

Kochen mit Corovita

alle Rezepte entworfen von Max Zibis

Winter 2017

Sous vide Saltimbocca / Olivengnocchi / Weißweinsauce / Schinkenchip / Frittierter Salbei (Salbeiöl)

Für 4 Personen

700g Kalbsrücken am Stück
5 EL Corovita Salbeiolivenöl
1 Zehe Knoblauch
Salz, Pfeffer

- Eventuelle dicke Sehnen vom Kalbsrücken trenne, diese anderweitig verwenden.
- Das Fleisch zusammen mit dem Öl und der Knoblauchzehe in einen Sous-vide Beutel geben und zuschweißen. (Wahlweise in eine dicke Plastiktüte geben, eng einpacken und gut zuknoten.)
- Das Fleisch bei 57°C Wassertemperatur ca. 45 min im Sous-vide Gerät garen.
- Wenn die Kerntemperatur von 57°C erreicht ist, Fleisch auspacken, gut würzen und von allen Seiten scharf anbraten. 5 Minuten in Alufolie abgedeckt ruhen lassen. In Tranchen schneiden.

2 Stk Schalotten
50g Butter
40g Mehl
200ml Weißwein
200ml Sahne
1 Lorbeerblatt, Salz, Pfeffer

- Schalotten in Ringe schneiden, Butter in einer Pfanne oder Topf zergehen lassen, Schalotten dazugeben und farblos anschwitzen.
- Mit Mehl abstäuben und unter rühren den Weißwein einlaufen lassen.
- Sobald die Sauce Bindung bekommt, die Sahne hinzugießen und mit den Gewürzen abschmecken, 5 Minuten leicht köcheln lassen.

200g mehligkochende Kartoffeln
50g Mehl
40g gehackte Oliven
10g Hartweizengrieß

Corovita GmbH, Weisser Rainpfad 6, 65812 Bad Soden
www.corovita.com

Videos zu den Rezepten auf unserer Webseite, auf Youtube oder bei Facebook

1 Eigelb
Salz, Muskatnuss

- Kartoffeln mit der Schale weich kochen, pellen und noch heiß durchdrücken.
- Restliche Zutaten unter die noch warme Kartoffelmasse rühren.
- Die Kartoffelmasse zu langen "Würsten" rollen und in gleichgroße Stücke portionieren.
- Nach Belieben formen und in siedendes, gesalzenes Wasser geben. Warten bis sie auftreiben, nach weiteren 5 Minuten herausnehmen. Wahlweise in einer Pfanne leicht anbraten.

8 Scheiben Parmaschinken

- Schinkenscheiben zwischen zwei Lagen Backpapier legen und leicht beschwert im Ofen bei 200°C ca. 10 Minuten kross ausbacken lassen.

12 große Salbeiblätter
100ml Corovita Salbeiolivenöl

- Öl auf 160°C erhitzen und die Blätter kurz darin frittieren, bis sie knusprig sind.

50g Pinienkerne

- Pinienkerne in einer Pfanne ohne Zugabe von Öl leicht anrösten.

Fertigstellung:

Eine Portion Gnocchi mit etwas Soße in einen tiefen Teller anrichten.
Eine Scheibe Kalbfleisch darauf anrichten.
Das Ganze mit dem Speck, Pinienkernen und dem Salbei garnieren.

Corovita GmbH, Weisser Rainpfad 6, 65812 Bad Soden

www.corovita.com

Videos zu den Rezepten auf unserer Webseite, auf Youtube oder bei Facebook

Lammkarree mit Nusskruste/ gebrannter Karottensalat / Datteln / Honigsoße (Rosmarinöl)

Für 3 Personen

Ca. 600g Lammkarree
150g Nussmischung
50g Paniermehl
50g weiche Butter
2 Eier
1 Knoblauchzehe
2 EL Corovita Rosmarinöl
Salz, Pfeffer, Frischer Rosmarin

- Lammkarrees von dicken Sehnen befreien.
- Lammkarrees würzen und mit der Knoblauchzehe in Öl anbraten.
- Nüsse grob hacken und mit dem Paniermehl, Butter und Eiern vermengen, würzen.
- Nussmasse gleichmäßig ca. 1cm dick auf das Fleisch verteilen.
- Lamm bei 180°C ca. 8 Minuten im Ofen fertig garen.

Lammabschnitte
200ml Lammfond
100ml fruchtiger Rotwein
2 EL Honig
1 Lorbeerblatt

- Lammabschnitte in der zuvor für die Karrees genutzten Pfanne dunkel anbraten.
- Mit Lammfond und Rotwein ablöschen und mit dem Lorbeerblatt 10 Minuten einkochen lassen.
- Den Honig hinzugeben und ggf. leicht abbinden.

8 Stk Karotten mit Grün
4 Stk Datteln gewürfelt
Saft einer Zitrone
3 EL Corovita Rosmarinöl
Blattpetersilie
Salz, Zucker

- Karotten schälen und mit dem Sparschäler in dünne Scheiben schneiden.
- Scheiben mit etwas Öl, Zucker und Salz mischen und im vorgeheizten Backofen bei 250°C ca. 8 Minuten garen, bis die Enden anfangen dunkel zu werden.

