

Backen und Brotzeit im Herbst

Von Erntedank bis Halloween haben Kürbisse Hochsaison

Erntedank ist das Fest des Brotes

Brot und Getreide sind die Erntesymbole der Bundesbürger. Nach den Ergebnissen einer bundesweiten Repräsentativbefragung werden diese Lebensmittel besonders eng mit dem Erntedank in Verbindung gebracht. 85 Prozent der Deutschen nennen Getreide und Brot - es folgen Kartoffeln (51 %), frisches Gemüse (48 %) und Obst (44 %).

Die enge gedankliche Verflechtung zwischen Getreide, Mehl und Brot und dem Erntedankfest zieht sich gleichmäßig durch alle Alters-, Bildungs- und Einkommensgruppen. Auch Männer und Frauen machen in dieser Hinsicht keine Unterschiede. Lediglich regional konnten die Marktforscher Differenzen feststellen. Im alten Bundesgebiet werden Brot und Getreide im Norden deutlich häufiger als im Süden mit dem Erntedank in Verbindung gebracht. In den neuen Bundesländern tun dies die Sachsen am häufigsten, sie sind auch insgesamt die "Brot-Spitzenreiter" im Bezug aufs Erntedankfest.

Mit dem Erntedank assoziieren die Bundesbürger fast ausschließlich pflanzliche Lebensmittel. Je direkter man beim Gedanken an Lebensmittel die Ernte vor Augen hat und je saisonbezogener geerntet wird, um so enger werden diese Lebensmittel mit dem Erntedank verknüpft - am weitaus stärksten ist offensichtlich die Beziehung zur Getreideernte. Ein zweiter wichtiger Bezug zu Brot und Brötchen ist sicherlich die (all-)tägliche Erfahrung: 94 Prozent aller Bundesbürger greifen jeden Tag in den Brotkorb.

Gute Gelegenheiten für einen herbstlichen Brunch

Da Getreide, Mehl, Brot und Brötchen die Erntedank-Symbole der Bundesbürger sind, stehen sie im Mittelpunkt eines herbstlichen Brunchbuffets - Getreide freilich nur zur Dekoration. Als Blickfang gehört dabei natürlich ein Brotkorb auf den Tisch, der den Brunchgästen nicht nur ein kleines Abbild der weltweit unerreichten deutschen Sortenvielfalt präsentiert, sondern auch die kulinarische Grundlage für die Ernteschmaus-Rezepte bildet. Und die dazugehörigen Backideen zeigen, wie man mit ganz unterschiedlichen Mehlsorten jahreszeitlich aktuelle Rezepte für ein Erntedank-Buffer heiß und lecker im heimischen Backofen zubereiten kann.

Als willkommener Termin und Anlass für einen Feiertagsbrunch bietet sich in Deutschland natürlich auch der Anfang Oktober in „kalendarischer Nachbarschaft“ zum Erntedankfest liegende „Tag der Deutschen Einheit“ an.

Halloween ist eine weitere gute Gelegenheit, um Familie oder Gäste mit fantasievollen Brot- und Backrezepten zu begeistern und in Feierlaune zu bringen. Der Name stammt vom Termin am 31. Oktober, dem Vorabend von Allerheiligen, das im Englischen „All Hallows' Eve“ heißt. Heute ist Halloween vielfach Anlass für eine lustig-ausgelassene Party in einfallsreichen Verkleidungen, zu dem Sie mit unserem Brot- und Backbuffet und seinen Rezepten á la Saison den ebenso einfallsreichen, kulinarischen Rahmen bieten können.

Herbstliche Genüsse, Rezepte und Ideen für einen jahreszeitlichen Feiertags-Brunch:

Backen und Brotzeit - Thanksgiving auf gut deutsch

Die Rezepte zum Buffet-Foto „Erntedank-Brunch“ (= Nummer 1-6)



- | | |
|---|--|
| ① Buffet-Dreierlei „Feld, Fluss & Flur“ | ④ Herbstliches Schweinefilet „im Mantel“ |
| ② Kürbissuppe mit Bauernbrot-Croutons | ③ Röst-Ciabatta mit Walnuss-Frischkäse |
| ③ Zwetschgen-Vanille-Schichtcreme | ⑥ Erntedank-Zwiebelkuchen |

Getränketipp: Zur Jahreszeit passt natürlich besonders gut ein junger Wein („Federweißer“ oder „Sauser“); und wenn Kinder dabei sind: Apfelschorle aus naturtrübem Saft ist ein prima „Kindersauser“ zum Buffet – auch für Erwachsene die auf Alkohol verzichten möchten...

① Buffet-Dreierlei „Feld, Fluss & Flur“

Drei leckere Aufstrichvarianten für den Brot- und Brötchenkorb zum Buffet

a) Edelpilz-Käsecreme mit Birne (im Bild links vorn in der Dreiergruppe)

Zutaten für 8-10 Personen:

- 1 rote Zwiebel
- 30 g gehackte Walnusskerne
- 1/2 reife Birne
- 125 g weiche Butter
- 150 g Edelpilzkäse
- Pfeffer a.d. Mühle
- Petersilie

Zubereitung:

Zwiebel halbieren, eine Hälfte fein würfeln, andere Hälfte in Ringe schneiden. Birne schälen und in feine Stifte schneiden. Butter und Käse mit den Knethaken des Handrührgerätes vermischen. Birne, Walnüsse und Zwiebelwürfel zufügen und mit Pfeffer würzen. In einer Schale anrichten, mit Zwiebelringen belegen und mit Petersilie garnieren.

