

2015

0 km Transport!



SONJA MOOR

Hofladen

Ernst-Thälmann-Straße 14
16356 Hirschfelde (Werneuchen)

Öffnungszeiten

Fr-So, 13:00-17:00 Uhr und nach Vereinbarung

Bestellungen

Sonja Moor 0179 734 71 49 | sonja@moor-tv.com

Führungen

jeden Sonntag, 10:00 Uhr

Wir treffen uns am Bronzehirsch beim Dorfteich

Rezepte

Sabine Schneider | 2015 / 5. Ausgabe



ganz & einfach tempofrei kochen
Dieter Moor & Sabine Schneider

Läden

Brodowin

www.brodowin.de

Bernau

www.gruenbaer-naturkost.de

Panketal

www.bioladen-freyland.de

Strausberg

www.bioladen-strausberg.de

Petershagen

www.gruenerladen.eu

Potsdam

www.schalotte-naturkost.de

Berlin-Pankow

www.kiezladen-pankow.de

Potsdam

www.essclusiv-potsdam.de

Köpenick Feinkost Greif

www.branchenbuch.meinestadt.de/berlin/company/9940371

Berlin-Friedrichshain

www.yelp.de/biz/marias-bio-naturkost-berlin

Lieferservice

Brodowiner Ökokorb

www.brodowin.de

www.sonja-moor-landbau.de

www.fair-regional.de

www.gut-hirschaue.de

www.afz-netz.de

www.demeter-im-osten.de

www.foel.de

www.modelldorf-hirschfelde.de

www.slowfood.de

www.meine-landwirtschaft.de

www.markthalle9.de

Wasserbüffel

Die Vorfahren unserer Tiere stammen aus Südostasien. Die Linien, die wir in Hirschfelde züchten, sind bereits vor 250 Jahren nach Mitteleuropa gelangt.

1804 weideten die ersten Wasserbüffel in Brandenburg auf der Pfaueninsel. Seit 2009 pflegen unsere Tiere in der Sommersaison wieder die Feuchtwiesen vor dem Luisen-Bauernhof. In den Naturschutzgebieten, etwa am Rietzer See, Töpchin, Storkow Burgwiesen, Lange-Damm-Wiesen, können Sie die Landschaftspfleger das ganze Jahr über besuchen.

Die Stammherde weidet in Hirschfelde bei Werneuchen und kann jederzeit besucht werden. Unsere Tiere leben ganzjährig im Freien. Sie haben einen großzügigen Unterstand, der sie vor extremen Wetterbedingungen schützt. Sie ernähren sich ausschließlich von Gras, Heu, Wasser und Mineralstoffen. Sie wachsen im Familienverband auf. Die Mütter entwöhnen ihre Kälber nach eigenem Ermessen.

Wir sind bekennende Vatertierhalter. Wir schlachten unsere Jungtiere mit drei Jahren mittels Kugelschuss auf der Weide inmitten ihres gewohnten Umfeldes = 0 km Transport!

Der Schlachtkörper reift 6 Wochen bei unseren Kollegen auf Gut Hirschau und wird dann in die marktüblichen Teilstücke zerlegt und vakuumiert. Das Fleisch hat fast keine Fettauflage, dafür doppelt so viele Vitamine und Mineralstoffe und halb so viel Cholesterin wie Rindfleisch. Es ist zart und doch bissfest, mit einem leicht nussigen Geschmack.



Die schönste Kuh der Welt ...

Die Ahninnen unserer Galloway Rinder sind urtümliche, hornlose Rinder aus Britannien. Die erste Beschreibung liefert der römische Dichter Livius: „Es ist friedfertig, genügsam, widerstandsfähig und langlebig. Es ist klein und gedrungen, das Fell außergewöhnlich gut isolierend mit langem gewelltem Haar. Das Fleisch ist sehr fein und wohlschmeckend.“

Seit mehr als 2000 Jahren pflegen Galloway-Rinder Kulturlandschaften und sensible Naturschutzgebiete. Auch unsere Tiere ernähren sich ausschließlich von dem, was unsere naturbelassenen Weiden bieten. Galloway-Kühe sind erstklassige Mütter, die Vatertiere liebevolle Begleiter ihrer Sprösslinge. Die Kälber kommen mühelos zur Welt und wachsen geborgen im Herdenverband heran. Zuverlässige Untersuchungen ergeben, dass bei keiner anderen Rinderrasse die Fleischqualität auch hinsichtlich humanmedizinischer Aspekte derart günstig ausfällt. Der Anteil an Omega-3-Fettsäuren ist sehr hoch und steht in einem besonders vorteilhaften Verhältnis zueinander.



Dies liegt zum einen an der weitgehend ursprünglichen Abstammung der Rasse, zum anderen an der natürlichen Haltung und Ernährung – was bedeutet, dass unsere Tiere kein zusätzliches Kraftfutter (Getreide, Ölfrüchte etc.) bekommen.

