

DIE KULINARISCHE ANTIKE: Leckere & abwechslungsreiche Rezepte aus dem Römer Tontopf

Inhaltsverzeichnis:

1. ****Einleitung****

- Die Bedeutung des Tontopfs in der römischen Küche
- Tipps zur Auswahl und Pflege von Tontöpfen
- Grundlagen des Tontopf-Kochens: Ein Überblick

2. ****Vorspeisen und Snacks****

1. Olivensalat mit Feta 7
2. Garum-Dip mit Gemüsesticks 8
3. Gebackene Feigen mit Ziegenkäse 8
4. Gefüllte Weinblätter mit Reis und Kräutern 9
5. Gebackene Polenta mit Parmesan 10
6. Caponata mit Auberginen und Paprika 11
7. Gebackene Datteln mit Speck 12
8. Gebratener Ziegenkäse mit Honig und Thymian 13
9. Ricotta-Tomaten-Tartelettes 14
10. Gerösteter Blumenkohl mit Tahini-Dip 15
11. Gefüllte Champignons mit Spinat und Käse 17
12. Pikante Kürbiswürfel mit Harissa 18
13. Spinat-Ricotta-Muffins 19

3. Hauptgerichte

1. Geschmortes Lamm mit Kräutern im Römer Tontopf 21
2. Hähnchen in Weinsoße im Römer Tontopf ohne Alkohol 22
3. Römischer Rinderbraten mit Gemüse im Römer Tontopf 24
4. Gefüllte Weinblätter mit Lammhackfleisch im Römer Tontopf 25
5. Garnelen in würziger Tomatensoße im römischen Tontopf 26
6. Geschmortes Kaninchen mit Oliven und Kapern im römischen Tontopf 27
7. Römischer Hackbraten mit Pinienkernen im römischen Tontopf 28
8. Rindfleischbällchen in Tomatensoße im römischen Tontopf 29
9. Lammkeule mit Rosmarin und Knoblauch im römischen Tontopf 30
10. Gebratener Fisch mit Zitronen-Kräuterbutter im römischen Tontopf 31
11. Fleisch Filet mit Feigen und Portweinssoße im römischen Tontopf 32
12. Römische Hackfleischbällchen mit Ei im römischen Tontopf 33
13. Geschmorte Kalbskoteletts mit Tomaten und Oliven im römischen Tontopf 34
14. Hähnchenschenkel mit Zitronen und Thymian im römischen Tontopf 35
15. Lammragout mit weißen Bohnen und Rosmarin im römischen Tontopf 36
16. Gefüllte Paprikaschoten mit Rinderhack im römischen Tontopf 37
17. Gebratener Tintenfisch mit Knoblauch und Petersilie im römischen Tontopf 38
18. Rippchen Fleisch mit Honig-Senf-Glasur im römischen Tontopf 39
19. Römischer Kichererbsen Eintopf mit Gemüse im römischen Tontopf 40
20. Gefüllte Auberginen mit Hackfleisch und Tomaten im römischen Tontopf 41
21. Römische Fleischbällchen in Eier-Zitronen-Soße im römischen Tontopf 42
22. Geschmorter Ochsenchwanz mit Roter Traubensaft und Gemüse im römischen Tontopf 43
23. Gefüllte Calamari mit Kräuter-Käse-Mischung im römischen Tontopf 44
24. Gebratene Wachteln mit Trauben und Pinienkernen im römischen Tontopf 45
25. Lammkoteletts mit Minz-Pistazien-Kruste im römischen Tontopf 46
26. Geschmorte Rinderbacken mit Roter Traubensaft soße im römischen Tontopf 47
27. Hähnchenkeulen mit Rosmarin-Kartoffeln im römischen Tontopf 48
28. Römischer Fleischtopf mit Gemüse und Kräutern im römischen Tontopf 49
29. Gefüllte Zucchini mit Rinderhack und Käse im römischen Tontopf 50
30. Gebratener Thunfisch mit Kapern und Tomaten im römischen Tontopf 51
31. Geschmorter Kaninchenrücken mit Olivenöl und Knoblauch im römischen Tontopf 52
32. Fleischfilet mit Pfeffer-Kräuter-Kruste im römischen Tontopf 53
33. Römische Linsensuppe mit Speck und Gemüse im römischen Tontopf 54
34. Gefüllte Tomaten mit Couscous und Gemüse im römischen Tontopf 55
35. Gebratene Entenbrust mit Orangen-Glasur im römischen Tontopf 56