Corovita GmbH, Weisser Rainpfad 6, 65812 Bad Soden

www.corovita.com

Videos zu den Rezepten auf unserer Webseite, auf Youtube oder bei Facebook

- Den Zitronensaft über die noch warmen Karotten geben und unterheben.
- Gehackte Blatt Petersilie und Datteln dazugeben und abschmecken.

1 Stk Granatapfel

½ Bd. Kerbel

Fertigstellung: Karottensalat warm anrichten, drei Lammknochen darauf anrichten und mit der Honigsoße servieren. Ggf. Granatapfelkerne und Kerbelzweige zur Deko verwenden.

Corovita GmbH, Weisser Rainpfad 6, 65812 Bad Soden

www.corovita.com

Videos zu den Rezepten auf unserer Webseite, auf Youtube oder bei Facebook

Gewürzschokoladenkuchen / Aprikosenragout / Baiser (Thymianöl)

Für 4 Personen

75g dunkle Schokolade
60ml CorovitaThymianöl
25g Mehl
2 Eier
10g Zucker
3g Stärke

Gewürze: Je 1 Msp.: Nelkenpulver, Sternanis gemahlen, Zimtpulver

- Eier und Zucker mit dem Handrührer weiß schlagen.
- Schokolade mit dem Öl über einem Wasserbad schmelzen lassen, kurz auskühlen und Mehl und Stärke einsieben. Gewürze unterrühren.
- Schokoladenmasse zu der Eimasse geben und unterheben.
- In kleine gebutterte und gemehlte Timbaleformen füllen.
Ggf. ein Stück Kuvertüre reindrücken und bedecken. (Flüssiger Kern!), frieren und bei Bedarf bei 200°C ca. 5 Minuten backen.
- Mit Puderzucker abstäuben.

4 Stk frische Aprikosen(Je nach Jahreszeit, sonst 200g getrocknete)
100g getrocknete Aprikosen
100g Zucker
50ml Orangensaft
50g Haselnüsse
2 Zweige Zitronenthymian
1 Stk Sternanis

- Aprikosen in kleine Würfel schneiden.
- Zucker in einem Topf hellbraun karamellisieren lassen und mit dem Saft ablöschen.
- Getrocknete Aprikosenstücke und Sternanis hinzugeben und unter ständigem Rühren alle Flüssigkeit verkochen lassen. Sternanis entnehmen.
- Frische Aprikosen, Haselnüsse und fein gehackten Zitronenthymian unterheben.

2 Eiweiß
50g Puderzucker
Prise Salz

- Eiweiß leicht anschlagen, Puderzucker nach und nach dazugeben, Salz einarbeiten.
- Solange weiterschlagen, bis der Eischnee fest ist. (Schüttprobe)

Corovita GmbH, Weisser Rainpfad 6, 65812 Bad Soden

www.corovita.com

Videos zu den Rezepten auf unserer Webseite, auf Youtube oder bei Facebook

Fertigstellung:

Kuchen stürzen, mit Puderzucker abstäuben. Auf dem Aprikosenragout anrichten.

Eischnee dekorativ aufspritzen und mit einem Bunsenbrenner leicht abflämmen.

Corovita GmbH, Weisser Rainpfad 6, 65812 Bad Soden

www.corovita.com

Videos zu den Rezepten auf unserer Webseite, auf Youtube oder bei Facebook

Kaminkartoffel / Orangensauerrahm / Feldsalat (Rosmarinöl)

Für 4 Personen

4 Stk vorwiegend festkochende Kartoffeln (je 300g)
1 Stk Orange
4 EL CorovitaRosmarin-Olivenöl
Salz

- Orangen in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.
- 4 gleich große Vierecke aus Alufolie zurechtschneiden.
- In jede Folie 2 Scheiben Orange, 1 EL Öl und eine Kartoffel geben, salzen.
- Paket gut einpacken und circa eine Stunde in eine glutfreie Ecke des Kamins legen.
(Alternativ bei 200° C im Ofen für ca. 70 Minuten garen.)

500g saureSahne
1 Stk Orange
2 EL CorovitaRosmarin-Olivenöl
Curry, Salz, Pfeffer

- Orange heiß abwaschen, Schale mit einer Reibe dünn abreiben.
- Orange auspressen, Saft, Abrieb und Öl zur sauren Sahne geben, unterrühren. Mit den Gewürzen abschmecken.

150g geputzter Feldsalat
80g gehackte Walnüsse

Fertigstellung:

Kaminkartoffel oben der Länge nach aufschneiden, leicht auseinander drücken, Feldsalat und Nüsse hineingeben, mit dem Sauerrahm garnieren, mit Curry bestäuben und servieren.

Corovita GmbH, Weisser Rainpfad 6, 65812 Bad Soden

www.corovita.com

Videos zu den Rezepten auf unserer Webseite, auf Youtube oder bei Facebook