

Freestyle
Cooking

Wolf Modernist



ONE //

Hello //

Well, was Du hier findest ist wirklich nichts Neues. Es ist garantiert auch kein richtiges Kochbuch wie Du sie sehr wahrscheinlich besitzt. Habe ja selber eine kleine Sammlung, denn von dort und den unzähligen Koch-sendungen kommt halt auch die Inspiration. Ein, zwei Sachen sind aber in der DNA, da hat mir meine Lieblingstante was mit auf den Weg gegeben.

Was mir wichtig ist, iss nur das was auch Deine Grossmutter gegessen hätte. Es macht nix mal convenient food zu kaufen, aber wer selber kocht, hat mehr vom Leben. Falls Du mir ein Feedback geben möchtest, schreib auf info@modernist.ch // und nicht vergessen Übung macht den Meister //

Danke allen Freunden auf FB für Eure Unterstützung //

Inhalt //

- **Was mit Spargel**
- **A Schmarren**
- **Macc & Cheese**
- **Fleischlaberl (Hacktätschli)**
- **Kartoffelstock am nächsten Tag**
- **Chnöpfli (Spätzli)**
- **Brot für alle**
- **Calzone**





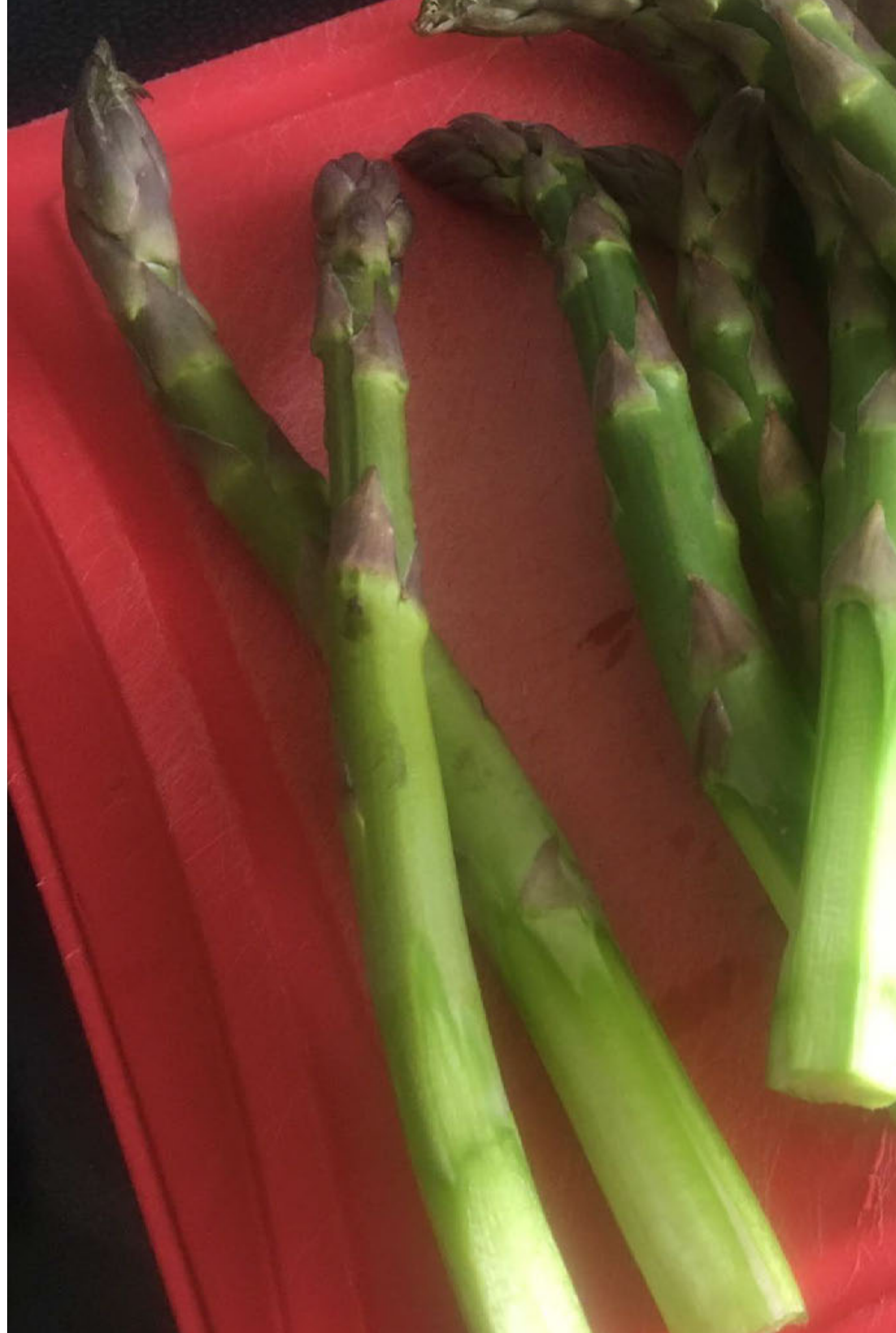
FREESTYLE QUICHE

Was mit Spargel

Rezept

Wie gesagt die Angaben sind halt wage. Zutaten sind für ein rundes Standardblech ausgelegt... :-). Es geht mehr um die Idee und dann das individuelle Zusammenspiel und Vorlieben der Köchin oder des Kochs.

Natürlich kannst Du den Speck weglassen und eine Vega-Variante machen. Ich behalte jeweils die Resten der Spargel und verwende diese dann für eine Suppe. So wenig Abfall wie möglich hat. Up to you as you know //

[illegible]

Let's do it //

1. Spargel in Salzwasser blanchieren, danach auf Eiswasser ruhen lassen.
2. Spinat kochen, danach gut auspressen und auf die Seite stellen.
3. Speck mit Zwiebel schön kross anbraten.
4. Zwei Eier ganz aufschlagen, etwas Rahm dazu, Würzen mit Muskatnuss (!), Salz, Pfeffer, etwas Paprika und Abrieb der Bio-Zitrone. Gut verquirlen.
5. Blech mit Backblech belegen.
