

# Schweineschnitzel mit Maultaschen



## Nachtsnack

Gestern gab es mal wieder eine Nachtschicht für den Kunden und somit ein sehr spätes ... ähhhhh, frühes Essen. Es sollte schnell zuzubereiten sein, aber etwas essen musste ich ja noch. Wegen der frühen Stunde der Zubereitung und des Essens gibt es auch nur ein einfaches Foto mit dem Blitzgerät gemacht.

Die Schnitzel habe ich entgegen aller sonstigen Ratschläge nur 1-1  $\frac{1}{2}$  Minuten auf jeder Seite gebraten, womit sie medium gegart wurden und innen noch etwas rosé waren. Der beim Entspannen des Fleisches austretende Fleischsaft war auch sehr lecker.

Der Einfachheit halber und für eine schnellere Zubereitung habe ich dazu nur noch Maultaschen in Brühe erhitzt. Dann Schnitzel und Maultaschen auf einen Teller gegeben, Schnitzel

mit Salz und Pfeffer gewürzt und über beides frisch geriebenen Parmesan und Zitronensaft gegeben.

**Zutaten für 1 Person:**

- 2 Schweineschnitzel
- 6 Maultaschen
- Parmesan
- $\frac{1}{2}$  Zitrone (Saft)
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl

**Zubereitungszeit:** 5 Min.

---

# Fleisch



Nackensteak

Die letzten zwei Wochen waren kulinarisch etwas mager, denn es mangelte an Geld und ich musste darben. Also wurden die letzten Vorräte im Küchenschrank und Kühlschrank aufgebraucht. Und auch auf das ein oder andere Produkt oder teilweise schon zubereitete Gericht aus dem Tiefkühlschrank zurückgegriffen. Sehr kreativ kochen kann man so natürlich nicht, wenn es an allem fehlt. Heute war auf dem Konto wieder alles im grünen Bereich und ich habe gleich den Discounter leergekauft. Und es gab gleich das, was ich die letzte Zeit mit viel Gemüse und Mehlspeisen vermisst hatte: Fleisch. Nur mit etwas Speck, Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel und einem leckeren Sößchen. Zwar waren es nur zwei Schweine-Nackensteaks, aber sie waren dennoch lecker. Und morgen geht es mit südamerikanischen Entrécôtes weiter. Versteht sich.

### **Zutaten für 1 Person:**

- 2 Schweine-Nackensteaks
- 60 g Speckstreifen
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 3 TL Pesto (Basilikum/Hartkäse)
- 150 ml Gemüsefond
- etwas Condimento Bianco
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl
  
- einige Blättchen frische Petersilie und Majoran

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 15 Min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und Speckstreifen und Gemüse darin kräftig anbraten. Herausnehmen, Nackensteaks in die Pfanne geben und auf beiden Seiten jeweils 2 Minuten ebenfalls kräftig anbraten.

Herausnehmen, auf einen Teller geben, auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und warmstellen. Speck und Gemüse wieder in die Pfanne geben, mit etwas Weißweinessig ablöschen, Fond hinzugeben und den Bratensatz vom Pfannenboden ablösen. Pesto hinzugeben, Sauce gut verrühren und ganz kurz köcheln lassen. Speck und Gemüse auf den beiden Steaks verteilen, Sauce großzügig darüber geben und mit etwas kleingehackten, frischen Petersilie- und Majoranblättchen garnieren.

---

## Hackfleisch asiatisch auf Reis



Hackfleisch auf Reis

Wie soll man ein Rezept nennen, wenn man eine indische und zwei indonesische Saucen verwendet? Also auf den übergeordneten Begriff zurückgreifen und ein asiatisches

Hackfleisch zubereiten. Die Sauce bekommt auch noch frischen Ingwer und scharfen Senf, und wird kräftig reduziert. Den Ingwer habe ich diesmal nicht mit angebraten, sondern im Stück in der Sauce mitgegart, um eine bittere Sauce zu vermeiden. Die Sauce war leider dennoch ein wenig bitter, vermutlich lag es an der Ingwerwurzel. Das Gericht wird natürlich, da asiatisch, mit Reis serviert.

### **Zutaten für 1 Person:**

- 250 g Hackfleisch
- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- 1 daumengroßes Stück Ingwer
- 1 TL scharfer Senf
- 3 TL Tandooripaste
- $\frac{1}{2}$  TL Sambal Brandal
- $\frac{1}{2}$  TL Sambal Manis
- 350 ml Wasser
- 3 frische Lorbeerblätter
- gewürztes Olivenöl (Chili, Kräuter, Knoblauch)
  
- Reis
  
- Wurzelgrün

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 70 Min.

Schalotten und Knoblauchzehen schälen. Schalotten halbieren und quer in Scheiben schneiden. Knoblauch kleinschneiden. Ingwer schälen. Öl in einem kleinen Topf erhitzen und Hackfleisch, Schalotten und Knoblauch darin kräftig anbraten. Mit dem Wasser ablöschen. Asiatische Saucen hinzugeben und alles verrühren. Dann noch Senf und Lorbeerblätter hinzugeben. Ingwer im Ganzen hinzugeben. Ohne Deckel bei geringer Hitze 60 Minuten auf ein Drittel der Sauce reduzieren. Gegen Ende der Garzeit Reis nach Anleitung zubereiten. Lorbeerblätter und Ingwer aus der Sauce nehmen. Sauce abschmecken. Reis in einen tiefen Teller geben, die Hackfleischsauce darüber verteilen

und mit Wurzelgrün garnieren.

