Herz-Ragout mit Kartoffelklößen

Hier habe ich einmal aus einer Innereie, und zwar Schweine-Herz, ein schönes Ragout zubereitet.

Ich schneide das Herz in kurze Streifen.

Zusätzlich gebe ich frische Champignons hinzu. Und Tomaten, die ich blanchiere und entkerne, also nur das Fruchtfleich verwende. Die Tomaten schmelzen bei der langen Schmorzeit in der Sauce und lösen sich auf.

Wie es bei einem guten Ragout sich gehört, schmore ich das Ganze 2 Stunden lang.

Dazu gibt es als Beilage frische, selbst zubereitete Kartoffelklöße.

Lecker.

[amd-zlrecipe-recipe:474]

Herz-Ragout mit Reginette

Hier habe ich einmal aus einer Innereie, und zwar Schweine-Herz, ein schönes Ragout zubereitet.

Ich schneide das Herz in kurze Streifen.

Zusätzlich gebe ich frische Champignons hinzu. Und Tomaten, die ich blanchiere und entkerne, also nur das Fruchtfleich

verwende. Die Tomaten schmelzen bei der langen Schmorzeit in der Sauce und lösen sich auf.

Wie es bei einem guten Ragout sich gehört, schmore ich das Ganze 2 Stunden lang.

Dazu gibt es als Beilage italienische Pasta, und zwar Reginette.

[amd-zlrecipe-recipe:472]

Frittierte Schweine-Niere mit Kürbis-Pommes-frites

Ich dachte mir, da ich vor kurzem frittierte Kürbis-Steaks in der Friteuse zubereitet habe und diese sehr gelungen waren und schmackhaft, dass man alternativ auch einmal Pommes frites aus einem Kürbis zubereiten und frittieren kann.

Und das ist wirklich gut gelungen.

Als Haupt-Zutat zu diesem Gericht wähle ich eine Schweine-Niere, die ich ebenfalls der Einfachheit halber frittiere. Ich frittiere sie genau vier Minuten, damit sie außen sehr kross und knusprig wird, innen aber noch leicht rosé bleibt.

[amd-zlrecipe-recipe:471]

Leber-Kürbis-Teller

Hier habe ich einmal ein neues Gericht kreiert.

Ganz nach dem Motto, dass Herbstzeit Kürbiszeit ist und ich noch einen Rest eines Butternuss-Kürbis im Kühlschrank habe.

Ich wollte Schweine-Leber zubereiten. Mit Butternuss-Kürbis. Und natürlich passend zur Leber Röstzwiebeln.

Aber, ich dachte mir, warum, soll man das nicht alles zusammen in der Friteuse zubereiten und damit eine einfache Zubereitung haben?

Denn schmackhaft wird das Gericht auf alle Fälle.

Dies ist vermutlich das Rezept mit der kürzesten Kochzeit, das ich bisher in meinem Foodblog veröffentlicht habe.

Damit der Kürbis bei dieser kurzen Zubereitung auch durchgegart und kross und knusprig ist, schneide ich ihn in sehr kleine Würfel.

Die Schweine-Leber schneide ich in kurze Streifen. Nach 3 Minuten Garzeit in der Friteuse ist die Leber außen kross und knusprig, und innen noch weich, wie es eben sein soll.

Für die Röstzwiebeln verwende ich Schalotten, die ich in Ringe schneide und in Mehl wälze.

[amd-zlrecipe-recipe:470]

Frittierte Kürbis-Steaks mit Pommes Frites

Herbstzeit ist ja bekanntermaßen Kürbiszeit.

Ich habe ja vor kurzem einen großen Butternuss-Kürbis gekauft.

Da man von ihm sehr schön schöne, große Scheiben abschneiden kann, dachte ich daran, ein veganes Gericht mit Kürbis-Steaks zuzubereiten.

Zuerst dachte ich daran, sie in Fett in der Pfanne zu braten. Vielleicht mit einer würzigen Parmesan-Panade.

Dann kam ich auf die Idee, sie doch lieber einige Minuten in der Friteuse zu frittieren. Dann kann ich ebenfalls auch Pommes Frites als Beilage in der Friteuse zubereiten.

Die Steaks gelingen sehr gut. Sie sind innen weich, außen ein wenig kross. Und gut gewürzt schmecken sie sehr gut.

[amd-zlrecipe-recipe:468]

Hähnchenbrust-Kürbis-Brokkoli-Pfanne

Ich bereite ein einfaches Pfannen-Gericht für eine Person für einen Fernseh-Abend zu.

Dazu verwende ich ein Hähnchenbrust-Filet. Und als Gemüse ein großes Stück Butternuss-Kürbis und ein halber Brokkoli.

Der Butternuss-Kürnis hat den Vorteil, dass man die Schale mitessen kann, er also bei der Zubereitung nicht geschält werden muss.

