

# Kochen mit Frau Steigenberger

Beitrag von „Thanandon“ vom 17. August 2006 um 16:23

Vor kurzem auf VOX in der Serie "Das perfekte Dinner".

Eine sehr gute Sendung!

Viel Spaß!

=====

Vorspeise: Erbsen-Minzsuppe mit Krabben

Zutaten:

Zutaten (für 5 Personen)

500 g Erbsen

500 g Zuckerschoten, klein geschnitten

1 Bund Schnittlauch, gehackt

5 Schalotten

1 Knoblauchzehe

50 g Puderzucker

1 l Gemüfefond

750 ml süße Sahne

Butter, Olivenöl

3 Zweige Minze

500 g Krabben

Zubereitung:

Die Schalotten und den Knoblauch schälen, würfeln und in Butter und Olivenöl anschwitzen. Dann die Erbsen und Zuckerschoten dazugeben, mit Puderzucker bestäuben und ebenfalls darin anschwitzen. Anschließend mit Gemüfefond ablöschen und die Minzblätter dazugeben.

Das Ganze 10 Minuten kochen lassen und danach pürieren.

Die Krabben in Butter leicht anbraten und die Sahne aufschlagen.

Zum Servieren die Suppe in die Teller geben und die Krabben dazugeben. Mit einem Klecks Sahne und Schnittlauch garnieren.

Hauptspeise: Hühnchen mit Balsamicozwiebeln

Zutaten:

Zutaten (für 5 Personen)

2 Hähnchen (fertig ausgenommen)

Öl

1 l Rotwein  
1 l Hühnerbrühe  
3 rote Paprikaschoten  
6 Schalotten  
2 Gläser Balsamicozwiebeln  
100 ml alter Pflaumenbalsam  
Salz  
Pfeffer  
1 EL Zucker  
1 Zweig Thymian  
Mehl und Butter für eine Mehlschwitze  
500 g Nudeln  
3 Zucchini

#### Zubereitung:

Die Hähnchen in einem Bräter mit Öl von beiden Seiten anbraten, bis sie eine braune Kruste haben. Dann den Deckel auf den Bräter setzen.

Paprika in Stücke schneiden, ebenso die Schalotten und beides mit in den Bräter geben und leicht andünsten. Anschließend das Ganze mit Rotwein aufgießen und die Brühe hinzufügen. Nun salzen, pfeffern und den Zucker zugeben. Dann den Thymian zugeben und alles 1 Stunde im Backofen bei 150 °C garen lassen. Anschließend die Balsamicozwiebeln mit dem eigenen Saft aus dem Glas sowie den Pflaumenbalsam zugeben und weitere 30 Minuten garen lassen.

In der Zwischenzeit die Zucchini in dünne Streifen schneiden. Nudeln im Salzwasser kochen und kurz bevor die Nudeln al dente sind, die Zucchinistreifen dazugeben.

Von der Flüssigkeit aus dem Bräter ca. 1/2 Liter für die Soße abnehmen und den Rest auf 180 °C bei offenem Bräter weiterbraten lassen.

Dann aus Mehl und Butter eine Mehlschwitze herstellen und mit der abgenommenen Flüssigkeit aufgießen und abschmecken. Die Soße soll ganz leicht süß-säuerlich schmecken.

Zum Servieren die Zucchini-Nudeln auf dem Teller anrichten, das in der Zwischenzeit fast zerfallene Hähnchen daraufgeben und mit der Soße übergießen.

Dessert: Ziegenkäse-Soufflé

#### Zutaten:

Zutaten (für 5 Personen)

Ziegenkäse-Soufflé  
2 Eigelbe  
60 g Zucker  
20 g Ziegenkäse

60 g Quark  
3 Eiweiße  
20 g Mehl  
etwas Weizenpuder  
Butter und Zucker für das Einfetten der Förmchen  
Soße  
2 Schälchen Himbeeren  
etwas Puderzucker

Zubereitung:

Für das Ziegenkäse-Soufflé die Eigelbe und 20 g Zucker schaumig rühren. Den Ziegenkäse und den Quark mit etwas Weizenpuder vermengen, bis eine glatte, nicht zu dicke oder zu dünne Masse entsteht. Dann die Eigelb-Zuckermischung der Quarkmasse hinzufügen.

Die Eiweiße und dem restlichen Zucker zu steifem Schnee schlagen und unter die Käsemasse heben. Mit etwas Mehl bestäuben und in gebutterte und gezuckerte Förmchen füllen. Zum Schluss bei 200 °C 20 bis 25 Minuten backen.

Die Himbeeren mit Puderzucker pürieren und als Soße dazu reichen.

[Quelle](#)