Kalbslungenragout in Weißwein-Essig-Sahne-Sauce auf Semmelknödeln



Kalbslungenragout mit Semmelknödeln

Kalbslungenragout oder -gulasch ist unter vielen verschiedenen Begriffen bekannt, weil es auch verstärkt im österreichischen Raum zubereitet wird, und zwar unter Lüngerl, Beuscherl oder auch Haschee (dann eventuell sogar durch den Fleischwolf gedreht). Diese Zubereitung ist mit einer hellen, sauren Weißwein-Sahne-Sauce mit Kapern. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- ½ Kalbslunge, ca. 500 g
- viel Suppengrün (Knollensellerie, Lauch, Karotten, Meerrettich usw.)
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen

- ½ Bund Petersilie
- 4 Nelken
- 2 Lorbeerblätter
- 6 Wacholderbeeren
- 6 Pimentkörner
- 10 Pfefferkörner

- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 30 g Kapern
- Mehl
- Butter

- ¼ l trockener Weißwein
- 500 ml Gemüsesud
- 1 EL Crema di Balsamico bianco
- ½ Becher süße Sahne
- 1 Zitrone (Saft)
- 1 TL scharfer Senf
- 4–5 Zweige frische Petersilie
- 3 Zweige frischer Majoran
- 3 Zweige frischer Thymian
- Salz
- Pfeffer

- 6 Semmelknödel

Vorbereitungszeit: ca. 2 1/2 Stdn. | **Zubereitungszeit:** 1 Std.



Viel Suppengrün

Waschen Sie die Kalbslunge unter fließendem Wasser. Schneiden Sie das Suppengemüse in kleine Stücke. Spicken Sie die beiden Zwiebeln mit den Nelken. Geben Sie alles in einen großen Topf und dann die Gewürze dazu. Füllen Sie alles mit 1–1,5 l Wasser auf, bis alles bedeckt ist.



Ein frischer Kalbs-Lungenflügel

Nehmen Sie einen sehr großen Topf, denn zum einen wird die Lunge sicherlich in dem Topf ganz oben schwimmen, weil es aufgrund seiner Funktion im Körper ein sehr luftiges und leichtes Gewebe ist. Zum anderen dehnt sich die Lunge beim Garen aus und nimmt dann mehr Platz im Topf ein. Lassen Sie die Kalbslunge 2 Stunden im Gemüsesud bei geringer Hitze köcheln.



Gekochte Kalbslunge

Nehmen Sie die Kalbslunge heraus und lassen sie abkühlen. Den Gemüsesud können Sie noch für Saucen oder Suppen verwenden und portionsweise einfrieren, nachdem Sie das Gemüse und die Gewürze herausgesiebt haben. Schneiden Sie die Kalbszunge in 3–4 cm lange und 1 cm breite Streifen.

Schälen Sie die Zwiebeln und Knoblauchzehen und schneiden sie klein. Zerkleinern Sie Petersilie, Majoran und Thymian mit einem Wiegemesser. Erhitzen Sie Butter in einem Topf und braten die Zwiebel- und Knoblauchstücke darin an. Wenn sie ein wenig gebräunt sind, geben Sie etwas Mehl hinzu, um eine

Mehlschwitze zu machen. Geben Sie die Kapern hinzu und das Essigwasser, in dem die Kapern eingelegt waren. Löschen Sie mit dem Weißwein ab. Dann geben Sie entweder 500 ml von dem Gemüsesud, in dem Sie die Kalbslunge gekocht haben, hinzu oder einen anderen frischen Gemüsesud. Lösen Sie dabei die Röststoffe vom Boden des Topfes. Geben Sie noch die Sahne und den Balsamicoessig hinzu. Dann den Senf und den Zitronensaft. Fügen Sie die Kräuter hinzu und schmecken mit Salz und Pfeffer ab.

Wenn die Sauce zu dünnflüssig ist, geben Sie mit einem Rührbesen noch etwas Mehl hinzu, um sie einzudicken. Dann geben Sie die kleingeschnittene Lunge hinzu und köcheln alles noch 20 Minuten, um die Aromen zu binden. Während dieser Zeit bereiten Sie die Semmelknödel zu.

Bereiten Sie jeweils 3 Semmelknödel auf einem Teller zu, übergießen sie mit dem Kalbslungenragout und garnieren alles mit kleingeschnittenem Schnittlauch.

Heute gab es nur … eine Tiefkühlpizza ;–(

Nach einigen stressigen Tagen und einem anstrengenden Arztbesuch hatte ich heute keinen Nerv mehr zum Kochen. Gefrierschrank auf, Tiefkühlpizza raus, Backofen anstellen, Tiefkühlpizza rein, feddisch, essen.

Aber freut Euch, am Wochenende gibt es ein Rezept zu Beuscherl, Lüngerl oder Haschee – nämlich zu einem Kalbslungenragout. Seid gespannt!

Nierenschnitten



Überbackene Nierenschnitten

Nierenschnitten sind ein traditionelles, warmes Zwischengericht in Hamburg. Ich habe das Rezept ein wenig abgewandelt, weil es mir nicht mehr zeitgemäß erschien. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 1 Kalbsniere, ca. 500 g
- 1 rote Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 30 g eingelegte grüne Pfefferkörner
- Salz
- Pfeffer
- frisch gemahlener Koriander
- Mehl

- Butter
- 200 ml Wasser

- 1–2 EL Madeira
- 2–3 EL Worcestershiresauce

- 1/2 Chiabatta
- 50 g geriebener Gouda
- 50 g geriebener Parmesan

Zubereitungszeit: ca. 40 Min.

Schneiden Sie die Zwiebel und die Knoblauchzehen in kleine Stücke. Würzen Sie die Kalbsniere mit Salz, Pfeffer, frisch gemahlenem Koriander und bestäuben sie mit Mehl. Erhitzen Sie die Butter in einem Topf. Braten Sie die Zwiebel und Knoblauchzehen darin an. Geben Sie die Pfefferkörner hinzu. Dann geben Sie die Kalbsniere im Ganzen hinzu. Nachdem alles einige Minuten geköchelt und Flüssigkeit gezogen hat, geben Sie 200 ml Wasser hinzu und lassen alles weiter köcheln. Die Kalbsniere sollte dann nicht länger als 10 Minuten köcheln, damit sie innen noch rosé bleibt. Wenn sie zu sehr köchelt, wird sie zu sehr durch und hart.

