

Gefüllte Putenoberkeule asiatisch mit Gemelli



Pute, Pasta und viel Sauce

Der zweite Teil der Putenoberkeule, die ich ja nach dem Einkauf entbeint und halbiert hatte. Dieser Teil hat 600 g. Passend für zwei Personen. Das Putenoberkeulen-Teil wird zuerst einen Tag in einer Marinade aus Sojasauce, Olivenöl, Knoblauch und Chili mariniert. Da dieser Teil eher nicht ein großes Bratenstück ist, sondern eher länglich und etwas flach, eignet es sich gut zum Füllen. Als Füllung verwende ich Knoblauch, Chilischote und Rosmarin. Die Sauce bilde ich aus trockenem Weißwein und schwarzer Bohnen-Knoblauch-Sauce, die sehr aromatisch ist und nicht nachgewürzt werden muss. Dazu gibt es als Beilage Gemelli.

Zutaten für 2 Personen:

- $\frac{1}{2}$ Putenoberkeule (etwa 600 g)
- 1 Zwiebel

- Olivenöl

Für die Marinade:

- 2 EL dunkle Sojasauce
- 2 EL Olivenöl
- 2 Knoblauchzehen
- 1 rote Chilischote

Für die Füllung:

- 2 Knoblauchzehen
- 1 Chilischote
- 1 großer Zweig Rosmarin
- Küchengarn

Für die Sauce:

- 200 ml trockener Weißwein
- 1 EL schwarze Bohnen-Knoblauch-Sauce
- Gemelli

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Marinierzeit 24 h | Garzeit 65 Min.

Für die Marinade:

Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Chilischote in Ringe schneiden. Sojasauce, Olivenöl, Knoblauch und Chili in einen verschließbaren Plastikbeutel geben, der groß genug für das Putenoberkeulen-Teil ist. Putenoberkeulen-Teil in den Plastikbeutel geben, diesen verschließen und die Marinade mit den Händen gut in das Fleisch einmassieren. Dies wird natürlich durch die Bohnen-Knoblauch-Sauce leicht schwärzlich. Auf einer Seite für 12 Stunden in den Kühlschrank legen. Dann einmal wenden und nochmals 12 Stunden marinieren.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen. Zwiebel kleinschneiden, Knoblauch in Stifte. Putenoberkeulen-Teil aus der Marinade nehmen. Drei Stücke Küchengarn längs auf ein Arbeitsbrett

legen und das Putenoberkeulen-Teil ebenfalls längs darüber. Quer in die Mitte des Fleisch Knoblauchstifte, Chilischote im Ganzen und Rosmarinzweig legen. Putenoberkeulen-Teil zusammenrollen und mit dem Küchengarn fest zusammenbinden. Zuerst in der Mitte, dann jeweils außen. Öl in einem Topf, der groß genug für das gefüllte Putenoberkeulen-Teil ist, erhitzen und das Teil darin auf allen Seiten kräftig anbraten. Dabei muss man aufpassen, ob das Fleisch beim Anbraten nun von der Marinade schwarz ist oder ob man es eventuell etwas zu lange angebraten und somit angebrannt hat. Putenoberkeulen-Teil herausheben. Zwiebel im Öl andünsten, Putenoberkeulen-Teil wieder hinzugeben. Mit dem Weißwein ablöschen und Bohnen-Knoblauch-Sauce dazugeben. Etwas verrühren und alles zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen.

15 Minuten vor Ende der Garzeit Pasta nach Anleitung zubereiten. Putenoberkeulen-Teil herausheben und das Küchengarn entfernen. Das Fleisch aufrollen und die Füllung herausnehmen. Wieder zusammenrollen und längs zur Aufrollrichtung in Scheiben schneiden. Auf zwei Teller geben. Gemelli dazugeben. Von der Sauce über Pasta und Putenfleisch geben.

Süße Teigfladen



Das Ergebnis meiner Zubereitung

Mir fehlt der Kuchen an den Feiertagen. Weihnachtsplätzchen habe ich keine mehr. Und da ich vor Weihnachten vergessen habe, Eier einzukaufen, kann ich nun auch keinen Kuchen backen. Da fiel mir ein, dass man ja auch Teigfladen nur aus Mehl, Wasser und Salz zubereiten kann. Es wird ja auch Nudelteig nur aus Mehl, Wasser und einer Prise Salz hergestellt. Und auf diese Weise kann man Tortillas, Wraps, indische Teigfladen oder wie man sie auch immer nennen will, zubereiten. Und da diese Teigfladen einen geringen Eigengeschmack haben, lassen sie sich somit mit fast jeder Zutat zubereiten und somit natürlich auch süß, wie mit Honig. Sie sollen mir auf die Schnelle den Kuchen ersetzen.

