

Gebackener Hähnchenschenkel



Gebackener Hähnchenschenkel

Da ich mir nicht zu schade bin, auch Rezepte, die miss- oder nicht ganz gelungen sind, zu posten, hier ein einfaches Beispiel für selbst produziertes Fastfood, nicht in dem Sinne „schnelles, minderwertiges, industriell zubereitetes Essen“. Sondern nur einfach schnelles Essen, quick'n'dirty. Es sollte heute einfach schnell gehen. Ich wollte keine 4–5 Stunden am Herd stehen. Marinieren oder würzen, Backofen auf, Schenkel rein, Backofen zu, nach 30 Minuten fertiges Essen.

Das Foto ist optisch nicht ansprechend, da hilft nicht mal der Petersilienzweig. Denn die Marinade bzw. das Gewürz verbrennt leicht im Backofen. Aber es ist ja nur ein Hähnchenschenkel, und das Fleisch ist sehr zart und saftig und schmeckt sehr gut.

Prozedere? Hähnchenschenkel auftauen oder gleich frisch verwenden, mit indischer Sauce – in diesem Fall eine Mischung von je 1 TL [Tandoori-Paste](#) und [Vindaloo-Curry-Paste](#) –

eventuell 1–2 Stunden vorher einpinseln und damit marinieren. Oder kurz vor dem Zubereiten damit einstreichen. Backofen auf 180° C Umluft erhitzen, auf einem Backblech etwas Öl verteilen und den Hähnchenschenkel 30 Minuten darauf auf mittlerer Ebene braten lassen. Servieren und genießen. Dazu kann man noch frische Pommes frites, oder einen Salat, oder Baguette oder Chiabatta servieren. Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt.

Nierenzapfen-Geschnetzeltes mit scharfer Curry-Sahne- Sauce und Reis



Nierenzapfen mit Reis

Jetzt habe ich das erste Mal mit Habanero gekocht. Die noch schärferen Bih-Jolokia-Schoten kenne ich ja schon, da zieht es

einem die Schuhe aus. Die normalen roten Chilischoten gehören für mich in die tägliche Küche hinzu. Aber die Habanero – holla, das ist kräftig und heftig. Das Gehirn registriert solche Schärfe nicht als einen Geschmack, sondern als Schmerz. Deswegen fängt man schon beim Zubereiten der Sauce mit dem Aufsteigen der entsprechenden Dämpfe und dann beim anschließenden Essen erst einmal mit kräftigem Husten. Denn, es is' heftisch. ☐

Wie immer bei der Zubereitung mit Chilischoten ein kurzer Verhaltensknigge: Nach dem Zuschneiden der Habanero weder die Augen, die Nase oder den Mund berühren. Und auch keine anderen Schleimhäute. Und auch nicht auf der Toilette die Geschlechtsteile. Das mag merkwürdig klingen, schützt aber vor halbstündigem Brennen, dem man auch nicht mit Wasser abhelfen und es abstellen kann. Und wie so immer gilt der Spruch von Liselotte Pulver in ihrem Film „Ich denke oft an Piroschka“, dass man den Genuss des Chilis immer zweimal hat, einmal beim Essen und dann ... na ja, das kann man sich selbst vorstellen. ☐

Aber, das Gericht ist natürlich nicht nur scharf, sondern sehr schmackhaft und lecker. ☐

Zutaten für 1 Person:

- 1 halber Nierenzapfen, etwa 200 g
- $\frac{1}{2}$ rote Zwiebel
- $\frac{1}{2}$ weiße Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- $\frac{1}{8}$ rote Paprika
- $\frac{1}{2}$ gelbe Habanero
- trockener Weißwein
- 150 ml Sahne
- Hot Madras Curry Powder
- Salz
- Pfeffer
- Butter

- $\frac{1}{2}$ Tasse Rundkornreis

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 30 Min.

Nierenzapfen in kleine Streifen schneiden. Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Die Paprika und die Habanero kleinschneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und alles darin 5–10 Minuten kräftig anbraten. Das Currypulver hinzugeben und mit anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit einem Schuss trockenem Weißwein ablöschen. Die Sahne hinzugeben und alles noch 10–15 Minuten köcheln und reduzieren lassen.

Währenddessen in einem Topf 1 $\frac{1}{2}$ Tassen Wasser erhitzen, den Reis hinzugeben und zum Kochen bringen. Dann den Topf vom Herd nehmen und zugedeckt noch 15 Minuten ziehen lassen.

Reis und geschnetzelten Nierenbraten auf einem Teller anrichten. Mit einigen Paprikastreifen und Petersilie garnieren.

Panierter Nierenzapfen mit Zwiebel-Paprika-Käse-Gemüse



Nierenzapfen mit Gemüse

Nierenzapfen sind Muskelfleisch. Da sie aber nicht zur Skelettmuskulatur gezählt werden, sind sie ... Innereien. Denn sie sitzen hinter dem Zwerchfell und halten die Nieren an ihrer Position. Da sie Muskelfleisch sind, sind sie vielseitig verwendbar. Entweder schmort man sie oder brät sie kurz in der Pfanne an. Sie kommen vom Geschmack her fast an ein Rumpsteak heran und sind ein vollwertiger Ersatz für Steakfleisch. Beim Schlachter muss man sie vorbestellen, denn sie gehören nicht zum gewöhnlichen Sortiment. Diesmal die panierte Variante. Mit einem schnellen Gemüse mit Käse.

