

S. Sagenroth

# Rezepte on the Road

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>7</b>
<b>Torys Sandwichs</b>	<b>11</b>
Gurkensandwichs	13
Bluecheese-Sandwichs	15
Egg - Sandwichs	16
Roastbeef-Sandwichs	17
<b>Chinatown</b>	<b>20</b>
Chinesische Frühlingsrollen	21
Gebratene Nudeln	23
Gebratene Garnelen	25
<b>Bistecca alla Fiorentina</b>	<b>26</b>
Italienische Gemüseplatte	28
<b>Ludovicas Ragu di Cinghiale</b>	<b>30</b>
<b>Croque Monsieur</b>	<b>33</b>
Caesar-Salat	35
<b>Marokkanische Tajine</b>	<b>37</b>
<b>Couscous mit Rosinen</b>	<b>40</b>
<b>Marokkanischer Minztee</b>	<b>42</b>
<b>Marokkanische Grillspieße</b>	<b>44</b>
Fleischspieße	46
Gemüse-Fischspieße	48
<b>Peposo</b>	<b>50</b>
Polenta mit Rosmarin	53
Möhrengemüse	54
<b>Spaghetti alle vongole</b>	<b>55</b>

<b>Matzenknödelsuppe</b>	<b>57</b>
<b>Hummus</b>	<b>59</b>
<b>Bagels &amp; Halva</b>	<b>63</b>
Sesam-Bagels	65
Halvaschnecken mit Schokolade	67
<b>Wiener Schnitzel</b>	<b>69</b>
<b>Berliner Currywurst</b>	<b>72</b>
<b>Hamburger</b>	<b>74</b>
Der Klassiker	76
Veggie-Burger	78
Italian Style	80
<b>Torys Summer Menu</b>	<b>82</b>
Frozen Cucumbersoup	84
Lammkoteletts mit Minzsoße	86
Apple Crumble	88
<b>Fish'n Chips</b>	<b>89</b>
<b>Pakistanisches Curry</b>	<b>93</b>
<b>Cornish Pasty</b>	<b>96</b>
Der Klassiker mit Rindfleisch	97
Indian Style	99
Vegane Pasties	101
<b>Leipziger Lerchen</b>	<b>103</b>
<b>Sächsischer Wildschweinbraten</b>	<b>106</b>
<b>Croissants</b>	<b>109</b>
<b>Quiches</b>	<b>112</b>
<b>Rheinischer Sauerbraten</b>	<b>115</b>
Apfelkompott	119
Rotkohl	120

Kartoffelklöße	122
<b>Amerikanische Hühnersuppe</b>	<b>124</b>
Charleens Käsespätzle	127
<b>Route 66 Taco Shells</b>	<b>130</b>
American Donuts	134
Quellenangaben	137
Restauranttipps	138
Nachwort	140
Über die Autorin	141
Bücher von S. Sagenroth	142

# Vorwort



Liebe Leser:innen,

in meinen Romanen wird nicht nur viel gereist und Musik gehört, sondern auch gegessen. Für mich gehört das zum Reiseerleben dazu. Auch wenn sich meine Geschichten nie nur auf die Reisen beschränken. Es geht immer um wichtigere Themen und die regionalen Speisen sind damit ebenfalls nur ein kleines Beiwerk. Spaßeshalber habe ich mich aber mal allen erwähnten Gerichten gewidmet und sie aufgeschrieben: Für ein bisschen Reisefeeling zuhause. Rezepte gegen Fernweh sozusagen.

Dieses Büchlein will weder ein Ernährungsratgeber noch ein Trendkochbuch sein und setzt sich daher munter aus Rezepten mit oder ohne Fleisch zusammen. Aus Herzhaftem, Festtäglichem oder Süßem. Auf Kalorienangaben verzichte ich. In Maßen genossen, dürfte das meiste hier gesund sein. Selbst Fast Food-Gerichte wie Currywurst, Fish 'n Chips, Hamburger oder Donuts können ein Fest werden, wenn man sich die Mühe macht, sie selbst herzustellen.

