

# Gefüllter Fenchel mit gegrillter Aubergine

Sicherlich eine sehr selten gewählte Art, Fenchel zuzubereiten. Denn ich wähle eine große Fenchelknolle. Und verwende nur die beiden äußersten, großen Schalen, die ich mit Hackfleisch fülle.

Für die Füllung verwende ich klassisch wie für Frikadellen einfach Hackfleisch, Schalotte, Lauchzwiebel, Knoblauch und Ei. Gewürzt mit Salz, Pfeffer, Paprika und Zucker.

Und als Beilage wähle ich eine Aubergine, die ich putze, quer in Scheiben schneide und diese dann in einer Grill-Pfanne mit ausreichend Fett auf jeweils beiden Seiten kross anbrate, damit man schöne Röstaromen erhält.

Ehrlich gesagt gelingt das Gericht gut und schmeckt. Aber es ist nichts Außergewöhnliches und sicherlich bereite ich es nicht so schnell nochmals zu.

[amd-zlrecipe-recipe:928]

---

## Haschee und Maultaschen

Bei diesem Rezept treffen sich zwei Welten.

Einmal die europäische oder besser gesagt deutsche Welt mit schwäbischen Maultaschen.

Dann die arabische und asiatische Welt mit dem Haschee, das

ich mit Baharat, Ingwer und Curry würze.

Die Maultaschen, als Convenience-Produkt, gelingen natürlich gut und lecker.

Und das Haschee natürlich auch, es hat aufgrund der verschiedenen Gewürze doch einen sehr leckeren und interessanten Geschmack.

[amd-zlrecipe-recipe:552]

---

## **Frikadellen und Efiche tricolore mit Curry-Sauce**

Einfache, klassische Frikadellen.

Mit einer kleinen Portion Pasta als Beilage.

Dazu eine würzige Curry-Sauce. Zubereitet aus Sahne, etwas Paprika und viel Curry-Pulver.

[amd-zlrecipe-recipe:541][amd-zlrecipe-recipe:541]

---

## **Hackfleisch-Gemüse-Teller**

Mir hat die vor einigen Tagen bei einem asiatischen Rezept verwendete Chili-Sauce mit Kokos sehr gut geschmeckt.

Daher dachte ich, einfach ein weiteres Gericht mit dieser Chili-Sauce zuzubereiten.

Ich wählte ein eher deutsches Pfannen-Gericht, für das ich Hackfleisch und diverse Gemüsesorten verwende.

Man braucht das Gericht nicht weiter würzen, die Chili-Sauce bringt genügend Würze mit.

Eigentlich ist es ein Pfannen-Gericht, das man aus der Pfanne essen sollte. Ich habe es der Einfachheit halber jedoch auf Tellern serviert.

[amd-zlrecipe-recipe:502]

---

## Haschee mit Wirsinggemüse

Hier habe ich mir es sehr einfach gemacht.

Ein Gericht mit sehr wenig Zutaten. Und das Hackfleisch würze ich sozusagen einfach mit einem selbst zubereiteten Fleischfond, den ich eingefroren hatte.

Eigentlich ein Rezept, das nicht der Rede wert ist.

Zum Haschee gibt es ein einfaches Wirsinggemüse. Passend zu den fast schon winterlichen Temperaturen.

Einfach. Aber trotzdem lecker.

[amd-zlrecipe-recipe:478]

---

# Frikadellen mit Gnocchi in Smoker-Sauce

Ein einfaches Gericht. Schnell zubereitet.

Ich bereite die Frikadellen frisch aus Hackfleisch, Schalotten und Knoblauch zu.

Bei den Gnocchi greife ich auf frische Gnocchi aus der Packung zurück. Also ein Convenience-Produkt.

Das Gericht bekommt seinen besonderen Geschmack durch die Verwendung einer rauchigen Smoker-Sauce. Sie schmeckt sehr lecker und gibt den Frikadellen und den Gnocchi einen besonderen Geschmack.

[amd-zlrecipe-recipe:416]

---

# Haschee mit Bohnen und Salzkartoffeln

Bestimmte Gerichte, die Kindheitserinnerungen hervorrufen, wird sicherlich jeder haben.

Bei mir ist es unter anderem dieses einfache Gericht mit drei Hauptzutaten.

Ein leckeres Haschee, zubereitet nur aus Rindfleisch, verfeinert mit einem Sößchen, das ich aus einem Schuss Rießling bilde. Dazu Salzkartoffeln. Und Schnittbohnen, die ich mit etwas getrocknetem Bohnenkraut verfeinere.

Dieses Gericht stand auf der monatlichen Speisenliste meiner Mutter und gab es somit alle paar Wochen, als ich ein Kind war.

Zugegebenerweise wird meine Mutter dieses Gericht für mich und meinen Bruder sicherlich nicht mit einem Wein-Sößchen zubereitet haben. Aber lecker war es dennoch.

