

# Gegrillte, marinierte Bauchscheiben vom Duroc- Schwein und Spargel mit Sauce Hollandaise

Dieses Rezept ist ein wenig exklusiv und luxuriös. Sie können es gerne an einem Sonn- oder Feiertag für die Familie zubereiten.



Exzellentes Gericht

Die Hauptzutat stellen die marinierten Bauchscheiben dar, die vom Duroc-Schwein stammen. Duroc-Schweine sind eine alte Schweinrasse, die sich meistens nur von Eicheln ernähren. Das Fleisch ist daher sehr schmackhaft und würzig. Ich würde nach dem Genießen der Bauchscheiben sogar soweit gehen, zu behaupten, dass man diese Ernährung aus dem Fleisch herausschmecken kann. Es ist exzellent und sehr schmackhaft.

Als Beilage gibt es saisonales Gemüse und zwar die Königin unter den Gemüsen, deutschen, weißen Spargel.

Und da Hauptzutat und Beilage für dieses Gericht schon ausgefallen und exzellent sind, wird für den Spargel auch eine frische Sauce Hollandaise zubereitet. Verzichten Sie auf industrielle Fertigprodukte für die Sauce Hollandaise mit allen möglichen Zusatzstoffen in der Sauce. Bereiten Sie sie frisch zu. Sie ist in wenigen Minuten zubereitet und schmeckt einfach exzellent zum Spargel. Und man kann auch ein wenig davon mit den Bauchscheiben essen.



Mit frischer Sauce Hollandaise  
Ein sehr leckeres Gericht!

*Für 2 Personen:*

- 4 Bauchscheiben vom Duroc-Schwein (600 g)
- Rapsöl

*Für die Marinade:*

- beliebige Kräuter (bevorzugt Petersilie, Schnittlauch, Rosmarin, Thymian, Majoran und Salbei)
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

*Als Beilage:*

- 1 kg deutscher, weißer Spargel

*Für die Sauce Hollandaise:*

- [Grundrezept](#)

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 15 Min.*

Mit den kleingeschnittenen Kräutern, den Gewürzen und ausreichend Olivenöl eine feine Marinade zubereiten und in eine Schüssel geben, Bauchscheiben hineingeben. Gut mit der Marinade vermischen und einige Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen.

Die Enden der Spargelstangen abschneiden. Spargel schälen. Spargel in einem großen Topf mit kochendem Wasser 12 Minuten garen.

5 Minuten vor Ende der Garzeit der Spargel viel Öl in einer Grillpfanne erhitzen und Bauchscheiben darin auf jeder Seite 1–2 Minuten kross grillen.

Parallel dazu Sauce Hollandaise nach dem Grundrezept zubereiten.

Jeweils zwei Bauchscheiben auf einen Teller geben. Die Hälfte der Spargel dazugeben. Ausreichend und großzügig Sauce Hollandaise auf die Spargel verteilen.



Servieren. Guten Appetit!

---

# Kräuter-Pfannkuchen mit BBQ-Sauce



Krautig und frisch

Bei Pfannkuchen denken Sie sicherlich auch immer mal wieder daran, wie Sie sie variieren können. Denn sonst schmeckt der gewöhnliche Pfannkuchen doch etwas dröge, eben nach Mehl, Eiern und Milch.

Vielleicht ist dieses Rezept etwas für Sie. Denn hier werden viele frische Kräuter verwendet und zum Pfannkuchenteig hinzugefügt. Man könnte fast sagen, der Teig besteht mehr aus kleingeschnittenen Kräutern denn aus den anderen, restlichen

Zutaten.

Die Pfannkuchen schmecken dann auch etwas anders als gewöhnlichen Pfannkuchen ohne Kräuter. Sie sind kräftig und frisch. Und wirklich lecker.

Verwenden Sie für die BBQ-Sauce zum Dippen der Pfannkuchenstücke eine Sauce, die keinen zu starken Eigengeschmack hat, sie würde sonst den feinen, krautigen Geschmack der Pfannkuchen übertönen.

Alles in allem ein leckeres, vegetarisches Gericht, bei dem man eben auch einmal gern als Alternative auf Fleisch verzichten kann.

*Für 2 Personen:*

- 14 gehäufte EL Mehl
- 4 Eier
- 200 ml vegane Milch
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 2 Bund krause Petersilie
- 30 g frischer Rosmarin (2 Päckchen à 15 g)
- 30 g frischer Koriander (2 Päckchen à 15 g)
- Rapsöl
- BBQ-Sauce

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



Leckere, knusprige Pfannkuchen

Blättchen des Rosmarin abzupfen und in eine Schale geben.