Und da sie schnell und in größerer Anzahl herzustellen sind, werde ich gleich einige Teigfladen mehr als ich heute benötige herstellen, mal schauen, was ich die kommenden Tage damit noch zubereiten kann. Ich bereite die Teigfladen ganz puristisch zu und verwende nur Mehl, Wasser und Salz. Der Teig soll eigentlich auf einem Arbeitsbrett nur 1-2 mm dick ausgerollt werden, da ich aber kein Nudelholz habe, verwende ich dazu

einfach die Nudelteigmaschine, um einen sehr dünnen Teig zu erhalten. Mit einem Nudelholz kann man sicherlich einen richtig runden Teigfladen ausrollen, mit der Nudelteigmaschine ist dies schon schwieriger. Da ich aber keinen Schönheitswettbewerb mit dem Teigfladen gewinnen will, stelle ich eben mit der Nudelteigmaschine Teigfladen in den unterschiedlichsten Formen her. Ich will sie ja nur mit Honig bestreichen und etwas rollen.

Meine Nudelteigmaschine hat Einstellungen von 1 (dünn) bis 9 (dick). Ich mache bei der Zubereitung der Teigfladen drei Durchgänge und gebe den portionierten, zu kleinen Kugeln geformten Teig zunächst auf Einstellung 9 hindurch. Als Kugel, um vielleicht doch möglichst einen runden Fladen zu erhalten. Dann auf Einstellung 5 und dann nochmals auf Einstellung 1. Ich erhalte auf diese Art einen hauchdünnen Teig, der sogar den Text einer darunter liegenden Zeitung durchscheinen ließe. Bei mir erkennt man das Muster der Kuntststofftischdecke. Beim Auslegen der Teigfladen möglichst den Teig nicht zusammenkleben lassen, er ist so dünn, dass er verklebt und man die Teigstellen nicht mehr auseinander bekommt.

Gebraten werden die Teigfladen in Öl in einer unbeschichteten Pfanne. Ich verwende dazu meine handgeschmiedete Eisenpfanne. Da die Teigfladen nur in einer dünnen Schicht Öl gebraten werden sollen, pinselt man die kalte Pfanne mit dem Kuchenpinseln mit Öl ein. Dazu habe ich meinen neu erstandenen Kuchenpinsel mit Naturhaar verwendet. Man kann sich das aber auch sparen, denn bitte nicht die schon heiße Pfanne vor dem Braten des zweiten Fladen mit einem Kuchenpinsel mit Naturhaar mit Öl einpinseln. Das Resultat ist, dass die Haare verbrennen. Ich dachte, dass man dies machen kann, bin aber eines Besseren belehrt. Na ja, ich schneide nun die Haare des Pinsels in der Länge um etwa 2 cm ab, dann kann ich den Pinsel noch weiter verwenden. Also einfach vor dem Braten jedes Teigfladens ein wenig Öl in die Pfanne träufeln.

Die Teigfladen werden in der Pfanne sofort etwas fest. Der

Teig bildet auch sofort etwas Blasen. Die Teigfladen benötigen zum Braten auf jeder Seite nicht einmal eine Minute. Einige leicht angebrannte Stellen beim Braten sind nicht besonders störend. Empfehlenswert ist es, die Teigfladen im warmen Zustand weiterzuverwenden und zu füllen. Denn in kaltem Zustand lassen sie sich nur noch schwer rollen und brechen meistens. Man kann sie dann aber auch in Stücke zerbrechen und als kleiner Snack vor dem Fernseher mit diversen pikanten Dips essen.

Zutaten für 16 Teigfladen:

- 350 g Weizenmehl
- 200 ml Wasser
- $\frac{1}{2}$ TL Salz
- Olivenöl
- Honig

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Ruhezeit 30 Min.
| Garzeit jeweils 1 Min.

Mehl, Wasser und Salz in eine Rührschüssel geben und zu einem Teig vermengen. Diesen einige Minuten mit der Hand kräftig verkneten. Der Teig darf nicht zu feucht sein, er soll fest und ein wenig trocken sein. Bei Bedarf eher noch etwas Mehl hinzugeben. Beim Ausrollen des Teigs mit einem Nudelholz kann der Teig eventuell etwas feuchter sein, da man etwas Mehl darüberstreuen kann. Bei einer Nudelmaschine benötigt man tatsächlich recht trockenen, festen Teig. Im Kühlschrank 30 Minuten ruhen lassen.

Den Teig achteln und die Teigstücke zu kleinen Kugel rollen. Jeweils eine Teigkugel drei Male nacheinander durch die Nudelmaschine geben, auf den Einstellungen 9 (dick), 5 (mittel) und 1 (dünn). Wenig Öl in einer Pfanne erhitzen. Wenn der Teigfladen etwas unförmig ist, ihn eventuell halbieren. Bei einer runden Form den ganzen Teigfladen oder ansonsten

eine Hälfte im Öl braten. Auf jeder Seite weniger als eine Minute. Herausnehmen, auf einer Seite mit einem Kuchenpinsel mit etwas Honig bestreichen, rollen und servieren.

