



## Fernsehkochen mit Dresden-TV

### Vorspeise

### Kürbis – Apfel – Süsschen

### Hauptgang

### Entenbrust mit Spitzkohl und

### Sächsischen Quarkkeulchen

### Dessert

### Schokokuchen an Mango-Joghurt

### und beschwipsten Waldfrüchten



## Rezept Vorspeise Kürbis-Apfel-Süsschen

### Zutaten:

2 EL Öl / 1 EL Butter / 750ml Hühnerbrühe / Schlagsahne oder Kokosmilch  
500 g Kürbisfleisch / 1 große Zwiebel / 1 Kartoffel / 1 Fenchel / Paprika  
Ingwer / 1 TL Curry / Kurkuma / Lauch / Porree / Möhren / 2 Äpfel  
125 ml Milch / 1 Lorbeerblatt / Prise Zucker / 2 EL Brandy (Brandwein)

### Zubereitung:

Die Zwiebel würfeln, in Butter und Öl dünsten. Kürbis, Äpfel, Fenchel, Paprika und Kartoffeln in Würfel schneiden und zu den Zwiebeln geben. Die Gewürze hinzu geben und alles miteinander vermischen.

Dann mit Hühnerbrühe ablöschen, Salz, Zucker und Lorbeerblatt hinzugeben. Kurz aufkochen lassen und dann bei kleiner Hitze ca. 20 Minuten garen. Lorbeerblatt herausnehmen und in einem Mixer pürieren. Nochmals auf dem Herd erhitzen und die Milch zugeben.

Mit Sherry abschmecken und mit etwas Schlagsahne oder Kokosmilch servieren.

Für den Grundfonds: Wurzelwerk, Zwiebel, Chili, Ingwer, Gewürze etwa 2 Stunden köcheln lassen.

Den Rucola waschen und Trocken tupfen. Rapsöl erhitzen und den Rucola Blatt für Blatt ca. 10sek. frittieren.





## Rezept Hauptgang

### Entenbrust mit Spitzkohl und sächsischen Quarkkeulchen

#### Zutaten

4 Entenbrüste  
Für die Soße:  
Wurzelgemüse / Pilze nach Wahl / 1 Liter Rotwein  
1 Tube Tomatenmark / Pfeffer und Salz / Honig / Cranbarries

Für Quarkkeulchen:  
1kg Mehlig kochende Kartoffeln / 500g Quark / 2 Eier / Mehl  
Kräuter, Pfeffer, Salz

1 Spitzkohl  
Weißwein, Creme Fraiche, Salz, Pfeffer und Kräuter

#### Zubereitung

Die Entenbrüste anbraten und im Backofen bei 120C° zu Ende garen (innen noch rosa).

Für die Quarkkeulchen Kartoffeln kochen oder dämpfen. Aus den Kartoffeln, Eier, Quark und Mehl eine Masse formen(darf nicht kleben). Um etwas Schwung rein zu bekommen, mit Sekt aufspritzen.

In Butter ausbacken und im Backofen bei 80C° warm halten.

Für die Soße die Fleischreste anbraten und mit Rotwein einkochen lassen. Mit Butter klären.

Den Spitzkohl blanchieren. In Butter nach braten und mit Weißwein ablöschen. Frische Kräuter dazu geben und mit Creme Fraiche binden.



## Rezept Dessert

### Schokokuchen an Mango-Joghurt und beschwipsten Waldfrüchten

#### Zutaten

frische Beeren nach Wahl  
250g Joghurt, Schmand, Creme fraiche  
Vanille, Zucker, Sherry  
1 Flugmango

200g Schokokuchen

#### Zubereitung

Sie können den Schokokuchen selber backen! Aber den Brownikuchen gibt es auch fertig, zu kaufen. Einfach noch einmal kurz in dem Backofen aufwärmen. Dann in ein Glas in kleinen stücken geben.

Für die Beeren verwenden Sie Blaubeeren, Himbeeren oder Beeren Ihrer Wahl. In einer Schüssel mit Sherry, Zucker und Vanille leicht einmassieren.

Den Joghurt(10%) mit Creme Fraiche und Quark glatt rühren. Dann die Mango klein schneiden und gut durchmischen. Unter den Joghurt heben. Mit Zucker und Vanille abschmecken.

Zuerst den Kuchen in das Glas, dann eine Schicht Joghurt und dann die Früchte. Zuletzt mit Pfefferminz dekorieren

