

Senfkuchenmehl



Senf - Grundrezept für 200ml:

50 g Senfkuchenmehl
60 ml Wasser
60 ml Apfelessig
Saft einer halben Zitrone
¼ TL Salz

Optional nach Geschmack: Thymian-Blätter , Gewürze Kurkuma-Pulver, Honig ganze Senfkörner

Zubereitung: Wasser, Apfelessig und Senfkuchenmehl in eine kleine Schüssel geben. Mischung bedeckt im Kühlschrank quellen lassen (ca. 90-120 Minuten). Alle restlichen Zutaten hinzugeben und pürieren. Abschmecken und bei Bedarf weitere Gewürze, Kurkuma und Senfkörner hinzugeben. Im Kühlschrank ist er zwei bis drei Wochen haltbar.

Quelle: <https://www.smarticular.net/wie-du-senf-selber-machst-grundrezept-fuer-senf-mit-persoenerlicher-note/>

Honigsenf:

70 g Senfkuchenmehl
50 g Honig
1 TL Öl, (z.B. Bergland-Senf– oder Rapsöl)
1 Prise Salz
4 TL Wasser, oder Brühe

Zubereitung: Das Senfkuchenmehl mit dem Honig, dem Bergland-Öl, Essig und Salz verrühren. Sollte die Masse zu pappig sein, mit etwas heißem Wasser oder Brühe glatt rühren. Senf in ein sauberes Glas füllen und kühl lagern.

Quelle: <https://www.chefkoch.de/rezepte/1151671221406578/Honigsenf-ala-Eselchen.html>

Hähnchenbrustfilet mit Senfkruste:

400g Hähnchenbrustfilet
1 Eiweiß
2 EL Senf
2 EL Semmelbrösel
1 TL Senfkuchenmehl
1 Bund Schnittlauch
Salz und Pfeffer

Zubereitung: Die Hähnchenbrustfilets mit Pfeffer und Salz würzen. Das Eiweiß steif schlagen und vorsichtig Senf, Senfkuchenmehl, Schnittlauch und Semmelbrösel darunterheben. Hähnchenbrustfilets in eine Auflaufform legen und mit der Eiweiß-Senf-Masse bestreichen. Im vorgeheizten Backofen bei etwa 200°C ca. 20 min. garen (die Backzeit hängt von der Dicke des Fleisches ab). Dazu passt gut ein frischer gemischter Salat.

Quelle: <https://www.chefkoch.de/rezepte/977821203363213/>

Senfcreme:

200 g Crème fraîche
3 TL Senfkuchenmehl

Zubereitung: Crème fraîche mit dem Senfkuchenmehl in einer Schüssel verrühren.

Tipp: Eignet sich als Aufstrich für Flammkuchen o.ä.

Quelle: <https://www.essen-und-trinken.de/rezepte/84154-rzpt-flammkuchen-mit-senfcreme-und-kresse>