Schweinerollbraten in Milch mit Schalenkartoffeln



Schweinerollbraten, Schalenkartoffeln, Steinpilzstücke und Sößchen

Manchmal passiert so etwas beim Zubereiten und Kochen. Man hat sich schon vor Tagen ein schönes Rezept herausgesucht oder überlegt, taut dann über Nacht den Braten auf für den kommenden Tag und stellt dann vor dem Zubereiten entsetzt fest, dass der aufgetaute Braten ja noch 12 Stunden in einer Mischung aus Salz und braunem Zucker marinieren soll. So geht es eben manchmal. Da ich aber trotzdem noch kochen wollte, bekommt der Braten heute eben nur zwei Stunden Zeit, um mit der Salz-Pfeffer-Mischung eingerieben mit Alufolie umwickelt im Kühlschrank zu marinieren. Dann muss er eben soweit fertig sein.

Zutaten für 2 Personen:

- 1 kg Schweinerollbraten

- 1 l Milch (3,5 % Fett)
- 1 TL getrockneter Estragon
- 1 TL Senfkörner
- 2 Lorbeerblätter
- 4 Wacholderbeeren
- 50 g Steinpilze
- 1 EL Salz
- 1 EL brauner Zucker
- Salz
- Pfeffer
- Butter
- Olivenöl

- 8 weichkochende Bio-Kartoffeln

Zubereitungszeit: Marinierzeit 12 Std. | Garzeit 2 Stdn.

Salz und Zucker in einer Schale vermischen. Den Schweinerollbraten damit gut einreiben, dann den Braten mit Alufolie umwickeln und über Nacht im Kühlschrank marinieren – hier musste wie erwähnt mit 2 Stunden vorlieb genommen werden.

Steinpilze in grobe Stücke schneiden. Schweinerollbraten aus der Alufolie nehmen und mit etwas Küchenpapier abtupfen. In einem Bräter etwas Olivenöl erhitzen und den Braten auf allen Seiten scharf und kross anbraten. Gleichzeitig die Steinpilzestücke mit anbraten. Dann mit der Milch übergießen, alle Kräuter hinzugeben und alles kurz aufkochen lassen. Backofen auf 120 °C Umluft erhitzen. Den zugedeckten Bräter für 2 Stunden auf mittlerer Ebene in den Backofen schieben, so wird der Schweinerollbraten innen saftig und rosé. Nach 1 Stunde den Braten wenden. Im Grunde ist dies eine Zubereitung wie nach der Niedrigtemperatur-Garmethode mit 60 oder 80 °C, denn bei 120 °C kocht auch die Sauce nicht. Und 2 Stunden Garzeit für einen Braten mit 1 kg wäre bei höherer Temperatur viel zu lange – bei dieser Zubereitung passt das jedoch sehr gut.

15 Minuten vor Ende der Garzeit die Kartoffeln in der Schale kochen.

Nach dem Garen den Braten aus der Milch nehmen und einige Minuten mit Alufolie bedeckt ruhen lassen. Die Sauce erst gut verrühren, da die Milch beim Garen zwar nicht ausflockt, aber sich noch einige Trübstoffe oder leichte Verklumpungen in der Milch bilden. Dann die Sauce entweder durch ein frisches Küchenhandtuch gießen, dadurch trennt man auch das zum Anbraten verwendete Olivenöl von der Sauce, oder durch ein feines Sieb. In letzterem Fall hat man aber das Fett in der Sauce. Oder gibt die Sauce in einen kleinen Topf, stellt ihn und auch den Braten in den Kühlschrank, schöpft am kommenden Tag das erkaltete und erhärtete Fett ab und serviert das Gericht erst dann. Auf alle Fälle aber unbedingt nach dem Filtern die Steinpilzstücke herausnehmen und wieder in die Sauce geben. Die Sauce mit etwas Butter binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eventuell für eine kräftigere, würzigere Sauce etwas reduzieren. Die Milchsauce schäumt natürlich auf, man kann sie nur bei geringer Temperatur köcheln lassen. Sollte die Sauce doch etwas grieselig werden oder ein wenig ausflocken, dann nochmals durch ein sauberes Küchentuch geben, um eine klare, reinflüssige Sauce zu erhalten.

Den Braten aufschneiden, auf zwei Teller geben, die Kartoffeln dazugeben, großzügig von der Sauce mit den Steinpilzstücken darüber verteilen und servieren.

Mango(ld)-Rollen mit Zander



Mangold, Mango, Zander und Sößchen

Ein einfaches Gericht, das wenig Zutaten benötigt und schnell zubereitet ist. Eigentlich auch wieder eher ein Snack, bereitet man noch Reis dazu, kann man vielleicht doch ein kleines Abendessen daraus machen. Man benötigt nur Mangold, Mango und Zanderfilets. Und da die ersten beiden Zutaten fast gleichlautend sind, kann man wie im Rezept-Titel kleine sprachliche Spielchen mit ihnen treiben. In dem Gericht steckt Potential, es noch zu verbessern, auszuweiten oder zu „vervollkommnen“. Es bieten sich eine Prise Zucker, Kräutersalz, frische Kräuter oder andere Ergänzungen an. Hier kann jeder nach seinem Gusto verfahren.

