Spargelcreme-Suppe

Heute gibt es zuerst einmal eine Spargelcreme-Suppe.

Ich hatte ja in den letzten zwei Tagen zwei Male Spargel zubereitet und die Spargelschalen von 1 kg Spargel übrig.

Ich habe sie einfach eine Stunde in kochendem Wasser ausgekocht.

Nun, dann hat man nur ein einziges Problem. Man hat zwar nach dem Auskochen das herrliche Spargel-Aroma im Wasser. Jedoch fast keinen Geschmack für eine Suppe. Auch würzen mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer nutzen da wenig. Ich kenne daher eigentlich nur zwei Methoden, doch eine leckere Spargelcreme-Suppe zu erhalten.

Entweder man verwendet von Anfang an gleich selbst zubereiteten Gemüsefond, in dem man die Spargelschalen auskocht.

Oder man muss doch nach dem Auskochen auf Gemüsebrüh-Pulver zurückgreifen, um dem Wasser doch ein kräftiges Suppenaroma zu verleihen. Diesen zweiten Weg bin ich bei diesem Rezept gegangen.

Die Suppe hat übrigens nach dem Auskochen keine schöne Farbe, ein eher helles Braun. Da ich die Suppe jedoch nach dem Kochen, wenn sie nicht mehr kocht, mit einem Eigelb legiere, bekommt sie dann doch eine schöne, gelbe Farbe, wie sie eine Spargelcreme-Suppe haben sollte.

[amd-zlrecipe-recipe:601][amd-zlrecipe-recipe:601]

Entenschenkel und Spargel mit Weißwein-Sauce

Es ist Spargelzeit! Der erste Spargel wird zubereitet. Hurra!

Allerdings fiel mir im Nachinein ein, dass ich beim Spargel, den ich gekauft habe, gar nicht geschaut habe, aus welchem Herkunftsland er kommt. Es könnte also, das es ja erst Anfang März ist, durchaus sein, dass ich hier z.B. spanischen Spargel gekauft habe und die Saison in Deutschland eventuell erst beginnt. So genau habe ich mich da nicht informiert.

Aber egal. Spargel, die Königin des Gemüses.

Einfach geschält, die Spargelschalen separat für eine Spargelcreme-Suppe verwenden, den Spargel in Salzwasser kochen und leicht salzen.

Normalerweise gibt man ja auf den gekochten, leicht gesalzenen Spargel entweder Butterflocken oder eine frische, selbst zubereitete Sauce Hollandaise. Nun, in diesem Fall habe ich Entenschenkel scharf angebraten und in Weißwein gegart. Daher gebe ich die würzige und aromatische Weißwein-Sauce, die sich bildet, einfach über die Spargel. Lecker!

Ich würze die Entenschenkel nur mit rosenscharfem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

Und brate die Schenkel kross auf jeweils beiden Seiten an und gare sie dann 15 Minuten in der zugedeckten Pfanne. Diese Zeit ist genau ausreichend für die Entenschenkel, die dadurch zwar durchgegart, aber saftig und innen noch leicht rosé sind.

Und unbedingt daran denken, die Sauce nicht zusätzlich würzen. Sie löst beim Garen die Röststoffe der angebratenen Entenschenkel vom Boden der Pfanne und ist dadurch schon ausreichend gewürzt und sehr schmackhaft und aromatisch.

[amd-zlrecipe-recipe:600]

Zanderfilets auf Wirsingpüree-Bett

Heute einmal in Butter gebratene Zanderfilets.

Ich verwende keinen frischen Zander, dieser ist in meiner Gegend nur sehr schwer zu bekommen und auch sicherlich teuer. Ich greife auf Tiefkühlware zurück. Zwar nicht frisch, aber durchaus akzeptabel und in Butter gebraten und nur mit Salz und Pfeffer gewürzt schmeckt der Zander sehr gut und lecker.

Als Beilage wähle ich ein Püree aus Wirsing. Dazu schneide ich den Wirsing grob klein und gare ihn in Salzwasser. Dann mit dem Pürierstab fein pürieren, etwas frisch geriebenen Parmesan untermischen und mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

Lecker.

