

Minutensteaks mit Champignons



Leckere Steaks mit Pilzen

Etwas wirklich sehr einfaches, das auch noch schnell zubereitet ist. Minutensteaks vom Schweinelachs. Zusammen mit einigen geviertelten Champignons.

Ein kleiner Snack für abends.

Zutaten für 1 Person:

- 400 g Schweinelachs (5 Minutensteaks)
- 3 weiße Champignons
- Salz
- Pfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: 5 Min.

Champignons längs vierteln und längs halbieren.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Champignons einige Minuten darin anbraten. Herausnehmen, auf einen Teller geben, mit Salz und Pfeffer würzen und warmhalten.

Steaks in die Pfanne geben und jeweils auf beiden Seiten etwa zwei Minuten anbraten. Herausnehmen, zu den Pilzen geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Servieren.

Puten-Champignons-Ragout in Cognac-Sauce mit Basmatireis



Ragout mit viel Sauce

Ein Ragout aus Putenfleisch und weißen Champignons zubereitet. Das Ganze mit einer Cognac-Sauce, so dass Fleisch und Champignons auch gleich noch flambiert werden können.

Cognac und Gemüfefond ergeben ein kleines Sößchen.

Und als Beilage wähle ich Basmatireis.

Zutaten für 1 Person:

- 200 g Putenbrust
- 3 große Champignons
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1/2 Tasse Basamtireis
- Cognac
- Gemüsefond
- Salz
- bunter Pfeffer
- Petersilie
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.
Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Champignons in Scheiben schneiden. Putenbrust in grobe Stücke schneiden. Petersilie kleinwiegen.

Reis nach Anleitung zubereiten.

Währenddessen Butter in einem kleinen Topf erhitzen, Schalotte und Knoblauch dazugeben und andünsten. Champignons dazugeben und anbraten. Dann Pute dazugeben und ebenfalls anbraten. Mit einem großen Schuss Cognac ablöschen. Pute und Champignons flambieren. Etwas Fond dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles verrühren und Sauce abschmecken.

Reis in einen tiefen Teller geben und Ragout mit Sauce großzügig darüber verteilen. Mit Petersilie garnieren und servieren.

Pansen-Champignons-Ragout in Béchamel-Sauce mit Bio-Penne Rigate



Leckerer Pansen-gericht mit sehr sämiger Sauce

Auch diesmal gare ich den Pansen erst drei Stunden in Gemüsefond.

Dann schneide ich ihn klein und bereite mit viel Champignons ein Ragout zu.

Für das Ragout bereite ich separat eine Béchamel-Sauce zu, die ich dann zu Pansen und Champignons gebe.

Wer möchte, kann die Sauce zusammen mit dem Anbraten des Pansen und der Champignons zubereiten. Dazu brät man Pansen und Champignons in einer sehr großen Portion Butter an. Man gibt einen gehäuften Esslöffel Mehl hinzu und brät dieses etwas an. Dann löscht man mit einem sehr großen Schuss Milch ab. Und verfeinert die Sauce mit einem ebenfalls sehr großen

Schuss Weißwein.

Das Ragout erinnert sehr stark an ein Geschnetzeltes in einer hellen, sehr sämigen Sauce.

Mein Rat: Damit sich die Aromen besser verbinden, das Ragout eine Stunde köcheln lassen.

Zutaten für 2 Personen:

Für die Béchamel-Sauce:

- [Grundrezept](#)

Für das Ragout:

- 300 g Pansen
- 2 l Gemüsefond
- 150 g weiße Champignons
- 250 g Bio-Penne Rigate

Bei Bedarf:

- 1 gehäufte EL Mehl
- Milch
- trockener Weißwein
- Butter

- Muskat
- süßes Paprika-Pulver
- Salz
- bunter Pfeffer
- Petersilie
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 3 Std. | Garzeit 1 Std.

Fond in einem großen Topf erhitzen. Pansen hineingeben und zugedeckt bei geringer Temperatur 3 Stunden köcheln. Pansen herausnehmen, auf einen Teller geben und abkühlen lassen. In kleine Stücke schneiden.

