

Nudel-Bowl mit Schweinebauch, Champignons und Spinat in Austernsauce



Mit leckerem Schweinebauch
Eine selbst kreierte asiatische Nudel-Bowl. Natürlich mit chinesischen Nudeln.

Als Hauptzutat Schweinebauch. Schließlich noch braune Champignons und viel Baby-Spinat. Für letzteres kommen zwei Packungen à 100 g in die Wokpfanne. Aber Spinat fällt stark zusammen und im gegarten Gericht ist er von der Masse her nicht mehr so viel.

Für die Sauce wird Fischsauce zum Salzen und Würzen und als eigentlicher Geschmacksgeber Austernsauce verwendet. Mit etwas Wasser verlängert.

In zwei schönen Bowls mit den Chinanudeln, den Zutaten und der

Sauce angerichtet immer wieder ein Genuss. Probieren Sie es aus!

Zutaten für 2 Personen:

- 250 g Schweinebauch
- 6 große, braune Champignons
- 2 Packungen Baby-Spinat (à 100 g)
- Fischsauce
- Austernsauce
- Wasser
- 2 Portionen Chinanudeln
- Sesamöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 6 Min.



Und viel Spinat

Zubereitung:

Schweinebauch in kurze, schmale Streifen schneiden.

Champignons halbieren, dann quer in schmale, halbe Scheiben schneiden.

Chinanudeln in kochendem, leicht gesalzenem Wasser vier Minuten garen.

Parallel dazu Öl in einer Wokpfanne erhitzen. Schweinebauch kurz pfannenrühren. Champignons dazugeben und ebenfalls kurz pfannenrühren. Spinat dazugeben. Mit Fischsauce und Austernsauce ablöschen. Mit etwa einer halben Tasse Wasser verlängern. Alles gut vermischen und kurz köcheln lassen. Der Spinat soll dabei gut zusammenfallen.

Chinanudeln auf zwei Bowls verteilen. Inhalt der Wokpfanne mit viel Sauce auf die beiden Bowls verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Herbst-Eintopf

Man sagt ja so schön, Herbst- und Winterzeit ist Eintopfzeit. Da kommt dieses Rezept für einen leckeren Eintopf gerade richtig.



Sehr schmackhafter Eintopf

Ein leckerer, heißer Eintopf an kalten Herbst- oder Wintertagen tut immer gut. Sie werden überrascht sein, wie einfach der Eintopf zuzubereiten ist und wie wohlschmeckend er ist.

Verwenden Sie aber für die Brühe unbedingt einen selbst zubereiteten Gemüfefond, keine Gemüsebrühe aus einem Pulver oder Würfel. Sonst gelingt der Eintopf nicht und vor allem schmeckt er nicht, eher aber künstlich.

Sie werden anmerken, dass das Gemüse und die Kartoffeln ein wenig verkochen, wenn man sie eine Stunde lang im Gemüfefond gart. Da haben Sie sicherlich recht, man kann einige der Gemüse oder die Kartoffeln auch 15 Minuten vor Ende der Garzeit hinzugeben, um sie ein wenig knackiger und bissfester zu bekommen. Aber es sollen auch alle Aromastoffe aus den zugegebenen Zutaten ein wenig herausgekocht werden und sich dann eben im Endeffekt alle Aromen gut verbinden.

Ich war wirklich überrascht über das gute, schmackhafte

Ergebnis der Zubereitung des Eintopfs und werde ihn wieder kochen. Denn eigentlich bin ich kein so großer Fan von Eintöpfen. Bisher. Aber man kann sich auch ändern. Probieren Sie ihn selbst aus!

Zutaten für 2 Personen:

- 800 Gemüsefond
- 250 g Schweinebauch
- 4 Kartoffeln
- 2 Wurzeln
- 1/2 schwarzer Rettich
- 4 braune Champignons
- 6 Lorbeerblätter
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Petersilie
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 1 Std.



Mit leckerer Brühe

Zubereitung:

Gemüse gegebenenfalls schälen, putzen und grob zerkleinern. In eine Schüssel geben. Das Gleiche mit den Kartoffeln vornehmen.

Knochen des Schweinebauchs Herausschneiden, aber aufbewahren. Schweinebauch in kurze, schmale Streifen schneiden. In eine Schale geben.

Petersilie kleinschneiden.

Öl in einem großen Topf erhitzen und Schweinebauch, Knochen des Schweinebauchs, Gemüse und Kartoffeln darin kräftig anbraten. Mit dem Gemüsefond ablöschen. Lorbeerblätter dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln.

