
Björn Freitag kocht grenzenlos köstlich! Breslau – polnische Metropole an der Oder

Inhalt

Pierogi Ruskie von Lidia Graf	2
Challah & Latkes mit vier Toppings von Arek Fochtman	4
Challah	4
Latkes	6
Areks vier Toppings	7
Rote Zwiebelmarmelade	7
Honig-Chilis	8
Rote Zwiebeln mit Sumac	9
Tahini-Soße	10

Pierogi Ruskie von Lidia Graf

Die Pierogi Ruskie haben ihren Ursprung in der Ukraine. Es sind kleine Teigtaschen mit einer traditionellen Veggie-Füllung aus Kartoffeln, Zwiebeln und Quark (alternativ geht auch Schicht- oder Hüttenkäse). Lidia Graf aus dem Restaurant Dwór Polski ist die Pierogi-Meisterin, die Björn eines ihrer Pierogi-Geheimnisse anvertraut. Lidia serviert sie mit selbstgemachtem Zwiebelconfit, sie schmecken mit geschmorten Zwiebeln und Sauerrahm oder Schmand.



Zutaten für ca. 90 Stück:

Für den Teig:

- 1 kg Weizenmehl (Type 405)
- 1 Ei (Größe M)
- 500 ml warmes Wasser
- 50 ml Öl

Für die Füllung:

- 1 kg mehlig kochende Kartoffeln
- 300 g Zwiebeln
- Ca. 2 EL Pflanzenöl
- 600 g Speisequark (oder Hütten- bzw. Schichtkäse)
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

- Für die Füllung zuerst die Kartoffeln waschen, schälen und in Salzwasser weichkochen. Kartoffeln abgießen, im Topf abdampfen, damit sie schön trocken sind. Dann in einer großen Schüssel noch warm mit einem Kartoffelstampfer zerstampfen oder durch eine Kartoffelpresse drücken (nicht pürieren).
- Zwiebeln schälen, würfeln und in heißem Öl in einer Pfanne unter Rühren glasig anschwitzen und abkühlen lassen. Die Zwiebeln, dann den Quark unter die Kartoffeln mischen. Füllung gut mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Füllung kann auch einen Tag vorher zubereitet werden.
- Für den Teig Mehl in eine Rührschüssel sieben und mit Ei, Wasser und Öl verkneten, dazu kann eine Küchenmaschine verwendet werden. Dann den Teig ca. 10 Minuten durchkneten, bis er elastisch ist. Mit der Küchenmaschine geht es schneller, da muss er nur 5 Minuten geknetet werden. Teig in Frischhaltefolie gewickelt ca. 30 Min. bei Zimmertemperatur ruhen lassen.
- Teig portionsweise dünn ausrollen. Mit einem Glas oder Ausstecher (7–8 cm Durchmesser) dicht an dicht Kreise ausstechen. Jeweils ca. 1 gehäuften EL Füllung in die Mitte eines Kreises geben, etwas flach drücken, evtl. Rand mit etwas Wasser bestreichen. Pierogi in der Mitte einklappen, mit den Fingern an den Rändern gut festdrücken, evtl. noch mit einer Gabel nachdrücken. Nebeneinander auf die bemehlte Arbeitsfläche legen.
- Einen großen Topf mit reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Pierogi portionsweise darin 2-3 Min. leicht köcheln lassen. Sie sind gar, wenn sie an der Oberfläche schwimmen. Pierogi mit einer Schaumkelle herausheben, portionsweise auf Tellern z.B. mit Zwiebelconfit anrichten.

Pierogi Ruski "NRW-Style" mit Blutwurst

Björn Freitag holt sich ein wenig NRW nach Breslau – er schneidet sich ein paar kleine Stücke Blutwurst und drückt sie mit in die Füllung – fertig!

Challah & Latkes mit vier Toppings von Arek Fochtman

Arek Fochtman – jüdischer Koch in Breslau – zeigt Björn feine Streetfood-Gerichte mit außergewöhnlichen Toppings.