Zutaten für 1 Person:

- 1 halber Nierenzapfen, ca. 200 g
- 1 EL Mehl
- 1 Ei
- 1 EL Paniermehl
- $\frac{1}{4}$ rote Paprika
- $\frac{1}{2}$ rote Zwiebel
- $\frac{1}{2}$ weiße Zwiebel

- 3 Knoblauchzehen
- Sahne
- geriebener Gouda
- $\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel
- $\frac{1}{2}$ TL Ras el Hanout

- Salz
- Pfeffer
- Butter
- Olivenöl

- Zitrone
- Schnittlauch

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 20 Min.

Paprika längs in ganz dünne Streifen schneiden, dann die Streifen halbieren oder dritteln. Die Zwiebeln und die Knoblauchzehen schälen. Die Zwiebeln ebenfalls in dünne Streifen schneiden. Knoblauchzehen klein schneiden.

Nierenzapfen auf beiden Seiten salzen und pfeffern und erst in Mehl wenden, in einem verrührten Ei und dann erst in Paniermehl.

Butter in einer Pfanne erhitzen. Paprika- und Zwiebelstreifen und Knoblauch darin kross anbraten. Mit Kreuzkümmel und Ras el Hanout würzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ganz wenig Sahne hinzugeben, um die Röststoffe vom Pfannenboden zu lösen. Reduzieren lassen. Eine große Portion geriebenen Gouda untermischen und verlaufen lassen. Warmstellen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Den panierten Nierenzapfen auf beiden Seiten zuerst etwa 20–30 Sekunden bei hoher Temperatur scharf anbraten, aber darauf achten, dass die Panade nicht anbrennt. Dann auf ganz geringe Temperatur herunterdrehen und auf beiden Seiten 2–3 Minuten leicht garen.

Nierenzapfen und Gemüse auf einem Teller anrichten. Wie bei einem panierten Wiener Schnitzel passen auch hier einige

Zitronenscheiben zum Nierenzapfen. Das Gemüse mit etwas Schnittlauch garnieren.

Hokkaido-Kürbis – gefüllt und überbacken



Überbackener, gefüllter Hokkaido-Kürbis

Jetzt hat es endlich auch mit Plan A geklappt. Nach mehrmaligem Erhitzen der Hackfleisch-Gemüse-Sauce war sie soweit reduziert, dass fast keine Flüssigkeit mehr vorhanden war und man sie gut für eine Füllung verwenden konnte. Für eine Person benötigt man einen kleinen Hokkaido-Kürbis. Er wird der Länge nach geteilt, das Fruchtfleisch entfernt, mit Olivenöl eingepinselt oder gesprayed und mit Salz und Pfeffer gewürzt. Dann 30 Minuten bei 180° C Umluft im Backofen backen.

Die Hackfleisch-Gemüse-Mischung bitte nach diesem [Rezept](#)

vornehmen, aber nur die Hälfte der Zutaten verwenden.

Eine der Kürbishälften mit der Hackfleisch-Gemüse-Mischung füllen, die andere Hälfte kleinschneiden. Die gefüllte Kürbishälfte in der Mitte einer Auflaufform anrichten und die restlichen Kürbisstückchen drumherum anordnen. Die gefüllte Kürbishälfte kräftig mit geriebenem Gouda bedecken und über die Kürbisstückchen auch etwas Gouda geben.

In der Mikrowelle mit Grill oder im Backofen kräftig überbacken. Dabei jede Minute dabei bleiben, denn in der Mikrowelle mit Grill kann es 10 Minuten dauern, im Backofen dagegen nur 3–4 Minuten. Jede Minute zuviel und der Käse ist verbrannt und das Gericht hinüber.

Den Kürbis eventuell mit Salz und Pfeffer nochmals abschmecken. Mit kleingeschnittenem Schnittlauch garnieren und in der Auflaufform servieren.

Butternuß-Kürbis mit Safranreis und Hackfleisch- Gemüse-Sauce



Butternuß-Kürbis-Gemüse, gelber Safranreis und Hackfleisch-Gemüse-Sauce

Plan A sah eigentlich vor, gefüllte Kürbisse zuzubereiten, mit einem Butternuß-Kürbis und einem halben Hokkaido-Kürbis, mit Käse überbacken. Leider geriet die vorgegarte Hackfleischfüllung etwas zu flüssig. Der Weißwein war nicht das Problem, aber es war auch Sahne in der für die Füllung vorgesehenen Hackfleisch-Gemüse-Mischung. Diese lässt sich aber nur schwer reduzieren, damit man eine kompakte Masse für eine Füllung hat.

Also trat Plan B in Kraft und es kam noch Reis hinzu, der Butternuß-Kürbis wurde nicht gefüllt, sondern kleingeschnitten als Kürbisgemüse serviert und die Hackfleisch-Gemüse-Sauce war die Zugabe und Abrundung für das Ganze.

Zutaten für 2 Personen:

- 1 Butternuß-Kürbis
- $\frac{1}{2}$ TL Honig
- Butter

- 250 g gemischtes Hackfleisch

- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Champignon
- $\frac{1}{4}$ – $\frac{1}{2}$ roter Paprika
- $\frac{1}{2}$ Wurzel
- 1 rote Chilischote
- 1 TL Tomatenmark
- trockener Weißwein
- 1 TL Senf
- 1 TL grüne, eingelegte Pfefferkörner
- 100 ml Sahne
- Koriander
- Kreuzkümmel
- getrockneter Majoran
- getrockneter Thymian
- süßes Paprikapulver

- 1 Tasse Rundkornreis
- 0,2 g Safran

- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 30 Min. | Garzeit 40 Min.