Lorbeerblätter und Knochen herausnehmen. Brühe abschmecken.

Eintopf auf zwei tiefe Suppenteller verteilen. Mit Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Pizza Calzone oder Strudel

Was genau ist das jetzt?



Pizza? Strudel?

Eine Pizza Calzone? Also eine Pizza mit einem runden Pizzateig, zur Hälfte gefüllt, dann zusammengeklappt und gebacken?

Oder doch eher ein Strudel? Aber dafür verwendet man normalerweise einen rechteckigen Teig, füllt ihn längs und rollt ihn eben zu einem Strudel in Form eines länglichen, dicken Röllchens zusammen.

Entscheiden Sie selbst. Als Pizza Calzone, wie auf dem

Foodfoto abgebildet, geht das Gericht bei einem echten Italiener sicher nicht durch. Und ein richtiger Strudel ist es auch nicht.

Die ganze Misere ist eigentlich dadurch entstanden, dass ich beim Einkaufen nicht aufgepasst hatte. Ich wollte einen rechteckigen, fertigen Teig kaufen, wie ich es bisher immer für Strudel getan habe. Als Pizza-, Flammkuchen- oder Blätterteig ist da einerlei. Aber als ich zuhause angekommen war und meine Einkäufe auspackte, sah ich, dass ich einen runden Teig gekauft hatte.

Zumindest ist aber die Füllung sehr lecker. Sie besteht aus Schweinebauch und vielen Gemüsesorten. Wichtig ist eine gute und ausreichende Würzung mit Salz, Pfeffer und scharfem Paprikapulver, denn die Pizza respektive der Strudel bekommt sonst auf andere Weise keine Würzung mehr.

Der Rand des halben Teigs, auf den man die Füllung gibt, wird mit einem verquirlten Ei zwecks besserer Haftung eingepinselt. Und da man davon noch einiges übrig hat, bekommt das Gebilde obenauf vor dem Backen auch noch einen Ei-Bestrich.

Das Rezept ist übrigens für zwei Personen mit richtig großem Appetit. Und keinesfalls für ein Gericht mit zusätzlicher Vor- und Nachspeise. Hat man nur geringeren Appetit, halbiert man die in der Rezepteliste angegebenen Zutaten, verwendet nur einen runden Pizzateig, bäckt nur eine solche Pizza respektive Strudel, halbiert diese wie im Foodfoto und serviert jeder Person eben einen halben davon.



Mit leckerer Füllung mit Schweinebauch und Gemüse
Für 2 Personen:

- 2 runde Pizzateige, Durchmesser 26 cm (2 Packungen)
- 2 Eier

Für die Füllung:

- 2 Scheiben Bauchspeck
- 4 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 kleine Gurke
- ein Stück Zucchini
- 10 Zuckerschoten
- 2 braune Champignons
- 2 kleine, rote Spitzpaprika
- ein Stück Bio-Ingwer
- ein Bund Petersilie
- Salz

- bunter Pfeffer
- Zucker
- scharfes Paprikapulver

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Verweildauer im Backofen 15 Min. bei 220 °C Umluft

Schwarte des Schweinebauchs abschneiden. Schweinebauchscheiben längs in schmale Streifen schneiden, dann quer in kleine Würfel. in eine Schüssel geben.

Bio-Ingwer auf einer feinen Küchenreibe in die gleiche Schüssel reiben.

Das ganze Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und sehr klein schneiden. Auch in die Schüssel geben.

Petersilie kleingeschnitten dazugeben.

Die Füllung sehr kräftig mit Salz, Pfeffer, Paprika und einer Prise Zucker würzen. Alles gut mit der Hand vermischen.

Die Hälfte der Füllung jeweils halbkreisförmig auf eine Hälfte des runden Pizzateigs geben. Einen kleinen halbkreisförmigen Rand freilassen. Diesen mit einem Backpinsel mit den in einer Schale verquirlten Eiern bestreichen. Teig zusammenklappen und Rand mit den Fingern gut zusammendrücken.

Gebilde mit dem Backpinsel mit den Eiern obenauf ebenfalls bestreichen.

Die oben angegebene Backzeit auf mittlerer Ebene in den Backofen geben.

Herausnehmen, halbieren, auf zwei Teller geben und servieren. Guten Appetit!

Schweinebauch und Shiitakepilze in Teriyakisaucе auf Mienudeln

Shiitakepilze bieten sich ja geradezu für ein asiatisches Gericht an. Stammt der Pilz doch aus Japan, ist aber auch in China verbreitet.