Zutaten für 1 Person:

- 4 große Mangoldblätter
- ½ Mango
- 2 Zanderfilets
- Gemüsefond
- trockener Weißwein
- 1 gehäufter TL Schmand
- ½ Zitrone (Saft)

- grüner Pfeffer
- Salz
- Butter
- Küchengarn

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 15 Min.

Die Mangoldblätter am Strunk abschneiden. Die Mango schälen, den Kern entfernen und eine Hälfte in dünne, längliche Scheiben schneiden. Zwei Mangoldblätter auf ein Schneidebrett legen und jeweils quer zum Blatt zwei Stücke Küchengarn mit einem Abstand von 5–6 cm darunter ziehen. 2–3 längliche Scheiben Mango längs darauf geben. Ein Zanderfilet mit der Hautseite nach oben darauflegen und mit Salz und Pfeffer würzen. Wiederum 2–3 Scheiben Mango auf das Filet legen. Dann das zweite Mangoldblatt um 180 Grad gedreht auf die Mangoscheiben legen. An der oberen und unteren Längskante mit den grünen Mangoldblättern die Zutaten nach unten und oben gut einwickeln. Mit dem Küchengarn zusammenschnüren.



Mango(ld)-Rollen vor dem Garen

Butter in einem großen Topf erhitzen, in den die beiden

Mango(ld)-Rollen passen. Beide hineingeben und einige Minuten auf einer Seite anbraten. Dann mit etwas Gemüsefond ablöschen, einen Schuss Weißwein hinzugeben und den Schmand. Die Sauce ein wenig verrühren und alles zugedeckt bei geringer Temperatur 5 Minuten köcheln lassen. Dann weitere 5 Minuten ohne Deckel reduzieren. Die Sauce abschmecken.

Die beiden Rollen herausheben, auf einen Teller geben und das Küchengarn entfernen. Etwas von der Sauce darübergeben und ein wenig Zitronensaft darüberträufeln.

Paté de campagne



Landpastete, angerichtet mit Baguettebrötchen, getrockneten Tomaten, Oliven und Basilikum

Dieses Rezept habe ich von Kollege Claus von NUR DAS GUTE ZEUGS übernommen. Im Grunde hatte ich alle Zutaten seines Rezeptes zuhause, sogar das Schweinenetz. Trotzdem habe ich

einige Änderungen vorgenommen und die Paté auch ergänzt. So kamen noch ganze eingelegte grüne Pfefferkörner und Kapern hinzu. Das Gewürz Quatre Épices – weißer Pfeffer, Ingwer, Nelken und Muskat – habe ich ersetzt durch das Gewürz Baharat, das zwar nicht französischen Ursprungs ist, sondern aus dem Nahen Osten stammt. Aber es beinhaltet die ähnlichen Gewürze zuzüglich einiger zusätzlicher. Da es das Rezept für die Paté auch noch mit anderen Zutaten wie z.B. frischem Thymian oder Orangenzesten gibt, erlaube ich mir trotz meiner Änderungen, den französischen Namen des Gerichts beizubehalten. Und da ich mich vage erinnerte, dass eine Paté eigentlich immer sehr fein und fast streichfähig ist, habe ich die Leber für eine bessere Bindung der Paté feinpüriert und dann beigemischt.

Zutaten für Pastete:

- 500 g Rinderbrust
- 250 g durchwachsener Bauchspeck
- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 6 große Lorbeerblätter
- 1 TL Meersalz
- ½ TL schwarzer Pfeffer
- eine Prise Piment
- eine Prise gemahlener Ingwer
- eine kräftige Prise Baharat
- 100 ml Cognac
- 100 ml trockener Weißwein
- einige Stängel Petersile

- 230 g Rinderleber
- 1 Ei

- 2 TL grüne Pfefferkörner (eingelegt)
- 2 TL Kapern (eingelegt)

- 1 Schweinenetz

- 200 g Griebenschmalz

Zubereitungszeit: insges. 3 Tage | Vorbereitungszeit 1,5 Stdn. | Marinierzeit 24 Stdn. | Garzeit 1 Std. 30–40 Min. | Kühlzeit 27 Stdn.

Bei der Rinderbrust alle Sehnen entfernen. Rinderbrust und Speck in kleine Würfel schneiden. Schalotten und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Bei der Petersilie die Blättchen abzupfen und kleinwiegen. Alles in eine große Schüssel geben. Salz, Pfeffer und die restlichen Gewürze hinzugeben. Cognac und Weißwein darüber verteilen. Alles gut miteinander vermischen und dabei die ganzen Lorbeerblätter unterarbeiten. Zugedeckt im Kühlschrank 24 Stunden marinieren.



