Pfannengericht



Optisch nicht sonderlich ansprechend
Ein übliches Gericht, um Reste von anderen Zubereitungen noch in einem Gericht zu verwerten. Oder man kann es auch frisch aus den aufgelisteten Zutaten zubereiten. Wie in diesem Fall geschehen.

Optisch macht das Gericht nicht viel her. Auch geschmacklich ist es verständlicherweise nicht außergewöhnlich. Es ist eben ein einfaches Pfannengericht.

Zutaten für 2 Personen:

- 4 Semmelknödel
- 8 Bio-Drillinge
- 2 Kohlwürste
- 100 g Schinkenwürfel (Packung)
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen

- 3 Eier
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Petersilie
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 30 Min.



Ein übliches Gericht zur Resteverwertung

Zubereitung:

Drillinge mit Schale in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 15 Minuten garen. Herausnehmen, in eine Schale geben und abkühlen lassen. In dünne Scheiben schneiden.

Knödel in dünne Scheiben schneiden und in eine Schale geben.

Zwiebel und Knoblauch putzen und schälen. Zwiebel in feine Streifen schneiden, Knoblauch kleinschneiden. Beides in eine Schale geben.

Würste quer in dünne Scheiben schneiden und in eine Schale geben.

Eier aufschlagen, in eine Schale geben, salzen und pfeffern und mit dem Schneebesen verquirlen.

Petersilie kleinschneiden und in eine Schale geben.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen und Semmelknödel und Kartoffeln darin mehrere Minuten kross anbraten. Ab und zu mit dem Pfannenwender wenden. Zwiebel, Knoblauch, Würste und Schinkenwürfel dazugeben und mit anbraten. Alles gut mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Petersilie dazugeben. Eier darüber verteilen. Alles gut vermischen und noch kurz anbraten, bis die Eier gestockt sind.

Auf zwei Teller verteilen. Servieren. Guten Appetit!

Flambierte Schweineniere in Cognacsoße mit Salzkartoffeln in Paprikamus



Im doppelten Soßenspiegel

Geplant war ursprünglich ein Püree aus Paprikaschoten. Nur bin ich bei diesem Vorhaben nicht zum Erfolg gekommen, da sich herausstellte, dass Paprika viel zu wässrig ist, als dass man ein leckeres Püree daraus zubereiten kann. Es wird somit kein Püree, sondern ein Mus oder Brei. Also habe ich kurzerhand umdisponiert und das Paprikamus als Soße für die Salzkartoffeln verwendet.

Die Schweinenieren wurden wie geplant in Butter angebraten, mit Cognac abgelöscht, dann flambiert und aus dem Cognac ein leckeres Söße̊chen zubereitet.



Beim Flambieren

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Schweinenieren
- Fleischgewürzsalzmischung
- Cognac
- 4 farblich unterschiedliche Paprikaschoten
- 6 Kartoffeln
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Muskatnuss
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 20 Min.



Schweineniere kross gebraten, aber innen medium

Zubereitung:

Paprika putzen, den Strunk entfernen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und dann in grobe Stücke schneiden. In einem Topf mit kochendem Wasser 10 Minuten garen. Durch ein Küchensieb geben. In eine hohe, schmale Rührschüssel geben, eine große Portion Butter dazugegeben und mit dem Pürierstab fein pürieren. Durch das Küchensieb mit einem Löffel in eine Schale streichen, so dass die Haut der Schoten zurückbehalten wird. Mit frischer Muskatnuss, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Mus abschmecken. Warmhalten.

Kaeroffeln schälen und in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 15 Minuten garen. Herausnehmen und in dicke Scheiben schneiden.

Parallel dazu Nieren von überschüssigem Fett befreien. Mit der Gewürzsalzmischung auf allen Seiten würzen. Butter in einer Pfanne erhitzen und Nieren auf jeweils beiden Seiten kross anbraten. Mit einem guten Schluck Cognac ablöschen und Nieren

flambieren. Cognacsoße mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und abschmecken. Nieren noch kurz etwas köcheln lassen.

Paparikamus auf jeweils einer Hälfte von zwei Tellern verteilen und Kartoffelscheiben darauf drapieren. Jeweils eine Niere danebengeben und mit dem Cognacsößchen übergießen. Servieren. Guten Appetit!

Putenbrust mit Chinakohl und Bambussprossen in Char-Siu-Soße auf Langkornreis



Meine Reisschale
Eine asiatische Zusammenstellung. Frisches Putenbrustfilet.

