



Shellsons  
Kochmanufaktur  
*by Keven Muttschall*

Happy Food

8 leckere Rezepte aus  
8 Jahren Kochschule



“kochen macht  
Menschen glücklich”

-Keven Muttschall-

Folgt uns für mehr  
Rezepte & Foodhacks



Hier klicken!



Summer  
Kitchen  
buchen



**Tomatentortilla**

## Zutaten für 8 Personen

800 g Bio Kartoffeln

8 Eier

250 g Tomate

½ Bund Frühlingslauch

2 mittelgroße Zwiebeln

Salz



# Zubereitung

1. Die Kartoffeln waschen und in ca. 2cm<sup>2</sup> große Würfel schneiden. In einen Topf geben, zur Hälfte mit Wasser bedecken, 1 TL Salz zugeben und bei mittlerer Temperatur weich kochen.
2. Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. Den Frühlingslauch in Ringe schneiden. Die Tomaten in ca. 0,5cm<sup>2</sup> große Würfel schneiden.
3. Die Eier in eine Schüssel aufschlagen, 2 TL Salz zugeben und mit einem Schneebesen verquirlen.
4. Wenn die Kartoffeln fertig sind, diese abgießen.
5. Eine Pfanne auf  $\frac{3}{4}$  Temperatur erhitzen, die Kartoffeln zugeben und 6 Minuten braten, währenddessen nur alle 1-2 Minuten umrühren.
6. Wenn die Kartoffeln soweit sind, die Zwiebelwürfel zugeben, umrühren und 1 Minute mitrösten.
7. Die Tomaten und den Frühlingslauch zugeben umrühren und wieder 1 Minute warten.
8. Jetzt 1 Prise Salz zugeben, umrühren, das Ei gleichmäßig verteilen. Die Zutaten etwas runterdrücken, sodass alles vom Ei bedeckt ist, Deckel drauf Temperatur auf  $\frac{1}{4}$  Hitze reduzieren und für ca. 6-8 Minuten stocken lassen, bis das Ei oben feste ist. An den Rändern lösen und zum servieren stürzen.



# **Erdbeer Limetten Sorbet**

## Zutaten für 4 Personen:

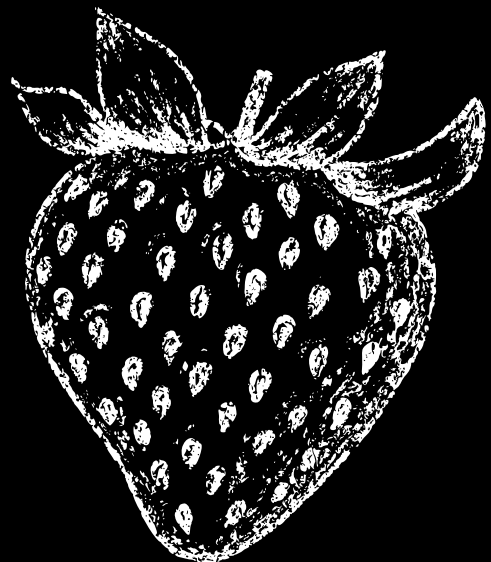
250 g Erdbeeren

2 Limetten

150 g Zucker

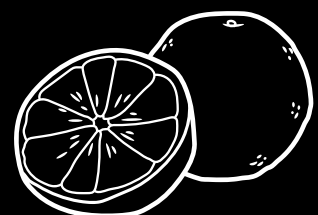
150 ml Wasser

Minze zum Garnieren



# Zubereitung

1. Die Limetten entzesten und die Zesten mit dem Zucker und Wasser 1 mal aufkochen, für 1 Minute kochen lassen und beiseite stellen (=Läuterzucker).
2. Erdbeeren waschen, klein schneiden und zugeben. Limetten auspressen und den Saft zugeben.
3. Jetzt alles miteinander pürieren.
4. In Förmchen abfüllen und eventuell Spieße rein stecken.
5. Mindestens 4 Stunden einfrieren



Summer Kitchen  
buchen



**Zitronen Hühnchen**

## Zutaten für 4 Personen:

1 kg Hähnchenbrust  
Saft & Abrieb von 4 Zitronen  
6 Knoblauchzehen  
Salz & Pfeffer



# Zubereitung

1. Zitrone entzesten, diese kleinschneiden und die Frucht auspressen. Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden.