Putenoberkeule in Pilzsauce mit Maccheroni



Diesmal mit Maccheroni

Heute gibt es die zweite Portion der Putenoberkeule von gestern. Die Zubereitung kann man im gestrigen [Beitrag](#) nachlesen.

Dieses Mal habe ich zu der Putenoberkeule Maccheroni zubereitet. Ich habe sie etwas kleingeschnitten, damit sie besser zur Putenoberkeule auf den Teller passen. Dieses Gericht passt so auch besser zum Titel und der Thematik dieses Foodblogs. Es gibt Fleisch, Nudeln und Sauce.

Und diesmal gibt es keine Foodfotos, die attraktiv sein müssen, sondern nur Sauce, Sauce, Sauce. So manchen Leser des Foodblogs wird dies freuen. ☐

Putenoberkeule in Pilzsauce mit Speckknödeln



Putenoberkeule tranchiert, noch leicht rosé, mit Knödeln, Pilzen und viel Sauce

Ein passendes Weihnachtsfestessen. Und auch passend zum Titel und der Thematik meines Blogs. Ein Braten, Nudeln und viel dunkle Sauce. Wäre, ja wäre da nicht die kleine Änderung, wie ich eben immer gerne mal Änderungen an Rezepten vornehme, dass ich die Pasta durch Speckknödel ersetzt habe. Das erschien mir doch festlicher für diesen Anlass des Weihnachtsfestes.

Eigentlich wollte ich die Putenoberkeule im Bräter im Backofen

zubereiten, ich hatte so an eine Stunde Garzeit bei 160 °C gedacht. Allerdings hatte ich die Putenoberkeule, etwa 1,4 kg, nach dem Kauf entbeint und halbiert, so dass ich die Putenoberkeulen-Teile auf zwei verschiedenen Arten zubereiten kann. Also entschied ich mich doch dazu, ein Putenoberkeulen-Teil in einem großen Topf in Butter kross anzubraten und dann in dem Topf zugedeckt eine Stunde bei geringer Temperatur auf dem Herd zu garen. Geflügel soll ja eh durchgegart und nicht rosé sein, also kann das Putenoberkeulen-Teil ruhig so lange garen und die Garzeit dient dazu, eine gute Sauce zu bilden.

Da ich eine möglichst dunkle Sauce möchte, aber auf Rotwein, dunklen Bratenfond oder auch Sojasauce verzichten will, bereite ich eine Mehlschwitze zu, bei der ich das Mehl möglichst dunkel werden lasse. Die Zubereitung der Mehlschwitze kombiniere ich mit dem Anbraten von Zwiebel, Knoblauch und Pilzen, wobei man beim Bräunen des Mehls dann nur darauf achten sollte, dass Zwiebel oder Knoblauch nicht anbrennen. Aber durch häufiges, kräftiges Rühren mit dem Kochlöffel lässt sich das verhindern. Für die Sauce verwende ich Gemüsefond und trockenen Weißwein. Und für mehr Geschmack kommen noch frische Lorbeerblätter, Sternanis, Kardamom und gemahlener Kreuzkümmel in die Sauce.

Bei den Speckknödeln habe ich auf frisch zubereitete, aber eingefrorene zurückgegriffen.

Zutaten für 2 Personen:

- ½ Putenoberkeule (700 g)
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 100 g Wildpilze (Pfifferlinge, Steinpilze, Austernpilze, Butterpilze, Maronenröhrlinge)
- 250 ml Gemüsefond
- 250 ml trockener Weißwein
- 2 EL Mehl
- 5 frische Lorbeerblätter

- 1 Sternanis
- 3 Kardamomkapseln
- $\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kreuzkümmel
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter

- 6 [Speckknödel](#)

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 70 Min.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Butter in einem großen Topf erhitzen und das Putenoberkeulen-Teil auf beiden Seiten kross anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben. Noch mehr Butter in den Topf geben und den Bratensatz und die Röststoffe des Putenoberkeulen-Teils lösen. Zwiebel, Knoblauch und Pilze hineingeben und einige Minuten anbraten. Mehl hinzugeben und anschwitzen. Möglichst recht dunkelbraun werden lassen, dabei aber durch häufiges Rühren mit dem Kochlöffel darauf achten, dass Zwiebel und Knoblauch nicht anbrennen. Mit Fond ablöschen. Weißwein dazugeben. Das Innere der Kardamomkapseln in einen Mörser geben und fein mörsern. Lorbeerblätter, Sternanis, gemahlenes Kardamom und gemahlenen Kreuzkümmel hinzugeben. Mit Pfeffer würzen. Alles verrühren. Putenoberkeulen-Teil wieder hineingeben. Zugedeckt bei geringer Temperatur eine Stunde köcheln lassen.

15 Minuten vor Ende der Garzeit Speckknödel in siedendem Wasser erhitzen. Lorbeerblätter und Sternanis aus der Sauce nehmen. Sauce gut salzen und abschmecken. Putenoberkeulen-Teil herausnehmen, auf ein Arbeitsbrett geben, in Scheiben tranchieren und auf zwei Teller verteilen. Knödel dazugeben. Viel Sauce mit Pilzen darüber verteilen und servieren.