Pro Portion (bei 10 Personen) 170 kcal/710 kJ

b) Forellencreme (im Bild rechts in der Dreiergruppe)

Zutaten für 8-10 Personen:

2 hartgekochte Eier
4 geräucherte Forellenfilets
250 g Schmand
1 El Zitronensaft
15 g Forellenkaviar
Salz
2 Tl eingelegte grüne Pfefferkörner
Dill

Zubereitung:

Forellenfilets in Stücke schneiden, feine Gräten entfernen und mit Schmand in eine Schüssel geben. Mit dem Schneebesen des Handrührgerätes cremig rühren und mit Salz und Zitronensaft abschmecken. Ein Ei hacken, das andere in Scheiben schneiden. Das gehackte Ei mit den Pfefferkörnern unter die Forellencreme heben. In einem Schälchen anrichten. Mit Eierscheiben, Forellenkaviar und Dill garnieren.

Pro Portion (bei 10 Personen) 140 kcal/580 kJ

c) Apfelschmalz mit Chili und Thymian (im Bild links außen in der Dreiergruppe)

Zutaten für 8-10 Personen:

2 Zwiebeln
1 Apfel
1 rote Chilischote
½ Töpfchen Thymian
Salz
250 g Gänseflomen
250 g Schweineflomen

Zubereitung:

Zwiebeln würfeln. Apfel schälen und ebenfalls würfeln. Chilischote aufschneiden, die Kerne entfernen und fein hacken. Thymianblättchen abzupfen. Flomen würfeln und in einem Topf erhitzen bis die Grieben zu bräunen beginnen. Zwiebeln zufügen und mitbräunen. Apfel, Chili und Thymian zufügen, kurz erhitzen und vom Herd nehmen. Mit Salz abschmecken, in ein Schälchen füllen und im Kühlschrank erstarren lassen.

Pro Portion (bei 10 Personen) 470 kcal/1970 kJ

② Kürbissuppe mit Bauernbrot-Croutons

Zutaten für 8-10 Personen:

Suppe: 1,5 kg Kürbis (z.B. Hokkaido oder Gartenkürbis)

250 g Möhren
500 g Kartoffeln
125 g gehackte Zwiebeln
2-3 El Öl
2 l Gemüsebrühe (Instant)
2 Bund Schnittlauch
50 g Kürbiskerne
150 g Crème fraîche
Salz, Pfeffer

Croutons: 200 g Bauernbrot in dicken Scheiben

50 g Butter

1 großer Gartenkürbis zum Anrichten

Zubereitung:

Kürbis in Spalten schneiden, Kerne entfernen, das Fruchtfleisch schälen und grob würfeln. Möhren und Kartoffeln schälen und ebenfalls in grobe Würfel schneiden. Öl erhitzen und die Zwiebeln andünsten. Gemüse zufügen, kurz mitdünsten und mit Brühe ablöschen. Aufkochen und zugedeckt 20-25 min köcheln lassen. Inzwischen den Schnittlauch in Röllchen schneiden. Die Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten und abkühlen lassen. Kürbissuppe pürieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Brot in dicke Würfel schneiden. Die Butter erhitzen und die Brotwürfel darin braun braten. Kürbissuppe nach Belieben in einem ausgehöhlten Kürbis anrichten. Croutons, Schnittlauch, Kürbiskerne und Crème fraîche extra dazu reichen.

Pro Portion (bei 10 Personen) 240 kcal/1000 kJ

③ Zwetschgen-Vanille-Schichtcreme

Zutaten für 8-10 Personen:

1 kg Zwetschgen
¼ l Kirschsafte
225 g Zucker, Saft und Schale einer unbehandelten Zitrone
1 Messerspitze Zimt
20 g Speisestärke,
500 g fertigen Vanillepudding (Kühlregal)
3 Milchbrötchen
6 El Zwetschgenwasser
100 g Dekor-Schokoflocken
400 g Schlagsahne

Zubereitung:

Zwetschgen halbieren und entsteinen. Mit Kirschsafte, 125 g Zucker, Zitronensaft und Schale 3-5 min köcheln lassen. Speisestärke mit 100 ml Wasser verrühren, unterrühren und noch mal aufkochen lassen. Kompott auskühlen lassen und die Zitronenschale entfernen. Die Brötchen in Scheiben schneiden und mit dem Zwetschgenwasser beträufeln. Die Sahne schlagen und unter den Pudding rühren. Brötchen und die Hälfte der Schokoflocken in eine große Glasschüssel geben. Pudding und Zwetschgenkompott im Wechsel darauf schichten. Bis zum Servieren kühl stellen. Kurz vorher mit Schokoröllchen und Zimt bestreuen.

