

Spargel, Kartoffeln und Käse-Sahne-Sauce

Das dürfte vermutlich das letzte Mal in diesem Jahr sein, dass ich Spargel zubereite. Die Saison ist bald zuende.

Ich bereite die Spargel klassisch mit Kartoffeln zu. Und dazu gibt es eine weiße Sauce aus Kochwasser, Mozzarella, saurer Sahne und einigen Gewürzen.

Ich habe für die Zubereitung von Spargel, Kartoffeln und Sauce eine eigene Herangehensweise entwickelt. Zuerst schäle ich Kartoffeln und gare sie in einem großen Topf mit leicht gesalzenem Wasser. Dann nehme ich sie heraus und halte sie warm. Dann gebe ich geschälte Spargel mit den Enden und Schalen in das gleiche Kochwasser und gare sie. Dann nehme ich nur die Spargel heraus und halte sie ebenfalls warm. Schließlich reduziere ich das Kochwasser mit den Spargelschalen noch etwas, so dass ich etwa 100 ml der Flüssigkeit übrig habe. Dann nehme ich die Schalen heraus und bereite mit dieser Flüssigkeit die Sauce mit Käse und Sahne zu. Das Prinzip ist einfach dieses, dass ich in der Sauce dann Kartoffel- und Spargel-Aroma habe.

Die Sauce wird leider etwas kriselig, da sich der Mozzarella doch leider nicht wie erwartet schön auflöst. Es sollte eigentlich eine sämige, dickflüssige Sauce werden. Aber sie wird dann mit der zugegebenen sauren Sahne doch leicht dünnflüssig.

Anyway, die Sauce schmeckt sehr gut. Sie hätte sogar noch etwas frisch geriebenen Muskat vertragen.

[amd-zlrecipe-recipe:696]

Champignons und Bratkartoffeln

Eigentlich sagt man bei Bratkartoffeln wie auch Anderem, das man in Fett anbrät und das Röststoffe enthält, dass man eigentlich nichts dazu zubereiten soll, das eine Sauce enthält. Denn die Sauce macht das Angebratene weich und man hat keine knusprigen und krossen Röststoffe mehr.

Aber davon bin ich bei diesem Gericht einfach einmal abgewichen und habe Champignons mit viel Schmand und einem Schuss Weißwein zubereitet, damit ich damit eine schlotzige Sauce erhalte.

Und das Ganze passt auch zu den krossen und knusprigen Bratkartoffeln, denn diese gebe ich als Beilage dazu und gebe die Sauce der Champignons auch nicht über die Bratkartoffeln.

Quot erat demonstrandum.

[amd-zlrecipe-recipe:691]

Gemüse und Basmati-Reis in Cognac-Sauce

Hier bereite ich ein vegetarisches Gericht zu.

Mit verschiedenen Gemüse-Sorten. Und weißen Champignons.

Als Beilage verwende ich Basmati-Reis.

Ich bilde die Sauce mit Cognac. Diesen würze ich mit edelsüßem Paprika-Pulver, Salz, Pfeffer und einigen Prisen Zucker. Der Cognac-Geschmack verträgt viel Zucker. Und ich binde dann die Sauce zum Schluss mit einer großen Portion kalter Butter ab.

Fertig ist ein leckeres, vegetarisches Gericht.

[amd-zlrecipe-recipe:679]

Romanesco-Ragout und Penne Rigate

Also dieses Ragout mit Gemüse, das dieses Gericht auch vegetarisch macht, hat mir im Gegensatz zum Ragout mit Spargel wirklich gut geschmeckt.

Die Sauce war würzig und der Romanesco knackig.

Romanesco ist eine Zuchtart des Blumenkohl und ist grüner Blumenkohl.

Ich habe ihn in kleine Röschen geschnitten und auch den Strunk verarbeitet.

Angebraten mit Schalotten und Knoblauch in Butter, dann Mehl mit in der Butter angebraten und mit Wasser abgelöscht, um eine Mehlschwitze und somit weiße Sauce zu erstellen. Gewürzt mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und frischem Muskat.

Als Beilage gibt es Penne Rigate.