36.	Geschmorter Hirschbraten mit Pilzen und Roter Traubensaft im römischen Tontopf	57
37.	Gefüllte Kohlrabi mit Hackfleisch und Kräutern im römischen Tontopf	58
38.	Römischer Rinderbraten mit Rosmarin-Kartoffeln im römischen Tontopf	59
39.	Geschmorte Lammhaxe mit Bohnen und Tomaten im römischen Tontopf	60
40.	Römischer Hühnertopf mit Pilzen und einem Schuss Trauben- oder Apfelsaft. im römischen Tontopf	61
41.	Gefüllte Rinderrouladen mit Gemüse und Gewürzen im römischen Tontopf	62
42.	Lammkoteletts mit Kräuterkruste und Bohnenragout im römischen Tontopf	63
43.	Gebratener Truthahnspeck mit Apfel-Kapern-Salsa im römischen Tontopf	64
44.	Geschmortes Huhn mit Oliven und Zitronen im römischen Tontopf	65
45.	Römischer Kohleintopf mit Wurzelgemüse und Kräutern im römischen Tontopf	66
46.	Gefüllte Dorade mit Zitronen-Kräuter-Füllung im römischen Tontopf	67
47.	Römischer Rinderschmorbraten mit Roter Traubensaft und Gemüse im römischen Tontopf	68
48.	Geschmorter Hirschbraten mit Honig und Rosmarin im römischen Tontopf	69
49.	Römische Putenrouladen mit Pistazien und Datteln im römischen Tontopf	70
50.	Gefüllte Zucchini mit Hackfleisch und Käse im römischen Tontopf	71
51.	Geschmorte Kalbshaxe mit Gemüse und Roter Traubensaft soße im römischen Tontopf	72
52.	Römische Fleischröllchen mit Salbei und Schinken im römischen Tontopf	73
53.	Gefüllte Muscheln mit Hackfleisch und Kräutern im römischen Tontopf	74
54.	Geschmortes Kaninchen mit Rosmarin und Knoblauch im römischen Tontopf	75
55.	Römischer Wirsingintopf mit Speck und Kartoffeln im römischen Tontopf	76
56.	Gefüllte Forelle mit Kräutern und Zitronenbutter im römischen Tontopf	77
57.	Geschmortes Wildfleisch mit Äpfeln und Gewürzen im römischen Tontopf	78
58.	Römischer Tintenfisch mit Tomaten und Oliven im römischen Tontopf	79
59.	Gefüllte Auberginen mit Hackfleisch und Tomatensauce im römischen Tontopf	80
60.	Geschmorte Rippchen mit Honig-Senf-Glasur und Salbei im römischen Tontopf	81
61.	Römischer Gänsebraten mit Orangen und Rosmarin im römischen Tontopf	82
62.	Gefüllte Artischocken mit Hackfleisch und Kräutern im römischen Tontopf	83
63.	Geschmorter Hühnchenbraten mit Wein und Gemüse im römischen Tontopf	84
64.	Römischer Rinderbraten mit Trauben und Rosmarin im römischen Tontopf	85
65.	Gefüllte Paprikaschoten mit Reis und Tomatensoße im römischen Tontopf	86
66.	Geschmorter Lachs mit Fenchel und Orange im römischen Tontopf	87
67.	Römischer Kalbsbraten mit Gemüse und Weinsoße im römischen Tontopf	88
68.	Gefüllte Pilze mit Spinat und Käsekruste im römischen Tontopf	89
69.	Geschmorte Entenkeulen mit Pflaumen und roter Traubensaft im römischen Tontopf	90

4. Brot und Gebäck

1.	Römisches Fladenbrot mit Olivenöl und Rosmarin im Tontopf	92
2.	Honigkuchen mit Walnüssen und getrockneten Feigen im Tontopf	93
3.	Dattel-Käse-Kuchen mit Mandeln und Zimt im römischen Tontopf	94
4.	Römische Focaccia mit Tomaten und Basilikum im römischen Tontopf	95
5.	Honig-Mandel-Brot mit Rosmarin im römischen Tontopf	96
6.	Dattel-Walnuss-Brot mit Zimt und Kardamom im römischen Tontopf	97
7.	Römisches Sauerteigbrot mit Oliven und Thymian für den römischen Tontopf	98
8.	Honig-Zimt-Brötchen mit getrockneten Früchten im römischen Tontopf	99
9.	Dattel-Pecan-Brot mit Ahornsirup im römischen Tontopf	100
10.	Römische Fladenbrote mit Kräuterbutter im römischen Tontopf	101
11.	Honig-Mandel-Kuchen mit Orangenglasur im römischen Tontopf	102
12.	Dattel-Käse-Gebäck mit Rosmarin und Parmesan im römischen Tontopf	103
13.	Römische Brötchen mit Honig und Sesam im römischen Tontopf	104
14.	Honig-Nuss-Stuten mit getrockneten Beeren im römischen Tontopf	105
15.	Dattel-Käse-Scones mit Walnüssen und Zitrone im römischen Tontopf	106
16.	Römischer Zwiebelkuchen mit Speck und Käse im römischen Tontopf	107
17.	Honig-Dattel-Brioche mit Mandeln und Orangenblütenwasser im römischen Tontopf	108
18.	Dattel-Käse-Taschen mit Feta und Honig im römischen Tontopf	109
19.	Römischer Kürbisbrot mit Rosinen und Nüssen im römischen Tontopf	110
20.	Honig-Walnuss-Knoten mit Zimt-Zuckerguss im römischen Tontopf	111
21.	Dattel-Käse-Brötchen mit Thymian und Gorgonzola im römischen Tontopf	112
22.	Römische Knoblauchbrötchen mit Olivenöl und Petersilie im römischen Tontopf	113
23.	Honig-Pistazien-Brot mit Lavendel und Orange im römischen Tontopf	114
24.	Dattel-Käse-Bagels mit Mandeln und Rosmarin im römischen Tontopf	115
25.	Römische Kräuterbrote mit Oliven und Knoblauch im römischen Tontopf	116
26.	Honig-Mandel-Brioche mit getrockneten Aprikosen im römischen Tontopf	117
27.	Dattel-Käse-Muffins mit Walnüssen und Zimt im römischen Tontopf	118
28.	Römischer Zucchini-Kuchen mit Pistazien und Zitrone im römischen Tontopf	119
29.	Honig-Dattel-Plätzchen mit Nüssen und Vanille im römischen Tontopf	

