Herbstlicher Eintopf mit groben Mettwürsten, Kartoffeln und Gemüse

Leckerer Eintopf

Zutaten für 2 Personen:

- 4 grobe Mettwürste
- 800 ml Gemüsefond
- 10 kleine Kartoffeln
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 4 kleine Paprikaschoten (orange und rot)
- 2 Wurzeln
- 6 Cherrydatteltomaten
- 6 braune Champignons

- ein Stück Lauch
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 30 Min.

Könnte etwas mehr Brühe sein …

Zubereitung:

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und in grobe Stücke schneiden. In eine Schüssel geben.

Petersilie kleinschneiden. In eine Schale geben.

Kartoffeln schälen, in grobe Stücke schneiden und ebenfalls in eine Schüssel geben.

Gemüsefond in einem Topf erhitzen und Gemüse darin 15 Minuten zugedeckt bei geringer Temperatur garen. Danach Kartoffeln

dazugeben und 10 Minuten mitgaren. Danach Mettwürste hinzugeben und noch 5 Minuten mitgaren. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Brühe abschmecken.

Jeweils zwei Mettwürste auf einen tiefen Suppenteller geben und Eintopf mit viel Brühe darüber verteilen.

Mit Petersilie garnieren.

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 Gemüsefond, 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 Gemüsefond 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!

Gemüsefond

Sie finden in meinem Foodblog ja schon diverse Rezepte zur Zubereitung eines Gemüsefonds. Normalerweise verzichte ich daher darauf, ein erneutes Rezept zur Zubereitung eines solchen Fonds zu veröffentlichen.

Leckerer heller, klarer Gemüsefond

Aber dieser Fond ist anders. Die Zubereitung ist anders. Ich bereite hier einen hellen, klaren Fond zu. Und verwende nur drei Zutaten. Wenn Sie das Wasser dazuzählen, kommen Sie auf vier Zutaten.

Knollensellerie, Wurzeln und Pastinaken. Das ist alles. Und das Beste ist natürlich, sie müssen das Gemüse für die Zubereitung des Fonds nicht putzen oder schälen. Einfach in kleine Stücke schneiden.

Geben Sie das Gemüse in einen Bräter, füllen Sie diesen mit Wasser auf und garen Sie das Gemüse bei mittlerer Temperatur vier Stunden.

Gemüse mit dem Schaumlöffel herausheben und im Bio-Mülleimer entsorgen. Und Gemüsefond durch ein Küchensieb geben.

In geeignete Vorratsbehälter portionsweise abfüllen und einfrieren. Fertig.

Der Fond gelingt gut und ist sehr schmackhaft.

Für 1,5 l Gemüsefond:

- 2 Knollensellerie
- 8 Wurzeln
- 2 Pastinaken
- Wasser

Zubereitungszeit: 4 Stnd.

Zubereitung siehe oben in der Einleitung!

Fusilli mit Gemüsepesto

Mit vielen Gemüsesorten
Sie suchen sicherlich ab und zu auch einmal vegetarische Rezepte. Bedienen Sie sich hier mit einem.

Es handelt sich einfach nur um Pasta. Zusammen mit kleingeschnittenem Gemüse in einer leckeren weißen Sauce.

Garniert mit gehobeltem Grano Padano. Lecker!

Für 2 Personen:

- 375 g Fusilli
- 2 Pastinaken
- 2 Wurzeln
- 4 kleine Tomaten
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 2 EL Crème fraîche

- 1 Schöpflöffel des Nudelkochwassers
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Grana Padano
- Butter

Zubereitungszeit; Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 25 Min.

Mit gehobeltem Grana Padano
Pasta nach Anleitung in kochendem, leicht gesalzenem Wasser garen.

Parallel dazu Gemüse putzen. Dann gegebenenfalls schälen. Und in sehr kleine Stücke schneiden.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Gemüse darin unter Rühren einige Minuten anbraten. Crème fraïche dazugeben. Einen Schöpflöffel des Nudelwassers dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles gut vermischen, kurz köcheln lassen und die Sauce abschmecken.

Pasta zum Gemüse geben. Alles gut vermischen.

Auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Mit gehobeltem Grano Padano garnieren. Servieren. Guten Appetit!

Wurzelkuchen

Sie suchen eine Lösung für diverses Wurzelgemüse, das Sie übrig haben, aber nicht mehr für Speisen zubereiten wollen?

Mit drei Wurzelsorten
Ich habe eine Lösung: Bereiten Sie einfach einen Rührkuchen zu. Und verwenden Sie für einen Teil des Weizenmehls einfach die geputzten, geschälten und fein geriebenen Wurzeln.

Im Grunde können Sie für das Wurzelgemüse beliebige Wurzeln verwenden. In diesen Rührkuchen sind Süßkartoffeln, Pastinaken und Wurzeln, also Karotten, gewandert. Alles geputzt, geschält und in der Küchenmaschine fein gerieben.

