

Lammlachse mit Süßkartoffel-Speck-Stampf



Sehr leckerer Lachs

Als Lachs wird der Kernmuskel des Rückens von Schlachttieren bezeichnet, besonders von Schweinen, Kälbern und Lämmern. Es ist Bestandteil des Rippenstücks oder Kotelettstrangs. Lachs ist größer und heller, aber ähnlich mager wie das ähnlich geformte, benachbarte Filet.

Ich würze die Lachse nur mit süßem Paprika-Pulver, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Ich brate sie auf jeweils jeder Seite nur 2 Minuten an, da ich sie rare servieren will. Ich habe selten ein so edles Stück Fleisch gegessen wie diesen Lammlachs.

Da mir gestern der Süßkartoffel-Speck-Stampf gut geschmeckt

hat, gibt es ihn bei diesem Gericht ebenfalls nochmals als Beilage.

Zutaten für 2 Personen

- 2 Lammlachse (à 200 g)
- 3 Süßkartoffeln
- 50 g durchwachsener Bauchspeck
- süßes Paprika-Pulver
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.

Lachse auf jeweils jeder Seite mit Paprika-Pulver, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Speck in kleine Würfel zerschneiden.

Süßkartoffeln putzen und schälen. In kleine Würfel zerschneiden.

Wasser in einem Topf erhitzen und Süßkartoffeln darin 10 Minuten garen.

Währenddessen Öl in einer Pfanne erhitzen und Lachse auf jeweils jeder Seite nur kurz 2 Minuten kross anbraten.

Süßkartoffeln durch ein Küchensieb geben. Wieder zurück in den Topf geben. Einen Schuss Olivenöl hinzugeben. Salzen. Mit dem Stampfer zerstampfen. Speck dazugeben, untermischen und kurz erhitzen.

Jeweils ein Lachs auf einen Teller geben. Stampf auf die beiden Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Flanksteaks mit Senfkruste, Süßkartoffel-Speck-Stampf und Prinzessbohnen



Krosse Steaks

Das Flanksteak ist ein Teil des Bauchlappens des Rindes. Es ist gut zum Braten oder Grillen geeignet, man kann es aber auch schmoren.

Ich bereite es hier mit einer Senfkruste zu, für die ich groben Senf verwende. Ich marinieren die Steaks eine Stunde in dem Senf. Dann brate ich die Flanksteaks mit der Senfkruste in Butter auf jeder Seite etwa 2 Minuten an, so dass ich sie

medium erhalte. Leider verbrennt jedoch dabei auch ein Teil des Senfs und wird dunkelbraun bis schwarz.

Dazu gibt es als Beilage zum einen Stampf aus Süßkartoffeln. Ich mische noch in kleine Würfel geschnittenen, durchwachsenen Bauchspeck darunter, den ich nach dem Stampfen der Süßkartoffeln einfach untermische und ein wenig mit erhitze.

Desweiteren noch eine Beilage aus Prinzessbohnen, die ich einfach in ein wenig Salzwasser gare. Ich verzichte dieses Mal bei den Prinzessbohnen auf Bohnenkraut als Würze.

Zutaten für 2 Personen:

- 4 Flanksteaks (à 100 g)
- 1 Glas grober Senf (200 ml)
- Butter
- 3 Süßkartoffeln
- 50 g durchwachsener Bauchspeck
- Olivenöl
- 200 g Prinzessbohnen
- Salz

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

Senf auf jeweils beiden Seiten der Steaks verteilen. Senf etwa eine Stunde in die Steaks einziehen lassen. Ein weiteres Würzen ist nicht notwendig.

Speck in kleine Würfel schneiden.

Süßkartoffeln putzen, schälen und ebenfalls in kleine würfel schneiden.

Prinzessbohnen putzen.

Wasser in zwei kleinen Töpfen erhitzen und leicht salzen.

Süßkartoffeln in einen Topf geben, Prinzessbohnen in den

anderen Topf. Jeweils 10 Minuten garen.

Währenddessen Butter in einer großen Pfanne erhitzen und Steaks auf jeweils jeder Seite etwa 2 Minuten kross anbraten. Darauf achten, dass der Senf nicht zu sehr dunkel anbrät. Und dass der Senf auch nicht von den Steaks abfällt.

Einen Schuss Öl zu den Süßkartoffeln geben. Salzen. Mit dem Stampfer zerstampfen. Speck dazugeben und untermischen.