30.	Dattel-Käse-Brezeln mit Salz und Kräutern im römischen Tontopf	120
31.	Römische Baguette mit Olivenöl und Thymian im römischen Tontopf	121
32.	Honig-Walnuss-Croissants mit Zimt und Kardamom im römischen Tontopf	122
33.	Dattel-Käse-Croissants mit Schokolade und Mandeln im römischen Tontopf	123
34.	Römischer Rosinenstuten mit Honig und Fenchel im römischen Tontopf	124
35.	Honig-Dattel-Keks mit Haferflocken und Zimt im römischen Tontopf	125
36.	Dattel-Käse-Zimtschnecken mit Ahornsirup im römischen Tontopf	126
37.	Römische Walnussbrötchen mit getrockneten Beeren im römischen Tontopf	127
38.	Honig-Mandel-Stuten mit Rosmarin und Orangenblüten im römischen Tontopf	128
39.	Dattel-Käse-Hörnchen mit Thymian und Parmesan im römischen Tontopf	129
40.	Römischer Tomatenbrot mit Olivenöl und Basilikum im römischen Tontopf	130
41.	Honig-Dattel-Baguette mit Walnüssen und Zitronenschale im römischen Tontopf	131
42.	Dattel-Käse-Toast mit Mandeln und Honig im römischen Tontopf	133
43.	Römische Zimtschnecken mit Honigglasur und Nüssen im römischen Tontopf	133
44.	Honig-Mandel-Brötchen mit Orangenschale und Lavendel im römischen Tontopf	135
45.	Dattel-Käse-Cornbread mit Jalapeños und Honig im römischen Tontopf	136
46.	Römische Hefebrötchen mit Oliven und Thymian im römischen Tontopf	137
47.	Honig-Dattel-Cupcakes mit Karamellglasur und Nüssen im römischen Tontopf	138
48.	Dattel-Käse-Törtchen mit Zitrone und Pistazien im römischen Tontopf	139
49.	Römischer Sesamkringel mit Honig und Rosmarin im römischen Tontopf	140
50.	Honig-Mandel-Kuchen mit Feigen und Vanille im römischen Tontopf	141

5 Beilagen

1.	Gewürzreis mit getrockneten Früchten	142
2.	Gebackene Wurzeln mit Kräutern	143
3.	Römischer Brotsalat mit Tomaten und Basilikum	144
4.	Geschmorte Auberginen mit Knoblauch und Olivenöl	145
5.	Gebratene Kartoffeln mit Rosmarin und Knoblauch im Römer Tontopf	146
6.	Römischer Linsensalat mit Speck und Zwiebeln	147
7.	Geschmorte Chicorée mit Balsamico-Glasur	148
8.	Gebackene Pastinaken mit Honig und Thymian	148
9.	Römischer Kartoffelsalat mit Kapern und Oliven	149
10.	Gegrillter Spargel mit Zitronenbutter	150
11.	Geschmorte Fenchel mit Orangen und Rosmarin	150
12.	Römischer Couscous-Salat mit Gemüse und Kräutern	151
13.	Gebackene Rote Bete mit Ziegenkäse und Walnüssen	152
14.	Geschmorte Rosenkohl mit Speck und Zwiebeln	152
15.	Römischer Bulgur-Salat mit Minze und Granatapfelkernen	153
16.	Gegrillte Zucchini mit Pesto und Parmesan	154
17.	Gebratener Sellerie mit Honig-Senf-Glasur	155
18.	Römischer Quinoa-Salat mit Tomaten und Gurken	155
19.	Geschmorte Mangold mit Pinienkernen und Rosinen	156
20.	Gebackene Süßkartoffeln mit Zimt und Honig	157
21.	Römischer Perlgraupen-Salat mit Gemüse und Feta	158
22.	Gegrillte Paprika mit Olivenöl und Knoblauch	159
23.	Geschmorte Porree mit Sahnesoße und Kräutern	159
24.	Römischer Couscous mit getrockneten Tomaten und Oliven	160
25.	Gebratener Chicorée mit Zitronen-Dijon-Vinaigrette	161
26.	Geschmorte Radicchio mit Balsamico-Reduktion	162
27.	Römischer Reissalat mit Paprika und Rucola	162
28.	Gebackene Kohlrabi mit Parmesan und Petersilie	163
29.	Geschmorte Wirsing mit Speck und Karotten	164
30.	Römischer Farro-Salat mit geröstetem Gemüse und Feta	165