Wer unter dem Begriff »Rezepte on the Road« schnelle Rezepte für die Straße versteht, den muss ich allerdings enttäuschen. Ich bin

ein absoluter Slow Food-Fan. Es geht eher darum, durch die verschiedenen Gerichte den Genuss der Reisen auf dem Weg durch Europa nachzuempfinden. Und den erhält man auch schon, wenn man mit Muße das Essen zubereitet. Für mich ein sehr wichtiger Teil des Ganzen. Übrigens höre ich beim Kochen sehr gerne Musik. Um noch den passenden Soundtrack zu haben, kann man sich parallel dazu durch meine Playlists hören. Auch wenn ich immer auf die Kapitel verweise, in denen die jeweiligen Gerichte vorkommen, und die Rezepte nach der Chronologie der Bücher geordnet habe, ist es nicht erforderlich, die Bücher zu kennen. Wer auf diese Weise jedoch Lust auf die Geschichten bekommt – nur zu, die Möglichkeit besteht natürlich.



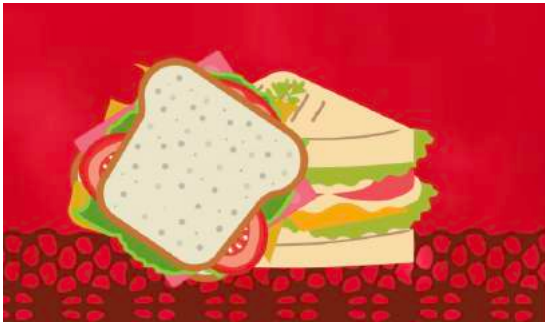
In dem Sinne: Bon voyage und bon appétit!

Eure S. Sagenroth

Toren bereisen in fremden Ländern  
die Museen,  
Weise gehen in die Tavernen.

Erich Kästner

# Torys Sandwichs



Beginnen wir mit A. S. Tory – Roadmovie um die Suche nach einer alten Single. Die erste Etappe ist in London. Und dort erwartet meinen Protagonisten Sid ein Berg mit Sandwichs.

*Nachdem ich im gegenüberstehenden Ledersessel vorsichtig Platz genommen hatte, trank ich einen Schluck aus dem bereitstehenden Wasserglas, äugte zu einem ziemlich lecker aussehenden Sandwichberg, wagte aber noch nicht, mir davon etwas zu nehmen.*

Aus: A. S. Tory – Roadmovie um die Suche nach einer alten Single, Kapitel 3, Mr. Tory.

Nichts ist wohl typischer für England als diese kleinen dreieckigen oder in Streifen geschnittenen Sandwichs. Und dazu gibt es viele wunderbare Variationen. Der Klassiker sind natürlich die Gurkensandwichs. Fester Bestandteil des britischen Afternoon Teas. Sie begegnen einem auch in so manchem guten alten englischen Krimi.

Wahrscheinlich wurde das Sandwich nach John Montagu, 4. Earl of Sandwich, einem britischen Staatsmann, benannt. Montagu habe sich beim Kartenspiel das Essen in zwei Brotscheiben legen lassen,



worauf ein Mitspieler ebenfalls „ein Brot wie Sandwichs“ verlangt habe. 1765 wies ein Biograf Montagus diese Darstellung zurück und erklärte, dass das Sandwich erfunden wurde, um Montagus Arbeit am Schreibtisch nicht unterbrechen zu müssen. Das ursprüngliche Sandwich bestand aus einer Scheibe gesalzenen Rindfleischs zwischen zwei Scheiben Toastbrot. In der englischen Literatur werden Sandwiches ab etwa 1760 erwähnt, zunächst als Imbiss bei abendlichen Männergesellschaften. Ende des 18. Jahrhunderts wurde das Sandwich auch bei Tanzbällen angeboten. Charlotte Mason veröffentlichte eines der ersten Rezepte in einem Kochbuch: “Put some very thin slices of beef between thin slices of bread and butter...« (Quelle: Wikipedia)

Und hier wären also meine ersten Rezepte. Wunderschön einfach. Und dennoch mit diesem gewissen Flair des kleinen Trips nach Good Old England.

## Gurkensandwichs

(Alle Rezepte dieses Buchs sind für vier Personen kalkuliert.)

### Zutaten:

8 dünne Scheiben Weißbrot

(Das ist zwar nicht typisch englisch, aber ich bevorzuge Tramezzini-Weißbrot. Es ist etwas fester, feinporiger und besonders dünn, auch muss man nicht die Ränder abschneiden.)

