

Überbackene Bratwurst-Pfifferlinge-Speck-Pfanne mit Chiabatta



Die Bratwurst-Pfifferlinge-Speck-Panne mit Käse, mit Oregano garniert

Die Idee zu diesem Gericht hatte ich schon lange. Und die Zutaten dazu auch. Sie halten sich ja relativ lange im Kühlschrank. Nur hatte ich immer Bedenken, dass dieses Gericht aus Wurst, Speck und Käse zu mächtig und zu fett und schlecht zu verdauen wäre. Dem war jedoch nicht so, wie ich feststellen musste. Ich konnte sogar auf mein Fläschchen mit 4 cl Jägermeister zum Verdauen verzichten.

Zutaten (für 2 Personen):

- 400 g Geflügelbratwurst (5 Stück)
- 150 g Pfifferlinge (Dose)
- 75 g gewürfelten Katenschinken
- 150 g geriebenen Hartkäse (Goudamer und Emmentaler)

- Olivenöl
- einige Zweige frischer Oregano

Zubereitungszeit: ca. 15 Min.

Wussten Sie, dass gekaufte Bratwürste meistens schon vorgegart sind, so dass man sie in der Pfanne nur einige Minuten von jeder Seite anbraten muss, damit sie angebraten und heiß sind und man sie verzehren kann? Im Grund könnte man sie auch roh verzehren, weil sie schon gegart wurden. Normale, ganz frische Bratwürste muss man deswegen meistens sehr lang und sorgsam von allen Seiten anbraten, damit sie zum einen durchgegart und zum anderen braun und kross angebraten sind.



Bratwürste, Pfifferlinge und Speck in der Pfanne, mit Käse überbacken

Die Bratwürste in dünne Scheiben schneiden. Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und die Bratwurstscheiben für einige Minuten darin anbraten. Die Pfifferlinge aus der Dose hinzugeben und ebenfalls anbraten. Dann den Katenschinken hinzugeben und auch anbraten. Gewürzt werden muss das Ganze nicht, die Zutaten bringen genügend Würze mit. Dann mit dem

geriebenen Käse überstreuen und mit zugedeckter Pfanne bei geringer Hitze noch einige Minuten braten lassen, bis der Käse ganz zerlaufen ist.

Auf zwei großen Tellern servieren und mit kleingeschnittenem, frischen Oregano garnieren. Dazu Chiabatta reichen.

Pilzpfanne



Pilzpfanne mit gemischten Pilzen, Gemüse, Eiern und Kräutern

Ein einfaches Rezept, das vermutlich eines der schnellsten von mir ist und eher der Resteverwertung dient. Vielleicht haben Sie von einem anderen Gericht noch Pilze übrig. Eier hat man eigentlich immer in der Küche. Und die anderen Zutaten sollten auch im Gemüsefach vorhanden sein, dazu einige frische Kräuter, die Sie auch gern variieren können, wenn Sie die aufgeführten nicht vorrätig haben. Das Rezept ist für zwei

Personen.

Zutaten:

- 500 g gemischte frische Pilze, z.B. chinesische Stockschwämmchen, Reisstrohpilze, Austernpilze, Steinpilze, Pfifferlinge, Champignons (bei Bedarf aus dem Glas oder der Dose)
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln
- einige Zweige frischer Thymian
- 2 Zweige frischer Rosmarin
- 6 Blätter frischer Salbei
- 4–5 Eier
- Salz
- Pfeffer
- Butter
- Parmesan
- Schnittlauch

Zubereitungszeit: 30 Min.



Kleingeschnittene Zwiebeln, Knoblauch und Lauchzwiebeln

Schälen Sie die Zwiebeln und Knoblauchzehen und schneiden sie mit den Lauchzwiebeln klein.



Gemischte Pilze

Braten Sie die Pilze in einer Pfanne mit Butter für 10–15 Minuten an, damit sie etwas braun werden. Nehmen Sie sie aus der Pfanne heraus und stellen sie warm. Dann geben Sie das Gemüse in die Pfanne und braten es ebenfalls braun an. Geben Sie dann die Pilze hinzu. Geben Sie die kleingeschnittenen Kräuter hinzu. Dann würzen Sie alles mit Salz und Pfeffer und lassen alles einige Minuten köcheln.



Pilz-Gemüse-Mischung mit Kräutern

Dann geben Sie die Eier, die sie in einer Schüssel verquirlt haben, hinzu, garen alles ein wenig und vermischen es. Nochmals nachwürzen.

Auf je einem Teller anrichten, kleingeschnittenen Parmesan und Schnittlauch darüber geben.

Ein unspektuläres Rezept: Pfannengericht



Pfannengericht mit Gemüse, Speck, Tofu und Spiegeleiern

Einfach. Unspektakulär. Schnell. Und hei, Vegetarier: Lasst Ihr den Speck weg, habt ihr ein vegetarisches Gericht!

Zutaten:

150 g Speck

175 g Tofu

$\frac{1}{2}$ Gemüsezwiebel

2 Lauchzwiebeln

1 kleine Stange Lauch

6 Knoblauchzehen

2 kleine, grüne Chilischoten (für noch mehr Schärfe nehmen Sie vier Chilischoten)

2 Eier

Olivenöl

Salz
Pfeffer
Koriander

Zubereitungszeit: 30 Min.

Den Speck und Tofu klein schneiden. Beiseite stellen.

Die Gemüsezwiebel, Lauchzwiebeln, Knoblauch, Lauch und Chilischoten ebenfalls klein schneiden. Auch beiseite stellen.

Um den Geschmack des Gemüses besser zu erhalten, dieses im Wok garen. Olivenöl im Wok erhitzen, Gemüse hinzugeben, einige Minuten pfannenrühren, herausnehmen und warmstellen. Dann den Speck zusammen (!) mit dem Tofu in den Wok geben und ebenfalls kräftig anbraten.

Nebenbei in einer normalen Pfanne zwei Spiegeleier braten.

Gegartes Gemüse auf einen Teller geben, dann Speck und Tofu darauf und die beiden Spiegeleier oben auflegen. Mit frisch gemahlenem Salz, Pfeffer und Koriander würzen. Einfach. Unspektakulär. Schnell. ;-)

Wozu ich keine Zeit mehr hatte: Wenn Sie das Gemüse oder Speck/Tofu anbraten, können Sie ein leckeres Sößchen dazu machen, indem Sie einfach mit Weißwein und/oder Sahne ablöschen, ein wenig Gemüsefond hinzugeben und dies entsprechend nach Ihrem Geschmack würzen. Gegebenenfalls können Sie dazu Gemüse und Speck/Tofu nach dem jeweiligen Garen zusammen nochmals in den Wok geben, erhitzen und dann erst die Sauce zubereiten.