Sommerrollen mit Mango-Curry-Tofu

Ich weiß noch genau, wann ich das erste Mal selbstgemachte Sommerrollen gegessen habe. Wir waren bei Naschkaters Mutter zu Besuch und saßen um einen bunten Tisch voller Köstlichkeiten. Jeder bekam einen tiefen Teller, um die Reispapiere einzuweichen und dann saßen wir da, pickten, füllten, rollten und naschten.

Sommerrollen sind ein unfassbar unkompliziertes und leckeres Essen. Man kann sie als Snack, Vorspeise oder als komplette Mahlzeit machen und in der Gruppe kann man sie ähnlich

gesellig zelebrieren wie Raclette oder Fondue.
Jetzt im Frühjahr, wo es wieder eine reichliche Auswahl frisches Gemüse von den heimischen Feldern gibt, und wo man Lust auf leichtes Essen hat, sind solche Rollen einfach perfekt.

Je nach Gusto kann man sie vegan, vegetarisch oder auch mit Fleisch machen. Ich habe mich diese Woche für eine ganz einfache Variante entschieden. An Gemüse habe ich genommen, was da war: Radieschen, Karotten, Fenchel (vor allem das Grün). Als „Hauptzutat“ gab es Mango-Curry-Tofu, das schmeckt unglaublich köstlich und bringt viel Aroma mit. Tofu kann ja je nach Sorte auch eine fade Angelegenheit sein. Hier könnt ihr aber einfach schauen, was euch schmeckt und was gerade verfügbar ist. Bei diesem Gericht kann man seiner Fantasie freien Lauf lassen! =)

Ihr braucht:

Reispapier (gibt’s in jedem Asialaden oder im Supermarkt)
Tofu nach Geschmack (oder auch angebratenes Huhn, Rind,

Seitan,…), in fingerdicken Streifen
Frisches Gemüse (z.B. Karotte, Radieschen, Fenchel), in dünnen Streifen (Julienne)
Frische Kräuter nach Belieben (z.B. Minze)
Nach Belieben Sprossen, Kresse, …
Etwas weißen und schwarzen Sesam zum Bestreuen
Dip nach Wahl (z.B. Mangochutney, süß-saure Soße, Erdnusssoße (gesalzene Erdnüsse mit etwas Kokosmilch, Milch oder Sahne cremig pürieren und nach Belieben würzen), …)

Das Reispapier weicht ihr eine Weile in Wasser ein, legt es dann vor euch und legt einen breiten Streifen Füllung darauf. Dann rollt ihr alles ein und klappt die Seitenränder ein wenig ein, damit die Füllung nicht heraus fällt. Das Reispapier klebt sehr gut und hält die Rolle super zusammen.
Die fertigen Rollen in einen Dipp tunken – und genießen.

Habt ihr schon mal Sommerrollen gegessen oder sogar selbst gemacht? Ich hoffe, ihr habt jetzt (mal wieder) Lust bekommen, welche zu basteln und wünsche euch ein sonnig-leichtes

Wochenende!
Eure Judith

Kartoffelsuppe nach Omas Art

Gestern war hier Dampfnudeltag. Eine Freundin und ich wollten schon lange einen kulinarischen Kulturaustausch machen – sie bereitete badische Dampfnudeln zu, also süß mit Karamell, ich die salzige Version aus der Pfalz.
Dazu gab es schaumige Vanillesoße nach ihrem Rezept. Meins findet ihr hier bei der Roten Grütze. In der gestrigen Version wurde das Eiweiß steif geschlagen und unter die Vanillesoße gehoben, so wurde sie fluffig und war nicht mehr so flüssig.

Natürlich braucht man auch Esser, wenn zwei große Portionen

Dampfnudelteig verarbeitet werden, also luden wir Freunde zum Kaffee ein und verköstigten sie mit frischem Hefegebäck aus der Pfanne.
Unsere Teige waren übrigens fast identisch, lediglich die Form der Dampfnudeln war anders und eben auch die Zubereitung. Zum Schluss kombinierten wir Karamell mit Salzwasser und fanden die neue Version mit Salzkaramell fast am besten.

