

Putenbrustfilet, Champignons und Bandnudeln

Nachdem mir das Putenbrustfilet in Rotwein-Sauce in den letzten Tagen so gut geschmeckt hat und ich davon auch noch vorrätig hatte, habe ich es es einfach nochmals zubereitet. Diesmal auch mit Champignons. Aber als weitere Beilage Bandnudeln.

Die Sauce bereite ich, wie im anderen Rezept erwähnt, fast klassisch zu. Ich verwende einen guten Merlot. Und viele Gewürze wie Sternanis, Pfefferkörner, Piment, Wacholderbeeren, Nelke, Kardamom, Chili-Schote und Lorbeerblätter, die ich in einem Gewürzsäckchen in den Merlot gebe und somit mit dem Filet mitgare. Es ergibt eine sehr wohlschmeckende Rotwein-Sauce, die nicht nachgewürzt werden muss.

[amd-zlrecipe-recipe:550][amd-zlrecipe-recipe:550]

Putenbrustfilet, Champignons und Tagliatelle

Ganz ein Rezept nach dem Motto meines Foodblogs.

Ich habe Putenbrustfilet gewählt.

Dazu als Beilage weiße Champignons, die ich zusammen mit dem Filet im Bräter im Backofen gare.

Als weitere Beilage kommt eine kleine Portion Tagliatelle hinzu. Da ich nur jeweils eine kleine Portion davon auf den Tellern drapiere, verwende ich hierfür jeweils einen Eierring,

um die Pasta optisch ein wenig schön auf die Teller zu bekommen. Noch im Eierring befindlich gebe ich von der köstlichen Sauce vor dem Servieren über die Pasta.

Die Sauce bereite ich fast klassisch zu. Ich verwende einen guten Merlot. Und viele Gewürze wie Sternanis, Pfefferkörner, Piment, Wacholderbeeren, Nelke, Kardamom, Chili-Schote und Lorbeerblätter, die ich in einem Gewürzsäckchen in den Merlot gebe und somit mit dem Filet mitgare. Es ergibt eine sehr wohlschmeckende Rotwein-Sauce, die nicht nachgewürzt werden muss.

[amd-zlrecipe-recipe:549]

Bohnen-Eintopf mit Bauchspeck und Suppenfleisch

Ein einfacher Eintopf.

Mit Bohnen als Hauptzutat.

Ich verfeinere den Eintopf noch mit etwas Bauchspeck und Suppenfleisch.

Dazu noch Wurzeln, Kartoffeln und Kohlrabi.

Gewürzt mit Salz, Pfeffer, Zucker und etwas Bohnenkraut.

Für die Brühe verwende ich selbst zubereiteten Gemüfefond.

[amd-zlrecipe-recipe:548]

Hähnchenbrustfilet und Jasmin-Reis mit Chardonnay-Sauce

Ich brate Hähnchenbrustfilets in Butter an und gare sie dann in Chardonnay.

Vorher würze ich die Filets mit Garam Masala und Salz.

Die Filets gelingen bei einer Garzeit von 15 Minuten genau à point, sie sind innen noch leicht rosé und saftig.

Als Beilage verwende ich Jasmin-Reis, der sehr knackig und nussig schmeckt.

[amd-zlrecipe-recipe:547]

Fleischbällchen-Eintopf

Ein leckerer Eintopf.

Für den ich Fleischbällchen aus Hackfleisch zubereite.

Als weitere Hauptzutat für den Eintopf verwende ich sehr viele Wurzeln.

Und als weitere Zutaten einige Kartoffeln, etwas Knollensellerie und etwas Kohlrabi.

Für die Suppe verwende ich selbst zubereiteten Gemüsefond.

[amd-zlrecipe-recipe:545]

Kürbis-Tarte XXL

Ich hatte einen schönen, großen Hokkaido-Kürbis. Mit satten 1,5 kg Gewicht.

Diesen wollte ich natürlich komplett verwerten und zubereiten und nicht nur z.B. die Hälfte davon.

Da die Menge des Kürbis für eine normale Tarte etwas zu viel ist, da die Menge an Eiern und Sahne dafür nicht ausreichen würden und die Füllmasse dadurch vermutlich nicht fest und kompakt werden würde, habe ich etwas umgedacht.

Und einfach eine Tarte XXL gebacken.

Und zwar mit der 1 1/2-fachen Menge der normalen Füllmasse. Also anstelle vier Eier und 200 ml Sahne verwende ich einfach sechs Eier und 300 ml Sahne.