1 Stück Salatgurke

300 g Frischkäse

1 Limette oder Zitrone

frisch gemahlener Pfeffer

etwas Worcestersoße

etwas Salz

etwas Gartenkresse oder Minze



Wer das mag: Zwei Scheiben Räucherlachs

### Zubereitung (10 – 15 Minuten):

1. Die halbe Gurke schälen und längs in möglichst dünne Streifen hobeln. Die Kerne werden dabei entfernt.

Gurkenscheiben mit Limette oder Zitrone beträufeln, salzen und 10 – 15 Minuten ziehen lassen.

2. Den Frischkäse salzen und pfeffern mit etwas Worcestersoße abschmecken. Wer gerne Lachs mag, kann auch noch etwas Räucherlachsschreien in feine Stücke schneiden und untermengen.

3. Die Weißbrotscheiben mit der Frischkäsemasse bestreichen und mit den Gurkenscheiben belegen und pfeffern. Mit frischer Kresse

oder Minze bestreuen und zuklappen.

4. Die Weißbrotränder abschneiden und die Sandwichs in Dreiecke oder schmale Streifen schneiden.

Die Gurkensandwichs eignen sich als kleine Sättigungsgrundlage vor dem Abendessen, können mit süßen Petit Fours oder aber mit weiteren Sandwichs kombiniert werden.

## Bluecheese-Sandwichs

### Zutaten:

8 dünne Scheiben Weißbrot

100 g Blauschimmelkäse, z. B. englischer Stilton

150 g Crème Fraîche mit Kräutern

1 kleine Zwiebel

1 Tomate

frisch gemahlener Pfeffer, Salz

frische Kräuter wie Zitronenmelisse, Petersilie oder Schnittlauch



### Zubereitung (5 Minuten):

1. Den Blauschimmelkäse in einer Schüssel mit einer Gabel zerdrücken und mit der Crème Fraîche vermengen.
2. Tomate und Zwiebel in feine Würfel schneiden. Die Kräuter hacken. Und alles untermengen.
3. Kräftig pfeffern und salzen.
4. Die Weißbrotsscheiben damit bestreichen, zusätzlich mit etwas Kräutern bestreuen und zuklappen. Ränder abschneiden und wieder zu Dreiecken oder Streifen schneiden.

## Egg - Sandwichs

### Zutaten:

8 dünne Scheiben Weißbrot

drei gekochte Eier

100 ml Mayonnaise

100 ml Remoulade

4 Gewürzgurken

1 Schalotte oder kleine Zwiebel

ein halber Bund Schnittlauch

1 EL scharfer Senf (wer es britisch haben will, nimmt Colman`s Mustard, sonst Dijon-Senf oder eben eine andere Sorte)

Pfeffer, Salz



### Zubereitung (20 Minuten):

1. Die Eier hart kochen und anschließend abschrecken und pellen.
2. Mayonnaise und Remouladensoße miteinander vermischen.
3. Gewürzgurken, Schnittlauch, Zwiebel und Eier fein hacken und zu der Mayonnaise-Mischung geben.
4. Mit Senf, Pfeffer und Salz abschmecken.
5. Die Sandwichs damit bestreichen, zuklappen, Ränder abschneiden und wieder wie bereits beschrieben in Dreiecke oder schmale Streifen schneiden.

## Roastbeef-Sandwichs

Fast genauso typisch englisch wie Gurkensandwichs ist englisches Roastbeef. Wenn man das Roastbeef selbst zubereiten möchte, dauert das natürlich etwas. Für Sandwichs allein etwas aufwendig. Daher empfehle ich, eine kleine Menge, ungefähr 150 bis 200 g, zu kaufen. Roastbeef-Sandwichs gibt es bei uns immer dann, wenn es vorab eines unserer »Best of«-Menus gibt, das ich fast immer nur Heiligabend mache. Kaltes Roastbeef, in Scheiben geschnitten, mit kleinen gerösteten Kartoffeln und selbstgemachter Remouladensoße. (Die Remouladensoße wird nach dem gleichen Rezept wie die Eiersandwichcreme gemacht. Siehe Rezept vorher.) Der übriggebliebene Rest wird dann in den nächsten Tagen für Sandwichs verarbeitet.

Der Vollständigkeit halber sei hier ein einfaches Rezept für Roastbeef beschrieben.