Zuerst den Kürbis zubereiten. Den Butternuß-Kürbis der Länge nach halbieren und das Fruchtfleisch entfernen. Die Schale eines Butternuß-Kürbis lässt im Gegensatz zu der Schale eines Hokkaido-Kürbis nicht essen, sie ist spröde und dröge. Also entweder vor dem Backen den Kürbis schälen. Oder nach dem Backen die Schale vom butterweichen Kürbis einfach mit einem Messer abziehen. Die Kürbishälften mit Olivenöl bestreichen oder einsprayen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Backofen auf 180° C Umluft erhitzen und die Kürbishälften auf einem Backblech auf mittlerer Ebene 30 Minuten backen.

Währenddessen Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Champignon in kleine Stücke schneiden. Die

halbe Wurzel schälen und auf einer Küchenreibe grob raspeln. Die Paprikaschote in kleine Stücke schneiden. Chilischote ebenfalls kleinschneiden.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und Zwiebel, Knoblauchzehen und Champignon anbraten. Dann die gehobelte Wurzel, Paprikaschote und Chilischote dazugeben und ebenfalls mit anbraten. Dann das Hackfleisch dazugeben und auch kross anbraten. Eventuell noch etwas Olivenöl hinzugeben zum besseren Braten. Das Tomatenmark hinzugeben und mit anbraten. Dann mit einem kräftigen Schuss Weißwein ablöschen, den Senf und die Pfefferkörner hinzugeben und ebenfalls die Sahne. Mit einer Prise Koriander, Kreuzkümmel, etwas Majoran und Thymian würzen. Dann noch mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken. Etwa 10–20 Minuten bei geringer Temperatur köcheln und reduzieren lassen.

Währenddessen 3 Tassen Wasser in einen kleinen Topf geben und zum Kochen bringen. Den Reis hinzugeben und bei ganz geringer Temperatur 10–15 Minuten köcheln lassen. Zum Schluss den Safran hinzugeben und den Reis damit würzen und gelb einfärben.

Ein optisches Pendant zum gebackenen Kürbis. Das ganze Wasser verkochen lassen, dann kann man den Reis in eine Schale drücken, auf die Teller stürzen und optisch ansprechend anrichten.

Den gebackenen Kürbis in Stücke schneiden, in einer kleinen Pfanne mit Butter anbraten und mit etwas Honig karamellisieren.

Den kleingeschnittenen Butternuß-Kürbis auf zwei großen Tellern anrichten. Daneben den Reis in Schalenform stürzen. Beides großzügig mit der Hackfleisch-Gemüse-Sauce übergießen.

Pferdesteaks in Champignonrahm-Sauce mit Kartoffel-Kürbis-Stampf



Pferdesteaks

Heute war ich in meinem Stadtteil in der Nähe meines Pferdeschlachters unterwegs und ... da konnte ich nicht einfach daran vorbeifahren. Es ergab dann 2 kg Pferdefleisch – Schmorbraten, Gulasch, Steaks und Rumpsteaks. Als erstes kommen zwei Steaks in die Eisenpfanne. Mit einem Stampf mit Kürbis, passend zur herbstlichen Jahreszeit. Und einem kleinen Sößchen mit Champignons.

Das Pferdefleisch ist unvergleichlich zart, besser als jedes Rindersteak. Und der Kürbis gibt dem Stampf eine unvergleichlich gelbe Farbe. Die Champignoncreme-Sauce ist da nur die Abrundung des Ganzen.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Pferdesteaks a 200 g
- 5–6 frische Champignons
- etwas frischen Ingwer
- 3 Knoblauchzehen
- trockener Weißwein
- 100 ml Sahne
- 1 TL Mehl
- 3 große mehligkochende Kartoffeln
- 200 g Hokkaidokürbis ($\frac{1}{4}$ eines kleinen Kürbis)
- Milch
- Salz
- Pfeffer
- süßes Paprikapulver
- Muskat
- Butter
- Olivenöl

Zubereitungszeit: 40 Min.

Die Kartoffeln schälen und in kleine Stücke schneiden. Das Kürbisstück in Scheiben und dann in kleine Stücke schneiden. Die Haut des Kürbis ist zwar hart, aber essbar ist. Somit kocht man am besten alles zusammen in einem Topf mit kochendem Wasser für 30 Minuten.

Währenddessen die Knoblauchzehen und den Ingwer schälen und in kleine Stücke schneiden. Die Champignons in dünne Scheiben schneiden. In einer Pfanne Butter erhitzen und das Gemüse darin anbraten. Mit einem Schuss Weißwein, etwas Wasser und der Sahne ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und dem Paprikapulver würzen. Etwa 15 Minuten bei geringer Temperatur reduzieren lassen. Dann die Sauce mit dem Mehl etwas abbinden. Die Champignonrahm-Sauce in eine Schüssel geben und warm halten.



Pferdesteaks roh

Die Pferdefleisch-Steaks auf beiden Seiten mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Öl in der Pfanne erhitzen und die Steaks erst ganz kurz sehr scharf auf beiden Seiten anbraten. Dann bei geringer Temperatur auf jeder Seite 3 Minuten braten. So sind sie innen noch leicht roh, also englisch zubereitet – rare.

