

Rezept – Der Herbst mit Kastanien, Kürbis und Quitten ist da!

Kastanien-Ragout mit Salbei

aus der Ardèche

4 EL Kokosöl
1 große Zwiebel
30 frische Salbeiblätter
200 g geschälte Kastanien
½ l Milch
Kräutersalz und Pfeffer aus der Mühle

Zwiebel schälen und fein hacken. Salbei in Streifen schneiden. Zwiebel in Kokosöl andünsten, den Salbei und die Kastanien dazugeben und kurz mitdünsten. Die Milch dazugeben und bei schwacher Hitze 8 bis 12 Minuten köcheln lassen, bis die Kastanien weich sind.

Möglichst nicht rühren, damit die Kastanien nicht zerfallen. Wenn nötig, wenig Milch nach gießen; das Ragout darf nicht zu trocken sein.

Kalbsleber mit Rosenkohl und Kürbis

2 EL Kokosöl
1 Zwiebel
2 - 3 Zweiglein Salbei
500 g Kürbisfleisch
500 g Rosenkohl
50 ml trockener Weißwein wenig Gemüsebrühe
Salz und gemahlener Pfeffer wenig abgeriebene Schale einer unbehandelten Zitrone
2 EL Kokosöl
500 g Bio-Kalbsleber
Salz und gemahlener Pfeffer fein gehackte Petersilie

Zwiebel schälen und in feine Scheiben schneiden.

Das Kürbisfleisch würfeln.

Den Rosenkohl putzen, je nach Größe halbieren. Den Rosenkohl im Dampf 5 Minuten vorgaren.

Salbei und Zwiebeln in Kokosöl andünsten, Kürbis und Rosenkohl zufügen und 5 Minuten mitdünsten.

Weißwein und Gemüsebrühe dazugießen und bei kleiner Hitze knackig garen.

Hildegard

Mit Salz, Pfeffer und Zitronenschale abschmecken.
Die Leber in Streifen schneiden, in einer Bratpfanne im Kokosöl bei starker Hitze kurz braten und mit Salz und Pfeffer würzen.
Kalbsleber mit dem Gemüse mischen und mit Petersilie garnieren.

Duftiges Quitten-Labsal

Quitten blank polieren, ausstechen, in einem Topf setzen, in halber Höhe mit Zuckerwasser auffüllen und auf kleiner Hitze zugedeckt weich dünsten. Jede Quitte mit etwas Rosensirup oder mit 1 bis 2 Tropfen Rosenessenz beträufeln und zugedeckt einige Stunden ziehen lassen.
Die Quitten müssen halb nach Quitte, halb nach Rose duften. Die Früchte mit frischem dickem Rahm füllen und kühl als erfrischende Herbstspeise servieren. Köstlich!

Bratäpfel mit Kastanien-Füllung

4 säuerliche Äpfel, wie z.B. Boskoop
200 g Kastanienpüree, gekochte Kastanien pürieren
100 g Honig
50 g gemahlene Mandeln
50 g gehackte Mandeln
3 EL Crème fraiche
1 Eigelb
Zimt
abgeriebene Schale einer unbehandelten Orange

Den Backofen auf 200° vorheizen. Die Zutaten für die Füllung vermengen, mit Zimt und Orange abschmecken. Die Äpfel halbieren und das Kerngehäuse entfernen. Die Kastanien-Füllung in die Äpfelhälften füllen und diese in eine eingebuttrte Gratinform stellen. Mit Butterflocken, Vollrohrzucker und gehackte Mandeln bestreuen. Im Backofen 20 bis 25 Minuten backen.