

Wiener Schnitzel (von Johann Lafer)

[Zutaten für ein Schnitzel]

- ca. 160 g Schnitzel aus der Kalbsoberschale
- 200 g Butterschmalz
- Mehl
- 3 Eier
- 50 ml Sahne
- Semmelbrösel
- Eine Zitronenscheibe, Kapern, Sardelle, Petersilie, Salz und Pfeffer zum Würzen

Zubereitung:

1. Das Schnitzel zwischen Klarsichtfolie oder in einem Gefrierbeutel mit ein wenig Öl mit einem glatten Schnitzelklopfer auf ca. 5 mm Dicke flachklopfen.
2. Für die Panade drei flache Formen bereitstellen. In die erste Form Mehl sieben, in die zweite Form drei Eier aufschlagen. 50 ml Sahne über einem mit Eiswürfeln gefüllten Topf leicht cremig schlagen und zu den Eiern geben. Sahne und Eier miteinander verrühren. In die dritte Form Semmelbrösel geben.
Tipp zum Selbermachen: Weißbrot oder Brötchen vom Vortag zerkleinern und auf einem Backblech bei 160°C für 15 Minuten kross werden lassen. Diese Stückchen dann in der Küchenmaschine fein zu Semmelbröseln mahlen und trocken in einer Vorratsdose lagern.
3. Das geklopfte Schnitzel zuerst von beiden Seiten mehlieren (überschüssiges Mehl abklopfen), danach durch die Eier-Sahne-Mischung ziehen und dann in den Semmelbröseln wenden. Semmelbrösel gut andrücken.
4. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen (Stufe 9).
Tipp zum Selbermachen: 500 g Butter in einem Topf zum Kochen bringen, bis klares Butterfett entsteht. Dieses dann durch ein Passiertuch geben und in einem Topf auffangen. Die geklärte Butter (ca. 200 g) dann in eine Pfanne geben und erhitzen.
5. Kochfeld auf Stufe 7 zurückschalten und das Schnitzel in die Pfanne zum erhitzten Butterschmalz geben. Das Schnitzel von beiden Seiten jeweils ca. zwei Minuten ausbacken. Dabei immer das Butterschmalz über das Schnitzel schwenken, damit die Panade locker wird und Wellen wirft.
6. Das Schnitzel aus der Pfanne nehmen und auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.
7. Das Schnitzel mit Salz und Pfeffer würzen, auf einem Teller anrichten.
8. Garnitur: Von einer Zitrone eine etwas dickere Scheibe abschneiden. Die Schale der Zitronenscheibe vorsichtig zur Hälfte abziehen und aus der Schale einen kleinen Knoten machen. Die Zitronenscheibe auf das Schnitzel legen, eine Sardelle eindrehen und im Knoten platzieren, Kapern dazugeben und ein Petersilienblättchen dazu stecken.

Beilagenempfehlung: Bratkartoffeln

La Kitchen – Lafer & Friends | Rezepte

Pizza Margherita (von Mattia Riviera)

[Zutaten für 4 Pizzen]

Für den Hefeteig:

- 500 g Weizenmehl
- 300 ml Wasser
- 2 TL Olivenöl Extra vergine
- 10 g Salz
- 5 g Hefe

Zubereitung:

1. Weizenmehl mit einem Teelöffel Salz in eine Rührmaschine geben und langsam vermischen.
2. 5 g frische Hefe in 300 ml lauwarmem Wasser auflösen und zum Mehl geben und weiter rühren lassen.
3. 2 EL Olivenöl dazu geben und weiter rühren lassen bis eine homogene Masse entsteht.
4. Die Teigmasse entnehmen und auf einer mit Mehl bestreuten Arbeitsfläche mit dem Handballen zu einem elastischen Teig kneten.
5. Den Teig zu einem Ball formen, in eine Schüssel legen und mit Frischhaltefolie oder einem feuchten Tuch bedecken.
6. Den Teig ca. zwei Stunden gehen lassen.

Für die Sauce:

- 440 g Pomodori pelati (2 Dosen)
- 1 Prise Salz
- 3 EL Olivenöl Extra vergine
- 1 Prise getrockneter Oregano
- 200 g Büffelmozzarella, einige Blätter frischer Basilikum

Zubereitung:

1. Dosentomaten in eine Schüssel geben. Eine Prise, eine Prise getrockneten Oregano, sechs Blätter frischen Basilikum und zwei EL Olivenöl dazu geben.
2. Mit einem Mixstab pürieren.