Das reicht aus, um mit dieser Menge an Kürbis eine feste und kompakte Füllmasse zu erstellen, die auch gebacken werden kann.

Auch die Backzeit nimmt aufgrund der Menge der Füllmasse und der Dicke der Tarte natürlich zu. Um die Tarte gut durchzubacken, wähle ich ebenfalls die 1 1/2-fache Backzeit und backe sie 1,5 Stunden.

Diese Tarte ist aufgrund der verwendeten Menge an Kürbis nun eigentlich nicht mehr sehr flach und dünn und somit eigentlich

keine Tarte mehr. Ich sollte sie vielleicht eher als Kürbis-Kuchen bezeichnen.

[amd-zlrecipe-recipe:546]

Tofu, Champignons, Chinakohl und Jasmin-Reis

Ein vegetarisches Gericht. Und gleichzeitig ein asiatisches Gericht. Das ich selbst kreiert habe. Aber in der einen oder anderen Variation sicherlich auch in einem China-Restaurant zu bekommen ist.

Als Hauptzutat verwende ich gewürzten Tofu, den ich in kleine Stücke schneide.

Dazu als weitere Zutaten weiße Champignons und Chinakohl.

Die Sauce bilde ich aus Hoisin- und Fisch-Sauce.

Und als Beilage gibt es dieses Mal, als Variante zu Mi-Nudeln oder Basmati-Reis, knackigen und nussigen Jasmin-Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:544]

Hähnchenbrust-Kartoffel-

Spitzkohl-Auflauf



Vor dem Garen

Ich verwende hier drei Hauptzutaten für einen Auflauf.

Und zwar Hähnchenbrustfilet. Kartoffeln. Und Spitzkohl.

Ich würze den Auflauf nur leicht mit Salz.

Und gebe zum Garen selbst zubereiteten Gemüsefond in die Auflaufform.

Zum Überbacken gebe ich geriebenen Gouda über den Auflauf.

Das Filet gelingt saftig. Die Kartoffeln sind knackig. Und auch der Spitzkohl ist sehr lecker und wohlschmeckend.

Fertig ist eine Gericht für eine Person.

[amd-zlrecipe-recipe:543]

Rinder-Carpacchio

Ein Convenience-Produkt. Feine, dünne Rindfleisch-Scheiben, angeordnet im Kreis, auf Folie, 2 Portionen pro Packung, tiefgefroren.

Aber ein gutes Produkt. Und da dieses Convenience-Produkt auch in der Gastronomie verwendet wird, kann man es durchaus kaufen, zubereiten und servieren.

Verfeinert wird es natürlich noch mit Salz, frisch gemahlenem Pfeffer, etwas Balsamico-Essig oder Crema di Balsamico und einem guten Olivenöl.

Fertig ist der leckere, schmackhafte Abend-Snack.

[amd-zlrecipe-recipe:542]

Ihre Meinung ist gefragt ...

Stimmen Sie ab. Und beeinflussen Sie mit, in welchen Bereichen ich künftig mehr Rezepte veröffentlichen soll.

Ich starte bis Ende Mai 2019, dem 7-jährigen Jubiläum meines Foodblogs, eine Meinungsumfrage. Sie können mit maximal drei Stimmen – Mehrfachangaben sind also möglich – abstimmen, in welchen Bereichen sie mehr wünschen.

Und zwar in den Bereichen Gemüse, Pasta, Innereien, Insekten, Fleisch und Ausgefallenes.

Also, nehmen Sie teil. Und voten Sie. Und lesen sie dann ab

Juni 2019 viele neue Rezepte in den gewünschten Bereichen, die ich mir dann einfallen lasse und die Ihnen sicherlich gefallen und die Gerichte auch schmecken werden.

Frikadellen und Efiche tricolore mit Curry-Sauce

Einfache, klassische Frikadellen.

Mit einer kleinen Portion Pasta als Beilage.

Dazu eine würzige Curry-Sauce. Zubereitet aus Sahne, etwas Paprika und viel Curry-Pulver.

[amd-zlrecipe-recipe:541][amd-zlrecipe-recipe:541]

Efiche tricolore mit scharfer Gemüse-Sauce

Ich esse eigentlich gern scharf. Aber dieses Gericht war nach der Zubereitung fast zu scharf, so dass ich es fast nicht essen konnte. Ich habe deswegen beim Abschmecken der Sauce etwas Sahne hinzugegeben, um die Schärfe auf ein erträgliches Maß zu mildern.