Rosmarinblättchen, Koriander und Petersilie auf einem großen Schneidebrett mit einem großen Messer kleinschneiden. In eine Schüssel geben.

Mehl in eine Schüssel geben. Eier aufschlagen und dazugeben. Milch ebenfalls hinzugeben. Kräftig mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Mit dem Schneebesen gut verquirlen.

Kräuter zu der Masse geben und ebenfalls alles gut vermischen.

Sehr viel Öl in zwei Pfannen erhitzen.

Mit dem Schöpflöffel jeweils ein Viertel der Masse in die Mitte der Pfannen geben und etwas nach außen verstreichen, so dass man runde Pfannkuchen hat. Pfannkuchen auf jeder Seite bei mittlerer Temperatur etwa 3–4 Minuten kross und knusprig braten. Die Pfannkuchen dürfen ruhig in dem Rapsöl schwimmen. Ab und zu mit dem Pfannenwender immer unter den Pfannkuchen schauen, ob er gut angebraten ist.

Pfannkuchen wenden und nochmals 3–4 Minuten braten. Auf zwei große Teller geben und warmhalten.

Prozedere in der gleichen Weise ein zweites Mal durchführen.

Die zweiten Pfannkuchen auf die ersten Pfannkuchen geben.

BBQ-Sauce in zwei kleine Schälchen geben. Zu den Pfannkuchen servieren.

Guten Appetit!

---

## **Scheiben nach Art des Meeres mit Knoblauch, Kräutern und Olivenöl auf Maccheroni**

Sie werden sich jetzt die Foodfotos anschauen und sich fragen, was, bitte schön, soll das denn sein? Was genau ist da zubereitet worden?



Vegan, aber lecker?

Nein, das ist kein Pastagericht mit Lachs, was Sie vielleicht vermuten werden. Ich habe ein veganes Produkt ausprobiert. Und sogar sicherheitshalber die Bezeichnung des Produktes auf der Verpackung, in Englisch, auf einer Übersetzungs-Website übersetzen lassen.

Herausgekommen sind diese drei alternativen Bezeichnungen in Deutsch: Scheiben nach Art des Meeres, Meerestypische Scheiben, Scheiben nach Art der Seefahrt. Sie können sich das heraussuchen, das Ihnen am besten gefällt. Des weiteren ist das vegane Produkt in der Unterzeile der Verpackung eine vegane Fischalternative mit Algenextrakt. Und wurde mit Dill und Zitrone hergestellt. Jetzt wissen Sie es genauer.

Natürlich ist klar, das soll ein Ersatzprodukt für gebeizten Lachs darstellen. Aber ich weigere mich standhaft, das Produkt so zu bezeichnen, nicht einmal in der Überschrift zu diesem Rezept.

Und es ist erstaunlich, wie die Lebensmitteltechniker und



Foodstylisten dieses Produkt hergestellt und designt haben. Denn ich war überrascht, dass das Produkt, als ich die Verpackung geöffnet habe, tatsächlich nach Fisch und Lachs roch. Ich frage mich wirklich, wie diese Techniker dies so hinbekommen haben.

Aber bei der Frage, schmeckt das Produkt und ist es empfehlenswert, es zu kaufen, gibt es unterschiedliche Antworten.

Betrachtet man es tatsächlich als Fischersatzprodukt, was ich generell bei solchen veganen Produkten nicht tue, muss ich sagen: Sang- und klanglos durchgefallen. Geruch und Optik okay. Aber Geschmack? Nein, es schmeckt nicht nach Lachs, nicht einmal nach Fisch.

Betrachtet man das Produkt als eigenständiges Produkt, als ein veganes Produkt, das auf tierische Zusatzstoffe gänzlich verzichtet und rein pflanzlich hergestellt ist, sage ich: Bedingt bestanden und akzeptabel. Ich kann leider immer noch nicht sagen, wonach es eigentlich schmeckt. Die Festigkeit und Textur des Produktes ist gut, es lässt sich schneiden, zerfällt beim kurzen Erhitzen in der Pfanne nicht und trägt damit zu einem eigenständigen Gericht bei. Aber lecker? Lecker ist anders. Und fragen Sie mich, ob ich das wieder kaufen und zubereiten werde? Ich denke, eher nicht. Aber testen Sie es selbst!

Frisch und schmackhaft an dem Gericht sind somit nur der frische Knoblauch, die frischen Kräuter und das gute Olivenöl. Das soll als Empfehlung für oder gegen das Gericht reichen.

*Für 2 Personen:*

- 160 g Sea Style Slices Dill & Lemon (2 Packungen à 80 g)
- 6 Knoblauchzehen
- einige Zweige frischer Thymian
- einige Zweige frischer Rosmarin

- einige Zweige frischer Salbei
- Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 375 g Maccheroni

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 9 Min.*



Drei frische Zutaten + ein veganes Produkt  
Maccheroni in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 9 Minuten garen.

