

Stierhoden-Carpaccio



Leckere Antipasti

Heute feiere ich ein wenig und bereite ein besonderes Gericht zu. Ich habe heute meinen 55zigsten Geburtstag.

Ich hatte auch überlegt, zur Feier des Tages essen zu gehen. Ich hätte mich dann für ein Restaurant bei mir in der Nähe entschieden, das nach Art eines bayerischen Brau-Hauses aufgemacht ist. Dort hätte ich eine Schweinshaxe mit Knödeln bestellt. Aber ich hätte dann auch meinen Fotoapparat mitnehmen und das Gericht für mein Foodblog fotografieren müssen. Und das mache ich im Restaurant oder auch im Biergarten nur sehr ungern.

Als Alternative hätte ich auch seit 2 1/2 Jahren endlich mal wieder beim Lieferservice bestellen können. Ich hätte einen China-Imbiss gewählt und dort ein vegetarisches Gericht. Das hätte ich zuhause auch fotografieren können. Aber Fastfood zum

Geburtstag? Dann doch eher nicht.

Also entschied ich mich dafür, doch wieder selbst etwas zuzubereiten und für dieses Carpacchio. Carpacchio ist vom Rinder- und Pferde-Carpacchio bekannt. Es wird aus Rinder- oder Pferde-Rumpsteak zubereitet. Es besteht aus rohen, sehr dünn geschnittenen Scheiben Fleisch, angerichtet auf einem Teller, gesalzen, gepfeffert und mit etwas Olivenöl und Balsamico-Essig garniert. Es schmeckt köstlich.

Auf einen Rat meiner Kollegin Petra Hammerstein, die den Foodblog „DerMutAnderer“ betreibt, habe ich auch einmal rohe Kalbsleber, nur mit Salz und Pfeffer gewürzt, gegessen. Auch das mundet hervorragend.

Und wenn man diese Produkte roh genießen kann, dann kann man auch zur Feier des Tages Stierhoden roh in dünne Scheiben aufgeschnitten, als Carpacchio, genießen. Mit frisch gemahlenem Meersalz und schwarzem Pfeffer gewürzt. Mit etwas gutem Olivenöl und Balsamico-Essig mariniert. Ein Gaumenschmaus. Die Stierhoden sind wie die Leber eines Tieres Drüsengewebe. Daher schmecken sie auch wie rohe Leber sehr fein und zart.

Ich habe die insgesamt vier Stierhoden und zusätzliche weitere Innereien, die sonst schwierig zu bekommen sind, von der Online-Metzgerei [Böbel](#) bezogen, die diese Produkte liefert. Für die restlichen drei Stierhoden werde ich in der kommenden Zeit noch einige Rezepte kreieren.

Stierhoden gibt man am besten 2–3 Stunden in den Gefrierschrank, damit sie leicht anfrieren. Dann kann man die sie umgebende Haut leicht abziehen. Und sie anschließend quer in dünne Scheiben schneiden.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Stierhoden
- Meersalz

- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamico-Essig
- zwei Schippen oder ein halbes Baguette

Zubereitungszeit: 5 Min.

Stierhoden 2–3 Stunden in den Gefrierschrank geben.

Herausnehmen und mit einem scharfen Messer die äußere Haut längs einschneiden. Mit den Fingern die Haut um den Stierhoden abziehen.

Stierhoden quer in dünne Scheiben schneiden.

Scheiben auf einem Teller anrichten. Mit frisch gemahlenem Meersalz und schwarzem Pfeffer würzen. Mit etwas gutem Balsamico-Essig und Olivenöl marinieren. Servieren.

Saueres Kronfleisch mit Petersilien-Kartoffeln



Schmackhaftes Innereien-Gericht

Als Kronfleisch wird in Bayern und Österreich das Zwerchfell bezeichnet, das die Brusthöhle von der Bauchhöhle bei Rind, Kalb und Schwein trennt. Das Kronfleisch ist zwar ein grobfaseriges und trockenes Muskelfleisch, wird aber zu den Innereien gezählt. Es wird als einfaches Suppenfleisch, als Zutat von Bruckfleisch und auch als Gulasch verwendet.

Für saures Kronfleisch wird das Fleisch in dünne Scheiben geschnitten, mit gehackten Zwiebeln angebraten, mit Mehl bestäubt, mit Essig und Fond abgelöscht, gedünstet und mit Sahne verfeinert. Außerdem kommen noch Kapern in die Sauce.

