

Gebratene Brustrippe auf Gemelli



Brustrippenfleisch in Scheiben mit Pasta

Ich wollte die Brustrippe erst in einer Fleischbrühe mit Gemüse garen und als Suppe oder Eintopf essen. Dann recherchierte ich nach „Brustrippe“ und stieß auch auf Rezepte, in der sie wie ein Braten in dunkler Sauce zubereitet wird. Eigentlich verständlich, denn die Brustrippe ist ja Schmorfleisch, da ist es einerlei, ob in Brühe gegart oder in Fond geschmort. Am meisten sprach mich eine Zubereitung in einer Rahmsauce an. Also ließ ich mir ein entsprechendes Rezept einfallen und verwendete für die Zubereitung frisch zubereiteten Fleischfond und einen ganzen Becher Crème fraîche, um eine zwar dunkle, aber doch aufgehellte und gebundene Sauce zu erhalten. Die Brustrippe ist auf diese Weise zubereitet sehr schmackhaft. Und noch dazu eine sehr preiswerte Alternative zu dem üblichen Bratenfleisch, das bei einem Kalbsbraten durchaus das 2–3-Fache kosten kann. Vor dem Servieren löst man am besten die Rippenknochen vom Fleisch.

Dazu gibt es saucensüffige Gemelli. Und natürlich ist dies Gericht so richtig passend zum Namen meines Foodblogs und ganz meinem Geschmack entsprechend.

Zutaten für 2 Personen:

- 850 g Brustrippe vom Schwein
- 2 Wurzeln
- $\frac{1}{2}$ roter Paprika
- 3 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- 1 rote Chilischote
- 2 TL Tomatenmark
- 200 ml trockener Rotwein
- 1 l Fleischfond
- 200 ml Crème fraîche
- 2–3 Zweige Rosmarin
- 1 TL grüne, eingelegte Pfefferkörner
- $\frac{1}{4}$ Sternanis
- Salz
- 2 TL Schweineschmalz

- 250 g Gemelli

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 1 Std. 15 Min.

Wurzeln, Schalotten und Knoblauchzehen schälen. Wurzeln in etwa 5 cm lange dickere Streifen schneiden. Schalotten und Knoblauch quer in Ringe bzw. Scheiben schneiden. Paprika putzen und in grobe Stücke schneiden. Schweineschmalz in einem großen Topf erhitzen. Brustrippe auf der Fleischseite kräftig anbraten. Herausnehmen und das Gemüse im Topf anbraten. Tomatenmark dazugeben und ebenfalls kräftig mit anbraten. Mit Rotwein ablöschen. Sauce fast komplett einreduzieren. Fond hinzugeben. Brustrippe wieder hineingeben. Sternanis, Chilischote im Ganzen und Rosmarinzweige hinzugeben. Crème fraîche hinzugeben und verrühren. Schließlich noch

Pfefferkörner hinzugeben. Alles zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen.

Gegen Ende der Garzeit Gemelli nach Anleitung zubereiten. Sauce abschmecken. Ist die Sauce noch nicht richtig schmackhaft, die Brustrippe herausnehmen, Knochen ablösen und warmstellen. Dann die Sauce gut 15–30 Minuten auf 2/3 der Ausgangsmenge reduzieren. Nochmals abschmecken. Chilischote und Rosmarinzweige entfernen, wenn möglich auch den Sternanis.

Brustrippenfleisch in Scheiben schneiden und auf zwei Tellern anrichten. Pasta daneben geben, kräftig von der Sauce mit dem Gemüse darüber verteilen und servieren.

Porchetta – gerollter Schweinebauch



Schweinebauch mit Gewürzen

Das [Rezept](#) habe ich von Peter übernommen. Zubereitet habe ich den Schweinebauch fast ähnlich, nur habe ich nur 1 kg verwendet.

Änderungen habe ich vorgenommen, dass ich den Schweinebauch zum Ablösen der Schwarte mit der Schwarte nach oben auf ein Arbeitsbrett gelegt und dann die Schwarte mit einem großen, wirklich sehr scharfen Messer nach und nach abgelöst habe, was sehr einfach geht und tatsächlich Spaß bereitet.

