

Marinierte Hüftsteaks

Schweine-



Leckere Steaks

Diese Zubereitung bedarf eigentlich keiner Worte. Einfach 600 g in einer Kräuter-Marinade marinierte Schweine-Hüftsteaks. Vier Stück. Einfach Fett in der Pfanne erhitzen und die Steaks auf jeweils jeder Seite 2 Minuten kross anbraten. Ein Männer-Essen. Für den kleinen Hunger zwischendurch.

Obst-Tarte

Wie bereiten Sie Ihre Obstkuchen zu? Verwenden Sie einen fertigen, industriell gefertigten Tortenboden und belegen ihn mit frischem Obst? Und geben dann zur besseren Bindung einen

Tortenguss darüber?

Oder bereiten Sie einen Mürbeteig zu, belegen den Mürbeteigboden in einer Spring-Backform mit Obst und backen dies? Eventuell geben Sie noch Streusel über das Obst, um einen gedeckten Obstkuchen zu erhalten?

Nun, ich bereite einen Obstkuchen gern als Tarte zu. Als Füllmasse verwende ich wie beim Grundrezept für Tartes geschildert einen Eierstich aus Eiern und süßer Sahne. Dann gebe ich beliebiges Obst, das ich gerade vorrätig habe, in die Füllmasse. Diese gebe ich dann in eine Spring-Backform, in die ich einen Mürbeteig als Boden ausgedrückt habe. Und backe auf diese Weise eine leckere Obst-Tarte.

Der Vorteil ist, dass man ein beliebiges Obst oder auch eine beliebige Obstmischung für die Tarte verwenden kann. Und sie gelingt immer.

Derzeit backe ich auf diese Weise eine Ananas-Tarte, für die ich eine ganze Ananas, kleingeschnitten in kleine Stücke, und die entsprechende Füllmasse für eine süße Tarte verwendet habe.

Bei dem hier geschilderten Rezept habe ich jedoch eine Obstmischung aus Bananen, Pfirsichen und Orangen verwendet. Lecker.

[amd-zlrecipe-recipe:399]

„Es ist angerichtet!“



Meine bisherigen Kochbücher, sofern ich sie nicht auch habe drucken lassen, habe ich jeweils auch als eBook-iBook und eBook-PDF veröffentlicht. Nun hat mir mein digitaler Distributor mitgeteilt, dass Kunden Kochbücher nicht gern in diesen Formaten kaufen. Sondern lieber zu Kochbüchern im eBook-ePub-Format greifen.

Nun, ich werde daher meine bisher erschienenen vier Kochbücher

in der kommenden Zeit auch als eBook-ePub veröffentlichen. Mit diesem Kochbuch fange ich an. Es ist der Nachfolger des Kochbuchs „chön charfe chilichoten“. Der Titel des Kochbuches ist spaßeshalber gewählt und wie ich feststellen musste, verwirrt er einige Kunden eher. Denn man erwartet, in Verbindung mit dem Foto der Titelseite, viele Rezepte mit Chili-Schoten, die doch sehr scharf sind. Das trifft aber für die Rezepte, die sehr breit gefächert sind, gar nicht zu. Also benenne ich das Kochbuch in „Es ist angerichtet!“ um.

Das Kochbuch enthält deutsche, französische, italienische und asiatische Rezepte. Und zwar in den Kategorien Suppen/Vorspeisen, Gemüse, Pasta, Innereien, Geflügel, Fleisch, Fisch, Dessert und Brot, Kuchen und Gebäck.

Das Kochbuch wird in einigen Wochen im ePub-Format erhältlich sein. Der Preis beträgt € 9,99. Sie können es im Buchhandel kaufen oder auch in meinem kleinen [Online-Buchshop](#).

Ich hoffe, dass sich bei diesem eBook-Format viele interessierte Kunden und Leser und somit Käufer finden.

Hähnchen-Gemüse-Eintopf

Sie bereiten sicherlich auch ab und zu einen Eintopf zu. Das ist einfach gemacht, der Eintopf kann einfach einige Zeit auf dem Herd köcheln und er schmeckt meistens sehr lecker.

Einen Eintopf kann man mit den unterschiedlichsten Zutaten zubereiten. Entweder mit viel Kartoffeln. Oder man wählt diverses Gemüse. Oder eventuell auch mit Fleisch. Auch mit Reis kann man einen leckeren Eintopf zubereiten.

Ich habe für diesen Eintopf als Fleisch ein Hähnchenbrustfilet

gewählt. Dazu für mehr Geschmack und ein rauchiges Aroma kleingewürfelten, rohen Schinken. Des Weiteren diverse Gemüsesorten wie Bohnen, Mangold, Champignons, Schalotten und Knoblauch. Und noch zusätzlich viele Kartoffeln.