---

# Gefüllter Schweinerückenbraten in schwarzer Knoblauch-Bohnen- Sauce mit Champignon-Bulgur



Gefüllter Braten mit Reis

Diesmal gibt es einen gefüllten Schweinerückenbraten asiatisch angehaucht. Du kennst schwarze Knoblauch-Bohnen-Sauce? Du hast sie sicherlich schon einmal beim Asia-Imbiss in einem Gericht gegessen. Aber Du kannst darin auch einen Braten garen. Du isst hoffentlich gerne Knoblauch? Denn sowohl in der Sauce wie auch in der Füllung des Bratens ist eine Menge davon. Bulgur ist Dir sicherlich aus der türkischen oder orientalischen

Küche bekannt. Er eignet sich mit dieser schmackhaften Sauce gut als Beilage. Du wirst überrascht sein, welche äußerst wohlschmeckende Sauce sich beim Garen bildet. Und über dieses Gericht mit Einflüssen aus drei Kulturkreisen.

### **Zutaten für 1 Person:**

- 1 Scheibe Schweinerückenbraten, etwa 250 g
- 2 Lauchzwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 4 große Champignons
- 1 TL schwarze Knoblauch-Bohnen-Sauce
- 300 ml Wasser
- $\frac{1}{2}$  Tasse Bulgur
- Sesamsaat
- Öl

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 40 Min.

Schwarte des Schweinerückenbratens mit einem scharfen Messer einige Male einschneiden. Braten längs bis fast zur Schwarte tief einschneiden. Lauchzwiebeln putzen und längs halbieren. In Stücke entsprechend der Länge des Bratens schneiden. Knoblauchzehen schälen und in dünne Scheiben schneiden. Eine Champignon in Scheiben schneiden. Die restlichen kleinschneiden. Öl in einer kleinen Pfanne erhitzen und die kleingeschnittenen Champignons darin anbraten. Beiseite stellen.

Schweinerückenbraten mit den Lauchzwiebelstücken und Knoblauch- und Champignonscheiben füllen und mit Küchengarn 2–3 Mal quer zusammenbinden. Öl in einem großen Topf erhitzen und den Braten auf beiden Seiten kross anbraten. Mit Wasser ablöschen und schwarze Knoblauch-Bohnen-Sauce hinzugeben. Zugedeckt bei geringer Temperatur 30 Minuten köcheln lassen.

Währenddessen 1  $\frac{1}{2}$  Tassen Wasser in einem Topf erhitzen, Bulgur hinzugeben, zum Kochen bringen, Herdplatte ausschalten und 10–15 Minuten nur noch ziehen lassen. Durch ein Sieb und in

eine Schüssel geben und mit den Champignonsstückchen vermischen. Etwas Sesamsaat in einer kleinen Pfanne ohne Fett erhitzen und leicht rösten.

Schweinerückenbraten herausnehmen, Küchengarn entfernen und auf einen Teller geben. Eventuell den Braten mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Champignon-Bulgur daneben geben und ein wenig von der Schwarzen-Bohnen-Sauce darüber verteilen. Sesamsaat über den Braten geben und alles servieren.

---

## Aus der Pfanne



„Was Ihr wollt!“

Du willst es? Du kriegst es! Fleisch mit Pasta. Du hast kein Geld? Macht nichts! Frische Pasta bekommst Du beim Discounter für wenig Geld. Holzfällersteak ist das Entrécôte des armen Mannes. Das gibt's auch für wenig Geld bei Deinem Schlachter. Frag ihn danach! Du kannst nicht kochen? Brauchst Du nicht



können! Stell eine Pfanne auf den Herd und stell die Herdplatte an. Gib Öl und die Zutaten hinein. Der Herd macht alles von allein. Pasta bekommt 10 Minuten, das Steak auf jeder Seite 2  $\frac{1}{2}$  Minuten. Nur das Rühren bei der Pasta nicht vergessen! Auf Salz und Pfeffer wird diesmal verzichtet. Das Steak bekommt einige Spritzer dunkle Sojasauce. Kennst Du vom China-Imbiss! Das bekommt auch der Pasta, wenn etwas rüberschwappt. Und nicht vergessen, Holzfällersteak ist Schweinefleisch. Also, gut durchbraten!