Das Fleisch kräuselt sich beim Kochen zusammen und erinnert an eine Krone, daher stammt der Name Kronfleisch. Im Englischen heißt das Kronfleisch „Skirt Steak“. Das Kronfleisch ist nach dem Garen in dem Ragout sehr zart.

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Kronfleisch

- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 2 TL Kapern
- 1 EL Mehl
- 3 EL Weißwein-Essig
- 200 ml Gemüsefond
- 100 ml Sahne
- Salz
- Pfeffer
- 6 Kartoffeln
- Petersilie
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 30 Min.

Kronfleisch quer in dünne Scheiben schneiden.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und quer in Ringe schneiden.

Kartoffeln schälen. Petersilie kleinwiegen.

Butter in einem Topf erhitzen und Zwiebel, Knoblauch und Lauchzwiebel darin anbraten. Kronfleisch dazugeben. Mit Mehl bestäuben und alles kräftig anbraten.

Mit Essig ablöschen. Fond hinzugeben. Sahne dazugeben. Kapern hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 30 Minuten köcheln lassen.

15 Minuten vor Ende der Garzeit Wasser in einem Topf erhitzen und Kartoffeln darin 12–15 Minuten garen. Herausnehmen, auf einen Teller geben und abkühlen lassen. In grobe Stücke schneiden.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Kartoffeln darin kurz schwenken. Salzen und pfeffern. Petersilie dazugeben und alles vermischen.

Kartoffeln auf zwei Tellern anrichten, Kronfleisch mit Sauce großzügig darüber geben und servieren.

Gebackenes Kalbshirn mit Bratkartoffeln



Schmackhaftes Kalbshirn

Vom Kalbshirn ist zwar nicht viel übrig geblieben, aber ich kann doch noch einige Scheiben gebackenes Kalbshirn zubereiten. Dazu gibt es als Beilage Bratkartoffeln.

Die Kalbshirn-Scheiben werden ganz klassisch mehliert, durch Ei gezogen und dann durch Semmelbrösel.

Für die Bratkartoffeln verwende ich Bio-Kartoffeln, bei denen

man die Schale mitessen kann.

Mein Rat: Selbst hergestellte Semmelbrösel verwenden, die Panade wird authentischer und schmackhafter.

Zutaten für 2 Personen:

- 350 g Kalbshirn
- 4 EL Mehl
- 2 Eier
- 6–8 EL Semmelbrösel
- 6 Kartoffeln
- Salz
- Pfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 15 Min.

Bratkartoffeln in dünne Scheiben schneiden.

Kalbshirn in Scheiben schneiden. Salzen und pfeffern.

In jeweils einen kleinen Teller Mehl, dann Eier und schließlich Semmelbrösel geben. Eier verquirlen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Kalbshirn-Scheiben nacheinander zuerst mehlieren, dann durch die Eier ziehen und schließlich in den Semmelbröseln wenden. In das siedende Öl geben und auf beiden Seiten jeweils 3-4 Minuten kross anbraten. Herausnehmen, auf einen Teller geben und warm stellen.

Bratkartoffel in die Pfanne geben und auf beiden Seiten jeweils 4-5 Minuten kross braten. Salzen und pfeffern. Herausnehmen und zu den Kalbshirn-Scheiben geben. Servieren.

Überbackene Champignons mit Cocktail-Tomaten



Leckerer Abend-Snack

Ein kleiner Abend-Snack. Zubereitet aus Champignons aus der Dose, dazu frische Cocktail-Tomaten. Und überbacken mit geriebenem Gouda.

Das Gericht ist sehr schnell zubereitet und benötigt im Backofen auch nur 10–15 Minuten.

Mein Rat: Das Gericht lässt sich mit Kräutern wie Majoran oder Thymian noch verfeinern.

Zutaten für 2 Personen:

- 480 g Champignons (Dose)
- 25–30 Cocktail-Tomaten
- 100 g geriebener Gouda

- Salz
- Pfeffer

Zubereitungszeit: 10–15 Min.

Backofen auf 240 °C Umluft erhitzen.

Cocktail-Tomaten halbieren.

Cocktail-Tomaten und Pilze in eine Auflaufform geben und vermischen. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Käse darüber geben und verteilen.

Auflaufform auf mittlerer Ebene für 10–15 Minuten in den Backofen geben.