6. Teig auf die Grösse des Blechs auswallen, Boden mit bisschen Salz und Paprika bestreuen.
7. Den gut ausgepressten Spinat verteilen, die Speckwürfel mit Zwiebel drauf, Guss darüber, die Spargel nach Belieben anordnen.
8. Mozzarella verteilen (man kann natürlich auch noch etwas würzigen Käse dazugeben).
9. Backofen 180 Grad (am besten vorgeheizt) sicher 15-20 Minuten backen.



Eiswasser hilft dass der Spargel eine schöne Farbe hat



Tiefkühl-Spinat geht also auch

Fotos //



Rote Zwiebeln sind etwas süsser, Speck gut anbraten. Unten: Pizzateig



Für den Guss unbedingt Muskatnuss verwenden. Mis-en-place unten.



Fotos //



Alle Zutaten sind nun zusammen. Bereit für den Ofen (180 Grad)

Ein, zwei Dinge:

- Spinat wirklich gut abtropfen lassen (sonst gibt es einen labbrigen Boden!)
- Gussmenge nach Belieben anpassen.
- Natürlich kann man auch einen Fertigteig kaufen, muss auch nicht unbedingt Pizzateig sein (hatte den halt einfach).
- Wie gesagt, die Abschnitte des Spargels behalte ich und verwende sie für Suppe.



FRÜHLING

Spargelsuppe



Rezept

Entweder man liebt ihn oder eben nicht. Wenn Saison ist, dann mache ich öfters Spargeln. Mal gegrillt, mal als Suppe oder eben als Quiche.

Ein paar Spargelspitzen auf die Seite legen und erst gegen Ende dazu geben. Etwas Kürbiskernöl rundet die Sache noch ganz gut ab.

[illegible]

Let's do it //

1. Zwiebel in Öl andünsten (Schalotten eignen sich bestens).
2. Spargelstücke (alle etwas gleich gross) hineingeben, etwas ziehen lassen.
3. Mit Wermut ablöschen.
4. Gemüse-Bouillon dazu, abschmecken.
5. Spargelspitzen dazu.
6. Köcheln lassen, ein paar Spargelspitzen rausnehmen und auf die Seite stellen
7. Alles mit dem Stabmixer pürieren.
8. Rahm dazu (Volumen gibts wenn er etwas geschlagen ist).
9. Abschmecken! Servieren.



Eiswasser hilft dass der Spargel eine schöne Farbe hat



Fotos //



Kochen bis alles weich ist. Pürieren mit Stabmixer. Paar Spitzen behalten.