Nehmen Sie die Kalbsniere heraus. Geben Sie Madeira und Worchestershiresauce hinzu. Lassen Sie die Sauce auf ein Viertel reduzieren. Geben Sie etwas Mehl hinzu und binden die Sauce.

Die Kalbsniere nur klein zu schneiden, erschien mir für den weiteren Verwendungszweck nicht adäquat, gerade, wenn sie als Brotaufstrich verwendet werden soll. Also habe ich sie nur grob kleingeschnitten und zusammen mit der reduzierten und gebundenen Sauce in ein größeres Rührgefäß gegeben. Dort pürieren Sie mit einem Pürierstab die Kalbsniere mit der Sauce zu einem streichfähigen Brotaufstrich. Schmecken Sie den Brotaufstrich vor dem Servieren noch mit Salz, Pfeffer und Koriander ab.



Pürierte Kalbsniere auf Chiabatta

Schneiden Sie das halbe Chiabatta in dünne Scheiben. Geben Sie von dem Nierenaufstrich darauf. Mischen Sie den frisch geriebenen Parmesan mit dem Gouda und geben Sie das auf die Nierenschnitten. Stellen Sie alles in die Mikrowelle (mit Grill), in der Sie die Schnitten mit dem Grill für 10 Minuten bei ca. 250 °C überbacken.

Frittiertes Kuheuterfleisch mit Pommes frites



Frittierte Kuheuterfleischscheiben mit Pommes frites

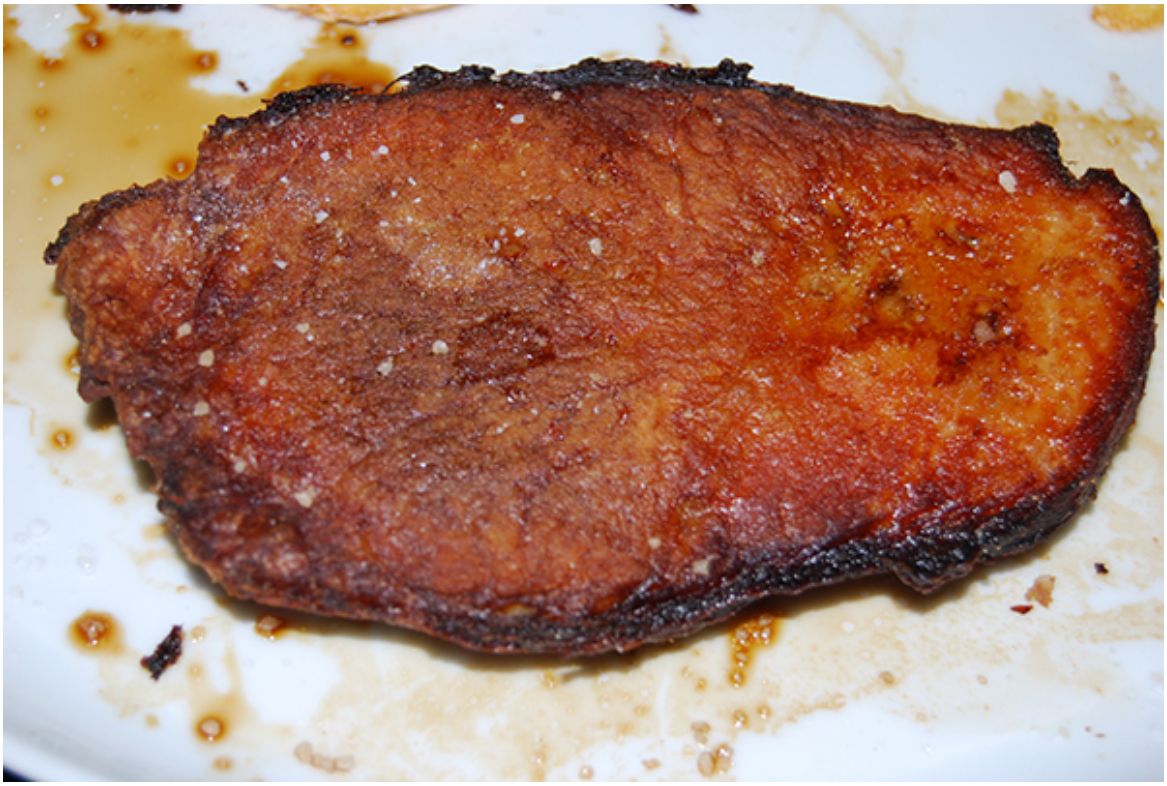
Kuheuterfleisch kann man auch frittieren. Man schneidet das zuvor gekochte Fleisch in Scheiben, erhitzt die Friteuse auf ca. 185 °C und frititert das Fleisch darin sehr kross. Dann nimmt man es heraus, stellt es warm und da die Friteuse ja sowieso schon angeschaltet ist, gibt man noch eine halbe Tüte tiefgefrorene Pommes frites in die Friteuse, damit man gleich eine Beilage hat. Die Pommes nach dem Frittieren kräftig salzen. Die warmgestellten, frittierten Kuheuterstücke würzt man noch etwas mit einer hellen Sojasauce, um mehr Geschmack hinzuzufügen. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 500 g Kuheuter, zuvor schon im Gemüsesud gekocht
- 300–400 g Pommes frites
- Helle Sojasauce
- Salz

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Die Zubereitung ist oben schon beschrieben. ;–)



Na, sieht diese frittierte Kuheuterfleischscheibe nicht schon (fast) wie ein angebratenes Rumpsteak aus?