So verbindet sich der hohe gesundheitliche Wert des Fleisches mit seiner wunderbaren Zartheit zu einer außergewöhnlichen Delikatesse.

Unser Leitthema ist die wesensgerechte Haltung unserer Schutzbefohlenen. Unser Handeln ist bestimmt durch Achtung vor dem Leben und Sterben aller Wesen. Wir glauben fest an das Leben VOR dem Tod: „*Man kann den Fortschritt und moralischen Wert einer Gesellschaft daran messen, wie sie mit ihren Tieren umgeht.*“ (M. Gandhi)

Warenkunde

Da die einzelnen Teile im Norden und Süden sehr unterschiedlich benannt werden, erläutern wir kurz, wie Sie die Teile mit den von uns ausgewählten Bezeichnungen in Ihrer Küche verwenden können.

Zum Kurzbraten geeignet:

Filet, Filetkopf, Hüftsteak, Lendenschnitte wie Entrecôte und Rumpsteak

Zum Sieden und Kochen:

Suppenfleisch, Tafelspitz

Zum Schmoren:

das bedeutet kurzes Anbraten und dann langsames Garen mit anderen Zutaten in einem geschlossenen Topf z.B. Filetkopf, Hamburger Rolle, Rouladen, Lendenschnitte

Zum Braten:

das bedeutet kurzes Anbraten und dann fertig Garen in einer offenen Form im Rohr, z.B. Roastbeef

Wurst und Schinken

stellen wir nach Demeter-Richtlinie her, ohne Pökelsalz

Fertiggerichte im Weckglas

stellen wir ohne Konservierungsstoffe her, mit größtmöglichem Fleischanteil



Schmortopf der besonderen Art

Dieses Rezept stammt von den Flussfischern auf dem Rhône, die gerne gut essen, aber das Essen muß sich möglichst von alleine kochen und es darf auch nichts ausmachen, wenn der Zeitplan nicht eingehalten werden kann und das Mahl sich leicht verzögert.

1kg Wasserbüffelfleisch vom falschen Filet in dünne Scheiben schneiden, 1kg Gemüsezwiebeln, halbieren und in dünne Scheiben schneiden, Salz und Pfeffer, Olivenöl

Für die Marinade:

1 Flasche guten Côtes du Rhône

3 Lorbeerblätter

2 Nelken

1 größeres Stück Orangenschale

2 EL Olivenöl

5 in dünne Scheiben geschnittene Knoblauchzehen.

Die Fleischscheiben 24 Std in der Marinade einlegen.
Backrohr auf 180° vorheizen.

Die Zwiebeln mit Salz und Pfeffer vermischen.

Die Fleischscheiben aus der Marinade nehmen. Einen Schmortopf mit gut schließendem Deckel mit Olivenöl ausreiben, den Boden mit Zwiebelringen bedecken, dann Fleischscheiben schuppenartig darauf schichten, dann wieder Zwiebeln usw. Mit Zwiebeln anfangen und mit Zwiebeln enden. Die Orangenschale aus der Marinade nehmen, die Marinade über den Topfinhalt gießen, den Deckel schließen und für 3 Stunden in das Backrohr schieben. Die Temperatur nach 30 Min auf 150° reduzieren. Den Topf erst öffnen, wenn alle am Tisch sitzen und dazu Kartoffelbrei oder Bandnudeln servieren.

Wenn ihr Topfdeckel nicht gut schließt, dann nehmen Sie vierfache Alufolie, die größer als der Topf ist und legen diese zwischen Topf und Deckel.

Wasserbüffel à la Stroganow

Ebenfalls aus dem Filetkopf haben wir ein wunderbares „Wasserbüffel à la Stroganow“ gekocht. Das Essen reicht für 4 Personen.

1 Filetkopf (400–500g) zweimal der Länge nach durchschneiden, so dass man 3 längliche Fleischstücke erhält und dann quer in sehr dünne Scheiben schneiden

3 Schalotten, klein würfeln

300g Champignons halbieren und dann blättrig schneiden

3 Gewürzgurken, klein würfeln

1–2 TL Dijonsenf

1/2 Becher saure Sahne,

Salz und Pfeffer, Olivenöl oder Gänseschmalz

etwas Petersilie fein hacken

In einer Pfanne das Fett erhitzen und portionsweise die Fleisch-medallions auf großer Flamme von beiden Seiten anbraten, mit einem Schaumlöffel aus der Pfanne holen und in einen Topf geben.

Wenn das Fleisch gemacht ist, in der gleichen Pfanne wieder etwas Fett und auf großer Flamme die Zwiebeln mit den Pilzen anbraten, leicht salzen und pfeffern und zu dem Fleisch geben. Nun die saure Sahne mit etwas lauwarmem Wasser verrühren, in der Pfanne kurz erhitzen, damit sich die Röststoffe lösen, Senf und die Gewürzgurken dazu, kurz aufkochen lassen und alles zusammen zu dem Fleisch in den Topf geben.