Jeweils zwei Steaks auf einen Teller geben. Stampf darauf verteilen. Jeweils die Hälfte der Bohnen dazugeben.

Servieren. Guten Appetit!

Tagliatelle mit Gemüse- Rotwein-Pesto



Geschmacklich lecker

Ein Pasta-Gericht. Für das ich ein Pesto zubereite. Aus diversen Gemüsesorten. Die ich in Chianti gare und dann mit dem Pürrierstab fein püriere.

Als Pasta wähle ich Tagliatelle.

Das Gericht ist optisch nicht sehr ansprechend, aber der Geschmack ist sehr lecker.

Zutaten für 2 Personen:

- 250 g Tagliatelle

Jeweils eine kleine Portion von:

- Cocktail-Tomate
- rote Zwiebel
- Knoblauchzehe
- Mini-Pak-Choi
- Süßkartoffel
- Fenchel
- Prinzess-Bohnen
- rote Chili-Schote
- Ingwer

- 0,3 l Chianti
- süßes Paprika-Pulver
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und zerkleinern.

Pasta nach Anleitung zubereiten.

Öl in einem Topf erhitzen und Gemüse darin anbraten. Mit dem

Chianti ablöschen. Mit Paprika-Pulver, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 10 Minuten köcheln lassen. Mit dem Pürierstab fein pürieren. Pesto abschmecken.

Tagliatelle in das Pesto geben und alles gut vermischen.

Pasta mit Pesto in zwei tiefe Pasta-Teller geben.

Servieren. Guten Appetit!

Puten-Brustfilet mit Gemüse in Rotwein-Sauce



Mit leckerem Gemüse

Dies ist eher ein fleischlastiges Rezept trotz des vielen Gemüses, das ich verwende.

Und es könnte fast schon in die Kategorie der von mir bevorzugten Rezepte sein, da das Rezept fast meinem Motto des Foodblogs entspricht, eben Fleisch, Sauce und nur dieses Mal eben Gemüse.

Für die Beilage wähle ich neun Gemüsesorten und gare sie einfach nur in der Rotwein-Sauce mit.

Die Chili-Schote gibt der Rotwein-Sauce doch eine leichte Schärfe.

Die Sauce bilde ich mit einem guten Chianti.

Ich würze die Sauce nicht mehr, die Würze des Puten-Brustfilets und des Gemüses bringt genügend Würze mit, um eine schmackhafte Sauce zu bilden.

Tja, meine Blog-Software wurde auf eine neue Version upgedatet, die einen ganz neuen Editor enthält. Dieser scheint jedoch noch nicht auf allen Browsern fehlerfrei zu funktionieren. Ich kann im Moment bei diesem Rezept leider nicht mein Rezepte-Plugin aufrufen, um das Rezept in der gewohnten optischen Darstellung zu publizieren. Auch bei anderen Formatierungen spielt der Editor im Moment nicht mit. Damit das Rezept zumindest veröffentlicht wird und Sie es vorliegen haben, veröffentliche ich es in dieser einfachen Form, jedoch zumindest mit zwei Fotos.

Zutaten für 2 Personen:

1 kg Puten-Brustfilet
3 Cocktail-Tomaten
1/2 rote Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 Mini-Pak-Choi

1 Süßkartoffel
ein Stück Fenchel
eine Portion Prinzess-Bohnen
1 rote Chili-Schote
ein Stück Ingwer
0,5 l Chianti
süßes Paprika-Pulver
Salz
Pfeffer
Zucker
Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 1 Std.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und in grobe Stücke zerkleinern. Tomaten im Ganzen belassen. Nur Zwiebel, Knoblauch und Ingwer kleinschneiden.

Brustfilet auf allen Seiten mit Paprika-Pulver, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Öl in einem Topf erhitzen und Brustfilet auf allen Seiten einige Minuten kross anbraten.

Gemüse dazugeben. Mit dem Chianti ablöschen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen.

Brustfilet herausnehmen, auf ein Schneidebrett geben und tranchieren.

Jeweils fünf Scheiben des Brustfilets in der Mitte eines Tellers anrichten.

Etwas Gemüse drumherum drapieren.

Großzügig die leckere Sauce über die Brustfilet-Scheiben verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Filet-Steaks mit Zwiebel-Marmelade und Pommes Frites

Ein Feiertags-Essen, das seinem Namen alle Ehre macht und gut zu diesem Festtag an Heilig Abend passt.