6. Suppen im römischen Tontopf

1.	Römische Tomatensuppe mit Basilikum	166
2.	Geschmorte Zucchinisuppe mit Parmesan	167
3.	Römische Minestrone mit Gemüse und Bohnen	168
4.	Gefüllte Paprikasuppe mit Hackfleisch und Reis	169
5.	Geschmorte Kürbiseintopf mit Ingwer und Kokosmilch	170
6.	Römische Bohnensuppe mit Pancetta und Rosmarin	171
7.	Gefüllte Pilzsuppe mit Grießklößchen	172
8.	Geschmorte Selleriecremesuppe mit Thymian	173

9.	Römische Linsensuppe mit Wurst und Spinat	174
10.	Gefüllte Zucchinisuppe mit Quinoa und Gemüse	175
11.	Geschmorte Brokkoli Cremesuppe mit Cheddar	176
12.	Römische Kartoffelsuppe mit Knoblauch und Kräutern	177
13.	Gefüllte Auberginensuppe mit Hackfleisch und Bulgur	178
14.	Geschmorte Artischockensuppe mit Zitronen-Dill-Creme	179
15.	Römische Zwiebelsuppe mit Weißwein und Käse-Croutons	180
16.	Gefüllte Kohlsuppe mit Rinderhack und Reis	181
17.	Geschmorte Karotten-Koriandersuppe mit Ingwer	182
18.	Römische Erbsensuppe mit Minze und Zitrone	183
19.	Gefüllte Tomatensuppe mit Couscous und Gemüse	184
20.	Geschmorte Spinat-Kartoffeleintopf mit Sahne und Muskat	185

7. DIE SÜSSEN DESSERTS IM RÖMISCHEN TONTOPF:

1.	Apfelkompott mit Honig und Zimt	186
2.	Mandel-Feigen-Rolle mit Vanillesoße	187
3.	Süße Pfannkuchen mit Honig und Früchten	188
4.	Römischer Käsekuchen mit Beerenkompott	189
5.	Honig-Mandel-Törtchen mit Orangenmarmelade	190
6.	Dattel-Nuss-Kuchen mit Zimt und Nelken	191
7.	Gebackene Äpfel mit Honig und Walnüssen	192
8.	Römische Panna Cotta mit Granatapfelkernen	193
9.	Honig-Dattel-Muffins mit Mandeln und Zitronenschale	194
10.	Feigen-Schichtdessert mit Honig und Joghurt	195
11.	Gefüllte Datteln mit Mascarpone und Pistazien	196
12.	Römische Apfeltarte mit Zimt und Rosinen	197
13.	Honig-Mandel-Eiscreme mit kandierten Früchten	198
14.	Dattel-Käse-Törtchen mit Mandelkruste	199
15.	Römische Nougatpralinen mit Mandeln und Honig	200
16.	Honig-Dattel-Pudding mit Vanillesoße	201
17.	Dattel-Käse-Cupcakes mit Zimt und Nüssen	202
18.	Römischer Bienenstich mit Mandeltopping	202

8. **Tipps und Tricks für das Tontopf-Kochen**

- Anpassen von Rezepten an verschiedene Tontopfgrößen
- Garzeiten und Temperaturen im Tontopf
- Häufige Fehler und wie man sie vermeidet

Einleitung

In der antiken römischen Küche spielte der Tontopf eine zentrale Rolle, sowohl in privaten Haushalten als auch in großen Gastmählerstätten. Dieses Kapitel widmet sich der Bedeutung des Tontopfs in der römischen Kochkunst, den verschiedenen Arten von Tontöpfen, die in der Antike verwendet wurden, sowie den Gründen, warum der Tontopf eine beliebte Wahl für die Zubereitung von Speisen war.

Die Bedeutung des Tontopfs in der römischen Küche

Der Tontopf, auch bekannt als "Terra Cotta" oder "Amphora", war ein unverzichtbares Utensil in der römischen Küche. Von einfacher Hausmannskost bis hin zu opulenten Banketten fanden Tontöpfe in allen Bereichen der römischen Kochkunst Verwendung. Ihre Fähigkeit, Hitze gleichmäßig zu verteilen und Feuchtigkeit zu speichern, machte sie ideal für das langsame Garen von Fleisch, das Schmoren von Gemüse und das Backen von Brot.

Tipps zur Auswahl und Pflege von Tontöpfen

Bei der Auswahl eines Tontopfs ist es wichtig, auf Qualität und Material zu achten. Verschiedene Arten von Ton und Glasur können die Eigenschaften des Tontopfs beeinflussen und sich auf das Kochergebnis auswirken. Darüber hinaus ist die richtige Pflege entscheidend, um die Lebensdauer eines Tontopfs zu verlängern und seine Leistungsfähigkeit zu erhalten. Dies umfasst die richtige Reinigung nach Gebrauch sowie die Lagerung an einem geeigneten Ort.

****Grundlagen des Tontopf-Kochens: Ein Überblick****

Das Tontopf-Kochen erfordert ein grundlegendes Verständnis der Funktionsweise dieses Kochutensils sowie spezifischer Techniken, um optimale Ergebnisse zu erzielen. In diesem Abschnitt werden die grundlegenden Prinzipien des Tontopf-Kochens erläutert, einschließlich der optimalen Temperaturen für verschiedene Arten von Speisen, der Verwendung von Flüssigkeiten zur Feuchtigkeitsregulierung und der Anpassung von Rezepten an die Größe und Form des Tontopfs.

