



DIE VIELFÄLTIGKIT DER ZWIEBEL

Eine Verkostung von Kultur. Konzepte. Kulinarik
2. November 2013, Teilmöbliert

GEBACKEN	Bülledünne
FLÜSSIG	Zwiebel-Hustensaft
HERZHAFT	Apfel-Zwiebel-Waffeln
FRITTIERT	frittierte Zwiebelringe
ZERKLEINERT	Schalotten-Nuss-Butter/ Apfel-Zwiebel-Schmalz mit Bureweck
KONSERVIERT	Zwiebelconfit/ eingelegte Cipola di Giarratana
MARINIERT	Tomatensalat mit Zwiebeln
ROH	eine Auswahl von rohen Zwiebeln

..... D I E R E Z E P T E

BÜLLE DÜNNE

Teig:

40g Hefe
500g Mehl + etwas Mehl zum Bestäuben
1-2 TL Salz
200ml Wasser
etw. Puderzucker

Belag:

12 große Höri Bülle-Zwiebeln
3 EL Öl
2 Eier
450g Schmand
Pfeffer, Salz

Hefe zerbröseln und mit etwas Puderzucker und lauwarmen Wasser glattrühren. Das Mehl in eine Schüssel geben und eine Mulde hineindrücken. Die Hefe hineingeben. Gehen lassen bis sich die Masse verdoppelt hat. Danach den Teig mit Salz und warmen Wasser verkneten und nochmals gehen lassen. Dünn ausrollen und auf gefettetem Blech ausrollen.

Zwiebel schälen und in Scheiben schneiden und in Öl glasig dünsten. Schmand mit Eiern, Salz und Pfeffer verrühren. Die Zwiebeln dazugeben und die Masse auf dem Hefeteig verteilen.

Im Backofen 30 min bei 270 Grad Ober-Unterhitze backen.

SALBEI- THYMIAN-ZWIEBEL-HUSTENSAFT

150 ml Wasser
100 gr. gehackte Zwiebeln
100 gr. brauner Kandiszucker
1 TL Thymian
1 TL Salbei
evtl. 1 TL getrockneter Spitzwegerich (stillt den Hustenreiz, macht den Saft aber bitterer)

Die Zutaten mischen und köcheln lassen bis sich der Kandiszucker aufgelöst hat. Den Auszug durch ein Sieb geben und in ein geeignetes Glas abfüllen. Abkühlen lassen und im Kühlschrank aufbewahren. Der Saft ist so 1 Woche haltbar.

Dosierung:

Erwachsene 3x täglich 2 EL
Kinder ab dem 3. Lebensjahr 3x täglich 1 EL.



APFEL-ZWIEBEL-WAFFELN

3 Zwiebeln
1 EL Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl
250 g Äpfel (gut sind z.B. Boskoop)
150 g weiche Butter
5 Eier (Größe M)
2 TL Salz
1 Msp. gemahlener Kümmel
200 g Weizenmehl
2 gestr. TL Backpulver
2-3 EL Speisestärke

Zwiebeln abziehen und in sehr feine Würfel schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Würfel darin glasig dünsten, bis die Flüssigkeit verdunstet ist und abkühlen lassen.

Margarine oder Butter mit einem Mixer (Rührstäbe) in einer Rührschüssel geschmeidig rühren. Jedes Ei etwa ½ Min. auf höchster Stufe unterrühren. Salz und Kümmel unterrühren. Mehl, Backpulver und Speisestärke mischen und auf mittlerer Stufe unterrühren. Äpfel schälen, grob raspeln und hinzugeben. Zwiebelwürfel ebenfalls kurz unterrühren.

Jeweils knapp 3 Esslöffel Teig in das Waffeleisen geben, leicht verstreichen und zu goldbraunen Waffeln backen. Waffeln einzeln auf einem Kuchenrost etwas abkühlen lassen und lauwarm verzehren.

FRITTIERTE ZWIEBELRINGE

2 Gemüsezwiebeln
200 g Mehl oder etwas mehr
500 ml Pflanzenöl zum Frittieren
1-2 TL Salz
3 Eier
100 ml Bier
1 TL Backpulver

Zwiebeln in knapp 1cm breite Ringe schneiden. Mehl in eine kleine Schüssel geben und mit Backpulver und Salz vermischen. Eier in eine zweite Schüssel geben und schlagen. Bier in eine dritte kleine Schüssel geben. Öl in einem Topf auf 180 °C erhitzen. Die Zwiebelringe einzeln zunächst durch die Eiermasse ziehen, dann im Mehl wenden, bis sie von allen Seiten bedeckt sind, anschließend kurz in das Bier tauchen und dann direkt in das heiße Fett geben. Nach ca. 2 min wenden und goldbraun backen. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen und ggf. mit Salz und/ oder Paprikapulver bestreuen.