Kalbshirn mit Röhrei und Cocktail-Tomaten



Leckerer Kalbshirn-Gericht

Auch dieses zweite Gericht mit Kalbshirn bereite ich nach einem Kochbuch zu, und zwar nach „Das Kochbuch der verpönten Küche“ von Wolfram Siebeck.

Das Kalbshirn wird wie beim vorherigen Rezept vorbereitet.

Dann wird das Kalbshirn nur noch mit Rührei in der Pfanne angebraten, Cocktail-Tomaten hinzugegeben und gesalzen und gepfeffert.

Das Kalbshirn passt sehr gut zum Rührei.

Zutaten für 2 Personen:

- 350 g Kalbshirn
- 4 Eier
- 8 Cocktail-Tomaten
- Salz
- Pfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: 5 Min.

Cocktail-Tomaten vierteln.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Eier aufschlagen, in die Pfanne geben und verrühren. Kalbshirn dazugeben, mit dem Kochlöffel verkleinern und mit dem Rührei verrühren. Cocktail-Tomaten dazugeben und nur kurz erhitzen. Salzen und pfeffern.

Kalbshirn mit Rührei und Cocktail-Tomaten kann man aus der Pfanne essen. Oder man gibt es auf zwei Teller. Servieren.

Rezept „Gebratenes Hundefleisch mit Gemüse und Reis“ – Nachtrag



Gebratenes Hundefleischgericht, mit einem Hundeschweif als Dekoration (links)

Ich weiß natürlich, dass dieses in der Überschrift genannte

Rezept bei vielen Lesern, vor allem Hundebesitzern, auf Widerwillen und auch Ekel stößt.

Nun, es scheint bei den Besuchern meines Foodblogs und somit meinen Lesern aber auch von Interesse zu sein. Denn das Rezept ist mit 10.000 Aufrufen seit heute das am meisten aufgerufene und vermutlich auch gelesene Rezept in meinem Foodblog. Das Thema scheint somit doch durchaus von Interesse zu sein. Weiter so, liebe Besucher!

Man macht eine interessante Erfahrung, wenn man seine Einstellung ändert und beginnt, Hunde – wohlgemerkt Hunde(rassen), die extra für den Verzehr gezüchtet werden – nicht nur als Haustiere, sondern auch als Lebensmittel anzusehen. Und andere, bisherige Haustiere wie Katzen oder Meerschweinchen auch.

Foto: © allmystery.de

Champignon-Tarte



Schöne, pikante Tarte

Jetzt musste ich heute einmal zwischendurch etwas anderes kochen bzw. backen als ein Innereien-Gericht. Ich hatte noch Champignons übrig, die ich verwerten musste und die mir sonst verdorben wären.

Also habe ich schnell eine Champignon-Tarte zubereitet.

Ich gebe ausnahmsweise sechs Eier in die Füllung, damit diese bei dieser Menge von Champignons beim Erkalten auch stockt.

Mein Rat: Die Tarte wirklich gut abkühlen lassen, damit der Eierstich und der Käse fest werden. Wenn die Tart noch lauwarm ist, hat man den Eindruck, ein warmes Eieromelett zu essen.

Zutaten:

Für den Hefeteig:

- [Grundrezept](#)

Für die Füllung:

- 6 Eier
- 200 ml Sahne
- 200 ml geriebener Gouda
- 350 braune Champignons
- süßes Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Backzeit 40 Min.

Backofen auf 180 °C Umluft erhitzen.

Spring-Backform einfetten.

Teig in die Backform geben, ausdrücken und einen 2–3 cm hohen Rand ausziehen.

Champignons in Scheiben schneiden.

Eier aufschlagen und in eine Schüssel geben. Sahne dazugeben. Mit dem Schneebesen gut verquirlen. Käse dazugeben. Champignons hinzugeben. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Alles gut verrühren.

Füllmasse in die Backform geben und mit dem Backlöffel gut plan verstreichen.

Backform auf mittlerer Ebene für 40 Minuten in den Backofen geben.

Backform herausnehmen. Rand der Spring-Backform lösen und Tarte vom Boden der Backform auf ein Kuchengitter geben. Gut abkühlen lassen.

Entrecôte mit 4-Pfeffer-Sauce und Pommes frites



Leckerer Steak mit Pommes frites

Diesmal gibt es ein schönes Sonntags-Gericht, Steak mit Pommes frites. Ich bereite Entrecôtes rare zu.