Rahm darunter und die Spargelspitzen wieder dazugeben.





WIR SIND KAISER

A Schmarren

Rezept

Klar als Tiroler muss einfach ein Kaiserschmarren in diese Sammlung. Es gibt verschiedene Rezepte, solche die das Ei separieren, dieses hier macht das nichtt. Wichtig ist, dass der Teig schön dünn ist und dass die Temperatur in der Pfanne nicht zu heiss ist. Die Pfanne muss Backofen fest sein, da wir zum Schluss den Schmarren noch kurz unter den Grill (oder Salamander) geben. Dazu passt ein Glas kalte Milch!

Nicht ohne Kalorien - dafür wirklich mal was Leckeres für Gäste. Das Kompott kann man natürlich auch fertig kaufen.

[illegible]

Let's do it //

1. Eier aufschlagen, gesiebttes Mehl dazu geben und so viel Milch, dass ein flüssiger Teig entsteht.
2. In einer Feuerfeste Pfanne Butter anbraten - mittlere Hitze. Die Butter soll nur vergehen, nicht braun werden.
3. Flüssiger Teig dazu geben. Rosinen (falls erwünscht) begeben. Auf einer Seite anbraten - kann noch hell sein.
4. Wenn der Teig noch etwas flüssig ist, vier Teile schneiden (mit dem Holzlöffel) und drehen.
5. Kristallzucker darüber streuen. Die andere Seite braten und dann die Pfanne unter den Backofen Grill stellen und schön Goldbraun ausbacken. Zucker soll karamellisieren.
6. Rausnehmen und in Stücke „reissen“, Puderzucker darüber, Kompott wahlweise dazu oder in separater Schüssel - Servieren!
7. Kompott aus gefrorenen Zwetschgen. Auftauen lassen, Zucker, Zimt und Zitronenabrieb zusammen mit den Zwetschgen aufkochen. Mit Stab pürieren, kalt stellen.



Die ganzen Eier verwenden, 2 Stück pro Portion. Flüssiger Teig soll es sein.



Nach dem Drehen mit Kristallzucker bestreuen.

Fotos //



Macht den Schmarrn wirklich zum Kaiser!



Für den Guss unbedingt Muskatnuss verwenden.

Mis-en-place



SOULFOOD

Macc & Cheese



Rezept

Es können Penne oder Maccaroni sein. Cheddar eignet sich sehr, darf aber auch Gruy er oder Appenzeller sein. So wie man es halt mag.

Grundlage ist eine schöne Béchamelsauce, Mlt Speck ein Gedicht! Ideal sind Teigwaren vom Vortag!

[illegible]

Let's do it //

1. Zwiebel längs halbieren und mit Nelken und Lorbeer besticken in einer Pfanne mit der Milch erwärmen, etwas ziehen lassen. Lauwarm sollte es sein.
2. Butter in einer Pfanne schmelzen. Mehl mit Schwingbesen einrühren, langsam die Milch dazugeben (ohne Zwiebel), bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Käse dazugeben, Milch falls nötig, vom Feuer nehmen. Dijonsenf und Worstershire dazugeben, gut verrühren.
3. Zwiebel, Speck (Schinkenspeck) gut anbraten, darf gerne Farbe haben!
4. Kalte Pasta (Maccaroni / Penne) in Form geben, Speck & Zwiebel darunterziehen, Sauce darüber und in den vorgeheizten Backofen (220Grad) schön ausbacken.
5. Brösel nach belieben.

Kann natürlich auch nur mit Gemüse gemacht werden. Schön sind auch Shrimps, kann auch eine Prise Curry vertragen dann.



Diese Variante gibt einen sehr guten Geschmack.



Schinkenspeck, Zwiebel gut anbraten.

HACKTÄTSCHLI

Fleischlaberl



Rezept

Hacktätschli oder eben Fleischlaberl machen Freude wenn sie drin noch richtig saftig sind. Dazu passt Kartoffelstock und Salat. Am Tag danach sind die Laberl als Sandwichbelag unschlagbar.

