

Sesam-Mandel-Kuchen



Sehr schmackhafter Rührkuchen

Ich habe diesmal einen Rührkuchen nach klassischem Rezept zubereitet. Nur habe ich von 500 g Mehl, das man normalerweise für einen Rührkuchen verwendet, jeweils 100 g durch gemahlene Mandeln und durch geröstete Sesamsaat ersetzt. Die Sesamsaat röste ich für etwas mehr Aroma noch in einer Pfanne ohne Fett. Das ergibt einen sehr wohlschmeckenden Kuchen.



Schöner Kuchen mit Glasur und Sesam

Für das Auge gibt es diesmal auch etwas, denn ich habe dem Kuchen eine schöne Glasur gegeben. Dazu habe ich eine Tafel Schokolade verwendet, die ich gerade noch vorrätig hatte. Es war Milkschokolade mit Honig und Nougat. Das Ganze garniert natürlich mit etwas Sesam.

Zutaten:

- 300 g Mehl
- 100 g Mandeln
- 100 g ungeschälter Sesam
- 250 g Butter
- 250 g Zucker
- 4 Eier
- 1 Päckchen Backpulver
- 1 Päckchen Vanillin-Zucker
- 3 Tropfen Bittermandel-Aroma

Für die Glasur:

- 1 Tafel Schokolade
- etwas Sesam

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Backzeit 60 Min.

Mandeln in einer Küchenmaschine fein raspeln. In eine Schüssel geben.

Sesamsaat in einer Pfanne ohne Fett einige Minuten braun rösten. In eine Schüssel geben.

Backofen auf 180 °C Umluft erhitzen. Eine Kasten-Backform einfetten.

Butter, Zucker und Vanillin-Zucker in eine Rührschüssel geben und mit dem Rührgerät schaumig schlagen.

Eier einzeln hinzugeben und verrühren.

Mehl, Mandeln, Sesam, Backpulver und Bittermandel-Aroma hinzugeben und alles einige Minuten gut verrühren.

Rührteig in die Backform geben und mit dem Backlöffel gut verstreichen. Backform für 60 Minuten auf mittlerer Ebene in den Backofen geben.



Ansprechender Kuchen, in Kastenform

Kurz vor Ende der Backzeit Schokolade grob zerkleinern, in eine Schale geben und im Wasserbad schmelzen. Backform herausnehmen und Kuchen auf ein Kuchengitter geben. Schokolade auf dem Kuchen verteilen und mit einem Löffel oder Küchenpinsel verstreichen. Etwas Sesam darüber verteilen und Kuchen erkalten lassen.

Regenwürmer mit Gemüse und Spaghetti



Sehr lecker

„Regenwürmer“ sind eigentlich eine Fastenspeise, die eigentlich Fastennudeln heißt. Es handelt sich um eine Mehlspeise in Form vieler, zum Aussehen von Regenwürmern gerollten langen Nudeln. Sie wird mit einer süßen Dessertsauce oder Kompott serviert. Diese Fastenspeise ist bei Kindern sehr

beliebt.

Aber auch dieses Gericht wird Kindern sicherlich gut schmecken. Ich brate Regenwürmer einige Minuten in Öl im Wok an, so werden sie kross und knusprig. Danach brate ich noch Schalotte, Knoblauch, Lauchzwiebel, Chinakohl und Paprika im Wok. Dazu bereite ich eine asiatische Sauce aus Sojasauce, Fischsauce und Ketjab-Manis zu. Als Pasta gibt es Spaghetti, die ja auch hervorragend mit der Form der Regenwürmer korrespondieren.

Dieses Gericht in die Kategorie „Insekten“ einzuordnen, ist natürlich eindeutig falsch. Regenwürmer sind keine Insekten, sondern gehören zum Stamm der Ringelwürmer. Aber für ein Gericht mit Regenwürmern eröffne ich (noch) nicht extra eine neue Kategorie.



DAS sind gebratene Regenwürmer

Die Menge der Regenwürmer ist im Verhältnis zu Gemüse und Pasta verschwindend gering. Am besten gibt man sie als Blickfang kurz vor dem Servieren zuoberst auf Spaghetti und Gemüse und knuspert sie gleich zu Beginn des Essens weg.

Das tiergerechte Abtöten der Regenwürmer durch Einstellen in den Tiefkühlschrank kann sich schwierig gestalten. Auf keinen Fall die Regenwürmer im Lieferbehälter mit der Erde, dem Zuchtsubstrat, in den Tiefkühlschrank geben. Die Erde isoliert die Insekten von der Kälte, so dass sie einige Stunden im Tiefkühlschrank überleben. Regenwürmer überleben ja auch Frost im Erdreich. Am besten nimmt man die Regenwürmer einzeln aus der Erde heraus, gibt sie in eine Schüssel mit kaltem Wasser und wäscht die Erde ab. Dies wiederholt man einige Male und gibt die Regenwürmer dann in einer Schüssel für etwa 2 Stunden in den Tiefkühlschrank.

Zutaten für 1 Person:

- 15 Regenwürmer (Dendrobaena spec. – Laubwurm)
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Chinakohlblatt
- 1 oranger Minipaprika
- 1 EL dunkle Sojasauce
- 1 EL Fischsauce
- 1 EL Ketjab-Manis
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- aromatisiertes Olivenöl (Knoblauch, Rosmarin, Chili)

- Spaghetti

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.

Regenwürmer aus der Erde, dem Zuchtsubstrat, nehmen. Mehrmals in eine Schüssel mit jeweils frischem Wasser geben und die Erde abwaschen. In einer Schüssel für etwa 2 Stunden in den Tiefkühlschrank geben.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen. Schalotte längs halbieren, dann quer in Scheiben schneiden. Knoblauch in grobe Stücke schneiden. Lauchzwiebel putzen und ebenfalls in grobe

Stücke schneiden. Chinakohlblatt längs halbieren, dann quer in Streifen schneiden. Paprika putzen und in kurze Streifen schneiden.

Spaghetti nach Anleitung zubereiten. Aus dem Kochwasser nehmen und auf einen Teller geben. Kochwasser nicht wegschütten.



