

---

Subject: Bratschlauch

Posted by [Tina1100](#) on Fri, 20 May 2005 18:42:22 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich möchte gerne mal mit dem Bratschlauch kochen..... habe ich noch nie gemacht.... kennt sich damit jemand aus?????

Und wo bekomme ich einige Rezepte dafür.....

Habe gehört diese Art zu kochen soll sehr gesund sein und abnehmtauglich.....

LG

Tina

---

---

Subject: Re: Bratschlauch

Posted by [Anna](#) on Fri, 20 May 2005 20:13:37 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also das einzige, was ich im Zusammenhang damit gehört habe, ist, dass der Backofen sauber bleibt. Aber wenn man damit gesunde Sachen machen kann, bin ich natürlich auch interessiert an Ideen und Erfahrungen.

---

---

Subject: Re: Bratschlauch

Posted by [osso](#) on Fri, 20 May 2005 20:15:50 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich hab zwar keine Ahnung, aber das ich gerade alles mögliche mit Spargel ausprobieren, würde ich das auch mal im Bratschlauch probieren. Wenn das Ding dicht ist könnte man den Spargel darin im eigenen Saft dünsten/schmoren.

Wie gesagt mur mal sone Idee

---

---

Subject: Re: Bratschlauch

Posted by ["Movie-maker"](#) on Fri, 20 May 2005 20:25:29 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also, ich habe mal vor Jahren etwas im Bratschlauch gemacht und kann sagen, daß er dicht ist und hält ... und man kann (meiner Meinung nach) alles darin fettarm garen (im eigenen Saft sozusagen)!

Ich denke mal da muß man ein bißchen probieren!

Vielleicht findet man ja auch was im I-Net unter Bratschlauch !?!

Ich werde morgen mal kucken, denn jetzt gehe ich ins Bett!

Ich wünsche eine gute Nacht!

---

---

Subject: Re: Bratschlauch

Posted by [hardy](#) on Fri, 20 May 2005 21:32:43 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Grundinformationen (aber nicht sehr weitreichend unter [www.toppits.de](http://www.toppits.de), die Rezepte auf der Seite kann man eben nicht unter dem Aspekt "Bratschlauch" durchsuchen)

Für mich immer eher ein Ersatz für nicht vorhandene "Auflaufformen" mit Deckel in der entsprechenden Größe, aber für das Servieren halt wesentlich umständlicher. Allerdings spart man sich das Erhitzen des Gefäßes, also ca. 5min Garzeit gespart.

Aber wenn man nicht das Sammelsurium an entsprechenden backofengeeigneten Gefäßen hat, sicher ein Hilfsmittel zum "Garen im eigenen Saft".

Vor Monaten habe ich mal Folgendes (nachdem ich beim Arzt in einer Brigitte ein Rezept gelesen hatte) folgendes gemacht:

1TL ketchup, 1TL Worcestersauce, 1TL Honig, 1TL Sojasauce mit etwas gehacktem Rosmarin und Pfeffer verrühren,

1 Hähnchenbrust damit einstreichen und etwas liegen lassen (über Nacht?)

In einen Bratschlauch dann

150g grüne Bohnen (TK)

150g Kartoffeln (geschält, in Spalten geschnitten, Anhaltspunkt: 3 Stück achteln)

100g Zwiebeln (je nach Größe, in Spalten)

geben,

Hühnerbrust darauf,

zwei EL Wasser dazu,

Schlauch verschließen,

Für ca.35 min in den vorgeheizten Backofen (Umluft 170°, sonst 190°) garen.

Im Original war es glaube ich Hähnchenkeule.

---

Subject: Re: Bratschlauch

Posted by [Tina1100](#) on Sat, 28 May 2005 05:54:06 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Guten Morgen.....

Erstmal danke für Eure tips..... Werde heute Mittag einfach mal etwas ausprobieren..... mal schauen was ich so zaubern kann

Werde mir jedenfalls mühe geben.....

LG

Tina

---

---

Subject: Re: Bratschlauch

Posted by [Tina1100](#) on Sun, 05 Jun 2005 15:31:15 GMT

So hier mal ein Rezept.....

Rotbarschfilet.....

3 St. Rotbarschfilet

1 Zitrone

Salz, Pfeffer, Kräuter der Provence

4 Tomaten

1 Zwiebel

1 kleingedrückte Knoblauchzehe

10g Kräuterbutter

Zubereitung:

Rotbarschfilet mit reichlich Zitronensaft beträufeln, salzen und pfeffern. Tomaten in kleine Würfel schneiden, Zwiebel kleinhacken

Bratfolie zuschneiden und die Fischfilets hineinschieben.

