

# Obst-Tarte



Mit drei Obstsorten

Wenn Sie diverse Obstsorten vorrätig haben und nicht wissen, wie Sie sie verarbeiten können, bietet sich natürlich ein Obstkuchen an. Oder eine Obsttorte, die man mit einer Füllmasse aus einem Milchprodukt und Gelatine zubereitet. Und in die man einfach das geputzte und kleingeschnittene Obst gibt.

Man kann aber auch noch eine andere Verwertung wählen, nämlich eine einfache Tarte mit einem Mürbeteig. Diese bietet sich besonders an, wenn man Sahne und Eier vorrätig hat, die für die Füllmasse, den Eierstich, benötigt werden und die man demnächst verbrauchen muss, weil sie sonst verderben.

In diesem Fall hatte ich Bananen, Heidelbeeren und eine Mango vorrätig. Und die für die Tarte noch erforderliche Sahne und Eier. Die Zutaten für den Mürbeteig wie Mehl und Margarine sollte man eigentlich immer zuhause vorrätig haben.

Die Bananen wurden geputzt, geschält, längs geviertelt und quer in kleine Stücke geschnitten. Die Heidelbeeren kamen natürlich im Ganzen hinein. Und die Mango wurde geschält, entkernt und in kleine Würfel geschnitten.

Und in dieser Reihenfolge kamen die drei Obstschichten übereinander. Und wurden mit dem Eierstich übergossen, der die Lücken und Löcher bei dem Obstbelag füllte und schloß.

Solch eine Tarte, gerade mit Mürbeteig und Obst, braucht im Backofen keine 180 °C und 60 Minuten Backzeit. Sie können beides etwas reduzieren. Die Tarte ist auch schon bei 170 °C und 40 Minuten Backzeit durchgebacken. Sie sehen es an der Oberfläche des Eierstichs, der nach dieser Backzeit schon deutlich gebräunt ist.

*Für den Mürbeteig:*

- [Grundrezept](#)

*Für die Tarte:*

- [Grundrezept](#)

*Zusätzlich:*

- 2 Bananen
- 200 g Heidelbeeren (1 Packung)
- 1 Mango

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Verweildauer im Backofen bei 170 °C 40 Min.*



Lecker und fruchtig

Mürbeteig nach dem Grundrezept zubereiten.

Bananen schälen, längs vierteln und quer in kleine Stücke schneiden. in eine Schale geben.

Mango schälen, entkernen und Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Ebenfalls in eine Schale geben.

Bananenstücke als erstes auf den Mürbeteig in der Backform geben und verteilen. Heidelbeeren als zweite Lage darüber verteilen. Und schließlich als dritte Lage die Mangowürfel darüber verteilen.

Alles etwas gleichmäßig verteilen und andrücken.

Eierstich mit den Eiern und der Sahne mit dem Schneebesen in einer Schale zubereiten, .

Dann den Eierstich darüber geben und alles gut verteilen.

Tarte nach dem Grundrezept backen.

Tarte nach dem Backen gut abkühlen lassen. Backform und Backpapier entfernen. Tarte auf eine Kuchenplatte geben. Stückweise anschneiden. Servieren. Guten Appetit!

---

## Honigäpfel mit Weinschaum

Ein leckeres Rezept für ein Dessert aus einem meiner Kochbücher für die Mikrowelle.

In 13 Minuten in der Mikrowelle gegart.

Und auch die Zubereitungszeit liegt bei gerade einmal 10 Minuten.

Alles in allem also sehr schnell zubereitet und serviert.

Und der Weinschaum schmeckt wirklich vorzüglich.

Das Originalrezept beinhaltet Apfelwein für eine Apfelweincreme. Diesen hatte ich nicht vorrätig. Ich habe ihn durch einen normalen trockenen Weißwein, einen leckeren Chardonnay, ersetzt.

[amd-zlrecipe-recipe:1154]

---

## Saure-Sahne-Mandarinen-Kuchen

Ein Rezept für einen leckeren, fruchtig-frischen Kuchen mit saurer Sahne und Mandarinen.

Ich bilde den Boden aus dunklen Cornflakes, die ich leicht fein stampfe. Dann gebe ich flüssige Butter darüber und vermische alles.

Die Mischung kommt in eine mit Backpapier ausgelegte Spring-Backform, wird mit dem Stampfgerät festgestampft und im Kühlschrank einige Stunden erkalten gelassen.

Die Füllung bilde ich aus Eierstich, also Eiern und Schlagsahne, und zusätzlich saurer Sahne. Als Bindung und für Festigkeit sorgen einige Blätter Gelatine, die ich in der leicht erwärmten Sahne auflöse.

Ich verfeinere die Füllung noch mit Mandarinen aus der Dose.

