

Matthias Gfrörer

---

# GUTSKÜCHE

---

Fotos von Elissavet Patrikiou

südwest

# Inhalt



Vorwort von Michael Hoffmann	6	Rote-Bete-Graupen-Risotto – Winterbete in ihrer schönsten Form	38
Geschmack ist meine Heimat – Vorwort von Matthias Gfrörer	8	Wildschweinkoteletts mit Grünkohlspinat, Haselnüssen und Röstdrillingen	40
Gut Wulksfelde	10	Hasenpfeffer mit sautiertem Rosenkohl, Schwarzwurzeln und Kartoffelroulade	44
<b>Wintergerichte</b>	<b>12</b>	Fliederbeersüppchen mit Vanille-Grieß-Flammeri und Holsteiner Boskop-Sorbet	48
Schwarzwurzelsalat mit feinem Hasenfiletschinken und Preiselbeer-Vinaigrette	16	Glasierte Quittenfilets mit frischem Baumkuchen	50
Chicorée »Cesare« – Winter-Fingerfood mit dem beliebtesten Dressing der Welt!	18	Mandelkuchen mit Passionsfrucht-Jus und Schmand-Mousse	52
Gutsküchen-Bauernbrot und Husumer Deichkäs´ mit Musik	20	<b>Frühlingsgerichte</b>	<b>58</b>
Pastinaken-Samtsuppe mit gerösteten Mandeln, Apfel und Staudensellerie	24	Frankfurter grüne Soße – »klassisch« und mit Jakobsmuscheln	62
Calamaretti »nero« mit Venere-Risotto und Cime di rapa	26	Erbсен-Cappuccino mit Schwertmuscheln	66
Skreifilet à la Escabeche mit Wintergemüsen	28	Glasiertes Saiblingsfilet mit Radieschen, Hüttenkäse und Bärlauch-Stampf	68
Rotkohl »en gros« mit Hirschkalbsfilet und Esskastanien	32	Gebeiztes Eismeer-Forellenfilet mit Wildkräutersalat und saurer Sahne	70
Maronensuppe mit gereiftem Wildschweinschinken	34	Bunter Spargel »family style« mit Sauce hollandaise und frischem Weißbrot	72
Rote Winterbete ... wunderschön in ihrer erdigen Einfachheit	36	Spargelfondbasis ... ein Muss für alle warmen Spargelgerichte	74

# Inhalt



Bunter Spargelsalat »royal«: Spargel mit Biss und Schmelz – so schmeckt Frühling	76	Pulpo mit Wassermelone – außen kross, innen zart und saftig!	116
Landhausfrikassee von der Holsteiner Poularde mit Frühgemüse, Risi-Bisi und jungem Giersch	78	Kleverhof-Caprese mit Büffelmozzarella	118
Lackiertes Osterzicklein mit geröstetem Spargel, Taglilien und Vanille-Polenta	82	Pulpo galizisch mit Pimiento de Padrón und Drillingen vom Hof	120
Hof-Ferkel-Kotelett mit Frühgemüse und Bärlauch-Gersten-Risotto	86	Bouillabaisse nach Gutsküchen-Art	122
Spanische Mispeln mit Schmandeis, Granola und Süßdolde	90	Bretonische Artischocken – klassisch aus dem Sud mit Sommerdips	128
Quarkplinsen mit glasiertem Rhabarber und Ziegenfrischkäse	92	Krosses Meeräschenfilet mit Sauce Piperade und Chorizo-Kartoffeln	132
Weinlust – Im Gespräch mit Rakhshan Zhouleh und Rebecca Gfrörer	96	Bavette vom Angus-Rind mit Dicken Bohnen und Gemüse-Pfifferlings-Salsa	136
<b>Sommergerichte</b>	<b>102</b>	Holsteiner Deichlamm – orientalisch, mit glasierten Aprikosen, Couscous, Fenchelkraut und Wildrosen	140
Gazpacho Andaluz – spanischer Sommergenuss	108	Marinierte Erdbeeren mit frischen Buchteln, Schlagrahm und Romanov-Jus	144
Gekühltes Salatsüppchen mit knusprigem Ei und Rindersaftschinken	110	New York Cheesecake unplugged	148
Ceviche vom Kabeljau mit Gurken und Chili	112	Weinbergpfirsich »Melba« ... ein frischer Klassiker	150
Pulpo-Grundrezept – frischer Pulpo duftet nach Meeresbrise ...	114	Blaubeeromelett mit Crème Chantilly	154
		Schwarzwälder Kirsch – Patisserie-Perfektion aus dem Schwarzwald	156

