

# Schweinecurry mit Basmatireis

Hier ein weiteres Rezept für eine Zubereitung eines Gerichts in der Mikrowelle.

Das Rezept in meinem Kochbuch war zwar als Hähnchencurry konzipiert, aber ich hatte Schweinefleisch vorrätig, das unbedingt verbraucht werden musste. Also habe ich kurzerhand umdisponiert und ein Schweinecurry zubereitet.

Auch das im Rezept genannte Gemüse hatte ich nicht vorrätig, auch hier habe ich solches verwendet, das ich vorrätig hatte.

Kokosmilch habe ich generell fast nie im Haus, so habe ich es durch Sahne ersetzt. Normale Milch würde vermutlich bei der Zubereitung ausflocken.

Und natürlich gehört in ein gutes Curry auch echter Thai-Basilikum, den hatte ich aber auch nicht vorrätig und hätte ich erst im Asia-Geschäft im benachbarten Stadtteil kaufen müssen. Ich habe ihn durch normales Basilikum ersetzt.

Mir ist auch nicht schlüssig, warum das Curry, das doch mit Currypulver und Sojasauce zubereitet wird, vor dem Servieren noch mit Salz und Pfeffer gewürzt werden sollte. Das würde meines Erachtens das Curry doch völlig überwürzen.

Trotz meiner vielen Änderungen ging die Zubereitung in der Mikrowelle schnell. Und das Curry hat sehr gut geschmeckt.

[amd-zlrecipe-recipe:1145]

---

# Schweinegulasch in Schokoladen-Chili-Sauce mit Jasmin-Reis

Hier bereite ich das dritte Gericht in der Mikrowelle zu.

Passend zur schnellen Zubereitung in der Mikrowelle verwende ich dieses Mal für das Gulasch sowohl frisches Schweinefleisch aus dem Schweinenacken. Als auch – womit ich meine Vorräte in der Speisekammer endlich einmal aufbrauchen kann – auch zwei Dosen Gulaschsuppe.

Das Gulasch peppe ich etwas auf mit getrockneten Chilischoten und etwas Schokolade.

Dazu als Beilage zwei Packungen vorgegarter Jasmin-Reis, der in der Mikrowelle in zwei Minuten fertig ist.

[amd-zlrecipe-recipe:1142]

---

## Welsfilet mit Basilikumpesto und Basmatireis

Dies ist das zweite Rezept für die Zubereitung eines Gerichts in der Mikrowelle.

Das gestern zubereitete Gericht, die Terrine, schmeckte zwar gut und war sehr schnell zubereitet, aber sie hatte mich nicht so besonders überzeugt.

Aber dieses Gericht hier hat wirklich sehr gut geschmeckt. Einfach hervorragend.

Das Rezept aus einem meiner Kochbücher enthielt zwar Heilbutt-Filets. Aber diese hatte ich nicht vorrätig. Also habe ich Welsfilets verwendet.

Außerdem war das im Kochbuch aufgeführte Rezept mit einem industriell gefertigten Basilikumpesto. Das mache ich natürlich nicht. Ich bereite das Pesto frisch aus Basilikum und weiteren Zutaten zu.

Außerdem gibt es bei mir auch eine Beilage – anders als im Rezept im Kochbuch. Und zwar Basmatireis. Hierbei verwende ich passend zur schnellen Zubereitung in der Mikrowelle Portionspackungen von vorgegartem Basmatireis. Dies sind dünne Tüten mit 250 g vorgegartem Basmatireis, die jeweils genau für eine Person passen, nur zwei Minuten bei 800 Watt in der Mikrowelle erhitzt werden müssen und dann verspeist werden können. Sehr empfehlenswert!

[amd-zlrecipe-recipe:1141]

---

## **Geflügel-Ragout fin mit Basmatireis**

Ein Rezept für ein feines Ragout fin mit Geflügel, Geflügel-Mägen, Tofu und Champignons.

