

# Weihnachtsmenü 2018 des VerbraucherService Bayern im KDFB (VSB)

von Iris Graus, Beraterin und Meisterin der Hauswirtschaft  
in der VSB-Beratungsstelle Würzburg

Das Menü ist so konzipiert, dass Sie große Teile, wie die Vorspeise, die Beilagen und das Dessert vorbereiten können, so dass die Arbeitszeit an Heiligabend etwa eine Stunde beträgt.



Einen genauen Regieplan finden Sie am Schluss.



Die Mengenangaben der Rezepte sind für 6 Personen.

## Vorspeise

### Rote-Bete-Mousse mit Feldsalat und Meerrettich-Vinaigrette

#### Zutaten

##### Mousse:

500 g kleine Rote Bete,  
5 Blatt weiße Gelatine,  
30 g frisch geriebener Meerrettich,  
150 g Sahnejoghurt,  
1 EL Zitronensaft, Salz, Piment,  
Cayennepfeffer, 200 g Schlagsahne

##### Feldsalat mit Meerrettich-Vinaigrette:

1 Schalotte, 10 g frisch geriebener  
Meerrettich, 6 EL Aceto balsamico  
bianco, Salz, 2 EL Öl

2 Hand voll Feldsalat (geputzt und  
gewaschen), etwas frischer  
Meerrettich für die Garnitur

#### Zubereitung:

Die Rote Bete mit Wasser bedeckt  
45-60 Minuten zugedeckt bei milder  
Hitze kochen, abschrecken,  
schälen und abkühlen las-  
sen. Davon zwölf etwa  
0,5 cm dicke Schei-  
ben schneiden, den  
Rest aufbewahren.

Gelatine in kaltem  
Wasser einweichen.

Rote-Bete-Reste klein schneiden,  
mit Meerrettich, Joghurt und  
Zitronensaft im Mixer pürieren, mit  
Salz, Cayennepfeffer und Piment  
kräftig abschmecken. Gelatine aus  
dem Wasser nehmen und tropf-  
nass bei milder Hitze in einem Topf  
unter Rühren auflösen, dann sofort  
von der Platte nehmen und 3 EL  
Rote-Bete-Püree unterrühren.  
Diese Masse unter das restliche  
Püree rühren. 30 Minuten kalt-  
stellen. Sahne steif schlagen und  
unterziehen. Abgedeckt min. 6  
Stunden im Kühlschrank kalt  
stellen.

Für die Vinaigrette die Schalotte  
fein würfeln, mit Meerrettich,  
Balsamico und etwas Salz ver-  
rühren, Öl untermischen und kurz  
vor dem Servieren über den  
Feldsalat gießen. Je zwei  
Rote-Bete-Scheiben auf  
einen Teller geben,  
jeweils eine Nocke von  
der Mousse darauf-  
setzen, mit Feldsalat  
anrichten und mit  
Meerrettichraspeln  
garnieren.



Foto: ilietus / stock.adobe.com

## Hauptspeise

### Wildschweinerücken mit Zartbitter-Schokosoße

#### Zutaten

##### Soße:

1 kg Wildknochen, 150 g Sellerie, 150 g Möhren, 1 Petersilienwurzel, 300 g Zwiebeln, 3 EL Öl, 1 EL Tomatenmark, 500 ml Rotwein, 2 kleine Lorbeerblätter, 1 TL schwarze Pfefferkörner, 1 TL Wacholderbeeren, 1 TL Pimentkörner, Salz, 1-3 TL Speisestärke, 1 Riegel Zartbitter-Schokolade

##### Wildschweinerücken:

3 Zweige Rosmarin, 3 Stängel Thymian, 1 Fichtenzweig, 1 TL Wacholderbeeren, 1 kg Wildschweinerücken, Salz, Pfeffer, 20 g Butter, 2 EL Pflanzenöl, nur bei Heißluft: 4-5 Speckscheiben

#### Zubereitung:

**Soße:** Am Vortag herstellen. Dazu Sellerie, Möhren und Petersilienwurzel putzen, schälen und würfeln. Zwiebeln vierteln. Die Knochen mit Öl bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) im Bräter auf der 2. Schiene von unten 45 Minuten rösten, Gemüse zufügen und weitere 30 Minuten rösten, Bräter nur herausziehen, Tomatenmark unterrühren und kurz mitrösten. Den Bratenansatz mit 400 ml heißem Wasser ablöschen und mit einem Pinsel gründlich lösen. Den Wein und so viel kaltes Wasser zugeben, dass die Knochen bedeckt sind. Ohne Deckel bei milder Hitze 1,5 Stunden leise köcheln, dabei die Trübstoffe an der Oberfläche entfernen. 30 Minuten vor Ende der Garzeit Rosmarin, Lorbeer, Pfeffer, Wacholder und Piment zugeben. Soße durch ein feines Sieb gießen.

Vor dem Anrichten Soße mit Salz würzen und zum Kochen bringen, dann die in wenig Wasser angerührte Speisestärke einrühren.

2-3 Minuten leise köcheln. Kurz vor dem Servieren Schokolade in die Soße raspeln und schmelzen lassen.

