

Hähnchen-Innenfilets-Gulasch in Mozzarella-Sahne-Sauce mit Pasta

Heute bereite ich einfach ein buntes Hähnchen-Gulasch zu, mit dem, was mein Kühlschrank gerade noch so hergibt.

Als da wären Hähnchen-Innenfilets, Speck, Schalotten, rote Chili-Schoten, Mozzarella, Sardellenfilets, Kapern und Sahne.

Die Sardellenfilets würzen das Gericht etwas. Und die Chili-Schoten sorgen für etwas Schärfe. Und für etwas Säure gebe ich etwas von dem Einweichwasser der Kapern in die Sauce.

Ich lösche das Ganze mit Sahne ab, gebe Mozzarella-Würfel in die Sauce, die ich schmelze, und verlängere die Sauce noch mit etwas Weißwein.

[amd-zlrecipe-recipe:246]

**Kochbuch „Heuschrecken,
Schaben, Mehlwürmer & Co.“
jetzt auch gedruckt lieferbar**



Mein Kochbuch „Heuschrecken, Schaben, Mehlwürmer & Co.“ ist jetzt endlich auch gedruckt lieferbar.

Passend zur Weihnachtszeit und damit als außergewöhnliches und ungewohntes Geschenk zu Weihnachten. Aber das Kochbuch liefert eine Menge an ungewohnten, aber sehr schmackhaften und sehr unterschiedlichen Rezepten für diverse Gerichte.

Das Kochbuch enthält Informationen zum Kauf von Insekten, zu einem tiergerechten Abtöten der Tiere und natürlich zu deren Zubereitung.

Das Kochbuch ist durchgehend in Farbe, hat 80 Seiten, beinhaltet 55 hervorragende Farbfotos der Zutaten, der Zubereitung und der Gerichte. Und kostet 11,90 €.

Neue Kochsendung „Gekauft, gekocht, gewonnen“ auf Kabel1



GEKAUFT GEKOCHT GEWONNEN

Seit dieser Woche gibt es eine neue Kochsendung auf Kabell. Sie heißt „Gekauft, gekocht, gewonnen“ und löst die alte Kochsendung „Mein Lokal – Dein Lokal“ ab.

Das Prinzip ist das folgende: Jeweils ein Sternekoch spricht eine Person, die gerade im Discounter eingekauft hat, an, ob sie zusammen mit ihm gegen einen anderen Sternekoch kocht, der das Gleiche macht. Mit den Zutaten, die die Person gerade eingekauft hat. Als Gewinn gibt es 500,– €. Und die Kosten für den Einkauf werden auch übernommen.

Nun, das Prinzip der Kochsendung trifft sich doch recht gut mit meinem experimentellen Kochen einiger meiner Gerichte. So habe ich ja vor kurzem eine Packung Color-Rado-Konfekt bei einer Tarte verwendet und eine Color-Rado-Tarte gebacken. Und bei der Kochsendung wurde ja sogar einmal ein fein geriebenes Hustenbonbon für eine Fleisch-Sauce verwendet.

Und siehe da, heute war sogar Foodblog-Kollegin Petra Hammerstein als Jurorin bei der Kochsendung dabei. Na, da wünsche ich doch guten Appetit.

Bandnudeln in Gemüse-Sauce

Ich bereite ein einfaches Pasta-Gericht zu.

Dazu reibe ich einfach Gemüse, das der Kühlschrank noch hergibt, in der Küchenmaschine fein.

Ich gebe noch ein klein wenig Schweinefleisch zum Gemüse dazu.

Das Ganze gare ich in selbst zubereitetem Gemüsefond.

Würze mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

Bereite dazu Bandnudeln zu.

Gebe – natürlich – die Pasta zu der Sauce und vermische alles gut.

Gebe alles in zwei tiefe Pastateller.

Und würze zusätzlich mit frisch geriebenem Parmesan.

[amd-zlrecipe-recipe:245]

Schweinefilet mit Kartoffel-Kohlrabi-Gemüse

Feines Filet, einfach gewürzt und auf allen vier Seiten kross angebraten.