Lecker!

[amd-zlrecipe-recipe:670]

Spargel-Ragout und Penne Rigate

Es ist das erste Mal, dass ich mit Spargel ein Ragout zubereite. Ich habe mir für dieses Rezept eine Anregung eines Foodblog-Kollegen geholt.

Grüner Spargel hat ja den Vorteil, dass man ihn nicht schälen muss. Einfach nur die holzigen Enden abschneiden.

Für die Sauce bereite ich eine Mehlschwitze zu. Und brate dafür mit den Spargeln zusammen Schalotten und Knoblauch an.

Das Ganze ergibt ein leckeres Gericht. Ich muss allerdings zugeben, ich hatte mir von dem Gericht mehr versprochen. Es war zwar lecker, aber nicht unbedingt überwältigend.

Das nächste Mal also Spargel wieder klassisch mit Sauce Hollandaise, Butter, Schinken oder angebraten in Butter.

[amd-zlrecipe-recipe:669]

Wurzeln-Pastinaken-Klöße mit Parmesan

Ich hatte Wurzeln und Pastinaken gekauft. Und wollte damit etwas Leckeres zubereiten.

Zuerst dachte ich daran, Wurzeln und Pastinaken zu kochen und einen Stampf daraus zuzubereiten. Dann wollte ich den Stampf mit Eiern mischen und Wurzeln-Pastinaken-Omeletts daraus braten. Ich war mir dann aber nicht so sicher, ob die Masse auch richtig abbindet, ich daraus auch Omeletts zubereiten könnte oder ob die Masse zerfällt.

Nun, den Stampf hatte ich schon zubereitet, und ich überlegte dann, eventuell Gnocchis daraus zuzubereiten. Wie ich vor kurzem auch Gnocchis oder Kroketten aus Kartoffeln zubereitet hatte. Man mischt einfach unter die gewürzte Masse Eigelbe, formt Klößchen daraus und lässt sie im siedenden Wasser ziehen.

Nun, gesagt, getan. Ich gab probeweise ein Gnocchi in das siedende Wasser. Dies zerfiel jedoch schnell in seine Einzelteile und somit war diese Möglichkeit einer Zubereitung auch nicht möglich.

Also kam ich schließlich auf die eigentlich letztmögliche Idee, einfach Klöße daraus zuzubereiten.

Ich gab somit zusätzlich zu den schon zum Stampf hinzugegebenen Eigelbe auch die Eiweiße hinzu. Gab dann noch eine Menge Semmelbrösel für Bindung und Stabilität hinzu. Formte Klöße aus der Masse. Und ließ sie etwa 10 Minuten in siedendem Wasser garen.

Ich habe die Klöße dann einfach als vegetarisches Gericht auf zwei Tellern mit frisch geriebenem Parmesan angerichtet.

Es rentiert sich aber auch, gleich eine größere Menge dieser wirklich leckeren Klöße zuzubereiten und sie portionsweise einzufrieren.

Mir hat dieses vegetarische Gericht jedoch einmal gezeigt, dass auch vegetarische Gerichte wirklich lecker und schmackhaft sein können, denn diese Klöße haben zusammen mit dem Parmesan wirklich lecker geschmeckt.

[amd-zlrecipe-recipe:637]

Tofu-Champignon-Pfanne

Ich esse Tofu eigentlich nicht so gern. Er ist selbst relativ geschmacklos und muss daher immer sehr stark gewürzt werden. Bei diesem Rezept bediene ich mich dazu einer dunklen Soja-Sauce.

Tofu wird ja sehr gern von Vegetariern gegessen, sozusagen als Fleisch-Ersatz. Warum er ihnen aber so gut schmeckt, kann ich nicht nachvollziehen. Ich finde, er schmeckt nicht sehr gut.

Nun habe ich hier aber versuchsweise einmal Tofu gekauft. Und bereite ihn natürlich auch zu.

Als weitere Zutat gibt es weiße Champignons, in feine Scheiben geschnitten.

Nichts Besonderes insgesamt, aber doch eine ganze Mahlzeit am Abend vor dem Fernseher.