# Inhalt



Clafoutis aux abricots: französischer Fruchtauflauf – auf der Sommerseite des Lebens	158	Königsmakrele mit Kresse-Gnocchi und Senfkaviar	190
Feinste Getränkultur – mit Barlöwe Jörg Meyer: »Gute Drinks sollten beiläufig perfekt sein«	160	Bauern-Gnocchi mit Speck und Salbei	194
Trident – GUT: erfrischend und herb mit feiner Kräuternote	162	Coq au Vin von der Holsteiner Poularde mit konfierten bunten Wurzeln und Weißbrot	196
<b>Herbstgerichte</b>	<b>168</b>	»Boeuf à la mode« vom Weide-Angus – gutbürgerlicher Schmorbraten	200
Orientalischer Herbstsalat mit Pastinake, Granatapfel, Petersilie, Feta und konfiertes Zitronen	172	Gutsferkel »hanseatisch« – Hamburger Klassiker mit Birnen, Bohnen und Drillingen	202
Steinpilz-Kokosnuss-Suppe mit Crevette rosé	174	Wulksfelder Hof-Ei auf polnische Art mit wildem Blumenkohl und Sauce hollandaise	206
Hokkaido-Kürbiskraut: herzhaft- vegetarisch – als Beilage oder ganze Mahlzeit	176	Haselnuss-Pförtchen mit Hagebuttenmarmelade und Puderzucker	208
Herzhafte Kürbissuppe ... samtweich und nussig im Geschmack	178	<b>Handwerk</b>	<b>216</b>
Kürbis-Käsekuchen mit Zitrusfrucht und süßsaurem Kürbissalat	180	Fisch & Meer	218
Kartoffel-Maultaschen mit Feldsalat, brauner Butter und Ferkelschinken	184	Fleisch, Geflügel & Wild	220
Crosne Milanese mit Röstzwiebeln und Parmesanschaum	188	Salz, Zucker, Basis-Fonds, Soßen, Eingewecktes	222
		Impressum	240



# Vorwort

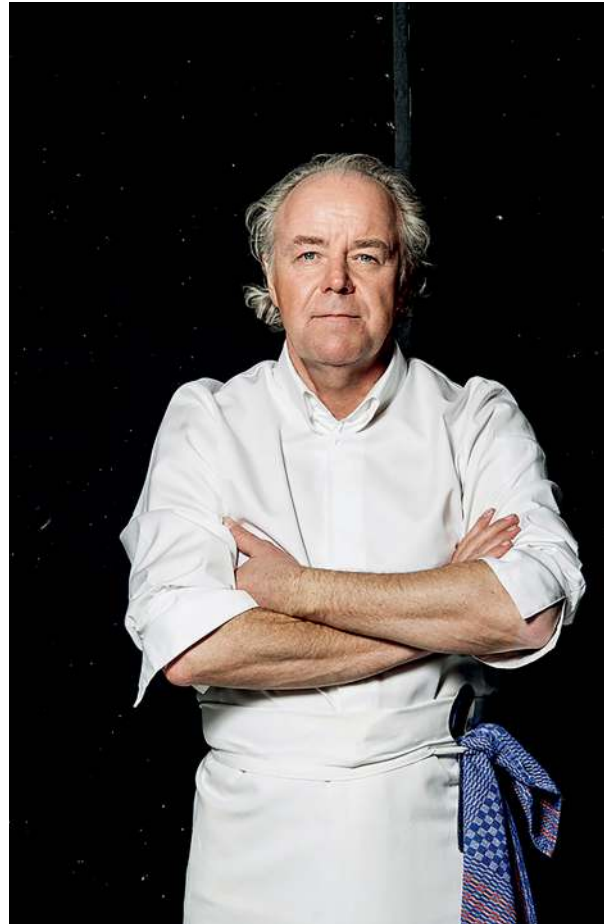


von Michael Hoffmann

Ja, wir waren alle verrückt. Im positiven Sinne. Ungezwungen und extrem engagiert in der Küche zum Ende der 1990er-Jahre. Wir wollten alles Kulinarische ausprobieren und vielleicht auch ein bisschen die Welt der Gastronomie auf den Kopf stellen. Ich war zuständig für das Restaurant Haerlin im Hotel Vier Jahreszeiten in Hamburg und Matthias begann dort seine Ausbildung zum Koch. So kam er auch in mein Gourmet-Restaurant. Zu dieser Zeit wurden alle Regeln der klassischen Kochkunst anders beziehungsweise neu von uns definiert. Für Matthias war es eine sehr prägende Zeit. Es fiel mir sofort auf, dass er extrem interessiert war, ein kreatives Händchen hatte und bereit war, die Herausforderungen in dieser Welt anzunehmen.