Dazu Chinakohl. Und Bambussprossenscheiben aus dem Glas. Die Soße wird aus einer Char-Siu-Soße, einer chinesischen Barbecue-Marinade, gebildet und mit der gleichen Menge Wasser verlängert. Dazu Langkornreis. Gegessen wird aus Reisbowls mit Stäbchen.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 große Stücke Putenbrustfilet
- 4 große Chinakohlblätter
- 1 Glas Bambussprossenscheiben (400 g)
- 6 EL Char-Siu-Soße
- 6 EL Wasser
- 1/2 Tasse Langkornreis
- Salz
- Sesamöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 20 Min.



Mit Pute und Gemüse

Zubereitung:

Reis in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 20 Minuten garen.

Putenbrustfilet in kurze, schmale Streifen schneiden und in eine Schale geben.

Chinakohlblätter vom Strunk befreien, quer in schmale Streifen achneiden und in eine Schale geben.

Bambussprossenscheiben in ein Küchensieb geben und somit das Einlegewasser abschütten.

Öl in einer Wokpfanne erhitzen. Fleisch und Gemüse darin einige Minuten pfannenrürhen. Mit der Soße und dem Wasser ablöschen. Kurz köcheln lassen. Soße abschmecken.

Reis in ein Küchensieb geben, Kochwasser abschütten und Reis auf zwei Reisbowls verteilen. Fleisch mit Gemüse und Soße großzügig darüber geben.

Mit Stäbchen servieren. Guten Appetit!

Gegrilltes Rinderherz mit Knoblauchbutter auf Romanescopüree



Leckeres, würziges Püree

Rinderherz unbedingt von allem überschüssigem Blut, großen Blutgefäßen, Sehnen und vor allem Fett befreien. Solchermaßen bereinigtes Rinderherz hat von der Farbe her fast eine Anmutung an frischen, rohen, roten Thunfisch. Dann in kurze, schmale Scheiben schneiden und in der Pfanne nur jeweils eine Minute auf jeder Seite grillen. So gelingt Rinderherz medium und ist einfach köstlich.

Auch das Püree gelingt sehr gut. In ein gutes Püree gehört auch immer eine gute Portion Butter. Natürlich neben einer kleinen Menge frisch geriebener Muskatnuss. Ein Sternekoch hat sich einmal in einer Kochsendung geäußert, wenn ein Koch sagt, er gibt noch „etwas Butter“ hinzu, dann handelt sich meistens um eine halbe oder ganze Packung Butter. Also 125–250 g. Manche Köche bereiten ihr Püree mit der halben Menge Hauptzutat, z.B. Kartoffeln, und halber Menge Butter zu, also 50:50. Ein französischer Koch würde einfach sagen, „Moitié–Moitié“. Probieren Sie es einfach aus. Je mehr Butter, um so sämiger, geschmeidiger und schlotziger wird das Püree.

Zutaten für 2 Personen:

- 600 g Rinderherz
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Knoblauchbutter
- Öl

Für das Püree:

- 2 kleine Romanescoköpfe
- eine große Portion Butter
- Muskatnuss
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- einige EL des Kochwassers

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 15 Min.



Medium gegrilltes Rinderherz

Zubereitung:

Romanesco putzen, Blätter entfernen, alle kleinen Röschen einzeln abtrennen und in eine Schüssel geben.

Röschen in einem großen Topf mit kochendem Wasser etwa 15 Minuten garen. Röschen in ein Küchensieb geben, dabei aber das Kochwasser in einer Schale auffangen. Röschen wieder zurück in den Topf geben, die große Portion Butter dazugeben, mit Salz, Pfeffer, frischer Muskatnuss und einer Prise Zucker würzen. Alles mit dem Stampfgerät oder auch dem Pürierstab zerkleinern. Eventuell einige Esslöffeln des Kochwassers hinzugeben und das Püree noch geschmeidiger machen. Püree abschmecken und warmhalten.

Parallel dazu Rinderherz wie in der Einleitung beschrieben reinigen und in dünne, kurze Scheiben schneiden. Auf jeweils allen Seiten mit Salz und Pfeffer würzen.

Öl in einer Grillpfanne erhitzen und Rinderherzscheiben auf

jeweils jeder Seite 1 Minuten grillen.

Püree auf zwei Teller verteilen und jeweils auf den Tellern eine längliche Rolle daraus bilden. Jeweils mehrere Rinderherzstücke quer auf die Rolle legen. Auf jedes Rinderherzstück ein kleines Stück Knoblauchbutter geben.

Servieren. Guten Appetit!

Putenoberkeule in Curry-Sahne-Soße mit Langkornreis



Mit einer würzigen, gemüsigen Currysoße
Die Currysoße wird mit Currypulver, Kurkumapulver und Garam Masala zubereitet, die in einer Pfanne ohne Fett für mehr Würze kurz angebraten werden. Dazu Sahne und ein wenig Wasser

zum Verlängern der Soße.