Mit Mienudeln

In diesem Rezept wird der Pilz als Hauptzutat verwendet und hat von der Menge her somit den größten Anteil an den Zutaten. Dazu kommt nur noch etwas Schweinebauch.

Passenderweise wird das Gericht im Wok zubereitet. Angebraten wird in Sesamöl. Und die Sauce wird gebildet mit Fischsauce und Teriyakisaucе. Nur etwas verlängert mit einer halben Tasse

Wasser.

Parallel zum Braten der Zutaten werden Mienudeln gegart. Diese kommen dann in den Wok zu den anderen Zutaten und werden untergemischt.

Traditionell isst man das Gericht aus Schälchen mit Essstäbchen. Ich war jedoch so frei, habe es eingedeutscht und in einem tiefen Teller mit der Gabel gegessen. Hat auch geschmeckt.

Für 2 Personen:

- 2 Scheiben Schweinebauch
- 250 g Shiitakepilze (1 Schale)
- 2 Portionen Mienudeln
- Fischsauce
- Teriyakisauce
- 1/2 Tasse Wasser
- Sesamöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 6 Min.



Und Schweinebauch und Shiitakepilzen

Schweinebauchscheiben quer in schmale Streifen schneiden und in eine Schale geben.

Shiitakepilze grob zerkleinern, kleine Pilze im Ganzen lassen und Pilze in eine Schale geben.

Mienudeln in kochendem Wasser 6 Minuten garen.

Kurz vor Ende der Garzeit Öl in einem Wok erhitzen und Schweinebauch und Pilze darin unter Rühren anbraten. Mienudeln dazugeben. Alles gut vermischen.

Mit Fischsauce und Teriyakisauce ablöschen. Wasser dazugeben. Alles gut vermischen und kurz köcheln lassen.

Gericht auf zwei tiefe Teller verteilen.

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!

Gebratener Schweinebauch mit gratinierten Bohnen



Gut gewürzt und kross gebraten

Essen Sie gerne Schweinebauch? Sie sollten es auf alle Fälle versuchen. Und Sie brauchen keine Bedenken haben, dass Schweinebauch zu fett sei. Denn gerade der hohe Anteil an Fetteinlagerung macht den Schweinebauch so saftig und schmackhaft.

Noch dazu hat Schweinebauch den Vorteil, dass Sie ihn in den unterschiedlichsten Arten zubereiten können. Zunächst einmal entweder am Stück oder in Scheiben geschnitten. Dann alle Zubereitungsarten, die eine moderne Küche hergibt. Braten, Dünsten, Backen, Frittieren, Grillen ... habe ich etwas vergessen? Sie sehen, Schweinebauch ist wirklich sehr vielseitig zuzubereiten und so schmackhaft!

Hier gibt es ihn mal aus der Grillpfanne, mit einer Steakgewürzmischung gewürzt. Und als Beilage Bohnen. Dieses Mal aber nicht wie gewohnt im Speckmantel. Sondern man könnte eher sagen, im Käsemantel. Den auf die gegarten Bohnenhäufchen kommen einige Scheiben Gouda und dann werden die Bohnen im Backofen gratiniert. Zusammen mit dem gegrillten Schweinebauch auf dem Teller, der noch etwas Fleischsaft an die Bohnen abgibt, ist das sehr lecker.

Für 2 Personen:

- 6 Scheiben Schweinebauch (etwa 600 g)
- Fleischgewürzmischung
- Salz
- 500 g Bohnen
- 4 Scheiben junger Gouda
- Rapsöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 22 Min.



Gratinierte Böhnchen anstelle Speckböhnchen

Bohnen putzen. In einem Topf mit kochendem Wasser 12 Minuten garen. Mit dem Schaumlöffel herausnehmen, in eine Schüssel geben und abkühlen lassen.

Grillschlange des Backofens auf 200 °C erhitzen. Bohnen zu vier Häufchen auf zwei Tellern, jeweils am Rand, anrichten. Salzen. Jeweils eine halbe Käsescheibe über jedes Häufchen geben. Im Backofen 10 Minuten gratinieren.

Parallel dazu Schweinbauchscheiben mit der Gewürzmischung und Salz würzen. Öl in einer Grillpfanne erhitzen und Scheiben darin auf jeder Seite 2 Minuten grillen.

Teller aus dem Backofen nehmen. Jeweils drei Scheiben Schweinebauch auf einen Teller geben.

Servieren. Guten Appetit!

