

# Ofenforellen mit Butterkartoffeln und Rahm-Schwarzwurzeln



Fisch hat in meinem Leben selten eine Rolle auf dem Speiseplan gespielt. Wieso? Ich bin da nicht so reingewachsen. Bei uns zuhause gab es fast nie Fisch, denn mein Pa hat seit seinen 20ern eine Fischeiweißallergie. Also gab es nur ab und zu mal einen Thunfischsalat oder eine geräucherte Forelle, wenn wir Mutter-Tochter-Abend hatten und Pa mit seinen Jungs unterwegs war.

Wenn man eine Zutat fast nie verwendet, vergisst man dann einfach, dass es sie gibt und auch nach meinem Auszug von Zuhause habe ich fast nie Fisch gekocht, weil ich einfach nie daran gedacht habe. Sehr schade, denn Fisch ist was ganz Feines und gesund ja noch dazu. Ich liebte den selbst panierten Fisch meiner Oma mit Kartoffelsalat dazu, den ich bei ihr in den Ferien genießen konnte. Demnächst möchte ich dieses Rezept auch mal für euch nachkochen... =)

Aber heute gibt es eine einfache und leckere Forelle mit

Zitrone aus dem Ofen. Inspirierend wie der Markt immer für mich ist, habe ich sie auf dem Münstermarkt gesehen und zu meiner Freude auch noch festgestellt, dass sie aus einem Ort ganz in der Nähe kommen. Und so bereicherte seit langem mal wieder Fisch unseren Speiseplan. Dazu gab es Schwarzwurzeln, die ich in der Mensa früher immer so geliebt, aber noch nie selbst gekocht habe. Ich hatte mal gehört, dass die so schleimen beim Kochen und dass es eine riesige Schweinerei ist.

Meine erste Berührung mit den Stangen ergab jedoch: sie lassen sich ohne Probleme schälen, schneiden, kochen und von Schleim gab es bei mir keine Spur! Rühmliche Ausnahme oder wird da immer übertrieben? Dieses Gemüse wird auf jeden Fall noch mal gekocht und somit weitere Erfahrungen gemacht werden. Vielleicht habt ihr ja auch schon Schwarzwurzeln zubereitet und könnt über eure Erfahrungen berichten?



Diese

s Gericht jedenfalls ist total einfach und unglaublich lecker. Es braucht eben keine aufwendigste Sternenküche – gerade die bodenständig-einfachen Sachen schmecken sooo gut! =)

### Für 2 Personen:

2 frische, regionale Forellen (ausgenommen und geputzt)  
1 Zitrone

Salz, Pfeffer

2-4 Schwarzwurzeln

1 geh. TL Gemüsebrühpulver

Sahne/Schmand oder Sojasahne

etwas Zitronensaft

Salz, Pfeffer

1 Bund Frühlingszwiebeln (das Weiße)

4 größere Kartoffeln

2 EL Butter

1 Bund Frühlingszwiebeln (das Grün)

Die Forellen abspülen, trocken tupfen und in eine leicht geölte Auflaufform geben.

Den Ofen auf 180 °C Umluft vorheizen. Die Fische innen und außen leicht salzen und pfeffern. Die Zitrone waschen, in Scheiben schneiden und diese leicht überlappend in die Fischbäuche schichten. Die Form mit Alufolie abdecken und so verschließen. In den Ofen geben.

Die Kartoffeln schälen und in gleichmäßige Stücke schneiden. Mit ausreichend gesalzenem Wasser gar kochen. Das Grün der Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden.

Das Wasser abgießen und Butter und Frühlingszwiebeln dazu geben. Die Kartoffeln darin schwenken.

