

# Spargel-Kartoffel-Auflauf

[https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2017/06/video07062017\\_1-1.mp4](https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2017/06/video07062017_1-1.mp4)

Diesmal bereite ich eine Kreation eines Spargel-Gerichts zu.

Ich hatte mir überlegt, dass man abseits der üblichen Zubereitung von Spargel diesen einmal als Auflauf zubereiten kann.

Dazu wähle ich als weitere Hauptzutat Kartoffeln.

Ich gebe einen selbst zubereiteten Gemüfefond darüber.

Und natürlich bekommt der Auflauf eine große Menge an geriebenem Gouda zum Überbacken.

Der Auflauf ist sehr schmackhaft.

*Mein Rat:* Es bietet sich auch noch eine andere Variante eines Spargel-Gerichts an. Man sollte Spargel auch einmal als Eintopf mit Kartoffeln und diversen anderen Gemüsesorten zubereiten. Das ist sicherlich auch sehr schmackhaft.

[amd-zlrecipe-recipe:135]

---

# Fisch-Gemüse-Eintopf

[https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2017/05/vid eo12052017\\_1.mp4](https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2017/05/vid eo12052017_1.mp4)

Dies ist ein Rezept für einen Eintopf, der sich selbst kocht. Man muss tatsächlich alle zugeschnittenen Zutaten nur in den Topf geben, würzen und der Eintopf kocht sich von alleine.

Ich verwende Bio-Kartoffeln und gebe sie mit Schale in den Eintopf.

*Mein Rat:* Man kann die Seelachs-Filets auch erst kurz vor Ende der Garzeit in den Eintopf geben, damit diese sehr zart bleiben. Aber es ist schließlich ein Eintopf, der Fisch soll mitgaren und seinen Geschmack und sein Aroma an die Brühe abgeben. Daher ist es doch besser, die Filets gleich zu Beginn mit hinein zu geben.

[amd-zlrecipe-recipe:96]

---

## Veganer Gemüseteller

[https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2017/05/video05052017\\_2.mp4](https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2017/05/video05052017_2.mp4)

Ein veganes Gericht. Zubereitet aus verschiedenen Gemüsesorten. Und einem braunen Champignon.

Ich schneide Gemüse und Champignon einfach in grobe Stücke. Und frittiere das Gemüse und Champignon etwa 4-5 Minuten in siedendem Fett in der Friteuse.

Ich würze nur mit Salz und Pfeffer.

Fertig ist ein schmackhafter, veganer Gemüseteller. Gut geeignet als Abend-Snack vor dem Fernseher.

[amd-zlrecipe-recipe:69]

---

# Spargelcreme-Suppe

[https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2017/05/video05052017\\_1.mp4](https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2017/05/video05052017_1.mp4)

Eine einfache Spargelcreme-Suppe, zubereitet aus den Schalen und den Spargelenden von einem Pfund Spargel.

Die Suppe ist mir nicht so richtig gelungen. Ich habe das Eigelb, das ich zum Schluss zum Legieren und zum Binden der Suppe in diese einrühre, noch eingerührt, als die Suppe noch zu heiß war. Das Eigelb ist daher in der Suppe ausgeflockt und hat die Suppe nicht gebunden und legiert.

Ich würze die Suppe auch nur mit Salz, Pfeffer und Muskat.

Zum Verfeinern gebe ich noch einige Spritzer Worcestershire-Sauce dazu. Und garniere die Suppe mit frischer, kleingeschnittener Petersilie.

*Mein Rat:* Die Suppe etwas abkühlen lassen, bevor man das Eigelb zum Binden und Legieren unterrührt.

[amd-zlrecipe-recipe:67]

---

# FrISChe Pasta, Teil 3: Geschmälzte Ravioli

[https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2017/04/video13042017\\_2.mp4](https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2017/04/video13042017_2.mp4)

Für dieses Gericht verwende ich die vor kurzem zubereiteten klassischen Ravioli, die ich portionsweise eingefroren habe. Ich brate sie in Butterschmalz an und salze und pfeffere sie. Dann kommt noch frisch geriebener Parmesan darüber. Fertig ist ein ganze Mahlzeit.

[amd-zlrecipe-recipe:49]

---

## Zucchini-Kuchen

[https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2017/04/video11042017\\_1.mp4](https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2017/04/video11042017_1.mp4)

Wie man auch mit bestimmten Gemüsesorten wie Wurzeln oder Kohlrabi einen Rührkuchen zubereiten kann, kann man dies auch mit Zucchini.

