

Tortilla

VOR DEM START

Rezept durchlesen, alle benötigten
Küchenutensilien zurechtlegen.
Zutaten wiegen oder abmessen
und bereitstellen.

Zutaten

Für 4 Personen

4 Kartoffeln (1 pro Person)
1 Zwiebel
2 EL Butter
4 Eier (1 pro Person)
Salz & Pfeffer

1. Vorbereiten

Backofen auf Grillfunktion vorheizen. Kartoffeln schälen und in wirklich kleine Würfel schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln.*

* Enden der Zwiebel abschneiden und die äußeren Hautschichten abziehen. Zwiebel halbieren. Auf die Schnittseite legen und quer in dünne Scheiben schneiden, dabei nicht ganz durchschneiden. Dann im 90°-Winkel zur ersten Schnittrichtung wieder in Scheiben schneiden, so entstehen Würfel. Je feiner die Scheiben, desto feiner die Würfel.

2. Anbraten

Butter in einer ofenfesten Pfanne zerlassen, Kartoffeln darin bei kleiner bis mittlerer Hitze ca. 15 Minuten anbraten, bis sie rundum goldgelb und weich sind. Das dauert zwar ein bisschen, lohnt sich aber geschmacklich. Zwiebelwürfel dazugeben und weitere 5 Minuten anbraten.

3. Mischen & grillen (statt backen)

Eier in einer Schüssel verquirlen. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. (Kartoffeln vertragen viel Salz.) Kartoffelwürfel schön am Pfannenboden verteilen und die Ei-Masse gleichmäßig darübergießen. Bei kleiner Hitze braten, bis sich die Ränder etwas anheben (aufpassen, dass nichts anbrennt). In den Ofen unter den Grill schieben und grillen, bis die Tortilla goldgelb ist und herrlich duftet. Die Mitte sollte noch ein wenig weich sein.

4. Beilagen machen

Dazu passt ein Spicy Dip (S. 167).

5. Finalisieren & servieren

Tortilla auf einen Teller stürzen. Dafür Küchenhandschuhe anziehen (die Pfanne ist heiß), einen Teller auf die Pfanne legen und mit Schwung umdrehen.



Spaghetti Carbonara

VOR DEM START

Rezept durchlesen, alle benötigten
Küchenutensilien zurechtlegen.
Zutaten wiegen oder abmessen
und bereitstellen.

Zutaten

Für 4 Personen

120–200 g Speck
(30–50 g pro Person)
4 Eier
100 g Parmesan
Pfeffer

Außerdem

360–400 g Spaghetti
Salz
80–100 g Parmesan
Olivenöl zum Beträufeln

1. Vorbereiten

Speck fein würfeln. Eier trennen.* Eigelb in einer Schüssel verquirlen. Parmesan reiben.

* Das Trennen von Eiern geht am besten mit den Händen: Dafür zwei Schüsseln bereitstellen. (Es ist wichtig, dass die Eiweiß-Schüssel fettfrei ist und sich beim Trennen kein Eigelb reinschummelt.) Ei vorsichtig am Schüsselrand aufschlagen, bis die Schale einen Knacks bekommt. Über der Eiweiß-Schüssel öffnen, Eiweiß und Eigelb in eine Hand gleiten lassen, dabei rinnt das Eiweiß durch die Finger in die Schüssel. Eigelb in die andere Schüssel geben.

2. Sauce machen

Speck in einer Pfanne bei mittlerer Hitze knusprig anbraten. Von der Hitze nehmen. Die Sauce wird erst fertiggestellt, wenn die Pasta gekocht ist.

3. Pasta kochen

Spaghetti in einem Topf in reichlich gesalzenem Wasser al dente (bissfest) kochen. Abseihen. Etwas Nudelwasser zurückbehalten.

4. Finalisieren & servieren

Speck nochmals erwärmen. Pasta untermischen, von der Hitze nehmen. Eigelb und etwas Nudelwasser untermischen, bis eine sämige Sauce entsteht. Sofort (also noch ganz heiß) mit ein paar Tropfen Olivenöl und Parmesan servieren.

RIP Aus übriggebliebenem Eiweiß lässt sich Baiser machen. Dazu auf 100 g Eiweiß 240 g Zucker verwenden. Eiweiß im Mixer aufschlagen und den Zucker in 3 Durchgängen einrühren. Dann kleine Häufchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech löffeln und bei 100 °C im Ofen ca. 1 Stunde eher trocknen als backen. Daraus lassen sich tolle Desserts machen oder ihr könnt die Baisers einfach so knabbern. Oder aus dem Eiweiß einfach eine Eierspeise machen – hat weniger Kalorien.





Beeren- Tartelette

VOR DEM START

Rezept durchlesen, alle benötigten
Küchenutensilien zurechtlegen.
Zutaten wiegen oder abmessen
und bereitstellen.

Zutaten

Für 2 Tartelette-Formen
mit ca. 20 cm Ø

Mürbteig

250 g Mehl (glatt) plus etwas
für die Arbeitsfläche
1 Prise Salz
150 g Butter (weich)
plus etwas für die Formen
1 Ei
1–2 EL Wasser
Backpapier

Füllung

2 EL Zucker
2 EL Wasser
125 g frische Beeren (oder TK)
2–4 cl Crème de Cassis
(Likör aus schwarzen
Johannisbeeren)
oder
Johannisbeersaft
(es geht auch Wasser)

1. Vorbereiten

Beeren wenn nötig waschen und putzen.

2. Teig machen

Mehl, Salz und Butter in Stücken mit den Fingerspitzen zu einer krümeligen Masse zerbröseln. In der Mitte eine Mulde machen. Ei verquirlen und mit Wasser hineingeben. Alles rasch zu einem glatten Teig kneten. In Frischhaltefolie einpacken. Mit dem Nudelholz (oder einer leeren Flasche) etwas flach drücken. 1 Stunde im Kühlschrank kühlen. Ofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

3. Auskleiden & vorbacken

Tartelette-Formen gut buttern. Teig aus dem Kühlschrank nehmen und in zwei Portionen teilen. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 3 mm dünn rund ausrollen. Formen damit auskleiden. Teig an den Rändern 2 cm hochstehen lassen. Boden mit einer Gabel mehrmals einstechen. Überstehenden Teig NICHT abschneiden. Nochmals kühlen. Vorbacken entfällt.

4. Füllung machen

Währenddessen in einer Pfanne Zucker mit 2 EL Wasser bei kleiner Hitze hellbraun karamellisieren.* 125 g Beeren dazugeben und mit Cassis ablöschen. (Der Zucker wird dabei fest.) Etwas einkochen lassen, bis der Zucker wieder flüssig wird und die Beeren gerade weich werden. Von der Hitze nehmen und abkühlen lassen.

* Zucker mit Wasser in einer Pfanne schmelzen, bis er flüssig ist. Das dauert zuerst, geht dann aber wirklich schnell. In weniger als Sekundenschnelle nimmt der geschmolzene Zucker Farbe an, dann sofort von der Hitze nehmen (er dunkelt nach) bzw. wie im Rezept weiterverarbeiten. Karamell erfordert auf jeden Fall Aufmerksamkeit und der Zucker wird WIRKLICH heiß!