Zutat		Menge	
Hackfleisch		500	Gramm
Altes Brot (Semmel oder Knödelbrot)			
Milch			
Zwiebel, etwas Knoblauch			
Eier		2	
Mehl zum bestreuen			
Brösel			
Salz, Pfeffer, Majoran, Peterli, Paprika			
Worstershire		1	Spritzer
Rahm		200	MI
Fleischbrühe		1/2	Liter
Kartoffelstock			
Mehlige Kartoffel, Milch, Muskatnuss			
Salz, Pfeffer			



Let's do it //

1. Hackfleisch (Rind oder gemischt) in eine Schüssel geben.
2. Kleingeschnittene Zwiebel und Knoblauch in Butter hell dünsten. Unter das Hackfleisch mischen.
3. Altes Brot (geschnitten) und Eier, sowie Peterli, Majoran dazugeben.
4. Salz, Pfeffer, Paprika, Worcester dazu. Eine schöne Masse soll es sein.
5. Mit feuchten Händen schöne „Laberl“ formen.
6. Laberl in Brösel wenden, dann in Butter gut braten. Portionenweise vorgehen, so dass genug Hitze in der Pfanne bleibt.
7. Zweite Pfanne mit Rahm und Brühe erwärmen, die fertige Hacktätschli darin warm halten.

Dazu gerne Kartoffelstampf oder Reis.



Worcester gibt den speziellen Kick.



Nicht mit Petersilie sparen.

Fotos //



RESTEN VERWERTEN

Kartoffelstock am nächsten Tag



Rezept

Gerne mache ich genügend Kartoffelstampf, so dass ich am nächsten Tag immer noch was leckeres draus machen kann.

Falls noch zufällig weisser Reis auch noch im Kühlschrank rumlungert, kann dieser auch noch unter die ganze Masse gezogen werden.

Als Beilage oder Snack dazwischen :-)

Zutat	Menge		
Kartoffelstock vom Vortag			
Rosmarin			
Knoblauch		2	Zehen
Öl			
Rezenter Käse (oder was halt da ist)			
Optional: Resten von Reis			