[amd-zlrecipe-recipe:1113]

---

## **Gefüllte Schweineschnitzel mit pochierten Eiern**



Vor dem Garen

Ich hatte noch Schweineschnitzel vorrätig. Und entschied mich, sie zu füllen.

Für die Füllung verwende ich durchwachsenen Bauchspeck, Ingwer, Wurzel und Schalotte. Ich schneide die Zutaten in sehr kleine Würfel und gebe sie in eine Schüssel. Dann würze ich sie mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

In die Schnitzel gebe ich noch jeweils zwei Blätter Mini-Pak-Choi, die ich wiederum mit der Füllung fülle.

Die restliche Menge der Füllung brate ich mit den gefüllten Schnitzeln in Butter an. Dann lösche ich mir einem großen Schuss Weiwein ab und gare die Schnitzel etwa 15 Minuten zugedeckt.

Als Beilage bereite ich pochierte Eier zu.

[amd-zlrecipe-recipe:759]

---

# Wurzeln-Pastinaken-Klöße mit Parmesan

Ich hatte Wurzeln und Pastinaken gekauft. Und wollte damit etwas Leckereres 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]

---

## Champignons-Omelett

Ein fast schon klassisches Gericht, zubereitet aus frischen Champignons, Petersilie und Eiern.

Ich schneide die Champignons in feine Scheiben und brate sie in viel Butter an.

Dann gebe ich frische, kleingewiegte Petersilie für etwas Farbe und Aroma hinzu.

Dann die aufgeschlagenen, in eine Schüssel gegebenen und verquirlten Eier.

Gewürzt wird mit Salz, Pfeffer und Zucker.

Wichtig ist, das Omelett während des Bratens nicht zu zerstückeln oder für ein besseres Durchgaren zu verrühren. Denn dann hat man kein kompaktes Omelett mehr, sondern eben Rühreier.

Ich gebe vor dem Servieren für mehr Aroma und Geschmack etwas



süß-saure Chili-Sauce über die Omeletts.

*Mein Rat:* Es gibt einen einfachen Trick, um ein Omelett, das auf einer Seite schon gut angebraten ist, bei dem die Möglichkeit besteht, dass es auf dieser Seite zu dunkel anbrät, und dessen obere Seite dagegen vielleicht noch leicht flüssig ist, ohne große Probleme zu wenden. Man gibt einfach einen Teller in der Größe der Pfanne umgedreht auf das Omelett und stürzt dann das Omelett mit dem Teller um, damit der Teller auf seinem Boden steht und das Omelett somit auf ihm liegt. Dann gibt man eventuell nochmals etwas Fett in die Pfanne, lässt das Omelett einfach auf der noch nicht ganz gebratenen oder teilweise flüssigen Seite in die Pfanne rutschen und gart diese Seite auch noch kurz.

[amd-zlrecipe-recipe:630]

---

## **Chicorée-Salat mit Joghurt-Dressing**

Dieses Rezept würde auch in die Kategorie „Surf'n'Turf“ passen, denn ich verwende für diesen Salat als Zutaten unter anderem gekochten Schinken und Krabben.

Aber da ich ja sehr selten einen Salat zubereite und das jeweilige Rezept veröffentliche, kommt dieses Rezept dennoch in die Kategorie „Salat“.

Als Hauptzutat für den Salat verwende ich Chicorée. Dazu, wie erwähnt, gekochten Schinken und Krabben. Ich greife bei den Krabben auf Büsumer Krabben zurück. Somit ein Produkt, das es sozusagen vor meiner Haustüre gibt. Des weiteren gekochte, kleingeschnittene Eier. Und Madarinen aus der Dose, die mit

ihrer Süße gut zu den anderen Zutaten passen.

Als Dressing bereite ich ein leichtes Joghurt-Dressing mit etwas Weißwein-Essig zu. Ich würze nur mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Der Salat gelingt sehr gut und ist ausgesprochen lecker.

[amd-zlrecipe-recipe:562]

---

## **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]

---

# Käsekuchen

Mir ist eingefallen, dass ich schon seit langer Zeit keinen Käsekuchen mehr gebacken habe.

Nun, das habe ich heute, am 1. Advent, nachgeholt.

Ich bereite den Käsekuchen ganz unspektakulär nach dem Grundrezept zu.

Ich verfeinere ihn nur mit dem Schalenabrieb einer Bio-Zitrone und dem Saft derselben.

[amd-zlrecipe-recipe:506]

---

# Gebratene Kartoffelklöße mit Gemüse und Eiern

Ein einfaches Pfannengericht. Das ich aber der Einfachheit halber auf einem Teller serviere.

Ich verwende selbst zubereitete Kartoffelklöße, die ich in Scheiben schneide und anbrate.

