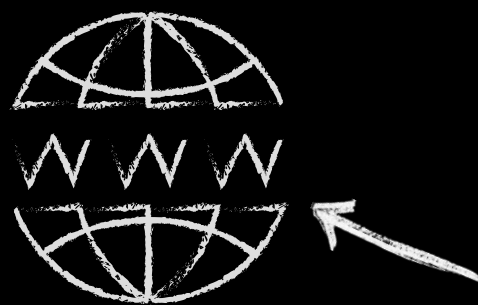




Shellsons
Kochmanufaktur
by Keven Muttschall

Happy Food Kochbuch °2



“kochen macht
Menschen glücklich”

-Keven Muttschall-

**Spaghetti Bolognese
ala Shellson**

Zutaten für 1 Liter:

700 vml passierte Tomaten

500 g Rinderhack

300 ml Rotwein

3 Zwiebeln

4 Möhren

4 Knoblauchzehen

200 ml Brühe

1-2 Zweige Thymian

1-2 Zweige Rosmarin

Salz, Pfeffer, Zimt,
Paprikapulver, Zucker



Zubereitung

1. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Möhren waschen und alles in kleine Würfel schneiden. Knoblauch in Scheiben schneiden. Die Kräuter zupfen und die Blätter fein hacken.

2. In einem Topf etwas Öl bei $\frac{3}{4}$ Temperatur erhitzen, dann einen Drittel von dem Fleisch in großen Stücken zugeben und 1-2 Minuten braten lassen. Dann umrühren, in eine Ecke schieben und das 2. e Drittel Fleisch darin anbraten, das noch einmal wiederholen, dann mit 1-2 tl Salz würzen und eine Prise Pfeffer zugeben.

3. Dann eine Ecke im Topf frei machen und darin die Zwiebeln anbraten, alles verrühren, eine Ecke frei machen und darin den Knoblauch anbraten, das ganze mit den Möhren wiederholen, bis diese golden glänzen.

4. In einer freien Ecke im Topf die gehackten Kräuter in 2 EL Öl 10 Sekunden anbraten.

5. Jetzt mit dem Rotwein nach und nach ablöschen, die Flüssigkeit sollte nie ganz verschwinden, Brühe zugeben und mit passierten Tomaten auffüllen. Eine Messerspitze Zimt dazu geben, 1 EL Paprikapulver, 1 tl Zucker und dann mit Salz & Pfeffer abschmecken.





Zitronen Sekt Sorbet

Zutaten für 4 Personen:

2 Zitronen
100ml Sekt
150g Zucker
150ml Wasser

Minze zum garnieren



Zubereitung

1. Zucker mit Wasser 1 mal aufkochen und beiseite stellen (=Läuterzucker).

2. Zitronen auspressen

3. Den Zitronensaft mit dem Sekt und dem Läuterzucker pürieren.

4. In Förmchen abfüllen und Spieße rein stecken.

5. Mindestens 4 Stunden einfrieren





**Kirschtomaten
Relish**

Zutaten für 500ml :