Champignons in Scheiben schneiden. Petersilie kleinwiegen.

Butter in einem Topf erhitzen und Pansen und Champignons darin anbraten. Béchamel-Sauce dazugeben und alles verrühren. Zugedeckt bei geringer Temperatur eine Stunde köcheln lassen. Alle 15 Minuten mit dem Kochlöffel die Röststoffe vom Topfboden abschaben. Sauce mit geriebenem Muskat, Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Pasta nach Anleitung zubereiten.

Pasta in zwei tiefe Pastateller geben und Ragout großzügig darüber verteilen. Mit Petersilie garnieren und servieren.

Gemüse-Pfanne mit Bulgur



Leckeres, veganes Gericht

Ein in der Pfanne zubereitetes Gemüsegericht, mit Bulgur. Es ist ein veganes Gericht – dann sollte man Margarine zum Anbraten verwenden. Man kann auch alternativ einfach die Gemüsesorten, die der Kühlschrank gerade hergibt, verwenden.

Ungewohnt an diesem Gericht ist vielleicht, dass ich keine abgeriebene Zitronenschale und Zitronensaft verwende, sondern eine halbe Bio-Zitrone kleingeschnitten hinzugebe.

Das Gericht erhält Fruchtigkeit durch Ingwer und Zitrone. Und die Sauce erhält Säure durch ebenfalls Zitrone und auch Weißwein.

Mein Rat: Beim Anrichten ruhig einmal verschiedene Versionen ausprobieren, nicht immer Pasta, Reis oder Bulgur gehäuft in die Mitte und darauf das (Gemüse-)Ragout mit Sauce.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- etwas Ingwer
- 150 g weiße Champignons (etwa 10–12 Stück)
- 150 g Zuckerschoten (etwa 35 Stück)
- 1/2 Bio-Zitrone
- trockener Weißwein
- 1/2 Tasse Bulgur
- scharfes Rosen-Paprikapulver
- gemahlener Bockshornkleesamen
- Salz
- bunter Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.

Schalotte, Knoblauchzehen und Ingwer schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden. Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Zuckerschoten

und Zitrone putzen und kleinschneiden.

Bulgur nach Anleitung zubereiten.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Gemüse darin 5 Minuten kräftig anbraten. Mit Bockshornkleesamen, Paprikapulver, Salz und Pfeffer kräftig würzen. Mit einem Schuss Weißwein ablöschen und ein kleines Sößchen bilden. Sauce abschmecken. Alles verrühren und ein wenig köcheln lassen.

Bulgur kreisförmig außen in einem tiefen Nudelteller anrichten. Gemüse in die Mitte geben. Sauce über den Bulgur geben. Servieren.

Pfannkuchen mit Hackfleisch-Gemüse-Füllung



Leckere Füllung

Dies ist ein einfaches Gericht, das man auch als Vegetarier essen kann, lässt man das Hackfleisch weg.

Ich bereite eine Füllung zu aus Hackfleisch, Paprika, Zuckerschoten, Salatgurken, Champignons, Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel. Ich würze das Ganze kräftig mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer.

Mein Rat: Wenn die Füllmasse etwas zu viel ist, benötigt der gefüllte Pfannkuchen doch einen Zahnstocher zum Zusammenhalten zum Servieren.

Zutaten für 1 Person:

Für den Pfannkuchen:

- 3 gehäufte Esslöffel Mehl
- Milch
- 1 Ei

Für die Füllung:

- 125 g Hackfleisch
- 1/4 rote Paprika
- 5 Zuckerschoten
- 1 1/2 Mini-Salatgurken
- 2–3 weiße Champignons
- 1/2 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 1/2 Lauchzwiebel
- 1 Ei
- scharfes Rosen-Paprikapulver

- Salz
- bunter Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden.

Paprika, Zuckerschoten, Salatgurken, Champignons und Lauchzwiebel putzen und ebenfalls kleinschneiden.

Hackfleisch in eine Schüssel geben. Gemüse dazugeben. Ei aufschlagen und dazugeben. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer kräftig würzen.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Füllung einige Minuten darin anbraten. Herausnehmen, in eine Schüssel geben und warmhalten.