Wildlachs in Teriyaki-Sauce mit Reis



Zutaten bei der Zubereitung im Wok

Wildlachs asiatisch zubereitet. Mit Paprika, Zwiebel, Knoblauch, Chili und Ingwer. In einer Sauce aus japanischer Teriyaki-Sauce und Fischfond. Das Gericht ist sehr schnell zubereitet. Es hat eine Kochzeit von gerade einmal 5 Minuten. Für chinesische Gerichte, die im Wok zubereitet werden, werden die Zutaten normalerweise sehr klein und mundgerecht zugeschnitten und dann nur ganz kurz gegart und pfannengerührt. Sie sind dann noch sehr knackig. Das Gericht ist aber mit zwei Chilischoten wirklich nur für Personen, die gerne sehr scharf essen.

Dieses Mal hat es mein Wok sogar während der Zubereitung in mein Mini-Fotostudio in der Küche geschafft, so dass ich kein schnelles Foto mit Blitz machte, das doch immer schlecht ausgeleuchtet ist und starke Lichtunterschiede hat. Sondern ein besser ausgeleuchtetes Foto, mit Zusatzleuchten und Stativ

aufgenommen.

Der Wok ist übrigens ein sehr preiswerter Wok aus Metall, nicht aus Stahl, Edelstahl oder Gusseisen. Er ist auch nicht beschichtet. Und er setzt daher im Laufe der Zeit auch manchmal Rost an, was aber nicht gesundheitsschädlich ist, oder bildet sonstige Flecken. Deswegen ist er optisch nicht das schönste Küchengerät. Aber er hat schließlich schon wirklich sehr viele Jahre auf dem Buckel, er ist funktionell und zweckmäßig und darf deswegen so aussehen.

Zutaten für 1 Person:

- 125 g Wildlachs
- $\frac{1}{2}$ rote Paprika
- 1 große Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 2 rote Chilischoten
- ein Stück Ingwer
- 2 EL Teriyaki-Sauce
- 8 EL Fischfond
- aromatisiertes Öl (Kräuter, Knoblauch, Chili)
- Reis

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 5 Min.

Reis nach Anleitung zubereiten. Währenddessen Paprika putzen und in Stücke schneiden. Zwiebel, Knoblauchzehen und Ingwer schälen. Zwiebel in grobe Stücke schneiden, Knoblauch kleinschneiden und Ingwer längs halbieren, dann quer in halbe Scheiben schneiden. Chilischoten in Ringe schneiden. Lachs in etwa 2–3 lange dickere Streifen schneiden.

Öl in einem Wok erhitzen. Gemüse hineingeben und einige Minuten anbraten und pfannenrühren. Lachs hinzugeben und ebenfalls mit anbraten. Teriyaki-Sauce hinzugeben, dann Fond. Aufkochen lassen und abschmecken.

Reis in eine Schale geben und Wildlachs-Gemüse-Gemisch mit Sauce darüber geben. Mit Stäbchen servieren.

Gebratene Pilzknödel-Scheiben mit einem Spiegelei-Trio



Knödelscheiben mit dem Trio

Ein schnelles, einfaches, aber dennoch schmackhaftes Gericht. Ich verwende selbst zubereitete, eingefrorene Pilzknödel, die ich aufgetaut in Scheiben geschnitten in Butter brate. Dazu drei Spiegeleier, die ich für das Äußere in Eiernringen brate.

Zutaten für 1 Person:

- 3 [Pilzknödel](#)
- 3 Eier
- Salz

- weißer Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Garzeit 10 Min.

Pilzknödel in Scheiben schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Knödelscheiben auf beiden Seiten jeweils 2–3 Minuten bei hoher Temperatur anbraten. Darauf achten, dass die Butter dabei nicht verbrennt. Herausnehmen, auf einen Teller geben und bei Bedarf mit Salz und Pfeffer würzen. Restliche Knödelkrümel aus der Pfanne herausnehmen. Noch etwas Butter in die gleiche Pfanne geben, drei Eierringe hineinstellen und jeweils ein Ei in einen Ring geben. Einige Minuten nun bei mittlerer Temperatur braten. Ringe herausnehmen und Spiegeleier auf die Knödelscheiben geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und alles servieren.

Hackfleisch-Sugo **mit** **Vollkorn-Penne-Rigate**



Dunkle Vollkorn-Pasta mit viel Sauce

Ein sehr schnelles Gericht. Keine Vorbereitungszeit. Kochzeit 10–15 Minuten. Pasta nach Anleitung zubereiten. Währenddessen Hackfleisch in Olivenöl anbraten, Sugo dazugeben und vermischen. Abschmecken. Pasta einfach in einen tiefen Pastateller geben, Hackfleisch-Sugo darüber kippen. Kein langes Anrichten oder In-Szene-setzen. Schnelle Fotos. Essen und Genießen.