Peter bereitete den Schweinebauch in einem geschlossenen Grill zu, ich habe ihn in Ermangelung eines solchen einfach im Backofen zubereitet. Er wird dort sehr kross und lecker. Ich wollte zur Porchetta erst Pasta mit einer kleinen, feinen Bratensauce zubereiten, habe dann aber eine Hälfte noch in heißem Zustand mit 1–2 Schrippen als kleines Abendessen gegessen. Und die zweite Hälfte – wie Peter es beschreibt – in kaltem Zustand, in feine Scheiben geschnitten, als Brotaufgabe für ein halbes Baguette. Dazu gab es etwas mittelscharfen Senf.

Und die Krustenchips aus der Schwarte habe ich – da mir Krabbenchips vom Asia-Imbiss bekannt sind, die meines Wissens nur in siedendem Öl im Wok frittiert werden – der Einfachheit halber in der Friteuse zubereitet. Man kann sie direkt kleingeschnitten im siedenden Fett frittieren. Oder man macht sich die Mühe, sie vorher noch in kochendem Wasser zu garen. Sie quellen dadurch etwas auf und gewinnen an Volumen. Vor dem Frittieren sollte man sie aber gut auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Geschmacklich geben sich die beiden Varianten aber fast nichts. Nur sollte man auf alle Fälle gute Zähne haben. □

Zutaten für zwei Personen:

- 1 kg Schweinebauch ohne Knochen
- 2 EL Fenchelsamen
- $\frac{1}{2}$ EL Pimentkörner

- 1 TL süßes Paprikapulver
- 1 TL schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 1 TL Meersalz aus der Mühle
- 1 EL Rosmarin (etwa 1 großer Zweig Rosmarin)
- 3 Knoblauchzehen

- Küchengarn

- 2 Schrippen
- $\frac{1}{2}$ Baguette

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 1 Std.



Fertig gegart aus dem Backofen

Knoblauchzehen schälen und sehr klein schneiden. Fenchelsamen und Pimentkörner in einem Mörser fein mörsern. Blättchen vom Rosmarinzweig abzupfen und sehr klein wiegen. Fenchel, Piment, Paprikapulver, Pfeffer, Salz, Rosmarin und Knoblauch in eine kleine Schüssel geben und gut vermischen.

Schweinebauch mit der Fleischseite nach unten auf ein Arbeitsbrett legen. Mit einem großen, sehr scharfen Messer von der schmalen Seite her waagrecht die Schwarte abtrennen.

Schwarte beiseite legen. Dann den Schweinebauch waagrecht von der langen Seite her in halber Höhe durchschneiden. Am Ende den restlichen Zentimeter nicht durchschneiden, sondern eine Hälfte des Schweinebauch aufschlagen und die Verbindungsstelle kräftig flach drücken oder klopfen. Gewürzmischung darauf verteilen und kräftig einreiben. Schweinebauch von der langen Seite her kräftig zusammenrollen. Mit etwa 1 m Küchengarn an einem Ende einmal umschnüren und verknoten. Dann diagonal zur Schweinebauchrolle das Küchengarn darumschnüren und es auch am anderen Ende einmal verknoten.

Backofen auf 180 °C Umluft erhitzen. Schweinebauchrolle auf einem Rost auf mittlerer Ebene hineinschieben und ein Auffangblech für das abtropfende Fett darunterschieben. Das Schweinefett kann man nach dem Braten in eine kleine Schale geben, abkühlen lassen, im Kühlschrank aufbewahren und für andere Zubereitungen verwenden. Die Schweinebauchrolle etwa 1 Stunde im Ofen braten, dabei einmal wenden. Sie soll zum Schluss eine Kerntemperatur von etwa 75–80 °C haben. Herausnehmen, das Küchengarn entfernen, aufschneiden und heiß servieren. Oder einen Teil davon abkühlen lassen, im Kühlschrank aufbewahren und am nächsten Tag kalt essen.



Krustenchips

Währenddessen Schweineschwarte in Stücke von etwa 3×4 cm schneiden. Alternativ Fett in der Friteuse auf 180 °C erhitzen und die Schwartenstücke darin gut 10 Minuten frittieren. Oder sie in kochendem, leicht gesalzenen Wasser zuerst kochen, auf einem Küchenpapier gut abtropfen lassen und dann frittieren. Die Krustenchips bekommen auf alle Fälle noch etwas Salz und Pfeffer.