Paniertes Kuheuterschnitzel mit Salzkartoffeln und Meerrettichsauce

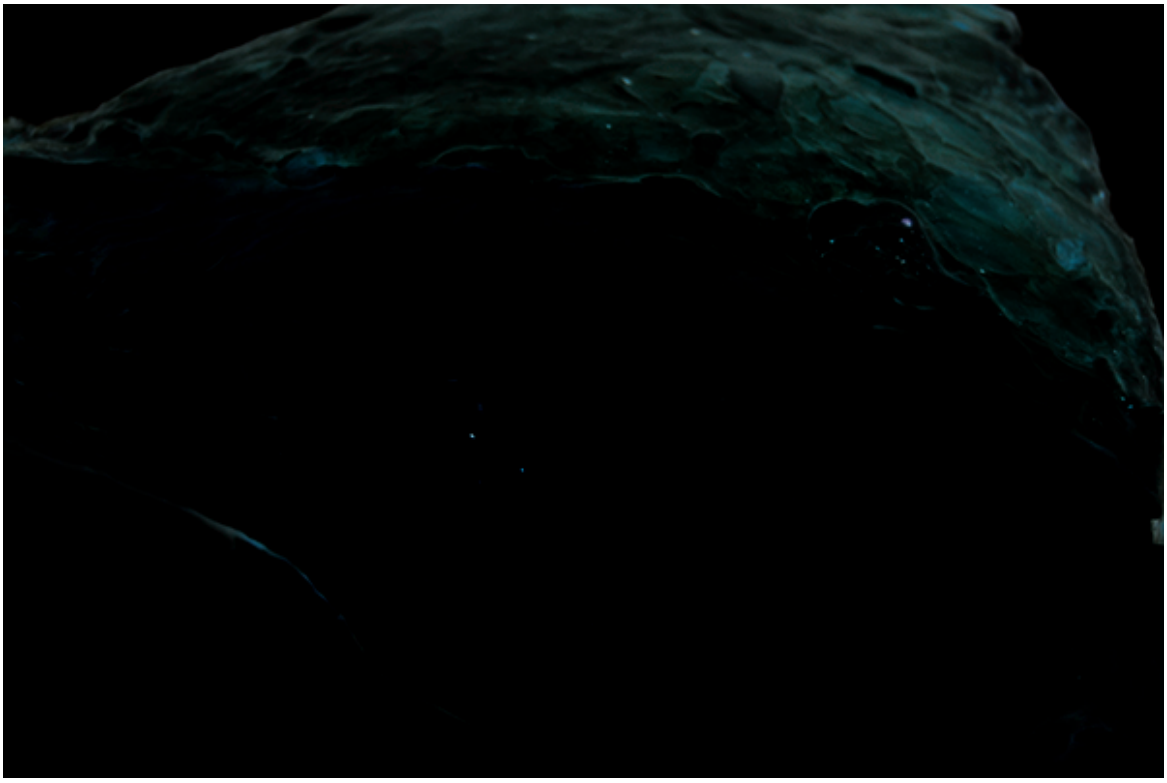


Panierte Kuheuterschnitzel mit Salzkartoffeln, mit Meerrettichsauce, kleingeschnittenem Schnittlauch und Zitronenscheiben garniert

Kuheuterschnitzel ist ein Arme-Leute-Essen und galt in Deutschland bis in die Nachkriegszeit als preiswerter Ersatz für Schnitzelfleisch, weil dieses einfach zu teuer war. Auch in der früheren DDR wurde es gegessen. In Berlin gibt es heute noch Kuheuterschnitzel als traditionelles Gericht „Berliner Schnitzel“. Dieses Rezept entspricht diesem Traditionsgericht in etwa, bis auf die Variante der Beimischung von geriebenem Parmesan zur Panade.

Kuheuter ist heutzutage leider nur sehr schwer zu bekommen und muss meistens bei einem Schlachter Ihrer Wahl vorbestellt werden. Bestellen Sie möglichst kein ganzes Euter, sondern nur ein halbes Euter oder 1 kg, wenn dies möglich ist, denn ein ganzes Euter hat ein Gewicht von ca. 6 kg. Dafür ist es preiswert und kostet Sie etwa € 3,– pro Kilo.

Wie manche andere Innereien muss Kuheuter zunächst für einige Stunden in einer Schüssel mit kaltem Wasser gewässert werden.



Rohes, gewässertes Kuheuter

Dann kochen Sie das Stück Kuheuter im Ganzen in einem großen Topf in einem Gemüsesud mit Suppengemüse, eventuell einigen frischen Kräutern wie Lorbeer und Liebstöckl und Gewürzen wie Nelken, Wacholderbeeren und Pimet für 2–3 Stunden.



Viel Suppengrün für den Gemüsesud

Nach dem Kochen und dann Abkühlen wird das Kuheuter in fingerdicke Scheiben geschnitten. Die weitere Zubereitung entspricht in etwa der eines Wiener Schnitzels.



Hier zeigt sich schon, warum das gekochte Kuheuter als Ersatz für Schnitzelfleisch verwendet wird, denn es hat eine fast ähnliche Konsistenz

Zutaten für die Meerrettichsauce

- 1 Meerrettichwurzel
- 50 g Butter
- Mehl
- 250 ml Gemüsefond
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- brauner Zucker

Zubereitungszeit: 20 Min.

Die Butter mit etwas Mehl in einem kleinen Topf anschwitzen und dann mit dem Gemüsefond ablöschen. Als Fond habe ich von dem Gemüsesud verwendet, den ich zum Kochen von Schweineohren

verwendet habe und der den Vorteil hat, dass er relativ viel Gelatine von den Schweineohren enthält. Reiben Sie eine Meerrettichwurzel auf einer Küchenreibe fein und geben dies in den Fond hinzu. Köcheln Sie unter ständigem Rühren alles bei geringer Hitze, bis die Sauce dick genug und auch von gewünschter Schärfe ist. Dann würzen Sie alles mit Salz, Pfeffer, etwas frisch geriebenem Muskat und einer Prise braunem Zucker.

