Aurélie Bastian
FRANZÖSISCH KOCHEN

Rezept online aufrufen



23 DIPS UND BROTAUFSTRICHE

Wer gutes Brot gebacken hat, braucht nur noch leckere Aufstriche, Dips oder Cremes für das Abendessen oder den Aperitif.

In Frankreich essen wir in der Regel abends warm. Aber seit ich in Deutschland lebe, habe ich mich an das „Abendbrot“ gewöhnt! Bei uns gibt es etwas Ähnliches, aber das machen wir meistens im Sommer und es heißt „Apéro dînatoire“.

Apéro statt Abendbrot

Bei uns wird ein einfaches Abendessen mit Brot, Saucisson, Rillettes und Aufstrichen ein Apéro (Apéritif) genannt. Und wenn es ein bisschen mehr auf dem Tisch gibt und danach nichts mehr kommt, wird es zu einem „Apéro dînatoire“.

Was kommt dabei auf den Tisch? Meistens Brot oder Baguette, Quiche, eine kleine Auswahl an Salaten und vor allem ganz, ganz viele Terrinen, Pasteten und Brotaufstriche.

Rustikal oder gesund

Bei uns kommen gerne Fleischpasteten, Rillettes oder Terrinen aufs Brot. Auf einem guten Stück Bauernbrot oder Vollkornbrot ist es einfach so französisch.

Diese Fleischaufstriche werden oft noch von Saucisson begleitet, die man in ganz dünne Scheiben schneidet und mit kleinen Mini-Cornichons und Zwiebeln serviert. Viel Grünes kommt nicht dazu □□

Aber heutzutage gibt es immer mehr Kreativität auf dem Tisch und ich mag es auch, etwas Leichtes, Buntes und Ausgefallenes zu servieren. Am Anfang schauen die Gäste immer ein bisschen unbeeindruckt nach dem Motto „Was ist das wieder?“, aber nach der Probierphase wird es sehr oft im Nu aufgegessen.

Somit ist bei meinen Gästen immer der Rote-Bete-Aufstrich ein Favorit: knallig violett, frisch und leicht süßlich. Und der Artischocken– oder Auberginenaufstrich. Ich glaube, gerade weil dieses Gemüse in Deutschland nicht so verbreitet ist, überzeugt es oft Neulinge. Es ist auch oft eine Möglichkeit, unbekanntes oder unbeliebtes Gemüse neu zuzubereiten und schmackhafter zu machen!

Provence in meiner Küche

Eine sehr einfache Weise, einen Tisch mit verschiedenen Brotaufstrichen zu decken, ist, sich gedanklich auf einen Wochenmarkt in der Provence zu versetzen: Man riecht das Olivenöl, die Sardinen, die frisch gebackene Fougasse und sieht die riesigen Schüsseln voller eingelegter Oliven mit allen Kräutern der Provence.

Also, hier habt ihr nur noch die Qual der Wahl, welcher provenzalische Brotaufstrich auf den Tisch

kommen wird: die Tapenade, die Aioli, die Anchoïade, ein Aufstrich mit Ratatouille, einer mit Sardinen … Es bringt einfach Urlaubsgefühl in meine Küche.

Klassisch gewinnt immer

Wer sich nicht an Neues traut und lieber Comfort Food mit kräftigem Geschmack auf den Tisch bringen möchte, muss unbedingt die selbst gemachte Leberwurst probieren, den warmen Camembert für einen Gruß aus der Normandie und die Hähnchen-Rillettes oder Rillettes du Mans für einen typisch französischen Tisch!

Hier findet ihr eine Sammlung meiner Brotaufstriche und Dips für das perfekte Buffet oder den Fernsehabend. Es ist für jeden Geschmack etwas dabei: vegetarisch, vegan, mit Fleisch oder Fisch und vor allem: typisch französisch!

Ich wünsche euch viel Spaß beim Nachkochen und Genießen.

1- Tapenade

Wieder ein Rezept zum Aperitif: die Tapenade. Ein kleines Stück Provence auf der Zunge.

Dieser typische Brotaufstrich aus Oliven und Sardellenfilets („Filet d'Anchois") ist sehr beliebt als Begleitung von einem Pastis.

