

Senf und Fleisch:

Lammkoteletts in Senfsauce

Zutaten: 2 Knoblauchzehen, 6 EL kaltgepresstes Rapsöl, Salz, Pfeffer, 12 Lammkoteletts, 400ml trockener Weißwein, 4 EL Butter, 5 EL Klassik Senf.

Zubereitung:

- Die Knoblauchzehen abziehen und in grobe Stücke schneiden.
- Aus der Hälfte des Öls, dem Knoblauch und etwas Salz und Pfeffer eine Marinade herstellen.
- Die Lammkoteletts in der Marinade wenden und an einem kühlen Ort 10 Stunden ziehen lassen.
- Das restliche Öl in eine Pfanne geben, erhitzen und die Koteletts darin von beiden Seiten braten, bis sie leicht braun sind.
- Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und warm stellen.
- Den Bratenfonds mit dem Weißwein ablöschen, die Butter unterschlagen und den Senf einrühren.
- Die Koteletts mit der Sauce servieren. Dazu schmecken hervorragend frisches Weißbrot und Salat oder grüne Bohnen mit Folienkartoffeln. Tipp: Im Sommer schmecken die Lammkoteletts besonders gut vom Holzkohलगrill. Auf dem Grill müssen sie von jeder Seite etwa fünf Minuten lang gegart werden.

Senf und Fleisch:

Pikantes Rindergulasch

Zutaten für 4 Personen: 1 Bund Suppengrün, 1 kg geschnittenes Rindergulasch, 5 EL kaltgepresstes Sonnenblumenöl, 2 Lorbeerblätter, 1/2 TL Thymian, Salz, Pfeffer, 400ml trockener Rotwein, 1 EL gekörnte Rinderbrühe 1 TL Sojasauce, 4 EL Klassik Senf, 3 EL Mehl.

Zubereitung:

- Das Suppengrün putzen, waschen und klein schneiden.
- Das Fleisch im heißen Öl von allen Seiten anbraten.
- Das Suppengrün, die Kräuter und Gewürze zugeben und mit 500ml Wasser und dem Rotwein ablöschen. Das Gulasch zugedeckt 1 Stunde schmoren.
- Das Gulasch mit gekörnter Rinderbrühe, Sojasauce und Senf abschmecken, das Fleisch herausnehmen und warm stellen.
- Die Sauce durch ein feines Sieb passieren und nach Wunsch mit Mehl binden.

Senf und Eier:

Eier in Senfsauce

Zutaten: 8 Eier, 40 g Butter, 2 EL scharfer Senf, 50 g Mehl 500 ml Fleischbrühe, 1 TL Zucker, Salz, Pfeffer, 1 mittelgroße Tomate, Petersilie.

Zubereitung:

- Eier hart kochen, kalt abschrecken, pellen und der Länge nach halbieren.
- Butter in einem Topf schmelzen, Senf und Mehl kurz darin anschwitzen und mit der Fleischbrühe ablöschen.

- Die Sauce kurz aufkochen lassen mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

- Die Sauce in eine flache Schale füllen, die Eierhälften hineinlegen mit einer gewaschenen und geschälten Tomate u. Petersilie garnieren.

Vegetarisches Gericht mit Senf:

Indischer Reis mit Senfsamen

Zutaten für 4 bis 6 Personen: 225 g Basmati-Reis, 1-2 EL kaltgepresstes Sonnenblumenöl, 1 Zwiebel gehackt, 1 Knoblauchzehe, zerdrückt, 1 große Möhre, grob gerieben, 1 TL Kreuzkümmelsamen, 2 TL gemahlener Koriander, 2 TL braune oder schwarze Senfsamen, 4 Kardamomkapseln, 450 ml Gemüsebrühe oder Wasser, 1 Lorbeerblatt, 75 g ungesalzene Nüsse, etwa Cashewkerne, Mandeln, oder Pistazien, Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer, gehackte frische Petersilie oder gehacktes Koriandergrün zum Garnieren

Zubereitung:

- Reis waschen und abtropfen lassen, Öl erhitzen und darin Zwiebel, Knoblauch und Möhre 2-3 Minuten braten. Reis Kreuzkümmel, Koriander, Senfsamen und Kardamomkapseln hinzufügen und unter Rühren eine weitere Minute garen.
- Gemüsebrühe und Lorbeerblatt hinzufügen. Kräftig abschmecken, zugedeckt bei schwächster Hitze etwa 10 Minuten köcheln lassen. Vom Herd nehmen und zugedeckt 5 Minuten ruhen lassen.
- Lorbeerblatt und Kardamomkapseln entfernen, Nüsse untermischen. Petersilie oder Kardamomkapseln entfernen, Nüsse untermischen.
- Mit Petersilie oder Koriandergrün garnieren.

Vegetarisches Gericht mit Senf:

Vegetarische Senfwürste

Zutaten für 4 Personen: 115g frische Vollkornmehlbrösel, 175 g reifer Cheddar oder Caerphilly gerieben, 2 EL fein gehackter Lauch oder Frühlingszwiebeln, 2 EL gehackte frische Petersilie, 1EL gehackter frischer Majoran, 1 EL Klassik Senf, 2 Eier, davon 1 getrennt, 40g getrocknete Semmelbrösel, Öl zum Frittieren (kaltgepresstes Rapsöl ist bis 160 °C erhitzbar), frisch gemahlener schwarzer Pfeffer.

