

Redaktion: Iris Möller-Grätz

Äpfel und Birnen – Süße und herzhafte Herbstfreuden

Birnen mit Roquefort und Walnüssen im Feldsalat	2
Herzhafter Birnen-Crumble mit Mozzarella	4
Der schnellste Apfelkuchen der Welt	5
Schoko-Haselnusskuchen mit Birnen	6
Äpfel im Speckpfannkuchen	8

URL: <https://www1.wdr.de/fernsehen/kochen-mit-martina-und-moritz/sendungen/herbstfreuden-102.html>

Äpfel und Birnen – Süße und herzhafte Herbstfreuden

Von Martina Meuth und Bernd Neuner-Duttenhofer

Der Herbst ist eine wundervolle Jahreszeit, jetzt sind die besten Früchte reif, die Auswahl ist riesig, man kann aus dem Vollen schöpfen. Äpfel sind übrigens das Lieblingsobst der Deutschen, und sie schmecken in unseren Breiten auch am besten, denn hier sind Säure und Süße in idealer Weise ausgeglichen, das macht sie frisch und interessant. Natürlich kann man einfach reinbeißen in einen Apfel, dass es nur so kracht. Man kann mit ihnen backen, aber auch kochen – denn Äpfel muss man beileibe nicht nur süß einsetzen.



Birnen mit Roquefort und Walnüssen im Feldsalat

Es ist ja gar nicht leicht, wirklich reife Birnen zu bekommen. Deshalb muss man sie meist erst mal liegen lassen, am besten zwischen ein paar reifen Äpfeln, die das Reifen der Birnen beschleunigen. Aber aufpassen: Nicht zu lange warten, sonst werden die Birnen mehlig. Es ist übrigens Geschmacks-sache, welchen Blauschimmelkäse man nimmt: den schärferen Roquefort oder den milderen Gorgonzola – beide passen! Eine fabelhafte kleine Vorspeise oder auch ein schöner herbstlicher, vegetarischer Imbiss.



Zutaten für 4 Personen:

- 4 reife Birnen
- 200 g Roquefort (oder Gorgonzola)
- 100 g Feldsalat
- 1 Schalotte
- 1 EL scharfer Senf
- Salz
- Pfeffer
- 2 EL Apfelessig
- 3 EL Olivenöl
- 1 Handvoll Walnusskerne

Zubereitung:

- Die Birnen schälen, längs vierteln und in Spalten schneiden, dabei das Kerngehäuse entfernen. Die Spalten möglichst akkurat in eine feuerfeste Form (Pieform) setzen. Den Käse darüber krümeln und für ca. 10 Minuten in den auf 200 Grad (Heißluft / 220 Grad Ober- & Unterhitze) vorgeheizten Ofen schieben und kurz gratinieren.
- **Tipp:** Wenn die Birnen wirklich reif und saftig sind, kann man sie auch roh auf dem Salat anrichten und mit Roquefort überkrümeln.
- Den Feldsalat putzen, dabei die Würzelchen abschneiden, die Blättchen aber nicht trennen, mehrmals gründlich waschen und gut abtropfen. Die Zutaten für die Marinade cremig aufschlagen, den Salat erst unmittelbar vor dem Servieren damit umwenden. Er fällt sonst leicht zusammen. Auf Tellern verteilen, die Birnen möglichst rundum anrichten, damit ihre Wärme nicht den Salat zusammenfallen lässt. Walnüsse darauf verteilen.

Tipp: Das ist ja eine der schönsten Herbstfreuden, das Glück, ganz frische Walnüsse zu bekommen. Dann lässt sich nämlich noch bei ihnen die jetzt noch dünne, helle Haut abziehen und der weiße Nusskern freilegen.

Dafür gibt es sogar spezielle Schälmesserchen, die Spitze eines kleinen Küchenmessers tut es natürlich auch. Man kann diese Nusskerne übrigens auch einfrieren und so diesen Genuss für eine gewisse Zeit bewahren.

Herzhafter Birnen-Crumble mit Mozzarella

Wer sagt denn, dass ein Crumble immer süß sein muss? Das geht durchaus auch herzhaft, und dann wird ein ganzes herbstliches, schnelles vegetarisches Essen daraus.