#### **Zutaten für 1 Person:**

1 Holzfällersteak, ca. 400 g  
250 g frische Eierspätzle  
etwas dunkle Sojasauce  
Öl

---

## **Holzfällersteak mit Spargel und Frischkäsesauce**



Steak, Spargel, Käsesauce

Das Holzfällersteak – Entrécôte des armen Mannes – sollte es eigentlich für Papa am Vatertag geben. Aufgrund verschiedener Umstände, darunter auch einige abendliche Spielfilme, wurde es spät und dann war der Feiertag vorbei. Das Steak wird in hochofentem Öl auf jeder Seite 2–3 Minuten scharf gebraten, der danach auf dem Teller austretende Fleischsaft zeigt, dass es nicht Trockengebieten wurde. Gewürzt wird sparsam nach dem Braten nur mit Salz und schwarzem Pfeffer. Dazu gab es ein Pfund frischer Spargel. Für die Sauce hatte ich – mangels Butter und Milch für eine Béchamelsauce oder sogar nur eine einfache Mehlschwitze – drei Alternativen. Einmal hatte ich geriebenen Emmentaler, der mit 45 % Fettanteil sicher in Weißwein zu einer Käsesauce geschmolzen wäre. Zum anderen einen dänischen Schnittkäse, Caverna, dessen Schmelzfähigkeit mit 15,5 % Fettanteil jedoch fraglich war. Und schließlich eine Frischkäsezubereitung mit Ananas, Papaya und Mandeln mit 25 % Fett. Letztere erscheint zwar ein wenig unpassend, aber Frischkäse schmilzt und bildet eine sämige Sauce. Zusammen mit dem Weißwein ergibt sich dann eine Käsesauce, die süß, fruchtig und leicht säuerlich schmeckt,

gut zu den Spargeln passt, und die Mandelsplitter bieten noch etwas Knabberspaß. Gewürzt wird die Frischkäsesauce trotz der Fruchtanteile mit Salz, weißem Pfeffer und Muskat. Meine Standard-Kräuter-Würze getrocknetes Wurzelgrün dient zum Garnieren des Gerichts.

### **Zutaten für 1 Person:**

- 1 Holzfällersteak, etwa 400 g
- 500 g Spargel
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 60 g Ananas-Papaya-Mandel-Frischkäsezubereitung
- trockener Weißwein
- Muskat
- Salz
- weißer Pfeffer
- schwarzer Pfeffer
- Öl

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

Spargelenden abschneiden und Spargel schälen. Wasser in einem großen Topf erhitzen und die Spargel 12–15 Minuten darin garen. Währenddessen Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Öl in einem Topf erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Mit einem großen Schuss Weißwein ablöschen und den Frischkäse dazugeben und darin auflösen. Mit einem Schneebesen gut verrühren. Mit Salz, weißem Pfeffer und Muskat würzen und abschmecken. Warmstellen.

Hoherhitzbares Öl in einer Pfanne erhitzen und das Holzfällersteak auf beiden Seiten jeweils 2–3 Minuten kräftig anbraten. Auf beiden Seiten mit Salz und schwarzem Pfeffer würzen und das Steak auf einen Teller geben. Die Spargel daneben legen und die Frischkäsesauce über die Spargel geben. Mit etwas Wurzelgrün garnieren.

---

# Gulasch „Spezial“ mit Eierspätzle



Fleisch mit Pasta

So richtig passt das nicht zusammen, denn das Gulasch wird in einer Marinade aus asiatischen Saucen mariniert. Und dazu dann schwäbische Eierspätzle. □ Aber man kann auch einfach sagen: Fleisch mit Pasta. Dann passt es besser. Und wie immer das Gulasch mit viel Zwiebeln und einigen Champignons zubereitet und sehr lange köcheln lassen, um einen runden Geschmack zu bekommen.

Das Gulasch schmeckt nach dem Zubereiten und Reduzieren der Sauce ungewohnt, aber sehr aromatisch. Sriracha liefert Schärfe, Chilipaste ein wenig Süße, Sojasauce, Rotwein, Rotweinessig und Tomatenmark geben Bindung, Farbe und runden den Geschmack ab. Die als erstes angebratenen Sardellen sind

nur ganz schwach im Hintergrund zu schmecken und machen die Sauce harmonisch. Nach dem Reduzieren auf ein Drittel der ursprünglichen Sauce hat sie auch keine rötliche Chilifarbe mehr, sondern nimmt eine schöne, braune Gulaschfarbe an. Und das Fleisch selbst ist nach 1,5-stündigem Köcheln natürlich butterweich. Versteht sich!

### **Zutaten für 1 Person:**

- 250 g Gulasch (Schwein)
- 2 große Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 4 große Champignons
- 3–4 in Öl eingelegte Sadellen
- 1 TL Tomatenmark
- trockener Rotwein
- 2 TL Aceto Balsamico di Modena
- 500 ml Wasser
- Salz
- Sardellenöl

### *Für die Marinade:*

- 3 TL helle Sojasauce
- 1 EL Chilipaste mit Sojabohnenöl
- 1 TL Sriracha (scharfe ChilisaUCE)
  
- 250 g Eierspätzle

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 10 Min. | Marinierzeit 2–3 Stdn. | Garzeit 1 Std. 30 Min.

Zutaten für die Marinade in eine Schüssel geben und verrühren. Gulasch eventuell noch etwas klein schneiden, dann in die Schüssel geben und gut mit der Marinade vermischen. 2–3 Stunden im Kühlschrank marinieren lassen.

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und in grobe Stücke schneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden.