Zum Rezept: Tapenade

2-Artischocken-Aufstrich

Bonjour! Heute gibt es ohne viel Schnickschnack ein kleines Aufstrich-Rezept für das Apéritif. Um eine leckere Creme zu zaubern, kann man die Artischocken mit Knoblauch und Frischkäse und noch Gewürze mischen… aber die beste Variante ist und bleibt das einfachste Rezept: Artischocken, Zitronen und ein kleines Bisschen Kräuter.

Zum Rezept: Artischocken-Aufstrich

3- Leberwurst selber machen

Diese Leberwurst ist eigentlich sehr einfach zuzubereiten, und man kann sie unendlich variieren:

Dieses kleine Leberwurst-Rezept bereite ich oft „auf die schnelle", wenn Gäste unerwartet nach Hause kommen. Es schmeckt am besten frisch, und hält sowieso nur 2 Tagen im Kühlschrank.

Zum Rezept: Leberwurst selber machen

4-Rote-Bete-Aufstrich

Für den Apéritif habe ich Ihr eine (oh Mann! Ich habe gerade wieder davon genascht und es ist absolut der Hammer) einen Brotaufstrich auf Rote Bete Basis und Ziegenfrischkäse.

Zum Rezept: Rote-Bete-Aufstrich (Rillettes de Betterave)

5- Brotaufstrich mit Fisch – frisch und gesund

Brotaufstrich kann auch frisch und gesund sein, wenn er mit Fisch zubereitet wird. Hier ein Rezept für einen gesunden Fischaufstrich.

Zum Rezept: Brotaufstrich mit Fisch – frisch und gesund

6- Mein Aioli Rezept

Kennt ihr dies ganz traditionelles Rezept? Ich habe eine Knoblauchcreme in Erinnerung, zart wie eine Mayonnaise, die man mit Baguette und einer großen Schüssel voller Gemüse und gegartem Fisch verspeisen hatte. Es war alles lecker, aber man brauchte die scharfe Sauce, um den Geschmack des Südens geben zu können.

Zum Rezept: Mein Aioli Rezept

7- Ratatouille-Aufstrich

Ratatouille für den Apperitif? Es geht ganz einfach, wenn man es mit ein bisschen Frischkäse und Piment d’Espelette mixt und würzt.

Zum Rezept: Ratatouille-Aufstrich

8- Anchoiade

Klassisches provenzalisches Rezept: die Anchoiade. Viel Anchovis mit ordentlich Knoblauch, Olivenöl und Petersilie gemixt.

Zum Rezept: Anchoiade

9- Auberginenaufstrich

Kleiner Brotaufstrich mit Sommergemüse. Einfach, lecker und schnell zubereitet.

Zum Rezept: Auberginenaufstrich

10- Gänseleberpastete mit Portwein und Calvadosgelee

Leberpastete kann man mit einfachen Zutaten und wenig Aufwand selbst herstellen. Die Creme ist dann sofort genießbar! Praktisch für den Fernsehenabend.

Zum Rezept: Gänseleberpastete mit Portwein und Calvadosgelee

11-Möhren-Kümmel-Aufstrich zum Apéritif

Zum Apéritif mag ich einfach kleine Brotaufstrich zubereiten, ein Baguette backen und eine gute Flasche Rotwein öffnen. So kann man unkompliziert ein kleines Abendessen bereiten und ich muss nicht stundenlang in der Küche stehen.

Zum Rezept: Möhren-Kümmel-Aufstrich zum Apéritif

12-Krebs-Rillettes mit Zwiebelconfit

Das kennt Ihr doch bestimmt: wenn man richtig Hunger hat und schnell etwas zubereiten muss! Es kann doch nicht immer Nudeln geben, oder?

Dafür nehme ich einfach, was so im Vorratsschrank liegt. Zum Beispiel heute eine Dose Krebsfleisch, die ich mal für ein chinesisches Rezept gekauft, aber bis heute noch nie benutzt habe.

Zum Rezept: Krebs-Rillettes mit Zwiebelconfit

13-Aufstrich mit Sardinen und Limette

Dann zum Thema Aperitif: ich wollte etwas Frisches und nicht zu kompliziert. Kleine Gemüse (Gurken, Möhren und Cherrytomaten) waren schon bereit, aber es fehlte noch etwas Würziges und Frisches dazu. Für einen Sommerabend habe ich mich dann für eine Fischcreme aus Sardinen entschieden.