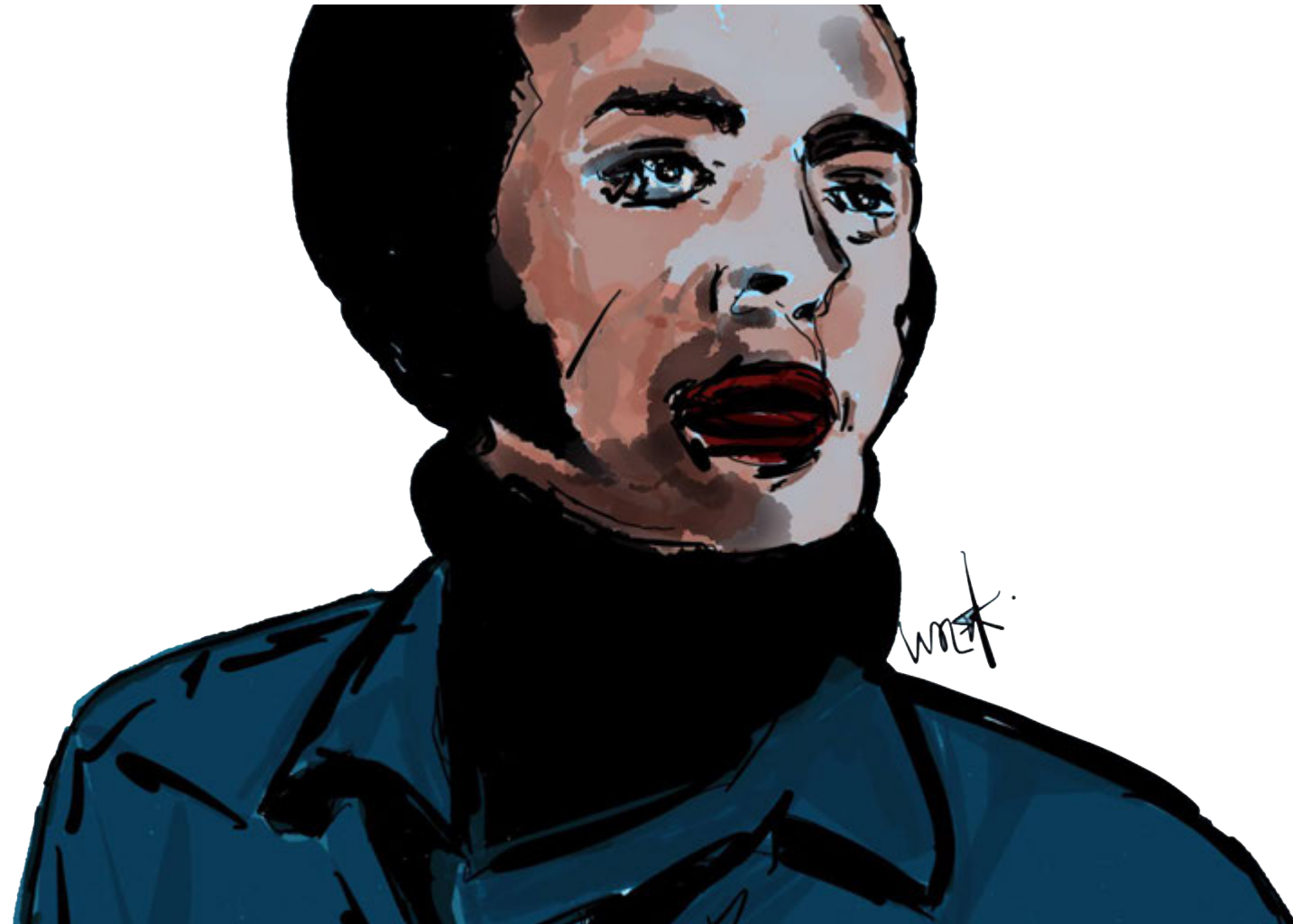


Let's do it //

1. Backofen vorheizen (220Grad), Grillfunktion (oben).
2. Käse reiben und unter die Kartoffelmasse geben.
3. Mit Suppenlöffel Nockerl formen, aufs Blech geben.
4. Käse darüber reiben, Knoblauchzehen verteilen, ein paar Spritzer Olivenöl und ab ins Rohr... schön goldbraun werden lassen.
5. Als Beilage (was mit Sauce) oder als Snack.



Worcester gibt den speziellen Kick.



A close-up photograph of a Spätzle dish. The dish features thick, wavy, golden-brown potato dumplings (Spätzle) topped with melted white cheese. Interspersed among the dumplings are pieces of pink, flaked salmon and finely chopped green herbs. The background is a blurred continuation of the same dish.

SPÄTZLE MAL FARBIG

Chnöpfli

Rezept

Persönlich mag ich die Chnöpfl am liebsten überbacken (so wie hier beschrieben). Natürlich kann man sie auch direkt aus dem Wasser servieren.

Diese Variante spielt noch ein wenig mit der Farbe. Ich habe etwas Randensaft in eine Portion Teig gegeben. Etwas Mehl beimischen, so dass die Konsistenz wieder gleich ist. Dasselbe kannst Du auch mit Spinat oder Pesto für Grün erreichen. Das Ganze kann man natürlich auch vegetarisch machen und nach eigenen Ideen erweitern (verschiedene Käse, Gemüse, Tofu etc.).

Zutat		Menge	
Mehl (Chnöpflmehl)		500	Gramm
Eier		3	Ganze
Salz		1	TL
Muskatnuss (nach Belieben, aber ein Muss!)			
Zwiebeln, etwas Mehl (Schweize), Zucker		4-5	Stück
Speck, Schinkenspeck, Resten Braten			
Rahm, Ei für Guss			
Käse (Gruyer, Appenzeller, Mozzarella)			
Optional:			
Randensaft			
Spinat			
Pesto			
Gemüse (nach Belieben)			
Apfelmus			



Let's do it //

1. Zwiebelschweize erstellen: 4 - 5 Zwiebeln, schälen und mit Hobel in Scheiben schneiden. In einer Bratpfanne gut anbraten, dürfen gerne braun sein. Prise Zucker falls erwünscht, Abschmecken mit Salz und Pfeffer.
2. Teig herstellen. Ich mach das mit der Kenwood. Mehl sieben, Eier aufschlagen, Salz und Muskatnuss dazugeben, alles zu einem Teig verrühren.
3. Mindestens 30 Minuten ruhen lassen (Zimmertemperatur).
4. Wasser kochen, Salz beifügen wenn der Siedepunkt erreicht ist.
5. Portionenweise die Chnöpfli mit dem Chnöpflihobel ins Wasser geben.
6. Bratpfanne mit Butterschmalz bereitstellen, die im Wasser gezogenen Chnöpfli hineingeben und schön schwenken. Nach Belieben braun werden lassen. In mit Butter vorbereitete Form geben.
7. Eine Lage Speck, Zwiebeln (Gemüse), Käse darüber geben. Verquirltes Ei und Rahm dazugeben. Nächste Schicht Chnöpfli darüber, Zwiebel, Speck und grobgeriebenen Käse darüber geben.
8. Überbacken. Mit Apfelmus ein Genuss.