Champignons halbieren und auch in grobe Stücke schneiden. Sardellen mit etwas von dem Öl, in dem sie eingelegt sind, in einen großen Topf geben, erhitzen und anbraten. Wenn sie genügend angebraten sind, zerfallen sie meist in kleine Stücke. Gulasch mit der restlichen Marinade dazugeben und anbraten. Zwiebel, Knoblauch und Lauchzwiebel dazugeben und mit anbraten. Dann das Tomatenmark hinzugeben und kräftig anbraten. Champignons hinzugeben, mit einem großen Schuss Rotwein ablöschen und die Röststoffe mit dem Kochlöffel vom Topfboden lösen. Rotweinessig und Wasser hinzugeben. Mit Salz würzen, alles gut verrühren und zugedeckt bei mittlerer Temperatur 30 Minuten köcheln lassen. Dann ohne Deckel nochmals etwa 60 Minuten garen und die Sauce auf ein Drittel reduzieren. Sauce abschmecken.

Zum Ende der Garzeit die Eierspätzle nach Anleitung zubereiten. Auf einen großen Teller geben, großzügig das Gulasch und die Sauce darüber verteilen und servieren.

---

## **Schweineschnitzel natur mit Champignonsößchen zu Reis**



## Schnitzel natur

Nach dem Schnitzel Wiener Art nun noch Schnitzel natur. Dazu passt ein kleines Sößchen, das man mit trockenem Weißwein, Gemüsefond und ein paar Champignons zubereitet. Ein Zweig frischer Rosmarin gibt beim Braten und Zubereiten der Sauce etwas zusätzliches Aroma. Und da diesmal Reis dazu serviert wird, musste natürlich das Sößchen dazu. Der Reis bekommt durch einen Eierring seine hübsche Form.

### Zutaten für 1 Person:

- 2 Schweineschnitzel
- 4 Champignons
- trockener Weißwein
- Gemüsefond
- 1 Zweig frischer Rosmarin
- Salz
- Pfeffer
- Butter
  
- Basmatireis

**Zubereitungszeit:** 15 Min.

Reis nach Anleitung zubereiten. Währenddessen Schnitzel mit Salz und Pfeffer würzen. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Schnitzel auf jeweils beiden Seiten etwa 2 Minuten kräftig anbraten. Dabei den Rosmarinzweig beim Braten auf die Schnitzel dazugeben. Schnitzel herausheben und warmstellen. Champignons halbieren. Bratreste mit einem Schuss Weißwein ablöschen und vom Pfannenboden ablösen. Etwas Fond hinzugeben. Ebenfalls die Champignons und auch den beim Braten verwendeten Rosmarinzweig. Champignons einige Minuten garen und Sauce mit Salz und Pfeffer würzen.

Schnitzel auf einem Teller anrichten, Reis in einem Eierring in schöne Form bringen, Champignons daneben legen und die Sauce über alles verteilen.

---

## **Panierte Schweineschnitzel, gebratene Speckknödelscheiben und Tomatensalat**





## Schnitzel und Knödelscheiben

Röststoffe über Röststoffe. Und nein, das sind keine Wiener Schnitzel. Denn der Begriff „Wiener Schnitzel“ ist geschützt, ein Wiener Schnitzel muss aus einem Kalbsschnitzel zubereitet sein. Deswegen sind dies hier einfache, panierte Schweineschnitzel, die aber dennoch lecker sind. Und zu paniertem Fleisch passt eigentlich nichts Flüssiges, also keine Sauce, sondern eben gleichfalls Geröstetes. Also gibt es zwei Speckknödel, in Scheiben geschnitten und knusprig in Butter gebraten, dazu. Abgerundet wird das Gericht mit einem kleinen Tomatensalat. Und ja, wie auch beim Wiener Schnitzel passen einige Spritzer Zitronensaft auch gut zu diesen panierten Schweineschnitzeln.

### **Zutaten für 1 Person:**

- 2 Schweineschnitzel
- 2 Speckknödel
- 1 EL Mehl
- 1 Ei
- 2 EL Paniermehl
- Salz

- Pfeffer
- Butter

*Für den Salat:*

- 2 Tomaten
- $\frac{1}{2}$  Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- $\frac{1}{4}$  Lauchzwiebel
- 1 TL Olivenöl
- 2 TL Aceto Balsamico di Modena
- $\frac{1}{4}$  TL Senf
- Zucker
- Salz
- Pfeffer

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

Schalotte und Knoblauchzehe schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden. Tomaten in kleine Stücke schneiden. Alles in eine Schüssel geben. Öl und Balsamicoessig in eine Schale geben, Senf hinzugeben und mit einer Prise Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Gut verrühren.

Speckknödel in dicke Scheiben schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Speckknödelscheiben auf jeder Seite jeweils 4–5 Minuten bei mittlerer Temperatur kross anbraten. Herausnehmen und warmstellen.

Auf drei Tellern jeweils Mehl, das verquirlte Ei und dann Paniermehl verteilen. Schweineschnitzel salzen und pfeffern. Die Schnitzel erst mehlieren, dann in Ei tunken und dann durch das Paniermehl ziehen. Butter in der Pfanne erhitzen und die Schnitzel auf beiden Seiten jeweils 2–3 kross braten.

Schnitzel auf einen Teller geben und die gebratenen Speckknödelscheiben dazulegen. Dressing über die Tomaten geben, verrühren und dazu servieren.

---

# Schweinefleisch mit Gemüse und Glasnudeln in Austersauce



Schweinefleisch asiatisch

Schweinefleisch asiatisch. Mit Zwiebel, Lauch und Brokkoli. Dazu Glasnudeln. Die Sauce wird zubereitet aus Reiswein, Fischsauce und Austersauce.

