Innereien-Pasta-Pfanne

Dieses Mal bereite ich ein Innereien-Gericht zu, für das ich drei Innereien verwende. Herz, Leber und Niete.

Ich schneide sie klein und brate sie in Butter an.

Das Herz ist festes Muskelgewebe, die Leber und Niere jedoch Drüsengewebe. Ich brate daher das Herz zuerst und ein wenig länger an, die Leber und Niere jedoch etwas kürzer.

Dazu kommen noch eine Zwiebel und Knoblauch.

Und gestückelte Tomaten aus der Dose, Champignons und Pasta.

Ich würze mit süßem Paprika-Pulver, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker. Und kleingewiegten Krautern wie Rosmarin, Salbei und Thymian.

Ein kleines Sößchen bilde ich mit einem Schuss Merlot.

Das Ganze ergibt ein sehr leckeres und schmackhaftes Gericht.

[amd-zlrecipe-recipe:321]

Rosenkohl-Auflauf

Hier bereite ich einen vegetarischen Auflauf zu. Mit Rosenkohl.

Dazu noch Kartoffeln, Pasta, rote Zwiebel und gestückelte Tomaten aus der Dose.

Ich würze mit süßem Paprika-Pulver, Salz, Pfeffer und einer

Prise Zucker. Und kleingewiegtem Rosmarin, Salbei und Thymian.

Die Auflaufform gieße ich mit Gemüsefond auf, damit die Zutaten darin garen können.

Ich gebe geriebenen Gouda-Käse zum Überbacken und Garnieren auf den Auflauf.

[amd-zlrecipe-recipe:320]

Gebackener Schweinebauch mit Bohnen-Gemüse

Ich liebe auch Schweinebauch. Ich habe ihn schon in den unterschiedlichsten Weisen zubereitet. Daher habe ich den Gerichten mit Schweinebauch auch eine eigene Kategorie in meinem Foodblog gegeben.

Manche sagen ja, dass Schweinebauch nicht sehr schmackhaft und gesund ist, da er ja sehr fett ist. Ich finde ihn sehr schmackhaft, ob kross gebraten oder gegrillt oder auch in anderer Weise gegart oder zubereitet.

Diesmal mariniere ich ihn in einer Grill- und Würz-Sauce, die ich schon des öfteren für die unterschiedlichsten Zutaten verwendet habe, die ich gegrillt oder im Backofen gegart habe. Dann gebe ich ihn für eine halbe Stunde in den Backofen.

Die Schwarte am Schweinebauch kann daran bleiben, sie ist nach einer Stunde Backzeit schön knusprig.

Dazu gibt es ein einfaches Bohnen-Gemüse, das ich mit

Bohnenkraut würze. Für das Gemüse bereite ich als helle Sauce eine Béchamel-Sauce zu.

Lecker!

[amd-zlrecipe-recipe:319]

Gebratener Pansen in Béchamel-Sauce mit Knödeln

Ich liebe ja in Butter kross gebratenen Pansen über alles.

Man wählt dazu einfach eine Beilage wie Pasta, Knödel oder Reis nach Wahl.

Und bereitet ebenso eine Sauce nach Wahl zu.

Dann gibt man die Beilage auf einen Teller, gibt viel Sauce darüber und erstellt einen Saucenspiegel auf dem Teller. Dann gibt man den Pansen auf den Saucenspiegel, so dass der Pansen seine krosse Knusprigkeit behält. Herrlich!

[amd-zlrecipe-recipe:318]

Überbackene Koteletts mit Spiegelei

Ein kleiner Abend-Snack vor dem Fernseher.

Ich hatte noch vier Schweine-Koteletts übrig.

Ich würze sie mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

Versuchsweise habe ich auf jede Seite der Koteletts auch eine Prise Zucker als Geschmacksverstärker gegeben.

Ich brate sie in der Pfanne.

Gebe jeweils eine große Portion geriebenen Gouda darauf und überbacke sie unter der Grillschlange in der Mikrowelle oder im Backofen.

Währenddessen brate ich noch Spiegeleier im Eierring. Und gebe diese dann auf die überbackenen Koteletts.

Et voilà habe ich einen schmackhaften Abend-Snack.

[amd-zlrecipe-recipe:317]

Gulasch mit Bandnudeln

Ein einfaches Gulasch. Zubereitet aus Rindfleisch. Wie es sich für ein gutes Gulasch gehört, verwende ich jeweils eine Hälfte Rinder-Gulasch und eine Hälfte Zwiebeln. Dazu noch einige Knoblauchzehen.

Ich würze mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer. Und gebe auch noch etwas Kreuzkümmel und Garam Masala hinzu.

Die Sauce bilde ich aus Rotwein.