Ich bereite den Eintopf mit selbst zubereitetem Gemüsefond zu. Dadurch wird er sehr lecker. Des Weiteren gebe ich beim Zubereiten noch drei Lorbeerblätter hinzu.

[amd-zlrecipe-recipe:398]

FrISChe Spätzle

Nein, ich habe die Spätzle nicht selbst frisch zubereitet, indem ich einen Nudelteig zubereite und die Spätzle ins kochende Wasser schabe.

Aber ich habe frISChe Spätzle aus der Packung von meinem Supermarkt verwendet. Auch eine Variante, frISChe Pasta zuzubereiten und zu essen.

Mit den Spätzle habe ich es mir auch beim Garen einfach gemacht. Ich würze sie mit einer großen Menge Kräuter der Provence. Und salze sie nur leicht. Dann gebe ich noch frisch geriebenen Parmesan darüber.

Fertig ist eine einfaches, aus wenigen Zutaten bestehendes und schmackhaftes Abend-Essen.

Spätzle können natürlich auch selbst zubereitet werden und frisch für das Rezept verwendet werden. Hierfür gibt es zum Beispiel den praktischen [Westmark Spätzlehobel](#) und [Westmark Spätzlescharber](#). Eine grosse Auswahl an weiterem Küchenzubehör

gibt es bei [Cookinglife.de](https://www.cookinglife.de), wo man Kochutensilien bekannter Marken einfach und schnell bestellen kann.

Leckerer Abend-Snack

500 g geballte Mannes- äähhh Fleisches-Kraft ...



Das rohe T-Bone-Steak

Es war mal wieder an der Zeit. Wie immer in den letzten Monaten kaufe ich einmal im Monat ein etwas teureres Steak. Rumpsteak, Hüftsteak, Entrecôte, Rib-Eye-Steak oder T-Bone-Steak.

Da diese Steaks meistens viel Gewicht haben oder ich gleich

zwei davon für eine Zubereitung kaufe, reichen diese Steaks einzeln jeweils ohne Beilage für eine Mahlzeit. Einfach lecker.

Dieses Mal ist es ein T-Bone-Steak mit satten 500 g. Zieht man das Gewicht des recht großen Knochens ab, bleiben doch satte 300–400 g reines Fleisch. Schön gewürzt und gebraten ist es einfach sehr schmackhaft.

Ich kaufe diese Steaks bei meinem Discounter, der seit einiger Zeit diverse Steak-Sorten in seinem Sortiment hat. Der Preis ist sehr gut und die Qualität der Produkte auch. Es muss nicht immer das Steak vom Bauernhof in der Nähe sein, wo man die Kuh, die das Steak liefert, mit Namen kennt und man vielleicht sogar bei der Schlachtung dabei sein kann.

Man kann dieses Steak natürlich jetzt zur Grill-Saison auch grillen anstelle es in der Pfanne zu braten. Ich habe leider weder einen Balkon noch einen Garten, wo ich einen Grill aufstellen könnte. Somit kann ich leider das Steak nicht auf einem Grill zubereiten.

Aber ich habe doch einmal recherchiert, was man im Internet so Interessantes zum Thema Grillen findet. Und bin wirklich erstaunt über die Fülle der Angebote und Informationen, die man dort findet. Besonders interessant finde ich diese [Website](#) zum Grill. Dort wird eigentlich alles zum Grillen und auch zu Grill-Geräten geschildert. Besonders interessant ist ja die Seiten zum Thema Gas-Grillen. Also wirklich sehr interessant.

Ich würze das T-Bone-Steak nur mit Kreuzkümmel, süßem Paprika-Pulver, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker auf jeder Seite.

Ich brate das T-Bone-Steak auf jeder Seite nur 3 Minuten kross an und erhalte auf diese Weise ein medium gegartes, leckeres Steak. Herrlich!

[amd-zlrecipe-recipe:397]

Krusten-Schweinebraten in Weißwein-Sauce mit Penne Rigate

Ganz ein Rezept nach dem Motto meines Foodblogs. Fleisch, Nudeln und Sauce.

Beim Krusten-schweinebraten habe ich mir nicht so viel Mühe gemacht. Ich habe die Fettkruste zwar rautenförmig eingeschnitten, aber nicht gesondert besonders zubereitet.

Ich habe den Braten einfach nur auf allen Seiten kräftig mit scharfem Senf eingestrichen. Und dann habe ich ihn mit viel Kräutern der Provence bestreut.

Den Braten habe ich schließlich in einen Bräter gegeben und einen sehr großen Schuss Rießling hinzugegeben. Den Braten habe ich dann bei 200 Grad Celsius Ober-/Unterhitze 60 Minuten im Backofen gegart.

Kurz vor Ende der Garzeit habe ich noch Pasta zubereitet.