La Kitchen – Lafer & Friends | Rezepte

Pizza backen:

1. Bestenfalls Schamott- oder Pizzastein im 60°C warmen Ofen vorheizen, Ofen dann auf 250°C vorheizen.
2. Einen Teil des Teigballs für eine Pizza entnehmen und dünn mithilfe eines Nudelholzes kreisförmig ausrollen.
3. Den ausgerollten Teig auf den Schamott- oder Pizzastein legen und mit der Sauce flächig einstreichen.
4. Büffelmozzarella zupfen und auf der Pizza verteilen. 1 El Olivenöl darüber verteilen.
5. Die Pizza bei 250° im Ofen 10 bis 15 Minuten backen.
6. Die fertige Pizza mit frischem Basilikum bestreuen und in Stücke schneiden.

Pfannkuchen-Torte (von Johann Lafer)

Für den Teig:

- 175 g Mehl
- 2 Eier (groß)
- 1 Zitrone
- 1 Prise Salz
- 1 Vanilleschote
- 320 ml Milch
- Butter

Zubereitung:

1. 175 g Mehl in eine Schüssel fein sieben.
2. 2 große Eier aufschlagen und ebenfalls in die Schüssel geben.
3. Von einer gut abgewaschenen Zitrone die Hälfte der Schale (nur die gelbe!) darüber abreiben.
4. 1 Prise Salz dazu geben.
5. 1 Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauskratzen. Vanillemark in die Schüssel geben.
Tip: die ausgekratzte Vanilleschote aufbewahren, trocknen und zusammen mit Zucker feinmahlen. Ergibt einen perfekten Vanillezucker, z.B. für Weihnachtsgebäck.
6. 320 ml Milch hinzugeben.
7. Alles mit einem Stabmixer fein pürieren.
8. Eine vorgewärmte Pfanne (Stufe 6) mit reichlich Butter einstreichen (der Pfannenboden sollte ungefähr die Größe einer Springform haben).
9. Herd auf Stufe 9 stellen. Mit einer Schöpfkelle Teig in die Pfannenmitte geben und gleichmäßig in der Pfanne verteilen. Auf beiden Seiten gleichmäßig backen, aus der Pfanne nehmen.
10. Vorgang wiederholen, bis sechs Pfannkuchen fertig sind.

Für die Füllung:

- 80 g Butter
- 110 g Zucker
- 3 Eier
- 250 g Magerquark
- 50 g Rosinen
- 1 EL Rum
- 1 Prise Salz
- 1 Orange

La Kitchen – Lafer & Friends | Rezepte

Zubereitung:

1. 80 g Butter in eine Küchenmaschine geben und schaumig schlagen.
2. 50 g Zucker hinzugeben und beides weiter schaumig schlagen.
3. 3 Eier trennen. Die Eigelbe zur Butter-Zucker-Mischung geben und weiter schlagen lassen bis alles cremig ist.
4. Die Eiweiße in eine separate Schüssel geben und mit 60 g Zucker in der Küchenmaschine steif schlagen.
5. 250 g Magerquark in einem Passiertuch auswringen, damit er ganz trocken ist und zur Butter-Zucker-Eigelb-Mischung geben.
6. 50 g Rosinen zur Mischung geben, sowie 1 EL Rum (beides je nach Geschmack).
7. 1 Prise Salz hinzugeben.
8. Von einer gut gewaschenen Orange die Hälfte der Schale darüber abreiben und alles gut rühren.
9. Das steif geschlagene Eiweiß unter die Mischung heben und alles homogen vermischen.
10. Eine Springform gut mit Butter rundherum einstreichen und auf deren Boden den ersten Pfannkuchen legen. Die Füllung darauf geben und wiederum mit einem Pfannkuchen belegen. Fortführen bis die letzte Füllungsschicht mit einem Pfannkuchen bedeckt ist. Die Pfannkuchen-Torte in der Springform bei 200°C auf einem Kuchengitter im Ofen 10 Minuten backen.

Für den Eieguss:

- 2 Eier
- 40 g Zucker
- 125 ml Sahne
- 1 Vanilleschote

Zubereitung:

1. 2 Eier in eine Schüssel aufschlagen, 40 g Zucker dazugeben und 125 ml Sahne dazugeben.
2. 1 Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauskratzen. Vanillemark in die Schüssel geben.
3. Alles mit einem Schneebesen glattrühren.
4. Die Pfannkuchen-Torte aus dem Ofen nehmen und den Eieguss gleichmäßig darüber verteilen. Die Torte noch einmal für 20 Minuten bei 200°C in den Ofen geben. Nach der angegebenen Zeit die Pfannkuchen-Torte aus dem Ofen nehmen, reichlich Kokosblütenzucker (ca. 2 EL) darüberstreuen und mit einem Gasbrenner abflammen. Die fertige Torte etwas abkühlen lassen und mit einem elektrischen Sägemesser in Stücke schneiden. Auf Tellern anrichten.