Gefüllte Tomaten



Tomaten mit Füllung

Ich wollte gefüllte Tomaten zubereiten und entschied mich für eine Füllung mit Hackfleisch. Es bot sich zwar an, dies noch mit Reis zu mischen, aber ich griff zu türkischen, kleinen Suppenudeln – Makarnalari –, die ich aber vorgarte. Sicherlich kann man die Pasta auch ungegart verwenden, aber dann müssten man die gefüllten Tomaten vermutlich länger garen. Die Füllung besteht somit aus einer Fleisch-Pasta-Mischung, was vielleicht wegen der Pasta ein wenig ungewöhnlich ist. Die Füllung würzte ich noch mit frischem Rosmarin. Auf die gefüllten Tomaten kam noch jeweils eine Scheibe Mozzarella, bevor obenauf der oberste Teil der Tomaten als Deckel kam.

Zutaten für 1 Person:

- 250 g Hackfleisch (gemischt)
- 3 EL Makarnalari
- 5 feste Tomaten
- 1 Mozzarellakugel (125 g)
- 3 Zweige Rosmarin
- 1 Schalotte

- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 300 ml Gemüsefond
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl

- Zahnstocher

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 45 Min.

Jeweils obersten Teil der Tomaten waagrecht als Deckel abschneiden und aufbewahren. Tomateninneres mit einem kleinen Löffel herausnehmen und die Tomaten aushöhlen. Das Tomateninnere kann man für die Zubereitung einer kleinen Menge [Sugo](#) verwenden. Makarnalari nach Anleitung zubereiten. Blättchen der Rosmarinzweige abzupfen und kleinwiegen. Hackfleisch in eine Schüssel geben, Makarnalari dazugeben und Rosmarin. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles gut vermengen und die Tomaten mit einem Esslöffel damit füllen. Mozzarellakugel in dicke Scheiben schneiden, jeweils eine Scheibe auf eine gefüllte Tomate legen, den Tomatenoberteil darauf und sicherheitshalber jede Tomate mit einem Zahnstocher von oben durchstechen und alles fixieren. Gefüllte Tomaten beiseite stellen. Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel pitzen und in Ringe schneiden. Öl in einer Pfanne mit Deckel erhitzen und Gemüse darin andünsten. Mit Fond ablöschen. Gefüllte Tomaten in die Pfanne stellen und alles zugedeckt bei mittlerer Temperatur etwa 40 Minuten garen.

Gefüllte Tomaten auf einen Teller geben, Zahnstocher entfernen. Sauce ein wenig verrühren, abschmecken und über die Tomaten geben. Dazu passt eine Schrippe.

Fleischfond



Die kochenden Zutaten im zugedeckten Bräter

Ich könnte auch Schweinefond sagen. Ich hatte einen neuen Supermarkt entdeckt und dort sehr preisgünstig etwa 1,8 kg Fleischknochen vom Schwein bekommen. Dazu hatte ich noch etwa 600–700 g Fleischknochen vom Schweinebauch. Dazu zwei Bund Suppengrün. Und ein Kopf Brokkoli, dessen Röschen schon leicht gelb wurden und der unbedingt verwertet werden musste. Fleischknochen habe ich in Öl angebraten, dann das etwas geputzte und nur grob zerkleinerte Gemüse dazu. Der Bräter ist damit aber so voll, dass man das Gemüse nicht mehr wirklich

anbraten kann. Abgelöscht habe ich mit einer Flasche trockenem Weißwein, den ich in 4–5 Portionen dazugegeben und jeweils fast vollständig reduziert habe. Das Reduzieren des kompletten Weißwein braucht auch schon seine Zeit, man kann dafür etwa 30–60 Minuten veranschlagen. Dann kommen 6 frische Lorbeerblätter und ein Zweig Rosmarin dazu. Schließlich noch Wacholderbeeren, Piment-, Pfeffer- und Senfkörner. Aufgefüllt wird mit 3,5 l Wasser. Alles zugedeckt bei geringer Temperatur etwa 6 Stunden köcheln lassen.