Mehl in eine Schüssel geben. Ei aufschlagen und dazugeben. Einen Schuss Milch dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit dem Schneebesen gut verrühren

Butter in der gleichen Pfanne erhitzen, Pfannkuchenmasse hineingeben und verteilen. Auf jeder Seite einige Minuten anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben. Füllmasse längs in die Mitte geben und Pfannkuchen zusammenklappen. Servieren.

Pizza-Tarte



Schöne, herzhaft Tarte

Dies ist eigentlich DIE Alternative zur Pizza. Eine herzhaft Tarte, zubereitet aus stückigen Tomaten und gebratenen Champignonsscheiben. Mit einer Füllung aus Eiern, Sahne und verschiedenem Käse wie Gouda, Parmesan und Feta. Verfeinert mit getrocknetem Basilikum, Oregano und Thymian.

Für diese Tarte kann ich endlich einmal meinen Bestand an Dosen mit stückigen Tomaten verringern und einige davon verbrauchen. Für die Champignons verwende ich jedoch frische Champignons, die ich in Scheiben schneide und in Butter andünste.

Während des Backens zieht ein aromatischer Duft nach Kräuter der Provence durch die Küche.

Da die Füllung aufgrund der stückigen Tomaten doch etwas flüssig ist, gebe ich 6 Eier in die Füllung, damit sie auch wirklich beim Erkalten erstarrt.

Und da die Füllmasse doch recht groß und die Dicke der Tarte somit recht groß ist, gebe ich der Tarte nicht 30–40 Minuten

im Backofen, sondern wie einem Rührkuchen volle 60 Minuten. Der Hefeteig und die Füllung vertragen dies.

Die Tarte wirklich einige Stunden gut erkalten lassen.

Zutaten:

Für den Hefeteig:

- [Grundrezept](#)

Für die Füllung:

- 480 g stückige Tomaten (Dose)
- 250 g weiße Champignons
- 6 Eier
- 200 ml Sahne
- 75 g geriebener Gouda
- 75 g geriebener Parmesan
- 75 g Feta
- 2 TL getrocknetes Basilikum
- 2 TL getrockneter Oregano
- 2 TL getrockneter Thymian
- Salz
- bunter Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Backzeit 60 Min.

Backofen auf 180 °C Umluft erhitzen.

Eine Spring-Backform einfetten.

Champignons in Scheiben schneiden. Feta in kleine Stücke zerbröseln.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Champignons darin einige Minuten anbraten. Abkühlen lassen.

Eier aufschlagen und in eine Rührschüssel geben. Sahne dazugeben und mit dem Schneebesen gut verquirlen. Gouda,

Parmesan und Feta dazugeben und verrühren. Tomaten und Champignons dazugeben. Ebenfalls Basilikum, Oregano und Thymian dazugeben. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Alles gut verrühren.

Teig in die Backform geben, ausdrücken und einen 5–6 cm hohen Rand ausziehen.

Füllung in den Teig in der Backform geben und verteilen.

Backform auf mittlerer Ebene für 60 Minuten in den Backofen geben.

Backform herausnehmen, Rand der Spring-Backform lösen und Tarte vom Boden der Backform auf ein Kuchengitter geben. Einige Stunden sehr gut abkühlen lassen.

Feta-Oliven-Champignons-Salat



Würziger Salat

Rohe Kost gibt es ja bei mir nur selten. Man braucht auch gute Zähne, um die rohen Zutaten zu zerbeißen. Und der Magen ist eigentlich auch eher darauf vorbereitet, Gegartes zu verarbeiten. Salat kommt mir somit nicht so oft in das Foodblog. Ich bin eher Fleischesser, da ich Fleisch liebe. Und da ich Feta für den Salat verwende, ist es auch nur ein vegetarisches Gericht, kein veganes.

Ich wollte den Salat erst Griechischen Salat nennen, weil einige Zutaten griechischen Ursprungs sind. Aber die Champignons passten dann doch nicht dazu.

Ich mache ihn der Einfachheit halber mit einem Knoblauch-Kräuter-Salat-Dressing an, das auch verbraucht werden muss.

