

# Vorspeise

## Iserlohner Senfsuppe

### Zutaten für 6 Personen:

- 3 EL Butter
- 3 Äpfel (fein-säuerlich)
- 1 Zwiebel
- 3 EL scharfer (Dijon) Senf
- 80 g (ca. 5 EL) Weizenmehl
- 3 EL Rohrzucker
- 400 ml Riesling
- 750 ml Geflügelbrühe
- 600 ml Schlagsahne
- ½ Zitrone (Saft)
- ½ Bund Schnittlauch
- Pfeffer, Salz

### Zubereitung:

Zwiebel schälen, fein würfeln und mit der Butter anschwitzen. Dann das Mehl dazugeben und mit anschwitzen. Das ganze mit dem Riesling ablöschen und köcheln lassen.

Äpfel schälen, entkernen und klein würfeln, zur Suppe geben und fünf Minuten mitkochen lassen. Dann die Suppe mit der Geflügelbrühe und Sahne angießen, den Senf dazugeben und noch mal kurz kochen lassen.

Die Suppe mit Salz, weißem Pfeffer, dem Zucker und einigen Spritzern Zitronensaft abschmecken und dann pürieren.

Suppe in Teller abfüllen und mit fein geschnittenem Schnittlauch garnieren.

# Hauptspeise

## Sauerbraten (rheinische Art) vom Rind mit Selleriepüree

### Zutaten für 6 Personen

1. 1250g Rinderbraten vom Mittelbug
2. 1 Päckchen Sauerbratengewürz
3. 2 große Zwiebeln
4. 250 ml Wein, rot
5. 250 ml Rotweinessig
6. 400 ml Rinderfond
7. 3 EL in Wasser eingeweichte Rosinen
8. 2 EL Butterschmalz zum Braten
9. 1 TL Zucker
- 10.
11. 1 Sellerieknolle
12. 2 Zwiebeln
13. 8 EL Kalbsfond
14. 4 EL Creme fraiche

Sud aus 250 ml Rotwein, 250 ml Fond, 250 ml Rotweinessig, gewürfelte Zwiebeln und Sauerbratengewürz aufkochen, über das Fleisch gießen und 3 Tage ziehen lassen. Ab und zu mal wenden.

Dann das marinierte Fleisch herausnehmen, abtropfenlassen, trocken tupfen, mit Salz würzen, in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten anbraten. Dann das Fleisch bei 200° 1,5 Stunden im Sud schmoren lassen. Die Marinade durch ein Sieb passieren, Rest des Rinderfonds 150 ml plus die Rosinen hinzufügen und die Saucenbasis ca. um die Hälfte reduzieren lassen. Sauce abbinden mit kalter Butter oder Saucenbinder.

Die Sellerieknolle schälen und in Würfel schneiden. Die Würfel dann in Salzwasser mit einigen Spritzern Zitronensaft ca. 15 min. weich kochen. Die geschälte Zwiebel würfeln in einem Topf mit einem Schuss Kalbsfond ca. 10 min. glasig schwitzen, dann den gegarten Sellerie dazu geben, mit Salz und Pfeffer würzen, Crème fraîche dazu geben und alles mit dem Stabmixer pürieren.

Bratenstücke in Scheiben schneiden, mit dem Selleriepüree daneben anrichten, Sauce darüber geben und mit Petersilie garnieren.

## Dessert

### Apfelcrumble

#### Zutaten für 6 Personen:

750 g Äpfel (Rubinette süß-säuerlich)  
Zitronensaft  
150 g Rosinen oder Rumrosinen, nach Belieben  
250 g Mehl  
100 g Zucker  
125 g Butter  
100 g Mandel(n), gemahlene  
1 Ei  
 $\frac{3}{4}$  TL Zimt, gemahlenen

#### Zubereitung

Den Backofen auf 180°C vorheizen.

Äpfel schälen und in Scheiben schneiden, diese mit Zitronensaft beträufeln und nach Belieben mit den Rosinen vermischen. Das Ganze in eine flache gefettete Auflaufform geben.

Aus Mehl, Zucker, Butter, Mandeln und Zimt einen krümeligen Teig zubereiten und über die Äpfel geben, so dass alles bedeckt ist.

Das Ganze für 25-30 Minuten im Backofen backen, kurz auskühlen lassen und mit Vanilleeis und Schlagsahne servieren.

**Einkaufsliste:****Metzger:**

- 1250 g Rindfleisch vom Mittelbug

**Gemüse:**

- 5 Zwiebeln
- 12 Äpfel RubINETTE
- 1 Sellerie
- 1 Zitrone
- 1 Bund Schnittlauch
- 1 Bund Petersilie
- 150g Rosinen ev. Rumrosinen
- 100g gemahlene Mandeln

**Molkereiprodukte:**

- 600 ml Schlagsahne
- Butter
- Creme Fraiche

**Sonstiges:**

- Zimtpulver
- 400 ml Riesling
- 250 ml Rotweinessig
- 400 ml Rinder / Kalbsfond

**Eigene Vorräte:**

- 3 EL Rohrzucker
- Geflügelbrühe
- 1 Ei
- Sauerbratengewürz
- Dijon Senf
- 250 ml Rotwein

**MKC vorhanden:**

- Salz und Pfeffer
- Weizenmehl
- Zucker