Blätter der Kräuter abzupfen und kleinwiegen. In eine Schale geben.

Knoblauch schälen, mit einem breiten Messer flachdrücken und kleinschneiden. In eine Schale geben.

Scheiben nach Art des Meeres auf ein großes Schneidebrett geben, grob zerkleinern und in eine Schale geben.

Kurz vor Ende der Kochzeit der Nudeln eine große Portion Olivenöl in der Pfanne erhitzen. Knoblauch darin leicht andünsten. Kräuter dazugeben und ebenfalls kurz andünsten. Scheiben nach Art des Meeres dazugeben und nur noch kurz erhitzen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Maccheroni dazugeben und alles gut vermischen.

Auf zwei tiefe Nudelteller verteilen. Servieren. Guten Appetit!

---

## **Käse-Tarte mit Kräutern, Speck und Gemüse**



Sehr schmackhafte und würzige Tarte  
Mit diesem Rezept gelingt Ihnen eine exzellente, sehr



schmackhafte Tarte. Probieren Sie es aus.

Zur normalen Füllmasse einer Tarte kommen noch geriebener Gouda, frische Kräuter, Speckwürfel und Spitzpaprika.

Die Tarte mutet beim Essen an wie eine frische Pizza. Am besten servieren Sie sie sogar noch leicht warm.

Sie ist einfach exzellent und sehr schmackhaft. Der Käsegeschmack kommt gut durch. Dann leicht die frischen Kräuter. Auch der vegane Speck ist leicht zu schmecken. Und die Spitzpaprikas machen den Genuss noch etwas gemüsiger.

Und glücklicherweise gelingt auch der vegane Hefeteig. Diese pikante und würzige Tarte benötigt auch einen pikanten Boden. Also einen Hefeteig. Da ich keine tierische Milch mehr vorrätig hatte, habe ich für den Hefeteig vegane Milch aus Erbsenprotein verwendet. Und siehe da, der Boden gelingt.



Das sieht doch schon einmal gut aus ...



Alles in allem ein wirklich rundum schmackhafte, würzige und pikante Tarte. Ich empfehle sehr das Nachbacken!

*Für den Hefeteig:*

- [Grundrezept](#)

Anstelle 175 ml tierische Milch ebensoviele vegane Milch (aus Erbsenprotein) verwenden

*Für die Füllmasse:*

- [Grundrezept](#)

*Zusätzlich:*

- 450 g geriebener Gouda (2 Packungen à 225 g)
- 100 g kleine Spitzpaprika (5 Stück)
- 100 g vegane Speckwürfel
- 15 g Schnittlauch (Packung)
- 15 g krause Petersilie (Packung)
- 15 g Salbei (Packung)
- 15 g Rosmarin (Packung)

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Verweildauer im Backofen 40 Min. bei 170 °C Umluft*



Mit Käse, Kräutern, Gemüse und Speck Hefeteig nach dem Grundrezept zubereiten. Dabei anstelle tierischer Milch vegane Milch verwenden.

Spitzpaprika putzen, längs halbieren und quer in feine Streifen schneiden. In eine Schale geben.

Blättchen von Salbei und Rosmarin abzupfen. Alle Kräuter mit einem großen Messer kleinschneiden. In eine Schale geben.

Käse, Speckwürfel, Kräuter und Spitzpaprika in eine große Schüssel geben.

Füllmasse nach dem Grundrezept zubereiten. Über die Käsemasse geben. Mit der Hand gut vermischen.

Füllmasse auf den Hefeteig in der Backform geben und gut verteilen.

Tarte die oben angegebene Zeit auf mittlerer Ebene im Backofen backen.

Herausnehmen, abkühlen lassen, Backform und Backpapier entfernen und auf eine Kuchenplatte geben. Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

---

## **Bandnudeln in Sauerrahmsauce mit Mozzarella**



Mit leckerer Sauerrahmsauce

Suchen Sie manchmal auch Anregungen für leckere Saucen für Nudeln? Und wissen nicht so genau, wo Sie da fündig werden können? Ich gebe Ihnen hier mal einen Rat: Schauen Sie einmal beim Discounter oder Supermarkt in der Kühltheke nach Brotaufstrichen, möglichst pikant, herzhaft oder auch neutral, natürlich keine süßen Aufstriche wie Marmelade. Aber mit den erstgenannten kann man sich wunderbare Saucen für Nudeln

zaubern, indem man diese erhitzt und wenn möglich einfach noch etwas abwandelt.

