Panierte Nackensteaks mit Bohnenmus



Paniertes Steak mit Mus

Für die Nackensteaks habe ich mir eine ausgefallene Panade einfallen lassen, ich wollte nicht das übliche Paniermehl verwenden. Also habe ich eine Mischung aus Ei, Senf und Crème fraîche für die Haftung zubereitet. Die Zutaten ergeben – mit einem Schneebesen verquirlt – eine wunderbar gelbliche und sämige Mischung. Und für das eigentliche Panieren habe ich das Paniermehl ganz weggelassen und eine Mischung aus zerstoßener Sesamsaat, gemahlenen Mandeln und geriebenem Emmentaler verwendet. Parmesan hatte ich nicht mehr vorrätig. Vor dem Panieren werden die Nackensteaks einfach noch mit Salz und Pfeffer gewürzt. Der Senf gibt den Steaks eine gute Würze und die Panade schmeckt kräftig knusprig. Wenn von der Panade noch etwas übrig ist, kann man diese für weitere Verwendung aufbewahren – Panieren oder Füllen von anderem Fleisch, zusammen mit Zwiebeln, Knoblauch und Eiern gebraten oder anderes.

Das Bohnenmus bereite ich aus Stangenbohnen zu und verfeinere es mit etwas getrocknetem Bohnenkraut.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Schweinenackensteaks
- 150 g Stangenbohnen
- 1 TL Senf
- 1 TL Crème fraîche
- 1 Ei
- 40 g Sesamsaat
- 40 g Mandeln
- 50 g geriebener Emmentaler
- ½ TL getrocknetes Bohnenkraut
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 15 Min.

Bohnen putzen und vierteln. Wasser in einem kleinen Topf erhitzen und die Bohnen darin 15 Minuten garen. Währenddessen Nackensteaks vom Knochen befreien und auf jeweils beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Beiseite stellen. Sesamsaat in einen Mörser geben, fein mörsern und in eine Schüssel geben. Mandeln kann man von Hand auf einer Küchenreibe fein reiben, ich habe jedoch diesmal die Küchenmaschine dafür verwendet. Ebenfalls in die Schüssel geben. Dann noch Emmentaler hinzugeben und alles gut mit einer Gabel vermengen. Ei in eine kleine Schüssel geben, Senf und Créme fraîche hinzugeben und alles mit dem Schneebesen verquirlen. Auf einen großen Teller geben und darauf verteilen. Ebenso die Panade auf einen zweiten großen Teller geben. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Steaks nacheinander auf jeweils beiden Seiten erst durch die Flüssigkeit ziehen, dann in die Panade drücken und sofort in das heiße Öl geben. Temperatur herunterdrehen und bei mittlerer Temperatur auf jeweils beiden Seiten einige Minuten

kross anbraten. Bohnen aus dem Wasser heben, in eine schmale Rührschüssel geben, Bohnenkraut dazugeben, mit etwas Salz würzen und mit dem Pürierstab fein pürieren. Steaks mit einem Pfannenwender vorsichtig aus der Pfanne heben, damit die Panade nicht abfällt und auf einen Teller geben. Das Bohnenmus daneben anrichten.

Kohlrabi-Kartoffel-Pfanne



Kohlrabi, Kartoffeln, Speck

Wie soll man das denn nun nennen? Kohlrabi-Bratkartoffeln? Dann wären aber die Kohlrabischeiben nicht gebraten. Brat-Kohlrabi-Kartoffeln? Eine etwas merkwürdige Wortverbindung im Deutschen und auch nicht einleuchtend. Oder Bratkohlrabi-Bratkartoffeln? Nein, lassen wir das. Ich bleibe dann einfach bei der (Brat-)Pfanne.

Ganz so schnell ist das Gericht aber nicht zubereitet.

Kohlrabi und Kartoffeln müssen erst gegart werden, dann nochmals in Scheiben geschnitten in Öl angebraten. Und da einige Kartoffeln und ein ganzer Kohlrabikopf doch sehr viele Scheiben ergeben, findet das Braten in mehreren Durchgängen statt, um alles knusprig anzubraten. Dazu kommen noch gebratener Speck, Zwiebeln und Knoblauch. Verfeinert mit etwas eingelegten grünen Pfefferkörnern und garniert mit dem Grün des Kohlrabi.

Zutaten für 1 Person:

- 3 Kartoffeln
- 1 Kohlrabi
- 50 g durchwachsener Bauchspeck
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 TL eingelegte, grüne Pfefferkörner
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 60 Min.

Kartoffeln und Kohlrabi schälen. Kohlrabigrün zurückbehalten. Kohlrabi vierteln. Wasser in einem großen Topf erhitzen und Kartoffeln und Kohlrabi darin 15 Minuten garen. Herausnehmen, abkühlen lassen und quer in Scheiben schneiden. Speck in kleine Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und Speck, Zwiebel und Knoblauch darin kross anbraten. Herausnehmen und auf eine Teller geben. Nacheinander in mehreren Portionen Kartoffelscheiben und dann Kohlrabischeiben bei mittlerer Temperatur jeweils etwa 5 Minuten auf jeder Seite anbraten. Dann alle Scheiben wieder in die Pfanne geben und Speck, Zwiebel und Knoblauch auch dazugeben. Pfefferkörner hinzugeben, alles vermengen und erhitzen. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Alles auf einen großen Teller geben, mit dem kleingehackten Kohlrabigrün garnieren und servieren.

Beer’n, Bohn un Speck



Norddeutsche Spezialität

Dies ist eine Norddeutsche und auch Hamburger Spezialität. Es handelt sich um einen Eintopf mit den Hauptzutaten Birnen, Bohnen und Speck. Aufgrund dieser Zutaten lässt er sich in seiner originalen Form vorwiegend im August und September zubereiten. Als weiterer Bestandteil kommen in der norddeutschen, bäuerlichen Küche Kartoffeln hinzu, die separat serviert oder mitgegart werden und nicht im Namen erwähnt sind. Besonders sympathisch ist mir bei diesem Gericht auch, dass ein kaltes Bier dazu empfohlen wird. Ich wählte natürlich ein alkoholfreies.