Jetzt den Topf auf die Flamme stellen, die Zutaten miteinander verrühren, erhitzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann mit Petersilie bestreut servieren.

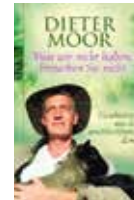
Dazu passt ausgezeichnet Kartoffelbrei.

Büffelsteak

2 Scheiben Filet mit etwas Pfeffer und Olivenöl einreiben, kurz ruhen lassen und dann von beiden Seiten auf großer Flamme kurz anbraten und dann salzen.

Mit 4 cl Cognac ablöschen und dann halben Becher Sahne dazugeben, nochmal von beiden Seiten je 2 Min auf kleiner Flamme köcheln und mit der Sauce auf vorgewärmten Tellern servieren. Dazu Pommes.

Ein sagenhaft wunderbares „Fastfood“!



Schmortopf mit Büffel

für 2-4 Personen

Zutaten

- 1 Filetkopf (400-500g)
- 1 rote Zwiebel, 1 Zehe Knoblauch, beides fein würfeln
- 2 Roma-Tomaten klein würfeln
- 2 getrocknete Tomaten in dünne Streifen schneiden
- 1 Glas Rotwein
- 1/2 Glas Büffelfond von Sonja Moor
- ca. 1/2 Becher Sahne
- Olivenöl, fruchtiges Wildgewürz, Salz und Pfeffer

Aus einem TL Wildgewürz, 2 EL Olivenöl und 1/2 TL Salz eine Paste herstellen und damit das Filetstück gut einreiben, abdecken und kühl stellen. Während das Fleisch ruht, alle anderen Zutaten vorbereiten.

In einem Schmortopf etwas Olivenöl erhitzen, darin das Fleischstück von allen Seiten anbraten, Zwiebel und Knoblauch dazu, etwas anschmoren, dann Tomaten und getrocknete Tomaten, wieder etwas anschmoren, mit Rotwein löschen, aufkochen lassen, den Fond dazu, Deckel schließen und 1/2 Stunde auf kleiner Flamme köcheln.

Deckel weg, Sahne dazu, mit Salz und Pfeffer abschmecken und offen noch einmal 10-15 Min köcheln lassen.



Dazu entweder Papardelle mit Parmesan oder auch Spätzle und eine große Schüssel grünen Salat.

Schmorbraten vom Wasserbüffel

Dafür bereiten wir als erstes das Bratenstück vor:

ca. 1 kg Braten aus Bug oder Schulter

100g Speck in Streifen schneiden, Schwarte aufheben

1 Bund Petersilie und 1-2 Knoblauchzehen zusammen fein hacken

Salz und Pfeffer und etwas Senf

Die Speckstreifen in der Kräutermischung wälzen und dann den Braten damit spicken. Wenn keine Spicknadel zur Hand ist, mit einem spitzen Messer kleine Schlitze in das Fleisch stechen und da hinein die Speckstreifen drücken. Den Braten salzen und pfeffern, mit etwas Senf bestreichen, in Folie wickeln und im Kühlschrank mind. 2 Std. ruhen lassen. Restliche Speckstreifen aufheben.

2 EL Gänse- oder Entenschmalz

1 große Zwiebel grob würfeln

2 Knoblauchzehen vierteln

2-3 Karotten in größere Stücke schneiden

Speckschwarte

10 Wacholderbeeren leicht zerdrücken

10 cm langes Stück von einer Orangenschale (ohne das Weiße)

2 Lorbeerblätter

Kräutersträußchen aus 1 Ast Rosmarin, 2 Zweigen Thymian und mehreren Stängeln Petersilie

1 großes Glas Rotwein

1 Tasse Fleischbrühe

Crème fraîche oder Sahne nach Belieben



Das Fett in einem Schmortopf erhitzen, den Braten rundum anbraten, dann alle Zutaten bis auf die letzten 3 rund um das Fleisch und obendrauf legen, kurz andünsten. Mit dem Rotwein ablöschen, ca. 10 Min bei großer Flamme kochen lassen. Jetzt die Fleischbrühe dazu und Deckel drauf, das Feuer kleinstellen. Ca. 1,5-2 Std leise köcheln lassen.

Den Braten herausnehmen und zugedeckt warmstellen. Kräutersträußchen, Speckschwarte und Orangenschale aus der Sauce fischen, Crème fraîche dazu, aufkochen lassen und noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Nun das Fleisch aufschneiden auf eine vorgewärmte Platte mit Rand legen und einen Teil der Sauce mitsamt dem Zwiebel- und Karottengemüse direkt auf das Fleisch geben. Den Rest in einer extra Schüssel servieren. Dazu passen hervorragend selbstgemachte Spätzle oder alles andere, das saucentauglich ist.