Zutaten:

- 100 g grüne Oliven
- 200 g Feta
- 3 braune Champignons
- 1 Schalotte
- 2 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- Petersilie
- 1/4 Zitrone (Saft)
- Knoblauch-Kräuter-Dressing

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen. Schalotte längs halbieren und quer in halbe Scheiben schneiden. Knoblauch kleinschneiden. Lauchzwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Champignons in Scheiben schneiden. Oliven halbieren. Petersilie kleinwiegen. Alle Zutaten in eine Schüssel geben. Feta darüber bröseln.

Mit etwas Zitronensaft säuern. Salat-Dressing darüber geben.

Alles gut vermischen und Salat servieren.

Krustenbraten in Burgunder-Sauce mit Klößen und Spargel



Braten, Spargel, Klöße und viel Sauce

Passend zum heutigen Feiertag gibt es auch ein Festtags-Essen. Nämlich einen Braten mit Klößen und Spargel und einem leckeren Sößchen.

Ich habe eine Fertigpackung Burgunder-Sauce vorrätig. Diese möchte ich natürlich nicht wegwerfen, sondern verwerten. Also bereite ich einen Krustenbraten zu, den ich in der Burgunder-Sauce gare. Die Burgunder-Sauce besteht aus Fleisch- und Wein-Sauce. Außerdem habe ich noch etwas Kirsch-Saft übrig, der auch gut zu der Sauce passt.

Ich gebe in die Sauce noch einige Champignons hinzu.

Als Beilage wähle ich selbst zubereitete, eingefrorene Klöße. Und Spargel.

Ich gare den Krustenbraten in der Sauce eine Stunde, um ein ansprechendes Aroma zu erzeugen.

Das Ganze ergibt einen schönen Braten mit einem sehr wohlschmeckenden Sößchen.

Mein Rat: Selbst zubereitete Klöße für das Gericht verwenden, sie schmecken einfach besser als industriell Hergestellte aus der Packung.

Zutaten für 2 Personen:

- 500 g Krustenbraten
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 3 braune Champignons
- 300 ml Burgunder-Sauce
- 100 ml Kirsch-Saft
- 4 Champignon-Klöße
- 500 g Spargel
- scharfes Rosenpaprika-Pulver
- Salz
- bunter Pfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 60 Min.

Schalotte und Knoblauch schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden. Champignons halbieren.

Öl in einem kleinen Topf erhitzen und Braten auf allen Seiten kräftig anbraten. Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel dazugeben und mit anbraten. Champignons dazugeben. Burgunder-

Sauce dazugeben. Kirsch-Saft hinzugeben. Mit Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer würzen. Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur 60 Minuten köcheln lassen.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Wasser in einem Topf erhitzen und Spargel und Klöße darin erhitzen.

Sauce abschmecken. Krustenbraten herausnehmen, auf ein Schneidebrett geben und in zwei Teile schneiden. Auf zwei Teller geben. Spargel herausnehmen und auf die beide Teller verteilen. Klöße herausnehmen und ebenso auf beide Teller verteilen. Sauce mit Champignons über Braten und Klöße verteilen. Alles servieren.

Pfannengericht mit Rinderherz, Süßkartoffel, Kichererbsen und Champignons



Leckerer Pfannengericht

Ein einfaches Pfannengericht mit einigen ausgesuchten Zutaten, das auch schnell zubereitet ist.

Die Kartoffelwürfel benötigen zum Garen am längsten und werden als erstes einige Minuten angebraten. Die vorgegarten Kichererbsen aus der Dose werden erst zum Ende der Garzeit hinzugegeben und nur kurz erhitzt.

Mein Rat: Ein Pfannengericht isst man eigentlich aus der Pfanne. Bei diesem Gericht für zwei Personen bieten sich natürlich zwei Teller an.

Zutaten für 1 Person:

- 250 g Rinderherz
- 1/2 Süßkartoffel
- 300 g Kichererbsen (Dose)
- 3 weiße Champignons
- 2 Zweige Rosmarin
- Salz
- schwarzer Pfeffer

- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.