Die Zubereitung des Gerichts weist einige bemerkenswerte Besonderheiten auf. Auch mathematische. Zunächst benötigt das Gericht kein Fett. Der Speck – und auch mit Zwiebeln und Knoblauch als Variante – werden nicht gebraten, sondern in

Wasser gegart. Das Gericht hat auch landläufig den Namen „3×15-Minuten-Gericht“. Denn es wird erst der Speck 15 Minuten in Wasser gegart, dann kommen die Bohnen hinzu und beides wird weitere 15 Minuten gegart und schließlich kommen die Birnen – und als Variante auch noch die Kartoffeln – hinzu und alles wird erneut weitere 15 Minuten gegart. Schließlich kommen alle Hauptbestandteile in gleichen Mengen in das Gericht, nur die Zutat Bohnen schert da aus. Für eine Person kommen in das Gericht jeweils 100 g an Speck, Birnen – das entspricht einer mittelgroßen Birne – und Kartoffeln – dies ist eine mittelgroße Kartoffel – hinein. Die Menge der Bohnen beträgt das Doppelte, also 200 g.



Eintopf

Man kann das Gericht mit frischem Bohnenkraut oder auch getrocknetem zubereiten. Bei zwei Zutaten bin ich von der Originalzutat abgewichen: Normalerweise kommen Kochbirnen in das Gericht – diese sind in rohem Zustand nicht genießbar, müssen also gekocht werden, und sind fest und hart –, ich habe normale, handelsübliche Birnen verwendet. Und eigentlich verwendet man Brechbohnen, ich nahm Stangenbohnen.

Zutaten für 1 Person:

- 100 g durchwachsener Bauchspeck
- 200 g Stangenbohnen
- 100 g Birnen (1 mittelgroße Birne)
- 100 g Kartoffeln (1 mittelgroße Kartoffel)
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 750 ml Wasser
- ½ TL getrocknetes Bohnenkraut
- 2 EL Mehl
- Salz
- weißer Pfeffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 3×15 Min.

Speck in Würfel schneiden. Schwarte aufbewahren. Bohnen putzen, die Stangenbohnen jeweils vierteln. Kartoffel schälen und in grobe Stücke schneiden. Von der Birne den Stiel entfernen, vierteln, Kerne und Blütenansatz entfernen und ebenfalls grob zerschneiden. Schalotten und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Wasser in einem Topf erhitzen und Speck, die Schwarte für mehr Geschmack, Schalotten und Knoblauch hineingeben. 15 Minuten köcheln lassen. Bohnen und Bohnenkraut hinzugeben, umrühren und weitere 15 Minuten köcheln. Birne und Kartoffel hinzugeben und nochmals 15 Minuten köcheln. Mit Mehl andicken, mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken. Schwarte herausnehmen. In einem tiefen Suppenteller servieren.

Hähnchenlebern in Wasabi-Käse-Sauce mit Penne rigate



Lebern in sämiger Sauce auf Pasta

Bei diesem Gericht bin ich auf etwas gewagtes gestoßen. Ich überlegte, wie ich Hähnchenlebern, die im Tiefkühlschrank lagen, zubereiten könnte. Dabei stand ich vor dem Gewürzregal und mein Blick fiel auf das Döschen mit Wasabi-Pulver. Eine Wasabisauce hatte ich schon einmal zubereitet, wenn ich es recht erinnere, mit Pferdesteaks. Die Sauce war lecker gewesen. Da dachte ich mir, warum nicht mit Leber. Das sollte passen.

Um es gleich vorweg zu nehmen: Es gelang mir nicht, eine giftgrüne, scharfe Wasabisauce zuzubereiten. Nachdem ich das Wasabipulver zum Weißwein in der Pfanne gegeben hatte, schmeckte die Sauce nicht würzig oder scharf und wurde nicht grün. War es zu wenig Wasabipulver für zu viel Flüssigkeit? Ich probierte ein wenig des trockenen Pulvers aus dem Döschen, es schmeckte nur wie leicht aromatisiertes Mehl. Da man Wasabi

mit wenig Wasser verrührt und dann quellen lässt, probierte ich dies separat aus, aber auch die dadurch erzeugte Paste schmeckte nur wenig würziger und schärfer. Das Wasabipulver hatte seinen Biss verloren. Eventuell hatte ich es doch schon zu lange aufbewahrt.

Die Sauce habe ich dann aber doch wie geplant weiter zubereitet, beginnend mit in Butter angedünsteten Schalotten und Knoblauch und dann mit trockenem Weißwein abgelöscht. Das Wasabipulver kommt in den Weißwein, wird verrührt und etwas geköchelt. Zur Abrundung und als weiterer extravaganter Touch gebe ich noch etwas fließenden Weichkäse – ohne Rinde – hinzu, der die Sauce gut binden und harmonisch würzt. Meine Empfehlung: einen Weichkäse verwenden, der einen hohen Fettgehalt hat. Der von mir verwendete hatte nur 12,5 % und wollte sich partout nicht in der Sauce auflösen. Erste Versuche, ihn mit dem Schneebesen in die Sauce zu rühren, brachten keinen Erfolg.

Sie hatten nur den netten und hilfreichen Nebeneffekt, dass ich meine alte, ziemlich verschmutzte Kochschürze, die bisher nur am Haken neben dem Herd unter den Geschirrhandtüchern ein bescheidenes Dasein fristete, endlich mal wieder hervorholte und zum Kochen anzog. Denn mit Kochschürze kann man am Herd prima mit dem Schneebesen hantieren, Spritzer und Kleckse verursachen, ist prima geschützt und die frische, dunkle Hose unter der Kochschürze bleibt sauber. Und zwischendurch kann man beim Kochen auch ganz leger seine dreckigen Hände an der Schürze abwischen. Deswegen wanderte sie heute als erstes für weiteren Gebrauch in die Waschmaschine.

Ich habe die Sauce dann in eine hohe Rührschüssel gegeben und mit allen Zutaten, die darin waren, mit dem Pürierstab püriert. So bekommt man eine sämige, gebundene Sauce, in der alle Zutaten fein püriert zusammenfinden.

Die Lebern werden geputzt, grob zerkleinert, mehliert und vorab in Butter nur kurz angebraten. Sie sollen innen noch

rosé sein, denn sie werden in der Wasabi-Käse-Sauce nochmals erhitzt. Dazu gibt es Penne Rigate, auch eine Sorte Pasta, die ich gerne esse, und die – das ist wichtig für einen freundlichen Mitleser hier – „halb-saucensüffig“ ist.

Zutaten für 1 Person:

- 150 g Hähnchenlebern
- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 200 ml trockener Weißwein
- 2 TL Wasabipulver
- 100 g Weichkäse (ohne Rinde)
- 1 EL Mehl
- Butter
- 125 g Penne Rigate
- einige Pinienkerne

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.