Ich würze kräftig mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Ich brate die Produkte für diese Zubereitung zwar einige Minuten kross an. Aber gare sie dann noch zusätzlich in einer Riesling-Sauce, damit dann auch tatsächlich der Kürbis gut durchgegart und weich ist.

[amd-zlrecipe-recipe:467]

Marinierte Schweinelachse mit Bratkartoffeln

Hier greife ich auf fertig mariniertes Fleisch zurück, und zwar auf Schweinelachse in einer Kräuter-Marinade.

Ich brate die Lachse jeweils auf jeder Seite zwei Minuten in Öl kross an. Die Lachse gelingen sehr gut, sie sind fast durchgegart, aber innen noch rosé und sehr saftig.

Die Bratkartoffeln sind etwas zerfallen, das hängt damit zusammen, dass ich die Kartoffeln zuvor etwas zu lange in kochendem Wasser gegart habe. Daher sind sie etwas zerfallen. Aber sie sind zumindest kross und knusprig geworden und schmecken sehr lecker.

[amd-zlrecipe-recipe:466]

Mediterrane Gemüse-Tarte

Ich bereite eine pikante Tarte zu. Mit mediterranem Flair. Denn ich bereite eine Gemüse-Tarte zu, die ich auch pikant würze. Für das Gemüse verwende ich Zucchini, Paprika, Brokkoli, Zwiebel, Knoblauch und Lauchzwiebel.

Der geriebene Gouda, den ich für herzhafte Tartes verwende, gibt auch nochmal Würze an die Tarte. Und sorgt nach dem Erkalten auch noch für Festigkeit.

Alternativ könnte man die Füllmasse der Tarte auch noch mit Kräuter der Provence würzen, was ich bei diesem Gericht jedoch nicht vorgenommen habe.

Glücklicherweise ist mir noch rechtzeitig eingefallen, einen Hefeteig für die pikante Tarte zuzubereiten. Dieser eignet sich besser als ein Mürbeteig, den man eher für süße Tartes verwendet.

[amd-zlrecipe-recipe:465]

Knuspriger Pansen mit Penne Rigate in Tomaten-Sugo

Ich liebe ja diesen knusprig und kross in Butter gebratenen Pansen. Man muss ihn gut würzen. Und dann auch unter ständigem Rühren tatsächlich 15 Minuten in Butter kross anbraten.

Damit die Knusprigkeit des Pansen bei diesem Gericht mit Pasta und Sugo nicht im Sugo verloren geht, bereite ich Pasta und Sugo zu, vermische alles gut, gebe Pasta und Sugo in zwei tiefe Pasta-Teller und gebe erst dann den knusprigen Pansen obenauf.

Und zusätzlich garniere ich das Gericht noch mit frisch geriebenem Parmesan.

Herrlich! Das ist ein wirklich sehr leckeres Gericht, das ich gerne immer wieder zubereite und esse.

[amd-zlrecipe-recipe:463]

Borschtsch

Borschtsch ist eine Suppe, die traditionell mit Roter Bete zubereitet wird. Ihre Zubereitung ist vor allem in Ost- und Ostmitteleuropa sehr verbreitet.

Die Verbreitung zieht sich von Polen über Galizien, Rumänien, die Ukraine, Weißrussland bis hin zu Russland. In manchen Ländern wird Borschtsch aber nicht als als eigenständige Mahlzeit, sondern als Vorsuppe oder Zwischengericht zum

Mittag- oder Abendessen gegessen.

Für die Zubereitung ist die lange Garzeit bei geringer Hitze charakteristisch. Vor dem Servieren sollte man Borschtsch mit Schmand und frischen Küchenkräutern wie Dill oder Petersilie verfeinern.

Aufgrund der weiten Verbreitung in den osteuropäischen Ländern gibt es unzählige regionale Varianten. Die Zubereitung des Borschtsch ist daher regional unterschiedlich, fast immer gehören jedoch Fleisch, Rote Bete und Weißkohl dazu.

[amd-zlrecipe-recipe:462]

Wirsing-Rouladen mit Basmati-Reis in Riesling-Sauce

Eigentlich sind das keine schöne, runde Wirsing-Rouladen. Sondern eher gefüllte Wirsing-Blätter, da sie doch ein wenig ungewöhnlich gefüllt sind.

Die Füllung erstelle ich aus Hähnchenbrustfilet, Zwiebel, Knoblauchzehen und Lauchzwiebel. Für die Bindung verwende ich Semmelbrösel und Eier. Und würze sie kräftig mit Kreuzkümmel. Und etwas Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Dazu gibt es als Beilage Basmati-Reis.

Ich gare die Wirsing-Rouladen in einem halben Liter Riesling, den ich dann reduziere und so ein Sößchen daraus zubereite.

[amd-zlrecipe-recipe:461]

Nieren-Gemüse-Pfanne mit Rahm-Sauce

Ich bereite ein einfaches Pfannen-Gericht als kleine Abend-Mahlzeit für eine Person vor dem Fernseher zu.

