

Rotes Thai-Curry

Sie essen gern asiatisch? Auch gern thailändisch? Und hier gern eines der vielen Currys, die die thailändische Küche anbietet? Bekannt sind mir so aus dem Stehgreif rotes, grünes und gelbes Thai-Curry. Aber es dürfte sicherlich noch mehr solcher Sauce in der thailändischen Küche geben.



Leckerer rotes Thai-Curry

Wenn Sie das gern essen, dann ist dieses Rezept das richtige für Sie. Sie stellen sich sicherlich von vornherein darauf ein, dass das Gericht scharf wird. Denn die rote Thai-Curry-Paste besteht zu etwa 30 % aus getrockneten, roten Chilis. Das ist eine Menge. Dazu kommen Zitronengras, Knoblauch, Schalotten, Limettenschalen, Koriandersamen und Kreuzkümmelpulver. Also eine aromatische und sehr schmackhafte Mischung.

Genau genommen ist diese Paste ja ein Convenienceprodukt. Eine vorgefertigte Sauce. Aber ich bitte Sie, glauben Sie wirklich,

in Restaurants und Imbissen wird nicht auf solche Pasten zurückgegriffen? Ich gehe davon aus, dass wirklich nur in den sehr gehobenen Restaurants diese Thai-Curry-Pasten selbst gemacht werden. Aber das Chinarestaurant an der Ecke und der Chinaimbiss einige Straßen weiter greifen auch auf die fertigen Pasten zurück.

Denn zumindest ist es ein Produkt, das in Thailand hergestellt wird. Und somit eigentlich authentische thailändische Küche darstellt.

In das Curry kommt Putengeschnetzeltes und einige Gemüsesorten hinein. Zucchini, Lauchzwiebel und Chinakohl. Es wird alles nur einige Minuten in Kokosmilch mit der Currypaste gegart, bis das Geschnetzelte gar ist. Das Gemüse hat dann noch Biss und ist nicht verkocht. Beim anschließenden Essen ist dies besonders angenehm und schmackhaft, wenn man noch bissfestes Gemüse zwischen die Zähne bekommt und den vollen Geschmack hat.

Als Sättigungsbeilage – wie wäre es anders zu erwarten – gibt es Reis. Ich habe den verwendet, den ich gerade vorrätig hatte, es war Langkornreis.

Für 2 Personen:

- 400 g Putengeschnetzeltes
- 1/2 Zucchini
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Blätter Chinakohl
- 400 ml Kokosmilch (1 Dose)
- 1 EL rote Thai-Curry-Paste
- Salz
- 1 Tasse Langkornreis

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 17 Min.



Mit knackfrischem Gemüse

Gemüse putzen. Lauchzwiebeln in grobe Stücke zerteilen. Zucchini längs halbieren und quer in sehr dünne, halbkreisförmige Scheiben schneiden. Chinakohlblätter quer in schmale Streifen schneiden. Gemüse in eine Schüssel geben. Putengeschnetzeltes dazugeben.

Reis nach Anleitung in 2 Tassen Wasser, das leicht gesalzen ist, 17 Minuten garen.

Kurz vor Ende der Garzeit Kokosmilch in einer Pfanne erhitzen. Currypaste dazugeben und auflösen.

Fleisch mit Gemüse dazugeben und unter Rühren soweit garen, dass das Fleisch durchgegart ist. Salzen. Sauce abschmecken.

Reis auf zwei tiefe Teller verteilen.

Thai-Curry mit Fleisch, Gemüse und Sauce darüber geben. Servieren. Guten Appetit!

Gefüllte Portobello-Pilze

Sie kennen Portobello-Pilze? Nun, sie haben ein Aussehen wie Champignons. Sind jedoch um einiges größer, denn ein Pilz hat eine Größe einer Handfläche. Aus diesem Grund eignen sie sich auch hervorragend zum Füllen.



Gefüllte Pilze vor dem Backen

Portobello-Pilze sind auch unter dem Namen Bella Gomba bekannt. Vielleicht kennen Sie die Pilze unter diesem Namen?

Man entfernt einfach den Stiel der Pilze. Wenn Sie mögen, können Sie diese nochmals kleinschneiden und auch unter die Füllung geben.

Dann bereitet man eine leckere Füllung zu. In diesem Fall aus Hackfleisch, Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch. Damit man auch eine Zutat in der Füllung hat, die beim Backen im

Backofen schmilzt, gebe ich einen sehr kleingewürfelten Camembert mit in die Füllung. Sie sehen es an den Foodfotos nach dem Backen, sowohl viel Fleischsaft tritt beim Backen aus. Als auch zerläuft der Käse und sammelt sich zum Teil auf dem feuerfesten Teller.

Und für ein wenig Frische und ätherische Öle kommen noch frischer Schnittlauch und Petersilie in die Füllung.



Gefüllte Pilze nach dem Backen

Für 2 Personen:

- 400 g Portobello-Pilze (2 Packungen à 200 g, 4 Stück)

Für die Füllung:

- 500 g Schweinehackfleisch
- 1 Camembert (150 g)
- 2 weiße Zwiebeln
- 2 Lauchzwiebeln

- 4 Knoblauchzehen
- eine Portion frischer Schnittlauch
- eine Portion frische Petersilie
- Fleischgewürzsalz

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Backzeit 30 Min.
bei 180 °C Umluft*



Gefüllter, gebackener Pilz

Stiele der Pilze entfernen. Unterseite der Pilze mit den Lamellen salzen.

Hackfleisch in eine Schüssel geben.

Gemüse putzen und gegebenenfalls schälen. Sehr kleinschneiden und zum Hackfleisch geben.

Camembert in sehr kleine Würfel schneiden und ebenfalls dazugeben.