Als Geschmacksverstärker kommt wie immer bei salzigen Gerichten eine Prise Zucker hinzu.

Für ein gutes Gulasch lasse ich es eine Stunde schmoren.

Als Beilage wähle ich Bandnudeln.

[amd-zlrecipe-recipe:315]

Rotkohl-Tarte

Eine pikante Tarte. Zubereitet mit sehr viel Rotkohl. Den ich der Einfachheit halber als Convenience-Produkt aus der Packung nehme.

Für Würze gebe ich noch Speck hinzu, den ich in der Küchenmaschine fein zerkleinere, so dass es fast ein Speck-Mus ist.

Als Geschmacksverstärker kommt eine Prise Zucker hinzu.

[amd-zlrecipe-recipe:316]

Hühnchen-Ragout mit Basmati-Reis

Ein Ragout. Mit Hühnchenbrustfilet. Und etwas Gemüse

Für das Gemüse wähle ich Rote Beete, Pastinaken, Zwiebeln und Knoblauch.

Die Sauce bilde ich aus Gemüsefond und Ketjab-Manis.

Weitere Gewürze sind nicht notwendig, der Fond und die asiatische Sauce geben genügend Würze.

Das Gemüse ist nach der langen Schmorzeit sehr weich und zart.

Dazu als Beilage Basmati-Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:314]

Überbackene, gefüllte Niere mit Pommes frites

Ein Innereien-Gericht. Ich wähle Schweine-Nieren, die ich längs einschneide, aufklappe und dann mit frischen Kräutern und geriebenem Gouda fülle.

Dann brate ich sie in Butter an, lösche mit Weißwein ab, gebe noch eine Portion geriebenen Gouda oben auf, um sie zu überbacken, und gare sie zugedeckt bei geringer Temperatur etwa 10 Minuten.

Dazu wähle ich als Beilage die zweite Portion der Pommes frites, die ich in der Mikrowelle zubereiten kann.

[amd-zlrecipe-recipe:313]

Koch-Lernerfolge

Als Amateur und Hobby-Koch kennt man ja nicht alle Tricks und Finessen, die ein Profi-Koch in seiner Ausbildung und seiner späteren Tätigkeit gelernt hat.

Aus diesem Grund ist es manchmal sinnvoll, Kollegen oder Profi-Köche zu fragen, wenn man in seiner Küche mit bestimmten Dingen nicht weiter kommt.

So habe ich einen befreundeten Profi-Koch gefragt, warum denn immer wieder zu lesen ist, dass man eine Prise Zucker zu Gulasch, Ragout und ähnlichen Dingen verwendet. Und im Gegenzug auch in Backwaren wie Kuchen oder Tartes eine Prise Salz hineingibt.

Nun, seinen Antwort war, dass dies in jedem Fall einen gewissen Geschmacksverstärker ergibt und man dies deswegen verwendet. Ich fragte ihn, ob ich mich da auf ihn verlassen könne. Und ob das, was er sagte, auch richtig sei. Er bejahte dies. Dann habe ich dies von ihm so übernommen und führe diese beiden Methoden nun beim Kochen und Backen aus.

Eine andere Sache ist das Schneiden von Zwiebeln, das mit auch immer misslang und die Zwiebeln zerfielen dabei. Ich habe mich hier auch auf einen Sterne-Koch in einer Kochsendung verlassen, der empfahl, die Zwiebeln zwar zu schälen, aber den hinteren Strunkt dran zu lassen. So zerfällt die Zwiebel nicht

beim Schneiden und man kann sie besser klein schneiden. Wenn ich die Möglichkeit gehabt hätte, ihn zu fragen, ob ich mich da auf ihn verlassen könne und ob das, was er sagt, auch richtig sie, hätte ich dies sicherlich gemacht. Aber so habe ich einfach dies für mich übernommen und schneide Zwiebeln seitdem auf diese Weise. Und siehe da, es geht sehr viel einfacher, Zwiebeln zu schneiden.

Welche Lernerfolge habt Ihr beim Kochen und Backen gemacht?

Lauwarmer Bratwurst-Salat

Ein frischer Salat. Mit rein frischen Zutaten. Ich bereite ja eigentlich selten einen Salat zu. Aber dieses Mal hatte ich die Rostbratwürste übrig. Und sie einfach nur in Fett zu braten und zu essen erschien mir zu einfach. Deswegen kam ich auf die Idee mit dem Salat.

Lauwarm deswegen, weil ich kleingeschnittene, angebratene Rostbratwurst-Stücke hinzugebe. Und auch das heiße Olivenöl aus der Pfanne verwende, in dem ich die Rostbratwurst-Stücke anbrate.

Dazu kommen Tomaten, Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch. Und frische, braune Champignons.