Nun die gekochten Kartoffel- und Kürbiswürfel in eine Schüssel geben, eine große Portion Butter und einen Schuss Milch unterrühren und mit Salz, Pfeffer und vor allem frisch gemahlenem Muskat würzen. Alles mit dem Kartoffelstampfer kräftig zerstampfen und klein drücken, bis ein sämiger Brei entsteht.

Die Steaks auf zwei Tellern anrichten, vom Stampf hinzugeben und alles mit der Champignonrahm-Sauce drapieren.

Schweinefiletauflauf mit Gemüse und Kürbis-Käse-Sauce



Auflauf

Hier bot sich die zweite Verwendungsmöglichkeit für die gestrige Kürbis-Käse-Sauce an, von der noch reichlich vorhanden war. Und dies ist somit mein zweites Rezept mit Kürbis. Weitere werden noch folgen, denn ich habe noch 3/4 des Hokkaidokürbis übrig – und zusätzlich sogar noch einen Butternußkürbis gekauft. Für letzteren habe ich aber schon ein Rezept.

Der Übersichtlichkeit halber liste ich die Zutaten und die Zubereitung der Kürbis-Käse-Sauce hier nochmal auf. Mit dem Schweinefilet und dem Gemüse lässt sich so ein sehr leckerer Auflauf zubereiten. Optisch ist das Gericht natürlich nicht so ganz hinreißend, denn – wie es bei einem Auflauf eben der Fall ist – es sind alle Zutaten durcheinander gekleckert.

Zutaten für 3 Personen:

- 500 g Schweinefilet
- scharfer Senf
- Mehl
- Cognac
- Schweineschmalz
- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- 1 rote, getrocknete Pepperoni
- 7 Champignons
- 1 Stange Lauch
- 10–12 kleine, festkochende Kartoffeln
- trockener Weißwein
- 100 ml Sahne
- 100 ml Gemüsefond
- 2 Scheiben gekochter, gewürfelter Schinken

Zutaten für die Kürbis-Käse-Sauce:

- 200 g Hokkaido-Kürbisfleisch
- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- ein kleines Stück frischer Ingwer
- trockener Weißwein
- 100 ml Sahne
- 100 ml Gemüsefond
- 100 g französischer Brie
- einige Zweige frische Petersilie
- einige Zweige frischer Thymian
- $\frac{1}{4}$ Zitrone (Saft)
- 150 g Hartkäse (z.B. Edamer)
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- Knoblauch- oder normale Butter
- 100 ml Sahne
- 4 Scheiben Hartkäse (z.B. Edamer)

- Salz
- Pfeffer
- Muskat

Zubereitungszeit: Sauce 30 Min. evtl. 1 $\frac{1}{2}$ Std. |
Vorbereitungszeit 30 Min. | Backzeit 30 Min.

Zuerst die Kürbis-Käse-Sauce zubereiten. Dazu den Kürbis grob raspeln. Die Schalotten, Knoblauchzehen und den Ingwer schälen und kleinschneiden. In einem Topf Knoblauchbutter oder normale Butter erhitzen und Schalotten, Knoblauchzehen und Ingwer darin anbraten und glasig dünsten. Dann den geraspelten Kürbis dazu geben und mit andünsten. Mit einem großen Schuss Weißwein ablöschen. Den Gemüsefond und die Sahne hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer und frisch geriebenem Muskat würzen. Die kleingewiegte Petersilie hinzugeben. Den frischen, zerkleinerten Thymian oder alternativ $\frac{1}{2}$ –1 TL getrockneten Thymian hinzugeben und mitköcheln. Den Brie kleinschneiden – man kann auch die Rinde mitverwenden, die wird sich im Laufe des Köchelns in der Sauce auflösen – und in die Sauce hinzugeben. Mit dem Zitronensaft abschmecken. Bei geringer Temperatur etwas köcheln lassen.

Eine Käse-Sauce sollte recht sämig sein, sehr konzentriert schmecken und der aufgelöste Käse darin Fäden ziehen, so dass sie eine kompakte Konsistenz hat – was ja auch für das Überbacken im Auflauf wichtig ist. Daher die Sauce unzugedeckt bei geringer Temperatur noch eine Stunde köcheln und reduzieren lassen, um einen noch kräftigeren Geschmack zu erhalten. Dann gibt man den kleingeschnittenem Hartkäse hinzu und löst ihn in der Sauce auf. Der Hartkäse würde die Sauce vor dem Reduzieren zu kompakt machen und vermutlich anbrennen. Mit Salz und Pfeffer nochmals abschmecken.

Schalotten und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Ebenso die Pepperoni kleinschneiden. Die Lauchstange in dünne Scheiben schneiden. Die Champignons in dünne Scheiben schneiden. Die Kartoffeln schälen und in grobe Stücke schneiden.

Das Schweinefilet in 2–3 cm dicke Scheiben schneiden. Mit Senf dünn bestreichen und in Mehl wenden. Das Schweineschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Schweinefiletscheiben im Schweineschmalz kurz auf jeweils beiden Seiten anbraten, bis sie leicht kross angebraten sind. Mit einem Schuss Cognac ablöschen und flambieren. Dann herausnehmen und mit dem Cognacfond zur Seite stellen.