Zubereitung:

- Frische Semmelbrösel aus Käse, Lauch, Petersilie, Majoran und Senf vermischen. Ein ganzes Ei und ein Eigelb hinzufügen, mit Pfeffer abschmecken. Aus der Mischung acht Würste formen.
- Das Eiweiß verquirlen. Getrocknete Semmelbrösel in eine Schale geben. Die Würste in das Eiweiß tauchen und anschließend in den Semmelbröseln wenden.
- In einem Topf oder einer Friteuse das Öl erhitzen. Die Würste etwa 2 Minuten goldgelb frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Heiß servieren und Kartoffelpüree mit Butterkohl dazu reichen. Tipp: Die Mischung ist anfangs noch trocken, wird aber geschmeidig, wenn man sie leicht durchknetet.

Rezepte mit Senf

www.saar-senf.de

Senf und Fisch:

Zander in Kräutersensfsauce

Zutaten für 4 Personen: 4 Zanderfilets, 2 EL Zitronensaft, Salz, 150g Mehl, 2 EL kaltgepresstes Rapsöl, 125ml Fischfonds, 3 EL Kräutersenf, 100g Schmand.

Zubereitung:

- Die Fischfilets säubern, mit Zitronensaft beträufeln und salzen. In Mehl wenden und bei mittlerer Hitze im heißen Öl von beiden Seiten in 3 bis 5 Minuten hellbraun braten.
- Zanderfilets aus der Pfanne nehmen warm stellen.
- Den Fischfond, Senf und Schmand zum Bratenfond geben, verrühren und kurz aufkochen lassen
- Die Fischfilets auf vorgewärmte Teller legen, die Sauce darübergießen und servieren. Dazu schmecken Petersilienkartoffeln, Bandnudeln oder Reis.

Tipp: Das Wenden von Fischfilets in Mehl hat den Vorteil, dass es sich hierbei um die einfachste Form von Panade handelt. Sie umschließt den Fisch und lässt ihn beim Braten nicht austrocknen.

Senf und Fisch:

Senf-Zitronen-Makrele

Zutaten für 4 Personen: 4 Makrelen gesäubert und entgrätet, Salz, Pfeffer, 175 bis 225g junger Spinat als Beilage. Für die Senf-Zitronen-Butter: 115g Butter zerlassen, 2 EL Estragon Senf, Zitronenschale, 2 EL frisch gepresster Zitronensaft, 3 EL gehackte frische Petersilie.

Zubereitung:

- Den Fisch auf jeder Seite mehrmals einschneiden und von innen und außen würzen.
- Für die Senf-Zitronen-Butter die zerlassene Butter mit den übrigen Zutaten verrühren. Die Makrele auf den Grillrost legen, mit Senfbutterm bestreichen und von jeder Seite 5 Minuten grillen.
- Vier große Teller mit Spinatblättern belegen und die Makrelen darauf anrichten. Restliche erhitzte Senfbutterm darüber träufeln.

Tipp: Zum Entgräten den Fisch mit der Hautseite nach oben auseinander klappen und mit dem Handballen fest darüber fahren, um das Rückgrat zu lösen. Den Fisch umdrehen und die Mittelgräte in einem Stück abheben.

Senf und Gemüse:

Lauch mit Senf-Dressing

Zutaten für 4 Personen: 8 schlanke Stangen Lauch, 1 bis 2 Scharfer Senf, 2 TL Weißweinessig, 1 hart gekochtes Ei längs halbiert, 5 EL kaltgepresstes Leindotteröl, 2 TL gehackte frische Petersilie

Zubereitung:

- Lauchstangen in gleich lange Stücke schneiden und über kochendem Wasser gar dämpfen. Senf mit Essig verrühren, Eigelb hinzufügen. Fein zerdrücken. Öl unterschlagen, bis eine glatte Sauce entsteht. Nach Geschmack würzen.

- Lauch aus dem Dampfeinsatz nehmen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Dann auf eine Servierplatte geben, das Dressing darüber träufeln, abkühlen lassen. Fein gehacktes Eiweiß und Petersilie über den Lauch streuen und bis zum Servieren kalt stellen.

Tipp: Dieses Gericht wird zwar kalt serviert, der Lauch sollte aber noch warm sein, wenn man das Dressing darüber gibt, damit er das volle Aroma des Senfs annimmt.

Senf und Gemüse:

Käse-Senf-Gemüseauflauf

Zutaten für 4 Personen: 4 Zucchini in Scheiben geschnitten, 115 g grüne Bohnen, halbiert, 4 große Tomaten, 50g Butter, 1 Zwiebel in Ringe geschnitten, 40 g Mehl, 2 TL Knoblauch Senf, 450 ml. Milch, 150 ml Naturjoghurt, 1 TL getrockneter Thymian, 115 g reifer Cheddar, Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer, 4 EL frische Vollkornsemmelbrösel

Zubereitung:

- Eine Zucchini und Bohnen 5 Minuten blanchieren. Abtropfen lassen und in eine flache Auflaufform geben. Tomaten enthäuten, in Scheiben schneiden. Alle Tomatenscheiben bis auf drei obenauf legen.
- Die Butter zerlassen und die Zwiebel 4-5 Minuten glasig dünsten. Mehl und Senf einrühren und 1 Minute anschwitzen. Die Milch nach und nach unterschlagen, bis eine glatte Sauce entsteht. 2 Minuten köcheln lassen
- Joghurt, Thymian und Käse einrühren dabei die Sauce nicht mehr köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Die Sauce über das Gemüse gießen und die mit 1 EL Sonnenblumenöl vermischten Semmelbrösel darüber streuen. Unter einem vorgeheizten Grill goldbraun und knusprig garen, dabei darauf achten, dass die Semmelbrösel nicht verbrennen. Mit den zurückbehaltenen Tomatenscheiben garnieren und servieren.

Tipp: Dazu passt knuspriges Weißbrot und grüner Salat