Kräuter kleinschneiden und dazugeben.

Alles gut mit Fleischgewürzsalz würzen.

Mit der Hand vermischen und vier große Kugeln daraus formen.

Jeweils eine Kugel auf einen Pilz geben und festdrücken.

Pilze mit der Füllung auf einen feuerfesten Teller geben und die oben angegebene Zeit auf mittlerer Ebene in den Backofen geben.

Herausnehmen, jeweils zwei Pilze auf einen Teller geben und servieren. Guten Appetit!

Geschmorte Hähnchenherzen in Tomatensauce auf Spaghettoni

Sie mögen Innereien? Dann ist dieses Rezept das richtige für Sie. Es ist einfach zuzubereiten. Im Grunde einfach nur die Hähnchenherzen in Tomatensauce schmoren. Und zwar sehr lang. Dazu gibt es Spaghettoni.



Sehr leckere, würzige und schmackhafte Sauce
Hähnchenherzen gibt es sogar beim Discounter. Ebenso wie
Hähnchenmägen oder -lebern. Aus allen drei Innereien kann man
schöne Gerichte zubereiten.

Probieren Sie es aus. Die Herzen sind ja Muskelfleisch, aber
sie sind eben ein sehr fester Muskel. Deswegen sind sie auch
nach langem Schmoren immer noch schön fest und kompakt.

Gewürzt wird mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise
Zucker.

Die Sauce wird aus passierten Tomaten aus der Packung
zubereitet. Manchmal darf es auch ein gutes Convenienceprodukt
sein. Wenn die Sauce zu sehr einkocht, einfach mit etwas
Kochwasser der Nudeln oder einem Schuss trockenem Weißwein
verlängern.

Für 2 Personen:

- 400 g Hähnchenherzen (1 Packung)

- 500 g passierte Tomaten (1 Packung)
- 2 Lauchzwiebeln
- 6 Knoblauchzehen
- scharfes Paprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- Zucker
- Öl
- 350 g Spaghettioni
- Grano Padano

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Schmorzeit 3 Stdn.

Lauchzwiebeln und Knoblauch putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Öl in einem Topf erhitzen. Gemüse und Herzen darin kross anbraten. Tomatensauce dazugeben. Mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur 3 Stunden schmoren.

Kurz vor Ende der Schmorzeit Nudeln in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 11 Minuten garen.

Bei Bedarf, von dem Kochwasser oder Weißwein verwenden, um die Sauce zu verlängern.

Nudeln durch ein Nudelsieb geben. Zu den Hähnchenherzen geben. Alles gut vermischen.

Auf zwei tiefe Nudelteller geben. Mit frisch geriebenem Parmesan garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Fusilli mit Gemüsepesto



Mit vielen Gemüsesorten

Sie suchen sicherlich ab und zu auch einmal vegetarische Rezepte. Bedienen Sie sich hier mit einem.

Es handelt sich einfach nur um Pasta. Zusammen mit kleingeschnittenem Gemüse in einer leckeren weißen Sauce.

Garniert mit gehobeltem Grano Padano. Lecker!

Für 2 Personen:

- 375 g Fusilli
- 2 Pastinaken
- 2 Wurzeln
- 4 kleine Tomaten
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 2 EL Crème fraîche

- 1 Schöpflöffel des Nudelkochwassers
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Grana Padano
- Butter

Zubereitungszeit; Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 25 Min.



Mit gehobeltem Grana Padano

Pasta nach Anleitung in kochendem, leicht gesalzenem Wasser garen.

Parallel dazu Gemüse putzen. Dann gegebenenfalls schälen. Und in sehr kleine Stücke schneiden.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Gemüse darin unter Rühren einige Minuten anbraten. Crème fraîche dazugeben. Einen Schöpflöffel des Nudelwassers dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles gut vermischen, kurz köcheln lassen und die Sauce abschmecken.

Pasta zum Gemüse geben. Alles gut vermischen.

Auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Mit gehobeltem Grano Padano garnieren. Servieren. Guten Appetit!

Tantanmen Ramen

Tantanmen Ramen, das sind Ramen Nudeln in einer asiatischen Suppenbrühe. Sie haben den Begriff Ramen sicherlich schon einmal gehört.



Mit diversen Toppings

Diese japanische Nudelsuppen, die in Japan und auch außerhalb Japans ein Klassiker sind, gibt es mit den unterschiedlichsten Brühen. Allen gemein sind jedoch die speziellen Ramen Nudeln,

die in diese Suppen kommen. Und jede Suppe hat ihre eigene Art mit unterschiedlichsten Toppings. Diese werden einfach nach der Zubereitung oben auf die Brühe respektive die Ramen Nudeln aufgelegt.

Die Tantanmen Ramen ist eine Suppe mit einer scharfen Brühe, die unter anderem mit Sesampaste und Sojamilch zubereitet wird. Daher resultiert auch der bräunlich-rötliche Ton der Brühe. Geschmacklich ist die Brühe ein wenig gewöhnungsbedürftig, denn sie ähnelt nicht einer Rinder- oder Gemüsebrühe, wie wir sie kennen. Aber sie ist lecker und schmackhaft.

Traditionell wird eine Ramen in einer großen Suppenschale serviert, nicht in einem tiefen Suppenteller. Und gegessen wird die Ramen einerseits mit einem Löffel für die flüssige Ramen, andererseits mit Essstäbchen für die Ramen Nudeln und das Topping.

Für 2 Personen:

- 800 ml Tantanmen (2 Gläser à 400 ml)
- 2 Portionen Ramen Nudeln

Für das Topping:

- 2 Eier
- etwas durchwachsener Bauchspeck
- ein Stück Leberkäse
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Blätter Chinakohl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 17 Min.