Zutaten für 1 Person:

- 125 g Hackfleisch
- 250 ml [Sugo](#)
- 125 g Vollkorn-Penne-Rigate
- Olivenöl

Lasagne



Etwas flüssig, wegen zusätzlicher gestückelter Tomaten mit Sauce ...

Dieses Mal eine Low-Budget-Variante. Zum ersten habe ich keine aufwändige Sauce Bolognese zubereitet. Sondern auf Hackfleisch und ein frisch zu bereitetes, eingefrorenes Sugo zurückgegriffen. Zweitens wollte ich ursprünglich eine Béchamel-Sauce zubereiten. Dies unterließ ich dann doch und griff auf fertige, flüssige Sahne zurück. Und drittens hatte ich nicht mehr genügend Käse vorrätig, den ich mit in die jeweiligen Schichten der Lasagne hätte geben können. Ich hatte nur noch eine Mozzarella-Kugel vorrätig, die ich längs in Scheiben geschnitten für die Abdeckung, also die oberste Schicht verwendet habe. Und für etwas mehr Sauce zur Lasagne habe ich zusätzlich noch gestückelte Tomaten mit Sauce aus der Dose um die Lasagne in die Auflaufform gegeben.

Man kann diese Lasagne übrigens einfach auch für zwei Personen zubereiten. Denn dann wählt man eben eine große Auflaufform. Kann das gesamte Hackfleisch-Sugo verwenden. Kann dann auch die doppelte Menge an Sahne verwenden, was einem ganzen Becher entspricht. Und kann auch die ganze Dose gestückelte Tomaten mit Sauce um die Lasagne herum geben, und somit diese ganz verbrauchen.

In Falle dieses Rezepts – für eine Person – bleibt eben die Hälfte des Hackfleisch-Sugo übrig, zu dem man die restliche Hälfte der gestückelten Tomaten mit Sauce aus der Dose gibt und vermischt, und man hat somit noch eine schöne Sauce für Pasta für den kommenden Tag übrig.

Zutaten für 1 Person:

- 250 g Hackfleisch
- 500 ml [Sugo](#)
- 100 ml Sahne
- 1 Mozzarellakugel (125 g)
- 4 Lasagneplatten
- 200 g gestückelte Tomaten mit Sauce (Dose)
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Minuten | Garzeit 20 Min.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Hackfleisch darin anbraten. Sugo dazugeben, vermischen und erhitzen. Nun in eine mittlere Auflaufform jeweils vier Schichten Lasagneplatte–Hackfleisch–Sugo–Sahne übereinander geben. Ich habe pro Schicht etwa 6 Esslöffel Hackfleisch-Sugo und 2–3 Esslöffel Sahne verwendet. Mozzarella längs in drei Scheiben schneiden und auf die letzte Schicht oben auf legen. Gestückelte Tomaten mit Sauce um die Lasagne herum verteilen. Backofen auf 200 °C Umluft erhitzen und Lasagne auf mittlerer Ebene für 20 Minuten hineingeben. Dann noch für etwas mehr Farbe für den Käse den Backofen auf 240 °C Grill stellen und die Lasagne auf oberer Ebene für etwa

1 Minuten unter den Grill geben. Herausnehmen, entweder in der Auflaufform oder auf einem Teller servieren.

Rührkuchen



Misslungener Rührkuchen ...

Da ich mich nicht scheue, auch Rezepte zu veröffentlichen, die misslungen sind, diesmal das Rezept eines Rührkuchens. Ich muss das mit dem klassischen Rezept falsch recherchiert oder falsch verstanden haben. Mit den gleichen Anteilen von Mehl, Zucker und Butter.

Es gibt mehrere Möglichkeiten, warum aus diesem Rührkuchen nichts wurde. Entweder war ein Ei schlecht – sie rochen aber alle noch gut. Oder es waren eben zu wenig Eier im Teig. Oder aber die Menge an Butter war zuviel. Ich vermute eher letzteres, denn der Kuchenteig erschien mir schon zu flüssig. Ich wollte aber nicht noch Mehl untermischen, sondern ihn in

dieser Weise ausprobieren. Und der fertige Kuchen ist zwar noch essbar, aber er ist eindeutig zu fettig. Da war vermutlich die Buttermenge zuviel bzw. die dazu verwendete Mehlmenge im Verhältnis zu wenig.

Schreiben wollte ich eigentlich: Das klassische Rezept. Gleiche Teile Mehl, Zucker und Butter. Dazu 3 Eier. Dann noch Backpulver und Vanillinzucker. Verfeinert mit etwas Weinbrand. Abgeändert habe ich das Rezept nur, dass ich 100 g Mehl durch 100 g Haselnüsse ersetzt habe, die ich noch verwerten wollte. Und dann gibt es noch die Schokoladenglasur darauf.

Nach dem Ergebnis des misslungenen Rührkuchens habe ich dann aber auf die Schokoladenglasur verzichtet.