Herz, Kartoffel und Pilze in Würfel schneiden. Blättchen vom Rosmarin abzupfen und kleinwiegen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Kartoffelwürfel darin einige Minuten anbraten. Herz und Pilze dazugeben und mit anbraten. Kichererbsen ebenfalls dazugeben und kurz mit anbraten. Rosmarin hinzugeben. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Alles vermischen.

Auf zwei Teller geben und servieren.

Hüftsteaks mit Zwiebel-Pilz-Gemüse



Leckere Steaks mit etwas Gemüse

Ich habe ja in letzter Zeit desöfteren Steaks zubereitet, das nimmt fast schon Überhand. Aber zu diesen beiden Hüftsteaks bin ich auf ungewöhnliche Weise gekommen. Und damit sie nicht verderben, muss ich sie eben zubereiten. Ein Mann braucht auch sein Fleisch. Und sie schmecken ja auch lecker.

Steaks zuzubereiten ist einfach. Man benötigt Steaks, Öl und einige Gewürzen.

Daher habe ich noch ein kleines Gemüse aus Zwiebeln und Champignons zubereitet. Verfeinert mit frischem Rosmarin.

Ich brate die Steaks auf jeweils beiden Seiten etwa 2 Minuten an. Durch die unterschiedliche Dicke der Steaks wird das eine medium zubereitet, das andere rare, wie ich es am liebsten esse.

Mein Rat: Zum Braten ein wirklich gutes Olivenöl verwenden, es zeigt sich deutlich beim Geschmack der gebratenen Steaks.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Rinder-Hüftsteaks (à 200 g)
- 2 Zwiebeln
- 3 große, weiße Champignons
- 2 Zweige Rosmarin
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.

Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. Champignons in Scheiben schneiden. Blättchen vom Rosmarin abzupfen und kleinwiegen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel und Champignons darin anbraten. Rosmarin dazugeben. Salzen und pfeffern. Alles

vermischen, auf einen Teller geben und warmstellen.

Nochmals etwas Öl in die Pfanne geben und Steaks auf jeweils beiden Seiten 2 Minuten anbraten. Salzen und pfeffern. Herausnehmen, auf den Teller geben und alles servieren.

Paniertes Schweineherz mit Bohnen-Champignon-Gemüse



Ein herrliches Stück Herz

Die Friteuse bleibt weiterhin im Einsatz. Diesmal bereite ich ein großes Stück Schweineherz zu, das ich einfach würze, paniere und frittiere.

Man frittiert das Schweineherz-Stück je nach Dicke bei 180 °C heißem Fett etwa 4–6 Minuten. Da das Herz Muskelfleisch ist, darf es innen gern noch etwas rosé sein.

Dazu gibt es einfach etwas Buschbohnen mit in Butter gebratenen Champignons.

Mein Rat: Bohnen unbedingt gut durchgaren, in halbrohem Zustand sind sie gesundheitsgefährdend.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Stück Schweineherz (350 g)
- 1 EL Mehl
- 1 Ei
- 3–4 EL [Semmelbrösel](#)
- 100 g Buschbohnen
- 2 große, weiße Champignons
- $\frac{1}{2}$ TL Bohnenkraut
- scharfes Rosenpaprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 30 Min.

Bohnen putzen, Champignons in dünne Scheiben schneiden.

Wasser in einem Topf erhitzen und Bohnen darin 20 Minuten garen.

Kurz vor Ende der Garzeit Butter in einer Pfanne erhitzen und Champignons darin einige Minuten anbraten. Bohnen dazugeben. Bohnenkraut dazugeben. Salzen und pfeffern. Alles gut vermischen, auf einen Teller geben und warmstellen.

Fett in der Friteuse auf 180 °C erhitzen.



Schön saftiges Herz

Auf jeweils einen kleinen Teller Mehl, Ei und Semmelbrösel geben. Ei verquirlen. Schweineherz auf allen Seiten gut mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen. Durch das Mehl ziehen, dann durch das Ei und schließlich in den Bröseln wenden. Für etwa 4–6 Minuten in das siedende Fett geben. Zur Hälfte der Frittierzeit einmal im siedenden Fett wenden. Herausnehmen und abtropfen lassen. Zum Gemüse geben und alles servieren.