Fast immer hat man einen Rest beim Bratenessen, damit lässt sich aber noch etwas ganz besonders Gutes anfangen, drum macht es nichts, wenn das Bratenstück ein bisschen zu groß ist.



Rostbraten nach Art der Ungarn

4 dicke Scheiben von der Lende oder der Hamburger Rolle (Falsche Lende), jede Scheibe zu je 175-200g, die Fleischscheiben etwas klopfen.

100g kleinwürflig geschnittener Räucherspeck
4 Zwiebeln, halbiert und dann in dünne Scheiben schneiden
3 TL Rosenpaprika edelsüß
2 EL Butter
1 größere Tasse Fleischbrühe oder 1 Büffelfond von Sonja Moor
und eine halbe Tasse Wasser
Salz
1/8 l Sahne oder auch ein bisschen mehr für Saucenfans

In einem Schmortopf den Speck in etwas Butter anbraten, dann die Zwiebelringe dazugeben und alles zusammen zart andünsten, dabei immer wieder rühren, die Zwiebeln sollen nicht bräunen.

In einer Pfanne daneben mit dem Rest der Butter die Fleischscheiben von beiden Seiten goldbraun anbraten, dann salzen und vom Feuer nehmen. Nun zu den Zwiebeln im Topf den Paprika geben, kurz unterrühren, jetzt die Fleischscheiben auf die Zwiebeln legen, die Fleischbrühe darübergießen, nun den Deckel schließen und alles auf kleinster Flamme 1 Stunde sanft köcheln lassen (ab und zu kontrollieren und eventuell noch etwas Wasser nachgießen). Nach Ende der Garzeit den Rahm unterrühren, noch einmal kurz aufkochen, mit Salz abschmecken und servieren.



Dazu passen am besten geschabte Spätzle oder eine saucentaugliche Nudel.

Hackfleischbällchen auf meine Art

400g Hackfleisch vom Wasserbüffel oder Galloway
2 Eier
1 kleine Zwiebel fein hacken
2 Knoblauchzehen zusammen mit den Nadeln von
2 Rosmarinästen und
3 Salbeiblättern fein hacken
Salz und Pfeffer

Alle Zutaten gründlich vermischen und kühl stellen.
Backrohr auf 170° vorheizen
800g neue Kartoffeln, bürsten und je nach Größe
halbieren oder vierteln
10 Schalotten
3 Tomaten grob würfeln
3 Äste vom Rosmarin in Stücke schneiden
Salz, Pfeffer und
Olivenöl

In eine geölte Auflaufform alle Zutaten, außer dem Fleisch, hineingeben, mit Öl beträufeln, mit einem Löffel vermischen und in das Backrohr schieben.

Aus dem Hackfleisch ca 10 Bälle formen.
Die Auflaufform nach 20 Min aus dem Ofen holen, die Hackfleischbällchen zwischen die Kartoffeln setzen, die Form noch einmal für gut 20 Min in das Backrohr schieben.

In dieser Zeit vermischen Sie:
500g Naturjoghurt
1-2 EL feingehackte Pfefferminze
2 Zehen Knoblauch feinstgehackt und
1 gestr. Teelöffel gemahlenem Kreuzkümmel
Salz und Pfeffer und etwas Chili

Den Yoghurtdip zu den Kartoffeln mit Fleischbällchen reichen.
Dazu vielleicht noch eine große Schüssel grünen Salat.

Fleischbällchen nach Art von Silvena Rowe aus Bulgarien

400g Hackfleisch

1 Zwiebel auf einer feinen Reibe reiben

3 Knoblauchzehen durch die Knoblauchpresse drücken

50g Rosinen

50g Pistazien grob hacken

1/2 TL Paprika

1/4 TL Zimt

2 EL gehackte Pfefferminze

2 EL gehackte Petersilie

Salz und Pfeffer

Backrohr auf 180° vorheizen

Alle Zutaten gut miteinander vermischen und nach kurzer Ruhepause ca 12 Bällchen daraus formen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und in ca 10-15 Min im Backrohr braun backen.

In dieser Zeit:

500g Naturjoghurt mit Harissapaste (mit kleinen Mengen beginnen und immer wieder abschmecken, bis man die persönlich angenehme Schärfe erreicht) und 2 Zehen kleinstgehackten Knoblauch verrühren

Die Fleischbällchen mit dem Dip, einer großen Schüssel Salat und gutem Weißbrot servieren.