[amd-zlrecipe-recipe:599][amd-zlrecipe-recipe:599]

Rumpsteak und Brokkoli

Das monatliche Steak. Dazu gibt es nicht viel zu sagen.

Mit Salz und Pfeffer gewürzt. Ausnahmsweise einmal auf jeder Seite jeweils drei Minuten in Butter gebraten. Man erhält dadurch leckere, saftige, medium gegarte Steaks.

Dazu als Beilage einfach ein paar Brokkoli-Röschen, die man zuerst einige Minuten in kochendem Salzwasser gart. Dann in Butter in der Pfanne anbrät. Und salzt und pfeffert.

Fertig.

[amd-zlrecipe-recipe:598]

Gemüse und Wok-Nudeln asiatisch

Dies ist ein vegetarisches Rezept. Und auch asiatisch.

Ich verwende diverse Gemüsesorten, die ich grob zerkleinere.

Dazu Instant-Woknudeln.

Diese Instant-Woknudeln sind eigentlich nicht optimal für ein asiatisches Gericht. Sie sind einerseits optimal, wenn man, wie in meinem Fall, gerade keinen sauberen Topf zur Verfügung hat, um separat Reis für das Gericht zuzubereiten. Dann gibt man eben die Instant-Woknudeln einfach zu den restlichen Zutaten mit viel Flüssigkeit in den Wok und hat somit eine Sättigungs-Zutat. Und sie sind andererseits nicht optimal, weil es eben ein Convenience-Produkt ist, das eben keine gute, eventuell sogar frische Pasta ist, sondern eben Instant-Nudeln sind, die in drei Minuten gegart sind. Hinzu kommt noch, dass auf diese Weise das schon ein wenig pfannengerührte Gemüse im Wok, das noch sehr knackig und frisch ist, auf diese Weise durch die Instant-Woknudeln weitere drei Minuten gegart wird und somit ein wenig an Knackigkeit verliert.

Außerdem sollte man bei dieser Zubereitung darauf achten, nicht zuviel Fisch-Sauce in den Wok zu geben. Teriyaki-Sauce

ist schon würzig genug, und gibt man zuviel Fisch-Sauce hinzu, hat man das Gericht schnell überwürzt.

Das Gericht ist lecker. Aber ich habe einmal mehr wieder festgestellt, ich esse nicht so gern vegetarisch, denn bei diesem Gericht fehlt mir einfach das zusätzliche Fleisch. Eine schöne Entenbrust, in Streifen geschnitten und kross gebraten, würde hierzu sehr gut passen.

[amd-zlrecipe-recipe:597]

Forelle blau und Zuckerschoten-Pürree

Ich bereite die Forellen dieses Mal blau zu, was nichts anders bedeutet, als dass sie nicht in Butter in der Pfanne gebraten werden. Sondern in kochendem Wasser gegart werden.

Es ist meines Wissens mein erstes Rezept für Forelle blau in meinem Foodblog.

Aber die Forellen gelingen sehr gut, sind fein gegart, aber nicht trocken und haben ein feines Aroma.

Dazu als Beilage ein Pürree aus Zuckerschoten. Diese würze ich mit einer Prise Muskat, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker. Und gebe natürlich unbedingt eine Portion Butter hinzu, die im heißen Pürree schmilzt und das Pürree gut abbindet. Eine richtig schlotzige Beilage.

[amd-zlrecipe-recipe:596]

Sauerkraut, Kartoffeln, Kasseler und Bauchspeck

Ein bodenständiger Eintopf.

Der Eintopf enthält als Hauptzutaten Sauerkraut aus der Dose oder dem Glas. Und Kartoffeln.

Dazu kommen noch Bauchspeck und Kasseler, die ich kleingeschnitten für ein würziges, rauchiges Aroma mitgare.

[amd-zlrecipe-recipe:594]

Orangen-Kiwi-Tarte

Für den wöchentlichen Kuchen am Sonntag diesmal eine süße Tarte mit einem Mürbeteig.

Und für die Füllmasse Orangen und Kiwis.

Nach dem Backen und dem Erkalten der Tarte zieht ein fruchtig-frischer Duft nach Orangen durch die Küche.

Und wenn auch gleich nach dem Erkalten die ersten Fruchtfliegen in der Küche herumschwirren, kann beim Zubereiten und Backen der Tarte nicht viel falsch gemacht worden sein.