[amd-zlrecipe-recipe:633]

Pfannkuchen mit Kirsch-Heidelbeere-Marmelade

Noch ein weiteres vegetarisches Rezept.

Ein einfacher Pfannkuchen, zubereitet aus Mehl, Milch und Ei.

Dazu eine ebenfalls einfache Kirsch-Himbeere-Marmelade, die ich über den gebackenen Pfannkuchen auf dem Teller gebe.

Man kann auch anstelle eines Pfannkuchens eine Crêpe zubereiten, dazu macht man einfach den Teig dünnflüssiger und brät diesen dann auch dünner in der Pfanne aus.

[amd-zlrecipe-recipe:607]

Pfannkuchen mit Himbeer-Marmelade

Ein weiteres vegetarisches Rezept.

Ein einfacher Pfannkuchen, zubereitet aus Mehl, Milch und Ei.

Dazu eine ebenfalls einfache Himbeer-Marmelade, die ich über den gebackenen Pfannkuchen auf dem Teller gebe.

Man kann auch anstelle eines Pfannkuchens eine Crêpe zubereiten, dazu macht man einfach den Teig dünnflüssiger und brät diesen dann auch dünner in der Pfanne aus.

[amd-zlrecipe-recipe:606]

Überbackene Chicorée und Jasmin-Reis

Jetzt habe ich in den letzten Tagen überbackenen Romana-Salat zubereitet, und wider Erwarten war das Gericht doch sehr schmackhaft, auch wenn es vegetarisch und somit ohne Fleisch war. Aber der zum Überbacken verwendete Gouda war doch sehr würzig.

Aus diesem Grund habe dieses Gericht sozusagen nochmals nachgekocht, aber mit einem anderen Salat, und zwar Chicorée.

Sonst habe ich an dem Rezept nicht viel verändert.

[amd-zlrecipe-recipe:605]

Überbackene Romana-Salate und Jasmin-Reis

Dunkle Wolken ziehen an meinem Foodblog-Horizont auf. Vier vegetarische Rezepte werden in den kommenden Tagen veröffentlicht. Also vier Tage kein Fleisch. Aber ich habe mir diese Rezepte ausgedacht, also bereite ich die Gerichte auch zu und veröffentliche die jeweiligen Rezepte mit Foodfotos.

Den Anfang mache ich mit überbackenem Romana-Salat.

Dazu halbiere ich einfach Romana-Salat längs, brate die Hälften in Butter an und überbacke sie jeweils mit einer Scheibe Gouda.

Als Beilage wähle ich Jasmin-Reis, für den ich mit den Romana-

Salaten beim Überbacken ein kleines Weißwein-Sößchen zubereite.

Fertig ist das vegetarische Rezept.

Aber eben ohne Fleisch. ☐

Erstaunlicherweise stört dies aber bei diesem Gericht nicht unbedingt, denn der Gouda gibt doch ein sehr würziges und herzhaftes Aroma an die Romana-Salate und die Sauce ab.

Und der Jasmin-Reis hat natürlich den Vorteil, dass er auch ohne oder mit nur wenig Sauce auskommt, denn er bringt selbst einen ausreichenden Geschmack mit.

[amd-zlrecipe-recipe:604]

Gemüse und Wok-Nudeln asiatisch

Dies ist ein vegetarisches Rezept. Und auch asiatisch.

Ich verwende diverse Gemüsesorten, die ich grob zerkleinere.

Dazu Instant-Woknudeln.

Diese Instant-Woknudeln sind eigentlich nicht optimal für ein asiatisches Gericht. Sie sind einerseits optimal, wenn man, wie in meinem Fall, gerade keinen sauberen Topf zur Verfügung hat, um separat Reis für das Gericht zuzubereiten. Dann gibt man eben die Instant-Woknudeln einfach zu den restlichen Zutaten mit viel Flüssigkeit in den Wok und hat somit eine Sättigungs-Zutat. Und sie sind andererseits nicht optimal, weil es eben ein Convenience-Produkt ist, das eben keine gute,

eventuell sogar frische Pasta ist, sondern eben Instant-Nudeln sind, die in drei Minuten gegart sind. Hinzu kommt noch, dass auf diese Weise das schon ein wenig pfannengerührte Gemüse im Wok, das noch sehr knackig und frisch ist, auf diese Weise durch die Instant-Woknudeln weitere drei Minuten gegart wird und somit ein wenig an Knackigkeit verliert.