Die Büffelsuppe mit Tafelspitz

Zutaten

1 Stück Tafelspitz

1 Stück Suppenfleisch mit Knochen

Suppengrün:

1 Stange Lauch, 2 Karotten, 1 Stück Sellerie

Bouquet garni aus:

ein paar Ästen Petersilie, 1 Zweig Liebstöckel, 2 Lorbeerblättern,

dazu noch 2-3 Blätter vom Weißkraut oder Wirsing

1 Tomate

1 ganze Zwiebel, halbiert und in einer trockenen Pfanne die

Schnittflächen angeröstet

2 Zehen Knoblauch, zerdrückt

2 Macisblüten (Muskatblüten)

Einen großen Topf mit reichlich Wasser aufsetzen, das Suppenfleisch hineingeben, das Wasser zum Kochen bringen, den Tafelspitz dazugeben, aufkochen lassen und mit einer Schaumkelle den Schaum mehrmals abschöpfen.

Dann salzen und pfeffern und nun das gesamte Suppengemüse hineingeben. Aufkochen lassen und anschließend mit leicht schräg aufgelegtem Deckel auf kleiner Flamme leise kochen lassen, ca. 2 Stunden.

Anschließend können wir folgende Mahlzeiten zubereiten ...



Tafelspitz mit Meerrettich-Kapern-Sauce

Für die Sauce

3 EL Butter

3 EL Mehl

Rinderbrühe und

1 Becher Sahne

2 Eigelb

3-4 EL Meerrettich

1 Gläschen Kapern

Schnittlauch

Salz und Pfeffer

Die Butter erwärmen und das Mehl darin unter Rühren anschwitzen. Mit etwa 2-3 Schöpfern Brühe löschen und wieder aufkochen lassen. Die Sauce sollte jetzt sämig, cremig sein.

Nun den Meerrettich und die gut abgetropften Kapern sowie Salz und Pfeffer zufügen. Kurz ziehen lassen.

Die Sahne mit den Eigelb verrühren und in die wieder zum Kochen gebrachte Sauce mit dem Schneebesen einrühren. Jetzt nur noch erhitzen aber nicht mehr kochen! Abschmecken.

Das Tellerfleisch in Scheiben schneiden und in eine weite Schüssel legen. Die Sauce darübergeben und mit Schnittlauch bestreut servieren. Dazu passen Kartoffeln jeder Art und als Gemüse Wirsing oder auch Karotten.



Wasserbüffel-Leberknödelsuppe

Hat man die große Büffelsuppe gekocht, bietet sich an, einen Teil der Brühe für eine gute „Wasserbüffel-Leberknödelsuppe“ zu verwenden. Da die Leberknödel sehr gut und zart schmecken, kann man sie nach Art der Bayern und Österreicher auch etwas größer formen, in Salzwasser garen und dann zu Sauerkraut und G'selchtem (Räucherfleisch) verspeisen.

Leberknödel

9 altbackene Semmeln in dünne Scheiben schneiden
300g Büffelleber durchgedreht
5 Eier
1 großes Bund Petersilie fein hacken
1 Zwiebel feinst hacken
abgeriebene Schale einer kleinen Zitrone (unbehandelt)
1 Tasse Milch
Butter
Salz, Pfeffer, Muskat, evtl. etwas Mehl
reichlich in Röllchen geschnittenen Schnittlauch

Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen, darin Zwiebel und Petersilie dünsten ohne braun werden zu lassen und mit der Milch löschen. Abkühlen lassen. Eier, Leber und Gewürze zu den Semmeln geben, die abgekühlte Milchemischung und dann alles mit den Händen rasch verkneten bis der Teig eine geschlossene Konsistenz hat. Evtl. etwas Mehl oder auch Milch dazugeben, Teig mindestens 15 Min ruhen lassen.

Wenig Salzwasser zum Kochen bringen, einen kleinen Probeknödel kochen. Wenn er zerfällt, noch etwas Mehl zum Teig geben. Die restlichen Knödel (nicht zu groß, sie gehen noch auf) in die kochende Fleischbrühe geben und nach dem Aufkochen eher sieden lassen. Nach gut 20 Minuten, wenn alle Knödel schon länger oben schwimmen, alles in die Suppenterrine geben, mit Schnittlauch bestreuen und servieren.

Da die Wasserbüffelleber eine sehr feine Konsistenz hat und hervorragend schmeckt, eignet sie sich auch hervorragend für ...

Leber klassisch, wie sie die Berliner lieben

ca. 600g Leber in Scheiben geschnitten
2 große milde Gemüsezwiebel halbieren und
in feine Scheiben schneiden
2 Boskopäpfel schälen, Kernhaus entfernen,
in Scheiben (nicht zu dick) schneiden.
Butter
Pfeffer und Salz

Die Zwiebel in einer Pfanne in Butter goldgelb weichschmoren, salzen. Gleichzeitig in einer anderen Pfanne die Apfelscheiben kurz in Butter von beiden Seiten anbraten, so dass sie leicht gebräunt sind, aber nicht zerfallen. Beides warmstellen.

