Gebratene Rührеier mit Kürbis und Steckrübe



Mit leckerem Kürbis

Ein einfaches Rezept.

Für das ich Gemüse verwende solches, das von manchen Personen nicht so häufig verwendet wird.

Kürbis sollte in der Saison in Herbst und Winter allerdings bei allen schon richtig angekommen sein.

Aber Steckrübe wird eigentlich weniger verwendet. Obwohl man sie gut als Beilage, in Würfel geschnitten und gekocht oder als Stampf sehr gut servieren kann.

Ich habe beide Gemüse in sehr kleine Würfel geschnitten und in der Pfanne gebraten.

Eier darüber, würzen, fertig ist ein schnelles, sehr schmackhaftes Gericht.

Pochierte Eier mit Oliven, grobkörnigem Senf und Schnittlauch



Verschiedene Geschmacksnuencen

Pochierte Eier als kleiner Abend-Snack.

Dazu grüne Oliven aus dem Glas.

Etwas grobkörniger Senf.

Und als Garnitur kleingeschnittener Schnittlauch.

[amd-zlrecipe-recipe:1230]

Eiergericht



Einfaches Pfannengericht

Ein einfaches Gericht.

Mit Speck, Zwiebel, Knoblauch, Knödel, Ei und Schnittlauch.

In wenigen Minuten in der Pfanne gebraten und dann serviert. Und sehr lecker.

[amd-zlrecipe-recipe:1209]

Omelett-Torte

Ein Rezept, das ich aus dem Internet habe.

Ich muss demnächst besser darauf achten, von welcher Website ich ein Rezept habe, damit ich die Quelle besser angeben kann.

Das Omelett gelingt sehr gut und ist sehr schmackhaft.

Besonders die in einer Pfanne angebratenen Toastbrotstücke geben dem Omelett aufgrund ihrer Röststoffe viel Geschmack.

Aufgrund der Größe einer Spring-Backform passt das Omelett aber nicht auf einen normalen Teller, ich habe Pizza-Teller verwendet.

[amd-zlrecipe-recipe:1078]

Eier mit Oliven und eingelegten Tomaten

Ein schnelles Essen. Als Snack abends vor dem Fernseher.

Wenige, gute Zutaten.

Schnell zubereitet.

Lecker!

[amd-zlrecipe-recipe:856]

Pfannkuchen und Lauch-Gemüse

Dies ist eigentlich kein gewöhnlicher Pfannkuchen, wie man ihn sonst zubereitet. Also mit ganzen Eiern, Milch und Mehl.

Nein, ich habe ja in den letzten Tagen des öfteren eine frische Sauce Hollandaise für frischen Spargel zubereitet. Und dafür braucht man eben nur die Eigelbe. Also hatte ich eine Schale voll mit Eiweißen übrig, die ich hier für die Pfannkuchen verwende. Es handelt sich somit eher um einen Eiweiß-Pfannkuchen.

Für das Gemüse dünste ich kleingeschnittene Schalotten und Knoblauchzehen und eine Stange kleingeschnittenen Lauch in viel Butter an. Dann gebe ich Mehl hinzu für eine angedickte Sauce und brate es leicht mit an. Ich lösche mit etwas Milch ab und erstelle somit eine schöne helle, sämige Sauce, die ich noch würze.

[amd-zlrecipe-recipe:661]

Champignons-Omelett

Ein fast schon klassisches Gericht, zubereitet aus frischen Champignons, Petersilie und Eiern.

Ich schneide die Champignons in feine Scheiben und brate sie in viel Butter an.

Dann gebe ich frische, kleingewiegte Petersilie für etwas Farbe und Aroma hinzu.

Dann die aufgeschlagenen, in eine Schüssel gegebenen und verquirlten Eier.

Gewürzt wird mit Salz, Pfeffer und Zucker.

Wichtig ist, das Omelett während des Bratens nicht zu zerstückeln oder für ein besseres Durchgaren zu verrühren. Denn dann hat man kein kompaktes Omelett mehr, sondern eben Rühreier.

Ich gebe vor dem Servieren für mehr Aroma und Geschmack etwas süß-saure Chili-Sauce über die Omeletts.