Die Menge an Wurzeln hat in geriebenem Zustand 380 g ergeben. Also ein wenig viel für einen Rührkuchen. Also habe ich anstelle 120 g Weizenmehl, um die 500 g komplett zu machen, 220 g Weizenmehl verwendet. Der Kuchen braucht auch einen Kleber. Und für die notwendige Stabilität habe ich ein 5. Ei hinzugegeben.

Für den Rührteig:

- Grundrezept

Änderungen siehe in der Zubereitung

Zusätzlich:

- 100 g Mehl
- 1 Süßkartoffel
- 2 Pastinaken
- 2 Wurzeln
- 1 Ei

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Verweildauer im Backofen 60 Min. bei 170 °C.

Lecker und saftig
Rührteig nach dem Grundrezept zubereiten. Dabei folgende Änderungen beachten:

Wurzeln putzen, schälen, in der Küchenmaschine fein reiben und in eine Schüssel geben. Es soll 380 g ergeben.

Anstelle 500 g Weizenmehl nur 220 g Weizenmehl verwenden. Ein zusätzliches Ei hinzugeben.

Geriebene Wurzeln unter den Rührteig heben. In die Backform geben.

Kuchen auf mittlerer Ebene die oben angegebene Zeit im Backofen backen.

Herausnehmen, auf eine Kuchenplatte stürzen, abkühlen lassen, in Stücke schneiden und servieren. Guten Appetit!

Weizenproteinschnitzel mit Dreierlei-Stampf

Kennen Sie ein Ersatzwort für ein Schnitzel? Also ein veganes Schnitzel? Denn ein Schnitzel ist eigentlich immer noch ein Stück Schweine- oder Kalbfleisch. Dann übermitteln Sie mir es doch für das nächste vegane Rezept.

Kross und knusprig gebraten

Dieses vegane Schnitzel aus Weizenproteinen, behandelt mit Zitrone und Pfeffer und paniert, kam bei mir in den Einkaufskorb. Wieder einmal der Test eines veganen Produktes.

Ich gehe dieses Mal aber einen anderen Weg, das Schnitzel zu bewerten. Obwohl auf der Verpackung steht, dass es sich um eine Fleischalternative auf Basis von Weizenprotein handelt, werde ich keinen Vergleich mit einem panierten Schweineschnitzel beginnen. Da würde man das Pferd von hinten aufzäumen.

Nein, ich bewerte das vegane Schnitzel, auch wenn immer noch das Wort „Schnitzel“ stört, per se für sich alleine. Einfach, ob es schmeckt oder nicht. Kein Vergleich.

Das Schnitzel ist zunächst einmal ein Convenienceprodukt. Ich habe es also nicht selbst hergestellt. Laut Verpackung ist es mit Zitrone und Pfeffer behandelt. Und es ist paniert. Die Schnitzel werden einfach auf jeder Seite etwa 2 Minuten in heißem Öl in der Pfanne gebraten, bis sie kross, knusprig und schön braun sind.

Ich muss sagen, das Schnitzel schmeckt. Es hat eine feste und kompakte Konsistenz. Und ist gut gewürzt. Ich habe nicht nachgewürzt. Die Panade ist kross und knusprig. Nicht zu vergleichen mit einem echten Wienerschnitzel, bei der das panierte Schnitzel in viel Fett schwimmend ausgebacken wird und die Panade traditionell Blasen und Wellen bilden muss. Nein, so nicht. Aber da wären wir dann auch schon wieder am Vergleichen, das ich nicht mache.

Die Beilage ist übrigens ein Stampf aus dreierlei Zutaten. Einmal Süßkartoffeln, dann Petersilienwurzeln und schließlich Wurzeln. Erwartungsgemäß schmeckt der Stampf trotz Würzung leicht süß, aber schließlich sind da ja auch Süßkartoffeln und Wurzeln darin verarbeitet.

Also, ich kann das vegane Weizenproteinschnitzel empfehlen. Und werde es wieder kaufen. Man hat damit eben einfach den Vorteil, ein gutes Gericht zu verspeisen, das rein pflanzlich und ohne tierische Zusatzstoffe produziert wurde. Und tut etwas für Umweltschutz, Nachhaltigkeit und Klimaschutz. Daumen hoch!

Leckere Schnitzel
Für 2 Personen:

- 4 Weizenproteinschnitzel (2 Packungen à 200 g)
- 2 Süßkartoffeln
- 2 Petersilienwurzeln
- 6 Wurzeln
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Muskat
- Margarine
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 20 Min.

Gemüse putzen, schälen, in kleine Würfel schneiden und in zwei Schalen geben.

Wasser in einem Topf erhitzen und Gemüse darin 15 Minuten

garen.

Kochwasser abschütten. Mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und Muskat würzen. Eine Portion Margarine dazugeben. Alles gut mit dem Stampfgerät zerstampfen. Abschmecken. Warmhalten.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen und Schnitzel darin auf jeder Seite etwa zwei Minuten kross und knusprig anbraten.

