

Irmgard Meyer-Purpar (Hrsg.)

Öcher Kochbuch

Lieblingsrezepte aus der Region



Mit mehr als 150 Rezepten

MEYER
& MEYER
VERLAG

Irmgard Meyer-Purpar (Hrsg.)

Öcher Kochbuch

Lieblingsrezepte aus der Region

Meyer & Meyer Verlag

Öcher Kochbuch

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen
Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Details sind im Internet über
<<http://dnb.d-nb.de>> abrufbar.

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie das Recht
der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form – durch
Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren – ohne schriftliche Genehmigung des
Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet,
gespeichert, vervielfältigt oder verbreitet werden.

© 2009 by Meyer & Meyer Verlag, Aachen
Adelaide, Auckland, Budapest, Cape Town, Graz, Indianapolis,
Maidenhead, New York, Olten (CH), Singapore, Toronto
Member of the World



Sport Publishers' Association (WSPA)

eISBN: 9783840333606

www.dersportverlag.de

E-Mail: verlag@m-m-sports.com

Inhalt

Dank

Vorspeisen, Suppen & Salate

Saucen & Dips

Hauptgerichte & Beilagen

Desserts & Kleingebäck

Backen

Bildnachweis

Dank

Mein Dank gilt den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Verlages für viele Ideen und Vorschläge, aber vor allem den Köchen, Hausfrauen und Hobbyköchen, die uns mit Freude und Begeisterung ihre Rezepte verraten und zum Gelingen dieses Buches beigetragen haben:

<i>Sieglinde Aschwer</i>	<i>Margret Hermanns</i>
<i>Bernhard Böhm</i>	<i>Anneliese Hillen</i>
<i>Erich Bott</i>	<i>Carmen Himmerich</i>
<i>Pia Bott</i>	<i>Angelika Kessels</i>
<i>Anne-Marie Carroll</i>	<i>Emmy Kirschfink</i>
<i>Käthe Dangela</i>	<i>Ingrid Koch</i>
<i>Ulrike Dechêne</i>	<i>Irmgard Meyer-Purpar</i>
<i>Doris Flaam</i>	<i>Michelle Meyer</i>
<i>Renate Fuchs</i>	<i>Yvette Paul</i>
<i>Petra Hambücker</i>	<i>Viola Philipp</i>
<i>Marlies Harff-Hennicken</i>	<i>Lynne Savage Jones</i>
<i>Ruth Heilkenbrinker</i>	<i>Michaela Schweda</i>
<i>Margarete Heinen</i>	<i>Margit Waldeck</i>

Die Rezepte sind jeweils für 4 Personen berechnet, wenn dies nicht anders angegeben wird.

Irmgard Meyer-Purpar



Vorspeisen, Suppen & Salate

Kaiser Karls Pilz-Senf-Suppe

- 500 g Zwiebeln
- 50 g Butter
- 300 g Pilze (braune Champignons oder auch andere Pilze)
- 1/2 Flasche trockener Weißwein
- 375 ml Wasser
- 1 EL Dinkel-Vollkornmehl
- 2 EL Honigsenf
- Pfeffer
- Salz
- 1-2 TL gekörnte Brühe
- 1 EL gehackte frische Petersilie

Geschälte und in Scheiben geschnittene Zwiebeln in einem Topf in der Butter glasig dünsten, die ebenfalls klein geschnittenen Pilze dazugeben, sobald die Zwiebeln anfangen, Flüssigkeit abzugeben. Salzen, pfeffern und den Weißwein dazugießen. Zum Kochen bringen und circa 15 Minuten leise köcheln lassen. Mit der Brühe abschmecken. Das Wasser mit dem Dinkelmehl anrühren, zur Suppe geben und kurz aufkochen lassen. Den Topf zur Seite stellen, 1-2 EL Honigsenf dazugeben, durchrühren und vor dem Servieren mit frischer Petersilie bestreuen.

Chicoréesuppe – Ardenner Art

- 400 g Chicorée
- 2 Stangen Porree
- 250 g Kartoffeln
- 120 g Butter
- 1/2 l Milch
- 1/4 l kräftige Brühe
(1 1/2 TL gekörnte Brühe mit 250 ml kochendem Wasser)
- Salz
- Pfeffer
- 2 Eigelbe
- 1/4 l Sahne
- 2 EL Schnittlauchröllchen

Den Chicorée putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Vom Porree das dunkle Grün abschneiden, die hellen Stücke waschen und ebenfalls in Ringe schneiden. Kartoffeln schälen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Die Butter in einem Topf zerlassen, den Chicorée sowie Porree unter Rühren kurz in der Butter schmoren, die Kartoffelwürfel zugeben und die Milch sowie die Brühe dazugießen.

Bei milder Hitze 45 Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Eigelbe mit der Sahne verquirlen und die Suppe damit legieren.

Vor dem Servieren mit den Schnittlauchröllchen bestreuen.

Gehaltvoller wird die Suppe, wenn zuletzt noch gekochter Schinken oder geräucherter Lachs, in feine Streifen geschnitten, darin erwärmt wird.