Die Putenoberkeule wird zwei Stunden in der Soße, zusammen mit Zwiebel, Lauchzwiebel und Knoblauch, zart und weich geschmort.

Dazu einfacher Langkornreis als Beilage.

Zutaten für 2 Personen:

- 1,2 kg Putenoberkeule (mit Knochen)
- Olivenöl

Für die Soße:

- 2 Zwiebeln
- 4 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 2 EL Currypulver
- 2 EL Kurkumapulver
- 2 EL Garam Masala
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 200 ml Sahne
- 300 ml Wasser

Zusätzlich:

- 1/2 Tasse Langkornreis
- Salz

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Schmorzeit 2 Stdn. bei 160 °C Umluft



Lange geschmort, weich und zart

Zubereitung:

Gewürze in einer kleinen Pfanne ohne Öl einige Minuten unter Rühren anbraten.

Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch putzen, schälen, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Putenoberkeule auf allen Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und Keule auf allen Seiten jeweils mehrere Minuten kross und knusprig anbraten. Herausnehmen. Gemüse in die Pfanne geben und einige Minuten anbraten. Gewürze dazugeben. Mit Sahne und Wasser ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Soße abschmecken.

Keule in eine passende Auflaufform geben. Soße mit dem Gemüse dazugeben und verteilen. Auflaufform die oben angegebene Zeit auf mittlerer Ebene in den Backofen geben.

20 Minuten vor Ende der Schmorzeit Reis in einem Topf mit leicht gesalzener, dreifacher Wassermenge 20 Minuten garen.

Reis in ein Küchensieb geben und Kochwasser somit abschütten. Reis auf zwei Teller verteilen.

Auflaufform aus dem Backofen nehmen. Soße abschmecken. Keule herausnehmen, Knochen entfernen, Keule in Scheiben schneiden und auf die beiden Teller verteilen. Großzügig Soße über Reis und Keule verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Schweinegeschnetzeltes mit Lauch in würziger Rieslingsoße auf frischer Tagliatelle



Einfach, aber lecker
Ein recht einfaches Rezept. Auch aufgrund der wenigen Zutaten. Aber das Besondere daran ist die würzige Soße, die ich aus Riesling und einer Fleischgewürzsalzmischung bilde.

Dazu dann noch frische Tagliatelle, zwar als Convenienceprodukt, aber zumindest frisch und in wenigen Minuten gegart.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 große Schweinenackensteaks (à etwa 400 g)
- 2 Stangen Lauch
- 300 ml Riesling
- Fleischgewürzsalzmischung nach Wahl
- 400 g frische Tagliatelle (Packung)
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 6 Min.



Mit einer würzigen Rieslingsoße

Zubereitung:

Lauch putzen und quer in schmale Scheiben schneiden. In eine Schüssel geben.

Steaks in kurze, schmale Streifen schneiden. In eine Schale geben.

Tagliatelle in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 6 Minuten garen.

Parallel dazu Öl in einer Wokpfanne erhitzen und Fleisch und Lauch darin einige Minuten unter Rühren mit dem Kochlöffel anbraten. Mit dem Riesling ablöschen. Kräftig mit der Gewürzsalzmischung würzen. Alles gut vermischen und etwas köcheln lassen. Soße abschmecken und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker bei Bedarf nachwürzen.

Pasta auf zwei tiefe Pastateller verteilen. Fleisch mit Lauch

und Soße großzügig darüber verteilen. Servieren. Guten Appetit!

Tatar asiatisch vom Pferd



Ein Gericht, das glücklich macht!
Dieses Tatar, zwar ein Klassiker bei der Zubereitung von rohem Fleisch, wird ein wenig variiert.

Zum einen bereite ich das Tatar von der Pferdelende zu – nichts ist zarter.

Zum anderen kommen einige Zutaten hinzu, die ein wenig außergewöhnlich sind und dem Tatar einen leichten asiatischen Touch verleihen. Es aber auch sehr würzig, leicht süß und leicht scharf machen.

Da ist zu einen ein kleines Gläschen mit Teriyakisoße. Zum anderen ebenfalls ein kleines Gläschen mit süß-scharfer Chilisoße. Dann noch ein Gläschen mit Worchestershiresoße, aber diese ist ja nicht asiatisch, sondern britisch.

Aber diese Zutaten, neben den gewöhnlichen Zutaten wie Eigelb, Zwiebel, Knoblauch und Gewürze, machen das Tatart ein wenig besonders.