Jeweils zwei Schnitzel auf einen Teller geben. Stampf dazu verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Hackfleischbällchen mit Wurzeln in Sahnesauce

Mit vielen, würzigen Hackfleischbällchen

Mit Hackfleisch lassen sich ja viele Gerichte zubereiten. Denken Sie an eine Lasagne. An diverse Aufläufe. Oder auch an den Klassiker Spaghetti Bolognese. Aber ein auch immer wieder gerne zubereitetes Gericht sind kleine Hackfleischbällchen. Unterschiedlich gewürzt. In diversen Saucen. Und mit diversen Beilagen wie Nudeln, Reis oder Kartoffeln.

Bei diesem Gericht bekommen die Hackfleischbällchen einen arabischen Touch. Denn sie werden mit viel gemahlenem Kreuzkümmel und Cayennepfeffer gewürzt. Vorgesehen war auch Kurkuma, der ist mir aber zur Zeit ausgegangen. Wenn Sie Kurkuma vorrätig haben, geben Sie ruhig einen Teelöffel davon zu der Hackfleischmischung.

Ich brate die Bällchen bewusst in Butter an, denn ich möchte die Röststoffe der Bällchen in der sich dann entwickelnden Nussbutter haben. Und ich schwenke die leicht vorgegarten Wurzelscheiben als Beilage vor dem Servieren nur noch kurz in der Butter und erhitze sie darin. Und gebe einen Schuss Sahne für ein leichtes Sößchen dazu. Die Sahne wird durch die

Röststoffe und Nussbutter automatisch ohne Dazutun gewürzt.

Normale Wurzeln benötigen in kochendem Wasser durchaus 10–12 Minuten, bis sie gegart sind. Diese dünnen Wurzelscheiben benötigen aber verständlicherweise deutlich weniger, nur 5 Minuten. Und nach dem Schwenken in Butter sind sie noch sehr bissfest und schmecken hervorragend.

Für 2 Personen:

- 500 g Hackfleisch (Rind)
- 2 große Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- eine Portion frische Petersilie
- 1 TL Cayennepfeffer
- 2 TL Kreuzkümmel
- Salz
- 8–10 EL Paniermehl
- 4 Eier
- 10 Wurzeln
- Sahne
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 15 Min.

Bissfeste Wurzelscheiben
Eine Portion frische Petersilie kleinwiegen.

Zwiebeln und Knoblauch schälen, kleinschneiden und in eine Schüssel geben. Hackfleisch dazugeben. Petersilie hinzugeben. Eier aufschlagen und ebenfalls hinzugeben. Paniermehl auch dazugeben. Mit Salz, Kreuzkümmel und Cayennepfeffer würzen. Alles mit der Hand gut vermischen, eine Stunde zugedeckt ziehen und das Paniermehl etwas quellen lassen.

Wurzeln putzen, schälen und in dünne, längliche Scheiben schneiden.

In kochendem Wasser 5 Minuten garen. Mit dem Schaumlöffel herausheben, in eine Schale geben und abkühlen lassen.

Aus der Hackfleischmasse mit den Händen kleine Bällchen formen und in eine Schüssel geben.

Eine große Portion Butter in einer großen Pfanne erhitzen. Bällchen darin etwa 10 Minuten auf allen Seiten kross und knusprig anbraten. Dabei des Öfteren umrühren und die Bällchen

wenden.

Bällchen herausnehmen und warmhalten.

Noch eine Portion Butter in die gleiche Pfanne geben. Wurzelscheiben hineingeben und nur noch kurz in der Pfanne schwenken und erhitzen.

Einen großen Schuss Sahne dazugeben. Leicht salzen.

Bällchen auf zwei Teller verteilen. Wurzelscheiben auf die beiden Teller geben und von der Sahnesauce über die Wurzelscheiben gießen.

Servieren. Guten Appetit!

Innereieneintopf

Leckerer Eintopf mit Innereien

Sind Sie Innereienliebhaber? Oder gehören Sie eher zu den Menschen, die Innereien ein wenig zwiespältig gegenüber stehen? Oder gar zu der Gruppe von Menschen, die sich zu einem „Bääääh!“ durchringen und bei denen keine einzige Scheibe gebratene Leber auf den Teller und Küchentisch kommt?

Ich rechne Sie einmal zur ersten Gruppe von Menschen, die Innereien sehr viel abgewinnen können. Da stehen Sie einem solchen Gericht für einen Eintopf aus verschiedenen Innereien doch sehr offen gegenüber, nicht wahr?

Gerade Innereien wie Leber oder Niere soll man eigentlich nicht zu fest anbraten, da sie sonst sehr fest und zäh werden. Aber in einem Gemüsefond in einem Eintopf, in dem man sie einige Stunden lang gart, können auch diese Innereien nichts anderes machen, als durch das lange Garen schön weich und zart gekocht zu werden.