Mein Rat: Es gibt einen einfachen Trick, um ein Omelett, das auf einer Seite schon gut angebraten ist, bei dem die Möglichkeit besteht, dass es auf dieser Seite zu dunkel anbrät, und dessen obere Seite dagegen vielleicht noch leicht flüssig ist, ohne große Probleme zu wenden. Man gibt einfach einen Teller in der Größe der Pfanne umgedreht auf das Omelett und stürzt dann das Omelett mit dem Teller um, damit der Teller auf seinem Boden steht und das Omelett somit auf ihm liegt. Dann gibt man eventuell nochmals etwas Fett in die Pfanne, lässt das Omelett einfach auf der noch nicht ganz gebratenen oder teilweise flüssigen Seite in die Pfanne rutschen und gart diese Seite auch noch kurz.

[amd-zlrecipe-recipe:630]

Pilz-Omelett



Feines Omelett

Ein einfaches Omelett, zubereitet aus Eiern, die ich übrig hatte und die verbraucht werden mussten.

Ich gebe einige große, weiße Champignons hinzu, die ich aber vorher in der Küchenmaschine zerkleinere.

Ein schnell zubereitetes, einfaches Essen. Aber schmackhaft. Es eignet sich als Abend-Snack vor dem Fernseher. Oder auch mit einigen Schrippen oder einigen Scheiben Baguette als volle Mahlzeit.

Mein Rat: Für das Wenden eines zerbrechlich erscheinenden Omeletts oder auch Pfannkuchens gibt es einen Tipp. Nachdem die erste Seite gegart ist, gibt man einen großen Teller, dessen Durchmesser in etwa der des Omeletts entspricht, umgedreht, also mit der oberen Seite nach unten, auf das Omelett. Dann packt man mit einem Küchen-Handtuch Pfanne und

Teller und wendet die Pfanne. Man gibt etwas Öl in die Pfanne und lässt den Pfannkuchen vom Teller auf der ungegarten Seite in die Pfanne rutschen.

Zutaten für 2 Personen:

- 10 Eier
- 8– 10 große, weiße Champignons
- süßes Paprika-Pulver
- Salz
- Pfeffer
- Öl
- Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. Garzeit 5–6 Min.

Petersilie kleinwiegen.

Pilze in eine Küchenmaschine geben und zerkleinern. In eine Schüssel geben.

Eier aufschlagen, in die Schüssel geben und verrühren.

Omelettmasse mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Alles gut verrühren. Petersilie entweder gleich in die Omelettmasse geben und verrühren. Oder nach dem Zubereiten auf die Omeletts auf den Tellern streuen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Omeletts jeweils in zwei Durchgängen braten. Dabei jeweils die Hälfte der Omelettmasse in die Pfanne geben. Auf einer Seite 5–6 Minuten braten. Wenden und in weiteren 2–3 Minuten fertigbraten. Herausnehmen, auf einen Teller geben, einmal zusammenklappen und warmhalten. Servieren.

Rührei mit Speck



Rührei statt Omelett
Zuerst wollte ich ein einfaches Omelett zubereiten, schnell zubereitet, mit wenigen Zutaten, aber sehr schmackhaft. Aber das gelang mir nicht so ganz richtig, und ich entschied mich dazu, einfach Rührei zuzubereiten.

Ich hatte noch vier Eier vorrätig. Dazu Speck aus dem Tiefkühlschrank. Gekauft habe ich noch frische Petersilie, die ich aber direkt in die Omelett-Masse gebe.

Ich würze mit Chili-Salz und Pfeffer für kräftige Würze.

Und abgerundet wird das Rührei noch mit chinesischer, süßer Chili-Sauce.

Zutaten für 1 Person:

- 4 Eier
- 120 g durchwachsener Bauchspeck
- 1/2 Bund Petersilie
- Chili-Salz
- Pfeffer

- süße Chili-Sauce

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 5–10 Min.

Eier aufschlagen, in eine Schüssel geben und mit dem Schneebesen verquirlen. Mit Chili-Salz und Pfeffer kräftig würzen.