Ich bilde die Sauce aus Sahne, die ich mit Mehl verdicke. Und gebe für Aroma Weißwein-Essig hinzu.

Für mehr Säure sorgen auch die Kapern aus dem Glas, die ich mit etwas Einlegebrühe hinzugebe.

Als Beilage verwende ich Basmatireis.

[amd-zlrecipe-recipe:1139]

---

## **Gemüse mit Basmati-Reis**

Ein veganes Gericht.

Einfach und schnell zubereitet.

Es schmeckt sehr lecker.

Das Currypulver mit dem Weißwein gibt dem Gericht Schärfe und Geschmack.

[amd-zlrecipe-recipe:1128]

---

## **Nackenbraten in dunkler Sauce mit Basmati-Reis**

Hier ein Rezept für einen leckeren Nackenbraten, den ich in Rotwein 3 1/2 Stunden schmore.

Ich habe einen Teil des Bratens vor einigen Tagen schon einmal

auf die gleiche Weise zubereitet, dabei aber mit Pasta als Beilage. Da das Gericht sehr gut gelungen war, teile ich das Rezept hier aber mit Reis als Beilage nochmals mit.

Der Braten gelingt erwartungsgemäß sehr gut, und man braucht kein Messer, um das Fleisch zu zerteilen.

Leider hat die lange Schmorzeit und das weichgeschmorte Fleisch auch einen Nachteil: Man kann den Braten nicht mehr richtig in Scheiben schneiden und schön anrichten, da er einfach zu sehr zerfällt.

Dazu leckere Basmati-Reis als Beilage.

Und die Sauce mit Tomatenmark, Rotwein und Gewürzen gelingt natürlich hervorragend.

[amd-zlrecipe-recipe:1116]

---

## **Putenfleisch und Champignons in rotem Thai-Curry mit Basmatireis**

Hier lasse ich mich einmal wieder nicht vom Imbiss in meinem Stadtteil bewirten, sondern bewirte mich wieder selbst.

Und bereite mit Putenfleisch und Champignons ein leckeres, würziges Thai-Curry zu.

Für die Sauce verwende ich original asiatisches, rotes Thai-Curry.

Normalerweise gibt man in Thai-Curry eigentlich Kokosmilch zum Verlängern und Binden der Sauce.

Ich habe stattdessen einfach Sahne verwendet.

Als Beilage wähle ich Basmatireis.

[amd-zlrecipe-recipe:1104]

---

## **Hähnchenlebern mit Champignons in Toban-Djan- Sauce mit Basmatireis**

Ein Innereien-Rezept. Das ich ab und zu gerne zubereite.

Ich verwende Hähnchenlebern.

Und dazu noch weiße Champignons.

Ich bilde die Sauce aus einer Toban-Djan-Sauce. Das ist eine asiatische, scharfe Chili-Bohnen-Sauce.

Und verlängere sie mit etwas Wasser.

Dazu gibt es als Beilage Basmatireis.

[amd-zlrecipe-recipe:1102]

---

# Hähnchenbrustfilet in Aprikosen-Chili-Sauce mit Basmatireis

Hier ein neues Rezept für die Zubereitung von Hähnchenbrustfilets.

Ich bereite eine süße Sauce aus gegarten, zerstampften Aprikosen zu. Für Schärfe gebe ich zerkleinerte, getrocknete Chilischoten dazu. Die Sauce wird natürlich noch mit Salz und Pfeffer gewürzt.

Als Beilage wähle ich Basmatireis.

[amd-zlrecipe-recipe:1091]

---

# Überbackene Hähnchenschenkel in Kräuter-Käse-Sauce mit Basmati-Reis

Ein einfaches Gericht. Ich habe Hähnchenschenkel mit Rückenteil verwendet, damit man beim Essen mehr Fleisch zum Verzehren hat.