## Zutaten für 1 Person:

- 250 g Schweinegulasch
- $\frac{1}{2}$  Zwiebel
- ein Stück Lauch
- einige Röschen Brokkoli
- 50 g Glasnudeln
- Shao Xing (Reiswein)

- Fischsauce
- Austernsauce
- Sesamöl
  
- etwas Brokkoligrün

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 5–6 Min.

Zwiebel schälen und Lauch putzen. Zwiebel in grobe Stücke schneiden, Lauch in Ringe und Brokkoli in kleine Röschen. Schweinegulasch in kleinere Stücke schneiden.

Glasnudeln nach Anleitung zubereiten, danach beiseitestellen. Sesamöl in einem Wok erhitzen. Fleisch darin anbraten. Gemüse hinzugeben, etwas mitbraten und alles pfannenrühren. Glasnudeln ebenfalls hinzugeben. Mit einem Schuss Reiswein ablöschen. Fischsauce hinzugeben, dann Austernsauce. Gut verrühren und ein wenig köcheln lassen. Sauce abschmecken.

Brokkoligrün kleinschneiden. Schweinefleisch mit Gemüse und Glasnudeln in eine Schale geben, mit etwas Brokkoligrün garnieren und servieren.

---

## **Schweinenacknbraten in Rotweinsauce mit Speckknödeln**



## Vom Knochen befreiter Nackenbraten mit Speckknödeln

Bei diesem Gericht habe ich Anleihen am vor kurzem zubereiteten [Schinkenkrustenbraten](#) genommen, weil die dortige Rotweinsauce sehr gut gelungen ist und sehr schmackhaft war. Und da ich die gleiche Menge eines Schweinenackenbratens hatte, bot sich diese Zubereitung an. Hinzukamen in die Sauce diesmal noch eine Portion Steinpilze. Als Beilage dazu gab es von den vor ebenfalls einigen Tagen zubereiteten [Speckknödeln](#), die wirklich gut gelungen sind und diejenigen aus der Tüte – natürlich – um Längen in Geschmack und Konsistenz schlagen.

### **Zutaten für 2 Personen:**

- 500 g Schweinenackenfleisch
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- eine Portion Steinpilze
- 300 ml Bratenfond
- 300 ml trockener Rotwein
- 2 EL Aceto Balsamico di Modena
- 2 Lorbeerblätter
- 4 Wacholderbeeren

- 1  $\frac{1}{2}$  TL eingelegte, grüne Pfefferkörner
  - Steakgewürz
  - Zucker
  - Salz
  - Olivenöl
- 
- 6 Speckknödel

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 1 Std.

Braten mit Steakgewürz und Salz auf beiden Seiten würzen. Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Steinpilze in grobe Stücke schneiden. Öl in einem Topf erhitzen und den Braten auf beiden Seiten kräftig anbraten. Dabei Schalotte, Knoblauch und Steinpilze hinzugeben und ebenfalls mit anbraten. Mit Bratenfond ablöschen und Röstspuren vom Topfboden mit dem Kochlöffel gut ablösen. Rotwein und Balsamicoessig hinzugeben. Ebenso Lorbeerblätter, Wacholderbeeren und Pfefferkörner hinzugeben. Mit einer Prise Zucker würzen. Alles zugedeckt 30 Minuten bei geringer Temperatur köcheln lassen. Dann ohne Deckel nochmals 30 Minuten köcheln lassen und die Sauce reduzieren. Danach Lorbeerblätter herausnehmen. Sauce abschmecken.

Speckknödel frisch zubereiten oder eingefrorene auftauen. Aufgetaute Speckknödel für 10 Minuten in einem Topf mit siedendem Wasser ziehen und erhitzen lassen.

Braten vom Knochen befreien und in zwei Stücke oder Scheiben teilen. Auf zwei Tellern anrichten, Knödel dazugeben und großzügig von der Sauce mit den Pilzen und Pfefferkörnern darübergerben.

---

# Schinkenkrustenbraten in reduzierter Rotweinsauce mit Bohnenpürree



Braten, Pürree und Sauce

Die Kruste des Bratens habe ich einfach übergangen. Der Braten hat nur 500 g für eine Person und ist etwa daumendick. Die Kruste auf einer der schmalen Seiten aufzuknuspern, wäre schwierig geworden, der Braten bleibt so hochkant sicher nicht stabil stehen.

Gewürzt wird der Braten zunächst ganz einfach mit einer Bratenwürze, dann mit Salz und Pfeffer und schließlich mit etwas Senf eingestrichen. Angebraten in Butter mit kleingeschnittener Schalotte und Knoblauchzehe. Die Sauce wird zubereitet aus Bratenfond, trockenem Rotwein und Balsamicoessig, zusätzlich eingelegte grüne Pfefferkörner, Lorbeerblätter und Wacholderbeeren. Der Braten wird erst im zugedeckten Topf 30 Minuten gegart und danach ohne Deckel

weitere 30 Minuten, wobei die Sauce auf ein Drittel reduziert.