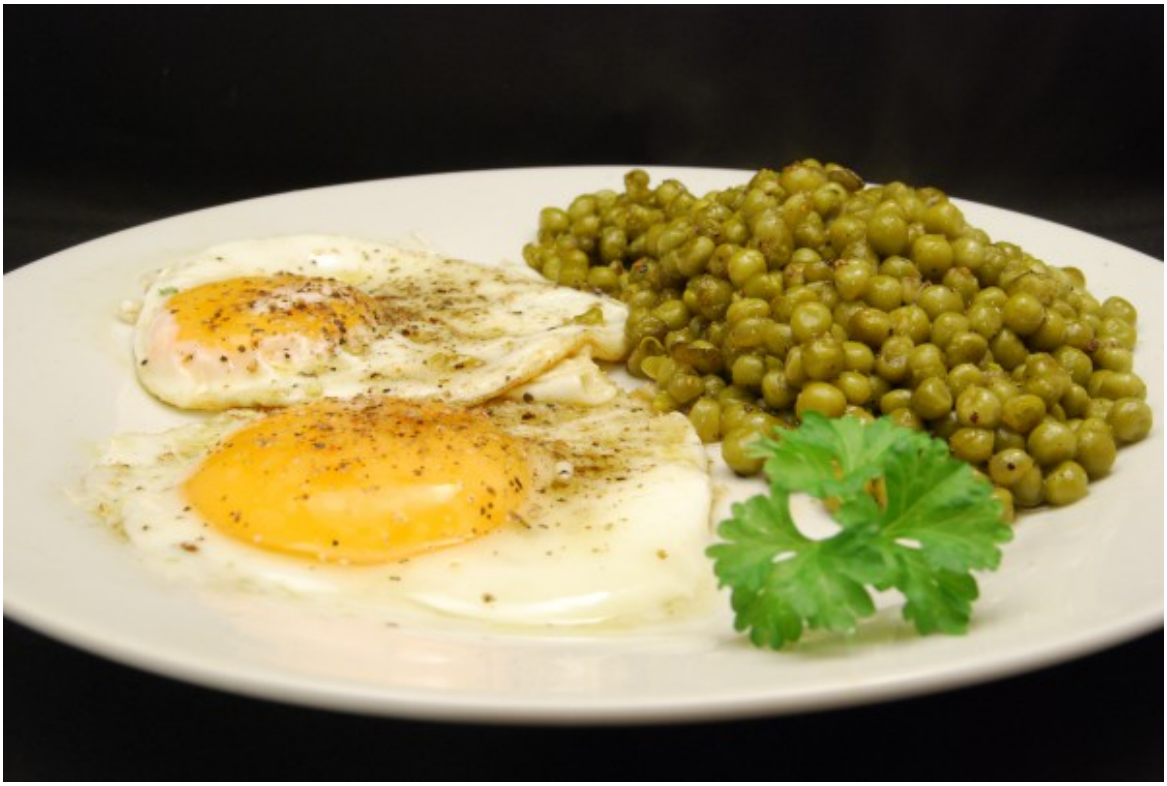
Petersilie kleinwiegen. In die Schüssel geben und vermischen.

Speck in kleine Würfel schneiden.

Pfanne auf einer Herdplatte erhitzen und Speck darin ohne Öl mehrere Minuten kross anbraten. Eimasse dazugeben, alles gut vermischen und einige Minuten braten. Dabei mit dem Kochlöffel zu Rührei zerrupfen.

Herausnehmen, auf einen Teller geben und Chili-Sauce darüber geben. Servieren.

Spiegeleier mit Erbsen



Eier mit Erbsen

Einfache Spiegeleier, für etwas mehr Form in Eierringen zubereitet.

Da derzeit keine Saison ist für Erbsen, diesmal Erbsen aus der Dose, damit ich meinen Vorrat an Konserven etwas reduzieren kann.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Spiegeleier
- 130 g Erbsen
- Salz
- bunter Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: 5 Min.

Öl in einer Pfanne erhitzen und zwei Eierringe hineinstellen. Zwei Eier aufschlagen und in die Eierringe geben. Eier salzen und pfeffern. Herausnehmen, auf einen Teller geben und warmhalten.

Erbsen in die Pfanne geben und kurz anbraten. Ebenfalls salzen und pfeffern.

Erbsen herausnehmen, zu den Spiegeleiern geben und servieren.

Pfannkuchen mit Hackfleisch-Gemüse-Füllung



Leckere Füllung

Dies ist ein einfaches Gericht, das man auch als Vegetarier essen kann, lässt man das Hackfleisch weg.

Ich bereite eine Füllung zu aus Hackfleisch, Paprika, Zuckerschoten, Salatgurken, Champignons, Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel. Ich würze das Ganze kräftig mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer.

Mein Rat: Wenn die Füllmasse etwas zu viel ist, benötigt der gefüllte Pfannkuchen doch einen Zahnstocher zum Zusammenhalten zum Servieren.