Zutaten:

- 150 g Mehl
- 100 g Haselnüsse
- 250 g Zucker
- 250 g Butter
- 3 Eier
- 1 Päckchen Backpulver
- 1 Päckchen Vanillinzucker
- 2 cl Weinbrand
- 100 g Blockschokolade

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Backzeit 55 Min.

Haselnüsse mit dem Küchengerät fein reiben. Alle Zutaten bis auf die Blockschokolade in eine Rührschüssel geben und mit dem Rührgerät einige Minuten kräftig verrühren. Backofen auf 180 °C Umluft erhitzen. Eine Kastenbackform einfetten. Kuchenteig hineingeben und verstreichen. Auf mittlerer Ebene für 55 Minuten in den Backofen geben. Kurz vor Ende der Backzeit Schokolade in einer Schüssel im Wasserbad schmelzen. Kuchen aus dem Backofen nehmen und auf eine Kuchenplatte geben. Schokoladenglasur darüber verteilen und verstreichen. Abkühlen lassen.

Pangasiusfilet mit Gemüse



Fisch, Gemüse und viel Sauce

Das Pangasiusfilet brate ich in Butter an. Das Sößchen bilde ich mit Weißwein und selbst zubereitetem Fischfond. Als Gemüse verwende ich Paprika, Zwiebel, Knoblauch, Chili und Champignons. Es empfiehlt sich eigentlich, frische Champignons zu verwenden. Ich hatte keine vorrätig, daher nahm ich solche aus der Dose.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Pangasiusfilet
- $\frac{1}{2}$ rote Paprika
- 170 g Champignons (Dose)
- 1 große Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1 rote Chilischote

- trockener Weißwein
- 2 EL [Fischfond](#)
- viel Petersilie
- Salz
- weißer Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.

Paprika, Zwiebel, Knoblauchzehen und Chili putzen, eventuell schälen und grob zerkleinern. Butter in einer Pfanne erhitzen und Paprika, Zwiebel, Knoblauch, Chili und Champignons darin bei mittlerer Temperatur 5–10 Minuten etwas anbraten. Salzen und Pfeffer. Petersilie kleinwiegen und unterheben. Herausnehmen und warmstellen.

Pangasiusfilet auf beiden Seiten salzen und pfeffern. Butter in der gleichen Pfanne erhitzen und das Filet kurz auf beiden Seiten anbraten. Mit einem Schuss Weißwein ablöschen. Fond dazugeben. Kurz köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gemüse auf einen Teller geben. Fischfilet daneben geben und Sauce über beides verteilen.

Ansprechende Restaurants in Wien finden

Ein Redakteur eines „kulinarischen“ Dienstleisters wandte sich an mich, ob ich Interesse habe, mein Foodblog auf ihrer Website zu präsentieren. Im Gegenzug solle ich einen kurzen Blogbeitrag mit dem Link zur Präsentation veröffentlichen.

Der Dienstleister betreibt den Lokalführer [Restauranttester Wien](#). Auf dieser Website können Leser Bewertungen über

Gastronomiebetriebe abgeben und Informationen zum Thema Gastronomie finden.

Da ich daran interessiert bin, mein Foodblog einem größeren Publikum bekannt zu machen, die Leserzahl auf dem Blog zu erhöhen und natürlich über die Website des Restauranttesters Wien auch viele österreichische kulinarisch Interessierte anzusprechen, habe ich gern zugesagt. Die Präsentation findet man [hier](#). Und der eine oder andere Wiener oder Besucher von Wien kann sich gleichzeitig über Neuigkeiten in der Gastronomie informieren oder sich für den nächsten Restaurantbesuch für ein ansprechendes Restaurant entscheiden.

Rinderleber mit viel Zwiebeln



Leber, Zwiebeln, Sauce, Schrippen

Ich bereite die Leber mit viel Zwiebeln – was ja auch immer zu Leber passt – und einem Sößchen zu. Demnächst werde ich ein Gericht mit Leber mit Äpfeln kochen, aber nicht mit Apfelstücken, die mit angebraten werden, oder mit Apfelaroma in Form von Calvados in der Sauce. Sondern Leber in einer richtigen Apfelsauce, fruchtig-scharf. Leider hatte ich heute keine Äpfel mehr vorrätig, um dieses Gericht zuzubereiten.

Diesmal jedoch Leber mit Zwiebeln in Sauce. Die Sauce bereite ich separat mit den Zwiebeln aus wenig Rotwein, Gemüsefond, Balsamicoessig und Sojasauce zu. Die Würzflüssigkeiten gehören zwar eher an die Leber, aber wenn man die Sauce etwas köcheln lässt und für mehr Geschmack etwas reduziert, ist die Leber innen nicht mehr rosé, sondern wird durchgegart und hart. Die Leber wird auf jeder Seite auch nur 1 Minute bei hoher Temperatur angebraten, damit sie zart und rosé wird. Und dazu gibt es heute tatsächlich zwei Schrippen, die ich glücklicherweise den Tag über noch nicht gegessen hatte. Und es bietet sich ja auch an, die viele Sauce mit den Schrippen aufzutunken.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Scheibe Rinderleber (etwa 180 g)
- 2 große Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- trockener Rotwein
- 4–5 EL Gemüsefond
- $\frac{1}{2}$ EL Aceto Balsamico di Modena
- 1 EL helle Sojasauce mit Zitronensaft
- $\frac{1}{2}$ EL Mehl
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter

- 2 Schrippen

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 15 Min.