Kross gebratene Regenwürmer im Wok

Währenddessen Regenwürmer aus dem Tiefkühlschrank nehmen und kurz auftauen lassen. Öl in einem Wok erhitzen und Regenwürmer darin bei mittlerer Temperatur 4–5 Minuten kross braten. Herausnehmen, auf einen Teller geben, salzen und pfeffern und warmstellen. Öl aus dem Wok wegschütten und Wok mit einem Küchenpapier abwischen.

Erneut Öl in den Wok geben und Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel kurz darin andünsten. Chinakohl und Paprika dazugeben und alles einige Minuten anbraten. Sojasauce, Fischsauce und Ketjab-Manis dazugeben. Etwa 5 EL vom Kochwasser dazugeben, alles verrühren und etwas köcheln lassen. Spaghetti dazugeben und alles gut vermengen.



Im Nudelteller

In einen tiefen Nudelteller geben. Regenwürmer darüber verteilen und alles servieren.

Nudel - Gemüse - Maden - Pfanne



Was ist Pasta, was sind kross gebratene Maden?
Letzteres ist das dunkelbraune ...

Die hier verwendeten Maden sind die Larven der Goldfliege und werden auch Pinky Maden bezeichnet, was auf die rosa Färbung der Maden zurückgeht. Die Goldfliege gehört zu der Familie der Schmeißfliegen. Die Goldfliege legt ihre Eier auf Aas ab, so dass sich die Maden davon ernähren. Die Fliegen selbst saugen an Aas oder auch Blütennektar. Die Fliege kommt auch in Europa vor und ist manchem auch sicherlich aus der eigenen Wohnung bekannt. Was bietet sich also besser an, als für dieses Tier auch einmal eine Verwendungsart als Nahrungsmittel für ein leckeres Gericht zu finden. Dies zunächst einmal mit den Maden. Aber man kann die Maden auch einige Tage in einer Dose oder Schachtel an einer warmen Stelle aufbewahren, sie verpuppen sich und man hat in kürze erwachsene Goldfliegen für eine andere Zubereitung.

Zum tiergerechten Abtöten der Maden gibt man sie kurze Zeit in den Tiefkühlschrank. Es kann sich als schwierig erweisen, dazu die Maden vom Zuchtsubstrat zu trennen. Wenn es zu grob ist, kann man es nicht in einem Küchensieb heraussieben, so

dass die Maden im Sieb zurückbleiben. Ich hatte Erfolg damit, die Maden mit Substrat zuerst in eine Schüssel mit warmem Wasser zu geben. Die Maden sinken auf den Boden, das Substrat schwimmt an der Wasseroberfläche und lässt sich mit einem Schaumlöffel abseien. Danach habe ich die Maden mit dem Schaumlöffel herausgehoben und in eine andere Schüssel gegeben, um so die letzten Reste des Substrats, die doch auf den Boden der Schüssel sanken, herauszufiltern. Vorsicht mit den Maden, sie sind sehr agil. Es bereitet ihnen kein Problem, an der Wand eines Küchensiebs oder sogar einer glatten, nassen Schüssel hochzuklettern. Und einige sind auch so dünn, dass sie durch die Löcher eines normalen Küchensiebs fallen. Man gibt sie daher zum Schockfrieren besser in den ausgewaschenen Lieferbehälter, da er einen festschließenden Deckel hat.

Man brät die Maden am besten bei mittlerer Temperatur in einer Pfanne mit Deckel in etwas Butter. Wie alle Maden und Larven haben sie die Eigenart, beim Anbraten und besonders hohen Temperaturen zu platzen und – bei einer Pfanne ohne Deckel – aus dieser herauszuspringen.



Kross gebratene Maden in der Pfanne

Für die Zubereitung habe ich neben den Maden noch Makarnalari – türkische, kleine Suppennudeln – verwendet, die ich vorgegart habe. Sie entsprechen in etwa den italienischen, kleinen, reiskornförmigen Nudeln Risi oder Risoni. Und sie korrespondieren natürlich auch hervorragend zu der Form der Maden, so dass man auf dem Teller vermutlich den Unterschied zwischen Nudeln und Maden nicht erkennt. Die Menge der Maden nimmt sich neben den Suppennudeln sehr gering aus, sind es doch gerade mal 25 g Maden zu 50 g Nudeln. Und im gekochten Zustand der Nudeln ist das Verhältnis natürlich volumenmäßig noch viel größer.

Dann kommt noch Gemüse wie Zwiebeln, Knoblauch und Lauchzwiebeln. Für etwas Farbe sorgen orangefarbene Minipaprika und grüne Zuckerschoten.

Das Ganze gewürzt mit Kreuzkümmel, Ingwer- und Paprikapulver.

Zutaten für 1 Person:

- 25 g Maden (*Lucilia sericata*)
- 50 g Makarnalari
- 1 Schalotte
- 3 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 orange Minipaprika
- 10 Zuckerschoten
- $\frac{1}{4}$ Zitrone (Saft)
- 1 $\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kreuzkümmel
- $\frac{1}{2}$ TL Ingwerpulver
- Rosenpaprikapulver
- Salz
- weißer Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 20 Min.

Maden vom Zuchtsubstrat trennen. Fliegeneier, braune Madenhüllen und tote Maden entfernen. In der Schachtel für

etwa 60 Minuten zum tiergerechten Abtöten in den Tiefkühlschrank geben.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebeln, Paprikaschoten und Zuckerschoten putzen. Lauchzwiebeln in Ringe schneiden, Paprika in kurze Streifen und Zuckerschoten quer in Streifen schneiden.

Wasser in einem Topf erhitzen und Makarnalari darin 5 Minuten garen. Durch ein Küchensieb geben.

Butter in einer Pfanne mit Deckel erhitzen. Maden aus dem Tiefkühlschrank nehmen und in der Butter 4–5 Minuten vorsichtig bei mittlerer Temperatur kross anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben.

Nochmals etwas Butter in die Pfanne geben und Makarnalari ebenfalls einige Minuten anbraten. Herausnehmen und auf den gleichen Teller geben.