2. Hähnchen mit Zitronensaft, Zeste, Knoblauch, Salz & Pfeffer marinieren (30 min)

3. Die Marinade abtropfen lassen und die Brüste schön anbraten bis eine schöne Bratkruste entstanden ist. Backblech mit Zitronenscheiben auslegen und die Brüste darauf legen. Nochmals mit Marinade bestreichen und ca. 15-20 min bei 200 °C garen.

( Das Fleisch ist durchgegart, wenn klarer Fleischsaft bzw. Eiweiß austritt oder eine Kerntemperatur von ca. 70 °C erreicht ist.)





Bella Cucina

2.0 buchen



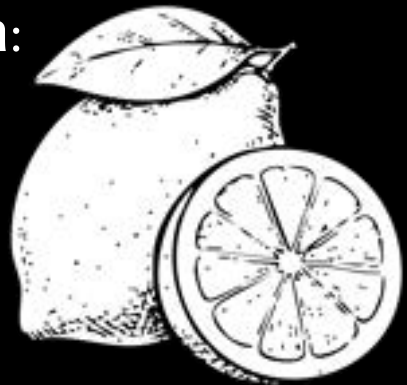
**Zitronen Tiramisu**

## Zutaten:

500 ml Schlagsahne  
500 g Mascarpone  
250 g Joghurt  
200 g Löffelbiskuit  
200 ml Kakao  
2 EL Honig  
Kakaopulver zum Bestreuen

## Kandierte Zitronen:

4 Zitronen  
175 ml Wasser  
100 g Zucker



# Zubereitung

1. Die Zitronenschale mit einem mit einem Messer fein von der Frucht lösen, das Weiße möglichst entfernen.
2. Die Zitronenschalenscheiben in etwas Wasser 5 Minuten kochen, in einem Sieb abgießen, wieder in den Topf geben, nochmal 5 Minuten kochen und das ganze noch ein drittes Mal wiederholen. So entweichen die Bitterstoffe.
3. In einem kleinen Topf Wasser und Zucker zum Kochen bringen, die Zitronenscheiben zugeben, Deckel aufsetzen und bei niedriger Temperatur 45 Minuten köcheln lassen.
4. In einer Schüssel die Mascarpone mit dem Joghurt Mischen, mit 2 EL Honig abschmecken, die Sahne aufschlagen und vorsichtig unterheben. Jetzt in eine Auflaufform erst Biskuit unten einlegen, mit Kakao beträufeln, 1 Schicht Joghurt Mascarpone Creme dazu, dann wieder eine Schicht Biskuit drauf ein Schicht, mit Kakao beträufeln, Creme dazu, dann die kandierten Zitronenscheiben auf der Creme verteilen nochmal eine Schicht Biskuit, mit dem restlichen Kakao beträufeln und als letztes nochmal Creme drauf geben. Kakaopulver in eine Sieb geben und über das fertige Tiramisu streuen



Bella Cucina

Siciliana

buchen



**Arancini**

## Zutaten für 4 Personen:

300 g Risotto (Caranoli)

150 ml Weißwein

650 ml Brühe

50 g Butter

3 Schalotten

Füllung:

200 g Erbsen aus dem Glas

100 g Mozzarella

1 Zwiebel

100 ml Brühe

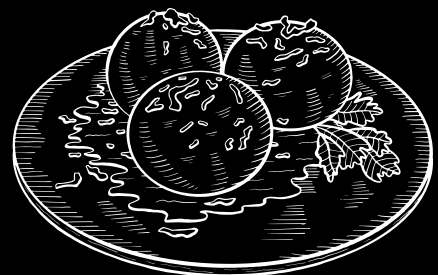
50 g Butter

Panade:

2 Eier

100 g Mais Paniermehl

Salz & Pfeffer



# Zubereitung

1. Die Schalotten in feine Würfel schneiden. Eine Pfanne auf mittlere Temperatur erhitzen, Olivenöl zugeben und den Risottoreis für ca. 2 Minuten glasig anbraten. 1 TL Salz zugeben. Die Schalotten-Würfel zugeben und kurz mit anbraten.
2. Den Reis mit dem Weißwein ablöschen, aufkochen lassen und nach und nach unter Rühren die Brühe zugeben, bis der Risottoreis noch leichten Biss hat. Jetzt die Butter einrühren und mit Salz abschmecken. Den Reis auf 2 Tellern zerstreichen und im Kühlschrank abkühlen lassen.
3. Für die Füllung die Zwiebeln fein würfeln, die Butter in einem kleinen Topf erhitzen und die Zwiebeln darin für 2 Minuten anbraten. Die Erbsen abgießen und mit 1 TL Salz zugeben. Jetzt die Brühe dazu geben, Deckel aufsetzen und 5 Minuten kochen lassen. Den Deckel abnehmen, den Topf für 5 Minuten beiseite stellen. Den Mozzarella in kleine Würfel schneiden und in die lauwarmen Erbsen geben.
4. In einer Schüssel die Eier mit 1 TL Salz aufschlagen. Wenn der Reis abgekühlt ist, diesen gründlich mit den Händen zermatschen. Die Reismasse anschließend in 14 gleichgroße Haufen teilen. 2/3 von einem Haufen in die Hand nehmen und eine Kuhle rein formen. In die Kuhle einen Teelöffel von den Erbsen geben, den letzten drittel Reis drauf geben, vorsichtig zusammendrücken und mit Liebe rund Formen. Den Prozess wiederholen, bis die gesamte Masse in dieser Weise verarbeitet ist.
5. Die Kugeln nun zuerst in das Ei geben und dann in eine Schüssel mit dem Mais Paniermehl, bis sie schön gleichmäßig paniert sind.
6. Eine Pfanne auf mittlere Temperatur erhitzen, den Boden gut mit Olivenöl bedecken und die panierten Kugeln von allen Seiten goldbraun braten.
7. Auf ein Backblech (wenn nötig mit Backpapier) legen und im vorgeheizten Ofen bei 180°C Umluft für ca. 10 Minuten backen.





American BBQ  
buchen



**Loaded Potato Cubes**

## Zutaten für 4 Personen:

1 kg Kartoffeln  
150 g Speckwürfel  
½ Stange Lauch  
250 g Sour Cream  
150 g Cheddar gerieben  
1 TL Paprikapulver  
1 TL Knoblauchgranulat  
2 Frühlingszwiebeln  
Salz & Pfeffer



# Zubereitung

1. Die Kartoffeln gründlich waschen und in kleine Würfel schneiden.
2. Anschließend in leicht gesalzenem Wasser ca. 8-10 Minuten vorkochen und abgießen.
3. Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
4. In einer Pfanne Bratöl erhitzen und die Kartoffeln im Abstand von 1 Minute, Hand für Hand zugeben und auch nur einmal pro Minute rühren.
5. Die Kartoffeln mit Paprikapulver, Knoblauchgranulat, Salz und Pfeffer vermengen und auf einem Backblech verteilen.
6. Die Kartoffeln ca. 25-30 Minuten goldbraun und knusprig backen.
7. Die Speckwürfel in eine kalte Pfanne geben, auf halber Temperatur anstellen und kross braten.
8. Den Lauch in feine Ringe schneiden und kurz mit dem Speck anschwitzen.
9. Die fertigen Kartoffeln mit Cheddar bestreuen und kurz im Ofen schmelzen lassen.
10. Anschließend mit Speck, Lauch, Sour Cream und Frühlingszwiebeln garnieren und warm servieren.