Zutaten

- 2 Scheiben Kuheuter, gekocht
- 2 Eier
- einige EL Paniermehl
- 50 g geriebener Parmesan
- Mehl
- 1 Zitrone
- Salz
- Pfeffer
- Öl
- Butter

400 g Kartoffeln

Zubereitungszeit: 20 Min.

Reiben Sie den Parmesan auf einer Küchenreibe fein und vermischen ihn mit dem Paniermehl. Geben Sie die Mischung auf einen großen Teller. Auf einem anderen Teller verteilen Sie etwas Mehl. Verquirlen Sie die Eier in einem dritten Teller.

Salzen und pfeffern Sie die Euterscheiben von beiden Seiten. Dann wenden Sie sie erst in Mehl, dann jeweils zwei Male hintereinander im Ei und der Panade. Geben Sie Öl und etwas Butter in eine große Pfanne und braten die Schnitzel von beiden Seiten goldbraun an. Das Kuheuterschnitzel ist ein ebenwertiger Ersatz für ein Schnitzelfleisch, ebenso wie es für viele Vegetarier das Tofuschnitzel für das Schnitzelfleisch ist. Sonst kann Ihnen nur Ihre Psyche einen

Streich spielen, wenn Sie Kuheuterschnitzel das erste Mal essen. Mir erging es so, dass ich das panierte Schnitzel sehr lecker fand, aber ich dachte mir dabei, „Mmmpppff, ich esse gerade Kuheuter, das habe ich noch nie in meinem Leben getan!“ Nun ja, beim dritten oder vierten Kuheuterschnitzel hat sich das dann gelegt und das Gericht gehört zum üblichen Speiseplan dazu.

Kochen Sie rechtzeitig vorher noch Salzkartoffeln, die Sie zu den Kuheuterschitzeln servieren. Zu dem Gericht reichen Sie dann noch die vorher zubereitete Meerrettichsauce, die Sie nochmals erhitzen, dazu einige Zitronenscheiben für die panierten Schnitzel und garnieren alles mit kleingeschnittenem Schnittlauch.

Pommes forever …



Frisch frittierte und gesalzene Pommes frites – lecker!

Zur Zeit leide ich an einer Zahnwurzelentzündung, sprich: dicke linke Wange, geschwollene Oberlippe und Penicillineinnahme. Und das Beste ist: Termin beim Kieferchirurgen kommende Woche. Ich könnte schreien wie bei Zalando – nur negativ! Bestimmt renne ich kommende Woche vor dem Termin wieder davon als alter Angsthase vor Zahnärzten und solchen Chirurgen.

Dass es mir dabei nicht gut geht und ich nicht wie sonst das Interesse habe, gemütlich und entspannt drei Stunden lang ein neues Gericht zu kreieren, einzukaufen, zuzubereiten, zu kochen, zu genießen und dann zu bloggen, versteht sich von selbst, oder? Nun, nur zum Lieferservice treibt es mich dennoch nicht.

Stattdessen war heute folgendes angesagt – auch wieder eines der kürzesten Rezepte in meinem Blog:

- Gefrierschrank öffnen und die Packung mit den tiefgefrorenen Pommes frites entnehmen.
- Friteuse anschalten, 10 Minuten auf Betriebstemperatur warten und eine gute Portion darin fritieren.
- Herausnehmen, auf einen Teller geben, kräftig salzen und sich wieder vor den Fernseher setzen.

Fertig. Und der Hunger ist gegessen. Und ich kann versuchen, mich trotzdem etwas zu entspannen, auch wenn es wegen des geschwollenen Gesichts und des bevorstehenden Termins beim Kieferchirurgen schwerfällt. *kreisch* ;–)

Erbsensuppe mit Schweineohr

und Steckrüben



Erbsensuppe mit Schweineohr und Steckrüben, mit Schnittlauch garniert

Diesmal die angeblich „klassische“ Zubereitung – gemäß einiger Kollegen und anderer Köche – mit Erbsensuppe. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 250 g geschälte, grüne Erbsen
- 1 Schweineohr, vorher im Gemüsesud gegart
- ½ Steckrübe
- 4–5 Zweige Liebstöckl
- 4 Tassen vom Gemüsesud, in dem das Schweineohr gekocht wurde
- 4 Tassen Wasser
- Salz
- Pfeffer

Zubereitungszeit: ca. 2 ½ Stdn.



Erbsen mit Steckrüben, Liebstöckl und Gewürzen

Die Erbsen in einen großen Topf geben. Den Gemüsesud und das Wasser hinzugeben. Die halbe, geschälte und in grobe Stücke geschnittene Steckrübe hinzugeben. Dann den kleingeschnittenem Liebstöckl. Schließlich kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Lassen Sie alles zwei Stunden bei geringer Hitze mit zugedecktem Topf köcheln.

Die Erbsen quellen dabei auf und setzen sich am Boden des Topfes ab. Die Steckrübenstücke schwimmen jedoch oben. Nehmen Sie nach der Garzeit die Steckrübenstücke mit einem Schöpflöffel heraus. Pürieren Sie die gekochten Erbsen in der Brühe mit einem Pürierstab fein, so dass es eine pürierte Suppe ergibt.

Geben Sie die Steckrübenstücke wieder hinein. Schneiden Sie das Schweineohr quer in zwei Hälften und dann längs in dünne Streifen. Geben Sie sie in die Suppe hinein und erhitzen die Suppe. Nochmals abschmecken, bei Bedarf eventuell mit einem halben Brühwürfel für eine Gemüsebrühe nachwürzen.

Übrigens, wenn Sie es gern etwas schärfer möchten: Die

Erbensuppe kann gut 1–2 Chilischoten an Schärfe vertragen. Diese sollten Sie aber von Anfang an mitköcheln.

In großen Suppentellern anrichten und mit kleingeschnittenem Schnittlauch garnieren.

Gebratenes Schweineohr mit Sauerkraut und Rührei mit Speck



Gebratenes Schweineohr (links vorne), Sauerkraut (hinten) und Rührei mit Speck (rechts vorne), mit Schnittlauch garniert

Diesmal habe ich das zuvor im Gemüsesud gekochte Schweineohr kleingeschnitten und in Butter angebraten. Dazu Sauerkraut – in ein wenig trockenem Weißwein gegart – und Rührei mit in

Butter gebratenem Speck. Das Gericht ist etwas fett, es bietet sich also an, nach dem Verzehr einen kleinen, eisgekühlten Korn oder Schnaps für die Verdauung zu genießen. Das Rezept ist für eine Person.