Leckere Nudelsuppe

Für das Topping:

Eier in kochendem Wasser 10 Minuten garen. Herausnehmen, abkühlen lassen, schälen und in dicke Scheiben schneiden.

Speck und Leberkäse in kleine Streifen schneiden.

Gemüse putzen und ebenfalls in kleine Streifen respektive grobe Stücke schneiden.

Für die Ramen:

Ramen Nudeln in kochendem Wasser 5 Minuten garen. Herausnehmen und in eine Schale geben.

Tantanmen Brühe in einem Topf erhitzen. Brühe auf zwei tiefe Suppenteller verteilen. Die Ramen Nudeln auf die beiden Suppen verteilen und in die Brühe geben.

Die Toppings am Rand der Brühe auf Brühe und Nudeln auflegen.

Servieren. Guten Appetit!

Stierhoden-Gulasch in dunkler Sauce mit Spaghetti



Leckerer Gulasch

Sie werden erstaunt sein über diese Zubereitung. Eventuell haben Sie gedacht, dass man Innereien, und hier speziell Stierhoden, in dieser Weise nicht zubereiten kann. Aber was mit Rinderleber oder -niere gelingt, gelingt auch mit Stierhoden. Er ist eine Drüse wie auch die anderen beiden Innereien.

Und 2 Stunden bei geringer Temperatur geschmort wird er butterzart und einfach köstlich. Die Aromen in der Gemüsebrühe verbinden sich. Das hinzugegebene Gemüse schmilzt beim langen Schmoren, ist optisch fast nicht mehr wahrnehmbar und bildet somit eine leckere, sämige Sauce.

Wenn Sie nicht so sehr zu Spaghetti tendieren, bereiten Sie einfach eine andere Pastasorte zu. Das Gericht schmeckt auch damit.

Für 2 Personen:

- 2 Stierhoden (à 250 g)
- 2 große, weiße Zwiebeln
- 4 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- ein Stück Bio-Ingwer
- 1 l Gemüsebrühe
- Paprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Öl
- 350 g Spaghetti

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Schmorzeit 2 Stdn.



Mit sämiger Sauce

Stierhoden von der äußeren Hodenhaut befreien. Sie finden dazu eine Anleitung in dem Stierhodenrezept vom 24.12.2023.

Dann Stierhoden in grobe Würfel schneiden.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Ingwer auf einer feinen Küchenreibe in eine Schale reiben.

Öl in einem Topf erhitzen und Gemüse darin glasig dünsten. Hoden dazugeben und mit anbraten. Mit der Gemüsebrühe ablöschen. Ingwer dazugeben. Mit Paprikapulver, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden schmoren.

Kurz vor Ende der Garzeit Spaghetti in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 7 Minuten garen.

Sauce des Gulasch abschmecken.

Spaghetti auf zwei tiefe Pastateller verteilen. Gulasch mit

viel Sauce großzügig darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

Gegrillter Stierhoden mit Grillgemüse

Sie haben schon einmal Hoden gegessen und sich tapfer dazu durchgerungen? Vielleicht kleine Hammelhoden, die man bei türkischen Lebensmittelhändlern bekommt? Hoden ähneln ja, da sie Drüsengewebe sind, sehr dem Drüsengewebe einer Leber. Und schmecken auch ähnlich.



Der Hauptakteur liegt in der Mitte ...

Stierhoden gelingen in diesem Rezept hervorragend, sie schmecken einfach exzellent. Damit man kein rohes Drüsengewebe

mehr im gegrillten Stierhoden hat, grillen Sie ihn kräftig einige Zeit in der Grillpfanne – aber bei mittlerer Temperatur. Es ist ähnlich, wie Sie ein dickes Entrécôte grillen, das braucht auch mehrere Minuten auf jeder Seite, wenn Sie es medium gegrillt haben möchten.

Sie müssen zu Stierhoden das folgende wissen:

Erstens sind Stierhoden naturgemäß, betrachtet man die Größe, Statur und das Gewicht eines ausgewachsenen Stiers, sehr groß. Es reichen je nach Größe der Stierhoden 2 Stierhoden für ein Gericht für 2 Personen. Bei Hammelhoden, die Sie bei türkischen Lebensmittelhändlern bestellen oder direkt kaufen können, ist das ganz anders. Da benötigen Sie pro Person 4–6 Hammelhoden.

Zweitens bestehen die Stierhoden aus dem Hauptanteil, dem inneren Drüsengewebe. Und einer festen, harten Hodenhaut, die dieses Drüsengewebe umgibt. Nur das Drüsengewebe ist essbar, die Hodenhaut nicht. An letzterer beißen Sie sich die Zähne aus, so ledrig und zäh ist sie. Sie müssen sie also vor der Zubereitung entfernen. Dazu gibt es einen einfachen Trick.

Ich gehe davon aus, dass Sie die Stierhoden nach dem Kauf oder der Lieferung nicht sofort zubereiten wollen. Sondern sie erst später zubereiten wollen und sie deswegen einfrieren. Das ist zu empfehlen. Nehmen Sie die tiefgefrorenen Stierhoden vor der eigentlichen Zubereitung aus dem Gefrierschrank und lassen Sie sie eine halbe bis ganze Stunde antauen. Und zwar so weit, dass das innere Drüsengewebe noch gefroren, die umgebende Hodenhaut aber aufgetaut ist. Schneiden Sie die Hodenhaut mit einem sehr scharfen Messer einmal ringsum ein, so, wie wenn Sie eine Apfelsine schälen möchten. Dann können Sie die Hodenhaut vorsichtig abziehen. An den Stellen, an denen auch das Drüsengewebe angetaut ist, werden Sie Probleme bekommen, denn die Hodenhaut kann das aufgetaute Drüsengewebe mit auf- und zerreißen. Sie müssen also vorsichtig vorgehen. Aber so können Sie die Hodenhaut einfach entfernen, lassen dann das

Drüsengewebe weiter auftauen und können es schließlich für Ihr Gericht zubereiten.