Zutaten

500g Kirschtomaten

2 Knoblauchzehen

100g Schalotten

150ml Balsamico Essig

30g Brauner Zucker

½ tl Honig

½ frische Chili

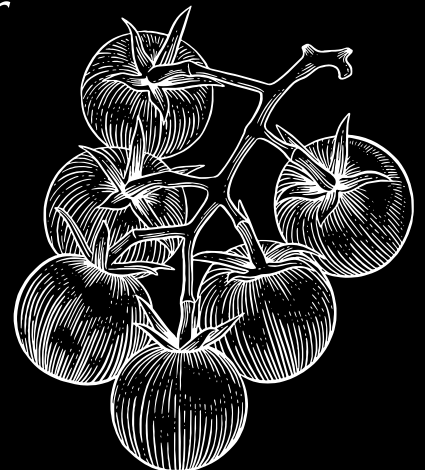
3 Zweige Thymian

50g Parmesan

grobes Meersalz

frisch gestoßener

bunter Pfeffer

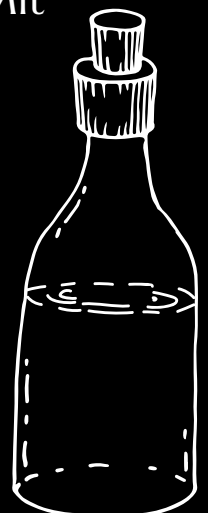


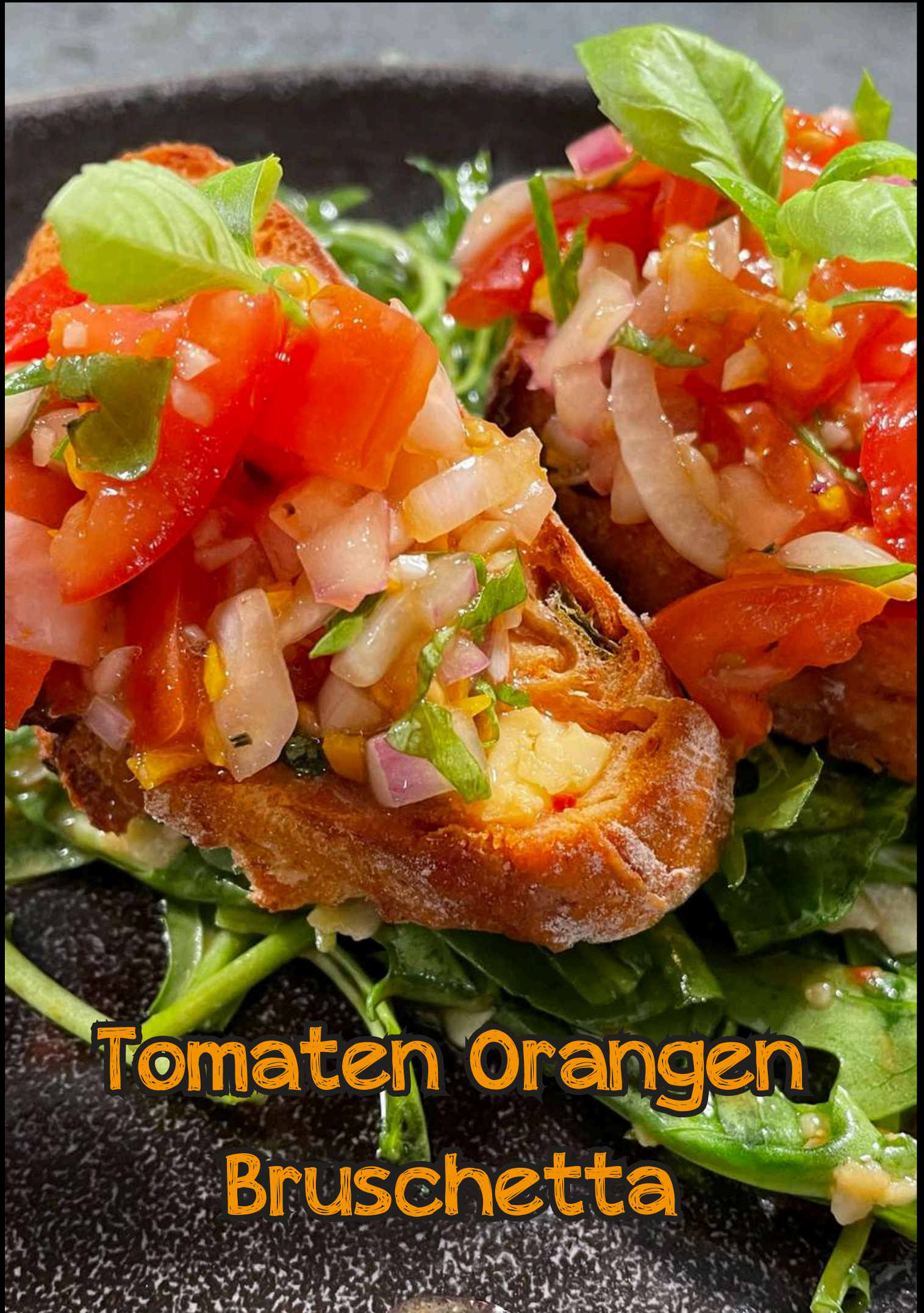
Zubereitung

1. Die Kirschtomaten waschen halbieren und von der Schnittseite in einer Pfanne 5 Minuten bei mittlerer Hitze braten, sodass die Tomaten leicht aufplatzen. Dann beiseite stellen.

2. Die Schalotten und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Chili fein schneiden, den Parmesan reiben und den Thymian zupfen.

3. In einer hohen Pfanne oder einem breiten Topf etwas Öl leicht erhitzen, erst die Schalotten, dann den Knoblauch glasig darin anschwitzen. Alles in der Pfanne in eine Ecke schieben und in die freie Fläche den Zucker geben. Wenn der Zucker geschmolzen ist den Thymian und die Chili in den Zucker geben und alles verrühren, die Tomaten dazu geben, jetzt mit dem Balsamico ablöschen. Das ganze 5-10 Minuten bei niedriger Temperatur einkochen. Mit dem Honig, Pfeffer und Salz würzen und den Parmesan drüber reiben.