Dann den Braten tranchiert und ihn mit der Pasta und viel Sauce auf zwei Tellern angerichtet und serviert.

[amd-zlrecipe-recipe:396]

Malayischer Gemüsetopf mit Putenfleisch und Chili-Schoten

Bei diesem Rezept habe ich mir wahrlich nicht viel Mühe gemacht.

Ich hatte Fertig-Produkte vorrätig, also Convenience-Produkte. Und zwar malayische Gemüsetöpfe.

Also viel verschiedenes Gemüse. In einer pikanten und würzigen Eintopf-Sauce.

Nun, ich habe zumindest das Gericht noch etwas aufgepeppt, indem ich zum Einen kleingeschnittenes Putenfleisch und zum Anderen für Schärfe kleingeschnittene rote Chili-Schoten hinzugegeben habe.

Der Gemüsetopf hat zumindest gemundet und gut geschmeckt.

[amd-zlrecipe-recipe:395]

Putenschnitzel mit Spargel

Spargel kann man ja auf unterschiedlichste Art zubereiten. Normalerweise wird weißer Spargel geschält und in kochendem Wasser gegart. Grünen Spargel kann man auf die gleiche Weise

zubereiten.

Traditionell serviert man Spargel mit gekochtem Schinken, Salzkartoffeln oder hellem Fleisch wie Pute oder Huhn.

Und ebenfalls traditionell gibt man entweder Sauce Hollandaise auf die Spargel. Oder zerlassene Butter oder Kräuterbutter.

Hier habe ich den Spargel einfach geschält – die Spargelschalen für eine Spargelsuppe aufbewahren –, grob zerkleinert und in kochendem Wasser gegart.

Dazu gibt es einfach einige gewürzte Putenschnitzel. Also helles Fleisch, das gut zu den Spargeln passt.

Lecker!

[amd-zlrecipe-recipe:394]

Schweine-Nackensteaks mit Champignons und Spargeln

Spargel kann man ja auf unterschiedlichste Art zubereiten. Normalerweise wird weißer Spargel geschält und in kochendem Wasser gegart. Grünen Spargel kann man auf die gleiche Weise zubereiten.

Traditionell serviert man Spargel mit gekochtem Schinken, Salzkartoffeln oder hellem Fleisch wie Pute oder Huhn.

Und ebenfalls traditionell gibt man entweder Sauce Hollandaise auf die Spargel. Oder zerlassene Butter oder Kräuterbutter.

Hier schäle ich die Spargel einfach, zerkleinere sie grob und gare sie in kochendem Salzwasser.

Dazu gibt es einige kräftig gewürzte Schweine-Nackensteaks. Und um das Gericht abzurunden, noch einige in Scheiben geschnittene und in Butter gebratene Champignons auf die Steaks.

Und einige Portionen Butter auf die Spargel.

Fertig ist ein leckeres Spargel-Gericht, genau passend zur Spargel-Saison.

[amd-zlrecipe-recipe:393]

Hähnchenbrustfilet mit gebratenem, grünem Spargel

Spargel kann man ja auf unterschiedlichste Art zubereiten. Normalerweise wird weißer Spargel geschält und in kochendem Wasser gegart. Grünen Spargel kann man auf die gleiche Weise zubereiten.

Traditionell serviert man Spargel mit gekochtem Schinken, Salzkartoffeln oder hellem Fleisch wie Pute oder Huhn.

Und ebenfalls traditionell gibt man entweder Sauce Hollandaise auf die Spargel. Oder zerlassene Butter oder Kräuterbutter.

Beim grünen Spargel kann man es sich meistens einfach machen, denn man muss ihn nicht schälen. Ich habe ihn grob zerkleinert und etwa 10 Minuten in Butter kräftig angebraten.

Dazu noch Hähnchenbrustfilets, die ich die letzten 5 Minuten einfach auf beiden Seiten mit anbrate.

Fertig hat man ein Frühlings-Gericht, passend zur Spargel-Saison.

[amd-zlrecipe-recipe:392]

Haschee mit Bohnen und Salzkartoffeln

Bestimmte Gerichte, die Kindheitserinnerungen hervorrufen, wird sicherlich jeder haben.

Bei mir ist es unter anderem dieses einfache Gericht mit drei Hauptzutaten.

Ein leckeres Haschee, zubereitet nur aus Rindfleisch, verfeinert mit einem Sößchen, das ich aus einem Schuss Rießling bilde. Dazu Salzkartoffeln. Und Schnittbohnen, die ich mit etwas getrocknetem Bohnenkraut verfeinere.

Dieses Gericht stand auf der monatlichen Speisenliste meiner Mutter und gab es somit alle paar Wochen, als ich ein Kind war.

Zugegebenerweise wird meine Mutter dieses Gericht für mich und meinen Bruder sicherlich nicht mit einem Wein-Sößchen zubereitet haben. Aber lecker war es dennoch.