Dazu gibt es eine 4-Pfeffer-Sauce, zubereitet aus weißem, grünem, rosa und schwarzem Pfeffer.

Als Beilage Pommes frites. Ich gebe die Pfeffer-Sauce ausnahmsweise über die Pommes frites, wie man es auch mit Ketchup oder Mayonnaise macht.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Entrecôte à ca. 200 g
- 100 ml Gemüsefond
- 50 ml Sahne

- frisch geriebener Pfeffer (weiß, rosa, grün, schwarz)
- Salz
- Pommes frites

Zubereitungszeit: 15 Min.

Fond in einem Topf erhitzen. Sahne dazugeben. Viel frisch geriebenen Pfeffer hinzugeben. Mit Salz würzen. Sauce abschmecken.

Fett in der Friteuse auf 180 Grad Celsius erhitzen. Pommes in das siedende Fett geben und etwa 10 Minuten frittieren. Herausnehmen, auf zwei Teller geben und salzen.

Währenddessen Öl in einer Pfanne erhitzen und Entrecôtes darin auf beiden Seiten jeweils 1–2 Minuten anbraten. Herausnehmen und zu den Pommes frites geben.

Sauce über die Entrecôtes und die Pommes frites geben. Servieren.

Gemüsefond



Alle Zutaten im Bräter

Da mein Vorrat an tiefgefronem Gemüsefond aufgebraucht war, musste ich mal wieder für Nachschub sorgen.

Ich gare drei Hühnerfüße für Aroma und Farbe des Fonds mit. Hühnerfüße sind zwar nicht direkt Innereien, aber sie sind ja kein (Muskel-)Fleisch und man kann sie so im weitesten Sinne zu den Innereien zählen.

Hühnerfüße sind übrigens in China sehr beliebt. Die Chinesen essen sie in Restaurants vor dem Hauptgang als Vorspeise und kauen sehr gern auf dem Knorpel herum.

Mein Rat: Nicht zu viele Wurzeln verwenden, sie machen den Fond süß.

Noch ein Rat: Ein Fond wird nie gesalzen. Er wird erst bei der engültigen Zubereitung für Saucen, Eintopf oder Suppe gesalzen.

Zutaten für etwa 3 l Fond:

- 4 Suppengrün (Sellerie, Lauch, Wurzeln)
- 1/2 Bund Petersilie
- 1 Bund Lauchzwiebeln
- 2 Peperoni
- ein Stück Ingwer
- 3 Hühnerfüße

Gewürze:

- 1 TL grüne Pfefferkröner
- 1 TL gelbe Senfsaat
- 1/4 Stück Sternanis
- 2 Gewürznelken

Zubereitungszeit: 4 Stdn.

Suppengrün grob zerkleinern.

Alle Zutaten in einen großen Bräter geben. Mit Wasser auffüllen.

Bei geringer Hitze zugedeckt 4 Stunden köcheln.

Zutaten mit dem Schaumlöffel herausheben. Fond durch ein Küchensieb in eine große Schüssel geben. Nochmals durch ein frisches Küchenhandtuch in eine große Schüssel geben. Eventuell mit Eiweiß oder Klärfleisch [klären](#).

Fond portionsweise in Vorratsbehälter geben und einfrieren.

Kalbshirn-Suppe



Sehr schmackhafte Suppe

Das erste Gericht mit Kalbshirn, das ich zubereite, ist eine

Kalbshirn-Suppe.

Das Kalbshirn sollte vorher, wie in meinem letzten Beitrag geschrieben, schon etwas vorbereitet sein.

Ich gehe bei diesem Rezept und auch bei der vorherigen Zubereitung ausnahmsweise einmal nach einem Kochbuch, und zwar nach „[Das Kochbuch der verpönten Küche](#)“ von Wolfram Siebeck. Das Buch ist sehr schön, aufwändig gestaltet und produziert und enthält sehr viele schöne Rezepte zu Innereien. Sehr empfehlenswert.

Da die einzige Zutat in dieser Suppe „Fleisch“ ist, also eine Innereie, verwende ich für die Suppe einen kräftigen Fleischfond.

Dazu passt etwas Baguette.

Zutaten für 2 Personen:

- 800 ml Fleischfond
- 175 g Kalbshirn
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- Petersilie

Zubereitungszeit: 5 Min.

Das vorbereitete Kalbshirn in grobe Stücke zerschneiden. Petersilie kleinwiegen.