Schöne Filet-Steaks mit schöner Fett-Marmorierung.

Ich brate die Steaks auf jeweils jeder Seite nur 2–3 Minuten an, da ich sie rare zubereiten will.

Dazu eine Zwiebel-Marmelade. Ich bereite das erste Mal Zwiebel-Marmelade zu. Ich weiß nicht, ob es das originale Rezept ist. Und bereite sie einfach nach Gutdünken zu. Ich verwende rote Zwiebeln, Rotwein und Rotwein-Essig. Als Gewürze viel Zucker und etwas Salz und Pfeffer. Ich lasse alles einkochen und reduzieren.

Dazu als Beilage natürlich an diesem Festtag einfach Pommes Frites, die ich in der Friteuse frittiere.

Also wirklich ein schönes Festtags-Gericht. Ich koche ja nicht in Sterne-Kategorien, deswegen sind meine angerichteten Teller auch immer gut gefüllt und eher burschikos.

Und dazu passt natürlich hervorragend ein gekühltes, alkoholfreies Bier.

[amd-zlrecipe-recipe:524]

Sashimi I: Lachs

Ein einfaches, aber sehr leckeres Gericht.

Man benötigt nicht viele Zutaten, sondern eigentlich nur eine: Frischen Lachs in Sushi-Qualität.

Ich brauche hier auch nicht sehr lang die Zubereitung des Gerichts beschreiben.

Denn es ist einfach zubereitet und angerichtet.

Lachs in kurze Scheiben schneiden. Auf einem Teller anrichten.

Ein Schälchen mit heller Soja-Sauce dazustellen.

Mit Stäbchen servieren.

Leider habe ich kein Wasabi und eingelegten Ingwer vorrätig, die normalerweise zu Sashimi serviert werden.

Zutaten für 2 Personen:

- 400 Lachs-Filet
- helle Soja-Sauce

Guten Appetit!

Dieser Blogbeitrag erfolgt leider ohne Fotos, ich habe für meine Foodfotos eine alte, gebrauchte Digital-Kamera ausprobiert, ich kann die Foodfotos aber leider nicht auf mein iPad laden.

Sashimi II: Thunfisch

Auch der zweite Teil der Sashimi-Zubereitung ist schnell gemacht und schmeckt sehr lecker.

Ich brauche hier auch nicht sehr lang die Zubereitung des Gerichts beschreiben.

Thunfisch in kurze Scheiben schneiden. Auf einem Teller anrichten.

Ein Schälchen mit heller Soja-Sauce dazustellen.

Mit Stäbchen servieren.

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Thunfisch-Filet
- helle Soja-Sauce

Guten Appetit!

Dieser Blogbeitrag erfolgt leider ohne Fotos, ich habe für meine Foodfotos eine alte, gebrauchte Digital-Kamera ausprobiert, ich kann die Foodfotos aber leider nicht auf mein iPad laden.

Pizza mit Schalotten und Speck

Es müssen nicht immer alle Zutaten, die man für ein Gericht verwendet, unbedingt frisch sein. Man darf auch ruhig einmal auf gute Convenience-Produkte zurückgreifen.

So kann man durchaus auch einmal ein gutes Gemüsebrüh-Pulver oder Gemüsebrüh-Würfel verwenden, wenn man einen Fond benötigt. Es muss nicht immer nur selbst zubereiteter Gemüfefond sein. Es sollte jedoch ein gutes Convenience-Produkt sein, das man auch schon einmal ausprobiert und für die Zubereitung eines Gerichts verwendet hat.

So habe ich es auch bei dieser Pizza gemacht. Ich habe keinen frischen Pizza-Hefeteig zubereitet, sondern ein Convenience-Produkt verwendet. Und zwar einen fertigen Pizza-Teig aus der Packung. Und ich muss sagen, die Pizza ist wirklich gelungen und der Pizza-Teig sehr kross und knusprig geworden. Lecker.

Als Belag verwende ich einfach nur in Ringe geschnittenen Schalotten. Und durchwachsenen Bauchspeck, den ich in kleine Würfel schneide.

Darauf kommt natürlich noch, wie es sich für eine Pizza gehört, geriebener Gouda.