Schweinebauch mit Gemüse und Mienudeln in Sojasauce



Mit Mienudeln

Asiatisch essen Sie sicherlich auch gern. Und verwenden dazu dann auch gute, asiatische Zutaten, die man in jedem gut sortierten Supermarkt bekommt. Wie Sesamöl, Fischsauce und Sojasauce. Und die passenden Mienudeln als Sättigungsbeilage. Sofern man diese so nennen kann, werden doch bei asiatischen Gerichten diese Nudeln gern mit allen anderen Zutaten im Wok vermischt.

Bei den bei diesem Gericht verwendeten Mienudeln war ich doch etwas erstaunt. Man kennt aus der asiatischen Küche Mienudeln oder auch Reismudeln, die normalerweise sehr schnell gegart sind, meistens in wenigen Minuten. Ganz im Gegensatz zur

italienischen Pasta, die doch manchmal gerne 10 Minuten Garzeit hat. Diese Mienudeln benötigen laut Anweisung auf der Verpackung 50 (!) Minuten beim Einweichen in heißem Wasser. Und 15 Minuten beim Garen im kochenden Wasser. Erstaunt bin ich nun darüber, dass auf der Packung der große Zusatz „Quick Cooking Noodles“ steht. Was, bitte schön, sind für Nudeln mit einer Garzeit von 15 Minuten „quick“? Veräppelung des Konsumenten? Das sollte der asiatische Hersteller auf seinen Verpackungen mal ganz schnell ändern.

Als Fleischzutat verwende ich für das Gericht Schweinebauchscheiben, die ich quer in schmale Streifen schneide. Dazu etwas Chinakohl und Peperonis. Die Sauce wird aus Fischsauce, dunkler Sojasauce und etwas Wasser gebildet.

Besonders ist aber der frische Koriander hervorzuheben, der dem asiatischen Gericht eine besondere Note verleiht und es so richtig abrundet.

Fertig ist ein leckeres, asiatisches Gericht, das würzig und wohlschmeckend ist und so richtig gut mundet.

Ich habe bei meinem kürzlichen Kauf von Steingutschalen für die Küche und für das Essen wirklich viel Glück gehabt. Wenn ich mich richtig erinnere, haben sie jeweils ein Fassungsvermögen von 650 ml. Und das Gute daran ist, ein Gericht, das ich für 2 Personen im Wok zubereite, passt genau in zwei Schalen, so dass ich es dann hervorragend servieren kann.



Würzig und lecker

Für 2 Personen:

- 2 Scheiben Schweinebauch
- einige Blätter Chinakohl
- 2 grüne Peperoni
- 30 g frischer Koriander (2 Packungen à 15 g)
- Fischsauce
- dunkle Sojasauce
- 1 Tasse Wasser
- 2 Portionen Mienudeln
- Sesamöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.

Schweinebauch quer in feine Streifen schneiden und in eine Schale geben.

Ebenso den Chinakohl und die Peperonis zubereiten und in eine Schale geben.

Koriander kleinschneiden und in eine Schale geben.

Nudeln in kochendem Wasser 15 Minuten garen.

Kurz vor Ende der Garzeit Öl in einem Wok erhitzen und Schweinebauch darin kross und knusprig anbraten.

Gemüse dazugeben und kurz pfannenrühren. Koriander dazugeben.

Mit etwas Fischsauce ablöschen. Dunkle Saujasauce dazugeben. Mit dem Wasser verlängern. Alles gut vermischen und ganz kurz köcheln lassen.

Nudeln dazugeben und alles gut vermengen.

Gericht auf zwei tiefe Schalen verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Asiatische Glasnudelsuppe



Mit Essstäbchen

Sie kennen sicherlich die Redewendung, andere Länder, andere Sitten? Vielleicht sind Ihnen dann auch Tischmanieren in asiatischen Ländern bekannt? Dazu müssen Sie eigentlich nicht einmal Urlaub in einem asiatischen Land machen. Es reicht, wenn Sie ein wirklich authentisches asiatisches Restaurant in Ihrer Stadt haben. Wenn Sie den dortigen Gästen, vornehmlich eben Asiaten, einmal beim Essen ein wenig über die Schulter schauen, werden Sie eines sofort merken. Entgegen der Tischsitten in Deutschland ist dort nämlich Schlürfen und Schmatzen durchaus an der Tagesordnung und gehört sogar zum guten Ton am Tisch dazu.

Diese Suppe, eine Anlehnung an die vor kurzem zubereitete Ramen, habe ich mit Glasnudeln zubereitet. Und dazu noch Schweinebauch und Butternusskürbis.