In diesen Eintopf kommen die gängigsten Innereien, die in einem gut sortierten Supermarkt zu bekommen sind: Herz, Leber, Niere und Pansen.

Für die Brühe wird ein selbst zubereiteter Gemüsefond verwendet, der gewürzt nach dem langen Garen hervorragend schmeckt.

Als Beilage kommt noch etwas Gemüse in den Eintopf. Als da wären einige Kartoffeln und auch einige Wurzeln. Damit diese aber noch einen gewissen Biss haben, gare ich sie nicht die komplette Garzeit mit, sie wären dadurch weich und verkocht. Sie kommen einfach geschält und in grobe Stücke geschnitten 15 Minuten vor Ende der Garzeit in den Eintopf und sind dann à point gegart.

Für 2 Personen:

- 200 g Rinderherz

- 200 g Rinderleber
- 200 g Pansen (vorgegart)
- 200 g Schweineniere
- 1 Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 500 ml Gemüsefond
- ein Stück frischer Ingwer
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- 8 kleine Kartoffeln
- 6 Wurzeln

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 3 Stdn.

Würzige Gemüsebrühe

Kartoffeln und Wurzeln putzen, schälen und grob zerkleinern. In eine Schale geben und beiseite stellen.

Restliches Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Innereien in kleine Stücke schneiden und in Schalen geben.

Öl in einem Topf erhitzen und Gemüse darin einige Minuten glasig dünsten. Dann die Innereien dazugeben und kräftig mit anbraten.

Ingwer auf der Küchenreibe fein in den Eintopf hineinreiben. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Mit dem Gemüsefond ablöschen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur drei Stunden köcheln lassen.

Kurz vor Ende der Garzeit die Kartoffeln und Wurzeln dazugeben und 15 Minuten mitgaren.

Eintopf abschmecken. Auf zwei tiefe Suppenteller verteilen.

Den Eintopf mit etwas frischer, kleingeschnittener Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Rührkuchen mit Wurzelmischung

Dunkler Rührkuchen

Sie kennen die gewöhnlichen Wurzeln, also Karotten, die man im Supermarkt oder Discounter kaufen kann? Die diese grell orange Farbe haben? Aber wussten Sie, dass es Wurzeln auch noch in anderer Farbe gibt? Und zwar unter anderem in Rot und in Weiß? Ich habe solch einen Wurzelmix in der Packung gekauft, und zwar weiße, orange und rote Wurzeln. Und habe mit einem Teil davon einen Rührkuchen gebacken.

Da der Wurzelmix ein ziemliches Gewicht hat, 800 g, wollte ich möglichst viel davon verwerten. Normalerweise gebe ich für einen Rührkuchen höchstens die Hälfte des zu verwendenden Mehls, also 250 g, an fein geraspeltem Gemüse in einen Rührteig. Hier bin ich noch etwas weiter gegangen und habe 300 g verwendet.

Aus diesem Grund, also der hohen Menge der geraspelten Wurzeln, gebe ich auch vorsichtshalber ein zusätzliches Ei für mehr Bindung und Festigkeit in den Rührteig.

Es stellte sich jedoch heraus, dass dies ein wenig zu viel war

und der Rührteig zu wenig Weizenmehl enthielt. Hinzu kam, dass die geraspelten Wurzeln sehr saftig sind und somit eine hohe Menge an Feuchtigkeit in den Kuchen bringen. Fazit: Der Rührteig ist zu „schwer“, geht trotz Backpulvers nicht richtig auf und fällt in sich zusammen.

Somit ist der Kuchen zwar optisch kein Highlight. Aber geschmacklich gelingt er dennoch, ist er doch eben aufgrund des Gemüses sehr saftig.

Der Kuchen ist übrigens optisch sehr dunkel, denn gerade die roten Wurzeln, die fast schon schwarz aussehen, machen den Rührteig dunkelgrau. Und da hat eben auch der gebackenen Rührkuchen eine ungewohnt dunkle Farbe.

Für den Rührteig:

- Grundrezept

Nur 200 g Weizenmehl verwenden.

Zusätzlich:

- 300 g Wurzelmix (weiße, orange und rote Wurzeln)
- 1 Ei
- Puderzucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Verweildauer im Backofen 60 Min. bei 180 °C Umluft

Sehr saftig
Rührteig nach dem Grundrezept zubereiten. Nur 200 g Weizenmehl verwenden. Das zusätzliche Ei aufschlagen und untermischen.

Wurzeln putzen, schälen und in der Küchenmaschine fein raspeln. In eine Schale geben.

Wurzeln mit dem Backlöffel vorsichtig unter den Rührteig heben.

In eine Kastenbackform mit Backpapier geben und die oben angegebene Backzeit im Backofen backen.