Nun in einer anderen Pfanne die Butter erhitzen, die Leber-scheiben von der einen Seite 2 Min anbraten, wenden, jetzt erst salzen und pfeffern.

Nach ca. 2-3 Min die Scheiben auf eine vorgewärmte Platte legen, die Äpfel und Zwiebel drumherum und obendrauf anrichten und sofort servieren. Dazu passt ausgezeichnet Kartoffelbrei.

Sollten Sie nur ein kleines Stück Leber ergattert haben, dann schneiden Sie kleine Scheiben, wälzen diese in Majoran, braten sie kurz in Butter beidseitig an, salzen und pfeffern und mit gutem Balsamico ablöschen. Diese Leberstückchen heiß mit dem Bratenfond auf Salat servieren.



Rouladen nach Art der Nordmänner

Zutaten

2 Bund Petersilie

12 Schalotten

2 EL Dijonsenf

Crème fraîche

1 Zweig Estragon oder 1 TL getrockneter Estragon

1 Glas Weißwein

Butter

Salz und Pfeffer

Die Petersilie zusammen mit 5 Schalotten sehr fein hacken. 2 EL Senf mit 2 EL Crème fraîche verrühren und damit die Fleischscheiben bestreichen und diese anschließend mit der Petersilien-Zwiebelmischung dicht bestreuen. Rest aufheben. Die Scheiben aufrollen und mit einem Zahnstocher verschließen.

In einem Schmortopf die Rouladen mit den ganzen Schalotten in Butter von allen Seiten anbraten und dann mit Weißwein

ablöschen. Nun den Estragonzweig und die übrige Petersilien-Zwiebelmischung dazugeben und alles bei geschlossenem Deckel ca. 50 Min leise köcheln lassen.

Zum Abschluß Crème fraîche und etwas Senf in die Sauce geben, die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren. Dazu passt Kartoffelbrei und in Butter gedünstete Karotten.



Rouladen nach Art der Jäger und Förster

Zutaten

300g braune Champignons oder Mischpilze sehr fein würfeln
100g Champignons oder Mischpilze in dicke Scheiben schneiden
2 EL getrocknete Steinpilze in Wasser einweichen
ca. 70g durchwachsenes Geräuchertes klein würfeln
1 Bund Petersilie zusammen mit
1 Zehe Knoblauch fein hacken
1 große Zwiebel fein würfeln
2 EL Dijonsenf
1 große Tasse Fleischbrühe
1/2 Becher Sahne
Butter und Olivenöl
Salz und Pfeffer
etwas feingehackte Petersilie

In einer Pfanne Butter erhitzen und darin Speck, Petersilien-Knoblauchmischung, die Hälfte der Zwiebeln und die kleingewürfelten Pilze andünsten, salzen und pfeffern.

Solange dünsten, bis alle Flüssigkeit verdampft ist. Die Rouladen mit Senf bestreichen, dann die Pilzmischung auf den Scheiben verteilen, zusammenrollen und mit Zahnstochern die Rouladen schließen. In einem Schmortopf die Rouladen in Olivenöl von allen Seiten bräunen, die Zwiebel und Pilzscheiben dazugeben, noch etwas andünsten. Nun mit der Brühe ablöschen, die eingeweichten Steinpilze dazugeben und alles ca. 50 Min leise köcheln lassen. Die Sauce mit Sahne verfeinern. Noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken, die frische Petersilie dazugeben und servieren. Dazu passen breite, in etwas Butter und Parmesan geschwenkte, Nudeln und grüner Salat.



Rouladen nach Art der Südländer

200g Ziegenfrischkäse
10 schwarze Oliven ohne Kern und ebenso
6 getrocknete Tomaten möglichst klein schneiden

Nadeln von 1 Rosmarinast, Blättchen von 3 Thymianzweigen,
1 Bund Petersilie und 2 Knoblauchzehen miteinander fein
hacken.

Alle diese Zutaten vermischen, mit Salz und Pfeffer abschme-
cken. Sollte die Mischung sehr trocken sein, mit 1-2 EL Sahne
eine geschmeidige Konsistenz herstellen. Die Mischung auf
die Rouladenscheiben verteilen. Rouladen mit Zahnstochern
verschließen.

Olivenöl, 2 Knoblauchzehen
1 Zwiebel würfeln, 15 schwarze Oliven, 2 Tomaten würfeln
etwas Rosmarin und Thymian
1 Glas Rotwein, Sahne

Die Rouladen in Olivenöl von allen Seiten bräunen, Zwiebel und
Knoblauch kurz mitdünsten, dann die Oliven und Tomaten, den
Rosmarin und Thymian dazu, kurz dünsten und mit Rotwein ab-
löschen, ca. 50 Min köcheln lassen. Sahne nach Belieben, noch
einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.