Hähnchenlebern von Fett befreien und grob zerteilen. Mehl auf einen kleinen Teller geben und die Lebern mehlieren. Butter in einer kleinen Pfanne erhitzen und die Lebern nur kurz darin anbraten, sie sollen innen noch rosé sein. Beiseite stellen.

Pasta nach Anleitung zubereiten. Währenddessen Schalotten und Knoblauch schälen und kleinschneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und Schalotten und Knoblauch darin andünsten. Mit Weißwein ablöschen, Wasabipulver hinzugeben und verrühren. Die Rinde vom Weichkäse entfernen, den Käse in die Sauce geben und schmelzen lassen. Alles gut verrühren, eventuell mit Salz und Pfeffer abschmecken und einige Minuten köcheln lassen. Lebern in die Sauce geben und darin erhitzen.

Pasta in einen tiefen Pastateller geben und die Lebern mit der Sauce darüber verteilen. Mit einigen gehackten Pinienkernen garnieren.

Panierter Schweinebauch mit Kartoffel-Wurzel-Zucchini-Pürree



Schweinebauch mit Pürree

Jetzt musste ich bei diesem Gericht doch feststellen, dass es eines der ganz wenigen ist, bei denen ich nicht standardmäßig die Zutaten Zwiebeln oder Schalotten und vor allem Knoblauch verwendet habe. Obwohl letzterer durchaus auch in das Pürree passen würde. Aber es kommt sehr selten vor, dass ich diese Gemüse nicht verwende.

Panierter Schweinebauch mutet zwar zunächst ein wenig befremdend an, aber er ist lecker. Der Schweinebauch wird nur gewürzt, paniert und in Öl gebraten. Und für das Pürree benötigt es einige passende, gegarte Gemüsesorten, die ein

wenig Würze bekommen und dann püriert werden. Das Pürree ist allerdings nicht kompakt, sondern eher pastös und fast ein wenig flüssig, was der mitverwendeten Wurzel und Zucchini geschuldet ist. Die Petersilie, die ich hinzufügen wollte, konnte ich weglassen, denn die grüne Schale der Zucchini brachte einige Farbsprenkel in das Pürree. Verfeinert habe ich es mit einigen gebratenen Speckwürfeln. Frische, kleingewiegte Petersilie kam dann vor dem Servieren zum Garnieren darüber.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Scheiben Schweinebauch, etwa 200 g
- 1 Kartoffel
- 1 Wurzel
- ½ Zucchini
- etwas durchwachsener Bauchspeck
- 1 EL Mehl
- 1 Ei
- 1–2 EL Paniermehl
- 2 TL mittelscharfer Senf
- Muskat
- Salz
- weißer Pfeffer
- Öl

- Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 20 Min.

Kartoffel und Wurzel schälen und in grobe Stücke schneiden. zucchini in dicke Scheiben schneiden. Wasser in einem kleinen Topf erhitzen und zuerst Kartoffel und Wurzel 5 Minuten darin garen. Dann Zucchini dazugeben und alles nochmals 5 Minuten weitergaren. Speck in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne ohne Fett knusprig anbraten. Gemüse herausheben und in eine schmale Rührschüssel geben. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen und mit dem Pürierstab fein pürieren. Speck hinzugeben, alles vermengen, abschmecken und warmstellen.

Schweinebauchscheiben jeweils auf jeder Seite mit einem halben Teelöffel Senf bestreichen. Mehl, verquirltes Ei und Paniermehl jeweils separat auf einem Teller verteilen. Schweinebauchscheiben erst mehlieren, dann durch das Ei ziehen und dann durch das Paniermehl. Öl in der Pfanne, in der der Speck gebarten wurde, erhitzen und auf jeweils beiden Seiten einige Minuten anbraten. Vorsichtig wenden, damit die Panade nicht abfällt. Herausnehmen, auf einen großen Teller geben und nachträglich etwas salzen. Pürree dazugeben, mit etwas Petersilie garnieren und servieren.

Pastatag



Pasta

Ein einfaches Pastagericht. Schmeckt lecker, geht fix zuzubereiten und ist auch noch Resteverwertung, da ich den Rest der Weißweinsauce von vor zwei Tagen aufgehoben habe. Die

Pasta wird natürlich frisch zubereitet. Es sind, da ich ja die leckere Sauce noch habe, diesmal wieder die saucensüffigen Cellentani. Da sich bei der Zubereitung der gefüllten Gänsekeulen vor zwei Tagen viel frisch geriebener Parmesan aus der Füllung in der Weißweinsauce gelöst hat, ist diese sehr kräftig und würzig. Nach dem Kochen der Pasta gebe ich diese durch ein Nudelsieb, die Sauce kommt in den gleichen Topf, wird erhitzt und dann wartet die Sauce auf die Pasta, wie gewohnt. Dass die etwa daumendicke Schicht Sauce im Topf beim Umrühren recht schnell verschwindet, verwundert bei diesen saucensüffigen Nudeln nicht. Da Pasta nur mit würziger Sauce ein wenig dürftig ist, kommen noch einige Zutaten dazu. Frischen Parmesan hatte ich nicht mehr vorrätig, aber es ist ja auch genug in der Sauce. Dafür kommen einige Spritzer gewürztes Olivenöl über die Pasta, dann kleingeschnittene, frische Petersilie und schließlich noch einige gehackte Pinienkerne. Würzen ist nicht mehr nötig. Ach ja, auch wenn es ein einfaches, schnelles Essen ist, wenig Zutaten benötigt und unauffällig ist: Es gibt natürlich zwei schöne Fotos dazu.

Gefüllte Gänsekeulen mit Petersilienknödeln



Gänsekeule mit Knödel

Die beiden Gänsekeulen habe ich entbeint. Ich mache dies in letzter Zeit in zunehmendem Maße sehr gern, egal ob Keule, Schenkel oder Schlegel. Die Gänsekeulen wogen zusammen 800 g, nach dem Entbeinen hatten sie noch 600 g an reinem Fleisch.