Bei der Langzeitbelichtung verrutscht die Kräuterbutter ...
Zusätzlich gibt es bei diesem Gericht als Beilage diverses, gegrilltes Gemüse. Grillen Sie zuerst das Gemüse, geben Sie es dann bei 50 °C Umluft in den Backofen , um es warm zu halten. Dabei können Sie auch gleichzeitig zwei Speiseteller in den Backofen stellen, um warme Essteller zu haben. Dann kühlt das Gericht nicht so schnell aus.

Für 2 Personen:

- 2 Stierhoden (à 250 g)
- 1 kleine Zucchini
- 1 rote Paprika
- 2 kleine Rote Beete
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- Salz

- schwarzer Pfeffer
- gemahlener Kreuzkümmel
- Rapsöl
- Kräuterbutter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.

Zucchini putzen, halbieren und in längliche Scheiben schneiden. Paprika putzen und grob zerteilen. Knoblauchzehen ganz belassen. Rote Beete schälen und in Scheiben schneiden. Lauchzwiebeln putzen und grob zerteilen.

Stierhoden nach der obigen Anleitung enthäuten. Mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel würzen.

Rapsöl in einer Grillpfanne erhitzen. Gemüse bis auf Knoblauch und Lauchzwiebeln hineingeben und bei mittlerer Temperatur einige Minuten kross grillen, bis das Gemüse Röstspuren angenommen hat. Dabei einmal wenden und nochmals einige Minuten grillen. Salzen und pfeffern. Gemüse herausnehmen, in eine Schale geben und im Backofen warmhalten.

Dann Knoblauch und Lauchzwiebeln in die Grillpfanne geben und nur kurz eine Minute auf jeder Seite grillen. In die Schale im Backofen geben.

Stierhoden in die Mitte der Grillpfanne geben und bei mittlerer Temperatur etwa 5 Minuten auf jeder Seite grillen. Sie können den Stierhoden ein kreuzförmiges Grillmuster geben, indem Sie sie auf jeder Seite einige Minuten längs in der Grillpfanne, dann quer grillen.

Gemüse aus der Schale aus dem Backofen auf zwei Teller verteilen. Gegebenenfalls nochmals nachsalzen. Jeweils einen Stierhoden in die Mitte der Teller drapieren. Und jeweils zwei kleine Stücke Kräuterbutter auf einen Stierhoden geben.

Servieren. Guten Appetit! **Und einen schönen Weihnachtsfeiertag!**

Kartoffel-Leber-Eintopf

Mit Kartoffeln lassen sich schmackhafte Eintöpfe zubereiten. Finden Sie nicht auch? Denn Kartoffeln passen sehr gut zu den unterschiedlichsten, weiteren Zutaten in einem Eintopf.



Mit sehr leckerer Fleischbrühe

Bei diesem Rezept müssen Sie zu den zwei im Titel genannten Zutaten eigentlich nur noch einige frische Lauchzwiebeln dazugeben. Das ist im Prinzip alles.

Ach ja, Fleischbrühe gehört noch dazu. Am besten aus eigener Herstellung, die sie portionsweise für solche Eintöpfe eingefroren haben.

Noch ein paar Gewürze. Und etwas frische, kleingeschnittene Petersilie zum Garnieren. Fertig ist ein wirklich exzellenter, schmackhafter Eintopf.

Für 2 Personen:

- 700 ml Fleischbrühe
- 200 g Hähnchenlebern
- 2 sehr große Kartoffeln
- 4 Lauchzwiebeln
- Fleischgewürzsalz
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 18 Min.



Schmackhafter Eintopf

Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden und in eine Schale geben.

Lauchzwiebeln putzen, grob zerkleinern und ebenfalls in eine Schale geben.

Lebern zerkleinern und in eine Schale geben. Mit dem Fleischgewürzsalz würzen und gut damit vermischen.

Petersilie kleinwiegen.

Fleischbrühe in einem Topf erhitzen und Kartoffelwürfel darin 15 Minuten garen. Die letzten 3 Minuten die Lauchzwiebeln hinzugeben und mitgaren. Herdplatte ausschalten, Lebern hinzugeben, im Eintopf vermischen und zugedeckt nur noch 3 Minuten im siedenden Eintopf ziehen lassen. Eintopf mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und abschmecken.

Eintopf mit dem Schöpflöffel auf zwei tiefe Suppenteller verteilen. Mit der Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Spaghetti mit Tomaten-Paprika-Thymian-Sauce

Sie bereiten sicherlich gern Pasta zu. Mit klassischen Saucen oder Pestos. Machen Sie sich manchmal auch die Arbeit und überlegen sich eine eigene, kreative Sauce? Vielleicht aus den Zutaten, die Sie gerade im Kühlschrank vorrätig haben?



Feine Sauce mit Tomaten, Paprika und Thymian

Ich habe genau diesen Weg gewählt und eine Sauce zusammengestellt. Aus Tomaten, Paprika und einem Topf frischem Thymian. Ich habe die Sauce noch mit etwas Tomatenmark tomatisiert. Und mit frischem Knoblauch verfeinert. Auf das fertige Gericht kommt dann noch eine gute Portion gehobelter Parmesan.

Sehr lecker. Kochen Sie es einmal nach und schmecken Sie die vielen frischen Aromen. Und lassen Sie sich am besten inspirieren zu eigenen Saucen, die Sie aus den Zutaten, die der Kühlschrank gerade hergibt, zusammenstellen.