Pro Person (bei 10 Personen) 490 kcal/2050 kJ

④ Herbstliches Schweinefilet „im Mantel“

Zutaten für 8-10 Personen:

Teig:

250 g Weizenmehl (Type 405)
125 g Weizenvollkornmehl
3 Eier
180 g Butter
Salz

Füllung:

2 Schweinefilets (500-600 g)
2-3 El Öl
200 g Steinpilze

300 g Champignons
100 g Austernpilze
2 feingehackte Zwiebeln
20 g Butter
1 Bund gehackte Petersilie
2 El Paniermehl
1 El Sahne
Salz, Pfeffer

Soße:

Je 1 unbehandelte Orange und Zitrone
200 g Preiselbeer-Konfitüre
4 El Rotwein
2-3 Tl mittelscharfer Senf

Zubereitung:

Beide Mehlsorten, 2 Eier, die Butter und 1 Tl Salz zu einem Teig verkneten. In Folie wickeln und eine Stunde kühl stellen. Pilze putzen und fein hacken. Die Butter erhitzen und Pilze und Zwiebel darin schmoren bis alle Flüssigkeit verdampft ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Paniermehl und Petersilie unterrühren und abkühlen lassen.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Schweinefilets von allen Seiten kurz anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und abkühlen lassen. Den Mürbeteig halbieren und zu 2 rechteckigen Platten ausrollen. Jeweils etwas Pilzfarce der Länge nach in die Mitte geben und die Filets darauf legen. Restliche Farce auf das Fleisch geben und andrücken. Filets in dem Teig einschlagen und überstehenden Teig abschneiden. Das Ei trennen. Teigkanten mit Eiweiß bestreichen und gut andrücken. Aus den Teigresten Pilze und Blätter zur Dekoration ausschneiden. Mit Eiweiß bestreichen und auf die Filetrollen kleben. Filets auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Im vorgeheizten Backofen bei 200° C auf der 2. Schiene von unten 25-30 min backen. Eigelb und Sahne verrühren und den Teig nach ca. 15 min damit bestreichen.

Inzwischen für die Soße Orange und Zitrone waschen und die Hälfte der Schale fein abreiben. Orange und ½ Zitrone auspressen. Preiselbeeren mit Rotwein, Orangen- und Zitronensaft sowie der abgeriebenen Schale verrühren. Mit Salz und Senf abschmecken. Soße in einer ausgehöhlten Orange anrichten. Fertige Filets 10 min ruhen lassen, in dicke Scheiben schneiden und mit der Soße auf einer Platte anrichten.

Pro Portion (bei 10 Personen) 440 kcal/1840 kJ

⑤ Röst-Ciabatta mit Walnuss-Frischkäse

Zutaten für 10 Scheiben:

10 Scheiben Ciabatta (à 20 g)
40 g gehackte Walnusskerne
200 g Frischkäse (16% Fett)
Apfelscheiben und Kerbel zur Garnierung
Zitronensaft

Zubereitung:

Die Brotscheiben im Toaster oder im Backofen goldbraun rösten, dann abkühlen lassen. Frischkäse mit 30g Walnüssen verrühren. Zitronensaft mit etwas Wasser verrühren, Apfelscheiben kurz hineinlegen, dann auf Krepp abtropfen lassen. Die Brotscheiben mit dem Frischkäse bestreichen. Mit Apfelscheiben, Kerbel und restlichen Walnüssen garnieren.

Pro Scheibe 130 kcal/540 kJ

⑥ Erntedank-Zwiebelkuchen

Zutaten für eine Tarteform:

Teig:

150 g Weizenmehl (Type 1050)
2 Tl Backpulver
100 g Magerquark
3 El Milch
3 El Öl

Füllung:

600 g Zwiebeln
150 g Lauchzwiebeln
300 g rote Äpfel
50 g geräucherter durchwachsener Speck
1 El Öl
100 g geriebener Emmentaler
2 El Paniermehl
½ Bund gehackter Majoran
250 g Sahne
4 Eier
Zitronensaft
Muskatnuss
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Zwiebeln und Lauchzwiebeln in Ringe schneiden. Äpfel vierteln, entkernen und in Spalten schneiden. Apfelspalten kurz in Zitronenwasser legen. Speck würfeln, in 1 El Öl kross auslassen und herausnehmen. Beide Zwiebeln im Bratfett andünsten, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Speck wieder untermischen und abkühlen lassen.

Mehl, Backpulver, Quark, Milch, 3 El Öl und 1 Prise Salz zu einem Teig verkneten. Eine gefettete Tarteform (ca. 28 cm) damit auslegen. Boden mehrmals einstechen und mit der Hälfte des Käses und dem Paniermehl bestreuen. Äpfel abtropfen lassen und mit der Zwiebelmischung in die Form geben. Sahne, Eier, Majoran, Salz, Pfeffer und Muskat verquirlen. Guss über der Zwiebelmischung verteilen und mit restlichem Käse bestreuen. Im vorgeheizten Backofen, 2. Schiene von unten, bei 175° C 50-60 min backen.

Pro Portion (bei 12 Stücken) 270 kcal/1130 kJ