Dann habe ich aus meinem Keller asiatisches Besteck, sprich Essstäbchen und Ablegeblock für die Stäbchen, reaktiviert. Und somit diese Suppe ganz im asiatischen Stil gegessen. Das bedeutet einfach, dass man zuerst mit den Stäbchen die festen

Bestandteile aus der Suppe nimmt und verspeist. Also die Eierscheiben, die Nudeln, den Schweinebauch und den Kürbis. Übrig bleibt dann nur noch die Brühe in der Suppenschale, und diese löffelt man eben nicht brav wie in Deutschland mit dem Löffel aus der Schale. Sondern man setzt die Schale an den Mund an und schlürft die Brühe mit kräftigen Schlucken direkt aus der Schale und darf dabei eben auch noch genüsslich schmatzen.

Diese asiatische Suppe schmeckt auch mit Glasnudeln hervorragend und ist wirklich empfehlenswert für ein Nachkochen.

Für 2 Personen:

- 100 g Glasnudeln (1 Packung)
- 2 Scheiben Schweinebauch, mit Schwarte, ohne Knochen
- ein Stück Butternusskürbis
- 6 Knoblauchzehen
- 2 Eier
- 800 ml Gemüsefond
- 1 EL Fischsauce
- 1 EL dunkle Sojasauce
- Butter
- Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 20 Min.



Mit leckerer Brühe

Eier mit einem spitzen Gegenstand einstechen und in kochendem Wasser 10 Minuten garen. Herausnehmen und warmhalten.

Nudeln in das gleiche heiße Wasser geben und vier Minuten ziehen lassen.

Schweinebauch quer in schmale Streifen schneiden. In eine Schale geben.

Kürbis in kleine Stücke schneiden. Ebenfalls in eine Schale geben.

Knoblauch schälen, mit einem breiten Messer plattdrücken und zerkleinern. In eine kleine Schale geben.

Petersilie kleinwiegen.

Butter in einem Topf erhitzen und Schweinebauch und Kürbis darin kurz anbraten. Mit dem Fond ablöschen. Nudeln dazugeben. Fischsauce und Sojasauce dazugeben. Kurz köcheln lassen. Brühe abschmecken.

Eier pellen und in Scheiben schneiden.

Suppe auf zwei Schalen verteilen.

Knoblauch darüber streuen. Die Eierscheiben darauflegen. Mit Petersilie garnieren.

Mit Stäbchen servieren. Guten Appetit!

Ramen



Mit leckeren Mienudeln

Kennen Sie Ramen? Wenn Sie gern asiatisch Essen zubereiten oder essen gehen, sollte Ihnen dieser Begriff etwas sagen. Ramen ist eine japanische Nudelsuppe. Es gibt wenige Städte in Deutschland, die eine hohe Bevölkerungsanzahl von Japanern unter der übrigen Bevölkerung haben, so dass es dort auch

viele japanische Restaurants gibt. Und als spezielle japanische Restaurants gibt es dann dort auch Ramen-Restaurants. Also Restaurants, die sich auf die Zubereitung von japanischen Nudelsuppen spezialisiert haben.

Ich durfte dies vor sehr langer Zeit einmal erleben, als ich vor etwa 20 Jahren ein viertel Jahr in Düsseldorf lebte. Düsseldorf hat aufgrund der vielen dort ansässigen japanischen Unternehmen den höchsten Anteil an Japanern an der Bevölkerung in Deutschland. Und somit die höchste japanische Restaurantdichte.

Ich bin damals sehr gern und oft in ein japanisches Nudelrestaurant in der Nähe des Hauptbahnhofs gegangen und habe eine originale japanische Nudelsuppe gegessen. Eine große Schale japanische Nudelsuppe kostete damals etwa 10–12 €. Ich habe sie wirklich sehr gern gegessen. Und sie war natürlich sehr gut und frisch zubereitet.

Ob in dieser Ramen aus diesem Rezept wirklich auch alle originalen Zutaten einer Ramen enthalten sind, weiß ich nicht genau. Zumindest verwende ich einen frisch zubereiteten Gemüfefond für die Brühe. Dieser ist aber leider dunkel, weil ich ihn bei der Zubereitung nicht geklärt habe. Wenn Sie einen hellen Gemüfefond verwenden möchten, schauen Sie bitte im Foodblog nach. Es gibt dort auch Rezepte zum Thema „Klären“.

Des weiteren habe ich als Hauptzutaten Schweinebauch, der in der asiatischen Küche gern verwendet wird, Pak Choi und Mienudeln verwendet. Und als Würze für die Brühe Fischsauce und dunkle Sojasauce. Das sollte also somit alles gut passen.