Das Bohnenpüree wird aus weißen Bohnen, die 1 Tag in Wasser eingelegt und dann 2 Stunden im Einweichwasser gegart wurden, zubereitet. Einfach erhitzen, mit dem Pürrierstab pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### **Zutaten für 1 Person:**

- 500 g Schinkenkrustenbraten
- 250 ml Bratenfond
- 300 ml trockener Rotwein
- 2 EL Aceto Balsamico di Modena
- 2 Lorbeerblätter
- 4 Wacholderbeeren
- 1  $\frac{1}{2}$  TL eingelegte, grüne Pfefferkörner
- 1 TL Senf
- Zucker
- Bratenwürze
- Salz
- Pfeffer
- Butter
  
- 100 g weiße Bohnen

**Zubereitungszeit:** Einweichzeit 1–2 Tage | Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 3 Stdn.

Weißer Bohnen in einer Schüssel mit kaltem Wasser etwa 1–2 Tage einweichen. Wasser abgießen und Bohnen unter kaltem Wasser abwaschen. Wasser in einem kleinen Topf erhitzen und Bohnen darin 2 Stunden bei geringer Temperatur köcheln. Beiseite stellen.

Braten mit Bratenwürze auf beiden Seiten würzen, ebenfalls mit Salz und Pfeffer. Dann auf jeder Seite mit einem halben Teelöffel Senf bestreichen. Schalotte und Knoblauchzehe schälen und kleinschneiden. Butter in einem Topf erhitzen und den Braten auf beiden Seiten kräftig anbraten. Dabei Schalotte



und Knoblauch hinzugeben und ebenfalls mit anbraten. Mit Bratenfond ablöschen und Röstspuren vom Topfboden mit dem Kochlöffel gut ablösen. Rotwein und Balsamicoessig hinzugeben. Ebenso Lorbeerblätter, Wacholderbeeren und Pfefferkörner hinzugeben. Mit einer Prise Zucker würzen. Alles zugedeckt 30 Minuten bei geringer Temperatur köcheln lassen. Dann ohne Deckel nochmals 30 Minuten köcheln lassen und die Sauce auf etwa ein Drittel reduzieren. Danach Lorbeerblätter herausnehmen. Die Sauce mit etwas kalter Butter abbinden und abschmecken.

Kurz vor Ende der Garzeit des Bratens die Bohnen nochmals erhitzen. Dann in eine hohe, schmale Rührschüssel geben und mit einem Pürierstab fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Braten auf einem Teller anrichten, Bohnenpüree dazugeben und großzügig von der Sauce darübergerben.

---

## Gerichte zu Ostern

Am Gründonnerstag – Tag des Abendmahls Jesu mit seinen Jüngern – gab es etwas, was es sehr selten auf meinem Foodblog gibt: ein mehrgängiges Menü. Es hatte allerdings nur zwei Gänge. Vor- und Hauptspeise. Die zwei Gänge hatten nicht direkt etwas mit dem Gründonnerstag zu tun, es ergab sich einfach. Das Schweinegulasch für den Hauptgang hatte das Verfallsdatum erreicht und musste sofort verbraucht werden. Suppe und Gulasch passten gut zusammen, weil beide mit etwas Pul biber scharf gewürzt sind.

Für die Feiertage ist eingekauft. An Ostern selbst wird es an einem Feiertag etwas geben, das ich noch überlege und ausprobieren werde. Ein Ostergericht mit Schokoladeneiern. Ich

muss das in Gedanken noch etwas durchgehen, aber mir schwebt ein Risotto mit Schokolade und Chili vor. Ich werde sehen, ob sich so etwas gut zubereiten lässt und auch noch gut schmeckt. Für die anderen Tage habe ich preiswertes Bratenfleisch gekauft, mit Bratenfond und Pilzen lässt sich da auch leckeres zubereiten. Und trotz schmalen Geldbeutels zur Zeit konnte ich mir zumindest ein 400 g schweres Nackensteak ohne Knochen vom uruguayischen Rind kaufen, das ich mir rare zubereitet zusammen mit Pommes frites vermutlich am Ostermontag gönnen werde.



Der erste Gang, die Suppe, wird sehr einfach aus Tiefgefrorenem zubereitet. Eine Portion frisch zubereiteter, eingefrorener [Gemüseintopf mit Schweinebauch](#), verlängert mit [Gemüsefond](#) zu einer Suppe und verfeinert mit ebenfalls frisch zubereiteten, tiefgefrorenen [Maultaschen](#), in Streifen geschnitten als weitere Einlage.



Der zweite Gang ist ein Schweinegulasch, bei dem mich Petra von [Chili und Ciabatta](#) inspirierte. Als ich die gängigen Gulaschs in Gedanken durchspielte – Ungarisches Gulasch, Saftgulasch, Gulasch mit Tomatensauce, Currysauce, Senfsauce usw. – fiel mir die Zitronen-Chili-Sahne-Sauce ein, die Petra allerdings für Spaghetti zubereitet hatte. Aber das klingt auch für ein Gulasch gut. Für ein richtig gutes Gulasch kommen Schweinegulasch und Zwiebeln im Verhältnis 1:1 hinein. Trockener Weißwein, viel Zitronensaft und etwas Weißweinessig bilden die Säure, Pul biber bildet die Schärfe, Sahne wird durch Crème fraîche ersetzt und alles 1 Stunde bei kleiner Temperatur geköchelt. Dazu gibt es Tagliatelle.