Herausnehmen und abkühlen lassen. Backform und Backpapier entfernen. Auf eine Kuchenplatte geben. Mit Puderzucker bestäuben.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Rührkuchen mit Topinambur, Wurzel und Nüssen

Mit Topinambur

Hat Sie das letzte Rezept zu Kuchen mit Wurzeln auch begeistert? Dann wird Ihnen dieses Rezept auch gefallen. Hier wird eine Packung Topinambur und einige Wurzeln – das ist norddeutsch für Karotten – zusammen mit einem gehäckselten Nussmix für einen Rührkuchen verwendet.

Ich kann Ihnen nur sagen, der Rührkuchen gelingt. Und er ist lecker. Und saftig. Und daher lege ich ihn Ihnen sehr ans Herz, wenn Sie beim Supermarkt auf Topinambur stoßen, kaufen Sie sie und backen Sie unbedingt diesen Kuchen.

Für den Rührteig:

- Grundrezept

Nur 250 g Mehl verwenden.

Zusätzlich:

- 3 Topinambur, 3 Wurzeln (insges. 250 g nach dem Reiben in der Küchenmaschine)
- 100 g Nussmischung
- Puderzucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Verweildauer im Backofen bei 170 °C 60 Min.

Lecker und saftig
Rührteig nach dem Grundrezept zubereiten. Dabei nur die Hälfte der normalerweise verwendeten Menge an Weizenmehl verwenden.

Topinambur und Wurzeln putzen und schälen. Dann in einer Küchenmaschine fein reiben.

Nüsse in der Küchenmaschine fein häckseln.

Alle drei Zutaten in den Rührteig geben und nur noch vorsichtig mit dem Backlöffel unterheben.

Nach dem Grundrezept weiter verfahren und den Kuchen backen.

Abkühlen lassen. Backform und Backpapier entfernen. Auf eine Kuchenplatte geben. Mit Puderzucker bestäuben.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Gegrillte Pferdelende mit „Bratbeilage“

Mit verschiedenen, gebratenen Gemüsescheiben
Sie werden sich jetzt fragen, was denn bitte schön eine „Bratbeilage“ ist. Die Frage ist berechtigt, mir fiel aber

kein anderes Wort dafür ein. Ich wollte ursprünglich nur Süßkartoffeln zubereiten, das wären dann Bratsüßkartoffeln gewesen, analog zu gewöhnlichen Bratkartoffeln. Die vorhandenen Süßkartoffeln reichten aber für eine vollständige Beilage nicht mehr aus. Also schnell mit einigen Wurzeln und Pastinaken vervollständigt – auch diese kann man, vorgegart, wie Kartoffeln in der Pfanne anbraten –, schon hat man eine Beilage, deren Namensfindung aber nicht mehr so einfach ist. Sie verstehen? Deswegen der Begriff „Bratbeilage".

Dieses Gericht ist noch ein passendes Gericht für die Osterfeiertage gewesen. Das Rezept kommt leider erwartungsgemäß einige Zeit danach dahergedümpelt. Aber lassen Sie sich trotzdem nicht davon beirren und planen Sie es ruhig für einen der weiteren Feiertage im April und Mai ein. Ich hatte schon erwähnt, dass Pferdelende das mit Abstand zartestes Fleisch ist, das ich seit Jahrzehnten gegessen habe. Es ist wirklich außergewöhnlich lecker, zart, schmackhaft und einfach mmhhhh … Aber die Lende hat eben auch ihren Preis. Bei einem Rossschlachter kostet das Kilo 40 €. Wenn Sie also zwei Lendenstücke à 250 g für 2 Personen zubereiten, kommen Sie auf einen Einkaufspreis von 20 € zusammen, 10 € pro Lendenstück. Somit ist dieses Gericht mit der zusätzlichen Beilage im Restaurant sicherlich nicht unter 25–30 € zu bekommen. Der Restaurantbesitzer will schließlich auch noch Pacht, Grundprodukte, Personal, Strom usw. bezahlt haben.

Und da das Fleisch so butterzart ist, kann ich Ihnen nur raten: Genießen Sie es!

Für 2 Personen:

- 500 g Pferdelende
- Fleischgewürzsalz
- 2 Süßkartoffeln
- 2 Wurzeln
- 2 Pastinaken

- Salz
- Pfeffer
- Sonnenblumenkernöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 15 Min.

Exzellent medium-rare gegrillt, 3 Minuten auf jeder Seite
Gemüse putzen, schälen und halbieren. In einem Topf mit kochendem Wasser etwa 10 Minuten garen. Durch ein Küchensieb abschütten. Abkühlen lassen.

Lende auf beiden Seiten mit dem Gewürzsalz würzen.

Gemüse in dünne Scheiben schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Gemüsescheiben darin unter mehrmaligem Wenden 10 Minuten kross und knusprig anbraten. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Parallel dazu Öl in einer Grillpfanne erhitzen und Lende darin auf jeder Seite drei Minuten kross grillen.

Gemüse auf zwei Teller geben. Jeweils ein Stück Lende dazugeben.

Servieren. Guten Appetit!