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen. Zwiebeln in Streifen schneiden, Knoblauch in Stifte. Butter in einer Pfanne erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Bei nur mittlerer Temperatur 5–10 Minuten schön kross braten. Mit einem kleinen Schuss Rotwein ablöschen. Fond dazugeben. Ebenso Balsamicoessig und Sojasauce. Mit Salz und Pfeffer würzen. Verrühren und aufkochen. Aus der Pfanne nehmen und warmstellen.

Leber auf beiden Seiten salzen und pfeffern. Mit dem Mehl auf beiden Seiten bestäuben. Butter in der gleichen Pfanne erhitzen und die Leber – diesmal jedoch auf hoher Temperatur – jeweils 1 Minute auf jeder Seite kräftig anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben. Zwiebel- Knoblauch-Mischung mit der Sauce daneben geben. Dazu zwei Schrippen.

Hackfleisch-Pfanne



Lecker, einfach, schnell

Ein schnelles Abendessen. Hackfleisch zusammen mit Gemüse angebraten. Mit etwas Rotwein und Gemüsefond abgelöscht. Die Sauce fast vollständig reduziert. Dann Petersilie untergemischt. Und geriebenen Parmesan untergehoben. Dazu passen einfach 1–2 Schrippen. Schade nur, das ich die heute gekauften den Tag über schon gegessen hatte.

Zutaten für 1 Person:

- 250 g Hackfleisch
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- $\frac{1}{2}$ gelbe Paprika
- 1 Tomate
- 2 Chilischoten
- trockener Rotwein
- 100 ml Gemüsefond
- viel frische Petersilie
- 30–40 g Parmesan
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.

Gemüse putzen, evtl. schälen und grob zerkleinern. Butter in einer Pfanne erhitzen und Hackfleisch und Gemüse darin anbraten. Salzen und pfeffern. Mit einem Schuss Rotwein ablöschen. Fond dazugeben. Sauce bei mittlerer Temperatur etwa 5–10 Minuten fast vollständig reduzieren. Petersilie kleinwiegen und am Ende der Garzeit unterheben. Parmesan über die Hackfleisch-Gemüse-Mischung reiben und untermischen. Auf einen Teller geben und servieren.

pudding-Kuchen



Erinnert ein wenig an einen Käsekuchen ...

Dieser Kuchen ist ein Experiment. Ich hatte noch Puddingpulver übrig und wollte es für einen Kuchen verarbeiten. Aber nicht mit Quark wie für einen Käsekuchen. Sondern eben in einer anderen Weise.

Ich musste jedoch feststellen, dass ich nicht wie erwartet 2 Päckchen Vanillepudding für 1 l Milch vorrätig hatte, sondern

nur noch eines. Und auch nur einen $\frac{1}{2}$ l Milch. Also musste ich noch für etwas Masse sorgen, sonst hätte der Kuchen nur eine dünne Tarte ergeben. Ich entschied mich, Datteln und Rosinen zu pürrieren und unterzumischen. Und dazu noch Eiweiß unterzuheben, das ja auch Masse ergibt. Zimt und Kardamom sorgen für etwas Würze. Und Weinbrand für ein schönes Aroma.

Auch beim Mürbeteig, den ich zubereiten wollte, musste ich variieren. Ich hatte zu wenig Butter vorrätig. Also entschied ich mich, ein zusätzliches Ei hinzuzugeben, das ja auch für Bindung sorgt.

Um das Ergebnis vorwegzunehmen, der Kuchen schmeckt wie Pudding mit ... Kuchenteig – locker und luftig. Wie man auf dem Foto sieht, scheint sich die gut verrührte Füllung in drei Schichten abzusetzen. Unten die schwereren Datteln und Rosinen, darüber der Pudding und oben der Eischnee. Und backt man den Kuchen fünf Minuten weniger, ist er sicherlich auch fertig gebacken, aber ein wenig hellbrauner.

Zutaten:

Für den Teig:

- 250 g Mehl
- 80 g Zucker
- 90 g Butter
- 2 Eier
- $\frac{1}{2}$ TL Backpulver
- Salz

Für die Füllung:

- 500 ml Milch
- 4 Eier
- 90 g Datteln ohne Kern
- 90 g Rosinen
- 1 Päckchen Vanillepudding
- 1 Päckchen Vanillinzucker

- 4 cl Weinbrand
- 1 TL Zimt
- 4 Kardamomkapseln
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Ruhezeit 30 Min.
| Backzeit 50 Min.