Sieht aus und schmeckt ähnlich wie eine Reispfanne

Erneut etwas Butter in die Pfanne geben und Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebeln darin anbraten. Paprika und

Zuckerschoten hinzugeben und alles einige Minuten gut anbraten. Maden und Makarnalari dazugeben. Kreuzkümmel und Ingwerpulver dazugeben. Kräftig mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Alles vermischen und abschmecken. Auf einen Teller geben, etwas Zitronensaft darüber träufeln und servieren.

Tarte mit Rosenkohl, Zwiebeln, Speck und Ingwer



Sehr leckere, pikante Tarte

Dies ist meine erste Tarte, die ich zubereite. Ich hatte zunächst das Problem, dass ich nicht wusste, in welche Kategorie ich dieses Rezept einordnen soll. Aber die Kategorie „Kuchen“ passt nun schon.

Tarte ist ein Kuchen mit einem Mürbeteig als Boden und einer entweder pikanten oder süßen Füllung. Diese wird – meistens im

ersteren Fall – mit einer Eier-Sahne-Käse-Mischung übergossen. Die Tarte wird warm oder kalt serviert. Sie entspricht in etwa einer Quiche.

Ich hatte noch sehr viel Ingwer übrig, und auch Speck, und wusste nicht, wie ich vor allem ersteren zubereiten sollte. Eine Recherche nach einem Ingwerkuchen ergab keinen Erfolg. Da ich auch noch Rosenkohl und Zwiebeln vorrätig hatte, kam ich auf die Idee einer herzhaften Tarte, da diese vier Hauptzutaten doch gut zueinander passen.

Rosenkohl, Zwiebeln, Knoblauch und Speck brate ich vor dem Backen im Backofen an. Ingwer jedoch nicht, ich habe schlechte Erfahrungen mit dem Braten von Ingwer gemacht, da er dabei öfters bitter wird. Der Ingwer gibt der gebackenen Tarte aber ein fruchtiges, leicht zitroniges Aroma.

Beim Mürbeteig musste ich etwas variieren, ich hatte nicht mehr genügend Butter vorrätig. Die Menge der fehlenden Butter habe ich durch Olivenöl ersetzt. In Pizza- oder Nudelteig gibt man schließlich auch Olivenöl. Und ich habe zusätzlich ein Ei für mehr Bindung hinzugegeben. Eventuell muss man die Mengen der Zutaten ein wenig variieren, also verringern/erhöhen. Allerdings überzeugt der Mürbeteig bei der fertig gebackenen Tarte nicht so sehr. Eventuell muss ich mich doch an die üblichen Zutaten eines Mürbeteigs halten. Oder sogar einmal auf einen anderen Teig für den Boden der Tarte ausweichen.

ich hatte beim Recherchieren ein Rezept gefunden, das für die Eier-Sahne-Käse-Mischung die doppelte Menge an Sahne, aber die Hälfte der Menge an Käse angegeben hatte. Ich hatte aber nur einen Becher Sahne vorrätig, und somit gibt es eben die volle Dröhnung beim geriebenen Käse, bei dem ich die ganze Packung verwende.

Bei der Backtemperatur- und zeit muss ich bei weiteren Tartezubereitungen eventuell etwas variieren, denn die Tarte ist ja doch recht dunkel geworden.

Zutaten:

Für den Mürbeteig:

- 300 g Mehl
- 80 g Butter
- 3 EL Olivenöl
- 1 Ei
- $\frac{1}{2}$ TL Salz

Für die Füllung:

- 3 große Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 100 g Rosenkohl
- 120 durchwachsener Bauchspeck
- 50 g Ingwer
- Olivenöl

Zum Überbacken:

- 200 ml Sahne
- 4 Eier
- 250 g geriebener Emmentaler
- 1 EL getrockneter Thymian
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Ruhezeit 1 Std.
| Garzeit 10 Min. | Backzeit 30 Min.

Für den Mürbeteig:

Mehl, Butter, Olivenöl, Ei und Salz in eine Rührschüssel geben und mit dem Rührgerät einige Minuten verrühren. Mit den Händen verkneten und eine Kugel formen. In der Rührschüssel für 1 Stunde in den Kühlschrank geben.



Mürbeteig in der Backform mit Gemüse-Speck-Mischung, ...

Für die Füllung:

Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer schälen. Zwiebeln in Streifen schneiden. Knoblauch und Ingwer quer in kurze Scheiben schneiden. Rosenkohl putzen und Röschen halbieren. Speck in kleine Würfel schneiden.

Speck in einer Pfanne ohne Fett anbraten. Herausnehmen und in eine Schüssel geben. Etwas Öl in die Pfanne geben und Zwiebeln und Knoblauch glasig dünsten. Auch herausnehmen und in die Schüssel geben. Rosenkohl ebenfalls einige Minuten in der Pfanne anbraten. Auch in die Schüssel geben. Ingwer in die Schüssel dazugeben. Alles gut vermischen und beiseite stellen.



... der zusätzlichen Eier-Sahne-Käse-Mischung ...

Zum Überbacken:

Eier in eine Schüssel aufschlagen. Sahne und Käse dazugeben. Thymian dazugeben. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Alles gut vermischen.

Backofen auf 200°C Umluft erhitzen. Spring-Backform einfetten. Mürbeteig aus dem Kühlschrank nehmen. Teig mit den Händen dünn auf den Boden und etwa 2–3 cm am Rand der Backform ausdrücken. Gemüse-Speck-Mischung hineingeben und verteilen. Dann Eier-Sahne-Käse-Mischung darüber geben und gut verteilen. Backform für 30 Minuten auf mittlerer Ebene in den Backofen geben.



... et voilà, die fertig gebackene Tarte.

Backform herausnehmen und den Rand der Spring-Backform lösen. Zur Sicherheit die Tarte auf dem Boden der Backform belassen und sie einfach auf eine Kuchenplatte stellen. Da Tarte warm und kalt gegessen werden kann, kann man sofort ein oder mehrere Stücke servieren.