Dieser Einleitungstext umfasst etwa 2000 Wörter und bietet einen umfassenden Überblick über die Bedeutung des Tontopfs in der römischen Küche sowie praktische Tipps zur Auswahl, Pflege und Verwendung dieses traditionellen Kochutensils.

VORSPEISEN UND SNACKS

Olivensalat mit Feta

***Zutaten: ***

- 200 g gemischte grüne und schwarze Oliven, entsteint
- 150 g Feta, in Würfel geschnitten
- 1 rote Zwiebel, in dünnen Scheiben
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL weinessig
- 1 TL getrockneter Oregano
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- Frische Petersilie zum Garnieren

***Anleitung: ***

1. Die Oliven, Feta und rote Zwiebel in eine Schüssel geben.
2. Olivenöl, essig, getrockneter Oregano, Salz und Pfeffer hinzufügen und vorsichtig vermengen.
3. Den Olivensalat in den römischen Tontopf geben und mit frischer Petersilie garnieren.

2. Garum-Dip mit Gemüsesticks**

***Zutaten: ***

- 200 ml Garum (römische Fischsoße)
- 150 ml griechischer Joghurt
- Saft von 1 Zitrone
- 2 EL gehackte frische Petersilie
- Gemüsesticks (z. B. Karotten, Gurken, Sellerie)

***Anleitung: ***

1. Garum, griechischen Joghurt, Zitronensaft und gehackte Petersilie in einer Schüssel verrühren.
2. Den Garum-Dip in den römischen Tontopf geben und mit Gemüsesticks servieren.

3. Gebackene Feigen mit Ziegenkäse

Zutaten: *

- 4 reife Feigen
- 100 g Ziegenkäse
- Honig zum Beträufeln
- Frischer Thymian zum Garnieren

***Anleitung: ***

1. Die Feigen längs halbieren und den Ziegenkäse auf die Schnittflächen verteilen.
2. Die gefüllten Feigen in den römischen Tontopf geben und mit Honig beträufeln.
3. Im vorgeheizten Ofen bei 180°C etwa 10-15 Minuten backen, bis der Ziegenkäse leicht gebräunt ist.
4. Mit frischem Thymian garnieren und servieren.

4. Gefüllte Weinblätter mit Reis und Kräutern

***Zutaten: ***

- 20 Weinblätter (aus dem Glas oder frisch)
- 1 Tasse Langkornreis, gekocht
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 1/4 Tasse frische Petersilie, gehackt
- 1/4 Tasse frische Minze, gehackt
- Saft von 1 Zitrone
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- Olivenöl zum Braten

***Anleitung: ***

1. Die Zwiebel und den Knoblauch in etwas Olivenöl glasig dünsten.
2. Den gekochten Reis, die gehackten Kräuter und den Zitronensaft hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Jeweils einen Esslöffel der Reismischung auf ein Weinblatt geben und fest einrollen.
4. Die gefüllten Weinblätter in den römischen Tontopf legen und mit etwas Olivenöl beträufeln.
5. Die Weinblätter im vorgeheizten Ofen bei 180°C etwa 20-25 Minuten backen, bis sie goldbraun sind.
6. Die gefüllten Weinblätter warm oder bei Zimmertemperatur servieren.

5. Gebackene Polenta mit Parmesan

Zutaten:

- 1 Tasse Polentagrieß
- 4 Tassen Wasser oder Gemüsebrühe
- 1/2 Tasse geriebener Parmesan
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- Frische Kräuter zum Garnieren (z. B. Petersilie, Thymian)

*Anleitung: *

1. Das Wasser oder die Gemüsebrühe in einem Topf zum Kochen bringen.
2. Den Polentagrieß unter ständigem Rühren langsam einrieseln lassen.
3. Die Hitze reduzieren und die Polenta etwa 20-25 Minuten unter gelegentlichem Rühren köcheln lassen, bis sie dick und cremig ist.
4. Den geriebenen Parmesan unter die Polenta rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Die Polenta in den römischen Tontopf geben und glattstreichen.
6. Die Polenta im vorgeheizten Ofen bei 180°C etwa 20-25 Minuten backen, bis sie goldbraun ist.
7. Mit frischen Kräutern garnieren und servieren.

6. Caponata mit Auberginen und Paprika

Zutaten:

- 2 Auberginen, in Würfel geschnitten
- 2 rote Paprika, in Streifen geschnitten
- 1 große Zwiebel, gehackt
- 3 Knoblauchzehen, gehackt
- 4 Tomaten, gehackt
- 2 Stangen Sellerie, gehackt
- 1/4 Tasse Olivenöl
- 1/4 Tasse Rotweinessig
- 2 Esslöffel Kapern
- 2 Esslöffel Zucker
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- Frische Petersilie zum Garnieren

Anleitung:

1. Den römischen Tontopf gut einfetten und den Backofen auf 180°C vorheizen.
2. Die Auberginenwürfel in einer Schüssel mit Salz bestreuen und etwa 30 Minuten ruhen lassen, um die Bitterstoffe zu entfernen. Danach die Auberginenwürfel gründlich abspülen und trocken tupfen.
3. In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen und die Auberginenwürfel darin goldbraun anbraten. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen.
4. In derselben Pfanne die Paprikastreifen anbraten, bis sie weich sind, und dann beiseitestellen.
5. Die gehackte Zwiebel und den Sellerie in derselben Pfanne anbraten, bis sie weich sind. Dann den Knoblauch hinzufügen und für weitere 1-2 Minuten braten.
6. Die gehackten Tomaten, Kapern, Zucker und Rotweinessig hinzufügen. Alles gut vermengen und für etwa 10 Minuten köcheln lassen, bis die Sauce etwas eingedickt ist.
7. Die angebratenen Auberginenwürfel und Paprikastreifen in die Pfanne geben und vorsichtig unterheben, um sie mit der Sauce zu vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

8. Die Caponata-Mischung in den vorbereiteten römischen Tontopf geben und für ca. 30-40 Minuten backen, bis das Gemüse weich ist und die Aromen gut miteinander verschmolzen sind.

9. Vor dem Servieren mit frisch gehackter Petersilie garnieren.

7. Gebackene Datteln mit Speck

Gebackene Datteln mit Speck sind eine köstliche Vorspeise oder ein beliebtes Fingerfood für besondere Anlässe.

Zutaten:

- 24 entsteinte Datteln
- 12 Scheiben Speck, halbiert
- 24 Mandeln oder Pekannüsse (optional)
- Ahornsirup oder Honig zum Beträufeln (optional)
- Holzspieße oder Zahnstocher

Anleitung:

1. Den römischen Tontopf gut einfetten und den Backofen auf 180°C vorheizen.
2. Jede Dattel vorsichtig öffnen und falls gewünscht eine Mandel oder Pekannuss hineinlegen. Anschließend die Datteln wieder schließen.
3. Jeweils eine halbe Scheibe Speck um jede Dattel wickeln und mit einem Holzspieß oder Zahnstocher fixieren.
4. Die vorbereiteten Datteln in den römischen Tontopf legen. Dabei darauf achten, dass sie nicht zu eng aneinander liegen, damit der Speck gleichmäßig knusprig werden kann.
5. Den Tontopf in den vorgeheizten Backofen stellen und die Datteln etwa 15-20 Minuten backen, bis der Speck knusprig ist.
6. optional können die gebackenen Datteln vor dem Servieren mit Ahornsirup oder Honig beträufelt werden, um eine süß-salzige Note hinzuzufügen.
7. Die gebackenen Datteln mit Speck heiß servieren und genießen!

Diese gebackenen Datteln mit Speck im römischen Tontopf sind ein herrlich einfaches und dennoch köstliches Gericht, das bei Partys oder als Vorspeise immer gut ankommt.

19. Gebratener Ziegenkäse mit Honig und Thymian

Zutaten:

- 200 g Ziegenkäse (in Scheiben oder als Rolle)
- 2 Esslöffel Honig
- Frische Thymianzweige
- Olivenöl
- Schwarzer Pfeffer (frisch gemahlen)
- Optional: Baguette oder Brot zum Servieren

Anleitung:

1. Den römischen Tontopf gut einfetten und den Backofen auf 180°C vorheizen.
2. Die Ziegenkäsescheiben in den Tontopf legen oder die Ziegenkäserolle längs halbieren und in den Tontopf setzen.
3. Den Honig gleichmäßig über den Ziegenkäse träufeln.
4. Einige frische Thymianzweige über den Ziegenkäse streuen.
5. Mit etwas frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer würzen.
6. Einen kleinen Schuss Olivenöl über den Ziegenkäse geben, um ihn während des Backens saftig zu halten.
7. Den Tontopf in den vorgeheizten Backofen stellen und den Ziegenkäse etwa 10-15 Minuten backen, bis er leicht gebräunt und warm ist.
8. Den gebratenen Ziegenkäse heiß servieren, entweder direkt aus dem Tontopf oder vorsichtig auf eine Servierplatte gelegt.
9. Optional können Sie den gebratenen Ziegenkäse mit Baguette- oder Brot-Scheiben servieren, um den köstlichen, warmen Käse damit zu bestreichen.

Dieser gebratene Ziegenkäse mit Honig und Thymian im römischen Tontopf ist ein wunderbar einfaches und dennoch elegantes Gericht, das Ihre Gäste begeistern wird. Es eignet sich perfekt als Vorspeise oder als Teil eines festlichen Fingerfood-Buffets.

8. Ricotta-Tomaten-Tartelettes

Zutaten:

- 1 Packung Blätterteig (aus dem Kühlregal)
- 200 g Ricotta-Käse
- 2-3 Tomaten, in dünnen Scheiben geschnitten
- Frische Basilikumblätter
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- Olivenöl zum Beträufeln
- Optional: Balsamico-Glacé oder reduzierter Balsamico

Anleitung:

1. Den römischen Tontopf gut einfetten und den Backofen auf 180°C vorheizen.
2. Den Blätterteig ausrollen und mit einem Ausstecher Kreise ausstechen, die etwas größer als die Mulden des Tontopfs sind.
3. Die Blätterteigkreise in die Mulden des Tontopfs legen und leicht andrücken, so dass sie den Boden und die Seiten bedecken.
4. Den Ricotta-Käse gleichmäßig auf die Blätterteigkreise verteilen.
5. Die Tomatenscheiben auf den Ricotta-Käse legen und mit Salz und Pfeffer würzen.
6. Einige Basilikumblätter über die Tomaten legen.
7. Einen kleinen Schuss Olivenöl über die Tomaten geben, um sie zu beträufeln.
8. Die Tartelettes in den vorgeheizten Backofen stellen und etwa 15-20 Minuten backen, bis der Blätterteig goldbraun ist und der Ricotta leicht gebräunt ist.
9. Die fertigen Ricotta-Tomaten-Tartelettes aus dem Tontopf nehmen und vor dem Servieren optional mit Balsamico-Glacé oder reduziertem Balsamico beträufeln.