Ich habe ein entsprechendes Rezept in meinem Foodblog schon veröffentlicht.

Bei der Zubereitung des Rührteigs wird einfach von der üblichen Menge des für einen Rührteigs zu verwendenden Mehls ein Teil weggelassen und durch die gleiche Menge an fein geriebener Zucchini ersetzt.

Man sollte die geriebene Zucchini­masse gut ausdrücken, damit sie nicht zu feucht ist und somit der Kuchen auch nicht zu feucht wird und an Stabilität und Festigkeit verliert.

Außerdem sollte man den zubereiteten Kuchen relativ schnell verzehren. Da geriebenes Gemüse für den Kuchen als Zutat verwendet wird, fängt der Kuchen relativ schnell an zu schimmeln und ist vermutlich nach wenigen Tagen nicht mehr genießbar.

Der Kuchen ist sehr saftig und aromatisch.

Beim Drehen des Videos ist mir ein Fehler unterlaufen, ich gebe natürlich 250 g Zucker, und kein Mehl, zu den aufgeschlagenen Eiern und rühre beides zusammen schaumig.

[amd-zlrecipe-recipe:48]

---

## Kartoffelpuffer

[https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2017/04/video11042017\\_2.mp4](https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2017/04/video11042017_2.mp4)

Ich bin auf ungewohntem Wege zu einer Packung Kartoffelpufferteig gekommen, 750 g. Da ich zwar sonst nur frische Gerichte zubereite, aber diesen Teig natürlich nicht entsorgen will, bereite ich einfach Kartoffelpuffer damit zu. Und lasse Euch ein wenig an meiner Erfahrung mit diesem Fertigprodukt teilhaben.

Natürlich, der Teig besteht nicht vollständig aus rohen, geriebenen Kartoffeln. Sondern nur zu 90 %. Die restlichen

Zutaten sind Salz, Gewürze und Zucker. Und natürlich noch jede Menge chemische Zutaten, wie Konservierungsmittel, Säuerungsmittel und Antioxidationsmittel. Das war zu erwarten.

Vorzüge dieses Fertiggerichts sind, dass es glutenfrei, lactosefrei und sojafrei ist. Und dass es, verständlicherweise, für Vegetarier und Veganer geeignet ist.

Da es somit sowieso ein Fertigprodukt aus Kartoffeln mit weiteren natürlichen und chemischen Zutaten ist, kann ich auch gern dem Zubereitungstipp auf der Packung folgen und ein Ei und etwas Milch untermischen. Wer möchte, kann die Puffer natürlich auch noch zusätzlich würzen, wie z.B. mit getrocknetem Majoran, Thymian oder Rosmarin. Denn reine Rösti sind diese Puffer aus diesem Teig zubereitet natürlich nicht.

Aber es bleibt die Frage, warum man sich eines solchen Fertigprodukts bedienen soll, wenn es einfacher und gesünder – nämlich ohne chemische Zutaten – einfach frisch geriebene Kartoffeln besser tun?

[amd-zlrecipe-recipe:47]

---

## **Rinder-Rouladen mit Petersilienknödel**

[Spider\_Single\_Video track="35" theme\_id="2" priority="1"]

Ein typisch deutsches, fast schon traditionelles Gericht.

Ich bereite die Rouladen aus Rouladenfleisch zu, das ich mir von meinem Schlachter in der benötigten Form zuschneiden

lasse.

Ich wähle für die Füllung keine traditionellen Zutaten wie Speck, Zwiebeln und Essiggurke. Sondern variiere ein wenig und gebe Silberzwiebeln, Rote-Beete-Kugeln, Lauchzwiebel, Speck und für etwas Schärfe jeweils eine rote Chili-Schote in die Füllung.

Gwürzt wird nur mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer, und natürlich dem unbedingt zu verwendenden Senf.

Bei der zu bereitlebenden Sauce musste ich eine kleine Änderung vornehmen. Ich hatte keinen trockenen Rotwein mehr vorrätig. Also habe ich statt dessen einen Marsala, einen Likörwein, verwendet. Aber auch mit ihm gelingt eine sehr würzige, schmackhafte Sauce.

Als Beilage wähle ich Petersilienknödel, die ich selbst zubereitet und eingefroren hatte.

[amd-zlrecipe-recipe:46]

---

## **Bratwürste mit Bratkartoffeln und Spiegeleiern**

[Spider\_Single\_Video track="33" theme\_id="2" priority="1"]

Ein rustikales Gericht. Einfach Würste mit Eiern und Kartoffeln.