**Zutat**

**en für die Vorspeise für 2 Personen:**

**Gemüsesuppe mit Schweinebauch und Maultaschen**

- 0,5 l Gemüseeintopf mit Schweinebauch
- 0,5 l Gemüsefond
- 3–4 Maultaschen
  
- frischer Schnittlauch

Gemüseeintopf auftauen und erhitzen. Gemüsefond zum Verlängern hinzugeben. Maultaschen in Streifen schneiden und ebenfalls hinzugeben. In zwei tiefen Suppentellern servieren und mit frischem Schnittlauch garnieren.

**Zutaten für die Hauptspeise für 2 Personen:**

**Gulasch mit Zitronen-Chili-Sahne-Sauce auf Tagliatelle**

- 400 g Gulasch (Schwein)
- 400 g Zwiebeln
- 4–5 Knoblauchzehen
- 1 TL Senfkörner
- 1 TL gemahlener Bockshornkleesamen
- 4–5 Lorbeerblätter

- 1 TL Pul biber
- 1–2 Zitronen (Saft)
- 400 ml trockener Weißwein
- 2 EL Weißweinessig
- 4 EL Crème fraîche
- Zucker
- Salz
- Butter
  
- frische Petersilie
  
- 250 g Tagliatelle

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 1 Std.

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und in grobe Stücke schneiden. Butter in einem Topf erhitzen und Gulasch und das Gemüse darin anbraten. Zugedeckt bei mittlerer Temperatur etwas Flüssigkeit ziehen lassen. Senfkörner in einem Mörser fein mörsern. Gemahlene Senfkörner und Bockshornkleesamen hinzugeben. Mit dem Weißwein ablöschen. Röststoffe mit dem Kochlöffel vom Topfboden ablösen. Dann Zitronensaft, Weißweinessig und Crème fraîche hinzugeben. Ebenso die Lorbeerblätter. Eine große Prise Zucker hinzugeben. Mit Pul biber und Salz würzen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen. Danach die Lorbeerblätter herausnehmen und abschmecken. Eventuell bei zu starker Würze mit etwas Wasser verlängern oder mit Zitronensaft noch säuern oder Crème fraîche binden und abmildern.

Kurz vor Ende der Garzeit Tagliatelle nach Anleitung zubereiten.

Tagliatelle in zwei tiefe Nudelteller geben, großzügig das Gulasch darüber verteilen und mit etwas frischer Petersilie garnieren.

---

# Gebratene Koteletts – oder auch T-Bone-Steaks vom Schwein



Filetkoteletts angebraten in der Pfanne

Wieder etwas gelernt. Mein Schlachter erklärte mir, dass es bei Schweinekoteletts, die ich normalerweise nur sehr selten kaufe und diesmal nur aus Preisgründen kaufte, solche ohne und mit Filetteil gibt. Erstere sind normalerweise diejenigen, die man landläufig unter „Koteletts“ versteht, letztere sind schmackhafter und etwas teurer.

Koteletts sind Scheiben aus dem Rippenstück mit Knochen. Das Rippenstück befindet sich auf beiden Seiten der Wirbelsäule hinter dem Nacken. Die vorderen Koteletts enthalten kräftige Rippenknochen und werden Stielkoteletts genannt. Die hinteren

Koteletts, die auch einen Teil Filet enthalten, werden Filetkoteletts genannt. Diese Koteletts ist besonders knochenarm und mager.

Nun kann man eigentlich einen Vergleich zum Rind ziehen, bei dem aus dem hinteren Kotelettstück das Rinderkotelett mit Rippen dem Stielkotelett beim Schwein entspricht. Und das Rinderkotelett mit wenig Rippenanteil und dem Filetstück – als T-Bone-Steak gehandelt – entspricht dem Filetkotelett beim Schwein. Der größere Fleischanteil ausgebeint ist beim Rind das Roastbeef. Man könnte also durchaus so weit gehen, und diese gebratenen Filetkoteletts als T-Bone-Steaks vom Schwein bezeichnen.

Sie sind auch sehr schmackhaft und schmecken besser als Stielkoteletts, die doch sehr festes und kompaktes Fleisch haben. Beim Filetkotelett ist der Teil, der dem Roastbeef beim Rind entspricht, kräftig und fest. Der Filetteil erwartungsgemäß feiner und zarter.

Somit ist die Zubereitung der beiden Koteletts ähnlich wie die von manchem Entrecôte oder T-Bone-Steak in meinem Foodblog. Einfach Fleisch pur. Ich hatte dabei keinerlei Ideen, was ich an Beilagen oder Zutaten wie Gemüse oder einen Salat hätte zubereiten können. Also nur Salz, Pfeffer und Öl für die Pfanne. Da Schweinefleisch durchgegart werden soll und man es nicht rare oder medium wie Rindfleisch zubereiten soll, bekam jede Seite der Koteletts volle drei Minuten im sehr heißen Öl. Das Fleisch war danach zwar durchgegart, aber auch ein wenig rosé, und es bildete sich noch viel Fleischsaft auf dem Teller, nachdem sich das Fleisch entspannt hatte.