**Tomaten Orangen
Bruschetta**

Zutaten für 1 Baguette:

400g Tomaten

50ml Olivenöl

100g Schalotten

2 Knoblauchzehen

2EL Balsamico Essig

1tl Honig

1 Orange

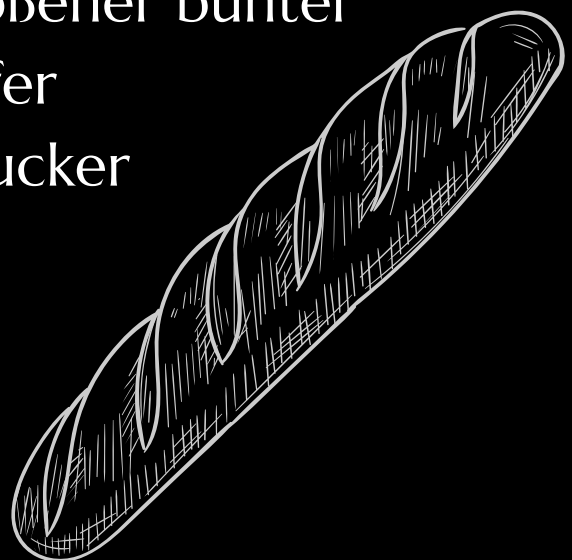
Basilikumblätter zum garnieren

1tl grobes Meersalz

½ tl frisch gestoßener bunter

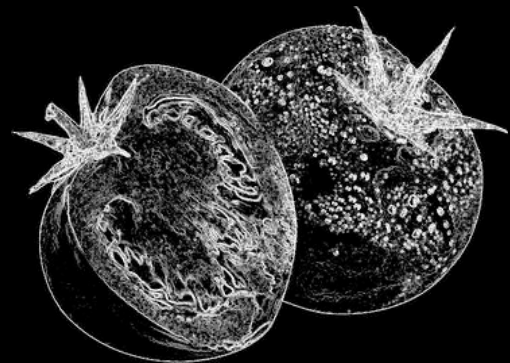
Pfeffer

½ tl Zucker



Zubereitung

1. Die Tomaten waschen und in kleine Würfel schneiden. Die Schalotten und den Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Von einem Viertel der Orange die Zesten entfernen, restauspressen.
2. Die Tomaten, Schalotten, Knoblauch, und die Orangenschale mischen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker verrühren und 15 Minuten ziehen lassen. Dann Honig, Balsamico Olivenöl und der Hälfte von dem Saft der Orange würzen.
3. Jetzt noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf frisch gebackenen Baguette Scheiben servieren, garniert mit Basilikumblättern.



A top-down view of a light blue ceramic plate with a gold rim, filled with several small, round bread cups. Each cup is filled with a chunky ratatouille sauce, which is a vibrant orange-red color, suggesting the presence of tomatoes and possibly the citrus mentioned in the text. The bread cups are arranged in a somewhat circular pattern on the plate. The background is a dark wooden surface.

**Ratatouille mit Rose &
Orange**

Zutaten für 2 Personen:

1 kleine Auberginen

1 Zucchini

1 Rote Paprika

2 Tomaten

1 Zwiebel

1 Chilischote

1 tl Tomatenmark

1 Orange

2 Zehen Knoblauch

100 ml Brühe

2 EL Olivenöl

Salz, Bunter Pfeffer, Muskat

1-2 EL Kräuter der Provence



Zubereitung

1. Das Gemüse waschen und in mundgerechte Würfel schneiden.
2. Die Aubergine in einer Schüssel mit einem halben Teelöffel Salz, $\frac{1}{2}$ tl Zucker und $\frac{1}{2}$ tl Pfeffer würzen. Die Paprika in einer Schüssel mit 1 EL Olivenöl 1 EL Balsamico einer Prise Salz und einer Prise Pfeffer würzen. Die Zucchini in einer Schüssel mit 1 EL Olivenöl, $\frac{1}{2}$ tl Salz und etwas Pfeffer würzen
3. Die Zwiebeln in Bratöl anschwitzen, dann Paprika & Zucchini dazu, dann die Tomaten zugeben Auberginen und Knoblauch. Immer eine Hand nach der anderen begeben.
4. Nach dem anbraten, eine Ecke im Topf frei machen, Öl in diese geben und die Gewürzmischung 15 Sekunden anrösten, die Brühe und das Olivenöl zugeben und 20 Min. köcheln lassen. Mit Meersalz und schwarzem Pfeffer abschmecken.





Shellsons
Kochmanufaktur
by Keren Muttschall

Wir freuen uns auf
dich





Shellsons
Kochmanufaktur
by Keren Muttschall

Erlebe mit uns dein Genussabenteuer!

Du hast Spaß am kochen?

Du liebst leckeres Essen?

Hast Spaß daran neue Leute kennen zu lernen?

Dann melde dich jetzt an!

[Mitmachen!!](#)