APFEL-ZWIEBEL-SCHMALZ (aus dem Buch „Drunter und Drüber: Das Brotback- und Aufstrichbuch“)

Für 2 Gläser à 200ml:
3 rote Zwiebeln (ca. 150g)
1 Bund Thymian
1 großer säuerlicher Apfel (ca. 200g)
100ml Olivenöl
Salz
Zitronenpfeffer (alternativ: abgeriebene Zitronenschale)
½-1 EL flüssiger Honig
150g Kokosfett

Zwiebeln schälen und fein würfeln. Thymianblättchen abzupfen. Apfel schälen und fein würfeln. Zwiebeln in 3 EL heißem Olivenöl glasig andünsten. Apfel und 2/3 des Thymians zufügen und kurz mitdünsten. Mit Salz, Zitronenpfeffer und Honig würzen, dann abkühlen lassen. Kokosfett über dem warmen Wasserbad schmelzen. Apfel-Zwiebel-Masse zufügen und etwas abkühlen lassen. Dann übriges Olivenöl unterrühren und kräftig abschmecken. Schmalz in Gläser füllen und zugedeckt im Kühlschrank fest werden lassen.



SCHALOTTEN-NUSS-BUTTER

250g Butter
eine Hand voll Walnüsse/ Haselnüsse/ Cashewkerne
4-5 Schalotten
Petersilie
1 -2 Knoblauchzehen
Salz, Pfeffer

Die Nüsse fein hacken oder frisch mahlen. Die Petersilie hacken. Die Schalotten möglichst fein würfeln, den Knoblauch ebenfalls fein hacken. Alles Zutaten mit der Butter vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

ZWIEBELCONFIT (<http://www.rezeptewiki.org/wiki/Zwiebelconfit>)

ideale Beilage zu Fisch aber auch zu kurz gebratenem Rindfleisch- oder Wildgerichten.

500 g weiße Zwiebeln
500 g rote Zwiebeln
1 EL Sonnenblumenöl
40 g Zucker
2 EL frischen Thymian
4 Zweige frischen Rosmarin
200 ml guten Rotwein
100 ml Rinderbrühe oder Gemüsebrühe
4 EL guten Balsamico
1/2 Vanilleschote
Salz, Pfeffer f

Die Zwiebeln in feine Ringe schneiden. Den Thymian waschen, gut trocken schütteln und fein hacken. Den Rosmarin ebenfalls waschen, gut trocken schütteln, die Nadeln abstreifen und fein hacken. Das Öl im Topf erhitzen. Den Zucker zugeben und leicht karamellisieren lassen. Dann die Zwiebelringe sowie den Thymian und den Rosmarin zugeben. Das Gemüse glasig dünsten und danach mit dem Rotwein ablöschen. Die Vanilleschote zugeben. Mit der Brühe aufgießen und den Essig unterrühren. Die Zwiebeln bei mittlerer Hitze für etwa 15 Minuten kochen lassen. Zum Schluss mit Salz sowie Pfeffer abschmecken. Noch heiß zur Speise nach Wahl servieren oder für später oder als Geschenk konservieren.

Konservieren

Zur Lagerung 3 sterilisierte Twist-off-Gläser (à ca. 400 ml) vorbereiten.
Das Zwiebelconfit gleich in mehrfacher Menge zubereiten, Gläser füllen und mit der Flüssigkeit sowie etwas gutem, nativem Olivenöl beträufeln. Dunkel und kühl gelagert ist das Zwiebelconfit dann für etwa ein Jahr haltbar. Nach dem Öffnen des Glases und nach Gebrauch, dieses luftdicht und gut verschlossen im Kühlschrank aufbewahren.

TIPP für rohe Zwiebeln in Salaten:

Die Zwiebeln in Ringe schneiden und im kalten Wasser mit Salz zusammen mit der Hand sanft kneten. Dann das Wasser abkippen und diesen Vorgang mindestens einmal wiederholen. Dadurch verlieren die Zwiebeln ihren dominant bitteren Geschmack und werden sehr fein.