Das Prinzip ist einfach. Es werden alle Produkte in grobe Stücke zerteilt.

Dann werden die Produkte in Butter angebraten.

Ich würze alles mit Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Die Sauce bilde ich aus Crème fraîche und Riesling.

Natürlich serviere ich das Gericht als Pfannen-Gericht direkt in der Pfanne.

Sehr lecker!

[amd-zlrecipe-recipe:460]

Limettenkuchen

Jetzt zur Herbstzeit backe ich wieder des öfteren keine süße

Tarte mit Obst, da dieses Angebot jetzt im Discounter oder Supermarkt nicht mehr so gross ist. Sondern lieber einige Rührkuchen.

Hier backe ich einen Rührkuchen mit Limettensaft.

Bekannter ist ja ein Zitronenkuchen, für den man den Saft und auch die Schale der Zitronen verwendet, was ein sehr fruchtiges Aroma bringt. Leider hatte mein Discounter keine Bio-Zitronen mehr vorrätig, sondern ich konnte nur noch Limetten kaufen. Leider konnte ich deren Schale aber nicht verwenden.

Da der normale Rührteig noch etwa 100–200 ml Limettensaft bekommt, was ihn etwas flüssiger macht, gebe ich zur besseren Bindung doch noch ein zusätzliches Ei hinzu.

Der Kuchen gelingt sehr gut. Er ist frisch und fruchtig und erinnert von der Konsistenz ein wenig an Sandkuchen.

Für den wenigen Guss, den ich nach dem Backen auf den Kuchen auftrage, verwende ich Puderzucker mit etwas Wasser. Wer möchte und noch eine Limette übrig hat, kann für das Anrühren des Gusses natürlich auch Limettensaft verwenden, das macht den Kuchen noch fruchtiger.

[amd-zlrecipe-recipe:458]

Schweine-Koteletts mit

Zucchini-Rahm-Gemüse

Hier bereite ich einfache Schweine-Koteletts zu. Der Einfachheit halber entbeine ich die Koteletts vor dem Braten, so kann man sie besser essen.

Für das Gemüse verwende ich Zucchini, mit Lauchzwiebeln, Zwiebeln und Knoblauch.

Die sehr schmackhafte Sauce bereite ich aus Crème fraîche und Riesling zu. Und würze alles mit Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer und Zucker.

[amd-zlrecipe-recipe:459]

Wellensittich im Rauch-Schinken-Mantel mit Basmati-Reis

Wellensittiche sind in Australien weit verbreitet als Wildtiere. Sie stehen dort bei den Ureinwohnern regelmäßig auf dem Speiseplan. Ein einzelner Wellensittich bietet zwar nicht viel Fleisch, er ist eher mit einer uns bekannten Wachtel vergleichbar. Aber das Fleisch hat ein sehr schönes Aroma, welches vom Rauch-Schinken in diesem Rezept gut unterstützt wird.

Man verwendet für dieses Rezept zwei Tiere pro Person. In Deutschland ist ja das Töten von Wirbeltieren laut Tierschutzgesetz verboten, sofern man keinen Sachkundenachweis

dafür vorlegen kann. Also ist diese Vorgehensweise, die Wellensittiche in einem Zoogeschäft zu kaufen, dann zu töten und zuzubereiten, leider in Deutschland nicht möglich, in diversen anderen Ländern, wie dem erwähnten Australien, aber schon.

Um einen Wellensittich abzutöten und für den Verzehr vorzubereiten, bricht man ihm das Genick. Dann schiebt man dem Vogel einen Zahnstocher durch den Schnabel ins Gehirn. Fasane werden übrigens von Jägern ähnlich getötet. Dann gibt man den Vogel kurz in kochendes Wasser, damit man ihn besser rupfen kann. Zum Schluss schneidet man ihn am After auf und nimmt sauber die Innereien aus.

Ein ähnliches Rezept … © Fotolia

Kochsendung „Koch die Box!“ auf Kabel1

Heute ist die Kochsendung „Koch die Box!“ auf Kabel1 zuende gegangen. Sie lief genau drei Wochen lang, es gab also 15 Sendungen. Ich habe sie alle angeschaut. Die Sendung war sehr interessant, obwohl mir die vorherige Sendung „Gekauft, gekocht, gewonnen“ besser gefallen hat. Von diesem Format liefen in vier Wochen 20 Sendungen, die ich auch alle angeschaut habe. Es war wirklich sehr interessant zu sehen, wie Spitzen-Köche aus einem großen Einkaufskorb zusammen mit einem Amateur-Koch-Teilnehmer ganz spontan ein Zwei-Gänge-Menü kreierten.

Auch die Kochsendung „Koch die Box!“ war interessant. Aber ich würde mich auf ein solches Format nicht bewerben. Ich koche nicht gern gegen die Zeit.