Außerdem sollte man bei dieser Zubereitung darauf achten, nicht zuviel Fisch-Sauce in den Wok zu geben. Teriyaki-Sauce ist schon würzig genug, und gibt man zuviel Fisch-Sauce hinzu, hat man das Gericht schnell überwürzt.

Das Gericht ist lecker. Aber ich habe einmal mehr wieder festgestellt, ich esse nicht so gern vegetarisch, denn bei diesem Gericht fehlt mir einfach das zusätzliche Fleisch. Eine schöne Entenbrust, in Streifen geschnitten und kross gebraten, würde hierzu sehr gut passen.

[amd-zlrecipe-recipe:597]

Romana bicolore und Pilz-Knoblauch-Rührei

Vegetarisch. Grün. Gesund.

Zwei kleine Romana-Salate, längs aufgeschnitten, in Butter kurz angebraten und dann in Weißwein gedünstet.

Dazu eine kleine Beilage aus Champignons und Shiitake, dazu junger Knoblauch und darüber Rührei.

Die Beilage schmeckt wirklich hervorragend. Die gedünsteten Salate sind aber auch lecker.

[amd-zlrecipe-recipe:588]

Tofu, Champignons, Chinakohl und Jasmin-Reis

Ein vegetarisches Gericht. Und gleichzeitig ein asiatisches Gericht. Das ich selbst kreiert habe. Aber in der einen oder anderen Variation sicherlich auch in einem China-Restaurant zu bekommen ist.

Als Hauptzutat verwende ich gewürzten Tofu, den ich in kleine Stücke schneide.

Dazu als weitere Zutaten weiße Champignons und Chinakohl.

Die Sauce bilde ich aus Hoisin- und Fisch-Sauce.

Und als Beilage gibt es dieses Mal, als Variante zu Mi-Nudeln oder Basmati-Reis, knackigen und nussigen Jasmin-Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:544]

Bratpastinaken und Spiegeleier

Dieses Mal das sicherlich bekannte Gericht mit Spiegeleiern, nur eben nicht mit Bratkartoffeln, sondern mit Bratpastinaken.

Ich habe vor einiger Zeit das erste Mal Bratpastinaken

zubereitet und sie haben mir sehr gut geschmeckt. Fast schon besser als Bratkartoffeln.

Ich gare die geputzten Pastinaken in kochendem Salzwasser, nehme sie heraus, schneide sie quer in Scheiben und brate diese in heißem Fett einige Minuten auf allen Seiten kross an.

Die Pastinaken bringen auch eine gewisse Süße mit.

Dazu einfach jeweils drei Spiegeleier als Beilage.

[amd-zlrecipe-recipe:536]

Bratpaprika - Champignons - Pfanne



Sehr lecker!

Hier ein erneutes vegetarisches Rezept.

Bratpaprika werden gern in Spanien oder Portugal als Tapas, also Vorspeisen, gereicht.

Ich brate die Bratpaprika an, und entferne auch jeweils nicht den Stiel. Und brate noch eine Portion Champignons mit an, die ich nur viertele. Dazu als besonderes Aroma zwei Töpfe Basilikum.

Gewürzt wird nur mit grobem Meersalz.

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Bratpaprika (2 Packungen)
- 300 g weiße Champignons
- 2 Töpfe Basilikum
- grobes Meersalz
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 5–6 Min.

Blätter des Basilikum abzupfen und kleinwiegen.

Champignons vierteln.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen und Bratpaprika darin einige Minuten kross anbraten.

Champignons dazugeben und ebenfalls einige Minuten mit anbraten. Das Gericht ist fertig, wenn die Bratpaprika leicht gebräunt sind und etwas Blasen schlagen.

Basilikum dazugeben und untermischen.

Salzen.

Auf zwei Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!