Schweinerücken mit Rosmarin- Bratkartoffeln und Champignons



Leckerer Schweinekotelett mit Kartoffeln und Pilzen

Ich hatte bei meinem Supermarkt ein 1 kg schweres Stück Schweinerücken gekauft und war zunächst der Meinung, ich hätte ein besonders edles Stück Fleisch erhalten. Beim Recherchieren stellte ich fest, dass der Schweinerücken dem entbeinten Kotelett des Schweins entspricht. Also doch ein eher gewöhnliches Fleischstück, geeignet zum Kurzbraten. Aber auch zum Schmoren, was ich auch ausprobieren werde.

Ich schneide zwei recht dünne Scheiben Schweinerücken ab und brate sie jeweils 1 Minute auf jeder Seite an. Das ist ausreichend, um ein weitestgehend durchgegartes Stück Fleisch zu erhalten.

Dazu brate ich einige Champignons, in dünne Scheiben geschnitten, in Butter an.

Und eigentlich sollte es als weitere Beilage einfach ein paar in Butter geschwenkte Kartoffelchen mit Rosmarin geben. Aber es sind dann doch Rosmarin-Bratkartoffelchen geworden.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Scheiben Schweinerücken (entbeintes Schweinekotelett)
- 3 Kartoffeln
- 2 große, weiße Champignons
- $\frac{1}{2}$ Zweig Rosmarin
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Öl
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 25 Min.

Wasser in einem Topf erhitzen und Kartoffeln darin 15 Minuten kochen. Herausnehmen und erkalten lassen. Pellen und in kleine Stücke schneiden.

Champignons in dünne Scheiben schneiden. Blättchen vom Rosmarinzweig abzupfen und kleinwiegen.

Schweinerückenscheiben auf jeweils beiden Seiten salzen und pfeffern.

Butter in einer Pfanne erhitzen. Champignonscheiben einige Minuten darin anbraten. Salzen, auf einen großen Teller geben und warmstellen.

Nochmals einen Klacks Butter in die Pfanne geben und Kartoffelwürfelchen darin einige Minuten kross anbraten. Salzen, Rosmarin dazugeben und alles vermischen. Ebenfalls auf den großen Teller geben und warmstellen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Schweinerückenscheiben jeweils 1 Minute auf jeder Seite kräftig anbraten.

Schweinerückenscheiben zu den Kartoffeln und Champignons geben und servieren.

Ohne Worte



Aufgrund unterschiedlicher Dicke das hintere Steak medium, das vordere rare

2 südamerikanische Rinder-Hüftsteaks (jeweils etwa 180 g)

+ 3 weiße Champignons

+ frisch gemahlene Meersalz

+ frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

+ Olivenöl

= Abendessen. ☐

Panierter Schweinebauch mit Paprika und Champignons



Sehr lecker

Ich habe Schweinebauch schon in den unterschiedlichsten Varianten zubereitet. Schweinebauch kann man sehr vielseitig zubereiten. Aus diesem Grund gebe ich dem Schweinebauch nun eine eigene Kategorie. Heute hatte ich die Friteuse als Arbeitsgerät vom gestrigen Frittieren auf der Arbeitsfläche der Küchenzeile stehen. Und ich entschied mich, den Schweinebauch ebenfalls zu panieren und zu frittieren.

Dazu gibt es eine rote Paprika und einige Champignons, die ich der Einfachheit halber ebenfalls frittierte. Ich hatte noch kurz daran gedacht, Paprika und Champignons auch zu panieren, ließ den Gedanken jedoch fallen.

Die panierten Schweinebauchscheiben bekommen im 180 Grad heißen Fett vier Minuten, Paprika und Champignons jeweils zwei Minuten. Das Frittieren der Champignons ist schwierig, denn

sie schwimmen an der Oberfläche des Fetts. Also frittiert man sie eine Minute mit dem Champignonskopf nach oben und ebenfalls eine Minute mit dem Kopf nach unten.

Und wer jetzt sagt, das Essen ist aber ein wenig fett, dem sage ich nur: ja. Schon allein wegen des fetten Schweinebauchs.