Die Schwarzwurzeln schälen und leicht schräg in Scheiben schneiden. Das Weiße der Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Wurzeln und Zwiebelringe mit etwas Wasser und Gemüsebrühpulver in einen Topf geben und bei schwacher bis mittlerer Hitze weich dünsten. Dann Sahne/Schmand/Sojasahne angießen. Zum Schluss mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Alles in Servierschüsseln geben und auftischen oder direkt auf Tellern anrichten und genießen. [nurkochen]



Kommt bei euch regelmäßig Fisch auf den Tisch? Und wenn ja, in welcher Form? Ich freue mich, wenn ihr mich an euren Zubereitungsarten teilhaben lasst. Vielleicht inspiriert es mich zu häufigerem Fischkochen! ;)

Habt eine genussvolle erste Woche im neuen Jahr!  
Eure Judith

---

## **♥ Blogevent ♥**

# **Kartoffelpuffer, Gießkannenwein & die Operette von der Wilden Sau**



Heute

gibt es, als Ouverture des neuen Jahres sozusagen, eine Erinnerung von mir an die Ferien bei meinen Großeltern, die ich mal zu diesem Gericht aufgeschrieben hatte. Darin verpackt ist eine weitere Anekdote meiner Oma, die sie mir beim Kochen erzählt hat. Da meine liebe Omi nun seit einer ganzen Weile im Betreuten Wohnen lebt, geben wir dieses Frühjahr ihr Haus in andere Hände, was für mich einen Abschied von einem Ort voller Erinnerungen bedeutet. Hier kommt eine von ihnen:

Fast jedes Mal, wenn ich als Kind bei meinen Großeltern zu Besuch war, machten meine Oma und ich Kartoffelpuffer, oder „Grumbeerpannekuche“, wie man in der Pfalz dazu sagt. Opa und ich liebten sie und wenn ich sie in der Pfanne mit Hingabe so richtig knusprig und goldbraun gebraten hatte, ging ich tief befriedigt aus der Küche und war beim Essen selig.



Wie

immer begannen wir damit, dass etwa eine halbe Stange Lauch geputzt und in feine Streifen geschnitten wurde. Während Oma mit ihrem kleinen Messer vor sich hinschnippte, schlug ich zwei Eier in die orangene Plastikschüssel, die ihrem Muster nach aus den Siebzigern stammt und gab eine gute Prise Salz dazu. Das Ganze würde mit dem Lauch eine Weile ruhen.

„Brauchen wir noch was aus dem Keller? Ich gehe jetzt mal die Kartoffeln und Zwiebeln holen.“ „Eine Flasche Rotwein kannst du noch mitbringen, Opa trinkt ja gerne ein kleines Gläschen zum Essen.“

Tatsächlich konnte man Opas Gläschen Wein nur als medizinische Dosen bezeichnen, denn er trank stets nur 0,1 cl. Ob er es auch aus medizinischen Gründen tat, weil man ihm früher nach diversen Herzinfarkten gesagt hatte, ein wenig Rotwein täglich sei gut fürs Herz, oder ob er ihn lediglich zu seinem Genuss trank, konnte ich nicht sagen. Fest stand jedoch, dass solch ein Gläschen niemals schaden konnte, dachte ich, als ich die Kellertreppe hinunterstieg.

Der Keller meiner Großeltern war für mich immer eine eigene Welt gewesen. Er bestand wie das Haus auch aus einem langen Flur und es gab neben dem Heizungsraum einen Waschraum mit Waschmaschine, Bügeltisch und einem alten Küchenschrank, in dem allerlei alte Töpfe, ein ausgedientes Service und geheimnisvolle Küchenutensilien lagerten, deren Bedeutung ich

als Kind erfragen musste, weil es sie in den Küchen meiner Generation nicht mehr gab. Ich liebte diesen Schrank und stöberte jedes mal darin herum, wenn ich Oma zum Bügeln begleitete. Der dritte Raum war fast leer, nur eine Kiste mit Koffern stand darin und ein altes Trimmdich-Rad, das mein Opa sich aus Gesundheitsgründen angeschafft hatte- und das sicher fast unbenutzt war, auch wenn es mittlerweile wohl 30 Jahre dort sein Dasein fristete. Mein Ziel war der vierte Raum, der Trockenraum, in dem an mehreren den Raum überspannenden Leinen Wäsche aufgehängt wurde und wo Vorräte wie Kartoffeln, Zwiebeln und Eingemachtes lagerten. Dort suchte ich ein paar schöne große Kartoffeln aus dem kleinen Holzverschlag neben der Tür, der aussah wie ein grober Holzkomposter und wo man neu gekaufte Säcke einfach hineinkippen konnte. In der anderen Ecke suchte ich eine dicke Zwiebel und einen Rotwein aus und überflog kurz die Gläser im Regal, um zu prüfen, ob wir Obst kaufen mussten. Es war noch genügend von allem da, was mich mit Befriedigung erfüllte.