Challah

Challah ist ein Hefezopf aus dem jüdischen Brauchtum und wird meistens für den Schabbat oder für Feiertage gebacken. Der Zopf ähnelt unserem deutschen Hefezopf, ist allerdings nicht süß und kann so auch gut zu herzhaften Gerichten gereicht werden.

Zutaten für 2 runde Zopfbrote:

Für den Teig:

- 320 ml warmes Wasser
- 60 g Pflanzenöl
- 80 g flüssiger Honig
- 25 g frische Hefe
- 2 Eier (Größe M)
- 1 TL Salz
- 820 g Weizenmehl (Type 405)

Außerdem:

- 4 EL Olivenöl
- 1 EL Zatar (ein Würz-Mix aus getr. Thymian, Oregano, Sumac und Sesam)

Zubereitung:

- Wasser, Pflanzenöl, Honig und Hefe in einer Rührschüssel verrühren. An einem warmen Ort 15–20 Min. gehen lassen, bis man den Hefeschaum an der Oberfläche sehen kann.
- Eier und Salz unterrühren. Dann das Mehl in vier Portionen zugeben, die ersten zwei Portionen mit einem Schneebesen, die letzten zwei Portionen mit einem Teigschaber einrühren. Wenn der Teig noch zu klebrig ist, noch etwas Mehl zugeben. Nun den Teig auf der Arbeitsfläche 20–30 Min. mit den Händen durchkneten. Das lange Kneten aktiviert das Gluten im Mehl und das Challah wird so beim Backen innen fluffig und außen knusprig.
- Nach dem Kneten den Teig in eine Schüssel geben und mit Frischhaltefolie abdecken. Folie mit einer Gabel mehrmals einstechen. Den Teig 1-1½ Std. gehen lassen.
- Teig auf der Arbeitsfläche kurz durchkneten, halbieren. Hälften in gleich dicke und gleich lange Stränge formen, aus vier Strängen ein rundes Brot flechten.
- Die geflochtenen Brote auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben. Bitte auf ausreichend Abstand zwischen den Broten achten.
- Olivenöl und Zatar in einer kleinen Schüssel verrühren. Öl-Mix mit einem Teelöffel in die Rillen des Flechtwerks träufeln. Somit werden die Brote durch das Gewürz aromatisiert und die Oberfläche bekommt eine schöne Farbe.
- Ofen auf 220 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Ei verquirlen, Brote damit bepinseln.
- Im heißen Ofen (2. Schiene von unten) 15–22 Min. backen, nach 15 Min. schauen, ob die Brote noch nicht zu braun werden, evtl. die Ofen-Temperatur etwas herunterschalten und/oder das Blech weiter unten einschieben. Blech aus dem Ofen nehmen, Challahs ca. 5 Min. abkühlen lassen, sie schmecken noch warm am besten.
- Sehr lecker auch mit der Tahini-Soße (siehe Rezepte Toppings).

Latkes

Latkes sind kleine Kartoffelpuffer, die traditionell am achttägigen Lichterfest Chanukka in der Familie, mit Freunden und in den Gemeinden gereicht werden. An dieses Fest erinnert der achtarmige Leuchter. Denn während der acht Tage von Chanukka werden, jeweils nach Sonnenuntergang, von links nach rechts acht Kerzen angezündet – am ersten Tag eine Kerze, am zweiten Tag zwei Kerzen und so weiter – bis am achten Tag alle acht Kerzen brennen. Die Latkes sollten nicht zu groß sein, da man sie als Fingerfood genießt.



Zutaten für ca. 20 Stück:

- 6 mittelgroße, mehligkochende Kartoffeln
- 1 fein gehackte Knoblauchzehe
- 1 Ei (Größe M)
- Je ½ TL frisch geriebene Muskatnuss
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- 250-500 ml Pflanzenöl zum Braten
- Küchenpapier zum Abtropfen der Latkes

Zubereitung:

- Kartoffeln nach Vorliebe schälen oder nicht, waschen und fein in 4–5 cm lange dünne, feine Streifen raspeln. Dabei sofort in eine Schüssel mit Wasser geben, damit sie nicht braun werden. Sie müssen mit Wasser bedeckt sein. Schüssel 15-20 Min. in den Kühlschrank stellen.
- Kartoffelraspel aus dem Wasser heben, nicht abgießen. Man benötigt noch die Kartoffelstärke, die sich im Wasser am Boden der Schüssel abgesetzt hat. Raspel auf ein sauberes Geschirrtuch geben und trocken ausdrücken.
- Ausgedrückte Kartoffelraspel in eine Schüssel geben, Knoblauch, Ei, Muskat, Salz und Pfeffer mit einer Gabel gut untermischen. Das Kartoffelwasser in der Schüssel langsam und vorsichtig abgießen, die am Boden abgesetzte weiße Kartoffelstärke zum Kartoffel-Mix geben und untermischen.
- Aus der Masse nacheinander kleine Portionen Latkes in reichlich heißem Öl in einer Pfanne braten, dabei die Masse etwas rund formen (ca. 5 - 6 cm groß). Wenn sie am Rand beginnen, braun zu werden, die Latkes wenden und 1-2 Min. weiterbraten. Herausnehmen, Latkes auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit den **Toppings** anrichten.

Areks vier Toppings

Arek serviert die Latkes sehr kreativ mit Zwiebelmarmelade, Crème fraîche, Honig-Chilis, roten Zwiebeln mit Sumac und mit einer Tahini-Soße, die auch sehr gut zum Challah schmeckt. Sie werden in Schüsseln dazu gereicht, sodass jeder nach Herzenslust dippen und genießen kann.

Rote Zwiebelmarmelade



Zutaten:

- 4-6 rote Zwiebeln
- 200-250 g Zucker
- 100 ml Balsam-Essig
- Crème fraîche

Zubereitung:

- Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Eine Antihaftpfanne erhitzen, Zucker hineingeben, Zwiebeln zugeben, untermischen. Hitze reduzieren und den Zucker schmelzen lassen. Unter Rühren bei schwacher bis mittlerer Hitze die Flüssigkeit verdampfen lassen.
- Wenn die Masse zu karamellisieren beginnt, Balsam-Essig zugießen und unterrühren. Pfanne von der Kochstelle ziehen, 5 Min. ruhen lassen.
- Sollte die Marmelade zu fest sein, evtl. noch etwas Balsam-Essig oder etwas warmes Wasser unterrühren. Die Zwiebelmarmelade mit Crème fraîche auf den Latkes servieren.

Honig-Chilis**Zutaten:**

- 2 mittelgroße rote Chilis
- 2-3 EL flüssigem Honig
- 3 EL Weißwein-Essig
- 3 EL lauwarmes Wasser

Zubereitung:

- Chilis mit den Kernen in Scheiben schneiden. Mit dem flüssigen Honig, Weißwein-Essig und lauwarmem Wasser in einer Schüssel mischen, 20–30 Min. durchziehen lassen.

Rote Zwiebeln mit Sumac**Zutaten:**

- 2 mittelgroße rote Zwiebeln
- 2 EL Sumac (orientalisches Gewürz),
- 2-4 TL Apfel-Essig
- Zitronensaft
- Salz

Zubereitung:

- Zwiebeln schälen, in sehr dünne Scheiben schneiden (hobeln). In einer Schüssel mit Sumac und Apfel-Essig mischen. Masse mit den Händen ca. 5 Min. durchkneten, damit sie weich werden. Mit etwas Zitronensaft und Salz abschmecken.

Tahini-Soße

Zutaten:

- Saft von einer großen Zitrone
- 2 EL Tahini (Sesammus)
- 3 fein gehackte Knoblauchzehen
- 1 EL flüssigen Honig
- ½ TL Salz
- eiskaltes Wasser

Zubereitung:

- Zitronensaft mit Tahini verrühren. Knoblauchzehen, flüssigen Honig und Salz unterrühren. Dann so lange nach und nach jeweils 1 EL eiskaltes Wasser unterrühren, bis die Creme die Konsistenz eines griechischen Joghurts hat. Bei den ersten Esslöffeln Wasser klumpt die Masse etwas, aber das ist normal. Sollte die Soße zu dünn geworden sein, einfach wieder etwas Tahini unterrühren.