Marinierte Zutaten für die Paté

Dann die Lorbeerblätter herausnehmen, aufbewahren und beiseite legen. Das marinierte Fleisch mit allen Zutaten durch den Fleischwolf drehen. Wer einen elektrischen Fleischwolf hat, kann sich freuen, bei einem manuellen Fleischwolf sollte man sich je nach Gerät auf 30–40 Minuten Arbeit einstellen. Die durchgedrehte Masse in eine große Rührschüssel geben. Rinderleber kleinschneiden, in eine schmale, hohe Rührschüssel geben und mit dem Pürierstab fein mixen. Zusammen mit einem Ei

zu der durchgedrehten Masse geben und alles sehr gut vermischen. Die rohe Masse probieren und abschmecken. Zuletzt noch ganze Pfefferkörner und Kapern dazugeben und vorsichtig unterheben, damit sie ganz bleiben.

Für eine Back-Kastenform ist die Masse vermutlich zu wenig, eine mittlere, relativ hohe Auflaufform ist am geeignetsten. Die ganzen Lorbeerblätter auf dem Boden der Auflaufform verteilen. Die Auflaufform mit dem Schweinenetz auslegen. Die Paté-Masse hineinfüllen, gut in der Auflaufform verteilen und dann verstreichen. Das überstehende Schweinenetz über die Masse ziehen. Dann die Masse mit Alufolie abdecken.



Die Paté-Füllmasse im Schweinenetz in der Auflaufform

Backofen auf 170 °C Umluft erhitzen. Die Auflaufform mit der Füllmasse mit Alufolie abgedeckt in ein Wasserbad – zum Beispiel in einem Bräter – geben und auf mittlerer Ebene hineinschieben. Etwa 1 Stunde und 30–45 aminuten backen. Zum Ende der Garzeit mit einem Fleischthermometer die Kerntemperatur messen, wenn sie 75 °C erreicht hat, kann man den Backvorgang abbrechen. Aus dem Backofen nehmen, die Alufolie entfernen und auskühlen lassen.

Die Paté in der Auflaufform 24 Stunden im Kühlschrank durchkühlen, damit man sie mit einem scharfen Messer gut schneiden kann.

Das Griebenschmalz erhitzen, damit es flüssig wird. Löffelweise das Fett über die erkaltete und sehr feste Paté gießen. Da vermutlich beim ersten Übergießen sehr viel Fett an den Rändern der Paté herunterlaufen und sich in der Auflaufform sammeln wird, die Paté mit 1–2 Pfannenwendern vorsichtig in eine andere Auflaufform umsiedeln. Dann die Paté mit dem langsam erstarrenden Fett aus der ersten Auflaufform ein zweites Mal übergießen. Nochmals einige Stunden im Kühlschrank kühlen, damit das Fett gut härtet.



Fertig gebackene, mit Griebenschmalz überzogene und erkaltete Paté

Dann aus dem Kühlschrank herausnehmen und in Scheiben schneiden. Es bietet sich an, die Paté als Snack mit Oliven, getrockneten Tomaten, Schafskäse und ein paar Basilikumblättern zu servieren. Dazu passen Baguette, Baguettebrötchen oder auch Chiabatta. Die Paté eignet sich aber auch traditionell als abschließender Gang – vor Käse und Kaffee/Espresso – eines mehrgängigen Menüs zu besonderen, feierlichen Anlässen. Schließlich hat man ja auch Zeit genug investiert, um sie zuzubereiten.

Gefüllter Chicorée



Gegarte Chicorée-Hälften, mit Kräuterbutter übergossen

Ein kleiner Snack, bei größerem Appetit kann man auch 3–4 Chicorée in dieser Art zubereiten. Es braucht wenig Zutaten und ist schnell zubereitet.

Zutaten:

- 1 großer Chicorée
- 60 g Frischkäse mit Kräutern
- 6 Scheiben durchwachsener Bauchspeck
- Kräuterbutter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 15–20 Min.

Chicorée längs halbieren. Den Strunk und großzügig das weitere Innere oder auch „Herz“ des Chicorée herausschneiden. Strunk abschneiden und das weitere Innere kleinschneiden und beiseite legen. Die beiden Chicorée-Hälften mit dem Frischkäse füllen. Jede Hälfte quer mit drei nebeneinander liegenden Speckscheiben umwickeln. Die Speckscheiben lassen sich am Frischkäse oben auf den Chicorée-Hälften „verkleben“. Zur besseren Stabilität jeweils zwei bis drei Zahnstocher oben senkrecht in die Chicorée-Hälften bis zum Boden durchstechen, damit die Speckscheiben fixiert sind.



Vor dem Braten

Kräuterbutter in einem Topf erhitzen, in den die beiden Chicorée-Hälften gut hineinpassen und etwas Halt finden. Das

kleingeschnittene Innere auch in die Butter geben. Alles zugedeckt bei ganz geringer Temperatur köcheln lassen, bis der Chicorée gegart ist. Herausnehmen, auf einem Teller servieren und mit der geschmolzenen Kräuterbutter übergießen.