Nach dem Garen entferne ich erst grob Fleischknochen und Gemüse und gebe den Fond dann durch ein mit einem frischen Küchentuch ausgelegten Küchensieb in einen großen Topf. Fond abkühlen lassen und dann klären. Dazu 2–3 Eiweiß in den kalten Fond geben, diesen ganz langsam erhitzen und dabei ab und zu umrühren. Wenn der Fond kocht, Topf vom Herd nehmen und den Fond nochmals durch ein mit einem Küchenhandtuch ausgelegtes Küchensieb geben. Abkühlen lassen und portionsweise einfrieren. Geschmacklich ist dieser Fleischfond der bisher beste, den ich zubereitet habe. Fotos habe ich leider keine, ich habe eines von einem früher zubereiten Fond verwendet.

Zutaten für 2,5 l Fleischfond:

- 1,8 kg Fleischknochen vom Schwein
- 600–700 g Fleischknochen vom Schweinebauch
- 2 Bund Suppengrün (Sellerie, Wurzeln, Lauch)
- 1 Brokkolikopf
- 750 ml trockener Weißwein
- 6 frische Lorbeerblätter
- 1 Zweig Rosmarin
- 6 Wacholderbeeren
- 6 Pimentkörner
- $\frac{1}{2}$ TL schwarzer Pfeffer
- $\frac{1}{2}$ TL gelbe Senfkörner
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 7 Std.

Leberkäse gebraten



Gebratener Leberkäse

Heute nur kurz ein schnelles Gericht. Leberkäse einmal pur gebraten, im Eimantel und in Sesamsaatpanade. Zubereitung gibt es keine, das erklärt sich von selbst. Und nur ein schnelles Foto dazu.

Zutaten für 1 Person:

3 Scheiben Leberkäse (etwa 200 g)

1 Ei

2 EL Sesamsaat

Olivenöl

Gemüse Eintopf mit Beinscheibe



Eintopf

Ein klassischer Eintopf mit einer Beinscheibe. Zwei Beinscheiben hatte ich gekauft, eine kommt in diesen Gemüse Eintopf, die andere wird als Schmorfleisch in Bratenfond geschmort. Der Eintopf kocht sich quasi von alleine. Gemüse putzen, grob schneiden und zusammen mit der mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer gewürzten Beinscheibe anbraten – nur Chilischote und Parmesanrinde kommen nach dem Anbraten im Ganzen dazu. Weinwein und Wasser dazu, würzen, Kräuter im Ganzen dazu, alles 1 Stunde zugedeckt bei geringer Temperatur köcheln lassen und dabei den Spielfilm im Fernsehen schauen.

Zutaten für 2 Personen:

- 1 Beinscheibe (etwa 400 g)
- 3 Kartoffeln

- 2 Wurzeln
- 1 rote Paprika
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 große Röschen Brokkoli
- 1 rote Chilischote
- 1 Stück Parmesanrinde
- 200 ml trockener Weißwein
- 750 ml Wasser
- 5 frische Lorbeerblätter
- $\frac{1}{2}$ Topf Majoran
- 1 Zweig Rosmarin
- süßes Paprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 30 Min. | Garzeit 1 Std.

Die Zubereitung ist eigentlich oben schon genannt. Nach dem Garen Kräuter – falls möglich –, Chilischote – falls auffindbar – und Parmesankruste herausnehmen. Beinscheibe herausnehmen, Knochen entfernen, Fleisch kleinschneiden und wieder in den Eintopf geben. Eintopf abschmecken und in zwei tiefen Suppentellern servieren. Dazu passt natürlich jeweils eine Schrippe.

Bratheringe **und**
Bratkartoffeln



Heringe und Kartoffeln

Es kommt selten vor, dass ich so früh koche. Dass ich heute passend zum um 20.15 Uhr beginnenden Spielfilm ein fertiges Essen auf dem Tisch hatte. Aber ich hatte um 19 Uhr etwas Zeit, und Bratkartoffeln und Bratheringe sind ja schnell zubereitet. Die Kartoffeln kommen bei richtig hoher Temperatur in das siedende Öl in einer Pfanne, sie sollen nicht anbrennen, aber schön knusprig werden. Sie bekommen auf beiden Seiten jeweils 4–5 Minuten. Dann kommen die Bratheringe in die Pfanne, ich gebe ihnen bei allerdings mittlerer Temperatur jeweils gute 6–7 Minuten auf beiden Seiten, sie sollen schließlich auch schön kross werden – es sind ja Bratheringe. Die Bratheringe sind sehr saftig und lecker. Vier Heringe mit Bratkartoffeln ergeben eine gute Portion für eine Person, aber der Teller ist so voll, da passen nicht einmal einige frische Lorbeerblätter zum Garnieren für das Foodfotografieren mehr darauf.

