

Fisch-Curry



Fisch-Curry mit Sauce, mit gehobelten Mandeln bestreut

Hier habe ich eine Birne mit einer Chilischote kombiniert, dazu Kabeljau und Mini Conchiglie Rigate. Die Kombination ist recht gut gelungen. Birne liefert Süße, Chili ausgleichend Schärfe und das verwendete Currypulver und die Soul-Girl-Gewürzmischung bringen angenehme Würze. Und der Fisch und die Pasta sind eher neutral und ausgleichend.

Zubereitung für 1 Person:

- 1 Kabeljaufilet
- 1 feste, reife Birne
- 60 g Mini Conchiglie Rigate
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Chilischote
- trockener Weißwein
- 150 ml Fischfond
- 2 TL Hot Madras Curry Pulver

- 1 TL Soul-Girl-Gewürzmischung
(weißer und schwarzer Pfeffer, Paprikapulver, Kümmel, Koriandersamen, Zucker, Cayennepfeffer, rote Preisbeeren, jeweils gemahlen)
- 10 Mandeln
- Salz
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 20 Min.

Pasta nach Anleitung vorkochen. Schalotte und Knoblauchzehen schälen und in Scheiben schneiden. Chilischote in Ringe schneiden. Fischfilet einmal längs in der Mitte halbieren, dann quer in dicke Streifen schneiden. Birnenstiel entfernen. Birne schälen, vierteln, Gehäuse und Blütenansatz entfernen und in Stücke schneiden. Mandeln grob hobeln.

Butter in einem kleinen Topf erhitzen und Schalotte, Knoblauch und Chilischote andünsten. Dann Fisch und Birne hinzugeben und mit andünsten. Etwa 2/3 der gehobelten Mandeln dazugeben und auch mit andünsten. Mit einem großen Schuss trockenem Weißwein ablöschen. Fond hinzugeben. Mit Currypulver, Soul-Girl und Salz würzen. Alles etwas verrühren und zugedeckt bei mittlerer Temperatur 5 Minuten köcheln lassen. Sauce abschmecken. Pasta unterheben und darin erhitzen.

Fisch-Curry in einen tiefen Teller geben und mit den restlichen gehobelten Mandeln garnieren.

Tomatensugo



Sugo im Glas

Heute habe ich gefüllte Tomaten zubereitet und das Innere von diesen übrig, also Fruchtfleisch, Kerne und Saft. Das wird verwertet, ich habe einfach ein wenig Tomatensugo zubereitet und in einem kleinen Glas im Kühlschrank konserviert. Die Menge an Tomateninnerem ergibt mit etwas Weißwein genau ein kleines Glas von 200 ml.

Zutaten:

- Innere von 5 Tomaten
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- trockener Weißwein
- 4 frische Lorbeerblätter
- 1 großer Zweig Rosmarin
- süßes Paprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: 10 Min. | **Garzeit** 30 Min.

Tomateninneres zerkleinern. Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden. Butter in einem kleinen Topf erhitzen, Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel darin andünsten. Mit einem großen Schuss Weißwein ablöschen. Tomateninneres dazugeben. Ebenso Lorbeerblätter und Rosmarin. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt 30 Minuten bei geringer Temperatur köcheln lassen. Lorbeerblätter und Rosmarin herausnehmen. Sugo abschmecken. Durch ein Küchensieb passieren und in ein Glas mit Verschluss geben. Abkühlen lassen und im Kühlschrank aufbewahren.

Hähnchenlebern in Wasabi-Käse-Sauce mit Penne rigate



Lebern in sämiger Sauce auf Pasta

Bei diesem Gericht bin ich auf etwas gewagtes gestoßen. Ich überlegte, wie ich Hähnchenlebern, die im Tiefkühlschrank lagen, zubereiten könnte. Dabei stand ich vor dem Gewürzregal und mein Blick fiel auf das Döschen mit Wasabi-Pulver. Eine Wasabisauce hatte ich schon einmal zubereitet, wenn ich es recht erinnere, mit Pferdesteaks. Die Sauce war lecker gewesen. Da dachte ich mir, warum nicht mit Leber. Das sollte passen.

Um es gleich vorweg zu nehmen: Es gelang mir nicht, eine giftgrüne, scharfe Wasabisauce zuzubereiten. Nachdem ich das Wasabipulver zum Weißwein in der Pfanne gegeben hatte, schmeckte die Sauce nicht würzig oder scharf und wurde nicht grün. War es zu wenig Wasabipulver für zu viel Flüssigkeit? Ich probierte ein wenig des trockenen Pulvers aus dem Döschen, es schmeckte nur wie leicht aromatisiertes Mehl. Da man Wasabi mit wenig Wasser verrührt und dann quellen lässt, probierte ich dies separat aus, aber auch die dadurch erzeugte Paste schmeckte nur wenig würziger und schärfer. Das Wasabipulver hatte seinen Biss verloren. Eventuell hatte ich es doch schon zu lange aufbewahrt.