Bei den Großeltern zu sein war für mich stets gleichbedeutend mit Überfluss gewesen. Wie es sich gehörte, gab es hier immer genügend Süßigkeiten, leckere gekochte Sachen, die ich zu Hause nie bekam und meist wurde mir all das auch noch liebevoll von meiner Oma gebracht, ohne dass ich einen Finger rühren musste, was ich manchmal schon fast als unangenehm empfand, selbstständig wie ich eigentlich war. Andererseits hatte ich hier jedoch schon seit ich denken konnte ganz selbstverständlich im Haushalt mitgeholfen und ich liebte es, mit Oma zu kochen, die Betten zu machen und im Keller die Wäsche auf- und abzuhängen und danach zu bügeln. Bei ihr hatten all diese häuslichen Aufgaben einen besonderen Reiz und teilweise haftete ihnen, wohl aufgrund der Umgebung in dem Bungalow der sechziger Jahre und seiner entsprechenden Einrichtung, ein Hauch von Zeitreise an.



Naschkatze

Mit

der Rückkehr aus dem Keller kehrte ich zugleich aus meinen Erinnerungen zurück und in der Küche machten wir uns daran, die Kartoffeln und Zwiebeln zu schälen und beides in der Küchenmaschine zu reiben, die Oma mittlerweile zusammengebaut hatte. Das Gemüse wurde zu den Lauch eiern gegeben und Oma fügte noch ein bis zwei Esslöffel zarte Haferflocken hinzu. „Den Tipp hat mir mal eine Frau gegeben, die ich in der Kur kennen gelernt habe, als ich mit Opa dort war. Die Puffer werden dann noch viel knuspriger, meinte sie.“ Das erzählte sie jedes Mal, wenn sie diese letzte Zutat einrührte. Den Teig ließen wir dann stehen und schöpften nur hin und wieder die sich ansammelnde Flüssigkeit aus der Schüssel ab (weil wir jedes Mal vergaßen, die geriebenen Kartoffeln in einem Sieb abtropfen zu lassen), während der würzige und leicht erdige Geruch von Lauch und rohen Kartoffeln in der Luft hing.

In wachsender Vorfreude auf das leckere Mittagessen hüpfte ich durch die Küche und fühlte mich wie ein kleines Mädchen. „Hach, was geht's uns gut heute, oder?“ fragte ich strahlend. Grumbeerpanneküche waren immer ein Festmahl.

„Das kannst du laut sagen! Und was wären wir erst im Krieg froh gewesen über so was! Das waren schlimme Zeiten!“ Wie so oft genügte ein einziges Stichwort, um Oma innerhalb einer Sekunde in die Vergangenheit zu befördern und sie irgendeine Geschichte von damals erzählen zu lassen. Gespannt hüpfte ich

auf die Arbeitsfläche, stützte meine Hände hinter mir auf und spitzte die Ohren.

„Vor allem gegen Ende des Krieges war es schlimm. Wir hatten zwar Essensmarken, aber viel gab es nicht mehr dafür. Wobei wir ja noch Glück hatten, anderen ging es viel schlechter.“

„Und ihr wart auf der Schwäbischen Alb und wurdet nicht mehr bombardiert, oder?“ warf ich ein. „Genau, wir waren in Tuttlingen bei Onkel Karl und da kamen ja dann die Franzosen und haben die Stadt eingenommen. In unserem Haus sollte dann eine Infirmerie untergebracht werden und die Soldaten sagten uns, wir müssten alle raus. Aber wohin sollten wir denn? Also ist meine Cousine zum Offizier gegangen und hat ihm unsere Lage erklärt. Er war ganz beeindruckt von ihrem guten Französisch und so durften wir bleiben, unter der Bedingung, dass meine Mutter und meine Tante bei ihnen in der Küche helfen würden.“ „Na, das ist ja ein kleines Übel, oder?“ „Oh ja, das war unser Glück. Es war unglaublich, was die Franzosen alles weggeworfen haben! Wenn das Brot einen Tag alt war, haben sie es nicht mehr gegessen und wir haben alle Reste eingesammelt und konnten so noch Freunde mitversorgen. Sogar Wein konnten wir sammeln. Ich sehe ewig, wie mein Onkel Karl ihn in eine Gießkanne goss und die dann über die Straße trug, damit es nicht auffiel.“