Omas Hühnerfrikassee – traditionelles Rezept für jeden Anlass

Hühnerfrikassee nach Omas Rezept ist ein klassisches Gericht und ein wahrer Genuss für die ganze Familie. Das Rezept ist einfach zuzubereiten und überzeugt mit einer leckeren, cremigen Sauce, die mit Gemüse, Fleisch und Hühnerbrühe zubereitet wird. Dieses traditionelle Gericht eignet sich sowohl für den Alltag als auch für besondere Anlässe.

Omas Hühnerfrikassee Rezept ist ideal für die Zubereitung in großen Mengen, da es sich gut einfrieren und später wieder erwärmen lässt. So kann man das Gericht vorbereiten und bei Bedarf schnell und einfach servieren. Hühnerfrikassee nach Omas Rezept ist besonders praktisch für Familienfeiern oder Partys, bei denen ein schmackhaftes Gericht für viele Gäste benötigt wird.

Hühnerfrikassee nach Omas Rezept ist nicht nur lecker, sondern auch gesund, da es viel Gemüse enthält. Durch das Hinzufügen von Spargel, Erbsen und Möhren sowie Champignons bekommt das Gericht eine angenehme Frische und eine interessante Textur. Zudem bleibt das Hähnchenfleisch durch das langsame Garen zart und saftig.

Omas Hühnerfrikassee – Klassisches Rezept, viele Variationen

Das Geheimnis von Hühnerfrikassee nach Omas Rezept liegt in der Kombination aus frischen Zutaten und dem schonenden Garen des Fleisches. Die klassische Zubereitung sorgt für ein wohlschmeckendes Gericht, das Jung und Alt begeistert. Durch das Hinzufügen von verschiedenen Gemüsesorten kann das Gericht saisonal angepasst werden und somit das ganze Jahr über zubereitet werden.

Je nach Geschmack können auch andere Gemüsesorten verwendet werden. Auch die Sauce kann je nach Vorliebe mit Weißwein oder Sahne verfeinert werden. Eine vegetarische Variante von Omas Hühnerfrikassee Rezept ist ebenfalls möglich, indem das Hähnchen durch Tofu oder Seitan ersetzt wird und die Hühnerbrühe durch Gemüsebrühe ausgetauscht wird.

Neben dem traditionellen Hühnerfrikassee Rezept gibt es auch Variationen, die an regionale Vorlieben angepasst sind. So können zum Beispiel Gewürze wie Curry oder Paprika hinzugefügt werden, um dem Gericht eine exotische Note zu verleihen. Auch die Zugabe von frischen Kräutern wie Petersilie, Dill oder Schnittlauch kann das Aroma des Gerichts noch weiter

verfeinern.

Insgesamt ist Hühnerfrikassee nach Omas Rezept ein wahrer Klassiker, der sich durch seine einfache Zubereitung, den köstlichen Geschmack und die vielfältigen Variationsmöglichkeiten auszeichnet. Es ist ein Gericht, das Generationen verbindet und immer wieder gerne auf den Tisch kommt. Probieren Sie es aus und lassen Sie sich von diesem traditionellen Rezept begeistern!

Zutaten von Omas Hühnerfrikassee Rezept:

- 1 Brathähnchen
- 2 TL Salz
- nach Belieben Pfeffer
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 1 Zwiebel
- 1 Tomate
- 2 Eigelbe
- ½ Becher Sahne
- 1 Dose Spargelstücke
- 1 Dose Erbsen und Möhren
- 1 Glas Champignons
- etwas Mehl
- nach Belieben Margarine

Zubereitung von Omas Hühnerfrikassee Rezept:

1. Das Hähnchen zunächst mit Salz würzen und in einen Kochtopf legen. Anschließend den Topf bis zu 3/4 mit Wasser auffüllen.
2. Die Zwiebel schälen, vierteln und zusammen mit den gewaschenen und kleingeschnittenen Tomaten zum Hähnchen in den Topf geben.
3. Zwei Teelöffel Salz und Pfeffer ins Wasser streuen, anschließend zum Kochen bringen. Das Hähnchen je nach Größe 40–60 Minuten (Brathähnchen) oder mindestens 2

Stunden (Suppenhuhn) köcheln lassen, bis das Fleisch gar ist. Die Garprobe lässt sich durchführen, indem man einen Schenkel leicht herauszieht; er sollte sich problemlos lösen.

4. Das fertig gegarte Hähnchen aus dem Topf nehmen und abkühlen lassen. Die entstandene Brühe durch ein Sieb passieren. Anschließend das Hähnchenfleisch von den Knochen trennen.
5. Margarine im Topf erhitzen und das Mehl zügig unter Rühren hinzufügen. Die gesiebte Geflügelbrühe langsam zur Mehlschwitze gießen, zunächst nur wenig, um eine glatte Konsistenz zu erzielen und Klumpenbildung zu vermeiden. Danach die verbleibende Brühe einrühren. Die Mischung etwa 10 Minuten unter ständigem Rühren leicht köcheln lassen, dann mit Salz, Zitronensaft und Pfeffer abschmecken.
6. Zwei Eigelbe mit Sahne verquirlen und in die Sauce einrühren. Das Hähnchenfleisch zusammen mit Champignons, Erbsen, Möhren und Spargel zur Sauce geben und alles erwärmen, bis es heiß ist.
7. Das fertige Hühnerfrikassee nach Omas Rezept heiß servieren.