Zutaten für 2 Personen:

- 2-3 Birnen (können auch festere sein)
- 2 EL Zitronensaft zum Beträufeln
- Butter für die Form
- 50 g geriebene Mandeln oder Walnüsse
- 80 g Mehl
- 60 g weiche Butter
- 1 große Prise Salz
- 1 kleine Prise Zucker
- Chilipulver
- je einen Hauch Muskat und Vadovan, Boxhornklee oder Curry
- 1 Mozzarellakugel oder Scamorza (geräucherte Mozzarella)

Zubereitung:

- Birnen schälen, vierteln, entkernen, in Scheiben schnibbeln und in einer feuerfesten Kuchen- (Pie)form verteilen. Mit Zitronensaft beträufeln und durchmischen.
- Für den Crumble gemahlene Mandeln oder Walnüsse mit Mehl und Butter zwischen den Handflächen zerriebeln mit Zucker und Salz; außerdem mit Chili und je einem Hauch Muskat und Vadovan, Boxhornklee oder Curry würzen. Den in Scheiben oder Würfel geschnittenen Mozzarella (oder Scamorza) dazwischen verteilen. Über allem die Streusel verstreuen.
- Im 180 Grad (Heißluft / 200 Grad Ober- & Unterhitze) vorgeheizten Ofen ca. 25 bis 30 Minuten backen, bis alles schmilzt und duftet.

Beilage: italienisches Weißbrot und gern auch ein Salat

Der schnellste Apfelkuchen der Welt

Der ist ruckzuck angerührt und schnell gebacken – und weil er sowieso am besten noch lauwarm schmeckt, muss man sich bis zum Genuss wirklich nicht lange gedulden.

Zutaten für eine Backform von 24 bis 26 cm Durchmesser:

- 5 große Äpfel (ca. 800 g)
- Zitronensaft
- 2 Eier
- 100 g Zucker
- 1 EL Vanillezucker
- 100 g flüssige Butter
- 1 Prise Salz
- 100 g Mehl
- 1 gestrichener TL Backpulver
- 1/10 l Milch
- Butter und Mehl für die Form
- Puderzucker zum Bestäuben



Zubereitung:

- Als erstes die Backform mit Backpapier auslegen. Dann die Äpfel schälen, vierteln, entkernen und in Scheibchen schneiden. Sofort mit Zitronensaft beträufeln, damit sie sich nicht verfärben.
- Alle übrigen Zutaten in einer Schüssel miteinander verrühren. Die Apfelscheiben untermischen.
- Diese sehr dickflüssige Masse in die Form gießen. Bei 180 Grad (Heißluft / 200 Grad Ober- & Unterhitze) etwa 55 bis 60 Minuten backen, bis der Kuchen golden und wirklich durchgebacken ist.
- Mit Puderzucker bestäuben und noch lauwarm servieren. Nach Geschmack gerne einen dicken Klecks gut gekühlter Crème fraîche oder eine Kugel Vanilleeis obenauf.

Schoko-Haselnusskuchen mit Birnen

Birne und Nüsse gehen wunderbar zusammen, aber auch Schokolade passt herrlich dazu. Es ist ein wunderbar saftiger Kuchen – übrigens ohne ein Stäubchen Mehl.

Zutaten für eine Springform von 24 cm Durchmesser oder eine Kastenform mit 1,5 l Inhalt:

- 300 g geröstete Haselnüsse
- 4-5 Eier
- Salz
- 100 g Kristallzucker
- 100 g Puderzucker
- 1 TL Vanille oder 1 Tütchen Vanillezucker
- 50 g grob gehackte, bittere Schokolade (oder Schokotropfen)
- abgeriebene Schale einer Bio-Orange
- 2 cl Orangenlikör
- 3-4 feste Birnen
- 2 EL Zitronensaft



Außerdem:

- Butter für die Form
- Puderzucker

Zubereitung:

- Falls Sie keine gerösteten Haselnüsse kaufen können: nicht geröstete Haselnüsse auf einem Blech verteilen und im 180 Grad heißen Backofen 8 bis 10 Minuten rösten, bis sie duften. Auf ein Tuch kippen, tüchtig rubbeln, um einen Teil der Schale zu entfernen. Die Nüsse im Zerkleinerer zu Mehl zerkleinern.
- Die Eier trennen. Die Eiweiße mit einer Salzprise steif schlagen, dabei den Kristallzucker langsam zufügen und kalt stellen. Jetzt kann man in derselben Schüssel mit demselben Schlagbesen die Eigelbe mit dem Puderzucker dick und schaumig schlagen. Dabei mit Vanille, Orangenschale und Orangenlikör würzen. Schließlich die geriebenen Haselnüsse sowie die gehackte Schokolade unterrühren. Und die Masse mit dem Eischnee auflockern. Zunächst gut die Hälfte in eine gebutterte Springform oder Kastenform füllen.
- Die Birnen schälen, vierteln, das Kerngehäuse herausschneiden. Die Viertel mit der Rundung nach oben, die breite Seite nach außen, in die Teigmasse drücken, dabei zu einem Rund auslegen. Restliche Teigmasse darübergeben.

- Bei 150 Grad Heißluft oder 170 Grad Ober- und Unterhitze eine gute Stunde backen. In der Form 15 Minuten auskühlen lassen, erst dann den Rand abnehmen und den Kuchen endgültig abkühlen lassen. Mit Puderzucker bestäuben.

Beilage: Schlagsahne – am besten ungesüßt, das ergibt einen schönen Kontrast zum süßen Kuchen.

Äpfel im Speckpfannkuchen

Dafür rühren wir einen Teig mit einer Mischung aus Buchweizen- und Weizenmehl an, das macht die Pfannkuchen besonders knusprig und herzhaft. Passt gut zum Speck und zu den Äpfeln.



Zutaten für 4 Personen:

- 150 g Weizenmehl
- 50 g Buchweizenmehl
- 3 Eier
- Salz
- Pfeffer
- 1 Prise Chilipulver (nach Gusto)
- knapp ½ l Milch
- 1 guter Schuss Bier
- 150 g möglichst fetter Speck in nicht zu dünnen Scheiben
- Öl zum Braten
- 2-3 Äpfel
- Zitronensaft zum Beträufeln
- eventuell 1-2 feste Steinpilze

Zubereitung:

- Die beiden Mehlsorten mischen, die Eier unterrühren, dabei salzen und pfeffern. Langsam, unter ständigem Rühren – damit keine Klümpchen entstehen – die Milch mit dem Schneebesen einarbeiten, zum Schluss das Bier einrühren. Mindestens eine Stunde – besser noch über Nacht! – im Kühlschrank ausquellen lassen.
- **Tipp:** Das ist immer wichtig, damit der Kleber im Mehl sich entwickeln und ausbilden kann, um den Pfannkuchen schön locker und duftig zu machen. Buchweizenmehl muss noch länger quellen, mindestens zwei Stunden, damit die Pfannkuchen unvergleichlich knusprig werden
- Dann den Speck in Streifen schneiden. Die Äpfel schälen, vierteln und in Scheiben schneiden. Mit Zitronensaft einreiben. Das verhindert, dass sie sich braun färben und nicht mehr schön aussehen. Falls Sie Steinpilze haben, diese in dünne Scheibchen schneiden.
- **Tipp:** Die Braunfärbung ist übrigens vor allem bei den älteren Sorten der Fall. Neue Apfelsorten besitzen meist das genetische Potenzial des Golden Delicious, welches diese Oxidation weitgehend verhindert.
- In einer beschichteten Pfanne wenig Öl verteilen, darin Speckstreifen auslassen, gleich einige Apfelscheiben und, wenn vorhanden, auch Steinpilzscheibchen dazwischen legen und erst mal mitrösten, dabei mit einer Prise Salz und Pfeffer würzen,

schließlich eine Schöpfkelle Teig darübergerben und langsam auf beiden Seiten zum goldenen, knusprigen Pfannkuchen braten.

Beilage: Dazu gibt es einen bunt gemischten Salat aus grünem Kopfsalat, rotem Radicchio, weißem Chicorée. Oder auch Apfelmus! Das schmeckt übrigens selbst gemacht immer besser als das Industrieprodukt. Und ist ganz einfach: Äpfel mit Schale und Kerngehäuse nur grob zerkleinern, Stiel und Blütenansatz entfernen und zugedeckt mit etwas Zucker und Zitronensaft 10 bis 15 Minuten weichkochen. Durch eine Gemüsemühle drehen – fertig!