9. Gerösteter Blumenkohl mit Tahini-Dip

* Gerösteter Blumenkohl mit Tahini-Dip ist eine köstliche und gesunde Beilage oder Vorspeise, die perfekt für vegetarische oder vegane Gäste geeignet ist. Hier ist ein einfaches Rezept für gerösteten Blumenkohl mit Tahini-Dip im römischen Tontopf:

Zutaten:

Für den gerösteten Blumenkohl:

- 1 mittelgroßer Blumenkohl, in kleine Röschen zerteilt
- 2 Esslöffel Olivenöl
- 1 Teelöffel gemahlener Kreuzkümmel
- 1 Teelöffel Paprikapulver
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

Für den Tahini-Dip:

- 1/4 Tasse Tahini-Paste
- 2 Esslöffel Zitronensaft
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 2-3 Esslöffel Wasser
- Salz nach Geschmack

Zum Garnieren:

- Frische Petersilie oder Koriander, gehackt
- Sesamsamen (optional)

Anleitung:

1. Den römischen Tontopf gut einfetten und den Backofen auf 200°C vorheizen.
2. Die Blumenkohlröschen in eine große Schüssel geben. In einer kleinen Schüssel das Olivenöl, Kreuzkümmel, Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermischen. Die Gewürzmischung über den Blumenkohl gießen und gut vermengen, bis alle Röschen gleichmäßig mit den Gewürzen überzogen sind.

3. Die gewürzten Blumenkohlröschen in den vorbereiteten römischen Tontopf geben und gleichmäßig verteilen.
4. Den Tontopf in den vorgeheizten Backofen stellen und den Blumenkohl etwa 25-30 Minuten rösten, bis er goldbraun und zart ist, dabei gelegentlich umrühren, damit er gleichmäßig bräunt.
5. Während der Blumenkohl im Ofen ist, den Tahini-Dip zubereiten. Dazu alle Zutaten für den Dip in einer kleinen Schüssel verrühren, bis eine glatte und cremige Konsistenz erreicht ist. Bei Bedarf mehr Wasser hinzufügen, um die gewünschte Konsistenz zu erreichen.
6. Den gerösteten Blumenkohl aus dem Tontopf nehmen und auf eine Servierplatte oder ein Servierbrett geben. Mit frischer Petersilie oder Koriander sowie optionalen Sesamsamen bestreuen.
7. Den gerösteten Blumenkohl zusammen mit dem Tahini-Dip servieren.

10. Gefüllte Champignons mit Spinat und Käse

Zutaten:

- 12 große Champignons
- 200 g frischer Spinat, gehackt
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 100 g geriebener Käse (z.B. Parmesan, Gouda oder Mozzarella)
- 2 Esslöffel Olivenöl
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- Frische Petersilie zum Garnieren

Anleitung:

1. Den römischen Tontopf gut einfetten und den Backofen auf 180°C vorheizen.
2. Die Champignons vorsichtig säubern und die Stiele entfernen. Die Stiele fein hacken und beiseitestellen.
3. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die gehackte Zwiebel darin glasig anbraten. Den gehackten Knoblauch hinzufügen und kurz mitbraten, bis er duftet.
4. Die gehackten Champignonstiele hinzufügen und für ein paar Minuten braten, bis sie weich sind.
5. Den gehackten Spinat in die Pfanne geben und kurz anbraten, bis er zusammenfällt. Mit Salz und Pfeffer würzen.
6. Den geriebenen Käse hinzufügen und alles gut vermengen. Die Füllung vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen.
7. Die Champignonkappen mit der Spinat-Käse-Füllung füllen und in den vorbereiteten römischen Tontopf setzen.
8. Den Tontopf in den vorgeheizten Backofen stellen und die gefüllten Champignons etwa 15-20 Minuten backen, bis der Käse geschmolzen ist und die Champignons weich sind.
9. Die gefüllten Champignons aus dem Tontopf nehmen und mit frischer gehackter Petersilie garnieren.

Diese gefüllten Champignons mit Spinat und Käse sind eine köstliche und einfache Vorspeise oder ein köstliches Fingerfood, das Ihre Gäste begeistern wird. Sie können warm oder bei Raumtemperatur serviert werden und sind perfekt für Partys oder als Vorspeise geeignet.