Die kulinarische Welt, die wir uns kreierten, war immer (auch mit allen Verrücktheiten) geprägt von strenger Disziplin in der Küche, Ehrfurcht vor unserem Berufsbild und Respekt vor der Natur, die uns mit einer Vielfalt an Produkten bereichert. Matthias hat all das aufgesaugt wie ein Schwamm, er hat immer alles in meinem Sinne umgesetzt und wurde zu einem prägenden Koch in meiner Küche.

Nicht nur in der kulinarischen Welt ist er ein kreativer Mensch, er hat auch die Gabe, Dinge zu analysieren, zu skizzieren und eine bunte, schöne Welt daraus zu kreieren. Von Beginn seiner Lehre an pflegte er seine Notizen mit entsprechenden Skizzen zu Gerichten beziehungsweise Rezepten



anzufertigen. Ihm gelang damit eine bewundernswerte Ästhetik, die wir zusammen noch vertiefen konnten in der intensiven Zeit als Sous Chef in meinem Restaurant Margaux in Berlin.

Er hat die kulinarische Welt bereist, viele Eindrücke und Erfahrungen gesammelt, hinter die Kulissen geschaut und daraus die Konsequenz gezogen, etwas Eigenes und Besonderes, etwas Gemeinsames mit seiner Frau Rebecca zu kreieren, das der Summe seiner Erfahrungen, seiner Philosophie entspricht.

Es ist eine logische Folge in seinem Werdegang, dass er den Weg in die Gutsküche gefunden hat, in seiner Heimatstadt Hamburg. Mit seiner Frau Rebecca und seinen zwei Kindern lebt er nun den Traum von einer ehrlichen und authentischen kulinarischen Welt. Es gibt nur wenige Orte wie die Gutsküche, die eine so schöne Möglichkeit bieten, im Einklang mit der Natur zu leben und seiner Passion nachzugehen. Ich freue mich sehr über den Weg, den Matthias und seine Frau gegangen sind, und bin überzeugt, dass in dem vorliegenden Buch jeder Kochbegeisterte Inspiration für eine ehrliche Küche findet.

Mit Dankbarkeit für all die viele Unterstützung während unserer gemeinsamen Zeit und die erlebten Situationen bin ich froh, dass ich Matthias und Rebecca für einige Zeit begleiten durfte.







# Geschmack ist meine Heimat



Saisonale Küche aus naturnahen, nachhaltig erzeugten Lebensmitteln ist meine Leidenschaft, für die ich Sie begeistern möchte.

Als ich im Jahr 1998 meine Ausbildung zum Koch abgeschlossen habe, war ich »hungrig« auf Neues und brannte darauf, die Welt der Kulinarik international zu erleben. 1999 hatte ich die Gelegenheit, im Restaurant The Manor in West Orange, New York, meine ersten internationalen Erfahrungen als Koch zu sammeln. In Deutschland zurück, begann für mich eine wunderbare und prägende Zeit im Sternerestaurant Margaux in Berlin bei meinem Freund und Mentor Michael Hoffmann. Hier erhielt ich den ersten handwerklichen »Feinschliff« in Michaels produktverliebter Hochküche. Seine zeitgemäße Cuisine Avantgarde ist für mich in der Hauptstadt zur Passion geworden.

Von diesem Herd-Virtuosen zog es mich nach Südfrankreich. Dort konnte ich in Monte Carlo unter Olivier Streiff den kulinarischen Herzschlag der Provence auf seine ganz eigene Art aufnehmen. Eine Saison später fand ich mich bei Santi Santamaria, dem spanischen Großmeister der traditionellen katalanischen Küche, in den Bergen von Barcelona wieder. Santis Naturverständnis zwischen »mar e muntanya« waren einzigartig. Das gemeinsame Essen, Trinken und die Liebe zu regionalen Produkten haben einen sehr großen Stellenwert im Leben der Katalanen und bilden bis heute für mich ein Schlüsselerlebnis. Meine Leidenschaft für eine authentische Landhausküche war nun entbrannt. Viele weitere Stationen durfte ich noch erkunden und erschmecken.