Das Gemüse mit dem Knoblauch über den Fisch geben und mit Kräutern

bestreuen.....kräuterbutter noch bei legen und verschliessen..... Folie 3xeinstecken und dann in den Backofen schieben

Umluft. 180°C

Bratzeit ca 30min

Schmeckt echt lecker.....

Aber habe festgestellt das man das genauso gut in einer Auflaufform machen kann

LG

Tina

---

---

Subject: Re: Bratschlauch

Posted by [perdia](#) on Mon, 06 Jun 2005 08:48:15 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hmm, ich weiß ich bin zu spät,  
aber ich mach zur Zeit recht viel im Bratschlauch.

Mir gefällt, dass man dann keine Auflaufform spülen muß,  
dass der Eigengeschmack der Speisen sehr intensiv wird.  
Einfach eine praktische Geschichte.

Schweinebraten:

Schweinebraten (nur leicht) salzen und pfeffern,  
Zwiebeln, Knoblauch, Tomate und Majoran (frisch)  
mit in den Schlauch, 1 EL Wasser rein und losgehts,  
dazu gibts dann halt die üblichen Beilagen

Liebe Grüße

Perdia

---

---

Subject: Re: Bratschlauch  
Posted by [TeeJunkie](#) on Tue, 07 Jun 2005 08:08:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Geht auch toll mit Reh oder Hirsch... irgendwann kommt wieder die Wildsaison am besten dann mit getrockneten Beeren und Lorbeer!

---

Subject: Re: Bratschlauch  
Posted by [Tina1100](#) on Wed, 08 Jun 2005 16:36:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

perdia schrieb am Mon, 06 Juni 2005 10:48  
Mir gefällt, dass man dann keine Auflaufform spülen muß,

Na da gehöre ich zu den glücklichen die eine Spülmaschine habe.... So das ich damit keine Prob habe.....  
Werde dein Rezept mal ausprobieren.....hört sich gut an....

LG  
Tina

---

Subject: Re: Bratschlauch  
Posted by [Candy](#) on Fri, 19 Aug 2005 17:43:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Dieses Thema ist einer der Gründe, warum ich mich angemeldet habe. Folgendes Rezept für euch:

Seezungenröllchen auf Möhren-Orangen-Kompott

Zutaten:

5 Orangen  
1 Schalotte  
250 g Möhren  
250 g Frischer Spinat  
100 g Geriebener junger Gouda  
2 El. Creme fraiche  
Jodsalz  
12 Seezungenfilets; a 50g  
3 Stiele Petersilie  
Holzspiesschen  
Brat-Schlauch

Zubereitung:

Drei Orangen schälen und in Scheiben schneiden; die zwei anderen Orangen auspressen. Schalotte pellen und würfeln. Möhren schälen, in 4 cm lange Stücke und dann in feine Streifen schneiden. Spinat putzen und gründlich waschen.

Fuer die Füllung Spinat in kochendem Wasser eine Minute blanchieren und danach mit Gouda, Creme fraiche und Schalottenwürfeln vermischen und salzen. Seezungenröllchen abspülen, trockentupfen, mit etwas Orangensaft beträufeln und salzen. Dann die Filets mit der Hautseite nach oben auf eine Arbeitsfläche legen. Füllung darauf verteilen, glattstreichen und die Filets vorsichtig aufrollen. Eventuell mit Holzspiesschen feststecken.

Rost aus dem Ofen nehmen und den Backofen vorheizen. (E: 200 Grad C/ Gas: 3) Brat-Schlauch ca. 40 cm abschneiden. Eine Seite mit einem Clip nach Packungsanweisung verschliessen. Schlauchhülle mit der gespreizten Hand weit öffnen, damit Luft hineinkommt und auf den kalten Bratenrost legen. Orangenscheiben, restlichen Saft und Möhrenstreifen hineingeben und die gefüllten Seezungenröllchen daraufsetzen. Zweite Seite des Bratschlauchs verschliessen. Bratschlauch mit einer dünnen Nadel dreimal einstechen, dann 15 Minuten im Backofen garen. Während des Garens darf der Bratschlauch die heissen Backofenwaende nicht berühren.

Inzwischen Petersilie grob hacken. Bratschlauch oben mit einer Schere rundherum aufschneiden. Seezungenröllchen und Möhren-Orangenkompott vorsichtig herausnehmen, auf Tellern anrichten und mit der gehackten Petersilie bestreuen.

Dazu schmeckt ganz besonders gut Wildreis.

Pro Person ca. : 357 kcal

Pro Person ca. : 1496 kJoule

Eiweiss : 37 Gramm

Fett : 14 Gramm

Kohlenhydrate : 19 Gramm

Ich wünsche gutes Gelingen und guten Appetit![/FONT]

---