Geflügelcremesuppe

Für den Geflügelfond:

- 1 Suppenhuhn, nicht zu fett
- Kaltes Wasser
- 1/8 Knollensellerie
- 1 Zwiebel
- 3 Gewürznelken
- 1 Stange Lauch (Porree)
- 1 Möhre
- 1 TL Salz
- 1/4 TL Pfeffer

Das Huhn waschen, in einen großen Topf geben und so viel kaltes Wasser dazugeben, bis das Huhn leicht bedeckt ist. Die Gewürznelken in die Zwiebel spicken. Den Lauch putzen und in 0,5 cm dicke Ringe schneiden. Die Möhre und den Sellerie klein würfeln. Zwiebel, Lauch und Sellerie zur Suppe geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. 1 1/2 Stunden langsam köcheln.

Die Hühnerbrühe erkalten lassen.
Das Huhn herausnehmen.

Zubereitung der Geflügelcremesuppe:

- 1 l Geflügelfond (-brühe)
- 50 g Butter
- 40 g Mehl
- 2 Eigelbe
- 100 ml Sahne
- 1/8 l Weißwein
- Etwas geriebene Muskatnuss

Butter schmelzen lassen, Mehl in der Butter anschwitzen, mit erkaltetem Geflügelfond auffüllen.

Die Eigelbe mit dem Wein, der Sahne, etwas Muskatnuss verrühren und in die Suppe gießen, mit Salz und Pfeffer abschmecken, kurz aufkochen lassen.

Als Einlage kann man von der Brust des Huhnes kleine Stückchen in die Suppe geben.

Der Rest des Hühnerfleisches kann für Hühnerfrikassee mit Champignons und Spargel oder Geflügelsalat verwendet werden.



Spargelcremesuppe

- 1 l Spargelwasser (vom Zubereiten des Spargels)
- 4 TL Speisestärke
- 1 Becher Sahne
- 1 Eigelb
- Salz
- Streuwürze
- Ein paar Tropfen Zitronensaft

Das Spargelwasser aufkochen, die Sahne mit der Speisestärke verrühren und in das kochende Spargelwasser unter ständigem Rühren einfließen lassen. Etwa eine Minute köcheln lassen. Mit Salz, Streuwürze und Zitronensaft abschmecken. Zum Schluss das Eigelb verrühren und unter die Suppe ziehen – nicht mehr kochen lassen.

Wenn von dem gekochten Spargel (siehe gesondertes Rezept) noch einige Stangen übrig geblieben sind, kann man diese – in Stücke geschnitten – als Einlage für die Spargelcremesuppe verwenden.



Paprika-Möhren-Suppe

- 4 große rote Paprika (oder entsprechend mehr kleinere)
- 6 Möhren
- 2 große Zwiebeln
- 3 EL Olivenöl
- 1 Messerspitze Zimt
- 1/4 TL Salz
- 1 Prise frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 1,5 l Gemüsebrühe (instant)
- Saft einer Limone oder Zitrone
- 4 EL Crème fraîche

Die Zwiebeln schälen und klein schneiden, in dem Olivenöl in einem großen Topf anschmoren. Die Möhren waschen, in kleine Stücke schneiden und zu den Zwiebeln geben, ebenfalls die Paprika waschen, die weißen Innenhäute und Kerne entfernen, in Stücke schneiden und in den Topf geben. Alles zusammen fünf Minuten schmoren lassen, mehrmals umrühren. Mit Zimt, Salz und Pfeffer würzen. Die Gemüsebrühe und den Limonensaft dazugeben. Aufkochen lassen und ungefähr 20 Minuten köcheln lassen, bis die Möhren weich sind. Die Suppe pürieren und pro Portion mit einem Crème-fraîche-Häubchen servieren.

Champignon-Cremesuppe

- 2 Zwiebeln
- 500 g frische Champignons
- 1 l Gemüsebrühe (instant)
- 3 EL fein geschnittenen Schnittlauch
- Etwas geriebene Muskatnuss
- Frisch gemahlener Pfeffer (schwarz)
- Salz
- 3 EL Öl
- 2 Scheiben Weißbrot für Croutons
- 1 EL Butter
- Etwas Zitronensaft

Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. Pilze waschen oder abbürsten, säubern, in kleine Scheiben schneiden. Öl erhitzen, Zwiebeln und Champignons dünsten. Brühe dazugießen, bei schwacher Hitze circa fünf Minuten kochen lassen. Ein paar Pilze herausnehmen, die Suppe pürieren und die Pilze als Einlage wieder dazugeben.

Schnittlauch unterrühren, mit ein paar Tropfen Zitronensaft, Muskatnuss, Pfeffer und Salz abschmecken.

Weißbrotscheiben in kleine Würfel schneiden (circa 1 cm groß), in der Butter goldgelb braten. Die Brotwürfel kann man je nach Geschmack mit frisch gehackter Petersilie oder Kräutern der Provence in der Pfanne bestreuen.