Ich schmunzelte und stellte mir einen Mann mit einer Blechgießkanne vor, wie man sie damals sicher gehabt hatte und wie er dann so bei Freunden den Wein weiterverteilte. Mein Blick fiel neben mir auf die Schüssel und ich rührte den Teig um. Diese Bewegung holte Oma kurz zu unserer Aufgabe zurück und sie stellte eine Pfanne auf den Herd und gab eine Portion Butterschmalz hinein, das sofort anfing, in eine glänzende Pfütze zu zerschmelzen. Für die fertigen Pfannkuchen holte ich ein Plätzchengitter aus dem Schrank und legte mehrere Blätter Küchenpapier darauf aus. Dann band ich mir die Schürze um und stellte mich mit einem Löffel bewaffnet vor dem Herd in Position, bereit, in die heiße Pfanne drei bis vier Fladen zu streichen.

„Und deine Mutter und deine Tante haben dann die Franzosen

bekocht?“ fragte ich, während ich den ersten Löffel Teig in die Pfanne gab. Sofort breitete sich ein herrlicher Duft in der Küche aus.

„Bis auf uns mussten ja alle Bewohner im Haus ausziehen und die Besatzer haben es genutzt. Nebenan war dann die Küche und meine Mutter und Tante Gretchen haben jeden Tag drüben mitgearbeitet. Da gab es einen Soldaten, ich glaube er hieß George, der hatte einen Narren an uns gefressen. Mir hat er Avancen gemacht, aber davon wollte ich nichts wissen. Ich hab immer abwehrend die Hände hochgerissen, wenn er in meine Nähe kam und hab zu ihm gesagt *‘Bleib’mer drei Schritt vum Leib!’*. Er hat das sicher nicht genau verstanden, aber er hat es dann immer nachgemacht und gerufen *‘Attention, attention! Drei Schritt vum Leib!’*. Und Musik mochte er so gern. Er wollte immer, dass Onkel Karl auf seiner Ziehharmonika spielt und singt. *‘Opa, du spielen!’* sagte er immer. Ich seh’ es ewig vor mir. Onkel Karl saß auf dem Küchenstuhl und kündigte an: *‘Meine Damen und Herren, Sie hören nun die Ouvertüre zur Operette von der Wilden Sau.’* und dann legte er los.“

„Und wie ging diese Operette?“ fragte ich grinsend. Oma besann sich kurz, dann fing sie an zu singen:

*„Siehste net die Wutz im Garten  
Wie sie wuhlen tut mit ihrer Schnut?  
Im Salat und den Tomaaaaten  
Wie es ihr hat wohlgetut!“*

Ich brach in Gelächter aus und hätte fast versäumt, die erste Ladung Pfannkuchen rechzeitig heraus zu nehmen. Ich legte sie auf das Küchenpapier, tat etwas neues Schmalz in die Pfanne und gab die nächsten vier hinein. Während sie auf der einen Seite zu bräunen begannen, drehte ich die fertigen auf dem Gitter um, so dass auch auf dieser Seite das Fett noch etwas aufgesaugt werden konnte. Gleich konnten wir den ersten probieren und wenn Opa in einer halben Stunde von seinem morgendlichen Spaziergang käme, könnten wir direkt essen.