Meine Frau Rebecca, selbst erfahrene Köchin und Sommelière, ist diesen Weg bis heute mit mir zusammen gegangen. Im Jahr 2009 inmitten der europäischen Finanzkrise bot sich für uns die wunderbare Gelegenheit, etwas Eigenes aufzubauen und den lang gehegten Wunsch eines eigenen Restaurants zu verwirklichen. So entstand unsere eigene zeitgemäße Landhausküche. Die Gutsküche auf dem Bioland-Gut Wulksfelde wurde und ist meine kulinarische Heimat. Die Begeisterung für eine saisonale und unverfälschte Küche aus nachhaltig erzeugten Produkten ist bis heute meine »Heimat für den guten Geschmack«. Auf diesem historischen Landgut wird der überwiegende Teil der von mir verwendeten Produkte mit viel Hingabe hergestellt. Vieles findet den Weg direkt vom Feld oder Stall auf den Teller. Die Wege sind kurz. Frische und Qualität der Ausgangsprodukte sind die Garanten für gelungene Speisen. In der scheinbaren Einfachheit mit nur wenigen Zutaten lässt sich die größte Intensität an Geschmack erzeugen.

Für Sie habe ich nun die Lieblingsrezepte der Gutsküche eines ganzen Jahres zusammengestellt und möchte Sie mit diesem sehr persönlichen Kochbuch in meiner Landhausküche an die Hand nehmen.

Matthias Gfrörer

# Gut Wulksfelde



Direkt vor den Toren Hamburgs liegt das Gut Wulksfelde. Hier werden im grünen Alstertal bereits seit 1989 hervorragende landwirtschaftliche Produkte nach Bioland-Richtlinien erzeugt, verarbeitet und verkauft – unverwechselbare Biolebensmittel in höchster Qualität.

Auf knapp 480 Hektar werden ökologisch nachhaltig Getreide, Kartoffeln, Gemüse, Obst und Kräuter angebaut. Auf den saftigen Wiesen leben artgerecht 250 Rinder robuster Rassen wie Deutsch-Angus und Deutsch-Limousin. Die großzügigen Ställe bieten viel Auslauf und hervorragende Bedingungen. Hier werden etwa 220 Schweine und 2400 Hühner naturnah aufgezogen und gehalten. Die Fütterung der Tiere erfolgt ausschließlich aus dem eigenen Bioland-Anbau und dem, was die Natur bereitstellt.

Unsere Form der Landwirtschaft arbeitet mit den Kräften der Natur – nicht gegen sie. Wir denken in Kreisläufen, geben der natürlichen Bodenfruchtbarkeit oberste Priorität, verzichten auf chemisch-synthetischen Dünger und Pflanzenschutz und lassen der Natur Raum, sich zu entfalten. Gentechnik lehnen wir kategorisch ab. Unsere Tiere leben auf dem Gut, wie es ihrer Art entspricht. Denn auch sie haben ein gutes Leben verdient.

Auf Gut Wulksfelde arbeiten wir jeden Tag aus Überzeugung und mit Leidenschaft für eine Welt, die heute und in Zukunft mit ihren natürlichen Ressourcen respektvoll umgeht,

und wir sind auf dem Weg, ein klimaneutrales Gut zu werden. Nachhaltiges Wirtschaften ist für jeden Erzeuger und Verarbeiter möglich, wenn der Kunde sich für gute und gesunde Lebensmittel entscheidet. Wir wünschen uns, dass bio der Normalzustand wird.

So entsteht hier so gut wie nebenbei schon in den Wurzeln, Keimlingen und den in Ruhe aufwachsenden Lebensmitteln ein ganz besonderer Geschmack. Mich beseelt diese liebevolle und geschmacksintensive Verbindung täglich aufs Neue – seit über zehn Jahren in der Gutsküche.