Dazu passen im Backrohr geschmorte Kartoffeln.



Rouladen für die kalte Jahreszeit oder Weihnachtsroulade

Für die Füllung:

12 kernlose Dörrpflaumen in Streifen geschnitten
40g ger. Speck klein würfeln, 1/2 Gemüsezwiebel klein würfeln,
1/2 Boskopapfel klein würfeln, 30g Walnußkerne klein hacken
1 Messerspitze Chilipulver, 1 Messerspitze Zimt
24%igen Schmand, Salz,
ca. 10 kleingeschnittene Rosmarinnadeln
Butter

Für die Sauce:

6 halbierte Schalotten, ca. 10 Walnüsse grob hacken
1 Zimtstange, 1 Lorbeerblatt, 1 Messerspitze Chilipulver
5 Wacholderbeeren, 1 Nelke, 1 Ast Rosmarin
10 cm dünnst abgeschittene Orangenschale
1 Glas Rotwein, Saft von 1 Orange, ca. halben Becher Sahne

Alle Zutaten für die Füllung in der Pfanne in Butter andünsten, etwas abkühlen. Die Rouladenscheiben dick mit Schmand

bestreichen und dann die Füllung auf die vier Scheiben verteilen, einrollen und feststecken. In einem flachen Schmortopf die Rouladen in Butter von allen Seiten anbraten, die Schalotten und alle anderen Zutaten dazugeben, mit Rotwein löschen und bei geschlossenem Deckel leise köcheln lassen. Immer mal wieder etwas Orangensaft dazugeben.

Am Ende der Garzeit (ca. 45 Min) die Sahne dazugeben, noch einmal ca. 10 Min bei offenem Deckel sanft einköcheln.



Die Sauce noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren. Dazu passt Kartoffelbrei, aber auch Spätzle oder dicke Makkaroni.

Preisliste Wasserbüffel und Galloway-Rind

| Reifung 28 bis 42 Tage | Vakuum verpackt | Preis/kg | Gewicht/kg | Anzahl | Preis/Einheit |
|---------------------------|--------------------------|----------|------------|--------|----------------|
| Filet ganz | zum kurz Braten | € 81,50 | 1,10 | 1 | € 89,65 |
| Filet | zum kurz Braten | € 81,50 | 0,40 | 2 | € 32,60 |
| Filetkopf | zum kurz Braten | € 65,00 | 0,50 | 1 | € 32,50 |
| Roastbeef | Niedertemperatur-Garen | € 65,00 | 0,70 | 1 | € 45,50 |
| Gulasch | zum Dünsten und Kochen | € 28,50 | 1,00 | 1 | € 28,50 |
| Entrecôte | ohne Knochen | € 65,00 | 0,50 | 2 | € 32,50 |
| Rumpsteak | kleiner Fettrand | € 57,50 | 0,50 | 2 | € 28,75 |
| Hüftsteak | zum Grillen | € 46,00 | 0,50 | 2 | € 23,00 |
| Nackensteak | zum Grillen | € 43,00 | 0,50 | 2 | € 21,50 |
| Roulade/Schnitzel | zum Dünsten | € 43,00 | 0,50 | 2 | € 21,50 |
| Rinderbraten | Rostbraten, Schmorbraten | € 33,00 | 1,30 | 1 | € 42,90 |

Frisches 2015

Wasserbüffel-Fleisch

jeweils am Samstag

- | | |
|-----------|----------------|
| 14. März | 5. September |
| 18. April | 3. Oktober |
| 16. Mai | 14. November |
| 13. Juni | 12. Dezember |
| 11. Juli | 9. Januar 2016 |
| 8. August | |



Preisliste Wasserbüffel und Galloway-Rind

| Reifung 28 bis 42 Tage | Vakuum verpackt | Preis/kg | Gewicht/kg | Anzahl | Preis/Einheit |
|--------------------------------|-----------------------|----------|------------|--------|----------------|
| Bürgermeister Braten | aus der Keule | € 33,00 | 1,20 | 1 | € 39,60 |
| Hamburger Rolle | aus dem Rücken | € 33,00 | 2,00 | 1 | € 66,00 |
| Falsches Filet | aus der Schulter | € 33,00 | 1,40 | 1 | € 46,20 |
| Tafelspitz | zum Dünsten | € 33,00 | 1,40 | 1 | € 46,20 |
| Suppenfleisch | Qualitäts-Siedfleisch | € 16,50 | 1,00 | 1 | € 16,50 |
| Beinscheiben | Kochen und Garen | € 28,50 | 0,30 | 1 | € 8,55 |
| Ochschwanz | für die Suppe | € 13,50 | 0,50 | 1 | € 6,75 |
| Zunge/Herz/Leber/Nieren | schockgefrostet | € 13,50 | 1,80 | 1 | € 24,30 |
| Hackfleisch | schockgefrostet | € 17,50 | 0,50 | 1 | € 8,75 |
| Hundefleisch | Fleisch und Sehnen | € 3,50 | 1,00 | 1 | € 3,50 |