Zutaten für 2 Personen:

- 500 g Pferdelende
- Teriyakisoße
- süß-scharfe Chilisoße
- Worchestershiresoße
- 1/2 Zwiebel
- 4 Knoblauchzehen
- 2 TL Kapern (Glas)
- 6 Sardellenfilets (Glas)
- Salz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- edelsüßes Paprikapulver
- 2 Eigelbe
- etwa 10–12 Scheiben Toastbrot
- bei Bedarf Butter

Zubereitungszeit: 10 Min.

Zubereitung:

Unbedingt die Silberhaut der Lende entfernen, diese ist eine Sehne und lässt sich nicht kauen. Lende in flache, große Scheiben schneiden, dann quer in lange Streifen und diese erneut quer in kleine Stücke. Nun nochmals mit einem sehr großen Messer die Lende in mehreren Durchgängen sehr fein hacken.

Lende in zwei Eierringe geben, etwas hineindrücken, eine Mulde

bilden für das Eigelb und jeweils in der Mitte von einem großen Teller platzieren.

Zwiebel und Knoblauch putzen, schälen, kleinschneiden und jeweils separat am Rande der Teller platzieren.

Die drei Soßen in kleine Gläschen oder Behälter geben, es bieten sich z.B. Schnapsgläser an, die ausreichend Soße fassen. Ebenfalls auf den Tellern platzieren.

Dann noch Kapern, Sardellenfilets, Salz, Pfeffer und Paprikapulver an den Rand der Teller geben.

Zum Schluss jeweils ein Eigelb in die Mitte des Lendenrundells platzieren.

Toastbrotscheiben im Toaster toasten und zum Tatar reichen. Bei Bedarf auch Butter dazu auf den Tisch stellen.

Servieren. Guten Appetit!

Und ein gutes Neues Jahr 2026 mit diesem wunderbaren Gericht, das glücklich macht!

Gefüllte Zucchini



Leckere gefüllte Zucchini
Einfaches Gericht. Sicherlich im Foodblog schon einmal zu finden. Man kann immer mal wieder die Rezeptur der Füllung ändern, so in diesem Fall, in dem ich viel geriebenen Parmesan mit verwende. Und auch die Beilage ist sehr variable, von Reis über Couscous bis zu Linsen jeglicher Art. Bratkartoffeln gingen sicher auch.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 große Zucchini
- Riesling

Für die Füllung:

- 500 g gemischtes Hackfleisch
- 1 große Zwiebel
- 4 Knoblauchzehen
- viel frisch geriebener Parmesan
- etwas Petersilie

- 2 EL Fleischgewürzsalzmischung beliebiger Art

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 30 Min. bei 160 °C Umluft



Mit würziger Soße

Zubereitung:

Hackfleisch mit der Hand leicht in eine Schüssel zerbröseln.

Zwiebel und Knoblauch putzen, schälen, kleinschneiden und in die Schüssel geben.

Parmesan nach Belieben dazugeben.

Gewürzsalzmischung dazugeben.

Eine Portion Petersilie kleinschneiden und auch hinzugeben.

Alles gut mit einem Esslöffel vermischen.

Zucchini putzen, also den Strunk entfernen, jeweils einmal

quer halbieren. Schließlich längs einmal halbieren. Kerngehäuse mit einem Esslöffel herauskratzen. Zucchinihälften innen salzen.

Fleischmasse mit der Hand nochmals durchkneten und zu einer großen Masse formen. In acht Teile teilen. Jeweil einen Teil in die Hände nehmen, zu einer großen, dicken Rolle formen und diese in die jeweilige, ausgekratzte Zuchinihälfte hineindrücken und an die Form anpassen. Alle gefüllten Teile in eine große Auflaufform legen.

Riesling in die Auflaufform geben, so dass der Boden einige Zentimeter bedeckt ist. Die oben angegebene Zeit auf mittlerer Ebene in den Backofen geben.

Auflaufform herausnehmen und Zucchinihälften auf zwei Teller verteilen. Rieslingsoße bei Bedarf noch mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und großzügig über die Zucchinihälften respektive eine Beilage geben (siehe unten). Servieren. Guten Apptit!

Wenn der Appetit sehr groß ist, parallel zu der Backzeit im Backofen eine Beilage wie in der Anleitung beschrieben in einem Topf auf dem Herd zubereiten und auf die beiden Teller verteilen. Soße nicht vergessen!

Vegane Reisbowl mit Gemüse und Champignons in Sojasoße



Nur mit Gemüse und Champignons
Dieses asiatische Gericht schmeckt wirklich sehr gut und kann man immer wieder einmal essen. Die Soße ist auch sehr einfach zubereitet, die Sojasoße gibt den allseits bekannten, würzigen Geschmack.