Dazu braune Champignons und Pak-Choi.

Dann gebe ich noch einige Eier darüber, mit denen ich das Gericht etwas verrühre.

Ich würze mit etwas frischem Bohnenkraut, das ich noch vorrätig habe. Dazu scharfes Paprika-Pulver, Salz, Pfeffer und eine Prise Zucker.

Das Ganze garniere ich noch mit etwas frisch geriebenem Parmesan.

[amd-zlrecipe-recipe:491]

---

## **Frittierter Salat mit Croutons und pochierten Eiern**

Ich hatte zwei Blatt-Salat übrig, die ich nicht einfach mit einem Salat-Dressing als Salat anmachen und essen wollte.

Also habe ich mich spontan entschieden, die Blatt-Salate einmal zu frittieren.

Ich habe die Blätter der Blatt-Salate einzeln abgezupft und dann zusammen bei 180 Grad Celsius in der Friteuse frittiert. Wenn die Blätter aufhören, einen leichten Zisch-Ton von sich zu geben und nicht mehr dampfen, dann sind sie fertig frittiert.

Ich habe den Salat dann einfach nur noch gesalzen.

Dazu habe ich aus zwei Scheiben Brot einige knusprige Croutons in Butter in der Pfanne gebraten.

Und in einem leichten Essig-Wasser pochierte Eier.

Zudem ist dieses Gericht ein vegetarisches Gericht. Und der krosse Salat schmeckt sehr gut. Ebenfalls die pochierten Eier.

[amd-zlrecipe-recipe:446]

---

# Spargel-Salat

Spargel kann man auf die unterschiedlichste Weise zubereiten. Man kann ihn schälen und in kochendem Wasser garen. Man kann ihn in Fett braten. Oder man kann einen Salat daraus zubereiten.

Notmalerweise gart man ihn in kochendem Wasser und reicht ihn mit zerlassener Butter, Kräuterbutter oder Sauce Hollandaise. Dazu reicht man gekochten Schinken, helles Fleisch wie Pute oder Hähnchen. Oder einfach Salzkartoffeln.

Ich habe mich hier entschieden, einen Salat aus dem Spargel zuzubereiten. Ich gebe noch gekochten Schinken hinzu. Dann Zwiebel und Knoblauch. Und schließlich gekochte Eier.

Ich würze nur mit Salz.

Das Dressing bereite ich aus Weißwein-Essig und Olivenöl zu.

[amd-zlrecipe-recipe:375]

---

# Pasta-Pfanne

Ein Pfannengericht. Wenige Zutaten. Schnell zubereitet.

Als Zutaten wähle ich frische Pasta. Dazu Champignons, Schalotten und Knoblauch. Und noch einige Eier.

Gewürzt mit Kreuzkümmel, Paprika-Pulver, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

[amd-zlrecipe-recipe:360]

---

## **Pansenpüree-Suppe**

Ich habe das Rezept für die Leberpüree-Suppe nochmals variiert.

Und habe diesmal eine Pansenpüree-Suppe zubereitet.

Zum Verfeinern der Suppe wähle ich Weißwein-Essig und Weißwein, da diese besser zum hellen Pansen passen.

Das Ganze ergibt eine sehr schmackhafte Suppe.

Als weitere Variation habe ich diesmal pochierte Eier zubereitet und in die Suppe gegeben, damit diese ein wenig gehaltvoller wird.

Der Pansen, der verwendet wird, sollte schon vorbereitet, also etwa 3–4 Stunden in Gemüsefond vorgegart sein.

[amd-zlrecipe-recipe:300]

---

## **Hähnchen-Innenfilets-Gulasch in Mozzarella-Sahne-Sauce mit**

# Pasta

Heute bereite ich einfach ein buntes Hähnchen-Gulasch zu, mit dem, was mein Kühlschrank gerade noch so hergibt.

Als da wären Hähnchen-Innenfilets, Speck, Schalotten, rote Chili-Schoten, Mozzarella, Sardellenfilets, Kapern und Sahne.

Die Sardellenfilets würzen das Gericht etwas. Und die Chili-Schoten sorgen für etwas Schärfe. Und für etwas Säure gebe ich etwas von dem Einweichwasser der Kapern in die Sauce.

Ich lösche das Ganze mit Sahne ab, gebe Mozzarella-Würfel in die Sauce, die ich schmelze, und verlängere die Sauce noch mit etwas Weißwein.

[amd-zlrecipe-recipe:246]

---

# Nudel-Pfanne

Ich bereite eine Nudel-Pfanne zu.

Dazu verwende ich gegarte Tagliatelle. Desweiteren Speck, braune Champignons und Eier.

Ich würze mit scharfem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

[amd-zlrecipe-recipe:236]