Seelachsfilet in Pfeffer-Ingwer-Sauce auf Basmatireis



Seelachs mit viel Dill und Reis

Seelachs – das Schwein der Meere. Billig – ich verwende hier bewußt nicht das sprachlich gehaltvollere Wort „preiswert“ – und überall zu bekommen. Fischstäbchen werden daraus zubereitet. Und Fischburger sicherlich auch. Und dieser Billigstfisch verträgt nun wahrlich kräftige Aromen, weil er im Vergleich zu Wels, Zander und Konsorten keinen kräftigen Eigengeschmack mitbringt. Also gibt es ein schönes, helles

Sößchen aus Weißwein und Schmand dazu. Gewürzt mit viel frisch gemahlenem, grünen Pfeffer und gemahlenem Ingwer. Dazu kommt viel frischer Dill auf die fertig gebratenen Filets. Und wie immer zu Fischgerichten passt hier ein Basmatireis als Beilage.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Seelachsfilets
- trockener Weißwein
- 1 EL Schmand
- grüner Pfeffer
- gemahlener Ingwer
- frischer Dill
- Salz
- Butter
- Basmatireis

Zubereitungszeit: 12 Min.

Reis nach Anleitung zubereiten. Währenddessen Butter in einer Pfanne erhitzen und die Seelachsfilets jeweils auf beiden Seiten kurz anbraten. Herausnehmen und warmstellen. Mit einem Schuss trockenem Weißwein ablöschen. Die Röststoffe vom Pfannenboden ablösen. Schmand hinzugeben. Dann kräftig mit frisch gemahlenem, grünen Pfeffer und einer großen Prise gemahlenem Ingwer würzen. Alles verrühren und einige Minuten köcheln lassen. Mäßig mit Salz würzen. Frischen Dill kleinschneiden. Reis auf einem Teller anrichten, die Filets dazugeben und großzügig mit der Sauce übergießen. Mit dem Dill garnieren.

Gulasch mit Klößen



Gulasch, Knödel, Sauce

Klassisch kann man dieses Gulasch sicherlich nicht nennen. Es kommen zwar sehr viele Zwiebeln hinein, was ein gutes Gulasch ausmacht. Aber nicht unbedingt Speck und Champignons, die ich noch vorrätig hatte und verbrauchen wollte. Rotwein, Fond und etwas Tomatenmark geben der Sauce Geschmack. Und auch Kapern und Gewürze wie Lorbeerblätter, Kreuzkümmel und Paprikapulver geben ihren Anteil dazu. Nicht fehlen darf jeweils eine Prise Kümmel und Zucker. Zumindest die Beilage ist klassisch – Klöße. Aber diese faulheitsbedingt nur aus der Packung. (duckundwech)

Zutaten für 2 Personen:

- 500 g Gulasch (gemischt)
- 60 g durchwachsener Speck
- 5 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- ein großes Stück Ingwer

- 5 Champignons

- 1 EL Tomatenmark
- 1 gehäufter TL Harissa-Paste
- 1 gehäufter TL Dijon-Senf

- 300 ml trockener Rotwein
- 150 ml Wasser
- 500 ml Gemüsefond

- 2 TL Kapern (in Essig eingelegt)
- 4 Lorbeerblätter
- 2 Kardamomkapseln
- 1 Nelke
- 3 Wacholderbeeren
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1 TL süßes Paprikapulver
- eine gute Prise Kümmel
- eine Prise brauner Zucker
- Salz
- schwarzer Pfeffer

- Butter

- 6 Kräuterklöße

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 30 Min. | Garzeit 2 Stdn. 30 Min.

Speck in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln, Knoblauchzehen und Ingwer schälen. Zwiebeln in dünne Streifen schneiden, Knoblauch und Ingwer kleinschneiden. Champignons in dünne Scheiben schneiden. Butter in einem großen Topf erhitzen, zuerst den Speck anbraten – Speckschwarte auch hinzugeben –, dann das Gulasch hinzugeben und schließlich Zwiebeln, Knoblauch, Ingwer und Champignons. Alles zusammen anbraten, gut umrühren und dann zugedeckt etwa 5 Minuten Flüssigkeit ziehen lassen. Tomatenmark, Harissa und Senf hinzugeben und gut verrühren. Mit dem Rotwein ablöschen, Gemüsefond hinzugeben und etwas Wasser zum Verlängern der Sauce. Kapern,

Lorbeerblätter, Kardamom, Nelke und Wacholderbeeren hinzugeben. Mit Kreuzkümmel, Paprika, Kümmel, Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden köcheln lassen.

Danach Speckschwarte und Lorbeerblätter herausnehmen. 30 Minuten ohne Deckel bei geringer Temperatur reduzieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bei Bedarf mit etwas Mehl eindicken. Gleichzeitig die Klöße nach Anleitung zubereiten.

Klöße auf Tellern anrichten, großzügig von dem Gulasch mit der Sauce darüber geben und alles servieren.

Gewürzbäumchen



Salbei und Lorbeer

Heute gab es bei ALDI Nord tatsächlich schöne, große Gewürzbäumchen für € 4,99 pro Stück. Da ich frische Gewürze

und gerade Gewürzpflanzen oder -bäumchen liebe, griff ich schnell zu. Ausgewählt habe ich mir Salbei und Lorbeer. Nun hoffe ich nur, dass ich bei der Pflege eine grünen Daumen habe und sich die Bäumchen sehr lange halten. Es sei denn, ich entscheide mich in den kommenden Wochen für sehr viele Rezepte, in denen diese Gewürze verwendet werden, dann sind die Bäumchen schon bald sehr kahl.