Bei diesem Gericht habe ich mehrmals variiert. Für die Füllung waren neben Parmesan, Kräutern und Ricotta auch Knoblauch und Eier angedacht. Der Einfachheit halber ließ ich jedoch die letzten beiden Zutaten weg. Bei der Sauce plante ich erst eine dunkle Sauce, wollte einige eingelegte, grüne Pfefferkörner hinzugeben und eine ganze Chilischote für Schärfe mitgaren. Dann überlegte ich, dass beim Garen der gefüllten Gänsekeulen sicherlich geschmolzener Parmesan und auch Ricotta aus der Füllung in die Sauce laufen würden. Und somit eher eine helle Sauce passen würde, weshalb ich die Keulen nach dem Anbraten dann auch nur mit Weißwein ablöschte und damit die Sauce bilden ließ. Zudem ist jegliches Würzen der Sauce unnötig, denn der Parmesan bringt schon sehr viel Würze mit.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Gänsekeulen

Für die Füllung:

- 45 g Parmesan
- 100 g Ricotta
- 2 große, frische Rosmarinzweige

- trockener Weißwein
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- 4 Petersilienknödel

- Küchengarn

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 30 Min. | Garzeit 30 Min.

Gänsekeulen mit einem scharfen Ausbeinmesser entbeinen. Mäßig jeweils auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Die Blättchen vom Rosmarin abzupfen, kleinwiegen und in eine Schüssel geben. Frisch geriebenen Parmesan und Ricotta hinzugeben. Alles gut vermengen. Jeweils eine Hälfte der Füllung länglich auf die Mitte der Fleischseite einer Gänsekeule geben. Fleischteile über der Füllung zusammenklappen und jeweils mit 2–3 Stück Küchengarn zusammenschnüren. Öl in einer Pfanne stark erhitzen und die gefüllten Gänsekeulen mit der Naht nach oben anbraten. Nicht wenden und auf der oberen Seite noch anbraten, die Gebilde sind etwas fragil und eventuell würde von der Füllung herausfallen. Mit einem großen Schuss Weißwein ablöschen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 30 Minuten köcheln lassen.

Währenddessen Petersilienknödel zubereiten. Schon zubereitete, eingefrorene und dann aufgetaute Knödel 10 Minuten in einem Topf mit siedendem Wasser erhitzen.

Gänsekeulen aus der Pfanne heben und auf zwei Teller geben. Küchengarn entfernen. Die Sauce in eine Fetttrennkanne geben

und vom Fett befreien. Zusätzlich zum verwendeten Olivenöl kommt nämlich noch sehr viel austretendes Fett der Gänsekeulen hinzu. Jeweils zwei Knödel zu einer Gänsekeule geben, großzügig Sauce über alles verteilen und servieren.

Cannelloni



Mit Tomatensauce und Parmesan überbacken

Warum ich das erste Mal Cannelloni selbst zubereite, habe ich mich dieser Tage auch gefragt. Warum bin ich nicht schon früher auf diese Idee gekommen? Denn sie sind ja sehr schmackhaft und wirklich italienische (gefüllte) Pasta.

Zuerst wollte ich die Cannelloni komplett selbst zubereiten und somit auch Nudelteig mit der Nudelmaschine zu Teigplatten auswälzen. Dann fand ich jedoch heraus, dass man Cannelloni auch mit Lasagneplatten zubereiten kann. Und da ich von diesen noch relativ viele vorrätig hatte und es ein wenig einfacher

geht, habe ich diese Methode der Zubereitung gewählt. Zunächst war ich unschlüssig, ob die Lasagneplatten quer oder längs zu rollen sind, entschied mich dann aber für quer. So ergab es wunderbare Cannelloni, von denen auch sechs Stück genau in meine mittlere Auflaufform passten.

Füllungen gibt es ja wie Sand am Meer. Da ist von Ricotta-Parmesan- über Kräuter- bis zu Hackfleisch-Füllung wirklich für jeden etwas dabei. Und das kann man nach Lust und Laune weiter variieren. Ich wollte die Cannelloni möglichst authentisch zubereiten und wählte Hackfleisch und Ricotta für die Füllung. Ganz authentisch ist die Zubereitung im Endeffekt dann aber doch nicht, weil ich in der Tomatensauce eine kleingeschnittene rote Chilischote mitkochte. Und die wird in Italien in der Sauce sicherlich nicht verwendet, gibt sie doch gehörig Schärfe ab.

Aber nach der Zubereitung und dem Essen war ich begeistert. So einfach zuzubereiten. Und so lecker. Die Zubereitung besteht im Grund aus drei einfachen Teilen: a) Eine beliebige Tomatensauce zubereiten, b) eine beliebige Füllung zubereiten und c) gekochte Lasagneplatten füllen, rollen und im Backofen mit Sauce und Parmesan überbacken. Noch dazu kann man mehr Cannelloni zubereiten, weil sie sich leicht portionsweise einfrieren lassen.

Zutaten für 1 Person (6 Cannelloni):

Für die Sauce:

- 400 g stückige Tomaten (aus der Dose)
- 2 Schalotten
- 4 Knoblauchzehen
- 1 rote Chilischote
- 2 cl Cognac
- viele Zweige frischer Oregano
- 2–3 Zweige frischer Rosmarin
- 2–3 frische Lorbeerblätter

- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter

Für die Füllung:

- 200 g Hackfleisch (Rind)
- 100 g Ricotta
- 1 Ei
- 30 g Parmesan
- Muskat
- Salz
- schwarzer Pfeffer

- 50 g Parmesan
- 6 Lasagneplatten

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 30 Min. | Garzeit 40 Min.

Schalotten und Knoblauchzehen schälen. Schalotten, Knoblauch und Chilischote kleinschneiden. Von den frischen Kräutern die Blättchen abzupfen und kleinwiegen. Ich habe im Eifer des (Koch-)Gefechts die Blättchen ganz in die Sauce gegeben, aber es störte nicht, die Sauce wurde dennoch wunderbar. Butter in einem kleinen Topf erhitzen und das Gemüse darin anbraten. Tomaten aus der Dose hinzugeben. Cognac ebenfalls hinzugeben. Dann die kleingewiegten Kräuter und die Lorbeerblätter. Gut mit Salz und Pfeffer würzen. Alles verrühren und ohne Deckel bei geringer Temperatur köcheln lassen und etwas reduzieren. Die Sauce soll etwas sämig sein. Dann Lorbeerblätter entfernen.

Währenddessen die Lasagneplatten nach Anleitung in kochendem Salzwasser garen. Herausnehmen und einzeln nebeneinander auf vermutlich mehrere Arbeitsbretter legen. Sie dürfen nur nicht übereinander liegen, weil sie sonst verkleben.