Die Soße ist allerdings auch der Knackpunkt, wenn die Überschrift das Gericht als vegan betitelt. Denn, in asiatischen Soßen wird generell immer auch Fischsoße verwendet, und dies in der asiatischen Küche als Ersatz für das Salz, das wir in der deutschen Küche verwenden. Nebenbei bringt die Fischsoße auch eine Menge Umami mit in die Soße.

Aber, um beim Thema zu bleiben, Fischsoße ja oder nein. Wenn Sie dieses Gericht gern vegan oder auch nur vegetarisch essen möchten, müssen Sie auf die Fischsoße verzichten. Denn diese besteht aus in Salz fermentierten Sardellen. Nehmen Sie stattdessen einfach Salz. Die Sojasoße dürfte ja keine tierischen Zusatzstoffe enthalten und somit unbedenklich sein.

Als weiteres kommt viel Gemüse in das Gericht, dazu einige

braune Champignons. Und das war’s dann auch schon.

Zutaten für 2 Personen:

- 1/2 Tasse Langkornreis
- Salz
- 1/2 Glas Bambussprösslinge in Scheiben
- 15 Lauchzwiebeln
- 1 Mini-Pak-Choi
- 2 große, braune Champignons
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stück Bio-Ingwer
- Fischsoße
- dunkle Sojasoße
- Wasser
- Sesamöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 20 Min.



Leckere Sojasoße

Zubereitung:

Reis in einem Topf mit der dreifachen, kochenden, leicht gesalzenen Wassermenge bei mittlerer Temperatur 20 Minuten garen.

Parallel dazu Lauchzwiebeln putzen, in grobe Stücke schneiden und in eine Schüssel geben.

Stiele der Champignons abbrechen, quer in schmale Stücke schneiden und zu den Lauchzwiebeln geben. Champignons einmal längs halbieren, dann quer in feine, halbe Scheiben schneiden und ebenfalls in die Schüssel geben.

Mini-Pak-Choi putzen, quer in feine Streifen schneiden und in die Schüssel dazugeben.

Knoblauch putzen, schälen, kleinschneiden und auch in die Schüssel geben.

Bambussprossen aus dem Glas in die Schüssel dazugeben.

Ingwer mit Schale in kleine Stückchen schneiden und separat in eine Schale geben.

Öl in einer Wokpfanne erhitzen und Gemüse und Champignons bis auf den Ingwer darin einige Minuten pfannenrühren. Ingwer erst ganz zum Schluss dazugeben. Etwas Fischsoße dazugeben. Dann etwas dunkle Sojasoße dazugeben. Mit etwas Wasser verlängern. Gericht etwas köcheln lassen und Soße abschmecken.

Reis auf zwei Reisbowls verteilen. Gemüse und Champignons mit Soße darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

Schinkenbockwürste auf Kohlgemüse



Mit leckerem Gemüse
Ein Gericht, das einfach, aber schmackhaft ist. Und sehr gut in die dunkle, kalte Jahreszeit passt.

Man braucht dazu einige frische Schinkenbockwürste vom Schlachter. Und dann zwei Kohlsorten. In diesem Fall ein Spitzkohl und ein Wirsingkohl. Haben Sie andere Kohlsorten zuhause vorrätig, funktioniert das Gericht damit genauso gut.

Gewürzt wird das Gemüse nur mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und natürlich einer guten Portion frischem, ganzen Kümmel.

Zutaten für 2 Personen:

- 4 Schinkenbockwürste (à etwa 100 g)

- 1/2 Spitzkohl
- 1/2 Wirsingkohl
- 1 Zwiebel
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- ganzer Kümmel
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 15 Min.



Frische, würzige Würste

Zubereitung:

Zwiebel schälen, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Kohl putzen. Dazu den welken Teil der Blätter entfernen. Und auch den Strunk herausschneiden. Bei den einzelnen Blättern dann bei Bedarf auch den groben Blattstrunk am Anfang eines jeden Blattes wegschneiden. Blätter in kurze, schmale Streifen schneiden und in eine Schüssel geben.

Wasser in einem großen Topf erhitzen und Kohl darin 10 Minuten bei mittlerer Temperatur garen. Kohl in ein Küchensieb geben, Kochwasser zurückbehalten.

Würste im Kochwasser des Kohls bei mittlerer Temperatur etwa 5 Minuten erhitzen.

Parallel dazu eine große Portion Butter in einer Wokpfanne erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Kohl dazugeben, in der Butter schwenken und mit erhitzen. Mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und Kümmel würzen. Gemüse vermischen und abschmecken.

Gemüse auf zwei tiefe Suppenteller verteilen. Jeweils zwei Würste darauf geben.