Für 2 Personen:

- 340 g Spaghetti
- 10 kleine Cherrytomaten
- 1 rote Paprika
- 4 Knoblauchzehen
- 1 Topf Thymian

- 1 Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 1 EL Tomatenmark
- Grano Padano
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 300 ml Gemüsebrühe
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.



Mit gehobeltem, nicht geriebenem Grano Padano
Knoblauch schälen, mit einem breiten Messer flach drücken und
kleinschneiden.

Ebenso die Zwiebel schälen und kleinschneiden.

Lauchzwiebel putzen und kleinschneiden.

Tomaten ebenfalls kleinschneiden.

Ebenso den Paprika.

Thymian kleinschneiden.

Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel, Lauchzwiebel und Knoblauch darin andünsten. Tomatenmark dazugeben und kurz mit anbraten. Tomaten und Paprika dazugeben und kurz mit anbraten. Mit der Brühe ablöschen. Thymian dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Zugedeckt bei mittlerer Temperatur 15 Minuten köcheln lassen.

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

Sauce abschmecken.

Pasta auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Gemüseragout mit viel Sauce darüber geben.

Mit gehobelten Parmesanspänen dekorieren.

Servieren. Guten Appetit!

**Garnele
suppe
Gemüse
einlage**

mit



Mit Riesengarnelenschwänzen und Gemüse

Sie greifen sicherlich für Brühe oder Fond auch gern einmal zu einem Convenienceprodukt und nutzen nicht immer selbst zubereitete Brühe, die man dann ja auch gut portionsweise für solche Verwendungszwecke einfrieren kann. Man muss nicht unbedingt zu einer Brühe aus Pulver oder Würfeln von namhaften Herstellern zurückgreifen, das ist meistens reine Chemie und nicht so sehr empfehlenswert.

Man kann bei solchen Convenienceprodukten durchaus einmal in der oberen Liga der Produkte spielen und einkaufen. Und kauft für den gewünschten Zweck einen fertigen Fond im Glas. Auch Convenience, aber hochwertig, etwas teurer, aber mit Sicherheit sehr gut und lecker. Denn die Hersteller kochen für diese Fonds aus dem Glas tatsächlich frische Zutaten längere Zeit aus. Und mischen die Brühe nicht aus chemischen Zutaten zusammen.

So haben wir bei diesem Rezept eine Mischung aus einem hochwertigen Convenienceprodukt und sehr vielen frischen Zutaten. Das Ergebnis, das werden Sie sicherlich auch so

sagen, gibt Ihnen recht. Die Brühe ist lecker, gehaltvoll und schmeckt sehr kräftig nach Fisch. Und die Garnelen und die Gemüseeinlage passen gut dazu. Somit haben Sie in wenigen Minuten eine leckere Suppe mit Meeresfrüchten gezaubert.



Mit etwas frischer Petersilie

Für 2 Personen:

- 1 l Fischfond (2 Gläser à 500 ml)
- 225 g Riesengarnelenschwänze (TK-Ware, 1 Packung)
- ein Stück Aubergine
- ein Stück Pastinake
- ein Stück Hokkaidokürbis
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- ein wenig frische Petersilie
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 8 Min.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und in kurze, feine Stifte schneiden. Petersilie kleinwiegen.

Fond in einem Topf erhitzen. Gemüse darin bei mittlerer Temperatur 5 Minuten garen. Garnelen dazugeben und alles nochmals 3 Minuten garen. Petersilie dazugeben.

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

Auf zwei tiefe Suppenteller verteilen. Servieren. Guten Appetit!

Schweinebraten **mit** **Semmelknödeln**

Essen Sie gerne Fleisch? Einen lange geschmorten Braten, bei dem man das Fleisch mit der Gabel zerteilen kann und kein zusätzliches Messer braucht? Unerheblich, ob Schwein oder Rind? Dann sind Sie hier genau richtig.



Leckerer Schweinebraten

Eigentlich ist das ja schon ein klassisches, deutsches Gericht. Schweinebraten, dazu Semmelknödel. Aber nach einigen Versuchen mit veganen Produkten bin ich hier wieder zu meinen Wurzeln zurückgekehrt und haben dieses Fleischgericht zubereitet.

Und ich kann Ihnen sagen, es ist einfach exzellent. Wie man so gern sagt, könnte man sich hineinlegen. Für solch ein Gericht lasse ich gerne vieles anderes stehen und liegen.

Der Schweinebraten, den ich zubereite, ist eigentlich ein Krustenbraten. Allerdings habe ich mir vom Schlachter an der Frischfleischtheke ein passendes, 500 g schweres Stück Schweinebraten geben lassen, das ausgerechnet keine Kruste, aber auch keinen Knochen hatte. Also gibt es nur einen Schweinebraten.

Knödel passen ja auch immer gut dazu. Denn der Schweinebraten wird ganz klassisch sehr lange in einer Sauce im zugedeckten Bräter im Backofen geschmort. Und diese Sauce wird eben auch

für die Knödel benötigt.

So ein frischer Schweinebraten verträgt dann auch gern mal als Beilage ein Convenience-Produkt. Nicht immer müssen Knödel frisch zubereitet werden. Aus diesem Grund gibt es Semmelknödel aus der Packung. Was man ja auch auf den Foodfotos sieht.

Ein herrliches Essen. Kochen Sie es unbedingt nach und schildern Sie mir Ihren Genuss.

Für 2 Personen:

- 500 g Schweinebraten
- 6 Semmelknödel (1 Packung)
- 1 große, weiße Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 6 Knoblauchzehen
- 1 Tomate
- ein Stück frischer Ingwer
- Kreuzkümmel
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 5 Lorbeerblätter
- 600 ml Wasser (2 große Tassen)
- Rapsöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 2 Std.