Die Erzeugnisse vom Gut Wulksfelde werden seit 1990 im eigenen Hofladen vermarktet. Seit 1997 gibt es darüber hinaus den Lieferservice, mit dem heute über 2500 Kunden im Großraum Hamburg mit frischen und gesunden Lebensmitteln beliefert werden. In der Wulksfelder Gutsbäckerei wird seit 1999 aus den selbst erzeugten Getreidesorten Weizen, Roggen und Dinkel mithilfe ausschließlich natürlicher Zutaten köstliches Brot in feinsten Bioqualität gebacken. Jede Nacht wird hier unter anderem exklusiv für die Gutsküche ein herzhaftes Bauernbrot, ein Salzkrusten-Ciabatta und ein nordisches Schwarzbrot frisch gebacken. Hier bin ich zu Hause, in diesem natürlichen Rahmen erblühten meine Produktliebe und Kreativität, gemeinsam mit den 160 Mitarbeitern des Guts, ihrer jahrelangen Handwerkserfahrung und ihrem Engagement. Ich bin am richtigen Ort angekommen.




# WINTER



NOVEMBER – MÄRZ





A black and white photograph of a winter landscape. The scene is dominated by snow-covered trees and branches, creating a textured and layered appearance. The lighting is soft, highlighting the intricate details of the snow and the dark silhouettes of the trees. A semi-transparent blue rectangular box is overlaid on the right side of the image, containing white text.

Unser Land hier in Schleswig-Holstein gefriert nur selten und ist nicht richtig rau. Ich verspüre den heimischen Winter eher als ein Zur-Ruhe-Kommen und Ausruhen der Jahreszeiten. Ich wünsche Ihnen mit meinen Winter-Rezepten viele wärmende Aromen und simmernde Töpfe voller Lebenslust. Unsere Landhausküche beinhaltet kräftige Gerichte mit einer frischen Prise mediterraner Raffinesse und viel Liebe zum Detail.







# Schwarzwurzelalat



## mit feinem Hasenfiletschinken und Preiselbeer-Vinaigrette

Die Schwarzwurzeln gründlich in kaltem Wasser mit einer Gemüsebürste waschen. Anschließend schälen und mit dem Sparschäler in feine längliche Scheiben hobeln. Den Wurzelsalat mit dem Zitronensaft, Meersalz und Zucker einige Minuten marinieren, so wird der feine Geschmack der Schwarzwurzeln noch intensiver.

Die Wintersalate in kaltem Wasser waschen, mit einer Salatschleuder trocken schleudern und von Wurzel- und Stielansätzen befreien. Die geschälten Walnüsse im Ofen bei circa 200 °C (Umluft) etwa 3 Minuten rösten. In einer kleinen Schüssel die gerösteten Walnüsse mit dem Walnussöl und 1 Prise Meersalz veredeln.

Den Schwarzwurzelalat mit den Blattsalaten und dem Hasenfiletschinken anrichten. Mit den Walnüssen garnieren und mit der Preiselbeer-Vinaigrette beträufeln.

Herber, knackiger Wintersalat aus  
regionalen Zutaten

### FÜR 4 PERSONEN

300–400 g frische

Bio-Schwarzwurzeln

Saft von 1 Zitrone

Meersalz

Zucker

200 g Freiland-

Wintersalate (z. B.

kleiner Chicorée,

junger Feldsalat,

Rucola, Zichorien)

50 g Walnüsse

1 EL Walnussöl

100 g Hasenfiletschinken

100 ml Preiselbeer-

Vinaigrette (Rezept

Seite 230)



# Chicorée »Cesare«



## Winter-Fingerfood mit dem beliebtesten Dressing der Welt!

Von den Chicorée ½ Zentimeter vom Strunk abschneiden und mit dem Schnittende einige Minuten in lauwarmes Wasser legen, so werden die Bitterstoffe zum großen Teil herausgelöst. Die Chicorée der Länge nach halbieren und die Schnittfläche mit Meersalz, Zucker und schwarzem Pfeffer für gut 10 Minuten marinieren.

Anschließend die Schnittflächen mit Küchenkrepp abtupfen, danach mit dem Cesare-Dressing überziehen. Das Cesare-Dressing mit einem Gasbrenner oder unter dem Grill auf dem obersten Schub im Ofen kurz karamellisieren. Die Sardellenfilets längs halbieren und damit den Chicorée – zusammen mit den Parmesanspänen und frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer – garnieren.