Zutaten für 1 Person:

Für den Pfannkuchen:

- 3 gehäufte Esslöffel Mehl
- Milch
- 1 Ei

Für die Füllung:

- 125 g Hackfleisch
- 1/4 rote Paprika
- 5 Zuckerschoten
- 1 1/2 Mini-Salatgurken
- 2–3 weiße Champignons
- 1/2 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 1/2 Lauchzwiebel
- 1 Ei
- scharfes Rosen-Paprikapulver
- Salz
- bunter Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeut 10 Min. | Garzeit 10 min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Paprika, Zuckerschoten, Salatgurken, Champignons und Lauchzwiebel putzen und ebenfalls kleinschneiden.

Hackfleisch in eine Schüssel geben. Gemüse dazugeben. Ei aufschlagen und dazugeben. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer kräftig würzen.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Füllung einige Minuten

darin anbraten. Herausnehmen, in eine Schüssel geben und warmhalten.

Mehl in eine Schüssel geben. Ei aufschlagen und dazugeben. Einen Schuss Milch dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit dem Schneebesen gut verrühren

Butter in der gleichen Pfanne erhitzen, Pfannkuchenmasse hineingeben und verteilen. Auf jeder Seite einige Minuten anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben. Füllmasse längs in die Mitte geben und Pfannkuchen zusammenklappen. Servieren.

Käseomelett



Würziges, kräftiges Omelett …

Wie man ein Käseomelett zubereitet, weiß ich eigentlich nicht. Aber da es ein Omelett ist, kommen Eier hinein. Und da das

Wort „Käse“ im Begriff des Gerichts enthalten ist, schließlich auch Käse.

Also, man nehme frisch geriebenen, mittelalten Gouda, dazu Eier und frisch geriebenes Meersalz und frisch geriebenen bunten Pfeffer.

Für noch mehr Geschmack und das Aussehen kommt eine große Portion frisch geschnittener Schnittlauch darauf. Man kann auch frisch geschnittene Petersilie verwenden.

Mein Rat: Dieses sehr fragile Omelett lässt sich nur schwer wenden, auch nicht mit zwei Pfannenwendern. Ich habe das Omelett, auf der einen Seite gebraten, auf einen großen Teller rutschen lassen. Dann stülpt man die Pfanne – sie darf nicht mehr viel Fett enthalten – darüber und wendet das Ganze mithilfe eines Küchenhandtuchs. Somit gelangt das Omelett mit der noch ungebratenen Seite in die Pfanne, wo es noch einige Minuten gebraten wird.

Zutaten für 1 Person:

- 4 Eier
- 150 g mittelalter Gouda
- frisch gemahlenes Meersalz
- frisch gemahlener bunter Pfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.

Schnittlauch kleinschneiden. Käse in einer Küchenmaschine oder Handreibe grob in eine Schüssel reiben. Eier aufschlagen und dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles mit dem Kochlöffel gut vermischen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Omelettmasse hineingeben und verteilen. Auf einer Seite einige Minuten kräftig anbraten. Omelett mithilfe meines Ratschlags wenden und nochmals einige Minuten braten.



… mit viel Schnittlauch

Omelett auf einen Teller geben. Mit Schnittlauch garnieren. Servieren.

Pfannkuchen mit Oliven-Füllung



Leckerer Pfannkuchen mit Füllung

Dieses Rezept muss ich unbedingt mit Euch teilen. Es ist ein einfaches Gericht, das schnell zubereitet ist.

In nicht einmal 15 Minuten hat man ein Essen auf dem Tisch.

Und es lässt sich noch gut variieren. Man kann in die Füllung zu den Oliven z.B. noch Mozzarella- oder Schafskäsewürfel dazugeben, oder frische Kräuter wie Rosmarin, Thymian oder Oregano.

Und noch dazu ist es ein vegetarisches Gericht.

Mein Rat: Selbst zubereiteten Gemüsefond verwenden, die Füllung schmeckt authentischer.

Zutaten für 1 Person:

Für den Pfannkuchen:

- 3 EL Mehl
- 1 Ei
- Milch

- Öl

Für die Füllung:

- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 100 g grüne Oliven
- Gemüsefond
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden. Oliven grob zerkleinern.

Butter in einem kleinen Topf erhitzen. Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel darin anbraten. Oliven dazugeben. Etwas Fond dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas köcheln lassen und fast komplett reduzieren.