In der Pfalz essen wir zu unseren Dampfnudeln entweder auch Vanille- oder Weinschaumsoße oder eine herzhafte Kartoffelsuppe. Die kochte ich gestern Vormittag – nur leider

zu wenig, um sie unseren zahlreichen Gästen anzubieten. Aber auch so wurden alle mehr als satt, also war das nicht schlimm.

Die Suppe habe ich als Kind immer mit meiner Oma gekocht und aus dem Gedächtnis rekonstruiert. Im Prinzip ist sie sehr simpel und schnell gemacht.
Oma drehte das gekochte Gemüse durch die Flotte Lotte oder strich alles durch ein grobes Sieb, ich habe den Mixstab genommen. Vermutlich nahm sie mehr Sahne, aber ca. 150 ml reichen völlig aus.
Meine eigene Note kam in Form der Senfsamen und der gerösteten Mandelblättchen dazu, die ich zurzeit so liebe, dass ich sie überall verwende, wo sie irgendwie passen.
Ihr könnt natürlich auch gehackte Petersilie, geröstete Kerne oder Croutons darüber streuen.

Für 4-6 Personen:
1 kg Kartoffeln
2 große Karotten
1 kleine Stange Lauch
1 große rote Zwiebel
1-2 Knoblauchzehen
1 EL Öl oder Butterschmalz
Gemüsebrühe
2 Lorbeerblätter
1 TL Senfsaat
Ca. 150 ml Sahne
Salz, Pfeffer
Muskatnuss
Geröstete Mandelblättchen

Das Gemüse waschen, schälen und in grobe Stücke schneiden.
Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und würfeln bzw. hacken.
Das Fett in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebel mit dem Knoblauch darin anbraten. Lorbeer und Senfsaat dazugeben, dann das Gemüse zufügen. Soviel Brühe angießen, dass das Gemüse gerade bedeckt ist und alles bei schwacher Hitze köcheln lassen, bis das Gemüse weich ist.

Die Lorbeerblätter herausnehmen und alles mit dem Mixstab pürieren, dann die Sahne zufügen und die Suppe mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.
Die Suppe auf Teller verteilen und geröstete Mandelblättchen über jede Portion streuen.

Draußen stürmt es hier gerade nicht schlecht, also der perfekte Moment für eine wärmende Suppe oder ein herzhaftes Sonntagsmahl. Ich hoffe, ihr macht es euch heute schön und

habt ein genussvolles Restwochenende!
Eure Judith

Bunter Rohkostsalat "Indische Art"

Wie versprochen gibt es heute einen Salat, den ich während meiner zweiwöchigen Ayurvedakur in Indien jeden Tag zu Mittag genießen durfte. Alle in unserer Truppe liebten den bunten Rohkostsalat, vielleicht auch, weil es sonst nichts Rohes gab außer frischem Obst zum Nachtisch (und das auch nur morgens und mittags).
Meist war das Gemüse ganz fein gewürfelt, manchmal auch in gröbere Streifen geschnitten. Fein mochten wir es alle lieber,

denn dann konnte die leckere Soße besser einziehen.

Vom Koch erfuhren wir irgendwann das Geheimnis des Salats: eine indische Gewürzmischung namens Chat Masala. Üblicherweise besteht sie aus Mangopulver, Kreuzkümmel, Ingwer, Koriander, Steinsalz, Paprika, schwarzem Pfeffer, Asafoetida (was auch immer das ist) und Granatapfelsamen. Chat Masala wird meist für Salate verwendet, die in Indien aus geschnittenem Gemüse, also Rohkost, bestehen.