Butter in die Pfanne geben und erhitzen und Schalotten, Knoblauch und Pepperoni darin anbraten. Dann die Champignons dazugeben. Dann den Lauch. Schließlich noch die Kartoffelstücke. Alles ein wenig köcheln. Mit dem Weißwein ablöschen. Den Gemüsefond und die Sahne hinzugeben. Schließlich noch den Schinken hinzugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Das Ganze in eine große Auflaufform geben. Die gebratenen Schweinefiletscheiben darüber legen, dann die zubereitete Kürbis-Käse-Sauce kräftig darüber verteilen. Noch mit 100 ml Sahne auffüllen. Und die Käsescheiben zum zusätzlichen Überbacken darauf verteilen. Den Backofen auf 180° C Umluft erhitzen, die Auflaufform auf mittlerer Ebene hineinschieben und ca. 30 Min. backen. Auf großen Tellern anrichten.

Lachsfilet mit Kürbis-Käse-Sauce auf Gnocchi



Lachs mit Pasta und Kürbis-Käse-Sauce

Mein erstes Kürbisgericht. I never before prepared a pumpkin. Ausgewählt hatte ich einen Hokkaidokürbis, den mein mittlerweile neuer, hanseatischer Kioskbesitzer vorrätig hatte. Der Hokkaidokürbis hat den Vorteil, dass er nach dem Aufschneiden und Entkernen zusammen mit der Schale zubereitet werden kann. Der Kürbis wog etwa 900 g und für dieses Gericht benötigte ich gerade mal ein Viertel des Kürbis, also habe ich die kommende Zeit noch einige Kürbisgerichte vor mir.

Ausgewählt habe ich für das erste Kürbisrezept keine Kürbiscremesuppe, weil – die macht und kann ja jeder. Nein, es sollte schon etwas Besonderes her. Wie in dieser Form als Kürbis-Käse-Sauce. Der Kürbis hat auch den Vorteil, dass man ihn einige Zeit vor der Zubereitung vorbereiten und in diesem Fall grob raspeln kann. Denn der gehobelte Kürbis hält lange Farbe und Konsistenz und wird nicht wie gehobelte Kartoffeln für Kartoffelpuffer innerhalb von Minuten unansehnlich braun, weil die geriebenen Kartoffeln mit dem Luftsauerstoff oxidieren.

Und natürlich macht der Kürbis auch rein optisch schon sehr

viel her – gerade für den bevorstehenden Herbst. Die Sauce bietet bei der Zubereitung, dem Kochen und dann dem Servieren herrliche Gelb-Rot-Braun-Töne – wie bald in der Natur. Und dann kommt noch ein Eigelb für weitere Farbe in die Sauce.

Und die Gnocchi sind nicht die erwarteten Teigwaren aus Kartoffeln oder ähnlichen Zutaten, sondern Muschelnudeln, die von manchen Herstellern auch mit diesem Begriff bezeichnet werden.

Zutaten für 2 Personen:

- 300 g frisches Lachsfilet mit Haut

Zutaten für die Kürbis-Käse-Sauce:

- 200 g Hokkaido-Kürbisfleisch
- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- ein kleines Stück frischer Ingwer
- trockener Weißwein
- 100 ml Sahne
- 100 ml Gemüsefond
- 100 g französischer Brie
- einige Zweige frische Petersilie
- einige Zweige frischer Thymian
- $\frac{1}{4}$ Zitrone (Saft)
- 150 g Hartkäse (z.B. Edamer)
- 1 Eigelb
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- Knoblauch- oder normale Butter

- Salz
- Pfeffer
- Butter

- 250 g Gnocchi

Zubereitungszeit: 30 Min. evtl. 1 $\frac{1}{2}$ Stdn.

Zuerst die Kürbis-Käse-Sauce zubereiten. Dazu den Kürbis grob raspeln. Die Schalotten, Knoblauchzehen und den Ingwer schälen und kleinschneiden. In einem Topf Knoblauchbutter oder normale Butter erhitzen und Schalotten, Knoblauchzehen und Ingwer darin anbraten und glasig dünsten. Dann den geraspelten Kürbis dazu geben und mit andünsten. Mit einem großen Schuss Weißwein ablöschen. Den Gemüsefond und die Sahne hinzugeben. Bei geringer Temperatur etwas köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und frisch geriebenem Muskat würzen. Die kleingewiegte Petersilie hinzugeben. Den frischen, zerkleinerten Thymian oder alternativ $\frac{1}{2}$ –1 TL getrockneten Thymian hinzugeben und mitköcheln. Den Brie kleinschneiden – man kann auch die Rinde mitverwenden, die wird sich im Laufe des Köchelns in der Sauce auflösen – und in die Sauce hinzugeben. Mit dem Zitronensaft abschmecken.

Man kann nun den Lachs und die Gnocchi zubereiten, denn die Sauce lässt sich auch in dieser etwas flüssigen Form verwenden. Allerdings sollte eine Käse-Sauce doch recht sämig sein, sehr konzentriert schmecken und der aufgelöste Käse darin Fäden ziehen, so dass sie eine recht kompakte Konsistenz hat. Daher sollte man die Sauce unzugedeckt bei geringer Temperatur noch eine Stunde köcheln und reduzieren lassen, um einen noch kräftigeren Geschmack zu erhalten. Erst dann gibt man den kleingeschnittenem Hartkäse hinzu und löst ihn in der Sauce auf. Der Hartkäse würde die Sauce vor dem Reduzieren zu kompakt machen und vermutlich anbrennen. Kurz vor dem Servieren noch ein Eigelb für die Farbe der Sauce unterrühren, das aber nicht mehr mitkochen soll, da es sonst vielleicht ausflockt. Mit Salz und Pfeffer nochmals abschmecken.