Hackfleisch, Ricotta, Ei und frisch geriebenen Parmesan in eine Rührschüssel geben. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

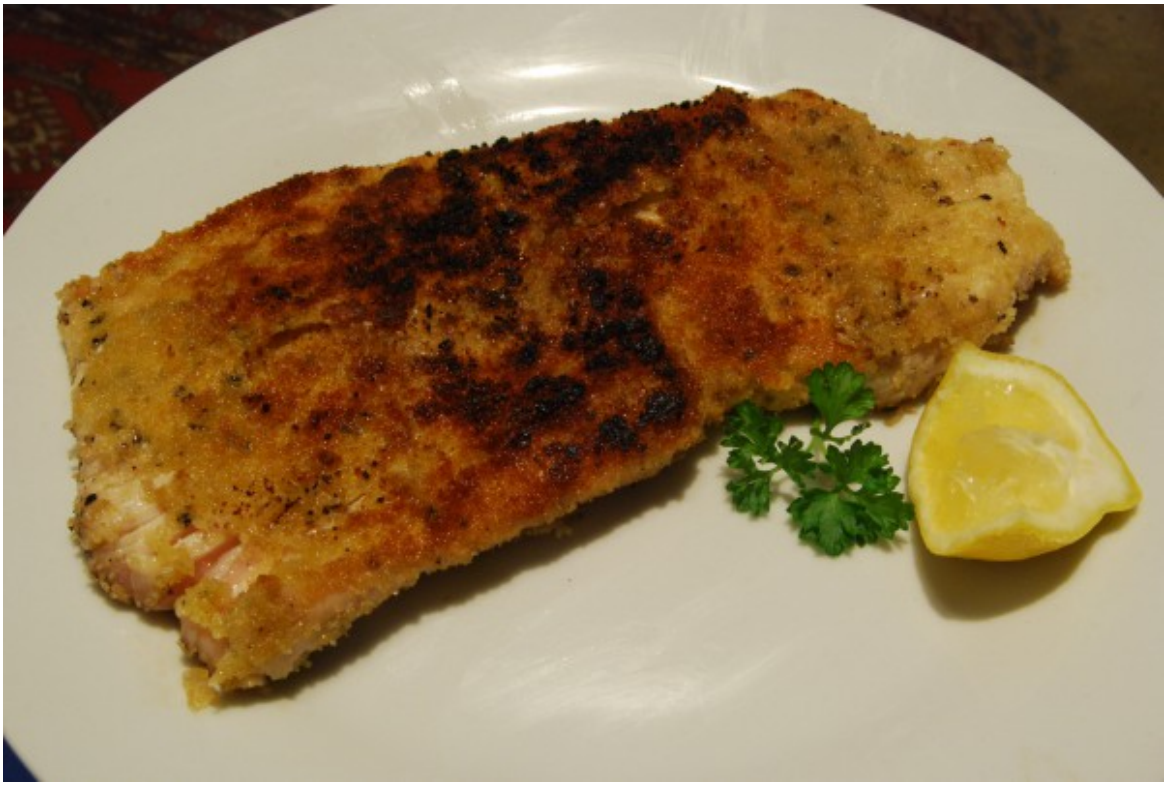
Ich habe der Einfachheit halber alles mit der Hand gut vermischt, zerdrückt und verknetet. Füllung in sechs Portionen teilen, jeweils zu einer dicken, länglichen Rolle formen, quer auf den Anfang einer Lasagneplatten legen und diese zusammenrollen. Cannelloni mit der Naht nach unten nebeneinander in eine Auflaufform legen.



Gefüllte Lasagneplatten in der Auflaufform

Backofen auf 200 ºC erhitzen. Tomatensauce über die Cannelloni verteilen und frisch geriebenen Parmesan zum Überbacken darüber geben. Auflaufform auf mittlerer Ebene für 20 Minuten in den Backofen geben. Dann den Grill auf 240 ºC erhitzen und die Cannelloni noch 2–3 Minuten auf oberer Ebene gratinieren, damit der Parmesan etwas kräftige Farbe annimmt. Auflaufform aus dem Backofen nehmen, Cannelloni mit einem Pfannenheber herausheben, auf einen Teller geben und servieren.

Heute ist Schmalhans Küchenmeister



Paniertes Putenschnitzel

Da ich heute schon den Gemüsefond zubereitet habe – er köchelt gerade in der 6. Stunde auf dem Herd –, ging es beim Essen etwas karger zu. Aber es reichte erstaunlicherweise sogar zu einem mehrgängigen Menü, was bei mir ja sehr selten ist. Und das sah folgendermaßen aus:

Vorspeise: Kartoffelsuppe mit Räuchermakrele (von gestern)
Hauptspeise: paniertes Putenschnitzel mit etwas Zitrone und einem Weizenkrüstchen
Nachspeise: Stracciatella-Eis
Getränk: alkoholfreies Bier

Die Suppe musste ich ja nur erwärmen. Beim Schnitzel ließ ich aus Zeitgründen, weil ich den Spielfilm nicht versäumen wollte, alle Hemmungen fallen und verzichtete (sträflich!) beim Panieren auf das Mehlieren, es gab also nur den Vorgang

verquirltes Ei und Paniermehl. Mit der Zitrone war auch kein Staat mehr zu machen, aber für ein bisschen Saft auf das panierte Schnitzel reichte es doch noch. Das Eis verlangte nur einen Griff in den Tiefkühlschrank – dann gab es aber gleich 1000 ml davon. Und zu allem ein gut gekühltes, spritziges alkoholfreies Bier.

Preiswerter Gemüsefond



Zutaten für den Gemüsefond

Wieder einmal beim Discounter gepunktet. Und eine Tüte mit Gemüseabfällen kostenlos bekommen. Es sind überwiegend die Blätter von Rettich, Kohlrabi und Radieschen, aber auch eine verwertbare Tomate ist dabei. Vom Gewicht ergeben sich etwa 500 g, aber die Blattmenge ist vom Volumen so groß, dass sie den großen Bräter etwa zu zwei Dritteln füllt.

Mancher bevorzugt es, für die Zubereitung von Gemüsefond gehaltvolleres Gemüse zu verwenden und beim Discounter/Supermarkt zu kaufen. Aber auch aus diesen Gemüseabfällen kann man einen schmackhaften Gemüsefond zubereiten. Auch wenn es vielleicht eher ein „Arme-Leute–Fond“ wird. Es ist eben auch eine Kostenfrage. Aufgehübscht habe das Ganze mit Zwiebeln, Knoblauch, Lauchzwiebeln, Zucchini und etwas Ingwer.