In diesem Rezept verwende ich einen Brotaufstrich aus Sauerrahm für eine Sauce für Nudeln. Eine Sauerrahmaufstrich ist natürlich nicht so ganz besonders würzig für Nudeln. Aber man kann ja noch nachhelfen. So kommt eine gute Portion Salz, schwarzer Pfeffer und Paprikapulver hinein. Das macht das Ganze schon etwas würziger.

Dann spendiere ich der Sauce noch eine Portion frische, kleingeschnittene Kräuter. Und zwar Petersilie, Basilikum und Rosmarin. Das rundet die Sauce noch etwas mehr ab.

Und schließlich gebe ich noch eine Packung kleine Mozzarellakugeln in die Sauce. Diese aber bitte nicht schmelzen, denn es soll ja keine Käsesauce werden. Sondern die Kugeln nur anschmelzen.

Noch ein Rat gleich im Anschluss: Wenn Sie den Brotaufstrich im Kochtopf für eine Sauce erhitzen, geben Sie einfach einige Esslöffel des Kochwassers der Nudeln hinzu. Das hat zwei Vorteile: Zum einen ist das Kochwasser schon gesalzen, hat also Würze, zum anderen enthält das Kochwasser auch Stärke der Nudeln und bindet somit die Sauce schön rund ab. Das ist ein alter Trick von professionellen, vorwiegend italienischen Köchen, die damit Nudelsaucen aufbereiten und verlängern.

Dann gibt man die fertig gegarten Nudeln in die Sauce, vermischt alles kräftig und serviert das Gericht in tiefen Nudelteller. Sie werden überrascht sein, wie lecker so ein abgewandelter Brotaufstrich als Sauce für Nudeln schmecken kann.

*Für 2 Personen:*

- 375 g Bandnudeln
- 1 Schale Sauerrahm-Brottaufstrich (200 g)



- 1 Schale Mini-Mozzarella-Kugeln (150 g)
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Paprikapulver
- Petersilie
- Basilikum
- Rosmarin

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



Mit Kräutern und Gewürzen

Kräuter kleinschneiden und in eine Schale geben.

Nudeln in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 7 Minuten garen.

Nudeln durch ein Nudelsieb abschütten, dabei aber das Kochwasser auffangen.

Sauerrahm-Brottaufstrich in den gleichen Topf geben und erhitzen. 4–5 Esslöffel Kochwasser dazugeben und alles gut verrühren.

Kräftig mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.

Kräuter dazugeben.

Mozzarellakugeln dazugeben. Alles gut vermischen und Mozzarellakugeln einige Minuten anschmelzen lassen.

Nudeln dazugeben. Alles vermischen.

Auf zwei tiefe Nudelteller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Bandnudeln mit Hackfleisch-Tomaten-Sahne-Sauce**



Sie suchen eine Variation einer leckeren Pastasauce? Und Sie essen auch gerne scharf? Und gern mit viel frischen Kräutern? Dann habe ich hier ein Rezept für Sie, das Ihnen sicherlich schmecken wird.

Es ist keinesfalls eine gewöhnliche Hackfleischsauce. Sie wird zwar mit Tomatenmark tomatisiert. Und es kommen zusätzlich noch genügend Rispentomaten und Kirschtomaten hinein. Und dann noch Schalotte und Knoblauch.

Das Besondere ist aber die halbe Habanero, die ich für die Schärfe hineingebe.

Und dann natürlich noch die vielen, frischen Kräuter, die in die Sauce hineinkommen. Petersilie, Majoran, Oregano und Rosmarin. Nur der frische Thymian war mir leider ausgegangen.

Und ein wenig abgebunden und verfeinert wird die Sauce noch mit Sahne.

Alles in allem ergibt dies eine leckere Variation einer Hackfleischsauce. Aber keine Bange, die Sauce ist aufgrund der verwendeten Habanero nicht zu scharf, sie ist durchaus noch essbar.

Denn da die Pasta ja dabei das etwas neutralisierende Pendant darstellt, denn sie ist ja nicht gewürzt, darf die Sauce ruhig ordentlich Bums haben.

Als kleine Garnitur kommt natürlich noch frisch geriebener Parmigiano Reggiano auf das Gericht.

Kochen Sie es nach und lassen Sie es sich schmecken! Ich habe mich jedenfalls schon den ganzen Tag auf das Gericht gefreut!

*Für 2 Personen:*

- 500 g gemischtes Hackfleisch
- 1 Schalotte

- 4 Knoblauchzehen
- 1/2 Habanero
- 1 EL Tomatenmark
- 5 Mini-Rispen Tomaten
- 10 Kirschtomaten
- 30 g Petersilie
- 15 g Majoran
- 15 g Oregano
- 15 g Rosmarin
- 1 EL mildes Paprikapulver
- 1 TL scharfer Senf
- Salz
- Zucker
- 400 ml Gemüsefond
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- 375 g Bandnudeln
- Rapsöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 2 Std.*





Alle Kräuter kleinschneiden und in eine Schale geben.