### Zutaten Roastbeef:

600 Gramm Roastbeef oder Hüfte  
(gut abgehangen)  
Dijonsenf  
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
Salz  
Butterschmalz  
1/4 l Rinderbrühe



Was man sonst noch braucht: Alufolie oder Frischhaltefolie, Alles-schneidemaschine

## **Zubereitung Roastbeef (reine Arbeitszeit: Eine halbe Stunde, Brat- und Ruhezeit mindestens 5 Stunden):**

1. Das Fleisch waschen und gut abtrocknen.
2. Dann mit mehreren Esslöffeln Senf von allen Seiten gründlich einreiben, bis es von einer dicken Paste umhüllt wird. Genauso großzügig kann man mit Pfeffer und freilich etwas sparsamer mit Salz umgehen.
3. In einem Bräter das Butterschmalz stark erhitzen und darin das Roastbeef von allen Seiten kräftig anbraten.
4. Den Bräter mit dem Roastbeef in den Ofen stellen und bei 100 Grad eineinhalb Stunden schmoren lassen. Ist der Senf dick genug aufgetragen, schützt er das Fleisch vor dem Austrocknen. Sicherheitshalber aber immer mal zwischendurch testen und ggf. mit ein wenig Rinderbrühe übergießen.
5. Anschließend das Fleisch herausnehmen, in Alufolie oder Frischhaltefolie wickeln und darin mindestens zwei Stunden auskühlen lassen.
6. Nach dieser Ruhezeit teste ich an einem kleinen Stück, ob es die schöne rosa Farbe hat, die es haben soll oder noch zu roh ist. Sollte dies der Fall sein, kann man es noch einmal eine halbe Stunde im Ofen nachgaren.
7. Ideal finde ich es, das Fleisch über Nacht in Frischhaltefolie im Kühlschrank zu lagern.  
Damit wird es einfacher, mit dem Alleschneider aus dem Roastbeef feine Scheiben zu schneiden.

## **Zutaten Roastbeef-Sandwich:**

8 dünne Scheiben Weißbrot oder Graubrot

8 dünne Scheiben Roastbeef  
ein bis zwei rote Zwiebeln  
etwas Pflanzenöl  
ein paar Rucola-Blätter  
fertige Remoulade oder noch besser etwas von der selbstgemachten Remoulade (siehe Rezept Egg-Sandwich).

### **Zubereitung (10 Minuten):**

1. Rote Zwiebeln in Öl andünsten und abkühlen lassen
2. Die Weißbrote oder Graubrote im Ofen oder in einem Sandwichtoaster rösten.  
(Sowohl das Graubrot als auch das Rösten passen hier für meinen Geschmack etwas besser.)  
Dann mit der Remoulade bestreichen.
3. Großzügig mit den Roastbeefscheiben belegen.
4. Darüber die gedünsteten Zwiebeln und den Rucola verteilen.
5. Sandwichscheiben zuklappen, Ränder abschneiden und wieder in Dreiecke oder schmale Streifen schneiden.

Dies ist nur eine kleine Auswahl. Das Schöne an Sandwichs ist, der eigenen Kreativität sind kaum Grenzen gesetzt. Sie eignen sich auch prima dazu, Reste zu verwerten. Und für ein bisschen British Flair im Alltag taugen sie allemal.



# Chinatown



*Neugierig öffnete ich die ersten dampfenden Schüsselchen. Da gab es kleine Teigpakete, dampfende Nudeln, Krabben, Hühnchenstücke, grüne algenartige Fäden und kleine Frühlingsrollen. Ich kostete vorsichtig, aber es schmeckte wirklich lecker und so versank ich ganz in meinem unerwartet fürstlichen Vorspeisenmahl.*

Aus: A.S. Tory – Roadmovie um die Suche nach einer alten Single, Kapitel 5, Chinatown.

Der Besuch im nächtlichen Chinatown ist etwas sehr Beeindruckendes. Schon bei Tag lohnt ein Abstecher. Der Duft der exotischen Speisen und die mit orangefarbenen Wimpelgirlanden einladend dekorierten Straßenzüge machen Chinatown immer wieder zu einem Highlight.

Als einen Klassiker habe ich zunächst Frühlingsrollen ausgewählt, die man mit Zeit und Muße auch mal selbst machen kann. Sie können nicht nur Vorspeise, sondern auch Hauptspeise sein.