Lebergeschnetzeltes mit Sardellen und Kapern auf Penne Rigate



Geschnetzeltes mit Pasta

Leber beträgt einiges an Aromen, da sie selbst nur einen wenig ausgeprägten Eigengeschmack hat. Wie zum Beispiel Säure in

Form von Rotwein oder Essig. Auch Zwiebeln passen immer gut dazu. In diesem Gericht kommen angebratene Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer hinzu. In Öl eingelegte Sardellen sorgen für Würze, Kapern und Rotwein für Säure und ein wenig Harissa für etwas Schärfe. Ausgleichend auf diesen kräftigen Geschmack wirkt dann die eher neutrale, italienische Pasta.

Zutaten für 1 Person:

- 120 g Rinderleber
- 4 Sardellen (in Öl eingelegt)
- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- ein kleines Stück Ingwer
- ½ TL Tomatenmark
- ½ TL Harissa-Paste
- 2 TL Kapern (in Essig eingelegt)
- 100 ml trockener Rotwein
- 100 ml Wasser
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- 125 g Penne Rigate

- frische Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 10–15 Min.

Schalotte, Knoblauchzehe und Ingwer schälen und sehr fein schneiden. Kapern aus dem Essig nehmen und kleinhacken. Leber in schmale, kurze Streifen schneiden.

Pasta nach Anleitung zubereiten. Danach warmstellen.

Sardellen zunächst ohne zusätzliches Öl in eine Pfanne legen, diese erhitzen und die Sardellen etwas anbraten und schmelzen lassen. Etwas Olivenöl hinzugeben, Schalotte, Knoblauch und Ingwer in die Pfanne geben und auch anbraten. Tomatenmark und

Harissa-Paste dazugeben und ebenfalls kurz mitanbraten. Dann Kapern und Leber hinzugeben. Alles ein wenig anbraten und die Leber etwas Farbe nehmen lassen. Die Leber nur kurz anbraten, damit sie innen noch rosé ist und nicht durch zu langes Garen zu trocken wird. Mit dem Rotwein ablöschen und alles gut verrühren. Dann mit dem Wasser die Sauce verlängern. Ein wenig reduzieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Etwas Petersilie kleinschneiden. Pasta in einem tiefen Pastateller anrichten, das Geschnetzelte mit Sauce darüber geben und mit etwas Petersilie garnieren.

Gebundene, dunkle Ochsenschwanzsuppe



Gebundene Suppe mit Fleischstückchen, mit Petersilie garniert

Meine erste Ochsenschwanzsuppe, die ich zubereite. Tatsächlich! Ich wäre sicherlich nicht darauf gekommen, eine solche zuzubereiten. Aber bei meinem Schlachter lachten mich die frischen Ochsenschwanzstücke in der Auslage immer an. Und auf meine Frage, was man damit zubereiten könne, sagte er mir, dass sie eigentlich nur für Suppen und Eintöpfe und eben die bekannte Ochsenschwanzsuppe geeignet seien. Es sei ja Schmorfleisch. Aber für andere Schmorgerichte, wie man sie mit Beinscheiben oder Bäckchen zubereitet, seien sie nicht geeignet. Es stellt sich heraus, dass dies zutrifft. Denn zum einen ist sehr wenig Fleisch an den Ochsenschwanzstücken dran, das wie Schmorfleisch auch viel Gelatine enthält, zum anderen muss man einiges an Flechsen und Knorpel entfernen. Aber so wage ich mich an die klassische, weil gebundene und dunkle Ochsenschwanzsuppe heran.

Zutaten für 3 Personen:

- 700 g Ochsenschwanz
- 100 g Speck
- 3 Kartoffeln
- 2 Wurzeln
- 1 Stange Lauch
- ¼ Knollensellerie
- 1,5 l Wasser
- 250 ml trockener Rotwein
- 1 gehäufter TL Tomatenmark
- 4 Lorbeerblätter
- brauner Zucker
- Salz
- Pfeffer
- 2–3 EL Mehl
- Butter
- 1–2 Zweige frische Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 2 Stdn.

Speck in kleine Würfel schneiden. Kartoffeln, Wurzeln und Knollensellerie schälen und ebenfalls in kleine Stücke schneiden. Lauch putzen und in Streifen schneiden. Butter in einem großen Topf erhitzen und Ochsenschwanzstücke und Speck darin kräftig anbraten. Die Speckschwarte auch dazugeben. Das kleingeschnittene Gemüse hinzugeben und ein wenig mitanbraten. Darauf achten, dass nichts am Boden anbrennt. Mit dem Wasser und dem Rotwein ablöschen und mit dem Kochlöffel die Röststoffe vom Topfboden lösen. Tomatenmark und Lorbeerblätter dazugeben. Mit Salz und Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden köcheln lassen.