Zutaten:

- 1 Schweineohr, zuvor in Gemüsesud gekocht
- 2 Eier
- 75 g geräucherten, durchwachsenen Speck
- 150 g Sauerkraut (aus dem Glas)
- etwas trockener Weißwein
- Salz
- Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: 30 Min.

Schneiden Sie den Speck in kleine Stücke und braten ihn in einer kleinen Pfanne in Butter schön kross an. Herausnehmen und warmstellen. Scheiden Sie das gekochte Schweineohr einmal quer in zwei Hälften und dann längs in kleine Streifen. Erhitzen Sie Butter in einer großen Pfanne und geben die Butter, in der Sie den Speck gebraten haben, hinzu.

Braten Sie das kleingeschnittene Schweineohr in der Pfanne für 10–15 Minuten bei ständigem Wenden braun und kross an. Das Schweineohr zeigt ähnliche Eigenschaften beim Braten in der Butter wie Pansen, der auch zu den Innereien gehört. Es wird mit zunehmendem Anbraten schön kross und knusprig, aber geliert auch ein wenig in der Pfanne und bildet Flüssigkeit.

Parallel dazu verquirlen Sie zwei Eier in einer Schüssel, salzen und pfeffern sie und braten sie in einer zweiten Pfanne. Auf einem Teller anrichten und den gebratenen Speck darüber geben. Die gebratenen Schweineohrstücke ebenfalls auf dem Teller anrichten und alles warmstellen. Nun noch das Sauerkraut in der Pfanne in der Butter erhitzen, ein wenig Weißwein hinzugeben und für einige Minuten köcheln. Ebenfalls

auf dem Teller anrichten. Schnittlauch klein schneiden und das Gericht damit garnieren.

Frittierte Schweineohren



Rohe Schweineohren

Von meinem Schlachter brachte ich dieses Mal sech Schweineohren mit. Die Ohren sind ziemlich groß, größer als eine Handfläche mit den Fingern dazu. Ich habe sie zunächst in einem Gemüsesud mit viel Suppengemüse gekocht. Das Schweineohr besteht eigentlich – wie wir es von unseren Ohren her kennen – aus Knorpel, das mit einer Hautschicht umgeben ist. Durch das lange Köcheln im Sud ist dann aber auch der Knorpel essbar.

Der Gemüsesud, der nach dem Köcheln übrig bleibt, nachdem man die Ohren und das mitgeköchelte Gemüse entfernt hat, hat einen großen Vorteil: Der Gemüsefond geliert sehr schnell und bildet durch die mitgekochten Schweineohren in kaltem Zustand festen

Aspik. Also, in warmem Zustand noch mit einem Brühwürfel ein wenig unterstützt und mehr Geschmack gegeben und dann mit Aspik in der Gefriertruhe für die weitere Verwendung für Saucen einfrieren.



Schweineohren in einem Gemüsesud gekocht und zerkleinert

Mein erster Versuch war der, ein Schweineohr kleingeschnitten in der Friteuse zu fritieren. Das bot sich als erstes an. Also, ein Schweinohr aus dem Sud nehmen, in kleinere Stücke schneiden, das Fett in der Friteuse auf 180 ºC erhitzen und die Schweineohrstücke im siedenden Fett ca. 5 Minuten frittieren.

Die Friteuse hat ein einfaches Wirkprinzip: Je weniger Geräusche das siedende Fett macht, desto mehr Wasser ist aus dem Fritiergut entwichen, desto mehr ist es gegart und desto eher ist man am Ende des Fritierprozesses.



Fritierte Schweineohrenstücke

Von dem großen Schweineohr blieben am Ende nur einige knusprig und kross frittierte Stücke über, die man einfach „so weghauen“ konnte. Ich schlage vor, diese Zubereitung für Partys zu verwenden, wenn man Krosses zum Knabbern braucht. Dazu eignet es sich sehr gut.

Adventsexperiment: Schweinebraten in Weihnachtsplätzchen mariniert



Mit Weihnachtsplätzchen marinierter Schweinebraten mit Eierspätzle, viel Sauce und mit Schnittlauch garniert

Endlich wieder ein Gericht ganz nach dem „Nudelheissundhos“-Motto: Fleisch mit Pasta und viiiiiiel Sauce! Aber beginnen wir von vorne: Ich saß vor den beiden Tüten mit Weihnachtsplätzchen, die mir meine Mutter – wie immer seit 30 Jahren zur Adventszeit – geschickt hatte. Mir schmecken diese Plätzchen seit einigen Jahren nicht mehr, weil es immer die gleichen Plätzchen sind. Mancher bezeichnet das als Tradition, ich bezeichne das als fehlende Kreativität und Inspiration, Neues auf den Weg zu bringen.

Also, was kann man mit Weihnachtsplätzchen noch machen, als sie an einem Adventssonntag zu essen? Ich dachte mir: Mit ihnen kochen! Die erste Idee, die ich hatte, war, einige der Plätzchen in einem Mörser zu zerkleinern, einen Braten damit zu panieren, ihn in Butter anzubraten und dann eine Sauce zuzubereiten.