Bei der letzten Zutat bin ich mir jedoch absolut sicher, dass sie in eine spezielle Ramen hineingehört. Und das ist das hartgekochte Ei in Scheiben, das noch warm vor dem Servieren auf die Ramen kommt.

Als Garnitur kommt nur ein wenig frisch gewiegte Petersilie obenauf.



Schönes 6-teiliges Set Asia Bowls

Sie legen sich sicherlich auch gern einmal neues Küchengeschirr zu. Oder eventuell Geschirr aus anderen Kulturen für die ganz spezielle Präsentation von den zugehörigen Speisen auf dem Küchen- oder Esstisch. Aus diesem Grund ist diese Zubereitung auch gleichzeitig eine Präsentation meiner neuen, asiatischen Reisschalen. Denn so werden sie auf der Verpackung genannt. Sie sind aus Steingut. Schön dekoriert mit Mustern und Farben. Und ja, wozu dienen sie denn so? Als Reisschalen, Ramenschalen, Schalen für Eintöpfe und Suppen. Aber auch für das Müsli oder ein Dessert wie ein Pudding. Und sie sind natürlich schon allein bei der Zubereitung sehr praktisch, weil ich zugeschnittenes Fleisch und Gemüse immer in einer farbenfrohen Schale aufbewahren kann, bevor ich ans Kochen gehen.

Also, lassen Sie sich von diesen schönen Schalen und dem wirklich sehr leckeren Gericht verzaubern. Und kochen Sie es nach. Ich habe schon lange keine solch leckere Suppe mehr gegessen.

Für 2 Personen:

- 1/2 Portion Mienudeln (1/2 Packung, 125 g)
- 2 Scheiben Schweinebauch mit Schwarte, ohne Knochen
- 1 Pak Choi
- 800 ml Gemüsefond
- 1 EL Fischsauce
- 1 EL dunkle Sojasauce
- 2 Eier
- eine wenig frische Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 20 Min.



Leckere Ramen

Eier mit einem spitzen Gegenstand einstechen und 10 Minuten in einem Topf mit kochendem Wasser garen.

Schweinebauch quer in schmale Streifen schneiden. In eine Schale geben.

Pak Choi putzen und ebenfalls quer in schmale Streifen

schneiden. In eine Schale geben.

Petersilie kleinwiegen.

Nudeln in einem Topf mit kochendem Wasser 4 Minuten garen.

Fond in einem Topf erhitzen und Schweinebauch und Pak Choi darin einige Minuten kochen. Nudeln dazugeben. Mit Fischsauce und Sojasauce würzen. Brühe abschmecken.

Eier pellen und quer in Scheiben schneiden.

Ramen auf zwei Suppenschalen verteilen. Eierscheiben darauf verteilen. Mit Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Schweinebauch mit Koriander und Basmatireis



Dieses asiatische Gericht hat mir mal wieder so richtig geschmeckt.

Nur Schweinebauch als Hauptzutat, quer in schmale Streifen geschnitten.

Eine wesentliche Zutat ist aber der frische Koriander, der dem Gericht den asiatischen Touch gibt.

Die Sauce bilde ich klassisch aus Fisch-Sauce und dunkler Soja-Sauce. Mit etwas Wasser verlängert.

Und dazu gibt es neuen Bio-Basmatireis, vermutlich nicht von den Hängen des Himalaya, sondern von irgend einem Feld in Deutschland. Aber er mundet vorzüglich.

Ich habe den Schweinebauch natürlich klassisch in meinem Wok auf meinem neuen Induktionsherd gegart. Geht wirklich sehr schnell und gart vorzüglich.

Für 2 Personen:

- 6 Scheiben Schweinebauch
- 30 g frischer Koriander (2 Packungen à 15 g)
- Fisch-Sauce
- dunkle Soja-Sauce
- 1/2 Tasse Wasser
- 1 Tasse Bio-Basmatireis
- Salz
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 11 Min.



Schweinebauch quer in schmale Streifen schneiden. In eine Schale geben.

Koriander putzen und kleinschneiden. Ebenfalls in eine Schale geben.

Reis in der dreifachen Menge Wasser in einem Topf 11 Minuten garen. Wasser leicht salzen.

Parallel dazu Öl in einem Wok erhitzen.

Schweinebauch darin einige Minuten kross pfannenrühren.

Koriander dazugeben und alles gut vermischen.

Mit Fisch-Sauce und Soja-Sauce ablöschen.

Mit etwas Wasser verlängern.

Noch etwas köcheln lassen.

Reis auf zwei große Schüsseln verteilen.