Die Sauce habe ich dann aber doch wie geplant weiter zubereitet, beginnend mit in Butter angedünsteten Schalotten und Knoblauch und dann mit trockenem Weißwein abgelöscht. Das Wasabipulver kommt in den Weißwein, wird verrührt und etwas geköchelt. Zur Abrundung und als weiterer extravaganter Touch gebe ich noch etwas fließenden Weichkäse – ohne Rinde – hinzu, der die Sauce gut binden und harmonisch würzt. Meine Empfehlung: einen Weichkäse verwenden, der einen hohen Fettgehalt hat. Der von mir verwendete hatte nur 12,5 % und wollte sich partout nicht in der Sauce auflösen. Erste Versuche, ihn mit dem Schneebesen in die Sauce zu rühren, brachten keinen Erfolg.

Sie hatten nur den netten und hilfreichen Nebeneffekt, dass

ich meine alte, ziemlich verschmutzte Kochschürze, die bisher nur am Haken neben dem Herd unter den Geschirrhandtüchern ein bescheidenes Dasein fristete, endlich mal wieder hervorholte und zum Kochen anzog. Denn mit Kochschürze kann man am Herd prima mit dem Schneebesen hantieren, Spritzer und Kleckse verursachen, ist prima geschützt und die frische, dunkle Hose unter der Kochschürze bleibt sauber. Und zwischendurch kann man beim Kochen auch ganz leger seine dreckigen Hände an der Schürze abwischen. Deswegen wanderte sie heute als erstes für weiteren Gebrauch in die Waschmaschine.

Ich habe die Sauce dann in eine hohe Rührschüssel gegeben und mit allen Zutaten, die darin waren, mit dem Pürierstab püriert. So bekommt man eine sämige, gebundene Sauce, in der alle Zutaten fein püriert zusammenfinden.

Die Lebern werden geputzt, grob zerkleinert, mehliert und vorab in Butter nur kurz angebraten. Sie sollen innen noch rosé sein, denn sie werden in der Wasabi-Käse-Sauce nochmals erhitzt. Dazu gibt es Penne Rigate, auch eine Sorte Pasta, die ich gerne esse, und die – das ist wichtig für einen freundlichen Mitleser hier – „halb-saucensüffig“ ist.

Zutaten für 1 Person:

- 150 g Hähnchenlebern
- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 200 ml trockener Weißwein
- 2 TL Wasabipulver
- 100 g Weichkäse (ohne Rinde)
- 1 EL Mehl
- Butter

- 125 g Penne Rigate

- einige Pinienkerne

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.

Hähnchenlebern von Fett befreien und grob zerteilen. Mehl auf einen kleinen Teller geben und die Lebern mehlieren. Butter in einer kleinen Pfanne erhitzen und die Lebern nur kurz darin anbraten, sie sollen innen noch rosé sein. Beiseite stellen.

Pasta nach Anleitung zubereiten. Währenddessen Schalotten und Knoblauch schälen und kleinschneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und Schalotten und Knoblauch darin andünsten. Mit Weißwein ablöschen, Wasabipulver hinzugeben und verrühren. Die Rinde vom Weichkäse entfernen, den Käse in die Sauce geben und schmelzen lassen. Alles gut verrühren, eventuell mit Salz und Pfeffer abschmecken und einige Minuten köcheln lassen. Lebern in die Sauce geben und darin erhitzen.

Pasta in einen tiefen Pastateller geben und die Lebern mit der Sauce darüber verteilen. Mit einigen gehackten Pinienkernen garnieren.

Pastatag



Pasta

Ein einfaches Pastagericht. Schmeckt lecker, geht fix zuzubereiten und ist auch noch Resteverwertung, da ich den Rest der Weißweinsauce von vor zwei Tagen aufgehoben habe. Die Pasta wird natürlich frisch zubereitet. Es sind, da ich ja die leckere Sauce noch habe, diesmal wieder die saucensüffigen Cellentani. Da sich bei der Zubereitung der gefüllten Gänsekeulen vor zwei Tagen viel frisch geriebener Parmesan aus der Füllung in der Weißweinsauce gelöst hat, ist diese sehr kräftig und würzig. Nach dem Kochen der Pasta gebe ich diese durch ein Nudelsieb, die Sauce kommt in den gleichen Topf, wird erhitzt und dann wartet die Sauce auf die Pasta, wie gewohnt. Dass die etwa daumendicke Schicht Sauce im Topf beim Umrühren recht schnell verschwindet, verwundert bei diesen saucensüffigen Nudeln nicht. Da Pasta nur mit würziger Sauce ein wenig dürftig ist, kommen noch einige Zutaten dazu. Frischen Parmesan hatte ich nicht mehr vorrätig, aber es ist ja auch genug in der Sauce. Dafür kommen einige Spritzer gewürztes Olivenöl über die Pasta, dann kleingeschnittene, frische Petersilie und schließlich noch einige gehackte Pinienkerne. Würzen ist nicht mehr nötig. Ach ja, auch wenn es

ein einfaches, schnelles Essen ist, wenig Zutaten benötigt und unauffällig ist: Es gibt natürlich zwei schöne Fotos dazu.