Die Ochsenschwanzstücke herausheben und abkühlen lassen. Dann das Fleisch von den Wirbelknochen lösen, Knorpel und Flechsen entfernen und das übrig gebliebene, leicht galerthaltige Fleisch kleinschneiden. Die Brühe durch ein Sieb in einen anderen Topf gießen. Im leeren Topf eine dunkle Mehlschwitze zubereiten. Dazu eine große Portion Butter erhitzen und je nach gewünschter Bindung der Suppe 2–3 Esslöffel Mehl darin anrösten. Dabei ständig mit dem Kochlöffel rühren und gut darauf achten, dass das Mehl zwar langsam eine braune Farbe annimmt, aber nicht am Topfboden anbrennt. Dann schöpflöffelweise die Brühe zur Mehlschwitze geben, alles verrühren und aufkochen lassen. Das Fleisch hinzugeben und wieder erhitzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

In tiefen Suppentellern anrichten und mit etwas kleingeschnittener Petersilie garnieren.

Bratwürste, Mangold und

Kartoffeln



Wurst, Mangold, Kartoffel

Heute ein einfaches Essen, keine lange und umfangreiche Vorbereitung und eine einfache und schnelle Zubereitung. Und Bratwürste – ob fein oder grob –, die ich selten zubereite, sind ja wirklich sehr preiswert. 4 € pro Kilo, und für zwei Würste für eine Person zahlt man ein wenig über 1 €. Da Kinder Bratwürste immer gerne essen, sind sie gut geeignet für den familiären Küchenplan von Hausfrauen/-männern.

Zutaten für eine Person:

- 1 Bratwurst, fein
- 1 Bratwurst, grob
- 2 Blätter Mangold
- 2 festkochende Kartoffeln
- etwas Gemüsefond
- Muskat
- Salz
- Pfeffer

- Butter
- Öl

- Schnittlauch

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 15 Min.

Kartoffeln schälen. In kochendem Wasser 10–12 Minuten garen. Währenddessen die Mangoldblätter quer zum Stiel in Streifen schneiden und in Butter einige Minuten anbraten. Etwas Fond zugeben und die Röststoffe vom Topfboden mit einem Kochlöffel abschaben und in der Sauce verrühren. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Beide Bratwürste in heißem Öl in der Pfanne auf beiden Seiten jeweils kurz kross anbraten.

Bratwürste auf einem Teller anrichten, das Mangoldgemüse daneben geben, Kartoffeln dazulegen und etwas Sauce auf Mangoldgemüse und Kartoffeln geben. Kartoffeln eventuell noch etwas salzen. Mit kleingeschnittenem Schnittlauch garnieren.

(D)FssgF 9



Der Blogevent

Blogevent von Schnuppensuppe: **F**oodblogger **s**chicken **s**ich **g**egenseitig **F**resspakete **9**. Ich nehme teil! Ich bin schon gespannt auf das Fresspaket, das in den kommenden 1–2 Wochen eintrifft.

Gebratene Blutwurst, Leberwurst und Kartoffeln



Gebratene Blut- und Leberwurst und Bratkartoffeln in der schmiedeeisernen Pfanne

Das ist eines der wenigen Gerichte aus meiner Kindheit, die ich positiv erinnere. Meine Mutter hat die Würste ab und zu zubereitet, jedoch ohne die Bratkartoffeln. Aber Vorsicht: es ist ein sehr fettes Gericht. Aus diesem Grund gab es das Gericht früher auch nur einmal im Monat. Und auch heutzutage kann man es gern einmal im Monat zubereiten, das ist

vertretbar. Und man kauft am besten einen kleinen Kräuterlikör zur besseren Verdauung hinterher mit.

Blutwurst und Leberwurst sind Kochwurst, die aus vorgekochten Zutaten zubereitet und meistens in heißem Wasser nachgegart wird. Sie sind in kaltem Zustand schnittfest, jedoch erhitzt zerfallen sie. Gebratene Blutwurst ist, da sie lose zerfällt, wegen des Aussehens regional auch als „Tote Oma“ oder „Unfall“ bekannt. Die Würste und auch deren Zubereitung mit verschiedenen weiteren Zutaten gibt es in den einzelnen Regionen Deutschlands unter den unterschiedlichsten Begriffen.

Für gebratene Blut- und Leberwurst kann man daher nur die frischen Kochwürste verwenden, nicht jedoch geräucherte Würste, die beim Braten fest bleiben. Verwendet man geräucherte Würste, bekommt man ein ganz anders geartetes Gericht. Frische Blut- und Leberwurst sind leider schwer, manchmal nur nach Vorbestellung beim Schlachter oder auch nur bei Schlachtern, die selbst noch schlachten, zu bekommen.

Zutaten für 1 Person:

- 1 frische Blutwurst
- 1 frische Leberwurst
- 3 festkochende Kartoffeln
- einige Zweige frischer Thymian
- Salz
- Pfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 20–25 Minuten

Kartoffeln schälen und in feine Scheiben schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelscheiben darin auf beiden Seiten 10–15 Minuten kross und knusprig anbraten. Auf eine Teller herausheben. Blättchen von den Thymianzweigen abzupfen und über den Bratkartoffeln verteilen. Salzen und pfeffern. Warmstellen.

Die Haut der Blut- und der Leberwurst entfernen und die beiden Würste in der gleichen Pfanne etwa 10 Minuten im Öl anbraten. Dabei einige Male wenden und die Wurstfüllungen leicht zerfallen lassen.

Mit den Thymian-Bratkartoffeln zusammen auf einem Teller anrichten und servieren.