Schweinebauch mit viel Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

Schweinebauch mit Gemüse und Ramen-Nudeln



Mit Ramen-Nudeln

Eigentlich eher ein deutsches Rezept, wenn man die Zutaten wie Schweinebauch oder Mangold betrachtet.

Aber da ist dann auch noch der Pak Choi als Gemüse, die würzige Sauce aus dunkler Soja-Sauce und als Sättigungsbeilage die Ramen-Nudeln.

Daher wird das Rezept erst einmal in die Kategorie „Asiatisch“ eingeordnet.

Das Gericht sieht ja auf den Fotos auch eher so aus.

Aber es ist würzig, pikant und schmackhaft.

Und gerade die Ramen-Nudeln geben dem Gericht noch so einen richtig schmackhaften Touch.

Für 2 Personen:

- 4 Schweinebauch-Scheiben
- Salz

- Pfeffer
- Paprika
- 4 Blätter Mangold
- 2 Pak Choi
- 4 EL dunkle Soja-Sauce
- 4 EL Wasser
- 280 g Ramen-Nudeln
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 10 Min.



Mit dunkler Soja-Sauce gewürzt

Schweinebauch quer in schmale Streifen schneiden.

In eine Schüssel geben und mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Etwas ziehen lassen.

Gemüse putzen und ebenfalls quer in schmale Streifen schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Schweinebauch darin anbraten.

Gemüse dazugeben und mit anbraten.

Soja-Sauce und Wasser darüber geben.

Alles vermischen und kurz köcheln lassen.

Parallel dazu Nudeln in einem Topf mit kochendem Wasser 3–4 Minuten garen.

Nudeln zu der Fleisch-Gemüse-Mischung geben und alles gut vermischen.

Auf zwei tiefe Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Grillteller mit Schweinebauch und Bratpaprika



Lecker kross gegrillt

Einfaches Gericht. Schnell zubereitet. Alles in der Grillpfanne gegrillt.

Zwei Zutaten. Schweinebauch, quer in dünne, kurze Scheiben geschnitten, mit der Schwarte.

Dann Bratpaprika. Sie brauchen die Stiele vor dem Braten nicht entfernen, sondern können die Bratpaprika im Ganzen braten. Die Stiele entfernen Sie einfach beim Essen auf dem Teller.

Gewürzt mit frisch gemahlenem Meersalz und schwarzem Pfeffer.

Den Schweinebauch würze ich mit einer Fleisch-Gewürzmischung.

Schweinecurry mit Basmatireis

Hier ein weiteres Rezept für eine Zubereitung eines Gerichts in der Mikrowelle.

Das Rezept in meinem Kochbuch war zwar als Hähnchencurry konzipiert, aber ich hatte Schweinefleisch vorrätig, das unbedingt verbraucht werden musste. Also habe ich kurzerhand umdisponiert und ein Schweinecurry zubereitet.

Auch das im Rezept genannte Gemüse hatte ich nicht vorrätig, auch hier habe ich solches verwendet, das ich vorrätig hatte.

Kokosmilch habe ich generell fast nie im Haus, so habe ich es durch Sahne ersetzt. Normale Milch würde vermutlich bei der Zubereitung ausflocken.

Und natürlich gehört in ein gutes Curry auch echter Thai-Basilikum, den hatte ich aber auch nicht vorrätig und hätte ich erst im Asia-Geschäft im benachbarten Stadtteil kaufen müssen. Ich habe ihn durch normales Basilikum ersetzt.

Mir ist auch nicht schlüssig, warum das Curry, das doch mit Currypulver und Sojasauce zubereitet wird, vor dem Servieren noch mit Salz und Pfeffer gewürzt werden sollte. Das würde meines Erachtens das Curry doch völlig überwürzen.

Trotz meiner vielen Änderungen ging die Zubereitung in der Mikrowelle schnell. Und das Curry hat sehr gut geschmeckt.

[amd-zlrecipe-recipe:1145]

Asiatische Nudelsuppe

Ich wollte vor etwa 16 Jahren aus privaten Gründen von Hamburg nach Düsseldorf umziehen. Also habe ich ein viertel Jahr in Düsseldorf gelebt, um dort eine feste Wohnung und einen Job oder Aufträge zu finden. Meine Wohnung in Hamburg habe ich sicherheitshalber beibehalten. Der Plan hat sich dann doch wieder zerschlagen und ich bin nach Hamburg zurückgekehrt.

In Düsseldorf, das den höchsten Anteil an in der Stadt lebenden Japanern und auch japanischen Firmen in Deutschland hat, habe ich sehr oft in einem preiswerten, aber guten, japanischen Restaurant gegessen. Besonders gut geschmeckt hat mir damals die japanische Nudelsuppe.

