

Schweinebauch und Brat-Gemüse

Leckerer Schweinebauch, in dünne Scheiben geschnitten. Gewürzt mit Steakpfeffer und Salz. Gebraten in der Pfanne in gutem Olivenöl.

Dazu ein Brat-Gemüse mit einer Mischung aus sechs verschiedenen Gemüsesorten. Einfach ebenfalls in der Pfanne im Olivenöl gebraten.

Wenig Aufwand. Bis auf das Putzen und Schälen des Gemüses wenig Zeit für die Zubereitung.

Und in fünf Minuten in der Pfanne gebraten.

Beim Vorbereiten des Gemüses das Fenchelgrün nicht wegwerfen. Das dürfen Sie nicht. Schneiden Sie es klein und bewahren Sie es auf für das Garnieren des Brat-Gemüses vor dem Servieren.

[amd-zlrecipe-recipe:663]

Gemüse-Tarte

Sechs verschiedene Gemüse-Sorten. Leicht gewürzt mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Dazu geriebener Gouda. Und für die Füllmasse als Eierstich Eier und Schlagsahne.

Nicht zu vergessen den schönen Hefeteig, der beim Backen schön aufgeht.

Das Resultat ist eine pikante, herzhaft Tarte mit viel Gemüse, die sogar vegetarisch daher kommt, weil ich auf Würstchen oder Speck für die Tarte verzichtet habe.

[amd-zlrecipe-recipe:662]

Pute, Gemüse und Penne Rigate

Hier bereite ich ein Gericht mit Putenfleisch, verschiedenen Gemüsesorten und etwas Pasta vor.

Für diese Art der Zubereitung reicht mein Vorrat an Penne Rigate gerade noch aus.

Das Putenfleisch schneide ich in kurze Streifen.

Das Gemüse zerkleinere ich grob. Nur Zwiebeln und Knoblauchzehen werden kleingeschnitten.

Ich würze mit rosenscharfem Paprika-Pulver, Salz, Pfeffer und Zucker. Und bilde ein kleines Sößchen aus einem Schuss Soave für die Pasta.

[amd-zlrecipe-recipe:644]

Lauch-Mangold-Speck-Auflauf

Hier bereite ich einen einfachen Auflauf vor. Für das Gemüse verwende ich Lauch und Mangold.

Als würzige Zutat wähle ich durchwachsenen Bauchspeck.

Ich backe das Ganze in selbst zubereitetem Gemüsefond.

Ich habe zum Überbacken leider keinen geriebenen Gouda oder

Mozzarella vorrätig, also verwende ich ausnahmsweise einmal Parmesan.

Der Auflauf gelingt auch mit diesem Käse. Er ist sehr schmackhaft, das Gemüse noch sehr frisch und knackig und der Fond sehr lecker.

[amd-zlrecipe-recipe:639][amd-zlrecipe-recipe:639]

Hähnchen-Gemüse-Eintopf

Sie bereiten sicherlich auch ab und zu einen Eintopf zu. Das ist einfach gemacht, der Eintopf kann einfach einige Zeit auf dem Herd köcheln und er schmeckt meistens sehr lecker.

Einen Eintopf kann man mit den unterschiedlichsten Zutaten zubereiten. Entweder mit viel Kartoffeln. Oder man wählt diverses Gemüse. Oder eventuell auch mit Fleisch. Auch mit Reis kann man einen leckeren Eintopf zubereiten.

Ich habe für diesen Eintopf als Fleisch ein Hähnchenbrustfilet gewählt. Dazu für mehr Geschmack und ein rauchiges Aroma kleingewürfelten, rohen Schinken. Des Weiteren diverse Gemüsesorten wie Bohnen, Mangold, Champignons, Schalotten und Knoblauch. Und noch zusätzlich viele Kartoffeln.

Ich bereite den Eintopf mit selbst zubereitetem Gemüsefond zu. Dadurch wird er sehr lecker. Des Weiteren gebe ich beim Zubereiten noch drei Lorbeerblätter hinzu.

[amd-zlrecipe-recipe:398]