Und da es nur Fleisch pur gibt, diesmal auch kein aufwändiges Foto, sondern nur ein einfaches Foto mit dem Blitzgerät vom Fleisch in der Pfanne.

---

# Mediterran gefüllte Koteletts



Kross angebraten, mit Mozzarella

Ein einfaches Gericht. Mit nur sechs Zutaten. Aber sehr geschmackvoll. Und in wenigen Minuten zubereitet. Die Koteletts schneidet man am besten – wenn man tiefgefrorene Koteletts verwendet – in leicht gefrorenem Zustand längs ein. Sind die Koteletts zu dünn, wird dies nämlich in aufgetautem oder frischem Zustand etwas schwierig. Salzen, pfeffern, mit jeweils einer halben Scheibe Mozzarella füllen, jeweils einen Zweig Rosmarin hinzu und fertig. Vor dem Servieren muss man nur die hölzernen Zweige des Rosmarin entfernen – die Blätter kann man in den Koteletts lassen, sie sind Geschmacksträger für das Fleisch und schmecken auch gut. Die Koteletts werden diesmal ohne Beilagen serviert, diesmal einfach nur Fleisch – pur.

**Zutaten für 1 Person:**



- 2 Koteletts
- 200 g Mozzarella
- 2 Zweige frischer Rosmarin
- Salz
- Pfeffer
- Öl

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 6 Min.

Koteletts längs bis fast zum Knochen einschneiden, so dass man eine Tasche hat wie bei einem Kalbsschnitzel für ein Cordon bleu. Jeweils innen und außen salzen und pfeffern. Mozzarella ebenfalls längs in zwei Scheiben schneiden. Jeweils eine Mozzarellascheibe in ein Kotelett geben, einen Zweig Rosmarin darauf legen und das Kotelett zuklappen.

Öl in einer Pfanne stark erhitzen und die Koteletts auf beiden Seiten jeweils 3 Minuten kräftig anbraten. Herausnehmen, die hölzernen Zweige des Rosmarin entfernen, Blätter in den Koteletts belassen und die Koteletts servieren.

---

## **Gegrillte Schweinshaxe mit Semmelknödeln**



Grillhaxe, schön gegart, mit krosser Kruste

Die erste Grillhaxe, die ich zubereitet habe. Erst im Gemüsesud vorgegart, dann im Backofen in Bratenfond gebacken und anschließend unter dem Grill für eine knusprige Kruste gegrillt. Klassisch zubereitet mit Semmelknödeln.

#### **Zutaten für zwei Personen:**

- 1 Schweinshaxe (ca. 1,1 kg)
- 3 Zwiebeln
- 2 Wurzeln
- 1 Stange Lauch
- 2 Stängel Stangensellerie
- 2 Stücke Knollensellerie
- 150 ml trockener Weißwein
- $\frac{1}{2}$  l Bratenfond
- Salz
- Pfeffer
- Butter
- Öl
  
- 6 Semmelknödel

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 2 Stdn.  
50 Min.

Semmelknödel [frisch](#) zubereiten oder auf solche aus der Packung zurückgreifen und sie kurz vor Ende der Garzeit des Eisbeins nach Anleitung zubereiten.

Zwiebeln und Wurzeln schälen. Lauch, Stangen- und Knollensellerie putzen. Eine Zwiebel und ein Stück Knollensellerie in grobe Stücke, eine Wurzel in Scheiben, eine halbe Stange Lauch in Ringe und einen Stengel Staudensellerie klein schneiden. Wasser in einem großen Topf erhitzen, das Gemüse hinzugeben, dann salzen und die Haxe hinzugeben. Zugedeckt bei ganz geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen.

Danach die Haxe herausheben und abkühlen lassen. Den Gemüsesud nicht wegwerfen, man kann ihn noch auf die Hälfte reduzieren und für eine weitere Verwendung in Portionsbehältern einfrieren.

Backofen auf 200 °C vorheizen. Die Haut der Haxe mit einem Messer längs und quer ein wenig einschneiden, damit die Haxe nach dem Garen besser zu portionieren ist. Haxe mit Öl einpinseln und salzen und pfeffern. Restliches Gemüse kleinschneiden. Öl in einem Bräter erhitzen und das Gemüse darin gut anbraten. Mit Weißwein ablöschen und den Bratenfond dazugeben. Die Haxe hineinlegen und den Bräter zugedeckt für 1,5 Stunde auf mittlerer Ebene in den Backofen schieben. Die Haxe ab und zu mit der Bratensauce übergießen. Wenn die Sauce zu sehr reduziert, eventuell etwas Bratenfond oder Weißwein nachgießen.

Danach die Haxe herausnehmen und auf ein Backblech legen. Den Grill auf 240 °C schalten und die Haxe auf allen Seiten jeweils mehrere Minuten kräftig grillen, bis die Haut schön knusprig ist. Das Grillen und Aufknuspern kann sich etwas schwierig gestalten, da die Hautstellen der rundlichen Haxe

meistens nicht ganz eben unter den Grill passen. Danach die Haxe warm stellen. Bratensauce durch ein Küchensieb passieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit etwas kalter Butter binden.

Die Haxe zerteilen, auf zwei Teller geben, Semmelknödel dazu geben, Sauce darüber geben und servieren.