Zutaten für 1 Person:

- 4 ausgenommene Heringe
- 3 Kartoffeln

- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 20 Min.



Saftig und lecker

Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln auf beiden Seiten jeweils 4–5 Minuten kross anbraten. Salzen und pfeffern. Herausnehmen und warmstellen. Heringe in die Pfanne geben und auf beiden Seiten jeweils 6–7 bei mittlerer Temperatur anbraten. Auch sie sollen schön kross werden. Herausheben, auf einen Teller geben und salzen und pfeffern, Bratkartoffel dazugeben und servieren.

Fischfond

Heute habe ich wieder einmal Fischfond zubereitet. Verwendet habe ich etwa 2 kg Fischabfälle, das waren etwa 5–6 komplette Fischelette. Dazu kamen 6 Wacholderbeeren, 4–5 frische Lorbeerblätter, ein Zweig frischer Rosmarin und einige Zweige frischer Majoran. Alles kommt in den Bräter, dazu 3,5 l Wasser, und dann wird alles zugedeckt bei geringer Temperatur 6 Stunden geköchelt. Dann Fischabfälle und Kräuter herausheben, Fischfond durch ein Küchensieb in eine große Schüssel geben und abkühlen lassen. Der Fond wird nicht mit Salz und Pfeffer gewürzt, das Würzen erfolgt erst beim Zubereiten eines Gerichts. Man erhält auf diese Weise etwa 2,5 l feinen Fischfond, den man portionsweise einfrieren kann. Fotos hierzu gibt es leider keine, nur die Zubereitung.

Tomatensugo



Sugo im Glas

Heute habe ich gefüllte Tomaten zubereitet und das Innere von diesen übrig, also Fruchtfleisch, Kerne und Saft. Das wird verwertet, ich habe einfach ein wenig Tomatensugo zubereitet und in einem kleinen Glas im Kühlschrank konserviert. Die Menge an Tomateninnerem ergibt mit etwas Weißwein genau ein kleines Glas von 200 ml.

Zutaten:

- Innere von 5 Tomaten
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- trockener Weißwein
- 4 frische Lorbeerblätter
- 1 großer Zweig Rosmarin
- süßes Paprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: 10 Min. | Garzeit 30 Min.

Tomateninneres zerkleinern. Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden. Butter in einem kleinen Topf erhitzen, Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel darin andünsten. Mit einem großen Schuss Weißwein ablöschen. Tomateninneres dazugeben. Ebenso Lorbeerblätter und Rosmarin. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt 30 Minuten bei geringer Temperatur köcheln lassen. Lorbeerblätter und Rosmarin herausnehmen. Sugo abschmecken. Durch ein Küchensieb passieren und in ein Glas mit Verschluss geben. Abkühlen lassen und im Kühlschrank aufbewahren.

Hackfleisch-Sauerkraut-Mozzarella-Frikadellen



Frikadellen

Ich habe für die Frikadellen gemischtes Hackfleisch gewählt, dazu Sauerkraut und Mozzarella. Das Sauerkraut wird erst in Wasser mit Wacholderbeeren, Kümmel und Lorbeerblättern gegart. Wacholderbeeren und Lorbeerblätter dann entfernen und Sauerkraut durch ein Sieb geben. Es bietet sich an, das Sauerkraut auszudrücken, sonst ist die Frikadellenmasse zu feucht und man benötigt Paniermehl, das ich verwenden musste. Bindung bekommen die Frikadellen durch Eier und den zerlaufenden Mizzarella. Es ist eine schmackhafte Variante zu den normalen Frikadellen, die Masse ist kompakt und man erhält sehr schöne, runde Frikadellen. Ich gebe den Frikadellen jeweils 10 Minuten auf jeder Seite bei mittlerer Temperatur, dann werden sie schön kross. Und sie schmecken angenehm weich und würzig. Mit Fotos von Frikadellen gewinnt man zwar keinen Wettbewerb, das Gericht müsste dazu etwas aufwändig gestylt sein, aber es gibt dennoch zwei schöne Fotos davon.