Dann sagte mir jedoch ein Nachbar, dem ich diese Idee unterbreitete und der ausgebildeter Koch ist, dass dies problematisch werden könne. Die Weihnachtsplätzchen und die

darin verwendeten Gewürze wie Zimt, Vanille, Koriander usw. in der Panade könnten beim Anbraten leicht schwarz werden und diese Bitterstoffe dann in die Sauce übergehen. Das erschien mir einleuchtend. Er schlug stattdessen vor, die zerkleinerten Weihnachtsplätzchen in Olivenöl zu geben, den Braten darin für mehrere Stunden zu marinieren und so die Geschmacksstoffe auf den Braten zu übertragen. Gesagt, getan, so habe ich es dann auch gemacht. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 600 g Karbonadenlachs (oder ein anderer Schweine- oder auch Kalbsbraten)
- 8–10 Weihnachtsplätzchen
- Olivenöl

- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 TL eingelegte grüne Pfefferkörner
- 5 cl Weinbrand (über 30 % Volumenalkohol)
- 100 ml trockener Weißwein
- 200 ml Gemüsefond
- 100 ml Sahne
- 2 EL von der Weihnachtsplätzchenmarinade

- Salz
- Pfeffer
- frisch gemahlener Koriander
- Butter

- 400 g Eierspätzle

Marinierzeit: 24 Stdn. | **Zubereitungszeit:** 1 Std.

Verwenden Sie verschiedene Weihnachtsplätzchen wie Buttergebäck, Spritzgebäck, Anisplätzchen, Zimttaler, Lebkuchen oder ähnliches, jedoch kein reines Marzipangebäck oder Plätzchen mit viel geschlagenem Eiweiß, weil sich

letztere nicht zum Zerkleinern im Mörser und für eine Marinade eignen. Zerkleinern Sie die Plätzchen in einem Mörser, geben alles in einen Gefrierbeutel, geben eine ordentliche Menge Olivenöl hinzu und dann den Braten. Verschließen Sie den Gefrierbeutel, kneten den Beutel mit dem Braten und der Marinade mehrere Minuten ordentlich durch und legen ihn über Nacht in den Kühlschrank.

Schälen Sie Zwiebel und Knoblauchzehen und schneiden sie ebenso wie die Lauchzwiebeln klein. Braten Sie sie einem großen Topf mit Butter an. Geben Sie die Pfefferkörner hinzu. Alles ein wenig köcheln und Flüssigkeit ziehen lassen. Alles aus dem Topf nehmen und warmstellen. Geben Sie erneut Butter in den Topf, nehmen den Braten aus der Marinade, würzen ihn von beiden Seiten mit Salz, Pfeffer und Koriander und braten ihn von beiden Seiten mehrere Minuten an. Die Marinade aufbewahren. Nachdem Sie den Braten von beiden Seiten angebraten haben, geben sie das Gemüse wieder hinzu. Dann den Weinbrand. Flambieren Sie alles, bis der Alkohol des Weinbrands verbrannt ist.

Löschen Sie mit dem Weißwein ab. Dann geben Sie den Gemüsefond hinzu und schließlich noch die Sahne. Geben Sie auch noch 2 EL der Marinade mit den gemahlenen Weihnachtsplätzchen dazu. Lassen Sie alles im Topf mit Deckel darauf etwa 30 Minuten köcheln, bis der Braten à point gegart ist und die Sacue sich gebunden hat. 15 Minuten vor Ende der Garzeit bereiten Sie noch die Pasta zu. Mangels echter, frischer, italienischer Pasta musste ich diesmal zu schwäbischen Eierspätzle greifen, aber auch diese taten ihren Dienst.

Den Braten in Scheiben schneiden, auf Tellern anrichten, die Spätzle darauf anrichten, mit viiiiiiel Sauce übergießen und mit frischem Schnittlauch garnieren.

Fazit? Adventsexperiment missglückt, weil fast nichts von dem Aroma der Weihnachtsplätzchen in den Braten oder die Sauce übergegangen ist – bis auf eine gewisse Süße in der Sauce.

Erfolg, weil es dennoch einen Braten mit hervorragender Sauce und Pasta ergeben hat.

Die Geschichte geht weiter …

… denn ich habe gerade bei meinem Schlachter 8,5 kg frisches Fleisch und Knochen abgeholt – für schlappe € 23,– insgesamt, also gerade mal € 3,– pro Kilogramm. Darunter waren ein halbes Kuheuter, Kalbslunge, Schweinepfoten, Schweineohren und Kalbsknochen. Also, zieht Euch warm an und macht Euch bereit für neue Rezepte, die manche doch eher als „Schweinkram“ einstufen … *lach* ;–)

Bulgur mit Hackfleisch in Wermut-Curry-Sahne-Sauce



Bulgur mit Hackfleisch in Wermut-Curry-Sahne-Sauce, mit frischen Minzblättern angerichtet

Mit Wermut kochen bedeutet immer: Es wird eine süße Sauce. Da ändern auch das scharfe Currypulver oder die sauren Kapern und der Balsamicoessig nichts daran. Sie wirken höchstens ein wenig ausgleichend. Es bleibt aber dabei, die Sauce bleibt süß. Darauf sollten Sie sich einstellen. Das Interessante dabei ist, dass der Alkohol des Wermuts verkocht, die Süße aber bleibt. Somit sind solche Gerichte mit Wermut auch ideale Zubereitungen für Kinder, die gern Süßes mögen. Denn der Alkohol der Spirituose ist nach dem Kochen verflogen. Keine Gefahr mehr. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 250 g Rinder- und Schweinehackfleisch
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Karotte
- eine kleine Portion getrocknete Shiitake-Pilze
- 2 frische Lorbeerblätter

- 200 ml Wermut (z.B. weißer Martini)
- 200 ml Gemüsefond
- 100 ml Sahne
- ½ Brühwürfel für ca. 250 ml Flüssigkeit
- 30 g Kapern
- 1 EL Crema di Balsamico bianco
- 3 ½ TL Hot Madras Curry Pulver
- 0,1 g natureller (nicht gemahlener) Safran
- Salz
- Pfeffer
- Butter

- 2 Tassen Bulgur

Einweichzeit: 1 Std. | **Zubereitungszeit:** 2 Stdn.

Zuerst legen Sie die getrockneten Shiitakepilze für eine Stunde in eine Schüssel mit kaltem Wasser. Schälen Sie die Zwiebeln, die Knoblauchzehen und die Karotte. Zwiebeln und Knoblauch schneiden Sie in kleine Stücke. Die Karotte raspeln Sie durch ein Reibebrett klein. Geben Sie Butter in einen Topf und das Gemüse hinzu. Dann noch das Hackfleisch und die Lorbeerblätter. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles mit zugedecktem Topf ca. 10 Minuten köcheln und Flüssigkeit ziehen lassen.