Dazu eine kleine Gemüse-Beilage, zubereitet aus Kartoffel- und Kohlrabi-Würfeln.

Verfeinert mit einem Sahne-Sößchen, das ich ein wenig reduziere und eindicke.

[amd-zlrecipe-recipe:244]

Innereien-Pizza



Vor dem Backen

Man kann ja Innereien als Ragout oder Gulasch zubereiten. Oder sie auch in Fett in der Pfanne braten wie ein Steak. Und da es als Tiefkühl-Pizza auch solche mit Hackfleisch oder Pulled Pork im Handel zu kaufen gibt, entschloss ich mich, eine Pizza mit Innereien zuzubereiten.

Ich verwende dafür Schweine-Lunge und -Leber. Und um die Masse noch etas zu strecken, gebe ich noch Hähnchen-Innenfilets hinzu.

Ich drehe Innereien und Fleisch durch den Fleischwolf. Zugegeben, die Masse, die sich daraus ergibt, ähnelt eher einer flüssigen Fleischmasse als festem Fleisch. Aber so kann man die Masse eben auch noch gut über der Pizza verstreichen.

Ich würze die Masse mit Garam Masala, Kreuzkümmel und Salz. Und lasse die Masse in einer Schüssel zugedeckt eine Nacht im

Kühlschrank etwas durchziehen.

Als weitere Beläge für die Pizza verwende ich Schmand, der zuunterst auf die Pizza kommt. Dann kommen Schalottenringe darauf. Und schließlich noch in feine Scheiben geschnittene Champignons. Darauf verstreuhe ich die gewürzte Innereien-/Fleischmasse. Und bedecke die Pizza zuoberst mit Mozzarellascheiben zum Überbacken.

Als Teig verwende ich natürlich einen selbst zubereiteten Hefeteig.

Auf diese Weise kann ich auch endlich einmal mein vor einiger Zeit gekauftes, somit neues Nudelholz ausprobieren, um den Pizzateig auszurollen.

[amd-zlrecipe-recipe:243]

3-gängiges Kürbis-Menü



Leckere Suppe



Leckere Reibemuchen



Leckere Tarte

Passend zur herbstlichen Jahreszeit und dem zu dieser Zeit gängigen Gemüse bereite ich ein 3-gängiges Menü zu, für das ich drei Male Kürbis verwende.

Ein mehrgängiges Menü zuzubereiten ist etas ungewöhnlich für mein Foodblog, da ich nur sehr selten Rezepte für solche mehrgängigen Menüs veröffentliche.

Für dieses mehrgängige Menü für zwei Personen benötigt man ungefähr zwei mittelgroße Kürbisse. Ich verwende Hokkaido-Kürbisse, denn bei diesen kann man die Schale mit verwenden.

Als Vorspeise gibt es ein leckeres Kürbis-Süppchen, verfeinert mit gemahlenem Ingwer und Sahne.

Als Hauptgang Kürbis-Reibekuchen, die ich einfach so ohne Beilage serviere, denn das Menü hat ja immerhin drei Gänge.

Und beim Dessert greife ich auf eine Kürbis-Tarte zurück, wie ich sie vor einigen Tagen schon einmal gebacken habe. Nur bereite ich sie dieses Mal, da ich sie als Dessert serviere, süß, also mit Zucker, zu.

[amd-zlrecipe-recipe:242]

Hähnchen-Gemüse-Teller

Da habe ich einmal wieder in meinem Büro bis in die Nacht gearbeitet und hatte noch nichts gegessen.

Für ein komplettes, umfangreicheres Gericht hatte ich keine Zeit und keine Lust, ich wollte nur schnell etwas essen und noch 1–2 Spielfilme im Fernsehen schauen.

Also, erst einmal schauen, was der Kühlschrank hergibt. Das waren einige Gemüsesorten. Und dann einfach noch schnell Hähnchen-Innenfilets in der Mikrowelle auftauen.