American BBQ  
buchen

**BBQ 3000 RUB**

## Zutaten für 4 Personen:

2 EL Geräuchertes Paprikapulver

1 TL Schwarzer Pfeffer

1 EL Salz

½ TL Muskatnuss gemahlen

2 Pimentkörner

1 Zitrone

1 EL Knoblauchpulver

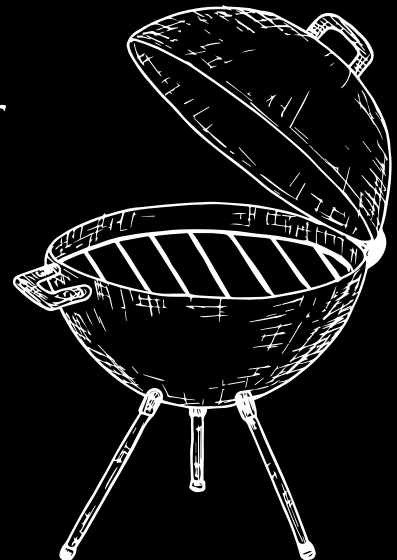
½ TL Ingwerpulver

½ TL getr. Salbei

1 TL getr. Thymian

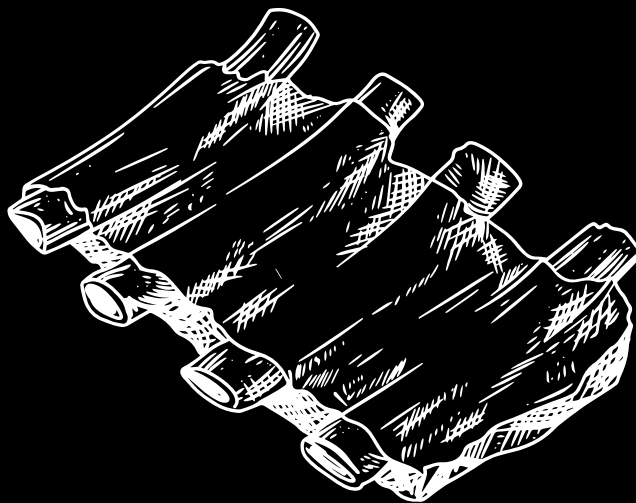
1 TL Weißer Pfeffer

½ TL Zimt



# Zubereitung

1. Gewürze, die nicht bereits als Pulver dabei sind, frisch mörsern und dann alle Gewürze gemeinsam in eine Schüssel geben und vermengen.
2. Die Zitrone entzesten und die Zesten sehr fein hacken und zugeben.
3. Bevor das Fleisch mit dem Rub eingerieben wird sollte es möglichst trocken gerieben sein.



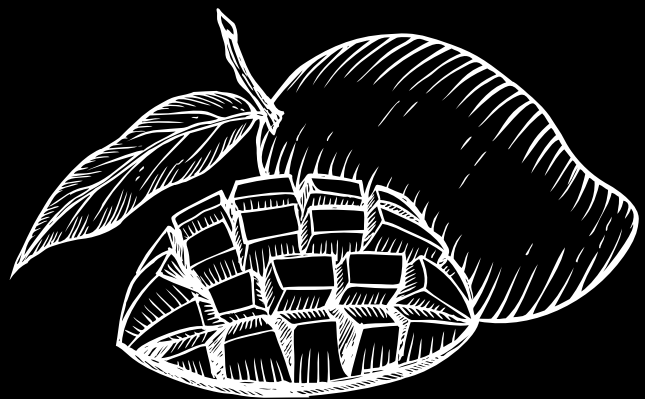
Asiatisch 2.0  
buchen



**Mango Sticky Rice**

## Zutaten für 4 Personen:

400 g Klebereis  
1 Glas Mangostücke (350 g)  
550 ml Wasser  
400 ml Kokosmilch  
110 g Zucker  
2 TL Stärke



# Zubereitung

1. Den Kleebreis ca. 4 Mal mit frischem, warmen Wasser in einem Topf auswaschen. Wasser aus dem Hahn genügt dafür.
2. Den Reis in den Topf geben, 150 ml aus dem Glas der Mango und 700 ml Wasser zugeben. ½ TL Salz zugeben, Deckel drauf, einmal aufkochen lassen und bei niedriger Temperatur für 10 Minuten köcheln lassen. Vom Herd nehmen und 10 Minuten mit Deckel ruhen lassen.
3. In der Zwischenzeit 300 ml Kokosmilch mit 100 g Zucker in einen Topf geben und erhitzen, bis es dampft. Deckel drauf und auf kleiner Stufe stehen lassen.
4. Wenn der Reis die zweiten 10 Minuten gezogen ist, die heiße Kokosmilch auf den heißen Reis geben, kräftig einrühren, Deckel drauf und das Ganze für 15 Minuten ruhen lassen.
5. Jetzt in einem Topf die Stärke, 10 g Zucker und 100 ml Kokosmilch mischen und unter Rühren aufkochen, sodass das Ganze andickt.
6. Die Mango aus dem Glas kleinschneiden.
7. Zum Servieren den Reis auf den Teller geben, 1 EL Kokosmilchsauce drüber geben und die Mango darauf verstreuen.



Shellsons  
Kochmanufaktur  
*by Kevon Muttschall*

Wir freuen uns auf  
dich!





Shellsons  
Kochmanufaktur  
*by Kevon 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!!