Da viele der Meinung sind, dass ein Gemüsefond kein Gemüsefond ist, wenn man Rinderknochen vorher anbrät und mitgart, habe ich darauf verzichtet. Diesmal nur Gemüse pur. Auch auf das Anbraten von kleingeschnittener Zwiebel und Knoblauch in Butter habe ich verzichtet, um kein unnötiges Fett in den Fond zu bringen. Die Tomate koche ich für etwas Farbe für den Fond mit, und auch die Zwiebeln, halbiert, und Knoblauchzehen kommen in der Schale hinein.

Frische Kräuter dürfen natürlich auch nicht fehlen, wie Petersilie, Majoran und Thymian. Und an Gewürzen kommen Lorbeerblätter, Kaffirblätter, schwarze Pfefferkörner, Senfkörner, Kardamomkapseln, Wacholderbeeren und Pimentkörner hinein. Gesalzen wird der Fond nur sehr wenig erst nach Fertigstellung. In den Bräter kommen dann noch 5,5 l Wasser, und nun köchelt alles zugedeckt bei geringer Temperatur 4–6 Stunden auf dem Herd.

Zutaten:

- 500 g Gemüseabfälle (Blätter von Rettich, Kohlrabi, Radieschen oder andere Abfälle)

- 3 Zwiebeln
- 6 Knoblauchzehen
- 3 Lauchzwiebeln
- 1 Zucchini
- 1 Tomate
- 1 Stück frischer Ingwer

- viele Zweige frische Petersilie, Majoran, Thymian

- 5–6 frische Lorbeerblätter
- 1–2 Kaffirblätter
- ½ TL schwarze Pfefferkörner
- 1 TL Senfkörner
- 2 Kardamomkapseln
- 6 Wacholderbeeren
- 6 Pimentkörner

- 5,5 l Wasser

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 4–6 Stdn.

Gemüseabfällen reinigen, putzen und in kaltem Wasser waschen. In den Bräter geben. Zwiebeln halbieren, Knoblauchzehen ganz lassen, nur äußerste Schalen entfernen. Lauchzwiebeln putzen und grob zerteilen. Ingwer schälen, am Stück lassen. Zucchini in Scheiben schneiden. Tomate grob zerteilen. Zu den Gemüseabfällen in den Bräter geben. Kräuter im Ganzen und Gewürze dazugeben. Mit dem Wasser auffüllen. Auf dem Herd zum Kochen bringen und zugedeckt bei geringer Temperatur 4–6 Stunden köcheln lassen – je nachdem, wie gehaltvoll der Fond nach einer bestimmten Zeit ist und eventuell länger gekocht werden sollte.

Dann Bräter vom Herd nehmen, Gemüse herausnehmen und in den Abfalleimer geben. Ein großes Küchensieb mit einem frischen Küchenhandtuch auslegen und den Fond in eine große Schüssel hindurchgeben. Mäßig mit Salz würzen und abschmecken. Bei Bedarf den Fond noch einreduzieren. In Portionsbehältern oder

auch Eiswürfelformen einfrieren.

Kartoffelsuppe mit Räuchermakrele



Kartoffelsuppe, garniert

In der letzten Zeit geisterte Räucherfisch durch diverse Blogs. In einem Blog mit Kochsalat und Preiselbeeren. Das inspirierte mich zur Verwendung von Wildpreiselbeeren zu der Kartoffelsuppe. In einem anderen Blog mit einem Aprikosensalat, aber mit dem Hinweis, Räucherfisch auch in einer Rote-Beete- oder Blumenkohl-Suppe zu verwenden. Dabei dachte ich dann, dass der Fisch doch auch gut zu einer herzhaften, deftigen und frisch zubereiteten Kartoffelsuppe passen muss.

Bei der Zubereitung und dem Garen der Kartoffelstücke in

Gemüsebrühe kommen ein Stück frischer Ingwer und eine Parmesanrinde im Ganzen dazu, die danach wieder herausgenommen werden. Gewürzt wird nach dem Pürieren der Kartoffelstücke mit Senf und gebunden und verfeinert mit Crème fraîche. Da in eine Kartoffelsuppe Majoran gehört, kommt viel frischer Majoran hinein – die ganzen, frischen Blättchen, nicht kleingewogen.

Beim Hinzufügen der Makrelenstücke zur Suppe kleine Stücke Makrele zum Garnieren zurückbehalten. Beim Garnieren kommen auch ein paar Tropfen Zitronensaft auf die Suppe. Schließlich Wildpreiselbeeren, sie setzen einen süßen Kontrapunkt zur rauchigen Makrele. Und als Abschluss noch einige frische Majoranblätter für den optischen Kontrast.

Zutaten für 2 Personen:

- 4 große Kartoffeln
- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- trockener Weißwein
- 500 ml Gemüsefond
- 1 daumengroßes Stück frischer Ingwer
- 1 Stück Parmesanrinde
- 3 frische Lorbeerblätter
- Muskat
- Salz
- weißer Pfeffer
- 1 EL Crème fraîche
- 1 TL mittelscharfer Senf
- viele Zweige frischer Majoran
- 100 g geräucherte Pfeffermakrele
- 1 TL Wildpreiselbeeren
- etwas Zitronensaft
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 35 Min.

Schalotten, Knoblauchzehen und Kartoffeln schälen. Schalotten

und Knoblauch kleinschneiden, Kartoffeln stückig. Butter in einem großen Topf erhitzen und Schalotten und Knoblauch darin nur glasig dünsten. Mit einem Schuss trockenem Weißwein ablöschen. Kartoffelstücke dazugeben und mit Fond auffüllen. Ingwerstück, Parmesanrinde und Lorbeerblätter dazugeben und alles zugedeckt bei kleiner Temperatur 20 Minuten köcheln lassen. Währenddessen von den Majoranzweigen die Blättchen abzupfen.

Ingwer, Parmesan und Lorbeer herausnehmen. Alles mit dem Pürierstab fein pürieren. Mit Senf würzen und Crème fraîche abbinden. Mit Muskat, Salz und weißem Pfeffer würzen und abschmecken. Wenn die Suppe so noch nicht würzig genug ist, kann man sich mit einem Stück eines Brühwürfels behelfen. Das mache ich zwar nicht gern, war aber in meinem Fall für genügend Würze notwendig. Majoranblättchen hinzugeben – einige zum Dekorieren zurückbehalten – und bei geringer Temperatur nochmals 5 Minuten köcheln lassen. Makrele quer zum Filet in Streifen schneiden – ebenfalls ein klein wenig von dem Filet zurückbehalten – und in die Suppe geben. Die Suppe soll nun nicht mehr kochen, sondern die Fischstücke nur noch 5 Minuten in der Suppe Temperatur annehmen.