Und schlotzige Sauce

Schweinebraten auf allen Seiten mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer würzen.

Zwiebel schälen und kleinschneiden. In eine Schale geben.

Lauchzwiebel putzen und in kleine Stücke geben. In die gleiche Schale geben.

Knoblauch schälen, mit einem breiten Messer flach drücken und kleinschneiden und in die gleiche Schale geben.

Ingwer mit einer kleinen, feinen Küchenreibe fein in eine Schale reiben.

Tomate kleinschneiden und zum Ingwer geben.

Backofen auf 170 °C Umluft erhitzen.

Öl in einem Bräter erhitzen. Braten auf allen Seiten kross und knusprig anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben.

Zwiebel, Lauchzwiebel und Knoblauch im Bräter einige Minuten

unter Rühren glasig dünsten.

Schweinebraten wieder hineingeben.

Ingwer und Tomate dazugeben. Lorbeerblätter hinzugeben.

Mit einer Tasse Wasser ablöschen.

Sauce mit einer Prise Zucker würzen.

Bräter für 2 Stunden auf mittlerer Ebene in den Backofen geben. Nach einer Stunde eine zweite Tasse Wasser hineingeben und nochmals eine Stunde weiter schmoren.

Eine halbe Stunde vor Ende der Garzeit Knödel laut Anleitung zubereiten.

Bräter aus dem Backofen nehmen. Schweinebraten mit einem großen Messer auf einem Schneidebrett tranchieren. Jeweils etwa 3 Scheiben auf zwei Teller geben.

Jeweils 3 Knödel auf die beiden Teller verteilen.

Lorbeerblätter aus der Sauce entfernen. Von der Sauce mit den sämigen Zwiebeln und der verkochten Tomate über den Braten und die Knödel geben.

Servieren. Und jetzt wünsche ich wirklich einen sehr guten Appetit!

Schweinebraten mit Kartoffeln und Rosenkohl

Essen Sie gerne Fleisch? Einen lange geschmorten Braten, bei dem man das Fleisch mit der Gabel zerteilen kann und kein

zusätzliches Messer braucht? Unerheblich, ob Schwein oder Rind? Dann sind Sie hier genau richtig.



Zum Hineinlegen lecker ...

Eigentlich ist das ja schon ein klassisches, deutsches Gericht. Schweinebraten, dazu Salzkartoffeln und Rosenkohl. Aber nach einigen Versuchen mit veganen Produkten bin ich hier wieder zu meinen Wurzeln zurückgekehrt und haben dieses Fleischgericht zubereitet.

Und ich kann Ihnen sagen, es ist einfach exzellent. Wie man so gern sagt, könnte man sich hineinlegen. Für solch ein Gericht lasse ich gerne vieles anderes stehen und liegen.

Der Schweinebraten, den ich zubereite, ist eigentlich ein Krustenbraten. Allerdings habe ich mir vom Schlachter an der Frischfleischtheke ein passendes, 500 g schweres Stück Schweinebraten geben lassen, das ausgerechnet keine Kruste, aber auch keinen Knochen hatte. Also gibt es nur einen Schweinebraten.

Kartoffeln passen ja auch immer gut dazu. Denn der Schweinebraten wird ganz klassisch sehr lange in einer Sauce im zugedeckten Bräter im Backofen geschmort. Und diese Sauce wird eben auch für die Kartoffeln benötigt.

Und da wir jetzt Herbst haben, ist ja auch Kohlzeit. Also gibt es frischen Rosenkohl vom Feld als zweite, gemüsige Beilage.

Ein herrliches Essen. Kochen Sie es unbedingt nach und schildern Sie mir Ihren Genuss.

Für 2 Personen:

- 500 g Schweinebraten
- 10 mittelgroße Kartoffeln
- 500 g Rosenkohl
- 1 große, weiße Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 6 Knoblauchzehen
- 1 Tomate
- ein Stück frischer Ingwer
- Kreuzkümmel
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 5 Lorbeerblätter
- 600 ml Wasser (2 große Tassen)
- Rapsöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 2 Std.



Mit leckerem Schweinebraten

Schweinebraten auf allen Seiten mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer würzen.

Zwiebel schälen und kleinschneiden. In eine Schale geben.

Lauchzwiebel putzen und in kleine Stücke geben. In die gleiche Schale geben.

Knoblauch schälen, mit einem breiten Messer flach drücken und kleinschneiden und in die gleiche Schale geben.

Ingwer mit einer kleinen, feinen Küchenreibe fein in eine Schale reiben.

Tomate kleinschneiden und zum Ingwer geben.

Backofen auf 170 °C Umluft erhitzen.

Öl in einem Bräter erhitzen. Braten auf allen Seiten kross und knusprig anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben.

Zwiebel, Lauchzwiebel und Knoblauch im Bräter einige Minuten

unter Rühren glasig dünsten.

Schweinebraten wieder hineingeben.

Ingwer und Tomate dazugeben. Lorbeerblätter hinzugeben.

Mit einer Tasse Wasser ablöschen.

Sauce mit einer Prise Zucker würzen.

Bräter für 2 Stunden auf mittlerer Ebene in den Backofen geben. Nach einer Stunde eine zweite Tasse Wasser hineingeben und nochmals eine Stunde weiter schmoren.

Eine halbe Stunde vor Ende der Garzeit Kartoffeln schälen. Rosenkohl putzen.

Wasser in einem Topf erhitzen und leicht salzen. Kartoffeln darin 5 Minuten garen. Dann den Rosenkohl hinzugeben und beides noch 10 Minuten weitergaren.

