



Rotwein-/BalsamicoSauce



Zutaten

250ml Rotwein
150ml Rindsbouillon
80ml Dickflüssigen Balsamico
2 EL Sojasauce
2 Schalotten, in kleine Stücke geschnitten
1 Knoblauchzehe, in feine Scheiben geschnitten
2 Zweige Rosmarin
4 Zweige Thymian
Sonnenblumenöl oder Olivenöl
50g kalte Butter
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Die Kräuter (ganze Blätter und Zweige) mit Zwiebeln und Knoblauch im Sonnenblumenöl auf hoher Stufe ca. 3 Minuten andünsten,
Anschließend mit dem Rotwein ablöschen.
Sojasauce, Bouillon und Balsamico dazugeben,
Sauce auf tiefer Stufe bis auf ca. 100ml einköcheln lassen
Sauce durch ein Sieb passieren, danach nochmals auf ca. 50ml einkochen lassen, abschmecken

Finish:

Pfanne vom Herd nehmen und die kalte Butter einrühren.
danach den Jus nicht mehr aufkochen – nur noch erhitzen!



Brot im Glas



Zutaten

4 hitzefeste Weck- Gläser (ca. 600 ml Volumen; z. B. von Weck)

150g Roggen Vollkornmehl

300g Dinkel Vollkornmehl

15g Hefe frisch

300ml Wasser lauwarm

½ TL Salz

5g Honig

1 EL Olivenöl

Zubereitung

Wasser erwärmen und die Hefe darin auflösen. Honig und Olivenöl dazu geben und alles miteinander verrühren.

Mehle mit Salz mischen, das noch warme Hefegemisch dazu geben, kneten (ev. Küchenmaschine verwenden) bis ein homogener Teig entstanden ist. Teig an einem warmen Ort ca. 45 Minuten gehen lassen

Den Ofen auf 200°C Ober – und Unterhitze vorheizen und ein kleines Schälchen Wasser mit in den Ofen stellen. Gläser dünn mit Öl auspinseln. Je 1 EL Mehl hineingeben, dann das Glas so drehen, dass das Mehl die komplette Innenseite und den Boden bedeckt. Teig in jedes Glas geben. bis an den Rand streichen. (Glas nur zu max. 2/3 füllen)

Den gegangenen Teig etwas mit Mehl bestreuen und kreuzweise mit einer Scheere ca. 1 cm tief einschneiden. 35-45 min im Ofen backen.