Suppe in zwei große Suppenteller füllen. Auf jede Suppe in der Mitte einige kleine Makrelenstücke zerbröseln. Ein paar Tropfen Zitronensaft darauf geben. Dann einen Teelöffel Wildpreiselbeeren darauf verteilen. Und abschließend Majoranblättchen darüber geben.

Braten mit Blauschimmelkäse

überbacken

Es muss nicht immer alles und jedes Rezept oder Gericht in ein Foodblog. Und es muss auch nicht zu allem ein Foto in ein Foodblog. Deswegen gibt es zu diesem Gericht auch kein Foto. Denn das Gericht sah auch nicht fotogen aus.

Ich will das Gericht aber doch erwähnen, wenn jemand ein einfaches und sehr schnell zuzubereitendes, aber schmackhaftes Rezept sucht. Wenn er auf einige Zutaten zurückgreifen kann. Man nehme als erstes ein Stück Braten vom Vortag, tranchiere ihn und legen die Scheiben schräg geschichtet auf einen Teller. Für den Käse wählte ich einen Lys Bleu vom Discounter, besser als der dort auch zu kaufende deutsche Blauschimmelkäse, aber preiswerter als ein original Roquefort. Eine gute Alternative und geschmacklich sehr gut. Die 150 g Käse einfach in zwei dicke Scheiben schneiden, über die Bratenscheiben legen und alles zusammen zwei Minuten in der Mikrowelle bei 800 Watt erhitzen. Würzen ist natürlich nicht angesagt. Wie lecker ist das denn?

Ein Sommernachtsgedicht



Der Sonntagsschmaus

Endlich. Es war soweit. Mein Lieblingsgericht. Ein typisch deutsches Sonntagsessen – bei mir eben zu später Stunde. Braten, Nudeln und üppig Sauce. Lecker. Man könnte auch übertrieben sagen, da könnte ich mich reinsetzen. So gut schmeckt das. Ich habe einfach die zweite Hälfte der Putenoberkeule von gestern in der Sauce erhitzt und diesmal Cellentani dazu zubereitet, das sind italienische, sehr saucensüffige Nudeln. Putenoberkeule in Scheiben tranchieren und auf einen Teller geben. Die süffige Pasta dazu. Noch einige der in der Sauce mitgegarten Pilze dazugeben. Alles sehr reichlich mit Sauce übergießen. Servieren. Essen. Genießen. Lecker!

Nachtrag: Als Nachspeise gab es zur Feier des (Sonn-)Tages noch ein leckeres Dessert. Ein Eis. Schokoladeneis mit Schokoladenstückchen. 1 l. Ich konnte schon früher große Mengen an Eis auf einmal essen. Das Eis habe ich aber nicht selbst zubereitet. Es war vom Discounter aus der Tiefkühltruhe. Trotzdem lecker.

Putenoberkeule mit Pilzen und Zwiebeln in dunkler Sauce



Tranchierte Putenoberkeule

Nudelheissundhos. So war es eigentlich geplant. Mal wieder ein leckerer Braten mit Nudeln und viel Sauce. Und eigentlich wollte ich die Putenoberkeule entbeinen und in zwei Hälften teilen. Die eine mit Pilzen und dunkler Sauce zubereitet, die andere am darauffolgenden Tag mit frischen Kräutern gefüllt und in einer hellen Weißweinsauce, vielleicht auch Currysauce. Aber ich hatte die Nacht nicht geschlafen, weil ich wegen diverser Arbeiten die Nacht durchgearbeitet habe. Daher war mir also nicht mehr nach langwierigem, zeitaufwändigem Zubereiten und Kochen. Sondern eigentlich nur quick’n’dirty, möglichst alles in ganzem Zustand in einen Bräter werfen, Rotwein und Fond für die Sauce hinzugeben, Bräter in den Backofen schieben und alles nur noch 1 Stunde garen. Deswegen

gab es kein komplettes „Nudel, heiss und hos“, die Pasta habe ich einfach weggelassen. Um das Essen aber dennoch zu einer vollwertigen Mahlzeit zu machen, gab es einige der gestern zubereiteten Hefeklöße dazu, mit denen man so schön die Bratensauce auftunken kann. Und ob komplett oder nicht, anyway, die Putenoberkeule war sowas von lecker, das Fleisch nach dem Garen butterzart!

Zutaten:

- 1 Putenoberkeule, etwa 1,2 kg
- 2 Schalotten
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 1 rote Chilischote
- 100 g Pfifferlinge
- 4 Shiitakepilzen
- 200 ml trockener Rotwein
- 800 ml Bratenfond
- 100 ml Wasser
- 3 frische Lorbeerblätter
- 1 großer Zweig frischer Rosmarin
- viele Zweige frischer Oregano
- viele Zweige frischer Thymian
- 3 TL scharfer Senf
- ½ TL schwarze Pfefferkörner
- ½ TL gelbe Senfkörner
- 6 Wacholderbeeren
- 6 Pimentkörner
- ¼ Biozitrone
- Salz
- Steakpfeffer
- Olivenöl

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

Ich versuche, hier die Schnellzubereitung des Gerichts wiederzugeben: Schalotten, Zwiebel und Knoblauchzehen schälen, ganz lassen. Lauchzwiebel putzen, dritteln. Putenoberkeule auf beiden Seiten mit dem Senf einstreichen und mit Steakpfeffer würzen. Öl in einem großen Bräter erhitzen, es soll rauchen. Putenoberkeule auf beiden Seiten einige Minuten sehr kräftig anbraten. Mit Rotwein ablöschen, Fond und Wasser hinzugeben. Dann Schalotten, Zwiebel, Knoblauch, Lauchzwiebeldrittel, Chili, Pfifferlinge, Shiitakepilzen und eine viertel Zitrone hineinwerfen. Kräuter im ganzen dazu, verteilen. Pfeffer-, Senf-, Pimentkörner und Wacholderbeeren in Gewürzkugel/-säckchen auch dazu. Backofen: 180 ºC Umluft, Bräter auf mittlerer Ebene zugedeckt für 1 Stunde hineingeben.