Frisches 2015

Galloway-Fleisch

jeweils am Samstag

21. Februar

21. März

17. Oktober

12. Dezember



Preisliste für Edles vom Wasserbüffel und Galloway-Rind Wurstwaren und Schinken

| frische Brühwurst | | Preis/kg | Gewicht/kg | Anzahl | Preis/Einheit |
|-----------------------|--------------------------------|----------|------------|--------|---------------|
| Bratwurst | ohne Schwein | € 23,00 | 0,25 | 4 | € 5,75 |
| Bockwurst | mit Märkischem Sattelschwein | € 17,50 | 0,30 | 3 | € 5,25 |
| Wiener | mit Märkischem Sattelschwein | € 17,50 | 0,28 | 4 | € 4,90 |
| Hamburger (TK) | nur Fleisch, keine Bindemittel | € 23,00 | 0,25 | 3 | € 5,75 |

| Geräuchertes ohne Schwein | | Preis/kg | Gewicht/kg | Anzahl | Preis/Einheit |
|--------------------------------|------------------------------|----------|------------|--------|---------------|
| Salami | Fenchel/Wacholder/Knoblauch | € 70,50 | 0,15 | 1 | € 10,58 |
| Moorbeißer, Landjäger | geräuchert | € 60,00 | 0,10 | 3 | € 6,00 |
| Schinken | geräuchert über Buchenholz | € 88,00 | 0,20 | 1 | € 17,60 |
| Leberwurst ohne Schwein | fein und grob, im Glas, 160g | | 0,16 | 1 | € 5,00 |

Frische Produkte
alle 2 Wochen



Pfannenfertige Gerichte für Zwei



| Fertiggerichte im Weckglas mit über 50% purem Weidefleisch | | Gewicht/kg | Anzahl | Preis/Einheit |
|---|--------------------------------|------------|--------|---------------|
| Braten à la Moor | im Rotweinsud | 0,55 | 1 | € 15,29 |
| Chili con carne | mexikanisch mit Kidneybohnen | 0,55 | 1 | € 10,89 |
| Sauce Bolognese | mit Oregano, Thymian, Rosmarin | 0,55 | 1 | € 10,89 |
| Wiener Gulasch | nach Original Wiener Rezept | 0,55 | 1 | € 13,09 |

Unsere Fertiggerichte werden im Weckglas bei 105 Grad schonend konserviert und beinhalten über 50% pures Weidefleisch.

Alle Zutaten sind zertifiziert. Wir würzen mit Steinsalz, kommen gänzlich ohne Konservierungs- und Farbstoffe aus und verzichten auf jegliche Geschmacksverstärker.

Fotos: Manuel Krug, Steffen Freiling, Dirk Ostermeier, Christoph Flory, Lennie Jauffmann

Layout: sansculotte.net



Unsere Partner

Gut Hirschaue

Im brandenburgischen Oder-Spree-Kreis liegt der kleine Ort Birkholz mit seinem Wildgatter, das mit 185 ha Fläche und mehr als 1000 Damhirschen, Rothirschen, Mufflons und „Märkischen Sattelschweinen“ nach den Richtlinien des ökologischen Landbaus bewirtschaftet wird und einzigartig in Europa ist.

Ein 3,5 km langer Rundweg um die Gehege lädt zum Spaziergang auf eine kleine Wanderung ein. Ein gut ausgebauter Radwanderweg vom Schlaubetal zum Scharmützelsee führt direkt am Gehege vorbei. In unserem Hofladen und Restaurant bieten wir unsere Wildspezialitäten an.



Die Öffnungszeiten entnehmen Sie bitte unter www.gut-hirschaue.de oder unter der Telefonnummer 03366 / 15 27 90.

Hof Beerenblau

Östlich von Berlin ganz in der Nähe von Strausberg Ort Wilkendorf. Von der S-Bahnstation Strausberg-Nord führt ein knapp 2 km langer Wanderweg zu uns.

Seit 1999 bietet Familie Walter, Beerenobst und Geflügel an. Im Winter kommen Flugenten und Weidegänse dazu. Außerdem gibt es Maran-Hühner, Bronzeputen und Kaninchen. Seit 2011 werden Dexter-Rinder gehalten. In der warmen Jahreshälfte können außerdem bis zu 300 reinweiße Friedenstauben zum Fliegenlassen gebucht werden.



Hof Beerenblau
Gudrun Walter
Alt Wilkendorf 24
15345 Wilkendorf bei Strausberg

Tel. 03341 / 25 09 33
info@friedenstauben-berlin.de

Was wir nicht haben, brauchen Sie nicht ...

© Max Moor