Entrecôtes, halbe Champignons und Kräuterbutter



Entrecôte mit Kräuterbutter, Champignons und einem Sößchen

Alle Jahre wieder … das ist nicht zutreffend, es sollte heißen „Alle viertel Jahre wieder“. Dann gibt es Fleisch pur, und

zwar Entrecôtes, bevorzugt medium oder sogar rare zubereitet. Diesmal sogar zwei kräftige Steaks mit jeweils 300 g. Ergänzt mit einigen in Butter gebratenen Champignonköpfen und einer Sauce aus Tomatenmark, Honig, Ketjap-Manis, Pul biber und Gemüsefond. Dazu noch einige Scheibchen Kräuterbutter. Und ein paar geröstete Sesamkörner oben drauf. Man gönnt sich ja sonst nichts.

Das Gericht ist sehr variabel. Teilt man die Zutaten für zwei Personen, also jeweils ein Steak pro Person, ergibt es einen Abendsnack. Serviert man noch Pasta oder Reis dazu, was sich wegen der Sauce auch anbietet, hat man sogar zwei richtige Mahlzeiten. Und auch zwei Entrecôtes ohne zusätzliche Beilagen sind eine ganze Mahlzeit für eine Person.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Entrecôtes, à 300 g
- Öl

- 5 Champignons
- 1 TL Tomatenmark
- ¼ TL Honig
- 1 TL Ketjap-Manis
- ½ TL Pul biber
- 150 ml Gemüsefond
- Salz
- Pfeffer
- Butter

- ½ TL Sesamsaat

Zubereitungszeit: Garzeit 15–20 Min.

Champignons halbieren. Butter in einer Pfanne erhitzen. Champignonhälften einige Minuten darin anbraten. Tomatenmark in die Pfanne geben und etwas mitanbraten. Honig, Ketjap-Manis und Pul biber hinzugeben und auch mitbraten. Mit dem Fond ablöschen. Auf ein Drittel der Flüssigkeit reduzieren. Mit

Salz und Pfeffer abschmecken. Warmstellen.

Sesamsaat in in einer kleinen Pfanne ohne Fett einige Minuten braun anrösten.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Entrecôtes muss man vermutlich nacheinander zubereiten, da eines davon die Pfanne schon allein ausfüllt. Ein Entrecôte auf beiden Seiten – je nach Stärke des Steaks – jeweils 1–1 ½ Minuten (rare) oder 2–3 Minuten (medium) braten. Herausnehmen und warmstellen. Das zweite Entrecôte in der gleichen Weise zubereiten. Steaks auf einen Teller geben, Champignons dazugeben, Kräuterbutter auf die Steaks geben und etwas von der Sauce dazu. Champignons mit ein wenig Sesam überstreuen.

Hühnerfond



Alle Zutaten köchelnd im Bräter

Hühnerfond zum portionsweisen Einfrieren für die spätere Verwendung für Suppen, Eintöpfe, Saucen und Geflügelgerichte usw.

Mal schauen, was ich denn da an Zutaten dafür verwendet habe: 1 Suppenhuhn. Viel Gemüse – Knollensellerie, Wurzeln, Lauch, Weißkohl, Wirsing, Mangold, Zwiebeln, Knoblauch, Frühlingszwiebeln und Champignons. Im Grunde kann man das Gemüse verwenden, das man im Kühlschrank hat und dringend verbraucht werden muss. Frische Kräuter – Petersilie, Thymian und Oregano. Einige Gewürze im Ganzen – 3 frische Lorbeerblätter, 6 Wacholderbeeren, 6 Pimentkörner, 2 Nelken, 2 Kardamomkapseln, ½ TL Senfkörner und ¼ TL schwarzer Pfeffer. Und natürlich 2 TL grobes Meersalz.

Und die Vorgehensweise? Das Suppenhuhn über Nacht auftauen, aus der Verpackung nehmen und unter kaltem Wasser abspülen. Mit einem Hackbeil in grobe Stücke zerhacken. Im Bräter in Butter anbraten. Gemüse kleinschneiden – es muss nicht geschält werden, die Schale bei z.B. Zwiebeln, Knoblauch oder Wurzeln kann dran bleiben, da sie Geschmacksträger und Farbgeber für den Fond sind – und zum Suppenhuhn geben. Frische Kräuter und Gewürze hinzugeben und mit kaltem Wasser auffüllen, so dass der Bräter bis zum Rand gefüllt ist. Bei geringer Temperatur zugedeckt 4 Stunden köcheln lassen.

Danach Suppenhuhnteile und Gemüse herausheben und den Fond durch ein Sieb geben. Der Fond kann auch entfettet und/oder von Trübstoffen befreit/geklärt werden, indem man ihn durch ein frisches, saubereres Küchentuch gießt. Eventuell mit Salz abschmecken und/oder auch bei Bedarf einreduzieren. In Portionsbehälter füllen und ab in den Gefrierschrank.