Dann alles kleinschneiden, in der Pfanne in Olivenöl anbraten, mit etwas heller Soja-Sauce würzen und fertig ist ein einfaches, schnelles und schmackhaftes Gericht.

Ich hätte es mir in der Pfanne als Pfannengericht servieren können, habe aber vorgezogen, es in einem tiefen Pasta-Teller als Teller-Gericht zu servieren.

[amd-zlrecipe-recipe:241]

Schweine-Medaillons mit dunkler Sauce und Rosenkohl

Bei Schweinefleisch zum Kurzbraten hat man die Auswahl aus Filet, das allerdings teuer ist, Nackensteaks oder Schnitzel. Dies sind die gängigen Fleischsorten vom Schwein, die sogar ein Discounter fast immer vorrätig hat.

Früher hat man Schweinefleisch fast immer ganz durchgebraten, das war die Old School, und zwar aus (fraglichen?) Hygienegründen. Heutzutage geht man jedoch immer mehr dazu über, auch Schweinefleisch – wie eben Rindfleisch – auch so zu garen, das es innen noch leicht rosé ist und somit sehr saftig.

So gehe ich auch bei diesen schmackhaften Medaillons aus dem Schweinefilet vor, das ich quer in dicke Stücke schneide. Ich gare sie nur jeweils zwei Minuten kross an und bekomme dadurch Medaillons, die innen medium gegart sind. Übrigens, ich habe auch schon Schweinefleisch rare zubereitet, das äußerst delikat schmeckte. Und gesundheitliche Beschwerden hatte ich dadurch auch nicht.

Ich würze die Medaillons mit scharfem Paprika-Pulver, Salz, Pfeffer und Zucker.

Die dunkle Bratensauce bereite ich aus etwas heller Soja-Sauce und Rotwein zu. Die Sauce wird noch mit etwas Mehl eingedickt.

Dazu gibt es als Beilage einfachen Rosenkohl.

Mein Rat: Wenn Sie ein noch umfangreicheres Gericht zubereiten wollen, garen Sie noch einige Salzkartoffeln und geben Sie sie zu den Medaillons und dem Rosenkohl dazu.

Leckere Medaillons



Hackfleischbällchen in scharfem Tomaten-Sugo mit Pasta

Diesmal knusprige Bällchen, die ich aus Hackfleisch, geriebenem Gouda, zerkleinertem Mozzarella, Semmelbrösel und Ei mische und forme. Gewürzt wird mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

Das Tomaten-Sugo bereite ich aus Schalotte, Knoblauch, Lauchzwiebel, Champignons, Chili-Schoten und Tomatenmark zu. Aufgefüllt wird mit etwas Wasser. Die Gewürze sind die gleichen wie bei den Hackfleischbällchen.

Die Chili-Schoten sorgen für eine ordentliche Schärfe im Sugo.

Dazu gibt es endlich einmal wieder Pasta als Beilage.

[amd-zlrecipe-recipe:239]

Nudel-Pfanne

Ich bereite eine Nudel-Pfanne zu.

Dazu verwende ich gegarte Tagliatelle. Desweiteren Speck,

braune Champignons und Eier.

Ich würze mit scharfem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

[amd-zlrecipe-recipe:236]

Gefüllte Spitz-Paprika

Rote Spitz-Paprika.

Gefüllt mit einer Füllmasse aus Hackfleisch, geriebenem Gouda und in kleine Würfel geschnittenem Mozzarella.

Gewürzt mit scharfem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

[amd-zlrecipe-recipe:238]

Trick or treat



Schmackhafte, pikante Tarte

Ich bereite passend zum heutigen Halloween-Tag eine Kürbis-Tarte zu. Dazu verwende ich das Standard-Rezept für eine pikante Tarte. Und als Teig verwende ich einen Hefeteig nach dem Grundrezept für Hefeteig. Ich verwende als Hauptzutat einen Hokkaido-Kürbis, der den Vorteil hat, dass man auch die Schale mitverwenden kann.