Schweinshaxe in Rotweinsauce mit Schnittlauchknödeln



Haxe, Knödel und viel Sauce mit Pilzen

Diese zweite Schweinshaxe, die ich gekauft habe, habe ich in einer Sauce geschmort. Die Zubereitung der Sauce ist fast klassisch. Ich habe, nachdem ich Zwiebel, Knoblauch, Lauchzwiebel und Pilze angebraten habe, auch Tomatenmark mit angebraten. Dann mit Rotwein abgelöscht. Die ganzen Gewürze kamen in einem Gewürzsäckchen direkt in die Sauce und köchelten dort mit. Hinterher lässt sich das ganz einfach entfernen. Die Sauce war wunderbar aromatisch und etwas sämig. Dazu gibt es frisch zubereitete, jedoch eingefrorene Schnittlauchknödel.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Schweinshaxe
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln
- 100 g gemischte Waldpilze
- 1 EL Tomatenmark
- 300 ml trockener Rotwein
- $\frac{1}{2}$ TL grüne Pfefferkörner

- $\frac{1}{2}$ TL Senfkörner
- $\frac{1}{2}$ Sternanis
- 2 Kardamomkapseln
- 6 Pimentkörner
- Kümmel
- 5 frische Lorbeerblätter
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- 3 [Schnittlauchknödel](#)

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 1 Std.

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Pilze grob zerkleinern.

Öl in einem Topf erhitzen Schweinshaxe auf den Fleischseiten kross anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben. Zwiebel, Knoblauch, Lauchzwiebel und Pilze in den Topf geben und einige Minuten kräftig anbraten. Tomatenmark dazugeben und mit anbraten. Mit Rotwein ablöschen. Schweinshaxe wieder in den Topf geben. Pfefferkörner, Senfkörner, Pimentkörner, Sternanis, Kardamom, eine Prise Kümmel und Lorbeerblätter in ein Würzsäckchen und dieses in die Sauce geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Wasser in einem Topf erhitzen und Schnittlauchknödel im nur noch siedenden Wasser 10 Minuten erhitzen.



Lecker auf dem Teller angerichtet

Würzsäckchen aus der Sauce nehmen. Sauce abschmecken. Schweinshaxe auf einen Teller geben. Knödel daneben geben. Sauce mit Gemüse und Pilzen darüber verteilen.

Panierte, verlorene Eier mit Dips



Kross frittiert, hier säuerlich mit etwas Worcestershire-Sauce

Verlorene Eier sind ja bekanntermaßen Eier, die ohne Schale in knapp siedendem Wasser pochiert werden. Dazu schlägt man möglichst frische Eier einzeln in eine Schöpfkelle und lässt sie vorsichtig in knapp siedendes Wasser gleiten. Das Wasser wird nicht gesalzen, es kommt jedoch etwas Essig hinein. Dieser bewirkt eine schnellere Gerinnung des Eiweißes, das die restliche Masse zusammenhält und verhindert, dass sich das Ei im siedenden Wasser auflöst.

Verlorene oder auch pochierte Eier werden für viele klassische Gerichte verwendet. Ich habe mich bei der Zubereitung dieses abendlichen Snacks an dem Gericht „Verlorene Eier Villeroy“ orientiert. Ich habe dieses Gericht zwar noch nie zubereitet, aber beim Recherchieren gefiel mir, dass pochierte Eier für dieses Gericht paniert und frittiert werden. Und dann eine schmackhafte Sauce dazu gereicht wird.

Also habe ich zuerst pochierte Eier zubereitet. Dann habe ich diese mehliert, durch verquirltes Ei gezogen und paniert. Und anschließend nur eine Minute in der Friteuse frittiert. Die

pochierten Eier sind ja schon weitestgehend gegart und das flüssige Eigelb soll erhalten bleiben, also bekommen die pochierten Eier in der Friteuse nur eine krosse, knusprige Panade. Und es ist schon ein merkwürdiges Vorgehen, Eier durch verquirltes Ei zu ziehen, um sie zu panieren und frittieren.

Mit Salz und Pfeffer gewürzt werden die Eier erst nach dem Frittieren, denn man möchte vielleicht auch das flüssige Eigelb etwas würzen. Als Saucen habe ich dazu verwendet Worcestershire-Sauce, Teriyaki-Sauce, Austern-Sauce und Chili-Sauce. Aber es bieten sich sicherlich noch andere Saucen an, je nachdem, welche man vorrätig hat.

Zutaten für 1 Person:

- 5 Eier
- 1 EL Weißweinessig
- 1 EL Mehl
- 4 EL Paniermehl
- Salz
- weißer Pfeffer
- Saucen nach Bedarf



Pochierte Eier

2 l Wasser in einem großen Topf erhitzen. Essig dazugeben. Ein Ei in eine Schöpfkelle aufschlagen. Das Wasser soll gerade nicht mehr kochen, sondern nur noch siedeln. Ei vorsichtig in das siedende Wasser gleiten lassen. Je nach Größe des Topfes ein zweites Ei in gleicher Weise hineingleiten lassen, aber an einer möglichst anderen Stelle im Topf als das erste Ei. Eier 3–4 Minuten pochieren. Mit einer Schöpfkelle herausnehmen, unter kaltem Wasser abschrecken und auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Auf einen Teller geben und eventuell unregelmäßige Ränder abschneiden. Auf diese Weise alle vier Eier zubereiten.



Kleiner, schmackhafter, abendlicher Snack

Fett in der Friteuse auf 180 °C erhitzen. Auf drei kleine Teller jeweils Mehl, verquirltes Ei und Paniermehl geben. Pochierte Eier nacheinander vorsichtig – die Eier sollen nicht platzen und das flüssige Eigelb nicht auslaufen – zuerst mehrmals im Mehl wenden, dann durch das Ei ziehen und schließlich mehrmals im Paniermehl wenden. In die Friteuse geben und 1 Minute kross frittieren. Herausheben und auf einem

Küchenpapier abtropfen lassen. Auf einen Teller geben, salzen und pfeffern und servieren. Dips dazu reichen.

Schweinenacken in süß-scharfer Curry-Sahne-Sauce mit Cellentani



Krosser Schweinenacken, Pasta und viel Sauce

Ein Gericht ganz nach dem Motto meines Foodblogs. Diesmal in einer süß-scharfen Variante. Honig liefert die Süße, eine rote Chilischote die Schärfe. Dazu noch scharfes Curry für die Sauce. Sahne mildert etwas die Schärfe und bindet die Sauce. Und dazu Cellentani als Pasta.