Mehl, Zucker, Butter, Eier, Backpulver und eine Prise Salz in eine Rührschüssel geben und mit dem Rührgerät einige Minuten gut verrühren. Dann den Teig mit der Hand in der Rührschüssel noch etwas verkneten. Für 30 Minuten in den Kühlschrank geben.

Dattel und Rosinen kleinschneiden. In eine hohe, schmale Rührschüssel geben. Eier trennen, Eigelbe zu den Datteln und Rosinen geben, Eiweiße in eine Schüssel. Weinbrand zur Dattel-Rosinen-Eigelb-Mischung geben und alles mit dem Pürierstab fein pürieren. In eine große Rührschüssel geben. Kerne aus den Kardamomkapseln entnehmen und im Mörser fein mörsern. Milch, Puddingpulver, Vanillinzucker, Zimt und Kardamom hinzugeben. Alles mit dem Rührgerät gut verrühren. Eiweiße in die gereinigte hohe, schmale Rührschüssel geben und mit dem Rührgerät zu Eischnee rühren. Mit dem Backlöffel vorsichtig unter die Kuchenmasse heben.



Leckerer Kuchen ...

Eine Springform mit Butter einfetten. Backofen auf 180 °C Umluft erhitzen. Kuchenteig aus dem Kühlschrank nehmen und in der Backform mit der Hand ausdrücken, so dass Boden und ein etwa 4–5 cm hoher Rand belegt ist. Kuchenmasse hineinfüllen. Für 50 Minuten auf mittlerer Ebene in den Backofen geben. Dann herausnehmen, Kuchen aus der Springform nehmen, auf ein Kuchengitter geben und abkühlen lassen.

Gerollte Schweinekoteletts mit Ofengemüse



Farbenfroh auf dem Teller angerichtet

Ich wollte zwei Schweinekoteletts zubereiten. Die übliche Methode ist ja, sie in Fett in der Pfanne auf beiden Seiten anzubraten. Aber das hatte ich schon vor einigen Tagen für ein Gericht gemacht. Also wollte ich sie anders zubereiten. Längs flach füllen geht nicht, dazu sind Koteletts zu flach. Also habe ich jeweils den Knochen entfernt, sie mit etwas Parmesan und Rosmarin gefüllt, zusammengerollt und im Backofen gegart. Dazu etwas Gemüse, das ich nur grob zerkleinere und mitgare. Paprika, Zwiebel, Knoblauch und Chilischote. Die Tomate gibt etwas Flüssigkeit für eine Sauce. Es bietet sich auch an, Kartoffeln mitzugaren, ich hatte keine mehr vorrätig. Nach 30 Minuten Garen im Backofen bei 180 °C sind die Koteletts gegart und das Gemüse noch schön knackig.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Schweinekoteletts
- $\frac{1}{2}$ grüne Paprika
- $\frac{1}{2}$ gelbe Paprika
- 1 Tomate
- 1 Zwiebel

- 3 Knoblauchzehen
 - 2 rote Chilischoten
 - Parmesan
 - 2 Zweige Rosmarin
 - Salz
 - schwarzer Pfeffer
 - gewürztes Olivenöl (Kräuter, Chili, Knoblauch)
-
- 4 Zahnstocher

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 30 Min.

Gemüse putzen, eventuell schälen und nur grob zerkleinern. In eine mittlere Auflaufform geben und salzen und pfeffern.

Knochen der Koteletts entfernen. Koteletts auf ein Arbeitsbrett legen und auf einer Seite salzen und pfeffern. Mit frisch geriebenem Parmesan dicht bestreuen. Jeweils einen Rosmarinzweig quer an ein Ende der Koteletts legen. Koteletts zusammenrollen und mit jeweils zwei Zahnstochern zusammenhalten. Etwas Platz in der Mitte der Auflaufform schaffen und die gerollten Koteletts mit der Naht nach unten hineingeben. Alles mit etwas Olivenöl beträufeln.



Vor dem Garen

Backofen auf 180 °C Umluft erhitzen und Auflaufform auf mittlerer Ebene für 30 Minuten hineingeben. Dann herausnehmen, gerollte Koteletts auf einen Teller geben, Zahnstocher entfernen und Rosmarinzweige herausziehen. Ofengemüse um die Koteletts herum anrichten. Die Sauce über Koteletts und Gemüse verteilen.

**Frohe Weihnachten und ein
gutes Neues Jahr!**



Weihnachtsmarkt auf dem Rathausplatz
in Hamburg

**Ich wünsche meinen Kunden, Geschäftspartnern, Lesern, Kollegen
und Bekannten eine schöne Adventszeit, ein friedliches
Weihnachtsfest und ein gutes Neues Jahr 2015!**

**Ich hoffe auf viele neue mediale Projekte und ebenso
kulinarische Ereignisse im neuen Jahr!**

Foto: Jetti Kuhlemann/pixelio.de