[amd-zlrecipe-recipe:391]

Gnocchi mit Champignons und Kräutern der Provence

Ein einfaches Gericht. Für das ich ein Convenience-Produkt verwende. Also fertige, aber frische Gnocchi aus der Packung.

Dazu gibt es einige in feine Scheiben geschnittene frische, braune Champignons.

Gewürzt wird mit Kräutern der Provence und Salz.

Verfeinert wird das Ganze mit viel frisch geriebenem Parmesan, den ich nicht erst vor dem Servieren auf das Gericht gebe, sondern direkt beim Braten der Zutaten mit in die Pfanne gebe und mit verrühre.

Und dann bilde ich noch ein kleines Sößchen mit einem Schuss Rießling.

[amd-zlrecipe-recipe:390]

Schweinefleisch mit Champignons und Zwiebeln in Hoisin-Sauce und Reis

Hier ein asiatisches Gericht, für das ich Schweine-Nackensteaks verwende.

Dazu als weitere Zutaten Champignons und Zwiebeln.

Die Sauce bilde ich aus Hoisin-Sauce, die normalerweise für die Zubereitung Ente verwendet wird. Aber man kann sie auch für Schweinefleisch verwenden.

Dazu als Beilage Langkorn-Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:389]

Gefüllte Paprika-Schoten mit Salzkartoffeln in Rießling- Sauce

Paprikas kann man ja sehr vielseitig zubereiten. Man kann sie grillen, braten, backen oder garen. Oder man kann sie auch füllen.

Hier kann man auch wieder die unterschiedlichsten Füllungen verwenden. Wer es vegan möchte, nimmt eine reine Reis-Füllung. Andere wählen eine Mischung aus Reis und Hackfleisch. Fleischliebhaber dürften da dann die reine Hackfleisch-Füllung vorziehen.

Man kann die Füllungen mit Eiern binden. Oder man verzichtet darauf. Die Füllung sollte auch so kompakt und stabil sein.

Ich habe in diesem Fall eine reine Rindfleisch-Hack-Füllung gewählt. Und sie nicht mit Ei gebunden. Keine Eier. Keine Semmelbrösel. Nur Fleisch. Ein wenig gewürzt mit süßem Paprika-Pulver, Salz, Pfeffer und einer Prsie Zucker.

Als Beilage wähle ich einfache Salzkartoffeln.

Ich gare die gefüllten Paprika-Schoten in einer Rießling-Sauce, die ich kurz vor Ende der Garzeit noch ein wenig reduziere und eindicke.

[amd-zlrecipe-recipe:388]

Gebratene Dorade

Es hat einen großen Vorteil, wenn man einen Supermarkt in der Nähe hat. Denn er hat eine Frisch-Wurst-, -Käse-, -Fisch- und -Fleisch-Theke. Diese hat mein Discounter in der Nähe leider nicht. Der Supermarkt darf daher auch gern etwas teurer sein.

Eine Dorade kann ich mit nicht immer leisten. Schließlich kostet so ein etwa 400 g schwerer Fisch gute 7–8,- €. Eine Dorade bereite ich daher nur von Zeit zu Zeit zu. Denn es ist ein überaus leckerer Fisch. Und in Butter gebraten in einer leichten Wein-Sauce ... hmmttttt.

Für die Würze bin ich folgendermaßen vorgegangen: Ich habe die Fische in der Bauchhöhle mit süßem Paprika-Pulver, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker gewürzt. Dann habe ich drei große Knoblauchzehen geschält und sehr klein geschnitten. Mit diesem Knoblauch habe ich die Bauchhöhle gefüllt.

Normalerweise brät man eine Dorade in Butter an, gibt frische Kräuter im Ganzen dazu und brät sie mit. Nun, ich hatte keine frischen Kräuter vorrätig, sondern nur eine Kräutermischung aus getrockneten Kräutern. Ich habe den Fisch einfach auf beiden Seiten gesalzen und mit der Kräutermischung kräftig gewürzt. Die Kräuter verbrennen natürlich beim Anbraten in der

Butter und die fertige Dorade ist daher nach dem Garen leicht schwärzlich. Aber dem Geschmack tut dies keinen Abbruch, sie ist einfach sehr lecker. Und dieses Sößchen ...

Zu einer Dorade passt eher ein Weißwein. Ich habe mangels eines Weißweins auf einen roten Cabernet Sauvignon zurückgegriffen. Auch damit gelingt eine leckere Sauce.

Eine große Dorade reicht für eine Person völlig aus, man braucht dazu eigentlich keine Beilage. Wer möchte, kann jedoch gern zwei Portionen Reis oder Pasta dazu reichen.

[amd-zlrecipe-recipe:386]