**Wildschweinerücken:** Rosmarin und Thymian grob hacken.

Wacholderbeeren zerdrücken.

Wildschweinerücken mit Salz und Pfeffer würzen. Butter mit Öl in einer Pfanne schmelzen, Fleisch anbraten, Fichtenzweig, Rosmarin, Thymian und Wacholderbeeren hinzufügen und leicht anrösten. Wildschwein mit der Knochenseite nach unten auf ein Backblech legen. Mit sehr heißem Bratfett aus der Pfanne übergießen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad am besten mit Unterhitze 25-30 Minuten garen, einmal mit Bratsatz übergießen. Bei Heißluft Rücken mit Speckscheiben belegen.

Wildschweinerücken aus dem Ofen nehmen, in Dauerbackfolie



Foto: Iris Graus, VSB

einschlagen und 5 Minuten ruhen lassen. Rückenfilets vom Knochen lösen, schräg in Stücke schneiden und mit der Soße sofort servieren. Dazu passen Wirsing und Steinpilzspätzle.

## Beilagen

### Feiner Bechamel-Wirsing mit Schalotten und Steinpilzspätzle

#### Zutaten Wirsing:

800 g Wirsing, Salz, 1 Zwiebel, 2 Gewürznelken, 1 kleines Lorbeerblatt, 70 g Butter, 20 g Mehl, 500 ml Milch, 30 g Butter, 80 g Schalotten, Pfeffer, Muskat

#### Zubereitung:

Einen großen Topf mit Wasser aufsetzen. Inzwischen vom Wirsing die äußeren Blätter entfernen, den Kohlkopf dann vierteln und den harten Strunk entfernen. Viertel grob schneiden und waschen. Die Wirsingblätter im sprudelnden Salzwasser 3-4 Minuten kochen, in ein Sieb abgießen, abschrecken, gut abtropfen lassen und dann fein hacken.



Foto: eyetronic/fotolia.com

Zwiebel mit Nelken und Lorbeerblatt spicken. 80 g Butter in einem Topf schmelzen lassen, Mehl einrühren, kurz anrösten mit Milch ablöschen und mit der ganzen Zwiebel und 10-15 Minuten leise köcheln lassen.

Schalotten fein würfeln. 30 g Butter in einem Topf schmelzen lassen, Schalotten darin 2-3 Minuten dünsten. Wirsing in den Topf geben, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und 3-4 Minuten offen dünsten. Béchamelsoße ohne die Zwiebel zufügen und weitere 4-6 Minuten leise köcheln lassen.

#### Zutaten Steinpilzspätzle:

500 g Spätzlemehl/Wiener Grießler/Doppelgriffiges Mehl, 2 EL Trockenpilze, 5 Eier, 1 TL Salz  
250 ml lauwarmes Wasser, etwas Butter

#### Zubereitung:

Pilze im Blitzhacker zu feinem Mehl verarbeiten und zum Spätzlemehl geben. Mehl, Salz und Eier mit dem Kochlöffel oder den Knethaken des Rührgeräts in einer Schüssel vermischen, Wasser langsam einrühren, bis ein leicht zäher Teig entsteht. 15 Minuten stehen lassen.

In der Zwischenzeit Wasser im Topf zum Kochen bringen und Salz hinzufügen. Eine Schüssel für die fertigen Spätzle bereitstellen, etwas Butter hineingeben. Teig ins kochende Wasser hobeln oder schaben. Kurz aufkochen lassen. Wenn die Spätzle nach oben kommen, sofort mit dem Schaumlöffel herausheben und in die Schüssel geben. Den Vorgang wiederholen, bis der Teig aufgebraucht ist.

Die Spätzle zum Warmhalten in den 50 Grad warmen Backofen stellen. Wenn alle Spätzle fertig sind, sofort servieren.

Wenn die Spätzle schon am Vortag hergestellt werden: Spätzle nach dem Herausheben in eine Schüssel mit Eiswasser geben und abkühlen, abseihen, etwas Öl über die Spätzle geben, durchschwenken und kühl stellen. Spätzle vor dem Essen in einer Pfanne mit Butter warm machen.

## Nachspeise

### Karamell-Creme und Zwetschgen mit Sternanis

#### Zutaten Karamell-Creme:

80 g Zucker, 6 Blatt weiße Gelatine,  
250 ml Milch, 3 Eigelb, 150 g  
Schlagsahne

#### Zubereitung:

Gelatine nach Packungsvorschrift einweichen.

Vom Zucker 40 g in einem trockenen Topf karamellisieren lassen, bis er bernsteinfarbig ist. Mit der Milch ablöschen. Den fest gewordenen Zucker langsam in der Milch auflösen. Aus den restlichen 40 g Zucker und den Eigelb eine Schaummasse herstellen.

Die heiße Zucker-Milch nach und nach unterrühren, dann alles in den Topf zurückgießen. Unter ständigem Rühren langsam erhitzen, bis die Creme dicklich wird. Kurz vor dem Siedepunkt (nicht kochen!) vom Herd nehmen. Gelatine gut ausdrücken und in der heißen Creme auflösen.