Optisch sieht der panierte Schweinebauch eigentlich aus wie panierte Schnitzel. Nur eben mit anderem Fleisch. Und sieht man vom Fleisch ganz ab, kann man auch sagen, es sind überdimensionierte (Fisch-)Stäbchen.

Etwa 450 g Schweinebauch – ohne Knochen – erscheint für eine Person ein wenig viel. Man kann auch die doppelte Menge des Gemüses zubereiten, alles einfach halbieren und eben für zwei Personen servieren.

Zutaten für 1 Person:

- 500 g Schweinebauch mit Knochen
- 1 roter Paprika
- 5 braune Champignons
- 1 EL Mehl
- 1 Ei
- 3–4 EL Semmelbrösel
- Salz
- weißer Pfeffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Frittierzeit 12 Min.

Schwarte des Schweinebauchs abschneiden und wegwerfen. Knochen entfernen. Schweinebauch in 5–6 fingerdicke Scheiben schneiden. Auf ein Schneidebrett legen und jeweils auf beiden Seiten salzen und pfeffern.

Paprika putzen und grob zerkleinern.

Fett in der Friteuse auf 180 °C erhitzen.

Währenddessen auf jeweils einen kleinen Teller Mehl, Ei und Semmelbrösel geben. Ei verquirlen. Schweinebauchscheiben nacheinander mehlieren, durch das Ei ziehen und dann in den Semmelbröseln wenden. Auf das Schneidebrett legen.

Scheiben für vier Minuten in das siedende Fett geben. Vermutlich muss man die Scheiben aufgrund der Menge in zwei Gardurchgängen frittieren. Schneidebrett sauber wischen, ein Küchenpapier darauf legen, Schweinebauchscheiben darauf geben und abtropfen lassen. Warmstellen.

Zuerst Paprikastücke für zwei Minuten und dann Champignons für zwei Minuten in das siedende Fett geben. Küchenpapier auf ein zweites Schneidebrett legen, Paprika und Champignons darauf geben und abtropfen lassen.

Schweinebauchscheiben auf einen Teller geben und Paprika und Champignons dazu geben. Paprika und Champignons noch etwas salzen und pfeffern und alles servieren.

Frittierte Hähnchenlebern mit Gemüse in Tom-Kha-Kai-Sauce mit Reis



Frittierte Lebern obenauf, darunter Gemüse und Reis mit Sauce

Gleiches Spiel wie vor kurzem mit den Hähnchenherzen, diesmal nur mit Hähnchenlebern. Ich paniere und frittiere sie.

Die Hähnchenlebern werden nur etwa 2 Minuten im siedenden Fett in der Friteuse frittiert.

Dazu Champignons, Zuckererbsen und Tomate. Ich bereite ein Sößchen mit etwas Weißwein und Tom-Kha-Kai zu.

Tom-Kha-Kai ist eine saure Kokosnuss-Paste. Ich war ursprünglich der Meinung, dass sie nur eine Suppen-Paste sei, aber man kann mit der Paste auch Saucen zubereiten. Sie eignet sich vorwiegend für Hühnchenfleisch oder Garnelen. Aber sie harmoniert auch gut mit dem Geschmack der frittierten Hähnchenlebern.

Als Beilage gibt es Reis. Gemüse und Sauce direkt über den Reis geben. Die frittierten Hähnchenlebern natürlich nicht in die Sauce geben, sie verlieren ihre Knusprigkeit. Sondern nur oben auf das Gemüse legen.

Mein Rat: Wer möchte, kann die Semmelbrösel auch selbst zubereiten, die Panade für die Hähnchenlebern ist dann noch authentischer.

Zutaten für 1 Person:

Für die Hähnchenlebern:

- 175 g Hähnchenlebern
- 1 EL Mehl
- 1 Ei
- 4–5 EL [Semmelbrösel](#)
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Für das Gemüse:

- 1 Tomate
 - 10 Zuckerschoten
 - 5 braune Champignons
 - 1 Schalotte
 - 2 Knoblauchzehen
 - 1 Lauchzwiebel
 - trockener Weißwein
 - 1 TL Tom-Kha-Kai
 - Salz
 - Öl
-
- 1 Tasse Reis

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 20 Min.