Und würzen muss man die Pizza gar nicht. Speck und Käse bringen genügend Würze mit sich.

Dieses Rezept ist für 2 Personen. Wenn man es jedoch nur für 1 Person zubereitet, kann man die Pizza auch am darauffolgenden Tag noch kalt essen, sie schmeckt auch dann noch sehr gut.

[amd-zlrecipe-recipe:519]

**Frohe Weihnachten und ein
gutes Neues Jahr!**



Ich wünsche meinen Lesern und Kunden ein gesegnetes Weihnachtsfest, besinnliche Weihnachts-Feiertage und ein gutes Neues Jahr 2019.

Ich wünsche Ihnen, dass die Höhepunkte dieses Jahrs die Tiefpunkte im kommenden Jahr sein mögen. Und ich wünsche Ihnen auch gute Gesundheit im Neuen Jahr.

Danke, dass Sie meinem Foodblog weiterhin die Treue halten!

Kakao-Kuchen

Natürlich gibt es auch am 4. Advent einen Kuchen zum Sonntag.

Ich wähle einen einfachen Kakao-Kuchen.

Diesen bereite ich einfach nach dem Grundrezept für Rührkuchen zu. Und gebe einfach noch etwas Kakao in den Rührteig.

Fertig ist ein leckerer Kuchen.

Die Backform legt man einfach mit etwas Backpapier aus. Wenn man kein solches vorrätig hat, gibt es eine einfache, aber

sehr gute Möglichkeit, zu verhindern, dass der Kuchen eventuell nach dem Backen beim Herausstürzen an der Backform hängen bleibt. Man fettet die Backform gut ein und gibt dann Semmelbrösel hinein, die man in der ganzen Backform verteilt. Auf diese Weise kann man den Kuchen nach dem Backen hervorragend und leicht aus der Backform herausstürzen. Und dies bietet sich natürlich auch für Backformen an, für die ein Backpapier nicht geeignet ist, wie z.B. eine Gugelhupf-Backform.

[amd-zlrecipe-recipe:523][amd-zlrecipe-recipe:523]

Frische Girasoli mit Teriyaki-Sauce

Einfaches Pasta-Gericht. Schnell zubereitet. Aber sehr lecker.

Für die Pasta wähle ich frische, gefüllte Girasoli. Und zwar gefüllt mit Kürbis und Salbei.

Als Sauce einfach nur Teriyaki-Sauce.

Ich garniere das Gericht mit etwas kleingewiegter Petersilie.

[amd-zlrecipe-recipe:522]

Pasta Asciutta

Dieses ist wohl nicht das original Rezept für Pasta Asciutta,

denn im Original wird, wenn ich das noch recht weiß, zumindest auch für die Pasta Spaghetti verwendet.

Ich habe dieses Gericht einfach nach Gutdünken zubereitet.

Als Zutaten für die Sauce verwende ich Hackfleisch. Dazu Schalotten, Knoblauch, Lauchzwiebeln und Chili-Schoten. Dazu natürlich Tomaten.

Die Tomaten blanchiere ich kurz, häute sie und entferne Haut, Strunk und Kerne. Ich verwende also wirklich nur das Fruchtfleisch.

Die Chili-Schoten geben der Sauce eine leichte Schärfe.

Und der Riesling gibt der Sauce eine leicht säuerliche Note.

Als Pasta verwende ich Bandnudeln, weil ich diese einfach gern esse.

Ich verfeinere das Gericht noch mit einem Bund Petersilie, die ich kleinwiege und unter das Gericht mische.

[amd-zlrecipe-recipe:521]

Hähnchen-Innenfilet mit Chicorée und Champignons

Ein asiatisches Rezept. Selbst kreiert. Ich weiß nicht, ob in der asiatischen Küche auch Chicorée verwendet wird. Aber er eignet sich gut dazu.

Als Hauptzutat verwende ich Hähnchen-Innenfilets, die ich nur quer in kurze Streifen schneide.

Dazu, wie erwähnt, der Chicorée. Und noch zusätzlich braune Champignons.

Die Sauce bilde ich aus einer fertigen Chili-Sauce, die auch Mango enthält. Und Fisch-Sauce. Ich verlängere sie mit einer Tasse Wasser, damit man bei diesem Gericht auch genügend Sauce zur Verfügung hat.