[amd-zlrecipe-recipe:595]

Gemüsesuppe und Suppenfleisch

Eine sehr herzhafte Suppe, die eine volle Mahlzeit ergibt.

Und wenn bei jeder Suppe so viel leckeres, äußerst zartes Fleisch darin enthalten wäre, dann würde ich fast zu einem Suppen-Fan werden.

Zusätzlich zum Suppenfleisch gebe ich noch sechs Gemüsesorten in die Suppe.

Und die Brühe wird aus selbst zubereitetem Gemüsefond gebildet, den ich eventuell ein wenig nachwürze.

Lecker!

[amd-zlrecipe-recipe:593]

Beinscheibe und Kartoffelklöße mit Senf-Sauce

Dieses Mal bereite ich Beinscheiben in einer leckeren Senf-Sauce zu. Mit Kartoffelklößen als Beilage.

Es hat sich bewahrheitet, dass man Beinscheiben doch länger als 1 Stunde schmort. Bei der letzten Zubereitung habe ich die Beinscheiben 1 Stunde geschmort. Das Ergebnis waren zwar zarte Beinscheiben. Aber sie waren nicht optimal, so dass man das Fleisch nicht mit der Gabel vom Knochen lösen konnte.

Man sollte Beinscheiben schon 2 Stunden, wenn nicht sogar 3

Stunden schmoren. Dann sind sie richtig weich und zart. Und sogar das Häutchen, das die Beinscheiben umgibt und das vermutlich aus Fett und Sehnen besteht, wird auf diese Weise weich und man kann es essen.

Als Beilage bereite ich Kartoffelklöße selbst zu.

Ich schmore die Beinscheiben in einer Sauce aus Senf, Crème fraîche und Wasser. Und würze nur mit einer Prise Zucker. Ich reduziere die Sauce in der letzten halben Stunde sehr stark, so dass nur noch sehr wenig Sauce übrig bleibt, die jedoch würzig und aufgrund der Schalotten, die in der Sauce schmelzen, sehr kompakt und sämig ist.

Mein Rat: Und nicht vergessen, das Mark aus dem Markknochen essen.

[amd-zlrecipe-recipe:592]

Erbsen-Eintopf

Einfacher Eintopf. Wenige, gute Zutaten.

Nur das Einweichen der Erbsen über Nacht ist ein wenig Aufwand, man muss den Eintopf also am Tag vorher planen.

Bauchspeck und Mini-Würstchen sorgen für Aroma und Geschmack.

[amd-zlrecipe-recipe:591][amd-zlrecipe-recipe:591]

Olympus Camedia Digitale Kamera C-3000 Zoom

Kurzer Hinweis zum Fotografieren. Ich beabsichtige ja, mir eine neue Nikon DSLR zuzulegen, nur muss ich noch die Finanzierung klären.

Mein Bruder hat mir vor kurzem eine fast 20 Jahre alte Digitalkamera zugeschickt, mit dieser ließen sich aber keine guten Fotos machen, sie war einfach veraltet, und ich konnte die Fotos auch nicht von der Speicherkarte auf das iPad übertragen. Ich habe sie über ebay vertickt.

Nun, vor kurzem hat mir mein Bruder nochmals eine zwar auch fast 20 Jahre alte, aber durchaus funktionelle digitale Kamera Olympus Camedia C-3000 Zoom zugeschickt. Ich versuche jetzt einmal in der nächsten Zeit, bis zum Erwerb einer neuen DSLR meine Foodfotos mit dieser digitalen Kamera zu machen, denn sie hat viele Menüfunktionen und lässt sich auf einem Stativ montieren.

Aber wie ich es schon vermutete, es ist eine Sucherkamera mit Zoomfunktion. Das Zoom wirkt sich zwar auch auf das Bild im Sucher aus, nur ist das aufgenommene Motiv, das auf dem Display auf der Rückseite angezeigt wird, nicht identisch mit

dem Bild im Sucher. Sondern das Bild im Sucher zeigt nur einen Ausschnitt des aufgenommenen Motivs und ist kleiner. Da bleibt eben nur, Fotografieren mithilfe des Displays, was ich aber nicht gerne mache, sondern ich will das Motiv über einen Sucher optisch einstellen.