Dies ist meistens eine helle Gemüsesuppe mit Reismudeln. Dazu kommen diverse frisch zubereitete Zutaten noch obenauf auf die Suppe. Diese Suppe isst man mit Löffel und Stäbchen. Mit dem Löffel isst man die Brühe. Und mit den Stäbchen isst man die Reismudeln und die anderen Zutaten in der Suppe.

Übrigens wird beim Essen solcher Suppen gut und laut geschlürft. In Asien ist dies – im Gegensatz zu westlichen Tischgebräuchen – Usus, man signalisiert damit als Gast dem Gastgeber oder Koch, dass das Essen schmeckt. Auch Rülpsen gehört in Asien zum guten Ton.

Ich habe mir eine Anleihe an diesen japanischen Suppen genommen und wollte eine ähnliche Suppe zubereiten. Aber dies ist mir wirklich nur bedingt gelungen. Und sie eine japanische Nudelsuppe zu nennen, wäre wirklich zuviel des Guten. Kein Japaner würde dem zustimmen.

Als erstes habe ich für die Brühe zwei Konservendosen mit Asia-Suppe, genauer indonesische Bihunsuppe, verwendet. Verlängert habe ich diese Suppen mit selbst zubereitetem, tiefgefrorenem Gemüsefond.

Zumindest die Reismudeln habe ich mit meiner Nudelmaschine selbst frisch hergestellt und zubereitet. Ich habe dafür Mittelkornreis verwendet, den ich in meiner Getreidemühle fein gemahlen habe. Dazu kamen Eier und Wasser. Leider sind mir die Reismudeln dann trotz meiner Bemühungen um frische Zutaten doch nicht gelungen. Die Reismudeln aus der Nudelmaschine waren hervorragend. Nach dem Garen in der Brühe in der Mikrowelle zerfielen die Nudeln jedoch wieder zu Nudelteig. Schade.

Wenn Sie also frische Nudeln zubereiten, wählen Sie als Zutat Hartweizengrieß oder Weizenmehl. Oder verwenden Sie industriell gefertigte Reismudeln aus der Packung.

Zumindest die weiteren Zutaten, die normalerweise auf eine Nudelsuppe kommen und eben einfach obenauf gelegt werden, waren weitestgehend frisch: Sojabohnensprossen, Schweinebauch, Seetang, Mu-Err-Pilze und ein Spiegelei.

Geschmeckt hat die Suppe mäßig. Sie ist in keiner Weise mit einer japanischen Nudelsuppe zu vergleichen. Und leider sind auch die Foodfotos nicht wirklich gelungen.

Aber es war einen Versuch wert. Und zeigt zumindest, dass man solch eine Suppe auch in der Mikrowelle zubereiten kann. Das nächste Mal gehe ich für eine solch gute Suppe dann doch lieber in ein gutes, japanisches Restaurant, von denen es in Hamburg auch einige gibt.

[amd-zlrecipe-recipe:1146]

Schweinebauch Bratkartoffeln

mit

Ein rustikales Gericht.

Schweinebauch gewürzt und in der Pfanne gebraten.

Ich bereite die Bratkartoffeln dieses Mal auf norddeutsche Art zu. Und somit mit Speck und Zwiebeln.

Der gebratene Schweinebauch ist mir vor einiger Zeit besser gelungen, als ich ihn in der Grill-Pfanne gegrillt habe. Damals habe ich ihn nach dem Grillen aber noch 10 Minuten im erhitzten Backofen nachgaren lassen. Das hat vermutlich den Unterschied ausgemacht.

[amd-zlrecipe-recipe:1029]

Spiralnudeln, Salat-Pesto und Schweinebauch

Das ist mein Essen am Oster-Montag.

Ich hatte zwei Packungen mit gemischtem Salat vorrätig, der unbedingt aufgebraucht werden musste und den ich nicht einfach nur als Salat zubereiten wollte.

Also bot es sich an, ihn als Pesto für Pasta zuzubereiten.

Der gemischte Salat enthält Feldsalat, Rucola, Raddicchio und einige essbare Blüten.

Als Pasta wähle ich Spiralnudeln.

Da ich gerade Schweinbauch-Scheiben für eine andere Zubereitung aufgetaut hatte, entschied ich mich, dem Pasta-Gericht etwas mehr Gehalt zu geben, und habe jeweils eine Scheibe angebratenenen Schweinebauch, den ich in feine Streifen geschnitten habe, obenauf gegeben.

[amd-zlrecipe-recipe:660]