Zutaten



Schön geschichtet

Fotos //



Die mit Randen (Rote Beete) eingefärbten Chnöpfli.



Für den Guss unbedingt Muskatnuss verwenden. Mis-en-place unten.



BROT FÜR ALLE

Brot & Variante



Rezept

Ein einfaches aber sehr schmackhaftes Brot. Mehl, Wasser, Hefe und Salz. Man kann auch einen Teil des Teiges für eine gefüllte Variante verwenden. Eine coole Idee auch für einen Apéro.

Zutat	Menge		
Mehl (Dunkles)		1	Kg
Lauwarmes Wasser		650	MI
Salz		1	Prise
Eventuell Zucker		1	Prise
Hefe (entweder frisch oder Trocken)		1	
Für die Variante:			
Pesto, Nüsse			
Sugo			
Käse, Schinken			
Nutella, Zimt, Zucker			



Let's do it //

1. In einer Schüssel die Hefe in Wasser (lauwarm) auflösen. Etwas ruhen lassen.
2. Mehl in Schüssel geben, Mulde machen, aufgelöste Hefe hineingiessen und zuerst mit der Gabel beginnen den Teig zu mischen.
3. Mit den Händen weiterfahren und so richtig gut kneten.
4. Mit feuchten Tuch bedecken und bei Zimmertemperatur mindesten eine Stunde ruhen lassen.
5. Teig halbieren. Entweder zwei Brote daraus formen oder mit einer Hälfte die nächsten Schritte für die Variante ausprobieren.
6. Brot auf Backblech legen und sicher nochmals 45 Minuten ruhen lassen.

Variante //

1. Teig auswallen, rechteckig. Etwa so gross wie ein Geschirrtuch.
2. Mit gewünschtem Belag bestreichen, dann eine schöne Rolle machen und acht Stücke schneiden.
3. Die Rollen aufgestellt in eine Feuerfeste Pfanne geben. Ruhen lassen (45Min.), danach ca. 35 Minuten in den Ofen.



Teig gut kneten - bitte von Hand, wird besser :-)



Teig mindestens 1 Stunde ruhen lassen. Doppelte Grösse sollte er haben.

Fotos //



So in etwa sieht der geschnittene Teig aus.



Beleg für die Variante.



PIZZA IM BACKOFEN

Calzone



Rezept

Well Pizza zu Hause ist natürlich nicht gleich wie die aus einem Holzofen. Gut ist, wenn man einen Pizzastein hat, aber es geht wirklich auch ohne (mit ein paar Abschreibern). Ich steh einfach auf Calzone (also meine Variante :-)) aber natürlich kannst Du selber entscheiden was Dir schmeckt und gefällt. Den Backofen voll aufdrehen!

Pesto und Sugo wäre schön für die Optik und den Geschmack. Der Teig ist noch besser, wenn er ein zwei Tage im Kühlschrank ist.

[illegible]

Let's do it //

1. Pizzateig erstellen. Von Hand kneten - wird besser. Aber egal, manchmal lass ich auch den Ken Wood ran :-)
2. Also Hefe auflösen mit Mehl mischen, schön kneten.
3. Teig gut bei Zimmertemperatur ruhen lassen.
4. Nochmals etwas kneten, vier Teile machen, Kugeln formen und in Frischhaltefolie einpacken.
5. Ruhen lassen im Kühlschrank. Ideal über Nacht. Der Teig kann gut drei, vier Tage im Kühlschrank bleiben.
6. Teig aus dem Kühlschrank nehmen. Und am besten von Hand eine schöne Pizza formen.
7. Pizza auf einer Seite belegen. Ei als letztes dazugeben. Teig zusammenfalten und gut verschliessen.
8. Ab in den Ofen (so heiss wie möglich!). Gut beobachten und nicht verbrennen lassen. Mehr Unterhitze geben hilft.
9. Pizza mit Pesto, Parmesan und Sugo bestreichen.



Vier Teile machen und in Klarsichtfolie einschliessen.



Rustical.

Fotos //



Gut in Folie einschliessen.



Pesto, Käse, Sugo.