Der Salat schmeckt herrlich würzig und frisch und kann gerne auch eine Weile durchziehen. Wer saisonaler essen möchte, kann mehr Zuckerhut nehmen und beispielsweise Fenchel statt

Paprika. Ich gebe auch gerne ein paar Champignons in den Salat (zum Beispiel bei meinem Wintersalat mit herzhaftem Dressing), das passt hier sicher auch gut. Nehmt einfach, was verfügbar ist und schmeckt!

Für 4 Personen:

½ Gurke
1 kleine rote Paprikaschote
1 gelbe Karotte
1 orange Karotte
1 Handvoll Rotkraut
1 rote Zwiebel
1 große Tomate oder 6-8 Cocktailtomaten
Nach Belieben etwas Zuckerhut oder Endivien
3-4 EL Weißweinessig (oder frischer Limettensaft)
3 EL Olivenöl
1 gestr. EL Chat Masala
Weißer und schwarzer Sesam

Die Tomaten und die Paprika waschen. Die Tomaten vierteln oder sechsteln. Die Paprika in Streifen und dann in feine Würfel schneiden.
Die Zwiebel schälen und fein würfeln.
Die Gurke schälen, die Kerne herausschneiden und den Rest fein würfeln.
Die Karotten schälen und in feine Würfel schneiden. Nach Belieben den Zuckerhut ebenfalls in feine Stückchen schneiden.
Das Rotkraut in feine Streifen und dann in feine Würfel schneiden.
Alles zusammen in eine Schüssel geben, das Chat Masala, Essig und Öl dazugeben und gut umrühren. Zum Schluss den Sesam darüber streuen.

Ich wäre ja nie auf die Idee gekommen, eine Gewürzmischung an einen Rohkostsalat zu geben, aber ich bin nach wie vor begeistert von diesem Salat!

In guten arabischen oder asiatischen Läden solltet ihr Chat Masala bekommen, ansonsten auf jeden Fall im Internet.

Habt ihr schon mal solch ein Gewürz für Salate verwendet? Und was ist eure „geheime Zutat“ in Salaten?
Ein genussvolles Restwochenende wünscht euch eure
Judith

Antipasto oder Snack: Herzhafte Pastete mit Endiviensalat

*

*Beitrag enthält unbezahlte Werbung in Form einer Buchnennung **

Neulich kaufte ich bei unserem kleinen Marktstand um die Ecke einen Endiviensalat. Der war so riesig, dass ich ihn kaum in den Kühlschrank bekam und ich hatte die realistische Befürchtung, wir würden eine geschlagene Woche nur noch Salat essen.
Als ich später mein letztes Buchprojekt, ***„Osteria“*** mit *„1000 genialen und einfachen Rezepten aus den besten Lokalen Italiens*“, durchblätterte, stieß ich auf der ersten Seite auf das Rezept für – eine Endivienpastete!

Somit war die geniale wie spannende Lösung für mein Salatproblem gefunden und ich machte mich sofort an die Arbeit. Der Teig ähnelt einem weichen Pizzateig und lässt sich sehr gut verarbeiten und die Füllung ist ziemlich einfach. Nur 1 kg Salat klein zu schneiden, macht ein bisschen Mühe – das ist nämlich ganz schön viel Masse! Die allerdings zusammen fällt, wenn man sie dünstet. Also keine Panik!

Die Pastete eignet sich als Antipasto, Vorspeise, aber auch als Snack für zwischendurch oder als unkompliziertes Mittagessen für die Arbeit, denn man kann sie wunderbar

mitnehmen.
Das Rezept stammt aus Kampanien, genauer gesagt aus der Trattoria La Chittarra in Neapel, der Stadt, wo auch die Pizza ihren Ursprung hat.

Die Füllung wird durch salzige Kapern und Oliven wunderbar aromatisch, Rosinen bilden ein süßes Gegengewicht. Wer Salat einmal anders zubereiten möchte, sollte diese Pastete unbedingt ausprobieren!