Die Sauce bilde ich aus trockenem Weißwein, frischen Kräutern

wie Rosmarin, Salbei und Thymian und geriebenem Gouda.

Die Hähnchenschenkel überbacke ich noch ein wenig, indem ich geriebenen Gouda auf sie gebe.

Die Sauce gelingt sehr lecker und schmackhaft.

Als Beilage wähle ich Basmati-Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:294]

---

## **Hähnchenfleisch mit Gemüse asiatisch**

Mein erstes Feiertagsessen, am 1. Weihnachtsfeiertag.

Hähnchenbrustfilets, in kurze Streifen geschnitten. Diverses Gemüse.

Dazu Basmatireis.

Das Gericht schmeckt wundervoll, mit Würze und Salzigkeit von Soja- und Fisch-Sauce.

Rote Peperoni verleihen dem Gericht etwas Schärfe.

Ein hervorragendes Essen für ein Feiertagsmenü.

Es ist zwar ein asiatisches Gericht, ich richte es aber dennoch in tiefen Teller an und serviere es mit Löffeln.



[amd-zlrecipe-recipe:273]

---

## **Leber-Ragout in Rotwein-Sauce mit Basmatireis**

Ein feines Ragout. Mit Schweineleber.

Dazu roter Spitzpaprika, Schalotten, Knoblauch, Lauchzwiebeln und braunen Champignons.

Kurz in Butter gebraten, dann mit einem trockenen Rotwein abgelöscht.

Gewürzt nur mit Salz und Pfeffer.

Dazu als Beilage Basmatireis.

[amd-zlrecipe-recipe:222]

---

**Seelachsfilet mit  
Basmatireis in Tomaten-**

# Sahne-Sauce



Leckeres Fischgericht

Ein einfaches, schnell zubereitetes Gericht.

In Butter gebratene, gesalzene und gepfefferte Seelachsfilets

Als Beilage Basmatireis.

Und als Sauce etwas gestückelte Tomaten in Sauce mit etwas Sahne. Fertig.

## **Zutaten für 2 Personen:**

- 2 Seelachsfilets
- 1 Tasse Basmatireis
- 200 ml gestückelte Tomaten (Dose)
- 100 ml Sahne
- Salz
- Pfeffer

- Butter

**Zubereitungszeit:** 15 Min.

Reis nach Anleitung zubereiten.

Währnddessen Filets auf jeweils beiden Seiten salzen und pfeffern. Butter in einer Pfanne erhitzen und Filets darin auf beiden Seiten jeweils 2–3 Minuten kross anbraten.

Gleichzeitig Tomaten in einem kleinen Topf erhitzen. Sahne dazugeben. Salzen und pfeffern. Verrühren und abschmecken.

Reis auf zwei Tellern anrichten. Jeweils ein Filet dazugeben. Großzügig Sauce über beides verteilen. Servieren.

---

## **Hähnchenlebern mit Gemüse und Bratreis asiatisch**



## Schmackhafte China-Pfanne

Dass ich Hähnchenlebern gerne asiatisch zubereite, ist vermutlich bekannt. Diesmal wähle ich eine neue Variante und bereite sie mit einer Hoisin-Sauce zu. Hoisin-Sauce ist eigentlich die Standard-Sauce für die Zubereitung von Entenbrust, man kann aber auch Hähnchenlebern damit zubereiten.

Als weitere Zutaten wähle ich vier Gemüsesorten, Paprika, Schalotte, Lauchzwiebel und Knoblauch.

Das Basmatireis bereite ich als Bratreis zu.

### **Zutaten für 2 Personen:**

- 400 g Hähnchenlebern
- 2 Paprika
- 4 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 1 Tasse Basmatireis
- 4 EL Hoisin-Sauce

- Salz
- Pfeffer
- Öl

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.

Paprika und Lauchzwiebel putzen und grob zerkleinern. Schalotte und Knoblauchzehen schälen und ebenfalls grob zerkleinern. Hähnchenlebern von Fett befreien und auch grob zerkleinern.