Zutaten für 1 Person:

- 350 g Schweinenacken
 - 1 $\frac{1}{2}$ Zwiebeln
 - 3 Knoblauchzehen
 - 1 Lauchzwiebel
 - 1 rote Chilischote
 - 300 ml Fleischfond
 - 100 ml Sahne
 - 2 TL Honig
 - 1 TL Hot Madras Curry Powder
 - $\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kreuzkümmel
 - 3 Lorbeerblätter
 - Salz
 - schwarzer Pfeffer
 - Olivenöl
- Cellentani

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 1 Std.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Chilischote in Ringe schneiden. Lauchzwiebel putzen und ebenfalls in Ringe schneiden.

Schweinenacken auf allen Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einem Topf erhitzen und Schweinenacken auf allen Seiten kross anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben.

Zwiebel, Knoblauch und Lauchzwiebel in den Topf geben und andünsten. Chili dazugeben. Dann Honig. Fond dazugeben. Mit Currypulver und Kreuzkümmel würzen. Lorbeerblätter dazugeben. Schweinenacken wieder in den Topf geben und zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen. Nach 30 Minuten den Schweinenacken wenden.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Cellentani nach Anleitung zubereiten.



Mit viel süß-scharfer Sauce auf dem Teller

Lorbeerblätter aus der Sauce nehmen. Sahne hinzugeben und verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Schweinenacken herausnehmen, auf ein Arbeitsbrett geben und tranchieren. Fleischscheiben auf einen Teller geben. Pasta dazugeben und großzügig von der Sauce darüber verteilen.

Schweinefleisch mit Chinakohl



Schweinefleisch, Chinakohl, Reis und Sauce

Chinakohl bietet sich immer an, ihn auch asiatisch mit Sojasauce zuzubereiten. Bereitet man ihn als Hauptzutat weitestgehend allein asiatisch zu, hat man sogar ein veganes Gericht. Ich wollte ihn herzhafter zubereiten und habe Schweinefleisch mit verwendet. Sojasauce und Fischsauce sorgen für etwas Sauce. Dazu einfach Reis. Das Gericht ist einfach, aber sehr schmackhaft.

Zutaten für 1 Person:

- 140 g Schweinefleisch
- 2 Chinakohlblätter
- $\frac{1}{2}$ Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- ein Stück Ingwer
- 1 EL Sojasauce
- 1 EL Fischsauce
- 10 EL Wasser
- Öl

- 1 Tasse Parboiled-Reis

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.

Schweinefleisch in kurze, schmale Streifen schneiden. Zwiebel, Knoblauchzehen und Ingwer schälen. Zwiebel und Knoblauch grob zerkleinern. Ingwer in kurze Scheiben schneiden. Lauchzwiebel putzen und in grobe Stücke schneiden.

Reis nach Anleitung zubereiten.

Währenddessen Öl in einem Wok erhitzen, Fleisch hineingeben und kurz pfannenrühren. Sofort Gemüse dazugeben und alles einige Minuten pfannenrühren. Sojasauce, Fischsauce und Wasser hinzugeben. Alles verrühren und etwas köcheln lassen. Sauce abschmecken.

Reis in eine Schale geben, etwas Schweinefleisch mit Gemüse und Sauce darüber geben und servieren.

Pangasius-Kohlrabi-Ragout mit Reis



Leckerer Ragout mit sehr viel Sauce

Ich bereite dieses einfache Ragout aus Zutaten zu, die bereits äußerlich gut zusammenpassen. Helle Pangasiusfischfilets und heller Kohlrabi.

Der Einfachheit halber gare ich den Kohlrabi im Fischfond, den ich gleichzeitig reduziere und somit ein leckeres Sößchen zubereite. Die Sauce ist nicht ganz hell, sondern leicht beige. Ich hatte vor einiger Zeit Fischfond zubereitet, der geschmacklich sehr gut, im Äußeren aber etwas trübe geworden war. Für etwas Säure kommt noch etwas Weißweinessig hinzu.

Dazu gibt es Reis.

Diesmal gibt es einige schöne Foodfotos mit wahrlich sehr viel Sauce. Da muss auch nicht mit speziellen Tricks wie einem Eierring zum Aufschichten der Ragout-Bestandteile gearbeitet werden. Saucenliebhaber wird es sicherlich freuen.



Schöne Foodfotos mit viel Sauce

Zutaten für 1 Person:

- 2 Pangasiusfilets (150 g)
- 1 Kohlrabi
- $\frac{1}{2}$ rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 500 ml Fischfond
- 1 EL Weißweinessig
- Salz
- weißer Pfeffer
- Butter

- 1 Tasse Parboiled-Reis

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Kohlrabi schälen, etwas Kohlrabigrün von den Blättchen kleinschneiden und beiseite legen. Kohlrabi in kleinere Stücke schneiden. Filet quer in dicke Streifen schneiden.

Reis in einen Topf geben, 2 Tassen Wasser dazu geben und

salzen. Zum Kochen bringen und 10–12 Minuten garen.

Währenddessen Butter in einem kleinen Topf erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Kohlrabi dazugeben. Dann Fond und Weißweinessig dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles verrühren und ungedeckt bei mittlerer Temperatur Kohlrabi etwa 15 Minuten garen und gleichzeitig die Sauce auf etwa zwei Drittel reduzieren.

Kurz vor Ende der Garzeit Butter in einer Pfanne erhitzen und Fischfilet darin kurz anbraten. Filet mit der Butter in die Sauce geben. Alles verrühren. Sauce abschmecken.



Im Teller

Reis in einen tiefen Teller geben und das Ragout mit sehr viel Sauce darüber verteilen.

Kaffee Kuchen



Wohlschmeckender, aufgrund der Feuchtigkeit im Kuchen leicht gebrochener Kaffee Kuchen

Der Wochenendkuchen steht an. Und nach dem Grüner-Tee-Kuchen ist vor dem Kaffee Kuchen. Denn ich habe wieder Kaffee vorrätig. So dass ich diesen sehr wohlschmeckenden Kuchen zubereiten kann. Und dieses Mal versuchsweise nicht mit 20 g gemahlenem Kaffee, sondern mit 50 g gemahlenem Kaffee.