Hinweis: Statt eines ganzen Hähnchens können auch Hühnerschenkel für das Frikassee verwendet werden.

Guten Appetit!

Gemüsetarte

Mit viel frischem Gemüse

Können Sie sich für pikante und herzhafte Kuchen oder Tartes begeistern? Mit richtig viel schmackhaftem Gemüse? Backen Sie diese Tarte nach. Zutaten sind Zucchini, Aubergine, Wurzel und Süßkartoffel.

Das Gemüse wird in der Küchenmaschine fein gerieben. Und ist so richtig saftig, so dass die Tarte auch hervorragend saftig gelingt. Deswegen die gebackene Tarte unbedingt im Kühlschrank aufbewahren. Aufgrund der Feuchtigkeit würde sie bei Zimmertemperatur zum Schimmeln tendieren.

Und die Tarte verträgt durchaus auch etwas Gewürze, wie Paprikapulver oder Kreuzkümmel. Probieren Sie es einfach aus.

Die Tarte schmeckt hervorragend und ist extrem lecker!

Sehr, sehr saftige Tarte

Für den Mürbeteig:

- Grundrezept

Für die Tarte:

- Grundrezept

Für die Füllmasse:

- 3 Zucchini
- 1 Aubergine
- 1 Wurzel
- 1 Süßkartoffel

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Verweildauer im Backofen 50 Min. bei 170 °C

Mürbeteig nach dem Grundrezept zubereiten.

Eierstich der Tarte nach dem Grundrezept zubereiten.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und längs vierteln. In der Küchenmaschine fein in eine Schüssel reiben.

Eierstichmasse zum Gemüse geben. Alles gut mit der Hand vermischen.

Füllmasse auf den Mürbeteig in der Backform geben und verteilen.

Backofen die oben angegebene Zeit backen.

Herausnehmen, abkühlen lassen und Backform und Backpapier entfernen.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Pferderouladen mit Wurzelstampf mit Bratensauce

In leckerem Bratenfond

Sie bereiten sicherlich ab und zu auch einmal Rouladen zu. Sicherlich in gewohnter Manier mit Rindfleisch, das Ihnen der Schlachter entsprechend vorbereitet hat.

Dieses Rezept hat einen besonderen Pfiff. Denn es wird für die Rouladen Fleisch vom Pferd verwendet. Das der Rossschlachter eben auch entsprechend vorbereitet.

Variieren Sie auch gern bei der Füllung für Rouladen? Dieses Rezept verwendet jedoch eine ganz normale, klassische Füllung. Als da wären Senf, Speck, Gürkchen, Sardellenfilet und Knoblauchzehe.

Die Rouladen werden ganze drei Stunden bei geringer Temperatur geschmort. Das Fleisch ist danach saftig und sehr zart. Zum Schmoren wird eine selbst zubereitete Gemüsebrühe verwendet. Die für genau solche Zwecke selbst frisch zubereitet und portionsweise eingefroren wurde. Das Ergebnis sind nicht nur leckere, würzige Rouladen, sondern auch eine leckere, dunkle Bratensauce.

Als Beilage ein einfacher Stampf aus Wurzeln. Gewürzt mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und einer Prise Zucker. Und natürlich mit einer guten Portion Butter, damit der Stampf so richtig schlotzig wird.

Exzellente, sehr wohlschmeckende Rouladen
Für 2 Personen:

- 4 Scheiben Pferderouladenfleisch (vom Schlachter vorbereitet)
- Salz
- Pfeffer
- edelsüßes Paprikapulver
- Olivenöl
- 800 ml Gemüsefond

Für die Füllung:

- mittelscharfer Senf
- 8 Scheiben dünner Bauchspeck

- 4 Gürkchen (Glas)
- 4 Sardellenfilets (Glas)
- 4 Knoblauchzehen

Für die Beilage:

- 12 Wurzeln
- Butter
- gemahlene Muskatnuss
- Zucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Verweildauer im Topf zum Schmoren 3 Stdn.

Rouladen längs auf ein großes Arbeitsbrett legen. Fleisch auf jeweils beiden Seiten mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Fleisch mit einem Backpinsel mit dem Senf auf einer Seite einstreichen.

Jeweils zwei Scheiben Speck längs auf die Rouladen legen. Jeweils am Ende der Rouladen quer ein Gürkchen, ein Sardellenfilet und eine Knoblauchzehe drapieren und die Rouladen von diesem Ende her zusammenrollen. Wenn notwendig, die Rouladen mit Zahnstochern zusammenheften.

Öl in einem großen Topf erhitzen.