Zutaten für 7–8 Frikadellen:

- 250 g Hackfleisch (gemischt)
- 250 g Weinsauerkraut
- 1 Mozzarellakugel (125 g)
- 4 Eier
- 8 EL Paniermehl
- 6 Wacholderbeeren
- Kümmel
- 2 frische Lorbeerblätter
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 50 Min.

300 ml Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, Wacholderbeeren, eine gute Prise Kümmel und Lorbeerblätter hinzugeben und Sauerkraut darin garen. Nach dem Garen

Wacholderbeeren und Lorbeerblätter entfernen und Sauerkraut durch ein Sieb geben. Mozzarella in ganz kleine Würfel schneiden. Hackfleisch, Sauerkraut und Mozzarella in eine große Schüssel geben. Eier dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Paniermehl dazugeben und alles gut vermischen. Etwa eine halbe Stunde ziehen lassen, damit das Paniermehl ein wenig quillt. Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Frikadellen muss man vermutlich in zwei Portionen zubereiten, weil sie nicht alle in eine Pfanne passen. Vier Kugeln formen, in das heiße Öl geben, mit dem Pfannenwender etwas platt drücken und bei mittlerer Temperatur 10 Minuten braten. Dann wenden und nochmals 10 Minuten braten. So werden sie schön kross und es ist sicher, dass sie durchgegart sind. Die zweite Portion in der gleichen Weise zubereiten. Frikadellen auf einem Teller anrichten, dazu passt eine Schrippe.

Hähnchenherzen mit Tomaten auf Conchiglioni



Hähnchenherzen mit Tomaten auf Pasta, mit Basilikum garniert

Was ist Resteverwertung, kurze Zubereitungszeit und Minimalgericht? Hähnchenherzen als Fleisch, Tomate als Gemüse, auf Conchiglioni vom Vortag mit aufbewahrter Bratensauce. Gewürzt mit Salz und Pfeffer. Garniert mit frischem Basilikum. Dauer: 20 Minuten.

Zutaten für 1 Person:

- 150 g Hähnchenherzen
- 1 Tomate
- 200 ml Bratensauce
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl

- 125 g Conchiglioni
- 4–5 Zweige frischer Basilikum

Zubereitungszeit: 20 Min.

Hähnchenherzen quer in dünne Scheiben schneiden. Tomaten in

kleine Würfel schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, Hähnchenherzen kurz darin anbraten, sofort Tomatenwürfel dazugeben und mit anbraten. Bratensauce hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Währenddessen Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und Conchiglioni darin erhitzen. Basilikumblätter kleinschneiden. Pasta in einem tiefen Pastateller anrichten, Hähnchenherzen mit Tomatenwürfel und Sauce darübergerben und mit Basilikum garnieren.

Kabeljau-Tomate-Mozzarella-Ragout auf Conchiglioni



Fisch mit Tomate, Mozzarella und Pasta

Ein weiterer Minimalist. Sechs Zutaten, zwei Gewürze, Fett. Zusammengestellt habe ich Kabeljau, Tomate,

Mozzarella, dazu die hervorragenden Conchiglioni, die vorher gegart und dann hinzugefügt werden. Für die Sauce wird Fischfond verwendet. Als Gewürze nur Salz und weißer Pfeffer. Und garniert mit frischem Basilikum.

Zutaten für 1 Person:

- 200 g Kabeljaufilet
- 1 Tomate
- 1 Mozzarellakugel (125 g)
- 200 ml Fischfond
- 4–5 Zweige Basilikum
- Salz
- weißer Pfeffer
- Butter

- 125 g Conchiglioni

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 40 Min.

