

Kanibalische Restepastete

Hans Martin Sauer und Manuela Löffler, Darmstadt, 25.12.2021

Rezept (für 2 Personen):

| | |
|----------------------|--|
| 1 Packung (280 g) | Küchenfertiger Bäuterteig |
| 2 EL | Butter |
| 3 bis 5 | Geringfügige Fleischreste aus dem Tiefkühlfach (Rind, Lamm, Schwein, Huhn, Ente...) |
| 50 g Grünes | z.B. Erbsen oder Frühlingszwiebeln |
| 1 Hand voll | Frische Champignons |
| 1 gehäufte EL | Mehl |
| 100 ml | Milch |
| 50 g | Griechischer Joghurt |
| 50 ml | trockener Weißwein |
| | Chilipulver, Salz, Pfeffer, Koriander |



Welcher gestresste Hobbykoch kennt das nicht: Der Appetit nach etwas *Feinem* nagt, aber der Kühlschrank ist ziemlich leer. Nur im Tiefkühlfach finden sich noch ein paar Beutelchen mit Fleischresten von vergangenen Gaumenfreuden. Keine Ahnung, was da alles drin ist. War das nicht noch das bisschen Boeuf Bourguignon von vorletzter Woche, oder die zwei Stückchen übrig gebliebene Entenbrust von, von...? Egal, alles kommt jetzt in einen großen Topf! Nein, viel besser: in eine total leckere Blätterteigpastete. Egal, was es ist.

Ein weiter Vorteil der kanibalischen Pastete ist, dass sie den Kühlschrank gründlich aufräumt. Dann ist wieder Platz für Neues. Bis es dann wieder Zeit ist für dieses Rezept.

So haben wir es gemacht

Die tiefgefrorenen Fleischreste werden aufgetaut, gewaschen und begutachtet. Eventuell vorhandener Knorpel, Sehnen, Haut, Fettschwarte werden abgeschnitten. Die Fleischstücke werden sodann in mundgerechte Schnippsel zerschnitten. Die Tiefkühlerbsen (sofern solche zufällig vorhanden sind) werden aufgetaut. Die Frühlingszwiebeln und Champignons werden geputzt und in dünne Streifen geschnitten.

In einer sehr heißen Pfanne werden die Fleischstücke in ein wenig Butter kurz von allen Seiten angebraten und gebräunt. Nun werden auch die Champignons und das Grünzeug zugegeben und für fünf Minuten unter Rühren mitgegart. Die Pfanne wird vom Herd genommen. und ihr Inhalt bei Seite gestellt, wo er etwas abkühlen soll.

Bei milder Temperatur wird in der Pfanne die restliche Butter geschmolzen. Mit dem Mehl wird eine feste Bechamel-Soße zubereitet. Sie wird mit der Milch und einem Schuss trockenem Weißwein abgelöscht. Mit Pfeffer, Salz, Chili- und Korianderpulver scharf abschmecken. Der griechische Joghurt wird nun untergehoben.

In einer gebutterten Auflaufform wird der Blätterteig ausgebreitet. Ein paar Reste der Teigscheiben bitte für den Deckel aufheben. Die Fleischmasse wird hierin gleichmäßig verteilt. Nun die Bechamel-Soße darübergießen und mit dem restlichen Blätterteig zudecken. Der Deckel soll ein Loch haben, durch das der Dampf beim Backen aus der Pastete austreten kann. Eventuell den Deckel mit Eigelb bestreichen (bräunt dann schöner). Im Umluft-Backofen nun bei 200 °C für 25 Minuten fertigbacken. Fertig!

Bem.: Anstelle von griechischem Joghurt (10 % Fett) kann auch Schmand oder Creme Fraiche verwendet werden, was die Sache allerdings deutlich „schwerer“ macht.



Schon das Befüllen des Blätterteigs ist ein besonderes Ereignis, denn es waren ja nur ganz feine Sachen im Tiefkühlfach, die hier verwendet werden.

Natürlich kann man die Pastete auch mit Fischresten und Meeresfrüchten zubereiten, oder allein mit verschiedenen Gemüsen: Rosenkohl, Schwarzwurzel, Brokkoli, Grünkohl. Hier sind der Phantasie keine Grenzen gesetzt.



Die angeschnittene Pastete macht auch auf dem Teller etwas daher. Dazu schmeckt sehr gut ein kräftiger Riesling von der Mosel.