Tomaten putzen, in kleine Stücke schneiden und ebenfalls in eine Schale geben.

Schalotte und Knoblauch putzen, schälen und kleinschneiden. Habanerö putzen, Kerngehäuse entfernen und kleinschneiden. Alles in eine Schale geben.

Öl in einem großen Topf erhitzen und Schalotte, Knoblauch und Habanerö glasig dünsten. Tomatenmark dazugeben, ebenfalls anbraten und alles ein wenig tomatisieren. Hackfleisch dazugeben, kross anbraten und etwas Flüssigkeit ziehen lassen.

Tomaten dazugeben. Ebenfalls Kräuter dazugeben. Mit dem Fond ablöschen. Sahne dazugeben. Senf hinzugeben. Mit dem Paprikapulver und mit Salz würzen. Eine Prise Zucker dazugeben.

Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden köcheln lassen.

Kurz vor Ende der Garzeit Bandnudeln in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 7 Minuten garen. Nudeln durch ein Küchensieb geben und das Kochwasser abschütten.

Sauce abschmecken.

Nudeln zur Sauce geben und alles gut vermischen. Inhalt auf zwei tiefe Nudelsteller geben.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Spaghetti mit Surimi in Kräuter-Sahne-Sauce**

Ich habe einmal probeweise dieses Fisch- oder Meeresfrüchte-Produkt gekauft. Um damit eine leckere Sauce für Pasta zuzubereiten.



Braucht es für mich nicht ...

Ich zitiere die Beschreibung auf der Verpackung: „Surimi-Garnelen-Imitat aus Fischmuskeleiweiß geformt, in Rapsöl mit Knoblauchgeschmack“.

Es handelt sich also um Shrimps-Imitate, die aus Fisch geformt werden.

Vom Geschmack her muss ich dazu folgendes schreiben: Es schmeckt weder nach Shrimps, noch nach Garnelen, noch nach Meeresfrüchten oder nach Fisch. Es hat eine kompakte Konsistenz wie Form- oder Füllmasse von z.B. Bratwürsten, nur viel feiner und nicht so stark gewürzt. Übertrieben könnte man sagen, es schmeckt nach nichts, bis auf eine geringe Würze. Laut Angabe auf dem Becher sind die Surimi aus Alaska-Seelachs und pazifischem Seehecht hergestellt.

Nach dem Zubereiten und Essen habe ich mich gefragt, wer braucht so etwas? Warum fängt man Fisch und verarbeitet ihn als

Fischformbestandteile zu einem Imitat von Shrimps oder Garnelen? Die dann auch nicht einmal nach einem von beidem schmecken? Um die Meere nicht zu überfischen und nicht zu viele Shrimps oder Garnelen zu fischen? Aus nachhaltigen Argumenten und um dem Planeten etwas Gutes zu tun oder ihn zu retten? Aber man fängt dafür Fische und verarbeitet diese weiter! Mein Fazit ist dieses: Ich brauche so etwas nicht. Da kaufe ich mir lieber eine Tiefkühlpackung Shrimps oder Garnelen und bereite diese zu. Dann habe ich auch den vollen Meeresfrüchte-Geschmack im Essen.

Um die Sauce dann aber doch ein wenig aufzupeppen und ein brauchbares Ergebnis zum Essen zu erhalten, habe ich eine große Menge an frischen Kräutern mit dem Wiegemesser kleingewiegt und diese dann in die Sauce mit hinzugegeben.

Allerdings habe ich mich dann doch noch eines Besseren belehren lassen, als ich bei Wikipedia nach Surimi schaute. Und feststellen musste, dass Surimi eine lange, jahrhundertealte Tradition haben. Natürlich haben die Japaner dies wieder erfunden, wie so viele Dinge mit Produkten aus dem Meer. Ich fand daher bei Wikipedia den folgenden Hinweis:

„Surimi (japanisch „zermahlendes Fleisch“) ist eine feste Masse aus zerkleinertem Fisch. Vor etwa 900 Jahren wurde in Japan entdeckt, dass gehackter Fisch, mit Zucker gegart und geliert, haltbarer wird. Das Wort bezieht sich ursprünglich auf dieses Herstellungsverfahren. In Europa wird unter Surimi meist daraus hergestelltes Krebsfleischimitat verstanden.“

Also, entscheiden Sie selbst, ob Sie sich dafür begeistern können und Appetit auf solch ein Produkt haben.