Conchiglioni nach Anleitung zubereiten. Währenddessen Fischfilet in etwa 5 cm lange, dicke Streifen schneiden. Tomate und Mozzarella in Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen, Fisch und Tomatenwürfel darin andünsten. Mit Fond ablöschen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ein wenig köcheln lassen. Pasta dazugeben, etwas erhitzen und alles vermischen. Mozzarella dazugeben und alles etwa 5–10 Minuten bei mittlerer Temperatur köcheln lassen. Basilikum kleinwiegen. Ragout in einem tiefen Pastateller anrichten und Basilikum darüber geben.

Hackfleisch-Pfanne



Alle Zutaten gebraten in der Pfanne

Ein Minimalistengericht. Es kommt mit vier Hauptzutaten, 1 Kraut, 2 Gewürzen und Olivenöl aus. Gart man jedoch das Sauerkraut zuvor mit einigen zusätzlichen Gewürzen, kommen doch noch Zutaten hinzu. Zusammengestellt habe ich Rinderhackfleisch, Weinsauerkraut, Tomaten, Mozzarella und frischen Rosmarin. In dieser Reihenfolge kommen die Zutaten nacheinander zusammen in eine Pfanne und werden gebraten bzw. gegart. Gewürzt wird mit Salz und schwarzem Pfeffer. Gegessen wird das Gericht am besten direkt aus der Pfanne. Und dazu passt eine Schrippe.

Zutaten für 1 Person:

- 250 g Hackfleisch (Rind)
- 125 g Weinsauerkraut
- 1 Tomate
- 1 Mozzarella (125 g)
- 3 Zweige frischer Rosmarin
- Salz
- schwarzer Pfeffer

- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 45 Min.

Weinsauerkraut nach Anleitung zubereiten. Durch ein Sieb geben, um keine Flüssigkeit zu haben. Tomaten und Mozzarella in kleine Stücke schneiden. Rosmarinblättchen abzupfen und kleinwiegen. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Hackfleisch einige Minuten darin anbraten. Sauerkraut hinzugeben und bei geringer Temperatur 10 Minuten mitbraten. Tomatenstücke hinzugeben und nochmals 10 Minuten braten, sie sollen leicht zerfallen. Alles vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen und die Mozzarellastücke gleichmäßig darüber verteilen. Rosmarin darüberstreuen. Alles nochmals 10 Minuten bei geringer Temperatur braten. Zusammen mit einer Schrippe in der Pfanne servieren.

Schnelle Pasta



Penne Rigate

Es war noch viel übrig von der gestrigen Rotwein-Braten-Sauce wie [hier](#). Dazu kochte ich einfach etwas halbsaucensüffige Penne Rigate :D. Die ich auch gleich, was ich sonst nicht mache, im Pastateller in der Sauce ertränkte – sieht man auf den Fotos nicht. Darüber gab es etwas zerrupften Mozzarella. Und für besonderen Geschmack und zum Garnieren frischen, kleingewiegten Majoran. Fertig ist der schnelle Pastateller.

- 175 g Penne Rigate
- 2 Schopflöffel Rotwein-Braten-Sauce
- 30 g Mozzarella
- 4–5 Zweige frischer Majoran

Schulterbraten mit Mozzarella und Weinsauerkraut



Mit Mozzarella überbackener Braten und Sauerkraut

Vom Schulterbraten hatte ich eine etwa 5–6 cm dicke Scheibe mit Knochen gekauft, die 600 g wog. Zubereitet habe ich sie ganz klassisch mit einer Sauce aus Rotwein und Bratenfond. Zusätzliches Aroma geben gemahlener Kreuzkümmel und ein mitgegarter Rosmarinzweig, etwas Schärfe eine Chilischote, die ich im Ganzen mitkochte. Die Schulterbratenscheibe habe ich mit etwas Mozzarella im Backofen überbacken. Die sehr schmackhafte Sauce kommt bei dem Gericht leider nicht so sehr zur Geltung, will man nicht unnötigerweise das Sauerkraut darin ertränken.

Beim Sauerkraut habe ich auf fertig zubereitetes zurückgegriffen, das ich aber mit Wacholderbeeren, Kümmel und Lorbeerblättern verfeinert habe.

Das Gericht ist für eine Person mit großem Appetit, wenn man etwas mehr Sauerkraut zubereitet, kann man die Bratenscheibe auch in zwei Portionen teilen und das Gericht auf zwei Tellern für zwei Personen servieren.