Servieren. guten Appetit!

Penne Rigate in einer süß-scharfen Soße mit Tomaten, Kokosmilch, Vanille und Schokolade



Einfaches, experimentelles Gericht
Ich habe die experimentelle Küche einmal wieder gestartet. Und das Ergebnis ist ein einfaches Gericht. Nur Pasta mit einer Soße.

Aber diese hat es in sich. Der deutsche Gaumen muss sich erst einmal daran gewöhnen. Denn diese Soße hat einen leichten, süßen Geschmack nach Kokosnuss. Ein wenig nach Vanille. Und natürlich deutlich nach dunkler Schokolade. Wir sind zwar sicherlich von indischen Currys auch an süße Soßen gewöhnt, aber das ist doch ein wenig besonders. Und abschließend verleiht Cayennepfeffer der Soße noch eine leichte Schärfe im Nachgeschmack.

Zutaten für 2 Personen:

- 350 g Penne Rigate
- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 800 g gehackte Tomaten (2 Dosen à 400 g)

- 400 ml Kokosmilch (1 Dose)
- 2 Vanilleschoten
- 50 g Bitterschokolade (70 % Kakaoanteil)
- 2 TL Cayennepfeffer
- Salz
- Zucker
- Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 12 Min.



Pasta und Soße

Zubereitung:

Gemüse putzen, schälen, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Mark der Vanilleschoten auskratzen.

Schokolade in kleine Stücke zerbrechen und in eine Schale geben.

Pasta in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 12 Minuten garen.

Parallel dazu Öl in einer Wokpfanne erhitzen und Gemüse darin andünsten. Tomaten dazugeben. Ebenfalls Kokosmilch dazugeben. Vanillemark und Schokolade hinzugeben. Mit Cayennepfeffer, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles gut vermischen und etwas köcheln lassen. Soße abschmecken.

Pasta durch ein Nudelsieb geben und Kochwasser abschütten.

Pasta zu der Soße geben und alles gut vermischen. Auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Schwedischer Haferflockenkuchen



Mit einem hohen Anteil an feinen Haferflocken
Beim Recherchieren nach einem Rezept für die Zubereitung eines Kuchens mit einem hohen Anteil an Haferflocken stieß ich auf dieses schwedische Rezept.

Der Anteil ist zwar recht hoch, als er bei anderen Rezepten für z.B. einen Apfel-Haferflocken-Kuchen ist.

Aber man sollte sich schon vorher darüber im Klaren sein, die Zutaten dieses Rezepts betragen zusammengenommen etwa 1/3 der Zutaten, wie sie in einen gewöhnlichen, deutschen Rührkuchen kommen. Der Kuchen wird also nicht sehr hoch und sehr groß, einerlei, ob man die Kasten- oder die Spring-Backform verwendet.

Zutaten:

- 50 g Butter
- 200 g feine Haferflocken
- 40 g Mehl
- 2 TL Backpulver

- 1 Prise Salz
- 130 g Zucker
- 1 Ei
- 150 ml Milch

Zubereitung:

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Backzeit 30 Min. bei 170 °C Umluft



Ein kleiner Kuchen
Butter in eine Schale geben, in der Mikrowelle kurz schmelzen und dann kurz abkühlen lassen.

Haferflocken, Mehl, Backpulver und Salz in eine Schüssel geben und vermengen.

Ei in eine zweite Schüssel aufschlagen. Zucker dazugeben. Mit dem Schneebesen schaumig schlagen. Flüssige Butter langsam darunter rühren. Haferflockenmischung dazugeben und alles mit dem Backlöffel gut verrühren. Milch dazugeben und unterrühren.

Masse 30 Minuten quellen lassen.

Kasten-Backform mit dem Backpinsel mit Öl auspinseln.

Teig in die Backform geben, gut verteilen und auf mittlerer Ebene im Backofen die angegeben Backzeit backen.

Herausnehmen und abkühlen lassen. Aus der Backform nehmen und auf eine Kuchenplatte geben. Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Sacchettini mit Hühnchenbrustfilet in Avocado-Trüffel-Soße



Farblich Ton-in-Ton
Ein einfaches Gericht mit frischem Fleisch und frischer Pasta. Dazu aber auch ein Convenienceprodukt, da zur frischen Avocado auch eine fertige Trüffelcreme aus der Packung kommt, die den Geschmack der Soße noch ein wenig unterstreichen soll.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Hühnchenbrustfilets
- 400 g frische Sacchettini (mit Ricotta und Spinat gefüllt)
- 2 Avocado
- 400 g Trüffelcreme
- Fleischgewürzmischung (auf Basis von Paprikapulver)
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Riesling
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 6 Min.