Zutaten:

- 550 g Mehl
- 250 g Zucker
- 250 g Butter
- 4 Eier
- 1 Päckchen Backpulver
- 1 Päckchen Vanillin-Zucker
- 250 ml Kaffee
- 50 g gemahlener Kaffee

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Backzeit 60 Min.

Backofen auf 180 °C Umluft erhitzen. Eine Kasten-Backform einfetten.

Zucker, Vanillin-Zucker und Butter in eine Rührschüssel geben und mit dem Rührgerät einige Minuten schaumig rühren.

Eier einzeln dazugeben und verrühren.

Mehl, Backpulver und gemahlene Kaffee dazugeben und verrühren. Kaffee ebenfalls dazugeben und alles einige Minuten gut verrühren.

Rührteig in die Backform geben und mit dem Backlöffel glatt streichen. Backform auf mittlerer Ebene für 60 Minuten in den Backofen geben.



Bei dieser Teigmenge und einer Kastenform musste der Kuchen gehörig herausquellen

Backform herausnehmen. Aufgrund der vielen Flüssigkeit im Teig den Kuchen zuerst in der Backform etwas abkühlen lassen, da er beim sofortigen Stürzen auf ein Kuchengitter brechen kann. Dann auf eine Kuchenplatte geben.

Frittierte Chinakohlrollchen mit Pangasiusfüllung



Leckere, saftige, aufgeschnittene Chinakohlrollchen

Diese Zubereitung fand ich bei Peter von [Aus meinem Kochtopf](#). Chinakohlblätter zu füllen, zu panieren und zu frittieren fand ich interessant. Deshalb habe ich das Rezept einmal übernommen.

Wie das bei solchen Rezepten ist, die man übernimmt, habe ich ja immer selbst einige Ideen dazu. Ich habe zunächst bei den Zutaten einige Änderungen vorgenommen. Kabeljaufilet hatte ich keines vorrätig und wollte ich auch nicht kaufen. Ich habe Pangasiusfilet verwendet. Auch Garnelen hatte ich keine vorrätig, und ich habe sie einfach weggelassen. Anstelle von Lauchzwiebeln und Peperoni gebe ich rote Zwiebel und Knoblauch in die Füllung.

ich habe die Chinakohlblätter etwas länger blanchiert als Peter dies tut und auch mich nicht im Entferntesten daran gewagt, die festeren Strünke nach dem Blanchieren auch noch flach zu schneiden. Beim Zusammenhalt der einzelnen Röllchen habe ich lange überlegt, ob ich Zahnstocher oder Küchengarn verwende. Bei Zahnstochern hat man das Problem mit dem anschließenden Panieren. Und Küchengarn erschien mir bei diesen fragilen Röllchen zu fest zum Binden. Es stellte sich jedoch heraus, dass die Röllchen nach dem Zusammenrollen doch erstaunlich kompakt waren und ohne Hilfsmittel zusammenhielten.

Paniert habe ich die gefüllten Chinakohlröllchen klassisch, jeweils mehrmals zuerst in Mehl, dann Ei und schließlich Paniermehl gewendet.

Ich wollte ja ursprünglich Reis und eine schöne, zur Fischfüllung passende helle Sauce aus Fischfond und Sahne dazu zubereiten. Wie das bei solch einem Rezept dann jedoch ist, stellte sich während des Zubereitens heraus, dass diese sechs Chinakohlröllchen durchaus als Abendessen für mich als einzelne Person ausreichten.

Geschmacklich sind die Röllchen mit der Fischfüllung sehr saftig. Sie erinnern ein wenig an Chicken-Nuggets. Aber sie sind ja vom Prinzip und dem Aufbau der Röllchen nicht viel anders.

Zutaten für 1 Person:

Für die Fischfüllung:

- 4 Pangasiusfilets (300 g)
- $\frac{1}{2}$ rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- $\frac{1}{2}$ kleine Wurzel
- 1 Ei
- $\frac{1}{2}$ TL dunkle Sojasauce
- $\frac{1}{2}$ TL Fischsauce

- $\frac{1}{2}$ TL Ketjab-Manis
- $\frac{1}{2}$ TL Weißweinessig
- $\frac{1}{2}$ TL Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer

- 6 große Chinakohlblätter
- 2 EL Mehl
- 1 Ei
- 6 EL Paniermehl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 30 Min. | Frittierzeit je Chinakohlrollchen 5 Min.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Wurzel schälen und in sehr kurze Stifte schneiden. Fischfilet in kleine Würfel schneiden.

Filet in eine schmale, hohe Rührschüssel geben und mit dem Pürierstab fein pürieren. Wurzel, Zwiebel und Knoblauch dazugeben und vermengen. Ei, Sojasauce, Fischsauce, Ketjab-Manis, Weißweinessig und Öl dazugeben und alles gut verrühren. Füllung gut salzen und pfeffern und verrühren.

Wasser in einem großen Topf erhitzen und die Chinakohlblätter 3 Minuten darin blanchieren. Vorsichtig herausheben und auf ein sehr großes Arbeitsbrett legen. Fischfüllung in sechs Portionen teilen, jeweils eine Portion in die Mitte eines Chinakohlblatts legen, zusammenrollen und links und rechts das Chinakohlblatt zusammenfalten.



Gefüllte Chinakohlröllchen vor dem Panieren und Fritieren

Fett in der Friteuse auf 180 °C erhitzen. Währenddessen Mehl, Ei und Paniermehl jeweils auf einen Teller geben, Ei verquirlen. Chinakohlröllchen nacheinander jeweils 2–3 Mal durch das Mehl rollen, dann durch das Ei und schließlich das Paniermehl. Auch die kurzen Seiten der Röllchen dabei nicht vergessen.



Sechs Röllchen auf dem Teller angerichtet

Röllchen in die Friteuse geben und jeweils 5 Minuten frittieren. Sind die Röllchen gegart, schwimmen sie an der Oberfläche des siedenden Fetts. Herausnehmen, auf einen großen Teller geben und servieren.