Resi nach Anleitung zubereiten.

Lebern vom Fett befreien und sehr grob zerkleinern. In eine Schüssel mit kaltem Wasser geben und waschen. Auf ein Küchenpapier geben und trocken tupfen. Auf ein Arbeitsbrett geben und salzen und pfeffern.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und grob zerkleinern.

Restliches Gemüse putzen und in grobe Stücke schneiden. Champignons vierteln.

Auf jeweils einen kleinen Teller Mehl, Ei und Semmelbrösel geben. Ei verquirlen.

Fett in der Friteuse auf 180 °C erhitzen. Während das Fett erhitzt wird, Lebern nacheinander mit der Hand mehlieren, durch das Ei ziehen und dann durch die Semmelbrösel. Panierte Lebern auf ein Arbeitsbrett geben. Dann Lebern in die Friteuse geben und zwei Minuten frittieren. Herausnehmen, abtropfen lassen, auf einen Teller geben und warmstellen.

Öl in einem Wok erhitzen. Gemüse und Pilze hineingeben und kurz pfannenrühren. Mit einem großen Schuss Weißwein ablöschen. Tom-Kha-Kai dazugeben und verrühren. Etwas köcheln lassen. Mit Salz würzen und abschmecken.

Reis in einen tiefen Teller geben und das Gemüse mit der Sauce darüber geben. Hähnchenlebern auf das Gemüse legen und alles servieren.

Hähnchenmägen - Champignon - Ragout in Bier-Sauce mit Linguine



Die Sauce ist schon wieder versickert

Hähnchenmägen eignen sich sehr gut zum Schmoren in einem Gulasch oder Ragout. Ich verwende sie diesmal zusammen mit Champignons für ein Ragout. Dazu kommen noch Zwiebeln und Knoblauch.

Ich brate einfach alles zusammen in heißem Öl an. Abgelöscht wird mit einem halben Liter Exportbier. Ich hatte noch ein solches Bier übrig.

Da ich eine dunkle, schwere und kräftige Sauce will, verwende ich ganze Gewürze wie Sternanis, Kardamom, Gewürznelke, Piment, Szechuanpfeffer, Senfsaat und Lorbeerblätter in einem Gewürzsäckchen, das ich einfach in das Bier gebe. Dann das Ganze zugedeckt bei geringer Temperatur 1 $\frac{1}{2}$ Stunden köcheln lassen. Und um eine etwas sämiger Sauce zu erhalten, diese noch einige Zeit reduzieren.

Die Hähnchenmägen sind nach dieser Schmorzeit absolut butterweich.

Dazu gibt es Linguine als Beilage.

Zutaten für 1 Person:

- 175 g Hähnchenmägen
- 125 g braune Champignons
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 0,5 l Exportbier
- $\frac{1}{2}$ TL Senfsaat
- $\frac{1}{2}$ TL Szechuanpfefferkörner
- 6 Pimentkörner
- 1 Gewürznelke
- $\frac{1}{2}$ Sternanis
- 2 Kardamomkapseln
- 10 Lorbeerblätter
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- 125 g Linguine
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 2 Stdn.

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Champignons in feine Streifen schneiden. Hähnchenmägen grob zerkleinern.

Gewürze in ein Gewürzsäckchen geben.

Öl in einem Topf erhitzen. Hähnchenmägen, Pilze und Gemüse hineingeben und einige Minuten anbraten, bis sich etwas Flüssigkeit gebildet hat. Mit Bier ablöschen. Gewürzsäckchen dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 1 $\frac{1}{2}$ Stunden köcheln lassen. Dann die Sauce unzugedeckt auf etwa ein Viertel der Flüssigkeit reduzieren.

Kurz vor Ende der Garzeit Pasta nach Anleitung zubereiten.

Gewürzsäckchen herausnehmen. Sauce abschmecken.

Pasta in einen tiefen Nudelteller geben und großzügig Ragout

und Sauce darüber verteilen.