Rouladen auf allen Seiten mehrere Minuten kross anbraten. Mit dem Gemüsefond ablöschen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur drei Stunden schmoren.

20 Minuten vor Ende der Schmorzeit Wurzeln putzen, schälen und grob zerkleinern.

Wasser in einem Topf erhitzen und Wurzeln darin 15 Minuten garen.

Kochwasser abschütten. Eine große Portion Butter dazugeben.

Mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und einer Prise Zucker würzen. Mit dem Stampfgerät grob zerstampfen.

Sauce der Rouladen abschmecken. Ebenfalls den Stampf abschmecken.

Stampf auf zwei Teller verteilen. Jeweils zwei Rouladen dazugeben. Etwas Sauce über den Stampf und die Rouladen geben.

Servieren. Guten Appetit!

Gemüsekuchen

Mit diversem Gemüse
Das können Sie auch! Einen Gemüsekuchen zubereiten. Dazu bedarf es nicht allzu vieler Kenntnisse.

Sie nehmen einfach aus Ihrem Kühlschrank das Gemüse, das noch vorrätig ist und verbraucht werden muss. Und gut, es sollte etwas zusammen passen.

Dann brauchen Sie noch gestückelte Tomaten aus der Dose. Mit denen Sie zusammen mit Speisestärke einen Belag für den Gemüsekuchen zubereiten. Denn Stärke plus Flüssigkeit im Backofen bei 180 °C gebacken ergibt einen festen, kompakten Belag.

Natürlich hätte zu diesem pikanten Kuchen auch besser ein Hefeteig gepasst, da gebe ich Ihnen recht. Aber die Milch im Kühlschrank war leider verdorben. Und so blieb nur der Umweg zu einem Mürbeteig. Auch nicht schlimm.

Der Kuchen besteht somit aus dem Mürbeteig, dem kleingeschnittenen Gemüse und dem Tomatenbelag.

Mehr braucht es nicht und mehr brauchen Sie auch nicht können.

Eine leichte Würzung mit Salz kommt noch auf den Kuchen vor dem Backen.

Mit leckerem Tomatenbelag

Für den Mürbeteig:

- Grundrezept

Für die Füllung:

- 1 Süßkartoffel
- 2 Wurzeln
- 1/2 Stange Lauch
- 2 Lauchzwiebeln
- 1/2 Packung Zuckerschoten (etwa 100 g)
- 2 Dosen gestückelte Tomaten (à 400 g)
- 65 g Speisestärke

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Verweildauer im Backofen 40 Min. bei 180 °C Umluft

Mürbeteig nach dem Grundrezept zubereiten.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden. In eine Schüssel geben und vermischen.

Tomaten aus der Dose in eine Schüssel geben, Speisestärke dazugeben und alles gut mit dem Schneebesen vermischen.

Gemüse auf dem Mürbeteigboden verteilen.

Tomaten darüber geben und alles gut verteilen.

Kuchen backen.

Herausnehmen, abkühlen lassen, Backform und Backpapier entfernen, stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Süß-pikante Tarte

Sehr saftige Tarte
Variieren Sie manchmal auch mit den entsprechen Geschmäckern, in diesem Falle sowohl süß als auch pikant? Im bekannten Waldorfsalat wird dies ja auch gemacht, dort wird Apfel und Knollensellerie verarbeitet. Aber er schmeckt.

Sie können dies genauso gut bei einem Kuchen oder einer Tarte machen. In diesem Fall wird Apfel für die Süße verwendet, und Kürbis und Wurzel für das Pikante. Wobei das nicht unbedingt ganz zutrifft, denn zumindest Wurzeln haben auch eine gewisse Süße, und der Kürbis eigentlich auch.

Somit passt das alles gut zusammen.

Da die Äpfel sehr feucht durch die Küchenmaschine gerieben werden und das Geriebene somit viel Flüssigkeit enthält, gelingt auch die Tarte wunderbar saftig.

Für den Mürbeteig:

- Grundrezept

Für die Tarte:

- Grundrezept

Zusätzlich:

- 4 Äpfel
- 1/4 Hokkaidokürbis
- 10 Wurzeln

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Backzeit 40 Min. bei 180 °C

Mit Obst und Gemüse
Mürbeteig nach dem Grundrezept zubereiten.

Alle Zutaten für die Füllmasse putzen, gegebenenfalls schälen und in grobe Stücke zerteilen. In eine Schüssel geben.

Zutaten in der Küchenmaschine fein in eine Schüssel reiben.

Eierstich für die Tarte zubereiten.

Zu den restlichen Zutaten geben. Alles gut mit der Hand vermischen.

Füllmasse auf den Mürbeteig in der Backform geben und verteilen.

Die oben angegebene Zeit auf mittlerer Ebene zur angegebenen Temperatur im Backofen backen.

Herausnehmen, abkühlen lassen, Backform und Backpapier entfernen, anschneiden und stückweise servieren. Guten Appetit!