Als Beilage wähle ich wie schon des öfteren bei asiatischen Gerichten Basmati-Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:520]

Marinierte Schweine-Rückensteaks mit Pastinaken-Stampf

Ich wollte es einfach haben. Ein einfaches, aber leckeres Gericht, in kurzer Zeit zubereitet.

Also ging ich zu meinem Discounter und schaute einmal, was er in der Fleischtheke an Steaks vorrätig hatte. Rumpsteaks waren mir zu teuer. Also griff ich zu marinierten Schweine-Rückensteaks.

Beim Fleisch habe ich es mir somit einfach gemacht.

Bei der Beilage habe ich jedoch etwas Aufwand betrieben. Kein Kartoffelpüree aus der Packung.

Sondern Pastinaken-Stampf aus frischen Pastinaken. Im kochendem Wasser gegart und mit dem Stampfer fein gestampft. Verfeinert mit einem Schuss Olivenöl. Und nur gesalzen.

Für etwas mehr Farbe gebe ich noch kleingewiegte Petersilienknödel in das Stampf hinzu.

[amd-zlrecipe-recipe:518]

Mandarinen-Zitronen-Tarte

Natürlich gibt es auch am 3. Advent einen schönen, leckeren Kuchen. Oder besser gesagt, eine fruchtig-frische Tarte. Zum morgendlichen Frühstück. Zum nachmittäglichen Kaffeetrinken. Oder auch einfach zwischendurch für den kleinen Snack und kleinen Hunger.

Ich hatte sehr viele Mandarinen vorrätig. Und auch noch vier Bio-Zitronen. Mandarinen und Orangen gibt es ja in der kalten Jahreszeit sehr oft im Angebot von Discounter und Supermarkt. Sie stammen, wenn ich das richtig weiß, aus sehr viel sonnigeren, wärmeren Ländern wie Spanien, Portugal oder auch Israel.

Nun, ich verwende beide Obstsorten einfach für eine frische, fruchtige Tarte.

Bei den Mandarinen gebe ich die Mandarinspalten, die ich quer drittele, in die Füllmasse der Tarte.

Und bei den Bio-Zitronen verwende ich natürlich den Schalenabrieb und auch den Saft der Zitronen.

Da die Füllmasse aufgrund des Zitronensafts doch ein wenig säuerlich werden könnte, gebe ich ausnahmsweise noch zusätzlich 200 g Zucker hinzu.

Und würze die Füllmasse auch noch kräftig mit Zimt.

Nach dem Backen stelle ich allerdings fest, dass aufgrund des Zitronensafts und auch der sehr saftigen Mandarinen die Tarte doch leicht flüssig geworden ist. Es bietet sich also an, doch noch ein 5. Ei zu verwenden.

Bei dieser fruchtig-frischen Tarte bietet es sich auch an, sie im Kühlschrank aufzubewahren, bis sie komplett aufgegessen ist. Denn bei normaler Zimmertemperatur würde diese Tarte sicherlich innerhalb weniger Tage anfangen zu schimmeln und verderben.

[amd-zlrecipe-recipe:517][amd-zlrecipe-recipe:517]

Gefülltes Entenbrustfilet auf Sojasprossen-Bett

Entenbrustfilets, gefüllt. Ich schneide die Filets einfach mit einem sehr scharfen Messer längs flach auf und klappe sie auf. Dann gebe ich eine Menge frisch geriebenen Parmesan hinein. Und pro Filet die Blätter von einem halben Topf Salbei. Dann klappe ich die Filets wieder zu.

Schließlich würze ich die Filets auf jeweils beiden Seiten mit süßem Paprika-Pulver, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Angebraten wird in Butter. Das Sößchen und die notwendige Flüssigkeit zum Garen der Filets und dann der Sprossen in einer Pfanne mit Deckel liefert mir ein großer Schuss Riesling.

Ich gebe die Sprossen die letzten Minuten der Garzeit der Filets in die Pfanne hinzu, sie werden im Riesling-Sößchen noch ein wenig gegart, sind aber noch knackig.

Und durch das Ablösen der Röststoffe der angebratenen Filets vom Pfannenboden bildet sich ein sehr schmackhaftes Sößchen, das ich über Filets und Sprossen verteile.

Die Filets gelingen bei einer Garzeit von 7–8 Minuten genau so, wie sie sein sollen, zwar well done durchgegart, aber noch ganz leicht rosé.

[amd-zlrecipe-recipe:516]