Bräter aus dem Backofen nehmen. Schweinebraten mit einem großen Messer auf einem Schneidebrett tranchieren. Jeweils etwa 3 Scheiben auf zwei Teller geben.

Rosenkohl aus dem Topf nehmen, in eine Schüssel geben und leicht salzen. Das gleiche mit den Kartoffeln machen.

Rosenkohl und Kartoffeln auf die beiden Teller verteilen.

Lorbeerblätter aus der Sauce entfernen. Von der Sauce mit den sämigen Zwiebeln und der verkochten Tomate über den Braten und die Kartoffeln geben.

Servieren. Und jetzt wünsche ich wirklich einen sehr guten Appetit!

Gemüsepfanne Knödelscheiben

mit



Mit kross gebratenen Klößescheiben

Im Sommer und auch jetzt im Spätsommer sind Gerichte, die leicht, frisch und vor allem gut zu verdauen sind, immer erste Wahl. Man will sich schließlich bei den noch hohen Temperaturen nicht den Bauch so vollschlagen, dass man ein schweres Völlegefühl hat.

Sie haben daher bei diesem Rezept für eine Gemüsepfanne, verfeinert mit kross und knusprig gebratenen Knödelscheiben, eine gute Empfehlung für solch ein Gericht.

Außer den Knödelscheiben kommt nur Gemüse in das Pfannengericht. Eine kleine Ausnahme bildet der Parmigiano Reggiano, mit dem Sie das Gericht in den tiefen Tellern vor dem Servieren verfeinern.

Für 2 Personen:

- 6 Kartoffelknödel (Packung)
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- ein Stück frischer Ingwer
- 1 Zucchini
- 1 Salatgurke
- 2 rote Spitzpaprika
- Paprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Parmigiano Reggiano

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 30 Min.



Gut verdaubar

Kartoffelknödel nach Anleitung auf der Packung zubereiten.

Gemüse putzen und grob zerkleinern, so die Zucchini,

Salatgurke und Spitzpaprikas nur in dicke Scheiben respektive Ringe schneiden.

Knödel in dicke Scheiben schneiden.

Eine große Portion Öl in zwei große Pfannen erhitzen. Knödelscheiben auf beiden Seiten jeweils 5–10 Minuten kross und knusprig braten. Herausnehmen, auf einen Teller geben und erkalten lassen. Knödelscheiben halbieren.

Nochmals eine große Portion Öl in die zwei Pfannen geben. Die Hälfte der Lauchzwiebeln und des Knoblauchs andünsten. Zucchini und Spitzpaprika dazugeben. Kurz anbraten. Salatgurke dazugeben. Ingwer auf einer feinen Küchenreibe über die Pfanneninhalte reiben, Alles gut mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Zugedeckt 5 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Knödelscheiben dazugeben. Ebenfalls zugedeckt etwa 5 Minuten nur noch erhitzen lassen.

Pfanneninhalte auf zwei tiefe Teller verteilen. Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit

Schweinebauch - Butternusskürbis - Pfanne

Herbst ist Kürbiszeit. Die ersten Butternuss- und Hokkaidokürbise werden beim Discounter und Supermarkt schon angeboten. Beide sind deswegen bei den Kunden so beliebt, weil sie den Vorteil haben, dass man die Schale nicht entfernen, sondern mitverarbeiten und mitessen kann. Das ist ein großer Vorteil gegenüber den Sorten, bei denen man nicht nur

Kerngehäuse, sondern auch mühsam die Schale entfernen muss.



Mit Kürbiskernöl verfeinert

Und ein Gericht mit Kürbis sollte auch entsprechend dekoriert und in Szene gesetzt werden. Es schreit geradezu danach, dass man es mit einem guten Kürbiskernöl verfeinert. Ich empfehle dazu gern ein steirisches Kürbiskernöl, das den Zusatz „g.g.A.“ trägt, was „Geschützte geografische Angabe“ bedeutet. Bitte googlen Sie einmal danach, was diese Angabe im Detail bedeutet. Das Etikett des Kürbiskernöls wirbt noch mit einem „Kräftig nussig-röstigen Geschmack“. Und das Öl ist wirklich exzellent und unterstreicht den Geschmack des Butternusskürbis noch zusätzlich. In der Flasche hat es eine leicht dunkelbraune Farbe, auf weißem Porzellan oder Steingut nimmt es jedoch eine dunkelgrüne Farbe an, was manchmal ein wenig verwunderlich ist.

Als weitere Hauptzutat außer dem Butternusskürbis kommt Schweinebauch in das Pfannengericht, eine meiner Lieblingsfleischsorten. Alles in allem ein exklusives Pfannengericht, das sehr frisch schmeckt und sehr gut bekommt.

Nicht nur wegen des außergewöhnlichen Kürbiskernöls.

Für 2 Personen:

- 4 Scheiben Schweinebauch (etwa 400 g)
- Fleischgewürzmischung
- Salz
- Zucker
- 1 kleiner Butternusskürbis
- 4 Bündel Petersilie
- 4 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- Kürbiskernöl
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 15 Min.



Und leckerem Butternusskürbis
Schweinebauchscheiben quer in schmale Streifen schneiden und
in eine Schale geben.

Kürbis putzen, halbieren und Kerngehäuse entfernen. Quer in dicke Scheiben schneiden. Diese dann in kleine Würfel. In eine Schüssel geben.

Lauchzwiebeln und Knoblauch putzen, schälen, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Petersilie mit dem Wiegemesser kleinwiegen und in eine Schale geben.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Lauchzwiebeln und Knoblauch darin kurz andünsten. Sofort den Kürbis hinzugeben und 10 Minuten garen und Röststoffe bilden lassen, dabei gelegentlich umrühren.