Fond in einem Topf erhitzen und Kalbshirnstücke darin 5 Minuten etwas garen und erhitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Suppe in zwei tiefe Suppenteller geben. Mit frisch geriebenem Muskat würzen. Mit Petersilie garnieren. Servieren. Baguete dazu reichen.

Kalbshirn



Blanchiertes, abgekühltes Kalbshirn

Hirn hat an sich keinen eigenen Geschmack. Aber es nimmt Geschmack und Aromen von anderen Produkten an. Das Kalbshirn muss für die drei hier folgenden Rezepte Kalbshirn-Suppe, Kalbshirn mit Rührei und gebackenes Kalbshirn zuerst ein wenig vorbereitet werden.

Das Kalbshirn kommt in nur siedenden Gemüfefond und zieht dort 15 Minuten. Dann kann man es herausnehmen und für die weiteren Gerichte verwenden. Der Fond selbst wird sehr kräftig gewürzt, so dass er fast schon überwürzt ist. Mit Lorbeerblättern, Gewürznelken, Salz und Pfeffer wird sehr kräftig gewürzt und dem Kalbshirn etwas Aroma gegeben.

Zutaten für 2 Personen:

- 1 l Gemüsefond
- 350 g Kalbshirn
- 4 Lorbeerblätter
- 2 Gewürznelken
- 1 EL Essig
- Salz
- Pfeffer

Zubereitungszeit: 15 Min.

Fond in einem Topf erhitzen und Lorbeerblätter und Gewürznelken hineingeben. Essig hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer sehr kräftig würzen. Kalbshirn vorsichtig in den nur noch siedenden Fond geben und 15 Minuten ziehen lassen.

Kalbshirn vorsichtig mit einem Schaumlöffel herausheben, auf einen Teller geben und abkühlen lassen.

„Woche der Innereien“

Ich feiere Ende der kommenden Woche meinen 55zigsten Geburtstag. Zur Feier des Tages habe ich etwas Geld investiert und bei der Online-Metzgerei Böbel einige Innereien eingekauft. Ich läute daher kommende Woche die „Woche der Innereien“ ein. Ich werde jeden Tag ein neues Innereien-Rezept veröffentlichen: Herz, Leber, Niere, Hirn, Lunge, Blase, Krohnfleisch, Bäckchen und Hoden. Ich beginne morgen mit einer Kalbshirn-Suppe. Auch wenn mich niemand mehr liebt, wenn ich Innereien-Gerichte zubereite, mache ich dies dennoch; denn Innereien sind preiswert, schmackhaft und vielseitig zuzubereiten. Es macht richtig Freude, mit Innereien zu arbeiten. Es macht Spaß, ein Innereien-Rezept zuzubereiten.

Achtung, Kontrolle!

Ich veröffentliche ja in unregelmäßigen Abständen neben den Rezepten auch einfache Blogbeiträge zu Themen wie Foodfotografie, Digitale Medien oder anderem. Diesmal ein kurzer Beitrag zum Thema Kontrolle in der Lebensmittelindustrie oder beim Kochen.

Ich habe in der letzten Zeit vermehrt Kochsendungen im Fernsehen geschaut. Und dabei fiel mir ein, dass ich – ebenso wie die Kontrolleure und Testesser in den Kochsendungen – ich früher auch einmal Kontrolleur war. Kein Kontrolleur in der Lebensmittelindustrie, dazu fehlt mir die Ausbildung und vermutlich entsprechende Zulassung. Aber doch Kontrolleur in anderer Form.

Mein Vater war Kontrolleur bei einer Firma, die weltweit Kontrollen bei der Ver- und Entladung von Lebensmitteln und anderen Produkten auf bzw. von Schiffen und Lastwagen durchführte. Die Firma hat in Deutschland ihren Sitz in Hamburg, international in Genf. Mein Vater hat mir nach dem Abitur, als ich noch nicht mit dem Studium anfang, einen Aushilfsjob in seiner Firma verschafft, so dass ich etwas Geld verdienen konnte. Ich führte somit Kontrollen durch.

Ich habe eine Tätigkeit bei einer Hähnchen-Schlachtereie in Limburg durchgeführt – vermutlich war es ein Betrieb von Wiesenhof. Dabei habe ich nicht den Betrieb oder den Ablauf der Schlachtung kontrolliert oder die Hähnchen z.B. auf Salmonellen untersucht. Nein, ich habe nur die Menge der in LKWs verladenen geschlachteten Hähnchen und stichprobenartig das Gewicht einzelner Hähnchen kontrolliert. Ich war somit Kontrolleur.