Hähnchen asiatisch



Hähnchenbrustfiletstreifen mit Mangold und Chicorée auf Reis, mit Sesam garniert

Das vom Entenbrustfilet übrig gebliebenen Entenfett bot sich an, damit ein weiteres Geflügelgericht zu kochen. Diesmal Hähnchenbrustfilet, und zwar asiatisch zubereitet. In Streifen geschnitten und mariniert mit einer Mischung aus Sesamöl, Teriyaki-Sauce, Harissa-Paste und etwas Zitronensaft. Ganz authentisch ist die Marinade nicht, denn Harissa ist eine nordafrikanische Würzpaste. Alternativ kann man aber auch einfach eine rote, thailändische Chilischote verwenden, dann sind alle Zutaten wieder asiatisch. Wettmachen kann es aber auch der beim Kochen verwendete Szechuanpfeffer. Als Gemüse werden nur Mangold und Chicorée verwendet, womit das asiatische Wokgericht sehr puristisch aus nur drei Grundzutaten besteht. Traditionell wird hierfür zwar Chinakohl verwendet, aber Mangold und Chicorée haben eine ähnliche Konsistenz und Struktur.

Zutaten für 2 Personen:

Zutaten für die Marinade:

- 2 EL Teriyaki-Sauce
- 2 EL Sesamöl
- 1 TL Harissa-Paste
- ¼ Zitrone (Saft)

Zutaten für das Wokgericht:

- 1 Hähnchenbrustfilet, ca. 250 g
- 1 Mangoldblatt
- 1 kleiner Chicorée

- 1 TL Szechuanpfeffer
- ¼ Zitrone (Saft)
- Salz

- Entenfett (*alternativ:* Sesamöl)

- 1 TL Sesamsaat

- Basmatireis

Zubereitungszeit: Marinierzeit 2 Stdn. | Garzeit 12 Min.

Hähnchenbrustfilet einmal längs in zwei dünnere Scheiben schneiden, dann quer in Streifen. In eine kleine Schüssel geben, die Marinade darüber geben, alles gut vermischen und 2 Stunden marinieren lassen. Mangoldblatt und Chicorée quer zum Blatt bzw. zum Strunk in Streifen schneiden.

Basmatireis nach Anleitung zubereiten. Währenddessen das Fett im Wok erhitzen, Hähnchenbrustfiletstreifen aus der Marinade nehmen und zusammen mit den Gemüsestreifen ins das Fett geben. Einige Minuten pfannenrühren. Den Rest der Marinade mit etwas Wasser verdünnen und zum Fleisch und Gemüse hinzugeben, um eine Sauce zu bilden. Szechuanpfeffer in einem Mörser klein reiben und auch hinzugeben. Alles verrühren, mit Salz und etwas Zitronensaft abschmecken. Dann noch kurz Sesamsaat in einer kleinen Pfanne ohne Fett einige Minuten rösten.

Den Reis in Schalen anrichten, Fleisch, Gemüse und Sauce darüber geben und mit etwas Sesam bestreuen. Traditionell

Stäbchen dazu reichen.

Entenbrustfilet – mit Gorgonzola überbacken – mit Linsengemüse



Mit Gorgonzola überbackenes Entenbrustfilet mit Linsengemüse

Die braunen Linsen werden als erstes zubereitet, weil sie 30–35 Minuten vorgekocht werden. Verfeinert werden sie mit in Butter gebratener Schalotte und Knoblauch, für die Säure kommen Kapern und Crema di Balsamico hinzu und für Würze eingelegte Sardellen. Das Entenbrustfilet wird nach dem Braten einfach einige Minuten mit Gorgonzola überbacken.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Entenbrustfilet
- 50 g Gorgonzola

- ½ Tasse braune Linsen
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 ½ TL Kapern
- 4 eingelegte Sardellen
- Crema di Balsamico
- ¼ Zitrone (Saft)
- Salz
- Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 40 Min. | Garzeit 25 Min.

Linsen in kochendem Wasser 30–35 Minuten garen. Herausheben und beiseite stellen. Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Butter in einem kleinen Topf erhitzen. Schalotte und Knoblauch darin anbraten. Linsen hinzugeben und miterhitzen. Kapern kleinhacken, Sardellen kleinschneiden und beides hinzugeben. Etwas Rotweinessig dazugeben. Alles gut verrühren. Mit Salz und frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer großzügig würzen. Ein wenig Zitronensaft darüberträufeln. Warmstellen.

Das Entenbrustfilet auf der Hautseite rautenförmig mit einem scharfen Messer einritzen. Mit der Hautseite in eine kalte (!) Pfanne legen und diese auf dem Herd erhitzen. Dabei tritt sehr viel Fett aus, in dem die Hautseite 7 Minuten brät, bis sie kross und knusprig ist. Dann wenden und ebenfalls 7 Minuten auf der Fleischseite braten – um das Filet rare zuzubereiten. Herausheben, in eine kleine Auflaufform legen und abkühlen lassen. Dann mit einigen dünnen Scheiben Gorgonzola bedecken. Den Backofengrill auf 240 °C erhitzen und das Entenbrustfilet auf oberster Schiene etwa 4 Minuten überbacken, bis der Gorgonzola verlaufen und ein wenig gebräunt ist. Ein Würzen mit Salz und Pfeffer ist wegen des würzigen Gorgonzola nicht

notwendig. Zusammen mit den Linsen servieren.