Zutaten für 1 Person:

- 600 g Schweineschulterbraten
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 1 rote Chilischote
- 1 Zweig Rosmarin
- 200 ml trockener Rotwein
- 500 ml Bratenfond
- 125 g Mozzarella (1 Kugel)
- 125 g Weinsauerkraut
- 6 Wacholderbeeren
- Kümmel
- 2 frische Lorbeerblätter
- $\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel

- edelsüßes Paprikapulver
- Koriander
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 1 Std.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden. Schulterbraten auf beiden Seiten mit Paprikapulver, gemahlenem Koriander, Salz und Pfeffer würzen. Öl in einem großen Topf erhitzen und die Bratenscheibe auf beiden Seiten jeweils einige Minuten kräftig anbraten. Herausnehmen und das Gemüse im Öl anbraten. Braten wieder hineingeben und mit Rotwein ablöschen. Fond hinzugeben. Dann Chilischote und Rosmarinzweig dazugeben. Ebenso Kreuzkümmel. Zugedeckt bei geringer Temperatur 60 Minuten köcheln lassen. Danach Chilischote und Rosmarinzweig herausnehmen und Sauce abschmecken

Kurz vor Ende der Garzeit Öl in einem kleinen Topf erhitzen und Sauerkraut darin etwas andünsten. Dann 300 ml Wasser dazugeben. 6 Wacholderbeeren, eine Prise Kümmel und zwei Lorbeerblätter für etwas Würze hinzugeben. Zugedeckt etwa 10 Minuten garen.

Backofengrill auf 220 °C erhitzen. Bratenscheibe in eine Auflaufform geben, Sauce dabei warmhalten. Mozzarella in drei flache Scheiben schneiden, auf den Braten legen und den Braten einige Minuten auf oberster Ebene im Backofen überbacken. Der Mozzarella verträgt gern 4–5 Minuten bei dieser Temperatur, bis er verläuft und leicht gebräunt ist.

Beim Sauerkraut Lorbeerblätter entfernen und – wenn gewünscht – die Wacholderbeeren. Überbackene Bratenscheibe auf einen Teller geben, Sauce dazugeben und das Sauerkraut daneben.

Schweinebauchrollen mit Mozzarella und Rosmarin in Weißweinsauce



Rollen mit Käse in Sauce

Schweinebauch hatte ich schon auf verschiedene Art zubereitet, kleingeschnitten und gekocht in einer Gemüsesuppe, paniert und gebraten in der Pfanne und gegrillt unter dem Backofengrill. Diesmal dachte ich mir, ihn gerollt zuzubereiten und überlegte mir eine passende Füllung. Ich entschied mich für Mozzarella mit etwas frischem Rosmarin. Auch hier schmeckt der Schweinebauch wieder sehr lecker und ich bin angetan von seiner Schmackhaftigkeit. Die Weißweinsauce bildet sich von allein, Schweinebauch und vor allem Mozzarella würzen sie kräftig. Dazu gibt es einfach zwei Schrippen.

Zutaten für 1 Person:

- 3 Schweinebauchscheiben
 - 125 g Mozzarella (1 Kugel)
 - 3 kleine Rosmarinzweige
 - trockener Weißwein
 - Salz
 - Pfeffer
 - Butter
-
- 6 Zahnstocher

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 20 Min.

Mozzarellakugel in drei etwa gleich breite Streifen schneiden. Bauchscheiben nur auf der Innenseite mit Salz und Pfeffer würzen. Jeweils an ein Ende ein Mozzarellastück legen, dazu ein Rosmarinzweig. Vorsichtig zusammenrollen und mit jeweils zwei Zahnstochern fixieren. Butter in einer Pfanne mit Deckel erhitzen, Schweinebauchrollen jeweils auf der Naht- und der oberen Seite kräftig anbraten, so dass aber die Butter nicht verbrennt. Mit einem großen Schuss Weißwein ablöschen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 20 Minuten köcheln lassen. Schweinebauchrollen auf einen Teller geben. Sauce abschmecken und großzügig zu den Schweinebauchrollen geben. Die Sauce lässt sich sehr gut mit den Schrippen auftunken.