Beilagenempfehlung: Eingelegte Aprikosen, Gewürzorange und Vanilleeis

Rinderrouladen mit Frankfurter Würstchen (Torsten Kluske)

Für die Rouladen:

- 2 Scheiben Rindfleisch aus der Oberschale
- 2 Schalotten
- 2 Gewürzgurken
- 4 Streifen Speck
- 2 EL mittelscharfer Senf
- Salz, Pfeffer
- 1 oberschlesische Frankfurter (geräucherte Würste)
- 30g Butter
- 2TL Rapsöl

Zubereitung:

1. 4 Streifen Speck in feine Würfel schneiden.
2. Zwei Schalotten abziehen und sehr fein würfeln.
3. Zwei Gewürzgurken sehr fein würfeln.
4. Die gewürfelten Zutaten mischen.
5. Jeweils eine Scheibe Fleisch ausbreiten, leicht klopfen. Dann salzen, pfeffern und dünn mit einem 1 EL Senf bestreichen.
6. Eine oberschlesische Frankfurter halbieren, die Enden abschneiden und jeweils eine Hälfte an das breite Ende einer Roulade auflegen.
7. Rouladen vom mit der Wurst belegten Ende einrollen, gegebenenfalls die Roulade seitlich etwas einklappen, damit die Füllung nicht herausfällt.
8. Die Rouladen mit Garn zusammenbinden oder mit Zahnstochern/Rouladenklammern fixieren.
9. In einem Schnellkochtopf (ohne Deckel) 2 TL Rapsöl und 30 g Butter erhitzen (Stufe 8).
10. Rouladen im Topf von beiden Seiten anrösten. Hitze gegebenenfalls nachregulieren. Wenn die Rouladen eine schöne Röstfarbe haben, dem Topf entnehmen und zur Seite legen.

Für die Sauce:

- 2 Schalotten
- 2 Möhren
- 1 EL Tomatenmark
- 400 ml Rotwein (trocken / halbtrocken)
- 20 ml Soja-Sauce
- 2 TL Stärke
- 4 Stängel Blatt Petersilie (TK oder frisch)

La Kitchen – Lafer & Friends | Rezepte

Zubereitung:

1. Beide gewaschenen und gebürsteten Möhren in grobe Würfel scheiden.
2. Beide Schalotten schälen und in grobe Würfel schneiden.
3. Gemüse in den Schnellkochtopf (ohne Deckel/mit dem Bratensaft der Rouladen) hineingeben und anrösten.
4. 1 EL Tomatenmark hinzufügen, alles vermischen und sorgfältig anrösten.
5. 400 ml Rotwein dazugeben und Hitze wieder erhöhen, Alkohol verkochen lassen.
6. 20 ml Sojasauce hinzufügen und aufkochen lassen.
7. Rouladen auf das Gemüse legen und Schnellkochtopf mit Deckel verschließen, bei Stufe 2 (voller Druck) ca. 20 Minuten kochen, bis der Druck sich abgebaut hat.
8. Rouladen entnehmen, zur Seite legen und Sauce im Topf mit einem Stabmixer fein pürieren.
9. 2 TL Stärke mit Wasser vermischen und zur Sauce hinzugeben, nochmals mixen.
10. Rouladen zum erwärmen nochmals kurz in die Sauce legen.
11. Rouladen entnehmen, jeweils in zwei Hälften schneiden und auf zwei Tellern anrichten.
12. Sauce neben den Rouladen auf den Teller geben, mit geschnittener Blattpetersilie garnieren.

Beilagenempfehlung: Steckrübenpüree oder Kartoffelpüree

La Kitchen – Lafer & Friends | Rezepte

Low Carb Pizza (von Lena Ringwald)

Für die Pizzaböden:

- 200 g Blumenkohl
- 100 g Gouda
- 1 Ei
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

1. Ofen auf 200°C Heißluft vorheizen.
2. Strunk vom Blumenkohl entfernen und Blumenkohl putzen. Ca. 200 g sehr fein hacken (ggf. im Mixer).
3. Fein gehackten Blumenkohl auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech gleichmäßig verteilen und salzen.
4. Mit einem Backpapier abdecken und bei 200°C ca. 10 Minuten garen.
5. In eine Schüssel 100 g Gouda reiben.
6. 1 Ei dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und gut vermischen.
7. Blumenkohl aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und zur Käse-Ei-Mischung dazu geben. Alles gut vermischen.
8. Auf mit Backpapier ausgelegten Backblech drei kleine, kreisrunde Böden aus der Masse formen.
9. Backblech mit den Pizzaböden in den Ofen geben und bei 200°C ca. 10 Minuten backen.