Schnell zubereitet, wenige Zutaten und immer schmackhaft.

Ich bereite die Spiegeleier in zwei Eiern zu, damit das Gericht auch optisch gut aussieht.

[amd-zlrecipe-recipe:45]

---

## **Penne Rigate mit Bihun-Sauce**

[https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2017/04/video01042017\\_1.mp4](https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2017/04/video01042017_1.mp4)

East meets west. Oder Indonesien trifft Italien.

Hier bediene ich mich einer Fertig-Suppe, und zwar einer Bihun-Suppe, die ich etwas zweckentfremde und eine Sauce daraus zubereite. Ich reduziere sie auf etwa die Hälfte der Flüssigkeit, um sie sämiger und vom Geschmack her kräftiger zu machen. Und gebe für etwas Frische einige Zutaten wie Paprika, Zucchini, Schalotte und Knoblauch hinzu.

Für etwas Schärfe sorgen zwei rote Chili-Schoten.

Dazu gibt es als Beilage Penne Rigate.

[amd-zlrecipe-recipe:44]

---

# Spiegeleier mit Bratkartoffeln und Spinat

[Spider\_Single\_Video track="31" theme\_id="1" priority="1"]

Ein fast schon traditionelles, klassisches und fast typisch deutsches Essen. Aber immer wieder sehr schmackhaft.

Meine Mutter hatte dieses Gericht während meiner Kindheit und Jugend auf ihrem monatlichen Zubereitungsplan, so dass es dieses Gericht mindestens einmal im Monat gab. Aber es hat mir auch immer gut geschmeckt.

Für den Spinat verwende ich Rahm-Spinat als Tiefkühl-Ware. Man kann natürlich, wenn jetzt im Frühjahr und Sommer frischer Blattspinat im Discounter oder Supermarkt abgeboten wird, auch diesen verwenden, kleinschneiden, garen und würzen.

Beim Drehen des Videos ist mir leider erneut ein Fehler unterlaufen. Die Digitalkamera ist anscheinend nicht sehr zuverlässig. Der zweite Teil des Videos mit der Präsentation des fertig zubereiteten Gerichts wurde nicht aufgenommen. Man muss also leider für das fertig zubereitete Gericht mit den beiden Fotos in diesem Blogbeitrag vorlieb nehmen.

[amd-zlrecipe-recipe:43]

---

# Schweinebraten mit Tagliatelle in Bratensauce

[Spider\_Single\_Video track="28" theme\_id="1" priority="1"]

Ein Gericht, das ich puristisch auf sehr wenige Zutaten reduziere. Und zwar genau fünf. Ein Schweinebraten, Salz, um ihn zu würzen, Öl, um ihn anzubraten, Bratenfond, um eine Sauce zu bilden und Tagliatelle als Beilage.

Ganz ein Gericht nach dem Motto meines Foodblogs, Nudel, heiss und hos, also Nudeln, Fleisch und Sauce. Mein Lieblingsessen. Leckerer Braten, Tagliatelle und sehr leckere Bratensauce.

Beim Drehen des Videos ist mir erneut ein kleiner Fehler unterlaufen. Der zweite Teil, in dem ich das fertige Gericht präsentiere und auch ein wenig noch erkläre, ist von der Digitalkamera nicht aufgenommen worden. Ich musste auf eine sehr kurze Aufnahme zurückgreifen, die zumindest zeigt, wie das Gericht fertig angerichtet aussieht.

[amd-zlrecipe-recipe:41]

---

## Bratenfond

[Spider\_Single\_Video track="27" theme\_id="7" priority="1"]

Mein Vorrat an Bratenfond war aufgebraucht. Also musste ich mir wieder Fond zubereiten, den ich portionsweise einfriere.

Damit habe ich dann einen Vorrat, der einige Monate reicht und den ich für die diversen Braten- oder Gulasch-Gerichte verwenden kann.

Für die Zubereitung verwende ich Fleisch- und Markknochen und Suppengemüse. Dazu einige Gewürze im Ganzen. Ich lösche natürlich mit Rotwein ab. Und verlängere die Flüssigkeit noch mit Wasser.

Wer möchte, kann für mehr Intensität des Fonds diesen am Schluss auch noch reduzieren.