*Für 2 Personen:*

- 400 g Surimi (2 Becher à 200 g)
- 4 Knoblauchzehen
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- 4 EL Crème fraîche

- 10 EL des Kochwassers der Pasta
- einige Zweige frischer Thymian, Salbei, Majoran und Oregano
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Parmigiano Reggiano
- 350 g Spaghetti

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 9 Min.*



Sieht aber doch lecker aus

Kräuter auf einem großen Arbeitsbrett mit dem Wiegemesser kleinwiegen. Feste Stiele dabei entfernen.

Knoblauch schälen, mit einem großen Messer flachdrücken und kleinschneiden.



Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 9 Minuten garen.

Parallel dazu Öl in einer Pfanne erhitzen.

Knoblauch darin andünsten.

Surimi dazugeben und erhitzen.

Sahne und Crème fraîche dazugeben.

Kräuter dazugeben.

Kochwasser der Pasta dazugeben und alles gut vermischen. Kurz köcheln lassen.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Sauce abschmecken.

Pasta durch ein Küchensieb abschütten.

Pasta zur Sauce geben und alles gut vermischen.

Surimi mit Sauce und Pasta auf zwei tiefe Pasta-Teller verteilen.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Tafelspitz mit Kräuter-Senf-Sauce und Brokkoli**



Mit würziger, scharf-süßer Sauce

Ein Tafelspitz ist auf dem monatlichen Speiseplan immer gern gesehen.

Der Tafelspitz ist aus dem hintersten Teil des Rindes, kurz vor dem Schwanzstück.

Es ist Fleisch zum Schmoren und sollte mindestens 2 Stunden gut geschmort werden. Dann schmeckt er so richtig lecker und lässt sich einfach auseinanderziehen, dass man fast kein Messer benötigt.

Das Kochwasser des Tafelspitz geben Sie einfach durch ein Küchensieb in eine Schüssel, sieben somit das Gemüse und die Gewürze heraus und verwenden die Brühe für weitere Zubereitungen wie Suppen oder Saucen.

Und wenn Sie möchten, können Sie gern die Kräuter-Senf-Sauce in einer Schale kurz in der Mikrowelle erhitzen und heiß auf dem Tafelspitz verteilen. Sie schmeckt auch in heißem Zustand.

### *Für 2 Personen:*

- 700 g Tafelspitz
- 1  $\frac{1}{2}$  l Wasser
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- ein kleines Stück Ingwer
- ein kleines Stück Meerrettich
- ein Stück Hokkaido-Kürbis
- ein Stück Spitzkohl
- 5 schwarze Pfefferkörner, Pimentkörner und Wacholderbeeren
- 2 Gewürznelken
- 5 Lorbeerblätter
- ein kleines Stück Sternanis
- 1 TL Salz
- Olivenöl

### *Für die Kräuter-Senf-Sauce:*

- $\frac{1}{2}$  Topf Basilikum
- $\frac{1}{2}$  Bund Petersilie
- $\frac{1}{2}$  Bund Schnittlauch
- 1 EL Bautz'ner Senf
- 1 EL Olivenöl
- 2 EL Wasser
- 1 TL Zucker
- schwarzer Pfeffer

### *Zusätzlich:*

- 1 Brokkoli
- Salz

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 2  $\frac{1}{2}$  Stdn.*



Leckerer, lange geschmorter Tafelspitz

Zwiebeln ungeschält in zwei Hälften schneiden.

Restliches Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und grob zerkleinern.

Oliveneröl in einem großen Topf erhitzen.

Tafelspitz auf beiden Seiten jeweils einige Minuten kross anbraten.

Gemüse dazugeben.

Gewürze im Ganzen dazugeben. Salz dazugeben.

Mit dem Wasser ablöschen.

Zugedeckt 2 ½ Stunden bei geringer Temperatur schmoren.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Brokkoli putzen und in kleine Röschen schneiden.

Röschen in einem Topf mit kochendem Wasser 5 Minuten garen.

Parallel dazu Kräuter kleinschneiden.

Alle Zutaten für die Sauce mit den Kräutern in eine hohe, schmale Rührschüssel geben und mit dem Pürierstab fein pürieren. Abschmecken.

Tafelspitz aus dem Kochwasser nehmen. Auf ein Arbeitsbrett geben und in Scheiben tranchieren.

Auf zwei Teller verteilen.

Kräuter-Senf-Sauce darüber geben.

Röschen des Brokkoli aus dem Kochwasser nehmen, auf einen Teller geben und salzen.

Auf die beiden Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

# **Tortellini mit Kräuter- Frisch-Käse**





Mit Kräuter-Frisch-Käse-Sauce

Hier habe ich einfach einmal eine Packung Kräuter-Frisch-Käse zweckentfremdet.