Plötzlich musste ich lachen. „Oma?“ „Ja?“ „Vor lauter Quatschen haben wir vergessen, den Apfelpfannkuchen zu kochen!“



Omas

## Kartoffelpuffer

2 Eier  
½ Stange Lauch  
Salz/ Pfeffer  
ca. 10 mittelgroße Kartoffeln  
1 dicke Zwiebel  
2 EL (zarte) Haferflocken

Die Eier in eine Schüssel schlagen. Den Lauch putzen und die Blätter einmal längs halbieren, dann quer in feinste Streifen schneiden. Mit Salz und/oder Pfeffer zu den Eiern geben und verrühren.

Die Kartoffeln schälen und reiben. Die Zwiebel ganz fein würfeln.

Alternativ beides durch die Küchenmaschine jagen und raspeln. Die Masse in einem Sieb eine Weile abtropfen lassen. Dann zu der Eimasse geben, die Haferflocken hinzu geben und alles gut verrühren. Abschmecken. (Wer rohen Teig nicht probieren mag, backt erst einmal einen kleinen Puffer, probiert den und würzt dann den Teig nach.)

In einer Pfanne mit heißem Butterschmalz zu goldbraunen Puffern ausbacken.

Am besten heiß servieren und (selbst gekochtes) Apfelmus dazu reichen. [nurkochen]



Naschkatze

Das  
letzte Mal haben wir dieses Rezept von Oma dieses Weihnachten  
gemacht – in unserer Paellapfanne im Hof, bei mildem  
Frühlingswetter, im Pulli ohne Jacke. Ich bin sicher, nicht  
wenige haben an den Feiertagen sogar gegrillt... =)



Habt  
einen genussvollen Jahresbeginn,  
eure Judith

# ♥ Blogevent ♥ Verloren und rekonstruiert: Oma Lisas „Schneebällchen“-Rezept



Wie ich schon erzählt habe, ist meine Oma Lisa leider viel zu früh gestorben und konnte ihr großes Wissen übers Kochen und Backen sowie ihre wunderbaren Rezepte nicht mehr an mich weiter geben. Aber ich erinnere mich noch, dass wir in meiner Kindheit jeden Sonntag bei ihr zu Mittag gegessen haben. Sie wohnte im Nachbardorf und so war das ein Katzensprung zum absoluten Sonntagsgenuss. Wenn ich die Augen schließe, sehe ich ihre kleine Küche vor mir mit dem Tisch in der Ecke, wo sie uns butterzartes Gulasch mit Ringelnudeln vorsetzte, ihr krosses Hähnchen mit Brätfüllung und...ihre Kartoffelknödel aus gekochten Kartoffeln, die wir immer nur „Schneebällchen“ genannt haben. Wie alle anderen, so hat sie auch dieses Rezept mit ins Grab genommen.

Doch was tut man nicht alles für den Geschmack von Früher? Wir wälzten Rezepte und begannen vor vielen Jahren zu experimentieren. Wir bereiten diese Schneebällchen immer nur

einmal im Jahr zu, nämlich an Heiligabend. Da werden dann drei Kilo Kartoffeln gekocht, geschält und zu Teig verarbeitet, den mein Pa mit seinen großen Händen knetet und dann Knödel daraus formt. Es dauerte somit einige Jahre, bis wir das perfekte Mengenverhältnis heraus fanden und die Knödel schmeckten wie bei Oma.



Auch heute noch sind die Schneebällchen unser Weihnachtsfestmahl und sie begleiten das alljährliche Hähnchen aus dem Bräter mit Knoblauch und Zwiebeln. Wir machen immer eine große Menge, so dass wir einige Tüten Schneebällchen einfrieren können und so das ganze Jahr über in diesen Genuss kommen. Denn auch aufgetaut, halbiert und in der Pfanne kross angebraten sind sie himmlisch lecker.

Hier also kommt das Rezept von Oma Lisas „Schneebällchen“.

### Für ca. 12 Knödel:

1 kg gekochte mehlige Kartoffeln  
(sie müssen geschält 1 kg ergeben!)  
125 g Mehl  
2 Eier (M)  
3 TL Salz  
1 TL getrockneter Majoran  
Muskatnuss

Die Kartoffeln am besten am Vortag kochen. Schälen, abwiegen und mit der Küchenmaschine mit feiner Reibscheibe durchpressen. Die Kartoffelmasse mit allen anderen Zutaten mischen und dann am besten mit den Händen zu einem homogenen Teig verrühren. Mit sauberen und ganz leicht angefeuchteten Händen Knödel gewünschter Größe formen und auf leicht bemehlte Platten oder ein Backblech legen.