Schweinebauch dazugeben und einige Minuten mit braten. Kräftig mit der Fleischgewürzmischung würzen. Dann noch mit Salz und einer Prise Zucker.

Kurz vor Ende der Garzeit Petersilie dazugeben, untermischen und nur noch erhitzen.

Pfannengericht auf zwei tiefe Teller verteilen. Mit Kürbiskernöl verfeinern. Servieren. Guten Appetit!

Überbackene Maccheroni mit Avocado-Zucchini-Pesto



Von Pasta und Pesto nicht mehr viel zu sehen ...

Sie haben ab und zu sicherlich auch einmal Guacamole vorrätig. Sie kennen das, das ist ein Avocado-Dip aus der mexikanischen Küche. Der zum allergrößten Teil aus Avocados besteht. Und nur noch einige kräftige Gewürze enthält. Geeignet zum Dippen für Brot, Fleisch oder andere Dinge.

Sie können diese Guacamole aber auch anders verwenden, wenn Sie auf Dippen keine Lust haben. Geben Sie sie einfach mit anderem Gemüse in den Kochtopf und zaubern Sie ein leckeres Pesto für Nudeln daraus.

In diesem Fall kommen noch eine reife Avocado dazu, dann Zucchini und Lauchzwiebel. Die Zucchini wird in kleine Würfel geschnitten. Und das Pesto ausdrücklich nicht mit dem Stampfgerät oder dem Pürrierstab fein gestampft oder püriert. Denn es soll mit den Zucchiniwürfeln noch ein wenig Biss und Crunch haben.

Für eine leichte Schärfe sorgt eine grüne Peperoni. Und für etwas mehr Flüssigkeit kommt noch Kokosmilch in das Pesto, das

damit dann auch ein wenig mild ausfällt.

Von den Nudeln und dem Pesto ist dann aber vor dem Servieren nicht mehr viel zu sehen. Denn beides kommt in zwei große Schalen und darin werden Nudeln und Pesto noch mit Käse im Backofen unter der Grillschlange gratiniert. Kross und knusprig,

Für 2 Personen:

- 375 g Maccheroni
- 200 g Emmentaler (gewürfelt)
- 100 g Guacamole (Packung)
- 1 (überreife) Avocado
- 1 kleine Zucchini
- 1 Lauchzwiebel
- 1 grüne Peperoni
- 100 ml Kokosmilch
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 9 Min.



Würzig überbacken

Zucchini putzen und in kleine Würfel schneiden. In eine Schale geben.

Lauchzwiebel und Peperoni putzen und ebenfalls kleinschneiden. In eine Schale geben.

Avocado schälen, entkernen und Fruchtfleisch in eine Schale geben.

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

Öl in einem Topf erhitzen. Avocadofleisch darin abraten. Mit dem Löffel zu einem Mus zerdrücken. Restliches Gemüse dazugeben und mit erhitzen. Guacamole dazugeben. Kokosmilch hinzugeben. Alles mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen, vermischen und abschmecken. Kurz köcheln lassen.

Nudeln zum Pesto geben. Alles gut vermengen.

Grillschlange im Backofen auf 200 °C erhitzen.

Nudeln mit Pesto auf zwei große Schalen verteilen.

Jeweils die Hälfte der Käsewürfel auf die Pasta geben.

Für 10 Minuten unter die Grillschlange geben.

Schalen vorsichtig mit den Backofen-Handschuhen herausnehmen.
Servieren. Guten Appetit!

Pansenragout in Paprika- Sahne-Weißwein-Sauce mit Farfalle



Mit leckerem Pansen

Sie essen sicherlich von Zeit Zeit auch mal gern ein gutes

Gulasch oder Ragout. Ich habe da einen Tipp für Sie. Verwenden Sie einmal statt Muskelfleisch einfach eine Innereie wie Pansen. Damit können Sie auch ein hervorragendes Ragout zubereiten. Das nach langer Schmorzeit sehr schlotzig, würzig und lecker gelingt.

Normalerweise muss man Pansen vor der eigentlichen Zubereitung einige Stunden in Gemüsebrühe vorbereiten. Erst dann können Sie ihn für die weitere Verwendung verwenden. Aber da Sie hier den Pansen mehrere Stunden in einer leckeren Sauce schmoren, kann man das wegfällen lassen, und Sie können den Pansen direkt so, wie Sie ihn vom Schlachter bekommen – natürlich gereinigt – verwenden.

Die Sauce wird aus Sahne, Weißwein und einigen Gewürzen gebildet. Und als Sättigungsbeilage gibt es leckere italienische Pasta.

Ein Rezept, das man durchaus einmal im Monat auf den Speiseplan stellen kann. Denn es ist sehr lecker. Und lässt sich dann natürlich auch mit diversen anderen Sättigungsbeilagen, wie Reis, Kartoffeln, Hirse, Bulgur o.a. zubereiten.

Für 2 Personen:

- 400 g gereinigter und vorgegarter Pansen
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 200 ml Kochsahne
- Soave
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 2 TL edelsüßes Paprikapulver
- 375 g Farfalle
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Schmorzeit 3 Stdn.



Mit Farfalle als Sättigungsbeilage

Pansen in grobe Stücke zerteilen und in eine Schüssel geben.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden. In eine Schale geben.

Öl in einem Topf erhitzen und Gemüse darin kurz andünsten. Dann den Pansen dazugeben und mit anbraten.

Mit der Sahne und einem guten Schluck Wein ablöschen.

Paprika, Salz, Pfeffer und eine Prise Zucker dazugeben.

Alles gut vermischen und zugedeckt bei geringer Temperatur drei Stunden schmoren.

Kurz vor Ende der Garzeit Pasta in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 11 Minuten garen.

Sauce abschmecken.

Pasta auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Das Ragout mit viel Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!