Kurz vor Ende der Garzeit der Sauce die Gnocchi nach Anleitung zubereiten. Butter in einer Pfanne erhitzen, das Lachsfilet auf beiden Seiten mit Pfeffer würzen und auf jeweils beiden Seiten bei geringer Temperatur 5–6 Minuten anbraten – zuerst auf der Hautseite, dann der Fleischseite. Erst danach das

Lachsfilet salzen.

Lachsfilet und Gnocchi auf zwei Tellern anrichten und von der köstlichen Kürbis-Käse-Sauce großzügig über Pasta und Filet geben.

Mayonnaise-Chili-Dip



Mit dem Pürrierstab quick'n'dirty zubereitetes Dip

Ich bin immer wieder begeistert von dieser schnell zuzubereitenden Mayonnaise, die sich ganz unterschiedlich mit Curry, Kreuzkümmel, Paprika, Pfeffer oder anderen Zutaten variieren oder verfeinern lässt.

Ich las über Mayonnaise immer nur, dass sie schwierig zuzubereiten sei und man viele Dinge beachten müsse:

- Ei/er muss/müssen Zimmertemperatur haben.

- Es wird nur das Eigelb verwendet.
- Das Olivenöl wird gaaaaaaanz langsam tröpfchenweise mit dem Schneebesen in das Eigelb gerührt.

Bullshit. Hohe, schmale Rührschüssel, gutes Olivenöl hinein, das ganze Ei dazu, den Senf, das Salz und in diesem Fall die zerkleinerte Chilischote, mit dem Pürierstab drüber – zack, fertig, in noch nicht mal 2 Minuten.

Der Dip lässt sich beliebig variieren und verwenden, für Kurzgebratenes, gegartes Gemüse, sogar Pommes frites, auch für Fondue oder einfach den Snackteller am Abend vor dem Fernseher.

Dies ist ein Beitrag zum [9-jährigen Foodblog-Geburtstag und -Event von kochtopf.me](#):



Zutaten:

- 100 ml gutes Olivenöl
- 1 Ei
- 1 EL Senf
- Salz
- 1 kleingeschnittene rote Chilischote

Zubereitungszeit: 2 Min.

Chilischote kleinschneiden, alles in die Pürierschüssel geben, mit dem Stabmixer pürieren, fertig. Servieren. Genießen.

„Die Sendung mit der Maus“



„Mäusle“

Wieder ein typisches Nudelheissundhos-Rezept. Probleme hatte ich diesmal nur mit der eindeutigen Identifizierung des verwendeten Fleisches. Bestellt hatte ich bei einer größeren Bestellung bei einem fränkischen Online-Schlachter ein „Mäusle“, was vermutlich der fränkische Begriff für Wadenfleisch ist. Wie eine Wade kam mir das Fleisch aber nicht vor, in Frage käme auch eine Bavette, auch Flanksteak, oder eine Blattschulter. Aber beides passte nicht so einwandfrei. Bis ich eine Antwort des Schlachters zur Identifizierung des Fleischstücks habe, gehe ich zumindest davon aus, dass es sich nicht um Fleisch zum Kurzbraten, sondern um Schmorfleisch handelt und somit diese Zubereitung über 2 Stunden in einer Sauce sicherlich passt.

Und nach dem Schmoren bin ich mir nun sicher, dass es sich aufgrund der kräftigen Flechsen im Fleisch um Schmorfleisch und doch um das „Mäusle“ handelt.

Geplant war, eine sehr kräftige, würzige und erdige Sauce herzustellen, ohne auf solche Aromen wie Kaffee zurückgreifen zu müssen. Aber Portwein, Rotwein, Bratenfond und Kreuzkümmel tun das ihre zu der kräftigen Sauce hinzu. Das Ergebnis ist recht gut.

Zutaten für 2 Personen:

- 500 g Mäusle (Wade)
- 4 Schalotten
- 4 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 5–6 frische Champignons
- 1 TL eingelegte grüne Pfefferkörner
- 2 Lorbeerblätter
- 100 ml Portwein
- eine Prise brauner Zucker
- 100 ml Rotwein
- 500 ml Bratenfond
- 1 EL Worcestershire-Sauce
- $\frac{1}{4}$ TL dunkle Soja-Sauce
- 100 ml Wasser
- $\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel
- $\frac{1}{2}$ –1 TL Pul biber
- süßes Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- 2–3 EL Schweineschmalz
- 250 g Maccheroni

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 2 $\frac{1}{2}$ Stdn.

Schalotten, Knoblauchzehen und Lauchzwiebel schälen und kleinschneiden. Champignons vierteln und in dünne Scheiben schneiden.

Das Mäusle auf beiden Seiten mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. In einem großen Topf Schweineschmalz erhitzen. Das Mäusle auf beiden Seiten jeweils etwa 2 Minuten kräftig anbraten. Herausnehmen. Das Gemüse im Topf anbraten und glasig dünsten. Eventuell noch 1–2 Esslöffel Schweineschmalz hinzugeben. Das angebratene Mäusle wieder hinzugeben und mit dem Portwein ablöschen. Die Röststoffe vom Topfboden mit dem Kochlöffel kräftig ablösen. Gleichzeitig die Lorbeerblätter hinzugeben. Eine Prise brauner Zucker hinzugeben. Den Portwein auf mittlerer Temperatur komplett einreduzieren lassen.