Da fiel mir ein früherer, mittlerweile verstorbener Nachbar ein. Er aß gerne scharf und prahlte auch damit, dass er sehr gut Schärfe im Essen vertrage. Wir hatten einmal bei meinem

früheren, türkischen Lebensmittelhändler, der mittlerweile seit einigen Jahren schon sein Geschäft verkauft hat, im Sommer ein kleines Grillfest veranstaltet. Der besagte Nachbar kam mit zwei selbst zubereiteten Spießen, auf denen sich jeweils fünf ganze Habañeros befanden. Diese grillte er. Nachdem er jedoch ein oder zwei dieser Habañeros verspeist hatte, wurde er sehr rot im Gesicht, fing an zu schwitzen und konnte sich fast nicht auf den Beinen halten. Er ging schnurstracks geraden Weges nach Hause. Nach etwa einer Stunde kam er wieder zurück und sagte, er habe sich erst einmal hinlegen müssen. Die Habañeros waren doch etwas zu scharf und hätten ihm mächtig auf den Kreislauf geschlagen. Seitdem hat er nie wieder damit geprahlt, dass er sehr gut Schärfe im Essen vertrage.

Ich habe bei diesem Gericht eine ganze gelbe Habañero kleingeschnitten und mitgegart. Dies war vermutlich doch etwas zuviel.

Schon beim Anbraten des Gemüses merkt man, dass man eine scharfe Zutat mit verwendet hat, denn der aufsteigende Dampf des Gerichts, der in Nase und Mund gelangt, reizt sofort zum kräftigen Husten.

Man sollte auch unbedingt vorsichtig sein, mit den Fingern, mit denen man die Habañero angefasst hat, nicht an Schleimhäute an Auge, Nase oder Mund oder auch nicht in den Intimbereich zu fassen. Warum, das merkt man sofort, denn es brennt sofort.

Nichtsdestotrotz, die Sahne hat die Schärfe etwas abgemildert und die Gemüse-Sauce ist wirklich sehr schmackhaft. Es ist also doch noch ein leckeres Gericht.

Jetzt freue ich mich aber schon einmal auf die nächsten Toilettengänge, denn Sie wissen ja sicherlich auch: Scharfes Essen brennt immer zweimal. ☐

Ich frage mich aber mittlerweile , ob ich scharfe Gerichte

wirklich so gern esse.

[amd-zlrecipe-recipe:540]

**Neuerscheinung: „Da ist
Schimmel im Essen ...“**

„Da ist Schimmel im Essen ...“

Pferdefleisch-Gerichte



Band 2 der Koch- und Backbuch-Reihe

Jetzt auch als ePub- und Kindle-eBook erhältlich.

Ein kleines Kochbuch mit 11 Rezepten zu Pferdefleisch.

In 5 Kategorien Braten, Gulasch, Hackfleisch, Roh und Steak.

ISBN 978-3-941695-85-6, ISBN 978-3-941695-86-3

€ 5,99

Schwein, Champignons und Mi-Nudeln

Erneut ein asiatisches Rezept, selbst kreiert. Dieses Mal ohne Chinakohl. Stattdessen mit weißen Champignons.

Als Fleisch wähle ich einfach Schweineschnitzel, die ich quer in kurze Streifen schneide.

Die Sauce bilde ich dieses Mal aus Teryjaki- und Fisch-Sauce.

Die Beilage, die ich ja untermische, sind auch dieses Mal Mi-Nudeln, die ich kurz vor der Zubereitung in siedendem Wasser gare und zubereite.

[amd-zlrecipe-recipe:539]

Eliche tricolore mit Lollo-Rosso-Pesto

Hier habe ich einfach zwei Salatköpfe zweckentfremdet und ein Pesto mit ihnen zubereitet.

Zusätzlich kommen noch Schalotten und Knoblauchzehen in das Pesto. Und natürlich viel frisch geriebener Parmesan. Und

etwas Olivenöl.

Als Pasta habe ich Eliche tricolore verwendet, die etwas farbenfroh sind und somit auch optisch etwas für's Auge bieten.

Einfaches, schnell zubereitetes Pasta-Gericht.

[amd-zlrecipe-recipe:538]

Schweineschnitzel und Spitzkohl

Einfache Schweineschnitzel, leicht gewürzt, natur zubereitet.

Dazu als Beilage ein schönes, schmackhaftes Spitzkohl-Gemüse.

Ich würze das Gemüse, wie es sich für Kohl gehört, mit Salz, einer Prise Zucker und auch etwas Kümmel.

Das Gemüse ist sehr lecker.

[amd-zlrecipe-recipe:537]