Mehl in eine Schüssel geben. Ei aufschlagen und dazugeben. Einen Schuss Milch dazugeben. Alles mit dem Schneebesen verrühren.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Teig hineingeben und verteilen. Pfannkuchen auf beiden Seiten einige Minuten braten. Herausnehmen und auf einen Teller geben. Füllung darauf geben und Pfannkuchen zusammenrollen. Alles servieren.

Spiegeleier mit Bratkartoffeln



Heute Abend hatte ich noch Hunger. Also habe ich mir schnell Bratkartoffeln mit Spiegeleiern zubereitet. Ein einfaches, schnell zuzubereitendes Gericht.

Ich verwende für die Bratkartoffeln rohe Kartoffeln. Man kann jedoch auch schon gegarte Kartoffeln verwenden. Außerdem greife ich auf Bio-Kartoffeln zurück, weshalb ich sie mit Schale verwende. Achtet man beim Braten einige Zeit nicht auf die Kartoffeln, dann gibt es eben auch solche mit verbrannten Stellen.

Für die Spiegeleier verwende ich zwei Eierringe, damit sie etwas formschön auf den Teller kommen.

Mein Rat: Richtig gute Bratkartoffeln gelingen nur in einer guten Pfanne als Arbeitsgerät. Ich verwende eine schmiedeeiserne Pfanne.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Eier
- 4–5 kleine Kartoffeln
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Schnittlauch
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.

Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden. Schnittlauch kleinschneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Kartoffeln etwa 8–10 Minuten jeweils auf beiden Seiten kross anbraten. Salzen und pfeffern. Herausnehmen, auf einen großen Teller geben und warmstellen.

Noch etwas Öl in die Pfanne geben. Zwei Eierringe in die Pfanne stellen. Jeweils ein Ei aufschlagen, hineingeben und braten. Salzen und pfeffern. Eierringe entfernen. Eier herausnehmen, auf den Teller geben und mit Schnittlauch garnieren. Alles servieren.

Pfannkuchen mit Pfifferling-Füllung



Einen Pfannkuchen habe ich schon lange nicht mehr zubereitet. Ich hatte deswegen richtig Appetit darauf.

Ich bereite die Füllung mit Pfifferlingen zu, wobei ich auf tiefgefrorene Pfifferlinge zurückgreife. Dazu etwas frische Petersilie.

Mein Rat: Bereitet man den Teig etwas dicker zu, erhält man einen Pfannkuchen. Gibt man mehr Milch hinzu, erhält man eine dünne Crèpes.

Noch ein Rat: Selbst zubereiteten Gemüsefond verwenden, die Füllung schmeckt dann noch authentischer.

Zutaten für 1 Person:
Für den Teig:

- 6 EL Mehl
- 2 Eier
- Milch

Für die Füllung:

- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 100 g Pfifferlinge
- 1/2 Bund Petersilie
- Gemüsefond
- Olivenöl

- Salz
- schwarzer Pfeffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden. Petersilie kleinwiegen.

Mehl in eine Schüssel geben. Eier aufschlagen und dazugeben. Einen Schuss Milch dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit dem Schneebesen verrühren.

Öl in einem Topf erhitzen und Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel darin anbraten. Pfifferlinge dazugeben und mit anbraten. Etwas Fond dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie dazugeben. Etwas köcheln lassen.

Währenddessen Öl in einer Pfanne erhitzen. Teig hineingeben und gut verteilen. Pfannkuchen auf beiden Seiten einige Minuten braten. Herausnehmen und auf einen Teller geben. Füllung darauf geben und Pfannkuchen zusammenschlagen. Servieren.

Speckomelett



Ein einfaches Omelett, mit Speck zubereitet.

Eine grüne Peperoni sorgt für etwas Schärfe.

Zutaten für 1 Person:

- 6 Eier
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 1 grüne Peperoni
- 125 g durchwachsener Bauchspeck
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 5 Min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel und Peperoni putzen und in Ringe schneiden. Speck in kleine Würfel schneiden.

Eier in eine Schüssel aufschlagen und verquirlen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Schalotte, Knoblauch, Lauchzwiebel und Peperoni darin anbraten. Speck dazugeben und ebenfalls anbraten. Eier dazugeben. Alles gut vermengen und kurz braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Omelett auf einen Teller geben und servieren.