Mit dem Wermut ablöschen, den Gemüsefond hinzugeben, dann die Sahne und nochmals mit dem halben Brühwürfel würzen. Die Kapern, den Balsamicoessig, das Currypulver und den Safran hinzugeben. Alles gute 1–1 ½ Stunden bei kleiner Hitze ohne Deckel köcheln und reduzieren lassen. 20 Minuten vor Ende Garzeit setzen Sie zwei Tassen Bulgur mit 8 Tassen Wasser in einem Topf auf, lassen das Wasser kurz aufkochen und den Bulgur noch 20 Minuten darin ziehen.

Richten Sie den Bulgur in tiefen Tellern an, geben Sie von der Hackfleischsauce darauf und garnieren alles noch mit viel frischer Minze.

Schweinekrustenbraten in Sherry-Kräuter-Sahne-Sauce



Schweinekrustenbraten mit Speckscheiben und Kartoffeln in Sherry-Kräuter-Sahne-Sauce

Dieser Schweinebraten mit schöner Kruste gelingt in dieser Sauce mit Sherry, Sahne und vielen frischen Kräutern sehr gut. Je nach persönlichem Geschmack können Sie bei den Kräutern für die Sauce variieren, etwas mehr oder weniger Minze oder eben Melisse nehmen. Oder ganz andere Kräuter verwenden, die Sie gerade frisch vorrätig haben, wie Thymian, Majoran, Estragon oder Petersilie. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 600 g Schweinekrustenbraten, in einer dicken Scheibe
- 1 Scheibe Edamer
- 6–8 Blätter frischer Salbei

- 3 Scheiben geräucherter Bauchspeck
- 1 ½ TL scharfer Senf
- Salz
- Pfeffer
- Koriander
- 3 Zahnstocher zum Zusammenheften

- 2 Zwiebeln
- 4–5 Knoblauchzehen
- Butter
- 100 ml trockener Sherry
- 200 ml Sahne
- 200 ml Gemüsefond
- viele frische Kräuter: Rosmarin, Schnittlauch, Liebstöckel, Minze, Melisse, Lorbeer
- 6 Wacholderbeeren
- frischer Muskat
- 1 ½ EL Mehl

- 300–400 g Kartoffeln

Zubereitungszeit: 1 ½ Stdn.

Schneiden Sie die dicke Scheibe des Schweinekrustenbratens längs in der Mitte auf, als wenn Sie ihn für ein Cordon Bleu füllen wollten. Dann nehmen Sie die Scheibe Edamer, falten sie in der Mitte und belegen sie im Inneren mit den Salbeiblättern. Die gefaltete Käsescheibe schieben Sie dann in den aufgeschnittenen Schweinebraten. Dann würzen Sie den Braten von beiden Seiten mit frisch gemahlenem Salz, Pfeffer und Koriander. Nun nehmen Sie drei Scheiben geräucherten Bauchspeck und bestreichen sie jeweils mit einem halben Teelöffel scharfem Senf. Dann umhüllen Sie den Schweinekrustenbraten mit den drei Speckscheiben und befestigen diese mit jeweils einem Zahnstocher durch den Braten hindurch.



Schweinekrustenbraten mit Käse und Salbei gefüllt und mit Speckscheiben umhüllt

Zerkleinern Sie die frischen Kräuter. Schälen Sie Zwiebeln und Knoblauchzehen und schneiden sie in kleine Stücke. Erhitzen sie in einem großen Topf Butter und braten Sie Zwiebeln und Knoblauchzehen darin an. Alles etwas köcheln und ein wenig braun werden lassen. Dann geben sie den Sherry, die Sahne und den Gemüsefond hinzu. Geben Sie ebenfalls die frischen Kräuter und die Wacholderbeeren hinzu und würzen alles mit frischer Muskatnuss. Lassen Sie alles ein wenig reduzieren.



Viele frische Kräuter für die Sauce …

Dann geben Sie den Schweinekrustenbraten in die Sauce hinzu. Auch wenn die Sauce den Braten nicht ganz bedeckt, lassen Sie ihn bei abgedecktem Topf einfach ca. 1 Stunde köcheln. Wobei Sie den Braten nach 30 Minuten einmal umdrehen, damit er von beiden Seiten in der Sauce gegart wurde.



Schweinekrustenbraten im Topf in der Kräutersauce

Setzen Sie ca. 20 Minuten vor Ende der Garzeit die Kartoffeln auf und garen sie. Da ich fast immer Biokartoffeln kaufe, bereite ich diese mit Schale zu und schäle sie nicht vor der Zubereitung. Sie werden auch mit Schale serviert.

Vor dem Servieren dicken Sie die Kräutersauce noch mit etwa 1 ½ EL Mehl ein, damit sie ein wenig sämiger wird. Nehmen Sie dann zum Zubereiten den Schweinekrustenbraten aus der Kräutersauce heraus und halbieren ihn für zwei Personen. Richten Sie jeweils einen Teil auf einem Teller an, geben die gegarten, eventuell zerkleinerten Kartoffeln hinzu und übergießen alles mit viel Kräutersauce. Übrigens, wenn sie vom Braten noch etwas übrig haben, auch am darauffolgenden Tag ist er mit frischer Tagliatelle rosso und viel Kräutersauce überaus schmackhaft.



Auch am darauffolgenden Tag mit frischer Tagliatelle rosso eine schöne zweite Portion

Scharfe Papardelle



Papardelle mit scharfer Hackfleischsauce

Bei dieser Pasta mit Hackfleischsauce entschied ich mich bewusst für die halbe Bih Jolokia Schote, weil ich es einmal wieder sehr scharf haben wollte, so dass beim Essen richtig der Mund brennt. Der Orangensaft mildert die Schärfe etwas. Wenn Sie es noch abgemilderter haben möchten, geben Sie zum Schluss noch etwas Honig in die Sauce. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 500 g Rinderhackfleisch
- 3 Tomaten
- 2 rote Zwiebeln
- 5 Knoblauchzehen
- ½ Bih Jolokia Schote

- 2 große Zweige frischer Rosmarin
- 2 frische Lorbeerblätter
- 1 EL Tomatenmark
- 100 ml Madeira
- 100 ml Portwein
- 250 ml Rinderfond
- 2 Orangen (Saft)
- Salz
- Olivenöl

- 300 g frische Papardelle

Zubereitungszeit: 1 ½ Stdn.

Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. Knoblauchzehen ebenfalls schälen, dann mit einer Gabel zerdrücken, etwas grobes Meersalz dazu geben und zerdrücken und vermischen. Die Tomaten in kleine Stücke schneiden.

Das Öl in einem Topf erhitzen und das Hackfleisch, die Zwiebeln und die Knoblauchzehen darin anbraten. Lassen Sie alles mit Deckel auf dem Topf ca. 10 Minuten garen und Flüssigkeit ziehen, wobei Sie alles desöfteren umrühren. Dann geben Sie das Tomatenmark hinzu. Dieses nur bräunen und nicht anbrennen lassen und dabei alles kräftig umrühren. Geben Sie die Kräuter im Ganzen hinzu. Löschen Sie mit dem Madeira ab. Lassen Sie diesen ca. 10 Minuten bei hoher Hitze reduzieren, bis fast keine Flüssigkeit mehr in der Hackfleischmischung ist. Dann gießen Sie mit dem Portwein ab und reduzieren diesen ebenfalls in dieser Weise. Schließlich geben sie die Tomatenstücke, den Orangensaft und den Rinderfond dazu und würzen alles mit Salz. Nun ca. 1 Stunde köcheln und reduzieren lassen.

10 Minuten vor Ende der Garzeit bereiten Sie die Papardelle zu. Servieren Sie die Papardelle in tiefen Nudeltellern, geben reichlich von der scharfen Hackfleischmischung hinzu und garnieren alles mit ein wenig Rosmarinspitzen.

Weihnachten kann kommen …

Heute habe ich meinen neuen, gebrauchten Gefrierschrank in Betrieb genommen. Ein Kunde meines türkischen Lebensmittelhändlers wollte ihn abgeben und ich konnte ihn für einen Obulus bekommen, mein Lebensmittelhändler hat ihn mir dann sogar bis nach Hause gebracht. ;–)

Er hat die Größe eines normalen Kühlschranks und vier große Schubfächer, um viele Lebensmittel aufzunehmen. Gehe ich vom Inhaltsvolumen eines normalen Kühlschranks aus, dürfte der Gefrierschrank etwa 100 l haben. Mein bisheriger Kühlschrank wird nun einfach auf den Gefrierschrank darauf gestellt, so das ich eine ca. 1,80 m hohe Kühl-Gefrier-„Kombination“ habe. Ich kann mir also sparen, was ich vor einigen Wochen vorhatte, mir eine Kühl-Gefrier-Kombination in einem Gerät mit ca. 50 l Gefriervolumen für immerhin ca. € 300,– zu kaufen. Und das Gefrierfach meines Kühlschranks werde ich jetzt vermutlich nicht mehr brauchen.

Nun kann für die Adventszeit, Weihnachten und die Feiertage eingekauft werden. Rind, Schwein, Huhn, Lamm, aber auch ein paar Spezialitäten wie Wild, Fisch und Meeresfrüchte. Und natürlich nicht zu vergessen: Pommes. ;–) Los geht’s!

Beim Essen bin ich Chinese …

… denn alles, was älter als ein Tag ist, ist mir suspekt. Das können sogar die Überreste einer leckeren Sauce sein, die ich in einer Schüssel im Kühlschrank aufbewahre. Aber – am

nächsten Tag ist sie eben schon einen Tag alt. Und dann nochmal zubereiten oder aufwärmen?

Die Chinesen sind bekannt dafür, dass sie nur ganz frische Zutaten zubereiten. Und dies einmal am Tag. Die chinesische Hausfrau – ich übertreibe dies jetzt idealtypisch – geht einmal am Tag frische Zutaten auf dem Lebensmittelmarkt um die Ecke einkaufen und bereitet diese am gleichen Tag zu. Alles andere kommt in die Tonne. Nichts wird für den/die kommenden Tag(e) aufbewahrt. Dafür spricht ja auch schon die frische Zubereitung im Wok mit Pfannenrühren, bei dem die kleingeschnittenen Zutaten nur ganz kurz im Öl oder der jeweiligen Sauce gegart werden.

Chinesen können einem deutschen Gericht mit einem 4-stündigen Garen eines Fleischstücks im Bräter im Backofen gar nichts abgewinnen. „Schweinkram“, würden sie in Chinesisch sagen.

Das Schlimmste für Chinesen ist lange gereifter europäischer Käse. Was monate- oder jahrelang gereift ist, das kann man nicht essen! Das ist nicht „frisch“! Wenn ein Mitarbeiter der Firma, die den französischen Roquefort herstellt, diesen einem Chinesen anpreisen würde, würde dieser sagen, „was für ein ‚Schweinkram‘!“. Ich selbst kenne den Herstellungsort von Roquefort und habe die dortigen Höhlen vor ca. 30 Jahren besichtigt. Aber ein Käse, der mehrere Jahre in dunklen Höhlen bei Kälte, Feuchtigkeit und Schimmelbildung reift, ist für einen Chinesen mehr als suspekt. Und somit nicht genießbar.

Aber keine Regel ohne Ausnahme: Das einzige langfristig zubereitete Produkt bei den Chinesen sind 1000-jährigen Eier. Diese werden über Monate in die Erde eingegraben, fermentieren dort und werden danach verspeist. Ich hatte leider noch nicht die Gelegenheit, diese Eier zu essen, so dass ich hier nichts darüber sagen kann. Aber es ist das Einzige, was Chinesen langfristig zubereiten. Alles andere ist nur frisch! Und das ist auch mein Wahlspruch beim Kochen und Zubereiten!