Tipp: Chicorée ist ein Wintergemüse mit einer leichten Bitternote. Die Bitterstoffe sind nicht nur appetitanregend, sondern haben auch eine beruhigende und entzündliche Wirkung. Kurioserweise ist in Frankreich unser Chicorée als Endivie bekannt und die Endivie wird Chicorée genannt. Eines der köstlichsten Winter-Antipasti: knackig-aromatisch!

FÜR 4 PERSONEN

6 kleine Chicorée

Meersalz

Zucker

frisch gemahlener

schwarzer Pfeffer

100 ml Cesare-Dressing

(Rezept Seite 229)

6 Sardellenfilets

50 g Parmesankäse, in

grobe Späne gehobelt

Wintergemüse – wunderbar  
appetitanregend

# Gutsküchen-Bauernbrot



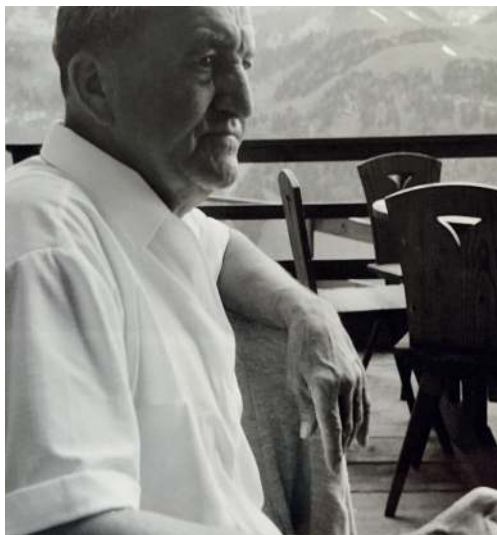
## und Husumer Deichkäs´ mit Musik

### Zubereitung Bauernbrot

Aus allen Zutaten einen homogenen Teig kneten und abgedeckt an einem warmen Ort (Backofen mit eingeschaltetem Licht) 1 Stunde ruhen lassen. Anschließend noch einmal gut durchkneten und den Teig in ein mit Roggenmehl eingestäubtes Gärkörbchen geben. Noch einmal 1 Stunde an einem warmen Ort ruhen lassen. Den Teig auf ein bemehltes Backblech stürzen und im vorgeheizten Ofen bei 250 °C Ober- und Unterhitze (210 °C bei Umluft) etwa 45 Minuten lang backen. Zusammen mit dem Brot eine kleine Schüssel mit Wasser unten in den Ofen stellen.

### Deichkäs´ mit Musik

Den Käse in kleine, feine Scheiben schneiden und auf kleine Vorspeisenschalen verteilen. Die Haus-Vinaigrette mit dem Kümmel, 2 Prisen Pfeffer, 1 Prise Meersalz und 3 Prisen Zucker gut vermengen und gleichmäßig auf dem Deichkäse verteilen. Die roten Zwiebeln schälen, in feine Ringe schneiden und zusammen mit etwas Salz, Zucker, Rapsöl und dem Himbeeressig marinieren. Jetzt das Ganze als Garnitur über den Deichkäs´ mit Musik geben. Mit dem noch warmen Bauernbrot als herzhafte Mahlzeit servieren.



Opas »hessischer  
Klassiker«,  
aromatisch  
verfeinert mit  
Deichkäse

### FÜR 4 PERSONEN

#### FÜR DAS BROT (750 G):

185 g Weizenmehl Type 550  
205 g Roggenmehl Type 1150  
20 g Weizenmehl  
95 g Natursauerteig  
290 ml Wasser  
25 g Sonnenblumenöl  
20 g dunkles Paniermehl  
5 g helles Malzmehl  
5 g dunkles Malzmehl  
3 g Kümmelsaat  
3 g Bauernbrot-Gewürz:  
Kümmel, Fenchel,  
Koriander, Sesam,  
Anis, Leinsaat, Bockshornklee, Pfeffer

#### FÜR DEN DEICHKÄS´:

200 g alter Deichkäse  
gerne von der Bio-Käserei  
Backensholz  
100 ml Haus-Vinaigrette  
(Rezept Seite 227)  
1 EL Kümmelsaat  
3 große Prisen frisch gemahlener schwarzer Pfeffer  
1 große Prise Meersalz  
½ TL Rohrzucker  
2 rote Zwiebeln  
2 EL Rapsöl  
1 EL Himbeeressig