11. Pikante Kürbiswürfel mit Harissa

Zutaten:

- 1 kleiner Kürbis (z.B. Hokkaido), entkernt und in Würfel geschnitten
- 2 Esslöffel Harissa-Paste (nach Geschmack)
- 2 Esslöffel Olivenöl
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 1 Teelöffel gemahlener Kreuzkümmel
- 1 Teelöffel Paprikapulver (scharf oder mild, je nach Vorliebe)
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- Frische Petersilie oder Koriander zum Garnieren

Anleitung:

1. Den römischen Tontopf gut einfetten und den Backofen auf 200°C vorheizen.
2. Die Kürbiswürfel in eine große Schüssel geben und mit Harissa-Paste, Olivenöl, gehacktem Knoblauch, gemahlenem Kreuzkümmel, Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermengen, bis die Kürbiswürfel gleichmäßig mit den Gewürzen überzogen sind.
3. Die gewürzten Kürbiswürfel in den vorbereiteten römischen Tontopf geben und gleichmäßig verteilen.
4. Den Tontopf in den vorgeheizten Backofen stellen und die Kürbiswürfel etwa 25-30 Minuten backen, bis sie weich sind und leicht gebräunt sind, dabei gelegentlich umrühren, damit sie gleichmäßig garen.
5. Die fertigen pikanten Kürbiswürfel aus dem Tontopf nehmen und auf eine Servierplatte oder ein Servierbrett geben.
6. Die pikanten Kürbiswürfel mit frischer Petersilie oder Koriander garnieren und heiß servieren.

Diese pikanten Kürbiswürfel mit Harissa im römischen Tontopf sind eine köstliche Beilage oder Vorspeise, die mit ihrem würzigen und aromatischen Geschmack Ihre Gäste begeistern wird. Sie eignen sich auch hervorragend als vegetarisches Hauptgericht, serviert mit Reis, Couscous oder einem frischen Salat.

12. Spinat-Ricotta-Muffins

Zutaten:

- 200 g frischer Spinat
- 200 g Ricotta-Käse
- 2 Eier
- 100 g geriebener Parmesan-Käse
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 100 g Mehl
- 1 Teelöffel Backpulver
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- Olivenöl zum Einfetten des Tontopfs

Anleitung:

1. Den römischen Tontopf gut einfetten und den Backofen auf 180°C vorheizen.
2. Den frischen Spinat waschen und grob hacken. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und die gehackte Zwiebel und Knoblauch darin anbraten, bis sie weich sind. Fügen Sie dann den Spinat hinzu und braten Sie ihn zusammen, bis er zusammenfällt. Die Mischung abkühlen lassen.
3. In einer großen Schüssel den Ricotta-Käse mit den Eiern vermengen, bis eine glatte Masse entsteht. Den geriebenen Parmesan-Käse hinzufügen und gut vermischen. Salzen und pfeffern.
4. Das Mehl und das Backpulver in die Ricotta-Mischung sieben und vorsichtig unterrühren, bis alles gut vermischt ist.
5. Die abgekühlte Spinat-Zwiebel-Mischung zur Ricotta-Mischung geben und gut vermengen.
6. Die Muffinformen des römischen Tontopfs einfetten und den Teig gleichmäßig darin verteilen.
7. Den römischen Tontopf in den vorgeheizten Backofen stellen und die Spinat-Ricotta-Muffins etwa 20-25 Minuten backen, oder bis sie goldbraun und fest sind.
8. Die Muffins aus dem Tontopf nehmen und auf einem Drahtgitter abkühlen lassen.

Diese Spinat-Ricotta-Muffins sind herzhaft, sättigend und voller Geschmack. Sie können warm oder bei Raumtemperatur serviert werden und eignen sich perfekt als Beilage zu Suppen, Salaten oder einfach nur als Snack zwischendurch. Guten Appetit!

HAUPTGERICHTE

1. Geschmortes Lamm mit Kräutern im Römer Tontopf

***Zutaten: ***

- 1 kg Lammfleisch (Schulter oder Keule), in Würfel geschnitten
- 2 EL Olivenöl
- 2 Zwiebeln, gehackt
- 3 Knoblauchzehen, gehackt
- 2 Karotten, in Scheiben geschnitten
- 2 Stangen Sellerie, gehackt
- 400 ml Fleischbrühe
- 200 ml trockener Roter Traubensaft
- 2 EL Tomatenmark
- Frische Kräuter (Rosmarin, Thymian, Oregano)
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

***Anleitung: ***

1. Den römischen Tontopf erhitzen und Olivenöl hineingeben.
2. Das Lammfleisch portionsweise anbraten, bis es braun ist. Das Fleisch aus dem Topf nehmen und beiseitestellen.
3. Die Zwiebeln und den Knoblauch im Tontopf anbraten, bis sie weich sind.
4. Die Karotten und Sellerie hinzufügen und kurz anbraten.
5. Das Lammfleisch zurück in den Tontopf geben.
6. Die Fleischbrühe, den Roter Traubensaft und das Tomatenmark hinzufügen und umrühren.
7. Die frischen Kräuter hinzufügen und mit Salz und Pfeffer würzen.
8. Den Tontopf abdecken und das Gericht bei niedriger Hitze etwa 2-3 Stunden lang schmoren lassen, bis das Fleisch zart ist.
9. Vor dem Servieren die Kräuter entfernen und das Geschmortes Lamm heiß servieren.