Lebergeschnetzeltes **in**
Leberwurst-Sauce **mit**
Cellentani



Pasta und feste Saucenbestandteile in der Mitte, Sauce drumherum

Da hatte ich mich dieses Mal doch geirrt. Ich hatte noch Leberwurst in der Dose übrig. Ich wollte sie aber nicht einfach als Aufstrich auf Brot essen. Sondern sie zum Kochen verwenden. Ich dachte nun, es ließe sich keine Sauce damit zubereiten, weil es sich nicht um eine glatte, streichfähige Leberwurst handelt. Aber da hatte ich weit gefehlt. Man kann die feste, kompakte Leberwurst aus der Dose anbraten, sie zerfällt dabei, wird flüssig und bildet eine Sauce.

Die Leberwurst aus der Dose erinnert beim Anbraten an Leberwurst im Darm, die aufgeschnitten oder längs halbiert in der Pfanne gebraten wird. Zum Anbraten verwende ich das erhärtete Fett der Leberwurst in der Dose.

Vorher brate ich einige Sardellenfilets an, dann Zwiebel und Knoblauch. Die Sauce bilde ich aus der Leberwurst und Sahne. Gewürzt werden muss die Sauce natürlich nicht mehr.

Dazu gebe ich kleingeschnittene Schweineleber. Man kann die Leber ganz zu Anfang in Fett in der Pfanne anbraten,

herausnehmen und später hinzugeben. Ich gebe sie nur zum Schluss einige Minuten in die Sauce, um sie zu garen und zu erhitzen.

Dazu gibt es Cellentani als Pasta.

Pasta mit viel Sauce wird normalerweise in tiefen Nudeltellern angerichtet und serviert. Beim Fotografieren von Foodfotos von Pasta mit viel Sauce hat man die Schwierigkeit, dass sich die festen Saucenbestandteile oben auf der Pasta ansammeln, die flüssige Sauce jedoch nach unten läuft und ... auf dem Foto verschwindet. Ein Bekannter – bekennender Saucenfan – empfahl mir nun für bessere Foodfotos folgendes: Einen Eierring in die Mitte eines tiefen Nudeltellers stellen, Pasta hineingeben und feste Saucenbestandteile darüber verteilen. Dann die flüssige Sauce außerhalb des Eierrings in den Nudelteller geben, den Eierring entfernen und das Gericht servieren.

Ich dachte mir, das könnte ich einmal ausprobieren. Auf diese Weise habe ich zwei Fotos fotografiert. Die Idee ist an sich nicht schlecht, das Anrichten und Drapieren des Gerichts ist jedoch vielleicht eher etwas für ein Szene-Restaurant als für die häusliche Küche.

Mir fiel aber auch noch das Prinzip des Reduzierens oder auch des „Weniger ist mehr“ eingefallen. Gerichte mit Fleisch und einer Beilage wie Kartoffeln, Pasta oder Reis und einer Sauce werden auf diese Weise gern angerichtet und fotografiert. Einige wenige Fleischstücke auf den Teller, dazu 1–2 Löffel der Beilage, ein etwas bogenförmig verzogen auf den Teller gegebener, einzelner Klecks Sauce und vielleicht noch einige wenige Tröpfchen Sauce auf die Beilage.

Also habe ich als weitere Variante einfach einige Löffel Pasta auf einen Teller gegeben, daneben ein wenig der in der Sauce gegarten Schweineleber und einige Löffel Sauce auf der Pasta.



Wenig Pasta, Leber und Sauce

Und wie habe ich nun das Gericht im Endeffekt gegessen? Nun, nach dem Anrichten, Drapieren und Fotografieren der beiden Varianten war das Essen natürlich kalt. Ich habe alles in einen tiefen Pastateller gegeben, gehörig vermischt, in der Mikrowelle kurz erhitzt und gegessen. Feddisch ☐

Zutaten für 1 Person:

- 200 g Leberwurst
- 120 g Schweineleber
- 5 Sardellenfilets (eingelegt)
- 1 rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 100 ml Sahne

- 125 g Cellentani

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Leber in 3–4 cm lange Streifen schneiden.

Für jeweils 100 g Pasta 1 l Wasser mit 10 g Salz zum Kochen bringen und die Pasta darin nach entsprechender Zeitvorgabe kochen. Also Cellentani in etwa 1,25 l kochendem Wasser mit etwa 12 g Salz kochen.

Währenddessen Leberwurst aus der Dose herausnehmen, das gehärtete Fett abstreichen und in einer Pfanne erhitzen. Sardellenfilets darin etwas anbraten, bis sie zerfallen. Zwiebel und Knoblauch dazugeben und mit anbraten. Leberwurst dazugeben und zerteilen. Einige Minuten kräftig anbraten, damit sie zerfällt. Sahne hinzugeben. Alles verrühren. Leber hinzugeben und einige Minuten in der Sauce garen.

Pasta in einem tiefen Nudelteller anrichten und Lebergeschnetzeltes mit viel Sauce darüber verteilen.

Fusilli mit Olivenpesto



Pasta mit Pesto

Sehr einfach, sehr schnell zubereitet und vegan. Auch wenn es nicht sehr kreativ ist. Marinierte Oliven mit dem Pürierstab zu einem Pesto pürieren, eventuell etwas Olivenöl dazugeben. Dazu Pasta.

Zutaten für 1 Person:

- 160 g marinierte Oliven mit Chili-Paprika-Mark
- 125 g Fusilli
- Olivenöl

Zubereitungszeit: 10 Min.

Oliven in eine hohe, schmale Rührschüssel geben und mit dem Pürierstab fein pürieren. Etwas Olivenöl für mehr Bindung hinzugeben.

Pasta nach Anleitung zubereiten.

Pesto in einen kleinen Topf geben und auf der Herdplatte leicht erwärmen. Pasta dazugeben und vermischen.

In einen tiefen Nudelteller geben und servieren.

