

Rotkohlsuppe

(Hauptspeise für 4 oder Vorspeise für 8)

Zutaten

Zubereitung

400g Rotkohl

150g Zwiebeln

1 Knoblauchzehe

2 EL

Sonnenblumenöl

1 EL Butter

2 EL Balsamico-Essig

**Salz, Pfeffer, Zucker
gemahlener Piment**

750ml

Geflügelbrühe

**150g Creme fraiche
+ 50g für Garnitur
aufheben!**

½ Bund

Schnittlauch

**Creme fraiche für
Garnitur**

Rotkohl vierteln, Strunk keilförmig herausschneiden und in feine Streifen schneiden.

Zwiebeln schälen und hacken.

Knoblauch ebenso.

Öl und **Butter** in einem Topf erhitzen und **Kohl, Zwiebeln** und **Knoblauch** darin dünsten, bis der Kohl weich ist. (dauert gut 25-30 Minuten)

Mit **Balsamico** „ablöschen“ und mit **Salz, Pfeffer, Zucker** und **Piment** würzen.

Geflügelbrühe angießen und aufkochen, anschließend 10 Minuten köcheln lassen.

Die Suppe mit Creme fraiche im Micer bzw. mit dem Stabmixer im Topf glattrühren, bis eine cremige Suppe daraus geworden ist.

Schnittlauch waschen und in Ringe schneiden.

Die Suppe noch abschmecken und dann beim Anrichten auf den Teller mit einem Klecks Creme fraiche und Schnittlauch dekorieren.

Nicht nur im Winter lecker, günstig und gesund ;-)

Auch als pfiffige Vorspeise ein „Farbakzent“ in jedem Menü.

Köttbullar mit Brunsås

(für 4 Personen)

Zutaten

3 EL Semmelbrösel
2 TL Kartoffelmehl
200ml Milch
1 Zwiebel

400g gem.
Hackfleisch
Salz, Pfeffer, Muskat
Piment

Brunsås - Braune
Soße
400ml Fleischbrühe

2 EL Butter
2 EL Weizenmehl

50ml Sahne
2TL Worcester-
Sauce oder Maggi
oder Sojasauce
Salz, Pfeffer

Zubereitung

In einer Schüssel **Semmelbrösel**, **Kartoffelmehl** und **Milch** verquirlen und 10 Minuten quellen lassen.

Backofen auf 120-140 Grad vorheizen.

Derweil **Zwiebel** schälen und fein würfeln.

In einer Pfanne **Butter** schmelzen und die **Zwiebel** darin glasig dünsten.

In einer Schüssel **Hackfleisch** mit **Zwiebeln** und Milch-Mehl-Masse mischen. Mit **Salz, Pfeffer, Piment** und **Muskat** würzen.

Mit feuchten Händen aus der Masse ca 3cm dicke **runde Fleischbällchen** rollen.

In einer großen Pfanne in Butterschmalz kräftig anbraten und schwenken, bis sie außen rum gleichmäßig braun und knusprig sind.

Eine Bratenform mit Küchenkrepp auslegen und die gebratenen Köttbullar hineingeben und im Backofen fertigbacken.

Den Bratensatz in der Pfanne mit **Fleischbrühe** ablöschen und bei Seite stellen.

In einem Topf Butter schmelzen und darin Mehl anschwitzen, bis es eine dunkelgoldene Farbe annimmt.

Die **Fleischbrühe** unter ständigem Rühren angießen, **Sahne** zugeben und mit **Soja-Sauce/Maggi, Salz** und **Pfeffer** würzen.

Als Beilage gibt es Salzkartoffeln und
Preiselbeer(marmelade) !

Kartoffelschnee

(Beilage für 4 Personen)

Zutaten

**800g Kartoffeln,
mehlig
Salz**

**Fleur de Sel
(Salz)
Pfeffer,
Muskat**

Zubereitung

**Kartoffeln schälen und in ca 1cm
kleine Würfel schneiden.**

In einem Topf Wasser aufkochen, salzen
und die Kartoffeln darin 10 Minuten
garen.

Kartoffeln in ein Sieb abgießen.

**Dann heiß in passenden Portionen
durch eine Kartoffelpresse als
Schnee direkt auf den Teller
pressen.**

Die adelige Variante:

Eventuell auf dem Teller dann mit etwas
**gemahlenem Pfeffer, geriebener
Muskatnuss** und **Fleur de Sel** als
Garnitur würzen!

Pressgurka- Schwedischer Gurkensalat

(für 4 Personen)

Zutaten

200g Salatgurke
½ Bund Petersilie
2 EL Essig
2 EL Zucker
2 EL Honigsenf
50ml Wasser
50ml Sahne
½ TL Salz
Pfeffer

Zubereitung

Gurke waschen und ganz fein mit dem Gemüsehobel hobeln.

Petersilie waschen und fein hacken
In einer Schüssel **Essig, Zucker, Honigsenf** mit **Wasser & Sahne** zu einem Dressing mischen und mit **Salz und Pfeffer** würzen.

Dressing und Gurkenscheibchen gut vermischen und mindestens eine Stunde durchziehen lassen!

Kanelbullar - traditionelle Schwedische Zimtschnecken

(ergibt 40 Stück)

Zutaten

Zubereitung

Teig:

50g frische Hefe

100g Butter

500ml Vollmilch

100ml heller Sirup

od. 70g Zucker

½ TL Salz

**750g Weizenmehl
(od. Dinkel)**

Für die Füllung:

50g Butter

50g Zucker

4TL Zimt, gemahlen

Garnitur:

1 Ei

2 EL Hagelzucker

Hefe in eine Rührschüssel bröckeln.

In einem Topf **Butter** schmelzen, **Milch** angießen und lauwarm erhitzen.

Dann Milch-Butter in die Rührschüssel geben und rühren, bis die Hefe aufgelöst ist.

Sirup bzw. Zucker zugeben sowie etwas **Salz**, dann alles gut verrühren.

Langsam das Mehl in die Rührschüssel zugeben unditerrühren bzw. kneten, bis sich der Teig von der Schüssel löst und eine schöne gleichmäßige Konsistenz hat.

Teig eine **halbe Stunde** zugedeckt warmstellen und gehen lassen. **Backofen auf 250 Grad vorheizen.**

Für die Füllung Zucker, Zimt und warme Butter vermischen.

Den Teig noch einmal von Hand durchkneten, und in **zwei Portionen rechteckig** ausrollen.

Die **Füllung** auf den beiden Teigflächen verstreichen und die Rechtecke von der langen Seite aus einrollen. Diese Rollen dann in je 20 Scheiben schneiden und diese als Schnecken auf Backpapier auf einem Blech bzw. mehreren Blechen auflegen (nicht zu eng!)

Ei verquirlen und damit die **Schnecken** bepinseln, dann mit **Hagelzucker** überstreuen.

Im Ofen bei 250 Grad für 8 Minuten backen, bis sie auch an der Unterseite goldbraun sind. Auf einem Backgitter auskühlen lassen und genießen!