Der Nachteil dieses Aushilfsjobs war leider derjenige, dass ich danach 10 Jahre kein Hähnchen mehr gegessen habe. Es war nicht der automatisierte Tötungsvorgang der Hähnchen. Sondern der Zustand der aus den Mästereien in LKWs angelieferten Hähnchen. Denn die Tiere waren alle völlig degeneriert. Nach etwa 10 Jahren war ich dann jedoch soweit, dass ich mir sagte, eigentlich könne ich mal wieder ein Hähnchen essen.

Hähnchenmägen - Ragout in Tomaten - Sauce mit Penne rigate



Schmackhaftes Ragout

Wie ich bei der letzten Zubereitung von Hähnchenmägen schon schrieb, kann man mit ihnen eigentlich nur ein Ragout zubereiten. Sie müssen 1–2 Stunden geschmort werden, sonst sind sie zäh.

Dieses Mal bereite ich sie in einer Tomaten-Sauce zu. Diese verfeinere ich mit etwas Thymian.

Dazu als Beilage Penne rigate.

Zutaten für 2 Personen:

- 300 g Hähnchenmägen
- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln
- 480 g gestückelte Tomaten (Dose)
- 240 ml Gemüsefond
- 2 TL Thymian
- süßes Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- 250 g Penne rigate
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 60 Min.

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebeln putzen und quer in Ringe schneiden. Hähnchenmägen in grobe Stücke schneiden. Petersilie kleinwiegen.

Öl in einem Topf erhitzen und Hähnchenmägen und Gemüse darin anbraten. Tomaten dazugeben. Fond hinzugeben. Thymian dazugeben. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer kräftig würzen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 60 Minuten köcheln lassen. Sauce abschmecken.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Pasta nach Anleitung

zubereiten.

Pasta in zwei tiefe Nudelteller geben. Ragout mit Sauce großzügig darüber verteilen. Mit Petersilie garnieren. Servieren.

Vegetarisches Snack-Brett



Leckerer Snack

Ein kleiner Abend-Snack, vegetarisch zubereitet aus Gemüse, Pilzen und Eiern.

Lässt man die Eier weg, hat man sogar eine veganes Gericht.

Gewürzt wird nur mit Salz und Pfeffer. Angemacht werden die Zutaten mit ein wenig Balsamico-Essig und gewürztem Olivenöl.

Zutaten für 2 Personen:

- 4 Tomaten
- 1 Paprika
- 2 Wurzeln
- 6 braune Champignons
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Eier
- Salz
- Pfeffer
- Balsamico-Essig
- [gewürztes Olivenöl](#)

Zubereitungszeit: 10 Min.

Wasser in einem Topf erhitzen und Eier darin kochen. Herausnehmen, unter kaltem Wasser abschrecken und pellen. Eier in Scheiben schneiden und jeweils zwei Eier auf ein großes Anrichte-Brett geben.

Strunk der Tomaten entfernen und die Tomaten in grobe Stücke schneiden. Paprika putzen, längs in schmale Streifen schneiden und diese quer halbieren. Lauchzwiebeln putzen und in grobe Stücke schneiden. Wurzeln putzen, schälen und ebenfalls in grobe Stücke schneiden. Champignons in dünne Scheiben schneiden.

Jeweils die Hälfte des Gemüses und der Pilze auf jeweils ein Anrichte-Brett geben und schön darauf anrichten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Balsamico-Essig und Olivenöl darüber geben. Servieren.

Linguine und Spaghetti mit Obatzter-Sauce mit Chili



Schmackhaftes Pasta-Gericht

Diesmal ein Pasta-Gericht gemischt aus Linguine und Spaghetti.

Mit einer Käse-Sauce, die ich aus Sahne und fertigem Obatzter zubereite, wobei letzterer mit Chili verfeinert ist.

Zutaten für 2 Personen:

- 125 g Linguine
- 125 g Spaghetti
- 150 g Obatzter, mit Chili verfeinert
- 100 ml Sahne

Zubereitungszeit: 10 Min.

Pasta nach Anleitung zubereiten.

Sahne in einem kleinen Topf erhitzen, Obatzter dazugeben und darin auflösen. Sauce eventuell mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.

Pasta in zwei tiefe Nudelteller verteilen. Sauce großzügig darüber geben. Servieren.