Und da zeigt sich eben wieder das, was ich in anderen Kommentaren schon schrieb: Bei einer digitalen DSLR hat man das Motiv, das man im Sucher einstellt, auch identisch als Motiv aufgenommen und auf der Speicherkarte. Und noch dazu ist natürlich eine WLAN-Funktion bei einer neueren DSLR eine feine Sache und nicht von der Hand zu weisen, denn damit kann man wirklich sehr einfach die Foodfotos im wohnungseigenen WLAN auf das iPad übertragen. Q.e.d.

Wer sich über die Kamera etwas informieren will: https://www.digitalkamera.de/Kamera/Olympus/C-3000_Zoom.aspxn

© *Foto: digitalkamera.de*

Tagliatelle mit Gemüse-Tomaten-Pesto

Da ist mir doch tatsächlich ein selbst kreiertes, sehr schmackhaftes Pasta-Gericht gelungen.

Schnell zubereitet. Sehr lecker und aromatisch.

Bella Italia. Was will man mehr.

Stellt man sich in Gedanken vor, auch noch Hackfleisch mit im Pesto zu haben, dann hätte man fast eine leckere Pasta Asciutta.

[amd-zlrecipe-recipe:590]

Beinscheibe und Tagliatelle mit Gemüse-Tomaten-Sauce

Beinscheiben. Angebraten und geschmort. Diesmal allerdings nicht als Osso bucco zubereitet, wie ich es schon einige Male getan habe.

Nein, einfach etwas Gemüse kleinschneiden, mit Tomatenmark die Grundlage für eine Sauce bilden, mit viel Soave ablöschen und die Beinscheiben darin schmoren.

Die Beinscheiben gelingen sehr lecker. Sie sind allerdings nicht optimal gegart, also man kann leider nicht das Fleisch nur mit der Gabel vom Knochen lösen. Man sollte daher die Beinscheiben eher 2 oder sogar 3 Stunden schmoren. Eventuell auch im Bräter im Backofen, dann auf alle Fälle mit mehr Flüssigkeit.

Die Beinscheiben erhalten als Beilage einfach Tagliatelle. Endlich wieder einmal ein Gericht mit leckerer Pasta.

Mein Rat: Aber daran denken, unbedingt das Markt der Markknochen mit essen. Sehr lecker!

[amd-zlrecipe-recipe:589]

Romana bicolore und Pilz-Knoblauch-Rührei

Vegetarisch. Grün. Gesund.

Zwei kleine Romana-Salate, längs aufgeschnitten, in Butter kurz angebraten und dann in Weißwein gedünstet.

Dazu eine kleine Beilage aus Champignons und Shiitake, dazu junger Knoblauch und darüber Rührei.

Die Beilage schmeckt wirklich hervorragend. Die gedünsteten Salate sind aber auch lecker.

[amd-zlrecipe-recipe:588]

Birnen-Tarte

Eine süße Tarte. Mit Mürbeteig und vielen Birnenstückchen.

Solch ein Obstkuchen oder -tarte hat einen großen Vorteil, man kann dafür auch schon leicht verdorbenes Obst verwenden und dennoch einen leckeren, süßen Kuchen oder Tarte daraus zubereiten und backen.

Einfach das jeweilige Obst putzen, gegebenenfalls schälen, die verdorbenen, braunen Stellen wegschneiden, das Obst in kleine Stücke schneiden und für die Zubereitung eines Kuchens oder einer Tarte verwenden.

Und die Verwendung von Backpapier in einer Spring-Backform wie für diese Tarte anstelle des Einfettens der Backform hat wirklich große Vorteile. Erstens bekommt man die Tarte sehr

leicht vom Boden der Backform auf ein Kuchengitter, um sie abkühlen zu lassen und dann das Backpapier unter der Tarte hervorzuziehen. Und zum anderen hat man ja die Backform mit Backpapier ausgekleidet, sie also nicht eingefettet. Somit fällt das Spülen der Backform nach dem Backen weg und man kann sie direkt wieder ungespült für die nächste Tarte oder Kuchen verwenden.

[amd-zlrecipe-recipe:587]