In einem großen Topf mit Deckel viel Wasser zum Kochen bringen. Dann den Deckel abnehmen, drei bis fünf Knödel hineingleiten lassen und darauf achten, dass das Wasser nicht sprudelnd kocht, sondern nur leicht siedet, aber auch nicht aufhört zu kochen.

(Wenn die kühlen Knödel ins heiße Wasser kommen, eventuell den Herd etwas höher stellen und dann wieder niedriger.)

Die Knödel garen am Topfboden und steigen an die Oberfläche, wenn sie fertig sind. Man kann sie noch kurz oben ziehen lassen und sie dann mit einer Schaumkelle heraus holen.

Heiß servieren oder im Backofen warm halten, bis alle Knödel gekocht sind. [nurkochen]



Ich hoffe, ihr hattet wundervolle, entspannte und genussreiche Weihnachtstage! Was gab es bei euch Leckeres zu essen? Habt ihr auch ein traditionelles Festessen, das es alle Jahre wieder gibt?

Habt eine gute und genussvolle Zeit,

eure Judith



---

## Das einfache Gute: Kartoffeln, Süßkartoffeln und Kürbis aus dem Ofen



Mit

einem unserer vielen Besucher neulich waren wir mal wieder in der [Vegetage](#) essen. Da gab es wundervolle ausgebackene Süßkartoffelscheiben.

Seit meinem ersten Kapstadt-Aufenthalt nach dem Abi liebe ich diese Knollen. Die Haushälterin Saartjie (sprich: Sarki) kochte sie als eine der zahlreichen Beilagen zu fast jedem Essen und zwar auf sündhaft leckere Weise. Mit viel Butter und Zucker wurden sie in Würfeln karamellisiert und langsam gegart und das schmeckte so köstlich, dass man sich allein daran hätte satt essen können. Von ihren anderen Leckereien ganz zu schweigen. Mit dem, was bei uns Beilage ist, nämlich Reis und Kartoffeln, gehen die Südafrikaner scheinbar etwas maßloser um: es gab oft zwei oder drei Beilagen, zum Beispiel hatten wir neben Hähnchen und grünen Bohnen noch Kartoffeln, Reis und die Süßkartoffeln auf dem Teller. Bevor ihr fragt: ja, ich habe zugenommen in dieser Zeit. Aber das war es wert. =)

Die gebackene Süßkartoffel der Vegetage begeisterte mich aber auch und da kam die Idee, man könnte ja mal für Abwechslung sorgen im Backofen. Ofenkartoffeln machen wir ja einmal die Woche, aber Süßkartoffeln gab es bisher so noch nie.

Also wurden kurz darauf drei Gemüsesorten klein geschnippelt und im Ofen mit etwas Öl, Fleur de sel und Rosmarin knusprig gebacken.

Ein Salat dazu, etwas Ketchup oder Kräuterquark (natürlich am

besten selbst gemacht) – fertig ist ein wunderbares Essen, das sich fast von selbst zubereitet.

Dabei wärmt es auch noch die Wohnung, was ich im Herbst und Winter sehr liebe. Man hat etwas Warmes zu futtern und gleichzeitig eine wohlig-warme Atmosphäre durch den Backofen und den herrlichen Duft. Das ist herbstliches Küchenglück! =)



Für

**zwei Personen:**

1 Süßkartoffel

4 Kartoffeln

1 kleiner Hokkaido-Kürbis

Olivenöl

Rosmarinnadeln, frisch oder getrocknet

Salz

(Fleur de Sel, grobes Meersalz oder notfalls auch normales feines Salz)

Den Ofen auf 200°C vorheizen.

Das Gemüse waschen, eventuell schälen und in Stücke, Scheiben oder Spalten schneiden.

Auf ein Backblech legen, salzen und würzen und mit etwas Öl beträufeln. Dann mit den Händen das Öl ins gesamte Gemüse massieren, so dass alle Stücke umhüllt sind.