Ich gebe auch Kapern für Säure hinzu.

Und mische vor dem Servieren frisch gehobelte Parmesanspäne unter.

Anstelle von Salatkräutern gebe ich – da ich frische Kräuter vorrätig habe – frischen, kleingewiegten Rosmarin, Salbei und Thymian hinzu.

Ich würze dann nur noch mit Salz und Pfeffer.

[amd-zlrecipe-recipe:311]

Nacken-Koteletts mit Knoblauchbutter und Pommes frites

Ein rustikales Gericht. Und eher ein Männer-Essen. Koteletts mit Pommes.

Ich würze die Koteletts nur auf jeweils beiden Seiten mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer. Und brate sie kross in Öl an. Vor dem Servieren gebe ich noch einige Scheiben Knoblauchbutter darüber.

Bei den Pommes frites bin ich dieses Mal nach dem gegangen, was die Werbung so anbietet. Und habe auf ein Convenience-Produkt zurückgegriffen. Auf Tiefkühlware. Und zwar Pommes frites für das Mikrowellen-Gerät. Auf diese Weise muss ich mir nicht immer umständlich für eine Portion Pommes frites das Fett in der Friteuse erhitzen. Sondern habe im Mikrowellen-Gerät nach genau 4 1/2 Minuten eine Portion Pommes frites. Und diese kross und knusprig.

Und siehe da, die Pommes frites gelingen im Mikrowellen-Gerät tatsächlich kross und knusprig. Nur ist leider die Menge der Pommes frites in einer Portions-Packung doch etwas zu gering.

[amd-zlrecipe-recipe:310]

Provençalisches Risotto

Ich bereite ein recht normales Risotto zu. Den Risotto-Reis lösche ich immer wieder mit Gemüse-Fond ab.

Ich variiere aber das Risotto, indem ich eine Art provençalisches Risotto zubereite. Ich gebe provençalische Kräuter wie Rosmarin, Salbei und Thymian dazu. Ich gebe die frischen Kräuter auch schon am Anfang der Zubereitung des Risotto dazu, damit der Risotto-Reis den Geschmack der Kräuter übernimmt.

Risotto bereitet man nicht mit dem normalen Langkornreis zu, den man für Gerichte mit Reis verwendet. Sondern mit Mittelkorn-Reis, einem speziellen Risotto-Reis. Der Mittelkorn-Reis hat den Vorteil, dass er nach dem Zubereiten des Risotto außen schön weich, aber der Kern eines Mittelkorn-Reises noch etwas bissfest ist.

Ein klassisches Risotto bereitet man zu, indem man den Risotto-Reis unter ständigem Rühren etwa 20 Minuten gar kocht. Dabei brät man den Reis zuerst in etwas Butter an, damit er Röststoffe bekommt. Und dann gibt man in mehreren Duchgängen jeweils portionsweise etwas Gemüsefond dazu. Dann lässt man den Fond verkochen bzw. vom Reis aufnehmen. Und gibt wieder eine Portion Fond dazu. Dies führt man so lange durch, bis der Riotto-Reis gar ist. Und ein Risotto muss natürlich vor allem sehr schlotzig gelingen.

Zum Verfeinern und für einen besseren Geschmack gebe ich vor

dem Servieren noch frisch geriebenen Parmesan unter den Risotto-Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:309]

Mi-Nudeln in dunkler Sauce

Ein einfaches Pasta-Gericht.

Ich verwende chinesische Mi-Nudeln, da sie in wenigen Minuten gegart sind.

Dazu eine dunkle Sauce, die ich aus Fleischknochen und Gewürzen zubereite.

[amd-zlrecipe-recipe:308]

Putenrollbraten mit Bandnudeln

Dieses Rezept möchte ich unbedingt mit Ihnen teilen. Ganz ein Gericht nach meinem Geschmack. Und nach dem Motto meines Foodblogs: Nudeln, Fleisch und Sauce.

Ein Putenrollbraten. Gefüllt mit Senf und Gurke.

Einfach auf allen Seiten kross angebraten.

Dann gegart in einer Weißwein-Sauce.

Als Beilage wähle ich Bandnudeln.

Der rohe Putenrollbraten

[amd-zlrecipe-recipe:307]

Putenrollbraten mit Kartoffelspalten

Ich bereite einen Putenrollbraten zu. Gefüllt mit Senf und Gurke.

Ich brate ihn einfach in Öl an. Gebe einen großen Schuss Weißwein hinzu. Und gare ihn eine Stunde zugedeckt im Topf.

Dazu gibt es als Beilage Kartoffelspalten, die ich in der Friteuse frittiere.

Der rohe Putenrollbraten

[amd-zlrecipe-recipe:306]