Für 1 Form von ca. 28 cm Durchmesse:

TEIG

1 Päckchen Trockenhefe
400 g Mehl
7 TL Schmalz oder pflanzliches Fett*
1 Prise Salz
Wasser nach Bedarf

FÜLLUNG

1 kg Endiviensalat
etwas Olivenöl
2 Knoblauchzehen
Schwarze Gaeta- oder Kalamata-Oliven, entsteint** und grob gehackt
2 TL Kapern, abgetropft und gehackt
Chiliflocken (nach Belieben)
2 TL Rosinen, in warmem Wasser eingeweicht und abgetropft
1 TL Pinienkerne (alternativ gehackte Mandeln)
Salz, Pfeffer

* *Ich habe vegane Margarine genommen.*
** *Oliven entsteint man am besten, indem man sie mit einem breiten Messer platt drückt. Dann lässt sich der Stein ganz einfach herausholen.*

Für den Teig die Hefe in etwas warmem Wasser auflösen und etwa fünf Minuten beiseite stellen, bis sich Bläschen bilden. Mehl, Hefewasser, Fett und Salz vermischen und kneten. Nach Bedarf in kleinen Mengen Wasser zufügen, bis ein weicher Teig

entsteht. Den Teig zugedeckt etwa 1–2 Stunden bei Zimmertemperatur stehen lassen, bis die Größe sich verdoppelt hat. Der Teig kann auch am Vortag zubereitet und über Nacht in den Kühlschrank gestellt werden. Dann sollte er aber 2 Stunden vor dem Backen herausgenommen werden, damit er allmählich Zimmertemperatur annehmen kann.

Für die Füllung die Endiviensalate waschen und klein schneiden. Etwas Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen, den Knoblauch anbraten und dabei ständig rühren, damit er nicht verbrennt. Oliven, Kapern und, sofern gewünscht, Chili hinzufügen. Endivien sowie Rosinen und Pinienkerne zugeben. Bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Umrühren braten, bis der Pfanneninhalt möglichst trocken und sämtliche Flüssigkeit verdampft ist. Mit Salz abschmecken. Überschüssiges Fett abschöpfen und die Füllung zur Seite stellen.

Zum Backen der Pastete den Ofen auf 220 °C vorheizen. Den Teig halbieren. Auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche (aus Holz) die Hälfte des Teigs auf eine Dicke von 3–4 mm ausrollen und eine Form von 30 cm Durchmesser damit auskleiden. Die gesamte Oberfläche mit einer Gabel mehrmals einstechen, dann die Füllung gleichmäßig auf dem Boden verteilen. Die zweite Hälfte des Teiges ausrollen und die Pastete damit bedecken. Die Kanten der Teigränder zusammendrücken, um die Pastete zu verschließen. Die Oberfläche mit einem Zahnstocher mehrmals einstechen und die Pastete im vorgeheizten Ofen 50–55 Minuten backen, bis sie oben goldbraun ist.

Kalt oder zimmerwarm servieren.

Ich habe mir Stücke dieser Pastete am nächsten Tag mit zur Arbeit genommen. Man kann sie aber auch direkt lauwarm genießen, zum Beispiel als Vorspeise auf die Hand zu einem

Aperitif.

Da Endiviensalat jetzt wieder Saison hat, kann ich diese Pastete nur ans Herz legen. Das Buch, aus dem das Rezept stammt, natürlich auch! ;)
Demnächst möchte ich es euch noch vorstellen, denn ich finde, die monatelange, harte Arbeit hat sich gelohnt und ich hoffe, viele von euch finden „Osteria“ genauso spannend wie ich.

Kommende Woche werde ich leider nichts kochen oder backen können, denn ich bin auf Fortbildung in Verbindung mit zwei Urlaubstagen in der Hauptstadt.
Jetzt habt aber erstmal ein entspanntes und genussvolles Wochenende!
Eure Judith