Creme im Wasserbad mit Schneebeesen kalt schlagen. Wenn sie nicht mehr dampft, in den Kühlschrank stellen. Sobald ein 2-3 cm breiter Sulzrand entstanden ist, Sahne steif schlagen und unter die kalte Creme ziehen. Dazu schmecken Zwetschgen mit Sternanis.



Foto: by-studio / stock.adobe.com

#### Zutaten Zwetschgen mit Sternanis:

200 g Zwetschgen oder Pflaumen,  
200 ml Wasser, 1 Sternanis,  
1 Vanilleschote, 1-2 EL Zucker (je  
nach Süße der Zwetschgen),  
1 TL Stärke



Foto: Iris Graus/VSB

#### Zubereitung:

Zwetschgen mit Zucker, Vanilleschote und Sternanis aufkochen und bissfest dünsten. Stärke mit etwas Wasser anrühren. Zwetschgensud damit leicht binden. Kompott erkalten lassen. Vanilleschote und Sternanis herausnehmen.



## Regieplan für die Zubereitung an Heiligabend

Der Regieplan ist so angelegt, dass Sie um 10 Uhr mit dem Kochen beginnen, von 14 bis 17 Uhr eine Pause haben und um 18 Uhr essen können.

Die meisten Arbeiten bis 14 Uhr können Sie aber wunderbar auch schon am Vortag erledigen. Das Kochen an Heiligabend selbst dauert in etwa eine Stunde.

### Legende:

\_\_\_ Rote-Bete-Mousse mit Feldsalat und Meerrettich-Vinaigrette

\_\_\_ Wildschweinerücken mit Zartbitter-Schokosoße

\_\_\_ Steinpilzspätzle

\_\_\_ Creme aus feinem Karamell

\_\_\_ Zwetschgen mit Sternanis

\_\_\_ Feiner Bechamel-Wirsing mit Schalotten

10:00-11:00 Uhr	Rote Bete kochen. Feldsalat putzen, waschen und schleudern. Gut abtropfen lassen, ggf. auf Küchentuch legen, in Tuch einschlagen und im Kühlschrank lagern.
10:30-11:00 Uhr	Knochen würzen im Backofen anbraten, Gemüse putzen.
11.00-11:15 Uhr	Rote Bete schälen, zwölf 0,5 cm dicke Scheiben schneiden und zur Seite legen. Den Rest hobeln oder klein schneiden. Gemüse zu den Knochen geben.
11:15-11:45 Uhr	Gelatine einweichen, gehobelte oder klein geschnittene Bete pürieren, mit Joghurt mischen, Gelatine auflösen, temperieren und einrühren. Kühlen. Pilze mahlen oder mixen, Wasser für Spätzle aufstellen und in einer Schüssel kaltes Wasser zum Abschrecken der Spätzle bereitstellen. Knochen und Gemüse für Soße ablöschen.
11:45-12:00 Uhr	Sahne schlagen. Spätzleteig herstellen.



12:00-12:15 Uhr	Spätzle ins kochende Wasser hobeln, kurz aufkochen, sofort im kalten Wasser abschrecken, abseihen, in Schüssel geben, leicht ölen.
12:15-12:30 Uhr	Sahne unter Rote-Bete-Mousse ziehen, abfüllen und kalt stellen.
12:30-12:35 Uhr	Spätzle kalt stellen.
12:35-12:45 Uhr	Gelatine einweichen. Karamellmilch kochen.
12:45-13:00 Uhr	Schaummasse herstellen und mit Karamellmilch erhitzen. Gelatine einrühren und auflösen, Masse in kaltem Wasser kühlen.
13:00-13:20 Uhr	Abgekühlte Crème in Kühlschrank stellen, bis ein Sulzrand entstanden ist. Soße abseihen, abschmecken, kalt stellen.
13:20-13 30 Uhr	Zwetschgen entsteinen.
13:30-13:40 Uhr	Sahne unter die Creme ziehen und abfüllen.
13:40-14:00 Uhr	Wasser aufsetzen, Wirsing putzen, vierteln und klein schneiden, Wirsing garen, bis er bissfest ist, abseihen und kalt stellen.
<b>14-17 Uhr Pause</b>	
17:00-17:10 Uhr	Sternanis mit Wasser und Zucker aufkochen, Zwetschgen zugeben und aufkochen lassen, zur Seite stellen. Salatmarinade herstellen.
17:10-17:20 Uhr	Béchamelsoße herstellen, Wirsing zugeben und langsam erhitzen.
17:20-17:30 Uhr	Fleisch würzen und anbraten, in den Backofen stellen.
17:30-17:40 Uhr	Spätzle in Pfanne mit Butter erhitzen.
17:45-17:55 Uhr	Fleisch aus dem Ofen nehmen einwickeln und ruhen lassen. Soße erhitzen und Schokolade schmelzen lassen.
17:55-18:00 Uhr	Salat und Rote-Bete-Mousse anrichten. Fleisch auslösen und Servieren.