Mit leckerem Pesto

Zubereitung:

Brustfilets in kurze, schmale Streifen schneiden. Mit der Gewürzmischung würzen und in eine Schale geben.

Avocados entkernen, Inneres mit einem Esslöffel herausnehmen und in eine Schale geben. Trüffelcreme dazugeben und alles vermischen.

Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 6 Minuten garen.

Parallel dazu Butter in einer Pfanne erhitzen und Brustfiletstücke darin kurz anbraten. Avocado-Trüffelcreme-Mischung dazugeben, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und mit erhitzen. Mit einem Schluck Riesling ablöschen. Alles vermischen und Soße abschmecken.

Pasta durch ein Nudelsieb geben und somit das Kochwasser abschütten. Pasta auf zwei tiefe Pastateller verteilen. Brustfiletstücke mit der Soße daraufgeben und alles gut

vermischen.

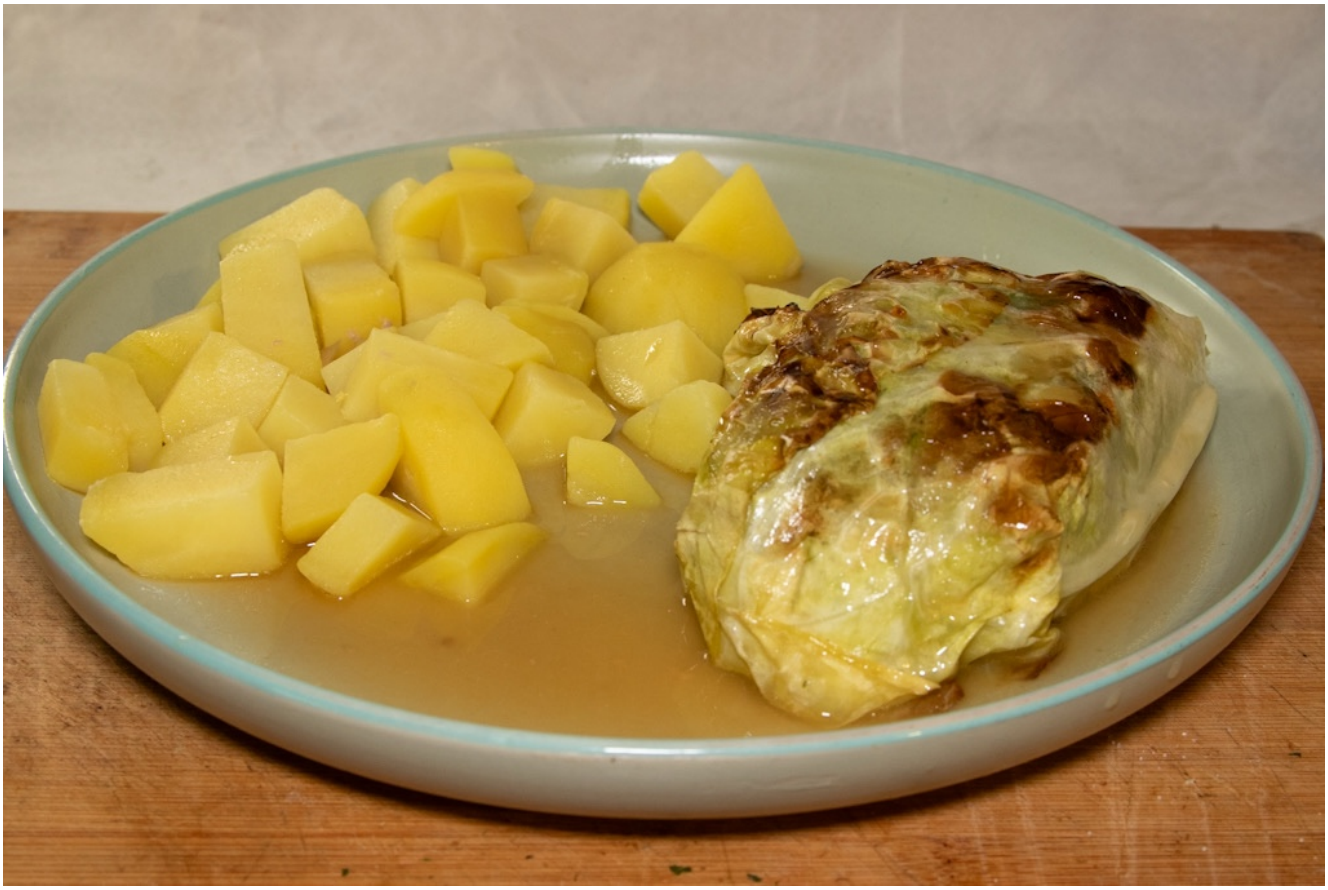
Servieren. Guten Appetit!