[amd-zlrecipe-recipe:391]

---

## **Haschee in Soja-Sauce mit Vollkorn Pennette Rigate**

Dieses Mal ein einfaches Hackfleisch-Gericht. Gemischtes Hackfleisch, angebraten mit kleingeschnittener Zwiebel und Knoblauch.

Die Sauce bereite ich mit dunkler Soja-Sauce zu. Und verlängere sie ein wenig mit Wasser.

Als Beilage wähle ich Vollkorn Pennette Rigate.

Ich garniere das Gericht noch mit frischer, kleingewiegter Petersilie.

[amd-zlrecipe-recipe:302]

---

# Frikadellen, Bratkartoffeln und Rahmspinat

Hausmannskost.

Firkadellen aus gemischtem Hackfleisch, zusätzlich Eier, Zwiebeln und Semmelbrösel. Gewürzt mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

Bratkartoffeln, wie man sie einfach zubereitet. Gegarte Kartoffeln, in dünne Scheiben geschnitten, in Öl gebraten und mit Salz und Pfeffer gewürzt.

Und Rahmspinat, hier ein Convenience-Produkt, also Tiefkühlware. Garniert mit einem Schuss Sahne. Sozusagen mit dem Blubb, wie man es aus der Werbung kennt.

[amd-zlrecipe-recipe:289]

---

## Hackfleischbällchen in scharfem Tomaten-Sugo mit Pasta

Diesmal knusprige Bällchen, die ich aus Hackfleisch, geriebenem Gouda, zerkleinertem Mozzarella, Semmelbrösel und Ei mische und forme. Gewürzt wird mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

Das Tomaten-Sugo bereite ich aus Schalotte, Knoblauch,

Lauchzwiebel, Champignons, Chili-Schoten und Tomatenmark zu. Aufgefüllt wird mit etwas Wasser. Die Gewürze sind die gleichen wie bei den Hackfleischbällchen.

Die Chili-Schoten sorgen für eine ordentliche Schärfe im Sugo.

Dazu gibt es endlich einmal wieder Pasta als Beilage.

[amd-zlrecipe-recipe:239]

---

## **Gefüllte Frikadellen**

Ich bereite recht große Frikadellen zu, die ich mit einigen Zutaten fülle.

Eine Frikadelle ist ausreichend für eine Person, da ich pro Frikadelle 250 g Hackfleisch verwende.

Dazu bilde ich ein Sößchen mit einem Schuss Soave.

[amd-zlrecipe-recipe:225]

---

**Hackfleisch-Topf** **mit**

# Kartoffeln und Sauerkirschen



Leckerer Topf

Ich bereite eine Art Eintopf mit Hackfleisch zu. Dazu verwende ich noch Kartoffelwürfel und gebe kurz vor Ende der Garzeit noch Sauerkirschen hinzu.

Die Brühe bereite ich aus Chianti und ein wenig Saft der Sauerkirschen zu.

Ich lehne mich bei der Brühe an die Zubereitung von Chili con carne an und verwende die meisten der dabei verwendeten Gewürze wie Kreuzkümmel, Paprikapulver, Cayenne-Pfeffer, Koriander, Ingwer und Thymian.

## **Zutaten für 3–4 Personen:**

- 250 g Hackfleisch
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen



- 1 Lauchzwiebel
- 2 Peperoni
- 2 Tomaten
- 1/2 Paprika
- 2 große Kartoffeln
- 1 Wurzel
- 2 EL Sauerkirschen (Glas)
- 0,75 l Chianti
- 50 ml Sauerkirsch-Saft
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- süßes Paprikapulver
- Cayenne-Pfeffer
- gemahlener Koriander
- Ingwerpulver
- 1/2 TL Thymian
- 3 Lorbeerblätter
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Öl

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 30 Min.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel und Peperoni putzen und quer in Ringe schneiden. Strunk der Tomaten entfernen und diese in grobe Stücke schneiden. Paprika putzen und ebenfalls in grobe Stücke schneiden. Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Wurzel putzen, schälen und auf einer Küchenreibe grob reiben.

Öl in einem Topf erhitzen und Hackfleisch, Zwiebel, Knoblauch und Lauchzwiebel darin anbraten. Tomaten, Paprika, Peperoni und Wurzel dazugeben und mit anbraten. Mit dem Chianti ablöschen. Sauerkirschsaft hinzugeben. Mit Kreuzkümmel, Paprikapulver, Cayenne-Pfeffer, Koriander, Ingwer, Thymian, Salz und Pfeffer würzen. Eine Prise Zucker dazugeben. Lorbeerblätter hinzugeben. Alles verrühren und 15 Minuten köcheln lassen. Auf 2/3 der ursprünglichen Menge der

Flüssigkeit reduzieren. 10 Minuten vor Ende der Garzeit Kartoffeln dazugeben und mit garen. Kurz vor Ende der Garzeit Sauerkirschen dazugeben und nur noch kurz miterhitzen. Lorbeerblätter entfernen. Brühe abschmecken.

Hackfleisch-Topf in zwei tiefe Teller geben und servieren.