Dann mit dem Rotwein ablöschen und ebenfalls komplett einreduzieren lassen. Mit dem Bratenfond auffüllen, Worcestershire-Sauce, Soja-Sauce, Kreuzkümmel und Pul biber hinzugeben. Mit dem Wasser ablöschen. Alles zugedeckt bei geringer Temperatur zwei Stunden köcheln lassen. Nach einer Stunde das Mäusle einmal wenden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

10 Minuten vor Ende der Garzeit die Maccheroni nach Anleitung zubereiten.

Die Maccheroni in zwei großen Nudeltellen anrichten, das Mäusle in Scheiben schneiden, darüber legen und von der kräftigen Sauce dazu geben.

Knoblauch-Chili-Kräuter-Öl



Aromatisiertes Olivenöl

Heute wieder frisch angesetzt. Olivenöl, aromatisiert mit Knoblauch, Chili und mediterranen Kräutern. Zum Kochen mit aromatisiertem Öl.

Auf meinem Küchentisch steht ständig eine kleine Ansammlung von Zutaten für Genießer und Gäste auf einer Glasplatte. Dazu gehören ein Schälchen mit braunem Zucker und lang haltbarer Kondensmilch – für den Nachmittagsbesucher zum Kaffee. Dann ein Glastöpfchen für geriebenen Parmesan aus der Zeit, als ich ihn noch nicht ständig im Kühlschranks liegen hatte, um ihn über die Pasta zu reiben. Jeweils eine Gewürzmühle für a) Meersalz, b) schwarzen Pfeffer und c) Korianderkörner. Eine Flasche vietnamesische Sriracha Scharfe Chilisaucе. Schließlich zwei Flaschen mit Gießtülle mit einmal bestem

Aceto Balsamico di Modena und dann dem marinierten Olivenöl. Last but not least eine Statue der Guanyin – Göttin des Mitgefühls und der Barmherzigkeit – (wenn ich meinen Gäste Innereien serviere :D) und eine Schale für Räucherstäbchen zum Entspannen, Relaxen und Genießen der Speisen und Getränke.

Die Zubereitung ist denkbar einfach: In eine Flasche – mit oder ohne Gießtülle – drei Knoblauchzehen, zwei rote Chilischoten, zwei Zweige frischen Rosmarin, viele Zweige frischen Thymian und einige Blätter frischen Salbei geben und mit bestem Olivenöl auffüllen. Normalerweise verschließt man die Flasche dann und lässt den Inhalt an einem dunklen Ort 2–3 Wochen ziehen. Wenn das Öl aber sowieso am Küchentisch für Speisen verwendet wird, kann man die Flasche auch dort stehen lassen. Nur, der aromatische Geschmack der Zusätze zeigt sich doch erst nach mehreren Tagen oder auch Wochen.

Nebenbei erwähnt lässt sich auf diese Art und Weise natürlich aromatisiertes Öl der unterschiedlichsten Ausprägung zubereiten: Basilikumöl, Korianderöl, Kerbelöl, Pfefferöl usw.

Pangasiusfilet mit Pommes frites und Mayonnaise-Chili-Dip



Pangasius, Pommes frites, Mayonnaise-Chili-Dip

Auch heute etwas Schnelles am Wochenende. Quick'n'dirty. Man könnte es auch als Fish'n'chips bezeichnen. Ich habe eine grandiose scharfe Mayonnaise dazu gemacht.

Ich bin immer wieder begeistert von dieser schnell zuzubereitenden Mayonnaise, die sich ganz unterschiedlich mit Curry, Kreuzkümmel, Paprika oder anderen Zutaten verfeinern lässt. Ich las über Mayonnaise immer nur, dass sie schwierig zuzubereiten wäre und man viele Dinge beachten müsse: a) Das/die Ei/er muss/müssen Zimmertemperatur haben. b) Es wird nur das Eigelb verwendet und das Olivenöl wird gaaaaaaanz langsam tröpfchenweise mit dem Schneebesen in das Eigelb gerührt. Bullshit. Hohe, schmale Rührschüssel, gutes Olivenöl hinein, das ganze Ei dazu, den Senf, das Salz und in diesem Fall die zerkleinerte Chilischote, mit dem Pürrierstab drüber – zack, fertig, in noch nicht mal 2–3 Minuten.

Die Zubereitung der Pommes frites im Backofen ist eine Katastrophe. Normalerweise gebe ich sie in die Friteuse, nur hatte ich kein frisches Frittierfett mehr. Also Backofen. Jeder Hersteller hat für sein jeweiliges Produkt zwar seine

eigenen Zubereitungshinweise, aber Pommes frites, die bei 180° C nach 14 Minuten gebacken sein sollten, aber auch nach über 30 Minuten immer noch keine schöne Bräune und Knusprigkeit aufweisen, sind mir ein Graus. Also das nächste Mal doch wieder in der Friteuse.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Pangasiusfilet, ca. 200 g
- eine Portion Pommes frites

Zutaten für die Mayonnaise:

- 100 ml gutes Olivenöl
- 1 Ei
- 1 EL Senf
- Salz
- 1 rote Chilischote

- Salz
- Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: 30 Min.

Alle Zutaten für die Mayonnaise in eine hohe, schmale Rührschüssel geben, mit dem Pürrierstab mixen, in eine Schale geben und im Kühlschrank kalt stellen.

Die Pommes frites nach Anleitung im Backofen oder der Friteuse zubereiten.