Glückwünsche



Liebe Besucher des Foodblogs,
der Weihnachtsmann wünscht eine schöne Adventszeit, ein frohes Weihnachtsfest und ein gutes Neues Jahr 2026!

Kohlrouladen mit Salzkartoffeln in Rieslingsoße



Rouladen mit würziger Füllung

Zutaten für 2 Personen:

Für die Kohlrouladen:

- 4 große Blätter (z.B. vom Spitzkohl)
- Küchengarn
- Öl

Für die Füllung:

- 250 g Hackfleisch (Rind)
- Brät von 4 Grillwürsten (mit Käse, Schinken und Spinat)
- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- Fleischgewürzmischung
- Kreuzkümmel
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

Für die Beilage:

- 4 große Kartoffeln
- Riesling

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 30 Min. | Garzeit 30 Min.



Und leckerer Rieslingsoße

Zubereitung:

Zwiebeln und Knoblauch putzen, schälen, kleinschneiden und in eine Schüssel geben.

Grillwürste aufschneiden, Brät herauspuhlen und zum Gemüse geben.

Hackfleisch ebenfalls dazugeben.

Mit Fleischgewürzmischung, gemahlenem Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles mit der Hand gut vermischen.

Kartoffeln schälen und in kleine Stücke schneiden. In eine Schüssel geben.

Ein großes Kohlblatt auf ein Arbeitsbrett geben. Den dicken Strunk am Anfang des Blattes ein Stück herausschneiden. Füllung in vier Teile teilen. Ein Teil mit der Hand zu einer länglichen, dicken Rolle formen und auf das Kohlblatt geben. Roulade zusammenrollen und die Enden gut einschlagen. Mit Küchengarn zusammenbinden. Diesen Vorgang drei Male wiederholen.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen und Rouladen darin auf jeder Seite kross anbraten, damit Röstspuren entstehen. Herausnehmen.

Rouladen in eine passende Auflaufform geben. Mit etwas Riesling auffüllen, damit etwa 1–2 cm tief Flüssigkeit in der Auflaufform steht. Zugedeckt bei 140 °C Umluft auf mittlerer Ebene für 30 Minuten in den Backofen geben.

Parallel dazu Kartoffeln in einem Topf mit kochendem, gesalzenem Wasser 15 Minuten garen.

Auflaufform herausnehmen. Rieslingsoße mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und abschmecken.

Jeweils zwei Rouladen auf einen Teller geben. Küchengarn entfernen. Jeweils die Hälfte der Salzkartoffeln auf einen Teller geben. Rieslingsoße über Rouladen und Kartoffeln verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Kräuterseitlingcremesuppe – verfeinert mit Cognac, Steckrübe und Brombeeren



Würzige Suppe

Eine feine Pilzsuppe, aus Kräuterseitlingen zubereitet. Aber mit einigen ungewöhnlichen Zutaten verfeinert. Da ist einmal die fein geriebene Steckrübe, die die Suppe zusätzlich bindet. Dann die Brombeeren, die der Suppe eine leichte Süße und Fruchtigkeit verleihen. Der Cognac, der der ganzen Suppe mehr Geschmack gibt. Und nicht zu vergessen der Cayennepfeffer, der im Nachgeschmack eine leichte Schärfe liefert.

Zutaten für 2 Personen:

- 500 g Kräuterseitlinge (4 Packungen à 125 g)
- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen

- 200 g Steckrübe
- 10 Brombeeren
- 100 ml Cognac
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- 300 ml Gemüsebrühe
- Cayennepfeffer
- Salz
- Zucker
- Schwarzkümmelsaat
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.



Mit Schwarzkümmelsaat dekoriert

Zubereitung:

Zwiebeln und Knoblauch putzen, schälen, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Kräuterseitlinge putzen und quer in schmale Scheiben schneiden. In eine Schüssel geben.

Steckrübe putzen, schälen und in einer Küchenmaschine fein in eine Schale reiben.

Butter in einem Topf erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten. Steckrübe dazugeben und kurz mit anbraten. Brombeeren hinzugeben. Kräuterseitlinge dazugeben. Mit Cognac, Sahne und Brühe ablöschen. Mit Cayennepfeffer, Salz und Zucker würzen. Alles vermischen. Zugedeckt bei mittlerer Temperatur 15 Minuten köcheln lassen. Mit dem Pürierstab fein pürieren. Suppe abschmecken.

Suppe auf zwei tiefe Suppenteller verteilen. Mit etwas Schwarzkümmelsaat dekorieren.

Servieren. Guten Appetit.