Etwa eine halbe Stunde backen, bis das Gemüse gar und außen

goldbraun und knusprig ist.

In dieser Zeit einen grünen Salat zubereiten und, wenn man mag, einen Dipp. Ich nehme immer gerne einen Quark mit Frühlingszwiebel, Kräutern und Salz/Pfeffer oder mit Currysauce und Gewürzen nach Wahl. Da kann man je nach Gusto kreativ sein.

Ein tolles Ketchup ist da natürlich auch immer perfekt! Wir haben einen fruchtigen Tomatenketchup, den wir mit selbst gemachter Chilisauce meines Pas aufpeppen. =)[nurkochen]

Lasst es euch schmecken, ihr Lieben und habt eine genussvolle Zeit!

Eure Judith

---

## Kartoffelgratin mit Senf und Meerrettich

Vor einigen Tagen gab es bei uns den ersten Herbstnebel. Auf dem Weg zu meinem morgendlichen Training fuhr ich durch zartgraue Dunst und die trockenen Blätter auf den Straßen rochen auf einmal noch intensiver nach Herbst.

Für mich ist das der Moment, wo sich der Herbst nicht mehr leugnen lässt, wenn die Welt morgens in ein Nebeltuch gehüllt ist. Es ist ein weiterer Schritt des Rückzugs der warmen Jahreszeiten. Die Natur zieht sich für einen ihrer letzten Akte um und der Nebel ist ihr Vorhang.

Zum Glück kämpfte sich bald die Sonne durch und machte einem strahlenden Himmel Platz. Aber die Luft bleibt trotzdem kalt und da bekommt man wieder mehr Lust auf herzhafte Backofengerichte, die auch dem Gaumen den Herbst einläuteten.



Naschkatzen

Bei uns gab es an diesem Tag Kartoffelgratin. Ich hatte in der aktuellen Sweet Paul ein Rezept gesehen mit frischem Meerrettich und fand diese Idee genial, denn Meerrettich und Kartoffeln sind einfach köstlich zusammen. Leider hatte ich keinen frischen, aber noch einen Rest im Glas. Mit frischem ist es sicher aromatischer. Dazu gab ich noch etwas groben Senf, der mit seiner feinen Säure einen würzigen Gegenspieler zu den Kartoffeln bildete.

**Für 2 Portionen:**

500 g Kartoffeln

200 g Flüssigkeit (Milch, Sahne, Pflanzenmilch, ich hatte Vollmilch und Sojareismilch)

etwas Butter oder Öl für die Form

1 gestr. TL Gemüsebrühpulver

1 Knoblauchzehe, gepresst

2 TL grober Senf

3 TL Meerrettich aus dem Glas oder 1 EL frisch geriebener Pfeffer und eventuell Salz

Gemahlene Muskatnuss

50 g Käse, zum Beispiel Gouda, gerieben

Die Kartoffeln schälen und in feine, gleichmäßige Scheiben schneiden oder hobeln und diese in einer gefetteten Auflaufform verteilen.

Die Flüssigkeit mit den Gewürzen vermischen und über die Kartoffeln geben. Den Käse reiben und über dem Gratin verteilen.

Bei 180°C Umluft etwa 45 Minuten backen.

Sollte die Oberfläche zu dunkel werden, rechtzeitig mit Alufolie abdecken!

Je nach Dicke der Kartoffeln und Stärke des Ofens ist es früher oder später gar. Am besten kurz mit einem Holzstäbchen durch das Gratin stechen und testen, ob die Kartoffeln durch sind.

Dazu gab es bei uns gedünstete Stangenbohnen. Mit etwas Gemüsebrühpulver und wenig Wasser gegart und mit einem Hauch Salz und einem Schuss Olivenöl abgeschmeckt. [nurkochen]



Ich werde das Gratin auf jeden Fall noch mal mit frischem Meerrettich machen. Und vielleicht auch wieder einen Klecks Senf dazu geben, das würzt ganz wunderbar.

Lasst euch den Herbst gut schmecken, ihr Lieben und habt genussvolle Tage!

Eure Judith