Reis nach Anleitung zubereiten.

Öl in einem Wok erhitzen, Reis hineingeben und einige Minuten anbraten. Reis herausnehmen, auf einen Teller geben und warmhalten.

Nochmals Öl in den Wok geben, Lebern und Gemüse hineingeben und einige Minuten pfannenrühren. Hoisin-Sauce dazugeben. Einen Schuss Wasser hinzugeben. Alles verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.

Reis in eine Schale geben, Lebern und Gemüse mit Sauce darüber geben und mit Stäbchen servieren.

---

## **Hähnchenbrust-Pilz-Ragout in Marsala-Portwein-Sauce mit Basmatireis**





## Geflügel mit Reis

Ein sehr schmackhaftes Ragout, mit kleingeschnittener Hähnchenbrust und Champignons, dazu Basmatireis. Und eine leckere Sauce aus Marsala und Portwein.

Ich verwende diesmal ausnahmsweise Gemüfefond, um die Sauce zu würzen.

Zutaten für 1 Person:

- 200 g Hähnchenbrust
- 4 weiße Champignons
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- Marsala
- Portwein
- 1 TL Gemüfefondpulver
- süßes Paprikapulver
- Salz

- Pfeffer
- Petersilie
- Butter
- 125 g Basmatireis

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 30 Min.

Hähnchenbrust in grobe Stücke zerschneiden. Champignons in Scheiben schneiden. Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und quer in Ringe schneiden. Petersilie kleinwiegen.

Butter in einem kleinen Topf erhitzen und Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel darin anbraten. Hähnchenbrust und Champignons dazugeben und mit anbraten. Mit jeweils einem sehr großen Schuss Marsala und Portwein ablöschen. Gemüfefondpulver dazugeben. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Alles gut verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur 30 Minuten köcheln lassen.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Reis nach Anleitung zubereiten.

Sauce abschmecken. Reis in einen tiefen Teller geben. Ragout mit viel Sauce darüber verteilen, mit Petersilie garnieren und servieren.

---

# Putenbrust asiatisch mit Basmatireis



Leckerer asiatisches Gericht

Putenbrust kann man sehr gut asiatisch im Wok zubereiten. Man gibt einfach noch etwas von dem Gemüse hinzu, das man gerade im Kühlschrank vorrätig hat. Bei mir waren das eine Zwiebel, Lauchzwiebeln und Ingwer.

Gewürzt wird mit Fisch-Sauce, das bei den Asiaten Ersatz für Salz ist, und mit Soja-Sauce, welches Ersatz für Gewürze ist. Ich verlängere die Sauce noch mit einem Schuss Wasser.

Dazu gibt es Basmatireis.

*Mein Rat:* Da es ein asiatisches Gericht ist, sollte man es auch in einer Schale mit Stäbchen essen. Ich habe es jedoch einmal in einem tiefen Pastateller angerichtet und serviert.

### **Zutaten für 1 Person:**

- 200 g Putenbrust
- 3 Lauchzwiebeln
- 1 Zwiebel



- ein großes Stück Ingwer
- 2 EL Fisch-Sauce
- 2 EL helle Soja-Sauce mit Zitronensaft
- 1/2 Tasse Basmatireis

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.

Reis nach Anleitung zubereiten.

Zwiebel schälen und grob zerkleinern. Lauchzwiebeln putzen und ebenfalls in grobe Stücke schneiden. Ingwer schälen und in kurze Stifte schneiden. Putenbrust grob zerkleinern.

Öl in einem Wok erhitzen. Pute und Gemüse hineingeben und einige Minuten pfannenrühren. Fisch- und Soja-Sauce dazugeben. Mit einem Schuss Wasser die Sauce verlängern. Etwas köcheln lassen.

Reis in einen tiefen Pastateller geben und Pute-Gemüse-Mischung mit Sauce darüber geben.