Ich wollte ihn nicht auf die übliche Weise als Brotaufstrich mit Schrippen oder Brot essen.

Er eignet sich auch sehr gut für eine Sauce für Pasta.

Einfach vom Kochwasser der Pasta etwas zurückhalten, um den Käse etwas zu verflüssigen.

Käse zusammen mit dem Kochwasser vermischen und im Topf erhitzen.

Dann einfach die gegarte Pasta untermischen. Fertig!

Für 2 Personen

- 500 g Tortellini (gefüllt mit Ricotta und Spinat, 2 Packungen à 250 g)
- 400 ml Kräuter-Frisch-Käse (2 Becher à 200 ml)

▪ Schnittlauch

Zubereitungszeit: 10 Min.



Schnittlauch kleinschneiden.

Tortellini in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 8 Minuten garen.

Kochwasser der Pasta durch ein Küchensieb abschütten, dabei ein wenig des Kochwassers im Topf zurückbehalten.

Käse zum Kochwasser geben, gut verrühren und auf der Herdplatte kurz erhitzen.

Pasta zur Sauce geben, gut vermischen und zusammen auf zwei tiefe Pasta-Teller verteilen.

Mit Schnittlauch garnieren.

Servieren. Guten Appetit!



---

# Pikanter Kräuter-Kuchen mit Käse und Quark



Mit leichtem Geschmack nach Schnittlauch

Ein Kuchen mit Käse und Quark. Und vielen Kräutern.

Ich hatte Frischkäse mit Kräutern vorrätig. Und auch Quark. Und wollte beides nicht als Brotaufstrich verzehren.

Also bot es sich an, einen herzhaften Kuchen damit zuzubereiten.

Da ich vor kurzem einen süßen Kuchen mit Käse und Quark zubereitet und gebacken hatte, sollte dies doch gelingen.

Da ich vom Quark 200 g zuviel hatte als im ursprünglichen

Rezept, musste der Kuchen etwas fester gebunden werden.

Also anstelle 30 g Speisestärke 50 g. Und anstelle 3 Eier 5.

Ich lasse natürlich den Zucker aus dem Rezept für den süßen Kuchen weg.

Der Kuchen gelingt und er schmeckt herzhaft und pikant. Es verwundert jedoch etwas, einen Kuchen zu essen, der nach Schnittlauch schmeckt.

---

## **Kalbshirn mit grüner Sauce**

Ein weiteres Rezept für eine Zubereitung in der Mikrowelle.

Dieses Mal eine Innereie.

Im Originalrezept wird Kalbsbries zubereitet. Das hatte ich nicht mehr vorrätig und hätte ich erst bei meinem Online-Schlachter bestellen müssen.

Aber ich hatte Kalbshirn vorrätig.

Kalbsbries ist ja eine Drüse des Kalbes und in der Konsistenz sehr fein.

Kalbshirn ist dagegen noch viel feiner.

Für den Gemüsefond zum Garen des Hirns kann man dieses Mal ruhig auf eine gute Brühe aus einem Pulver oder Würfel zurückgreifen.

Als Beilage und für Würze und Geschmack sorgt eine grüne Sauce.

Man sollte für die Sauce frische Kräuter verwenden. Ich hatte leider nicht alle Kräuter frisch vorrätig und habe daher das eine oder andere Kraut auch getrocknet verwendet. Aber die Sauce schmeckt auch damit sehr gut.

Wenn die Sauce etwas zu trocken und nicht flüssig genug ist, kann man einige Esslöffel des Fonds dazugeben und verrühren.

Dazu einige Stücke frisches Zwiebelbaguette.

[amd-zlrecipe-recipe:1160]

---

# **Bier-Gulasch** **mit** **Kartoffelstampf**

Ich habe dieses Gericht vor einigen Tagen schon einmal zubereitet. Es hat hervorragend geschmeckt.

Ich hatte im Gefrierschrank noch ein Stück Schweine-Nacken mit Knochen, so habe ich das Gericht nochmals zubereitet.

Der Vollständigkeit halber gebe ich hier nochmals die komplette Zubereitung des Gerichts an.

Ich bereite das Gulasch aus Schweine-Nacken zu.

Dazu entferne ich vom Schweine-Nacken den Knochen.

Dann schneide ich den Nacken in grobe Stücke.

Ich brate dieses Fleisch in Öl kross an.

Und lösche mit einer Dose Pils ab.



Die Gewürze und Kräuter, die ich gewählt habe, gebe ich in ein Gewürzsäckchen, gare diese dann in der Sauce mit und kann dann nach dem Garen die Gewürze sehr leicht wieder aus der Sauce entfernen.

Nur die Kapern und den Senf gebe ich direkt in die Sauce hinzu.