Bräter herausnehmen, Sauce mit Salz abschmecken. Putenoberkeule aus dem Bräter nehmen und eine Hälfte tranchieren. Hefeklöße eine Minute in der Mikrowelle erhitzen. Putenscheiben auf einen Teller geben, Pilze/Gemüse dazu, Sauce drüber und Klöße dazu servieren.

Flambierte Hähnchenlebern mit Shiitakepilzen und Speckknödeln



Speckknödel, Hähnchenlebern und viel Sauce

Dieses Innereiengericht war mal wieder ein Gericht ganz nach meinem Geschmack. Nach dem eher sehr mäßigen Auflauf von gestern. Zuerst ist mir ja ein Fauxpas passiert: der selbst zubereitete Bratenfond war etwas zu lange im Kühlschrank gestanden und schon leicht verdorben. Geschmeckt habe ich es erst, als ich Pilze, Schalotten und Knoblauch schon angebraten und mit dem Fond abgelöscht habe. Glücklicherweise hatte ich da die Lebern noch nicht angebraten und hinzugegeben. Und von den Pilzen und dem Gemüse war noch genügend vorhanden. Also führte ich den ersten Zubereitungsschritt nochmals mit gekauftem Bratenfond durch.

Die angebratenen Pilze und das Gemüse mit dem Fond werden mit Kreuzkümmel gewürzt und die Sauce stark reduziert. Die Lebern werden nur jeweils 1 Minute auf beiden Seiten in Butter angebraten, mit Cognac flambiert und dann alles zur Sauce dazugegeben. Die Speckknödel waren selbst zubereitet und eingefroren und wurden in siedender Brühe erhitzt. Die durch diese Zubereitung entstandene Sauce ist wirklich äußerst schmackhaft. Und nach dem Essen konnte ich mich nicht

entscheiden, was nun besser war: Die Lebern mit der Cognacsauce, oder die selbst zubereiteten Speckknödel.

Zutaten für 1 Person:

- 150 g Hähnchenlebern
- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- 2 Shiitakepilze
- 200 ml Bratenfond
- 4 cl Cognac
- ½ TL gemahlener Kreuzkümmel
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Butter

- 2 Speckknödel

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 20 Min.

Schalotten und Knoblauchzehen schälen. Schalotten grob zerschneiden, Knoblauch quer in Scheiben. Shiitakepilzen ebenfalls grob zerschneiden. Lebern von Fett befreien und auch grob zerkleinern. Öl in einem kleinen Topf erhitzen und Pilze, Schalotten und Knoblauch darin anbraten. Mit Fond ablöschen. Kreuzkümmel hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Unzugedeckt bei mittlerer Temperatur etwa 20 Minuten auf 1/3 der Sauce reduzieren.

Währenddessen Brühe in einem Topf erhitzen, vom Herd nehmen und die Knödel in der nur noch siedenden Brühe etwa 10 Minuten erhitzen. Einige Minuten vor Ende des Reduzierens der Sauce die Lebern salzen und pfeffern. Butter in einer großen Pfanne erhitzen und die Lebern auf beiden Seiten jeweils etwa 1 Minute anbraten, so dass sie noch nicht ganz durchgegart sind. Eine große Pfanne ist notwendig, damit die Leberstücke alle einzeln auf dem Pfannenboden aufliegen und braten und beim Anbraten nicht übereinander liegen. Cognac dazugeben und kurz

flambieren. Lebern mit Cognacsauce zu der reduzierten Sauce geben, alles gut vermischen und abschmecken.

Speckknödel auf einen großen Teller geben, Hähnchenlebern dazugeben und von der Sauce darüber verteilen.

Reis-Zucchini-Auflauf



Auflauf

Reine Resteverwertung. Ich hatte noch gekochten Reis über. Und Zucchini, die verwertet werden mussten. Dazu waren noch die üblichen Zutaten wie Speck, Zwiebeln und Knoblauch vorrätig. Eine Wurzel für ein wenig Farbe habe ich noch kleingeschnitten und untergehoben. Da der Auflauf kräftige Aromen und Röststoffe vertragt, werden zumindest Speck, Zwiebel, Lauchzwiebel und Knoblauch vorher in Butter in der Pfanne kräftig angebraten. Das restliche Gemüse gart in der Brühe.

Die Brühe ist eine 1:1-Mischung aus Gemüsefond und trockenem Weißwein. Und last but not least kommt natürlich noch geriebener Parmesan darüber. Man kann den Auflauf sicherlich auch mit ungekochtem Reis zubereiten, denn der Auflauf gart ja 25 Minuten im Backofen.

Der Auflauf stellt sich allerdings nach dem Garen als verbesserungsfähig heraus. Vielleicht sollte man für die Brühe nur Gemüsefond nehmen, anstelle ihm Weißwein beizumischen. Auch andere Gewürze wären vorstellbar, Curry würde sich da anbieten. Wie immer ist dann auch so ein Auflauf ohne viel Fleisch – abgesehen vom Speck – nicht so ganz das Non-Plus-Ultra.

Zutaten für 1 Person:

- 1–2 Tassen gekochter Reis
- 1 Zucchini
- 1 Wurzel
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 1 rote Chilischote
- 50 g durchwachsener Bauchspeck
- 1 TL getrocknetes Wurzelgrün
- 100 ml Gemüsefond
- 100 ml trockener Weißwein
- 50 g Parmesan
- Salz
- weißer Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 25 Min.

Zwiebel, Knoblauchzehen und Wurzel schälen. Zwiebel und Knoblauch kleinschneiden. Wurzel in dünne, etwa 3–4 cm lange Stifte schneiden. Chilischote kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden. Speck in kleine Würfel

schneiden. Zucchini in dünne Scheiben schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und Speck, Zwiebel, Lauchzwiebel und Knoblauch darin kräftig anbraten. In eine große Rührschüssel geben. Wurzelstifte, Zucchinischeiben und Chilischote dazugeben. Dann den Reis hineingeben. Wurzelgrün hinzugeben. Alles kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und kräftig vermengen. In eine mittelgroße Auflaufform geben und das Brühe-Weißwein-Gemisch darüber verteilen. Dann den geriebenen Parmesan darüber geben. Backofen auf 180 ºC Umluft erhitzen. Auflaufform auf mittlerer Ebene hineinschieben und 25 Minuten garen. Herausnehmen und in der Auflaufform servieren.