

Quinoa-Mandel-Kuchen



Feiner Kuchen

Aus Quinoa wird auch Brot gebacken. Also sollte man auch Kuchen damit zubereiten. Nein, das geht nicht? Sicherlich geht das. Ich habe es ausprobiert. Ich habe einfach Quinoa in meine Getreidemühle gegeben, diesen zu Mehl gemahlen und ihn anstelle von Weizenmehl verwendet. Und der Kuchen ist sehr fein und zart geworden.

Ich habe anstelle des für einen Rührkuchen zu verwendenden Weizenmehls einfach gemahlenen Quinoa genommen. Dazu habe ich noch geriebene Mandeln gegeben, die ich noch vorrätig hatte. Die Menge, die mir für 500 g Mehl fehlte, habe ich dann mit normalem Weizenmehl aufgestockt.

Probieren Sie es einfach einmal aus. Der Kuchen schmeckt sehr gut.

Zutaten:

- [Grundrezept](#)

Anstelle 500 g Weizenmehl:

- 330 g gemahlener Quinoa
- 60 g gemahlene Mandeln
- 110 g Weizenmehl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Backzeit 60 Min.

Quinoa in einer Getreidemühle in eine Schüssel fein mahlen. Mandeln in einer Küchenmaschine grob reiben und in die Schüssel geben. Weizenmehl dazugeben.

Rührkuchen gemäß Grundrezept zubereiten und das Mehl in der Schüssel für den Rührteig verwenden.

Nach dem Erkalten Kuchen mit Puderzucker bestäuben.

Stierhoden-Ragout mit Quinoa



Sehr schmackhaftes Ragout

Ein Ragout mit Stierhoden, Speck und Tomaten. Dazu koche ich

das erste Mal mit Quinoa, das bewundert und als sehr schmackhaft angepriesen wird. Quinoa erinnert sehr stark an Hirse.

Stierhoden haben eine feste Haut, die man nicht essen kann. Am besten friert man die Stierhoden ein. Dann lässt man sie eine Stunde auftauen. Ergebnis: Das Drüsengewebe der Hoden ist noch gefroren und fest. Die äußere Haut ist jedoch aufgetaut und weich. Man schneidet sie ein und zieht sie einfach ab. Dann zerkleinert man das Drüsengewebe der Hoden für das Ragout.

Die Sauce des Ragouts bereite ich mit Tomaten aus der Dose und trockenem Weißwein zu. Die Sauce lasse ich aber stark reduzieren, so dass das Ragout sehr dickflüssig wird.

Die Hoden sind nach dem Garen sehr zart. Und das Gericht ist sehr würzig.

Mein Rat: Wer es etwas würziger haben möchte, gart das Quinoa nicht in kochendem Wasser, sondern in Gemüsefond.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Stierhoden
- 120 g Speck
- 3 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- Olivenöl
- 1 rote Chili-Schote
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 2 Kardamomkapseln
- Zimt
- 2 EL süßes Paprika-Pulver
- 1 Dose geschälte Tomaten (400 g)
- 300 ml trockener Weißwein
- 1–2 TL Zucker
- Salz
- Pfeffer
- Quinoa

- Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 60 Min.

Hoden nach oben beschriebener Vorgehensweise häuten. Längs dritteln, dann jede Scheibe längs halbieren und grob in Stücke schneiden.

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Chili-Schote putzen und quer in Ringe schneiden. Speck in kurze Streifen schneiden. Petersilie kleinwiegen.

Öl in einem Topf erhitzen und Hoden, Speck, Zwiebeln, Knoblauch und Chili-Schote darin kräftig anbraten. Tomaten hinzugeben und mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken. Mit Weißwein ablöschen. Mit Kreuzkümmel, Kardamom, einer Prise Zimt und Paprika-Pulver würzen. Alles verrühren. Zucker hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Sauce abschmecken. Bei geringer Temperatur 45 Minuten zugedeckt köcheln lassen. Die letzten 15 Minuten ohne Deckel auf ein Drittel der Flüssigkeit reduzieren. Dabei gut mit dem Kochlöffel rühren, damit das Ragout nicht am Topfboden anbrennt.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Quinoa nach Anleitung zubereiten.

Nochmals Sauce abschmecken. Quinoa in zwei tiefe Teller geben. Ragout großzügig darüber verteilen. Mit Petersilie garnieren. Servieren.