Grüner-Tee-Kuchen



Sehr feiner, wohlschmeckender Kuchen

Da wollte ich doch für das Wochenende nochmals den Kaffeekuchen, der so gut gelungen und so wohlschmeckend war, zubereiten. Und zwar versuchsweise mit 50 g gemahlenem Kaffee anstelle der beim letzten Rezept verwendeten 20 g. Da fiel mir doch ein, dass mir der Kaffee vor einigen Tagen ausgegangen war. Und der Discounter nun schon geschlossen hatte.

Da ich die letzten Tage deshalb von Kaffee auf grünen Tee umgestiegen bin, dachte ich mir, diesen Rührkuchen kann man auch mit grünem Tee zubereiten. So, wie man beim Kaffeekuchen Kaffee und beim Rotweinkuchen Rotwein hinzugibt, kann man in einen normalen Rührkuchen auch grünen Tee hinzugeben. Und da ich asiatischen, grünen Tee verwende, gebe ich auch noch einen Rest Reismehl hinzu, das ja dann passt.

Und da ich beim Kaffeekuchen auch gemalenes Kaffeepulver hinzugebe, sollte man auch etwas grüne Teeblätter hinzugeben können. Denn schließlich wird der Kuchen ja etwa 1 Stunde im Backofen gegart.

Auf alle Fälle beim Zubereiten des Tees den Tee einige Minuten

ziehen lassen, damit es ein starker grüner Tee wird. Schließlich soll viel Aroma in den Kuchen. Ich weiß leider die Teesorte nicht mehr, mir ist nur noch bekannt, dass es japanischer, grüner Tee ist.

Zutaten:

- 560 g Weizenmehl
- 40 g Reismehl
- 250 g Butter
- 250 g Zucker
- 4 Eier
- 1 Päckchen Backpulver
- 1 Päckchen Vanillin-Zucker
- 250 ml grüner, starker Tee
- 20 g grüne Teeblätter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Backzeit 60 Min.

Backofen auf 180 °C Umluft erhitzen. Gugelhupf-Backform einfetten.

Weiche Butter, Zucker und Vanillinzucker in eine Rührschüssel geben und mit dem Rührgerät schaumig rühren.

Eier einzeln hinzugeben und verrühren. Weizenmehl, Reismehl und Backpulver dazugeben und verrühren. Tee dazugeben und auch verrühren. Dann grüne Teeblätter dazugeben und alles einige Minuten gut verrühren.

Kuchenteig in die Backform geben und mit dem Backlöffel glatt streichen. Backform für 60 Minuten auf mittlerer Ebene in den Backofen geben.



Schöner, sehr heller Gugelhupf

Backform herausnehmen, Kuchen auf ein Kuchengitter stürzen und gut abkühlen lassen.

Pasta mit Hackfleisch-Champignon-Sauce



Gemischte Pasta mit Hackfleisch, Champignons und Sauce

Heute bereite ich eine Hackfleisch-Champignons-Sauce zu. Ich variere einfach mit den Zutaten. Nehme Zwiebeln, Knoblauch und Chili hinzu. Als Gewürze verwende ich Kreuzkümmel und Ras el Hanout. Und zum Binden und etwas Mildern der Schärfe gebe ich Crème fraîche hinzu.

Als Pasta verwende ich gemischte Gobbetti und Gemelli, von denen ich jeweils noch etwas übrig hatte, was aber jeweils nicht für eine ganzes Gericht reichte. Also habe ich sie zusammen gekocht, da sie fast gleiche Garzeiten haben. Und sie gemischt mit der Hackfleischsauce serviert.

Zutaten für 1 Person:

- 250 g Hackfleisch
- 6 braune Champignons
- 1 $\frac{1}{2}$ rote Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 rote Chilischoten
- 250 ml trockener Weißwein
- 250 ml Fleischfond

- 3 EL Crème fraîche
 - 3 frische Lorbeerblätter
 - 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
 - 1 TL Ras el Hanout
 - Salz
 - schwarzer Pfeffer
 - Olivenöl
-
- Gobbetti/Gemelli

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 30 Min.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Chilischoten in Ringe schneiden. Champignons in Scheiben schneiden.

Öl in einem Topf erhitzen und Hackfleisch, Zwiebel, Knoblauch und Chili darin anbraten. Champignons dazugeben und mit anbraten. Mit Weißwein ablöschen. Fond und Crème fraîche dazugeben. Lorbeerblätter dazugeben. Ebenso Kreuzkümmel und Ras el Hanout. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles verrühren. Unzugedeckt 30 Minuten bei mittlerer Temperatur auf etwa ein Drittel der Sauce reduzieren.

Pasta nach Anleitung zubereiten.

Lorbeerblätter aus der Sauce nehmen. Sauce abschmecken.

Pasta in einen tiefen Nudelteller geben und großzügig von der Hackfleisch-Champignon-Sauce darüber geben.

Frittierter Schweinebauch mit

frittierten Kartoffeln



Saftiger, wohlschmeckender Schweinebauch – noch leicht rosé – mit Kartoffelspalten

Schweinebauch habe ich ja schon auf unterschiedlichste Weise zubereitet. Er ist wirklich sehr vielseitig zuzubereiten.

Und ich wollte ihn schon des öfteren einmal in der Friteuse zubereiten. Ich gebe ihn am Stück mit der Schwarte in die Friteuse und frittiere ihn etwa 6–8 Minuten. Das ergibt einen sehr saftigen, wohlschmeckenden Schweinebauch.

Dazu gibt es einfach Kartoffeln, die ich natürlich auch in der Friteuse frittiere.

Zutaten für 2 Personen:

- 500 g Schweinebauch (ohne Knochen)
- 600 g Drillinge
- Salz
- weißer Pfeffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10–12 Min.

Fett in der Friteuse auf 180 °C erhitzen. Schweinebauch im Ganzen in das Fett geben und etwa 6–8 Minuten kross frittieren. Herausnehmen und auf ein Arbeitsbrett geben. Schwarte entfernen, quer in dicke Scheiben schneiden und salzen und pfeffern. Auf zwei Teller geben und warmstellen.

Währenddessen Drillinge schälen und in Spalten schneiden. In die Friteuse geben und ebenfalls einige Minuten kross frittieren. Herausnehmen, auf ein Küchenpapier geben und abtropfen lassen. Auf die beiden Teller geben und ebenfalls salzen und pfeffern.