeira abschmecken und reduzieren lassen. Mit Thymian dekorieren.

# Lecker AN BORD

## **Zabaione mit beschwippten Himbeeren und Vanilleeis**

### **Zutaten:**

500 g Himbeeren  
8 Eigelbe  
1 ganzes Ei  
50 g brauner Zucker  
100 ml Weißwein  
110 ml Himbeergeist  
Vanilleeis nach Belieben  
Deko: Zitronenmelisse oder Minze

### **Zubereitung:**

Für die Weinschaumcreme die Eigelbe, das Ei, den braunen Zucker, sowie den Weißwein und 100 ml Himbeergeist über heißem Wasserdampf warm aufschlagen, bis die Masse schaumig ist.

Zum Anrichten ca. 10 Himbeeren in ein breites Glas geben, mit 2 cl Himbeergeist tränken. Vorsichtig die Weinschaumcreme hineingeben und mit etwas Vanilleeis genießen. Zur Dekoration ein Blatt der Zitronenmelisse oder Minze verwenden.

**Guten Appetit!**