Für die Tomatensauce:

- 300 g reife Flaschentomaten
- 2 TL Olivenöl
- 1 TL Tomatenmark
- 1 Prise Kokosblütenzucker
- Salz und Pfeffer (aus der Mühle)
- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Prise getrockneter Chili (aus der Mühle)

Zubereitung:

1. Tomaten grob würfeln und in einen Topf geben.
2. Eine Prise Kokosblütenzucker und eine Prise Salz dazugeben.
3. 1 TL Tomatenmark sowie 2 TL Olivenöl hinzufügen und alles einkochen lassen.
4. 1 Schalotte schälen und grob würfeln, 1 Knoblauchzehe schälen und grob würfeln.

La Kitchen – Lafer & Friends | Rezepte

5. Beides in die köchelnde Sauce geben und ca. 10 Minuten weiterköcheln lassen.
6. Sauce vom Herd nehmen und mit einem Stabmixer fein pürieren, gemahlenen Chili dazugeben und abschmecken. Auf dem Herd reduzieren lassen.

Für das Basilikumpesto:

- 1 Strauch Basilikum
- 30 g Pinienkerne
- 50 g Parmesan
- 50 ml Olivenöl

Zubereitung:

1. Die Basilikumblätter in einen Mixer geben (zum späteren Garnieren ein paar Blätter übriglassen).
2. 30 g Pinienkerne und 50 ml Olivenöl hinzugeben.
3. 50 g Parmesan reiben und ebenfalls hinzufügen und alles gut mixen.

Für das Topping:

- 1 gelbe Paprika
- 100 g Thaispargel
- 1 Prise Kokosblütenzucker
- 1 TL Olivenöl
- Salz und Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

1. Die Enden des Spargels entfernen, Spargel halbieren.
2. Paprika entkernen und in grobe Stücke schneiden.
3. Beides in einer Pfanne anrösten, eine Prise Kokosblütenzucker und eine Prise Salz darüberstreuen.
4. Das angeröstete Gemüse mit Olivenöl beträufeln und etwas weiter rösten. Pfanne mit Gemüse vom Herd nehmen, das Gemüse sollte noch bissfest sein.

Fertigstellung der Pizza:

1. Pizzaböden mit Tomatensauce bestreichen.
2. Angeröstetes Gemüse darauf anrichten.
3. 50 g Büffelmozzarella in Stücke schneiden oder zupfen und gleichmäßig auf Böden verteilen.
4. Bei 200°C im Backofen 7 Minuten backen.
5. Zum Anrichten Pesto auf jede Pizza geben und mit Basilikumblättern garnieren.

Spaghetti Carbonara (von Mattia Riviera)

[Zutaten für 2 Portionen]

- 3 dickere Scheiben Pancetta (Speck)
- 30 g Butter
- 1 Prise Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 50 g Grana Padano (oder Parmesan) gerieben
- 5 Eier
- ca. 300 g Spaghetti
- Petersilienblätter zum Garnieren

Zubereitung:

1. Pancetta (Speck) in kleine Würfel schneiden.
2. Butter in einer Pfanne erhitzen und Speck dazu geben, kurz anrösten, mit einer Prise Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen.
3. Eier trennen und Eigelb in eine Schüssel geben, geriebenen Grana Padano (Parmesan) hinzufügen, mit Pfeffer aus der Mühle würzen und verrühren.
4. Spaghetti in gut gesalzenem Wasser ca. 5 Minuten (siehe Packung) al dente kochen.
5. Gekochte Spaghetti direkt aus dem Kochtopf (ohne Abtropfen) in die Pfanne mit dem heißen Pancetta geben und alles gut vermischen, eine Schöpfkelle des Nudelwasser dazugeben und nochmals alles vermischen.
6. Die Spaghetti-Pancetta-Mischung langsam und unter ständigem Rühren zur Eigelb-Käse-Mischung geben.
Tipp: falls die Gesamtmischung zu flüssig ist, noch etwas geriebenen Grana Padano (Parmesan) dazugeben.
7. Die fertigen Spaghetti Carbonara auf zwei Tellern anrichten, Pfeffer aus der Mühle und geriebenen Grana Padano (Parmesan) darüber streuen und mit Petersilienblättern garnieren.