Preiswert ist es natürlich immer, anstelle von Suppengrün Gemüseabfälle zu verwenden. Man kann diese im Discounter oder Supermarkt meistens kostenlos mitnehmen und das Personal freut sich darüber. Aus dem Grün von Kohlrabi, Schalen von Kohl und Blumenkohl und zerdrückten Tomaten, die die Kunden zurücklassen und in eine Abfalltüte geben, kann man prima einen Fond zubereiten.

[amd-zlrecipe-recipe:40]

---

## Puten-Gulasch mit Pasta

[Spider\_Single\_Video track="26" theme\_id="7" priority="1"]

Ich hatte zwei kleine Putenoberkeulen vorrätig. Und mir fiel plötzlich ein, dass diese ja auch 1-2 Stunden geschmort werden müssen, sie somit Schmorfleisch sind. Und ich dachte mir, dann kann ich eine Putenoberkeule dazu verwenden, um ein Gulasch daraus zu machen.

Also einbeinte ich eine Putenoberkeule und schnitt sie in mundgerechte Stücke.

Man sagt, dass ein gutes Gulasch zu gleichen Teilen aus Fleisch und Zwiebeln besteht. Nun, bei einer Putenoberkeule von 600 g ohne Knochen erschien mir dann der Anteil von Zwiebeln doch etwas zu viel. Also nahm ich die Hälfte des Gewichts an Schalotten, 300 g, das sind immerhin noch 10 Schalotten. Dazu eine Lauchzwiebel und Knoblauch.

Die Sauce bilde ich aus einem Schuss trockenem Rotwein, Fleischfond und gestückelten Tomaten.

Ich würze die Sauce nur mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer. Und gebe für mehr Würze und Geschmack noch Lorbeerblätter, Sternanis, Pimentkörner und Wacholderbeeren im Ganzen hinzu.

Dazu gibt es Pasta als Beilage, je nach der Pastasorte, die man gerade vorrätig hat.

*Mein Rat:* Ich verwende normalerweise selbst zubereiteten, eingefrorenen Fleischfond, hatte jedoch keinen mehr vorrätig. Also wählte ich ein gutes Produkt an Brühwürfeln. Diese kann man, sofern das Produkt qualitativ gut ist, ruhig einmal als Ersatz für eine ganz frische Zutat verwenden.

[amd-zlrecipe-recipe:39]

---

# Obstkuchen

[Spider\_Single\_Video track="24" theme\_id="6" priority="1"]

Kein gewöhnlicher Obstkuchen, den man mit einem Mürbeteig zubereitet, auf den man Apfel-, Orangen- oder Pfirsichspalten legt und so den Teigboden gut bedeckt.

Ich hatte noch drei Äpfel und eine Orange vorrätig. Diese habe ich einfach in kleine Stücke geschnitten und in einen Rührteig gemischt. So erhält man ebenfalls einen fruchtigen Obstkuchen.

*Mein Rat:* Da der Rührkuchen aufgrund des hinzugegebenen Obstes doch eine größere Kuchenmasse hat als ein gewöhnlicher Rührkuchen, kann dieser Kuchen gerne anstelle von 60 Minuten durchaus 1 1/4–1 1/2 Stunden bei 180 Grad Celsius im Backofen verbleiben.

*Noch ein Rat:* Ich gebe etwas Bittermandel-Aroma für mehr Geschmack hinzu.

[amd-zlrecipe-recipe:34]

---

# Fisch-Gemüse-Eintopf

[Spider\_Single\_Video track="23" theme\_id="5" priority="1"]

Dieses Mal bereite ich einen einfachen Eintopf zu, mit Fisch und Gemüse. Für den Fisch verwende ich zwei Seelachs-Filets, hier kann man ruhig auf Tiefkühl-Ware zurückgreifen. Für das Gemüse verwende ich Zucchini, Paprika, Lauch, braune

Champignons, Ingwer, Lauchzwiebel, Zwiebel und Knoblauch.

Ich bereite den Eintopf mit selbst zubereitetem Gemüfefond zu. Und zum Verlängern des Fonds und zur Verfeinerung verwende ich noch etwa trockenen Weißwein.

Ich würze den Eintopf nur mit Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer und zur Besonderheit, weil es ein Fisch-Gemüse-Eintopf ist, mit einer Prise gemahlenem Anis.

*Mein Rat:* Man kann die Filets auch erst 10 Minuten vor Ende der Garzeit hinzugeben, damit sie nicht so sehr zerfallen. Aber sie können im Eintopf auch gern mitgegart werden, etwas zerfallen und so dem Eintopf einen schönen Geschmack verleihen.

[amd-zlrecipe-recipe:33]