Als Beilage Kartoffelstampf, den ich sehr gerne esse. Ich verfeinere ihn mit einem großem Stück Butter. Und würze ihn mit Muskat, Salz, Pfeffer und Zucker.

[amd-zlrecipe-recipe:1135]

---

## **Bier-Gulasch mit Majoran-Kartoffelklößen**

Ich bereite das Gulasch aus Schweine-Nacken zu.

Dazu entferne ich vom Schweine-Nacken den Knochen.

Dann schneide ich den Nacken in grobe Stücke.

Ich brate dieses Fleisch in Öl kross an.

Und lösche mit einer Dose Pils ab.

Die Gewürze und Kräuter, die ich gewählt habe, gebe ich in ein Gewürzsäckchen, gare diese dann in der Sauce mit und kann dann nach dem Garen die Gewürze sehr leicht wieder aus der Sauce entfernen.

Nur die Kapern und den Senf gebe ich direkt in die Sauce

hinzu.

Als Beilage Kartoffelklöße nach dem Grundrezept, die ich mit viel getrocknetem Majoran variiere.

Eine kleine Kindheitserinnerung, denn meine Mutter hat solche Klöße mit Fleisch und Sauce gern am Sonntag für die Familie zubereitet.

[amd-zlrecipe-recipe:1132]

---

## **Garnelen in Weißwein-Sauce mit frischer Fettuccine**

Meeresfrüchte aus dem Gefrierschrank.

Mariniert in mediterranen Kräutern.

Einfach in Butter in der Pfanne gebraten.

Mit Chardonnay eine leckere Sauce gebildet.

Dazu wieder einmal frische, leckere Pasta, die ich mit meiner Pastamaschine herstelle.

[amd-zlrecipe-recipe:1130]

---

# Rinder-Nackensteak mit Pfifferlingen und Bohnen- Gemüse



In der Pfanne ...

Ich hatte das Glück, dass ich bei meinem Discounter sehr schöne, große, fein marmorierte Rinder-Nackensteak bekam. Das ist eigentlich etwas außergewöhnlich, da er sonst meistens nur Schweine-Nackensteaks – natur oder mariniert – im Sortiment hat.

Noch dazu sind diese Steaks wahrlich riesengroße Steaks, ein einzelnes hat immerhin mehr als 400 g an Gewicht.

Man sollte dieses Gericht wirklich nur essen, wenn man sehr großen Hunger hat. Denn ansonsten rebelliert irgendwann der Magen.

Ich habe die Steaks noch einige Stunden in einer Kräuter-

Marinade im Kühlschrank etwas durchziehen lassen.

Und brate die Steaks, die ja relativ dick sind, 4 Minuten auf jeweils jeder Seite an, das ergibt hervorragende, medium gebratene Steaks auf den Tellern. Ich gebe zum Braten der Steaks jeweils auch einige Zweige frischer Thymian und Rosmarin und eine zerquetschte Knoblauchzehe für etwas mehr Aroma in die Pfannen.

Die Steaks gelingen wirklich sehr lecker und schmackhaft und sind auch schön medium gebraten. Sie erreichen jedoch nicht die Qualität eines Rinder-Rumpsteaks oder -Filetsteaks, die von Konsistenz und Geschmack einfach viel feiner sind. Aber es sind ja auch preiswerte Nackensteaks. Die gut marmoriert sind und einige Fettstücke enthalten, die natürlich Geschmacksträger sind und mitgegessen werden.

Garniert wird das Ganze mit einer Portion Pfifferlingen, die ich allerdings aus der Dose verwende, in der Pfanne anbrate und salze. Und ich gebe die Kräuter und den Knoblauch schon beim Braten der Pfifferlinge hinzu, damit auch diese das Aroma annehmen.

Dazu gibt es als Beilage ein kleines Bohnen-Gemüse aus Buschbohnen, die ich gare, dann salze und pfeffere und auf die beiden Teller verteile. Die Bohnen schmecken köstlich und passen sehr gut zu den kross gebratenen Steaks.

[amd-zlrecipe-recipe:793]

---

# Beendigung des Foodblog-Events „Kräuter“



Hiermit beende ich das Foodblog-Event „Kräuter“.

Schade, es gab keine Teilnehmer.

Damit gibt es aber auch keine Preisziehung und Gewinner.

Ich werde die Preise für mein Foodblog-Event in einem halben Jahr im Dezember zur Adventszeit verwenden.

Das Foodblog-Event wird vermutlich entweder zum Thema „Pesto“ oder „Salate“ stattfinden. Ich habe noch nicht entschieden, zu welchem Thema, aber es ist ja noch einige Zeit bis zum nächsten Event.