Zum Rezept: Rillettes de sardines et citron vert (Aufstrich mit Sardinen und Limette)

14-Warmer Camembert mit Cidre und Honig

Bonjour! Wieder Lust auf eine kleine einfache Inspiration für einen französischen Abend? Wie wäre es mit einem warmen Camembert mit Cidre und Honig?

Zum Rezept: Warmer Camembert mit Cidre und Honig (Camembert chaud au cidre et au miel)

15- Zucchini-Haselnuss-Aufstrich

Ich liebe Zucchini! Man kann sie mit so vielen anderen Zutaten mischen… Heute habe ich mich für eine Creme entschieden, die ein bisschen an Pesto erinnert und sie mit Haselnüssen zubereitet.

Zum Rezept: Zucchini-Haselnuss-Aufstrich

16-Rillettes von gegrilltem Hähnchen

Mit Hähnchenfleisch kann man sehr schnell und einfach Rillettes zubereiten. Und mit Rest von Hähnchenbraten, ist es noch besser!

Zum Rezept: Rillettes de poulet rôti (Rillettes von gegrilltem Hähnchen)

17-Munster Creme Rezept (Crème de Munster)

Wie kann man einen leckeren Brotaufstrich mit Weichkäse zubereiten? Ich zeige euch ganz einfach, wie ich es mit einem feinen Munster Käse gezaubert habe. Es funktioniert auch mit Camembert, Maroilles oder Époisses!

Zum Rezept: Munster Creme Rezept (Crème de Munster)

18- Sardinenaufstrich mit Erbsen

Idee zum Aperitif oder als gesund und einfaches Abendbrot: ein Sardinenaufstrich mit Erbsen und kleinen knackigen Stücken Radieschen!

Die letzten Tage haben wir es uns einfach gemacht, mit einem kleinen „Apéro-dinatoire à la française“! Also praktisch beschrieben: Abendbrot mit französischem Flair.

Zum Rezept: Sardinenaufstrich mit Erbsen

19- Vegane Tapenade mit schwarzen Oliven

Ja, es gibt vegetarische oder vegane Tapenade auch in Frankreich, und dort wird es öfter „Olivade“ genannt. Da den Sardellen im Rezept fehlen, ist es mehr eine Olivencreme mit Kapern und Knoblauch. Auch sehr lecker mit einem typischen provenzalischen Geschmack! Kleiner Geheimzutaten: Schwarzer Knoblauch!

Zum Rezept: Vegane Tapenade mit schwarzen Oliven

20- Pissalat Brotaufstrich wie in Nizza

Wer schon einmal in Nizza war, kennt die bekannte Pissadalière: eine Art-Flammkuchen mit vielen Zwiebeln, Anchovis und Oliven. Also wer zu Hause diese Urlaubs-Erinnerung als Brotaufstrich genießen möchte, kann „auf die Schnelle“ diesen Pissalat zubereiten.

Zum Rezept: Pissalat Brotaufstrich wie in Nizza

21-Rillettes du Mans original

Die Rillettes sind so einfach zu kochen, dass ich sicher bin, dass ihr es nie wieder kaufen werdet.

Die Zutaten sind sehr einfach zu finden (quasi in allen deutschen Läden!) und alles, was gebraucht wird, ist eine Kasserolle und Zeit. Es steht also nichts mehr im Weg, um diese klassische französische Spezialität zu kochen.

Zum Rezept: Rillettes du Mans original

22- Erbsenbutter – die unerwartet leckere Alternative zu Kräuterbutter

Als Französin lieben wir den Apéro: da darf einfach nichts fehlen! Und ganz ehrlich: eine einfache Salzbutter ist gut… aber noch besser ist ein selbstgemachter Brotaufstrich wie diese Erbsenbutter.

Zum Rezept: Erbsenbutter – die unerwartet leckere Alternative zu Kräuterbutter

23- Grüner Spargel Aufstrich mit Persillade

Meine Frühlingsküche ist dieses Jahr definitiv grün. Und ich bin wieder da, mit einem leckeren grünen Spargel Aufstrich mit Persillade.

Zum Rezept: Grüner Spargel Aufstrich selber machen – mit Persillade

Hat es dir und deinen Gästen geschmeckt? Dann gib die Quelle gern weiter.

Dieses Gericht stammt aus einem Rezept von
Aurélie Bastian
www.franzoesischkochen.de