Croutons kurz vor dem Servieren über die Suppe streuen.

Zwiebelsuppe überbacken

- 500 g Zwiebeln
- 1 EL Butter
- 1 EL Pflanzenöl
- 1-2 EL Mehl
- 1,5 l Gemüsebrühe (instant)
- 125 ml trockenen Weißwein
- 1 EL gehackte Petersilie
- Salz
- Pfeffer
- 4 Scheiben Toastbrot
- 150 g geriebener Käse (Gouda oder Emmentaler)

Die Zwiebeln schälen, in Hälften und quer in halbe Ringe schneiden. Die Butter mit dem Öl erhitzen, die Zwiebeln hineingeben und glasig dünsten. Etwas anbräunen lassen, das Mehl darüberstreuen und vermengen, die Gemüsebrühe und den Wein hinzugeben und gut verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Circa 15 Minuten köcheln lassen. Die Petersilie hinzugeben. Den Backofengrill vorheizen. Die Suppe in Suppentassen füllen, die Toastscheiben goldgelb toasten, die Ecken abschneiden, die Toastscheiben auf die Suppe legen und mit dem Käse überstreuen. Kurz unter dem Grill bräunen lassen, bis der Käse geschmolzen ist und anfängt, Blasen zu werfen. Gleich heiß servieren.

Linseneintopf

- 500 g Linsen
- 2 l Wasser
- 1 Stange Porree
- 1 Stück Knollensellerie
- 2 Möhren
- 500 g durchwachsenen geräucherten Speck (am Stück)
- 2 Kartoffeln
- 2 EL Balsamico-Essig
- 1 zerdrückte Knoblauchzehe
- 2 TL Kraftbrühe (instant)
- 1 Prise Zucker
- Salz
- Pfeffer

Linsen über Nacht in 2 l Wasser einweichen. Am nächsten Tag die Linsen mit dem Einweichwasser aufkochen. Klein geschnittenes Suppengrün und die klein gewürfelten, geschälten Kartoffeln hinzugeben. Speck ganz hineingeben. Wenn dieser gekocht ist, kann man ihn in Scheiben aufschneiden.

Erst nach dem Kochen die Suppe mit Salz und Pfeffer und der Instantbrühe sowie einer Prise Zucker abschmecken. Den Speck herausnehmen, in Scheiben aufschneiden oder würfeln und wieder in die Suppe geben.

1,5-2 Stunden im Topf langsam kochen lassen.

Je nach Belieben kann man Wiener Würstchen dazureichen, die in der Suppe erhitzt werden (bitte nicht kochen, sonst platzt die Haut).

Eine schnellere Herstellungsweise ist, die Suppe im Schnellkochtopf zu kochen, dann benötigt sie nur 20 Minuten Kochzeit.

Als Einlage eignen sich Weißbrotwürfel, in einer Pfanne in Butter gebraten unter Zugabe von getrockneten Kräutern – je nach Wunsch

mit Thymian und Rosmarin sowie einer Prise Salz.



Erbsensuppe

- 1 kg getrocknete grüne Erbsen
- 3 mittelgroße Kartoffeln
- 2 Zwiebeln
- 1 Stück Knollensellerie
- 2 Möhren
- 1 Stange Porree (Lauch)
- Salz
- Pfeffer
- 400 g geräucherter Speck
- 1 1/2 l Gemüsebrühe (instant)
- 2 EL Schweineschmalz

Die Erbsen in kaltem Wasser über Nacht einweichen. Das Suppengrün, die Zwiebeln, die Kartoffeln und den Speck in Würfel schneiden, in dem Schweineschmalz anschwanken und goldbraun braten. Mit der Brühe auffüllen, die eingeweichten Erbsen mit dem Einweichwasser hinzugeben. Salzen und pfeffern, circa 1,5 Stunden bei niedriger Temperatur köcheln lassen.

Dazu passen Frankfurter Würstchen, die man in die fertige Suppe geben kann. Diese bitte nicht mehr kochen, sonst platzen sie auf.



Käse-Porree-Suppe

- 500 g Gehacktes halb und halb
- 2 EL Öl
- 1/2 TL Salz
- 1 Prise frisch gemahlener Pfeffer
- 4 Stangen Porree
- 1 l Gemüsebrühe
- 1 große Dose Champignons in Scheiben
- 300 g Kräuterschmelzkäse
- 1 1/2 Becher Sahne (300 g)

In einem größeren Topf das Gehackte in Öl anbraten und mit einer Gabel klein drücken, mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Porreestangen säubern, in feine Ringe schneiden und hinzufügen und mit der Brühe auffüllen. Diese Mischung etwa 15 Minuten köcheln lassen, zwischendurch umrühren. Die Pilze auf ein Sieb schütten und ohne Saft in den Topf geben. Den Käse unterrühren und bei mittlerer Hitze schmelzen lassen. Die Sahne dazugießen, erwärmen und nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Als Beilage eignen sich Ciabatta, Stangenbrot, Fladenbrot oder Dinkelbrötchen (siehe gesondertes Rezept).