Ich würze die Füllmasse kräftig mit Salz und Pfeffer, da es sich ja um eine pikante Tarte handelt.

[amd-zlrecipe-recipe:237]

Gebratene Romana-Salatherzen

Den meisten Menschen ist nicht bekannt, dass man Salat nicht einfach nur als solchen in kaltem Zustand mit einem Dressing zubereiten kann. Als Beilage für ein komplettes Gericht. Mit Hauptzutat und ein bis zwei Nebenzutaten.

Man kann mit Salat auch Kochen. Da bietet sich ein Salat auch für ein frisches Pesto für italienische Pasta an. Oder man bereitet einen Stampf oder ein Püree als Beilage zu Fleisch daraus zu. Oder verwendet ihn als Zutat für eine Pizza.

Man kann auch Salat in einer Pfanne mit Butter anbraten. Hier bietet sich Chicorée an – ein von mir sehr geschätztes Gericht. Und man kann dann den gebratenen Chicorée auch noch mit Käse überbacken.

Hier habe ich Romana-Salatherzen für ein warmes Gericht verwendet. Und bereite damit ein vegetarisches Gericht zu.

Ich halbiere Salatherzen der Länge nach und brate sie in Butter an. Dann gebe ich etwas trockenen Weißwein hinzu und lasse die Salatherzen fünf Minuten lang zugedeckt köcheln. Schließlich werden sie noch ein wenig gewürzt.

Das Gericht eignet sich für zwei Personen, wenn man nicht sehr viel Appetit hat. Oder man reicht noch eine Suppe und ein Dessert dazu. Und zu den gebratenen Romana-Salatherzen noch ein frisches, aufgeschnittenes Baguette.

Mein Rat: Dies ist auch ein veganes Gericht. Lassen Sie die Butter weg und verwenden Sie Margarine, und schon haben Sie ein veganes Gericht.

Noch ein Rat: Wenn Sie es noch würziger mögen, lassen Sie einfach Salz, Pfeffer und Zucker zum Würzen weg und geben stattdessen ein wenig dunkle Soja-Sauce über die Salatherzen.

Leckerer Snack



Putenrollbraten in Weißwein-Sauce mit Knödeln

Mein Discounter hat jetzt zur Winterzeit wieder einige Braten im Sortiment. Ich habe einen Rollbraten gekauft, der mit Senf und Gurken gefüllt ist.

Man kann sich einen solchen Rollbraten auch selbst herstellen. Entweder lässt man sich beim Schlachter seiner Wahl ein Bratenstück in ein Netz geben, dann eben ohne Füllung. Oder man hat selbst ein Netz zur Verfügung, füllt einen Braten, rollt ihn zusammen und gibt ihn in dieses Netz.

Ich schmore den Braten eine Stunde in einer Rotwein-Sauce. Diese würze ich nur mit scharfem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

Als Beilage wähle ich Knödel. Ich verwende der Einfachheit halber Knödel aus der Packung.

[amd-zlrecipe-recipe:234]

Putenrollbraten in Weißwein-Sauce mit Tagliatelle

Das ist mal wieder ganz ein Gericht nach meinem Geschmack und passend zum Motto meines Foodblogs: Fleisch, Nudeln und Sauce.

Mein Discounter hat jetzt zur Winterzeit wieder einige Braten im Sortiment. Ich habe einen Rollbraten gekauft, der mit Senf

und Gurken gefüllt ist.

Man kann sich einen solchen Rollbraten auch selbst herstellen. Entweder lässt man sich beim Schlachter seiner Wahl ein Bratenstück in ein Netz geben, dann eben ohne Füllung. Oder man hat selbst ein Netz zur Verfügung, füllt einen Braten, rollt ihn zusammen und gibt ihn in dieses Netz.

Ich schmore den Braten eine Stunde in einer Weißwein-Sauce. Diese würze ich nur mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

Als Beilage wähle ich Tagliatelle.

[amd-zlrecipe-recipe:233]