Butter in einer Pfanne erhitzen, das Pangasiusfilet auf beiden Seiten salzen und pfeffern und auf beiden Seiten jeweils etwa 3 Minuten kross anbraten.

Alles auf einem großen Teller anrichten und servieren.

Kleiner Mitternachtssnack ...



Gebratene türkische Pepperoni

... zum Fernsehen.

Sechs scharfe, türkische Pepperoni. Olivenöl. Salz. Eine gute Pfanne.

Pepperoni bei mittlerer Temperatur auf beiden Seiten jeweils 5 Minuten in Olivenöl braten. Salzen. Servieren. Essen. Genießen.

Kalbszunge asiatisch auf Chinanudeln



Kalbszunge auf Chinanudeln mit viel Sauce

Jetzt also doch. Asiatisch. Mit zwei Saucen. Quick'n dirty. Sauce zu den Nudeln wird auf allereinfachste, schnelle Art zubereitet.

Zutaten für 1 Person:

- 300 g gekochte Kalbszunge
- 1 TL [Black Bean Sauce](#)
- 1 TL [Sambal Manis](#)
- dunkle Sojasauce
- 100 ml Sahne
- 125 g Chinanudeln
- Butter

Zubereitungszeit: 20 Min.

Die Chinanudeln nach Anleitung zubereiten.

Die Kalbszunge der Länge nach in etwa 3 Scheiben schneiden. Die beiden Saucen in eine kleine Schüssel geben, verrühren und die Kalbszungenscheiben auf jeweils beiden Seiten damit einpinseln.

Butter in einer Pfanne erhitzen und die Kalbszungenscheiben auf jeweils beiden Seiten für 5–10 Minuten darin kross und braun anbraten. Die Temperatur der Herdplatte dabei etwas heruntersdrehen, damit die Saucen auf den Scheiben nicht anbrennen.

Chinanudeln auf einem großen Teller anrichten und die Kalbszungenscheiben darüber legen. Die Saucenreste in der Pfanne mit Sahne ablöschen und einen ganz kleinen Spritzer dunkle Sojasauce zum besseren Würzen hinzugeben. Salz und Pfeffer sind nicht notwendig. Alles verrühren, kurz aufkochen lassen, über Kalbszungenscheiben und Chinanudeln geben und dann sofort servieren.

Kalbszunge in Curry-Cognac-Sahne-Sauce auf Kartoffeln



Kalbszunge mit Kartoffeln und Sauce

Heute war alles ein wenig kompliziert. Für die gestern in Gemüsesud gekochte Kalbszunge dachte ich zuerst an eine asiatische Zubereitung: Mit zwei asiatischen Saucen – Black Bean Sauce und Sambal Manis – auf chinesischen Nudeln. Heute passte mir das nicht mehr. Irgend war mir dann doch nach Curry, Senf und Sahne zumute. Also ein Multi-Kulti-Gericht: Zunge eines deutschen Kalbs, eine indische Curry-Sauce und dazu chinesische Nudeln? Nö, das passte dann doch nicht. Und was dann als Beilage? Italienische oder deutsche Nudeln? Basmati- oder Rundkorn-Reis? Oder doch Kartoffeln? Letzteres passte mir dann doch besser.

Für dieses Rezept benötigt man eigentlich nur eine halbe Kalbszunge zu 300 g. Aber es bietet sich natürlich an, gleich eine ganze Kalbszunge im Gemüsesud zu garen. Dann verwendet man die eine Hälfte für dieses Gericht ... und lässt sich für den kommenden Tag ein neues Rezept für die zweite Hälfte der Kalbszunge einfallen. Ihr könnt Euch darauf einstellen, versteht sich. ☐

Zutaten für 2 Personen:

- 1 Kalbszunge, ca. 600 g
- 1 l Gemüsefond
- 2 Lorbeerblätter
- 10–15 g getrocknete Kräutersaitlinge – entspricht der 10-fachen Menge an frischen Pilzen
- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 1 rote Chilischote
- ein kleines Stück frischer Ingwer
- Cognac
- 10–15 g eingelegte grüne Pfefferkörner
- 1 $\frac{1}{2}$ TL Senf
- 100 ml Sahne
- 1 TL Hot Madras Curry Sauce
- etwas Gemüsefond
- $\frac{1}{4}$ Zitrone (Saft)
- Salz
- Pfeffer
- Butter
- 500 g Kartoffeln

Zubereitungszeit: Kochzeit 2 Std. | Vorbereitungszeit 20 Min.
| Garzeit 1 Std.

Die Kräutersaitlinge in einer Schüssel mit kaltem Wasser 1–2 Stunden einweichen lassen. Zunge unter fließendem Wasser abwaschen. Den Gemüsefond in einem kleinen Topf erhitzen, die Zunge und die Lorbeerblätter hinzugeben und zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden köcheln lassen. Erkalten lassen und dann unbedingt die Haut der Zunge abziehen, da diese sehr spröde, kräftig und nicht zu beißen ist. Die Zunge halbieren und eine Hälfte in dünne Scheiben schneiden. Zur Seite stellen.

Die Kräutersaitlinge aus dem Wasser nehmen, mit Küchenpapier abtrocknen und dann in feine Streifen schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Kräutersaitlinge-Streifen darin braun und kross anbraten. Herausnehmen und zur Seite stellen.

Die Kalbszungenscheiben salzen und würzen und in der gleichen Pfanne in Butter anbraten. Auf jeweils jeder Seite 2–3 Minuten braun und kross anbraten. Herausnehmen, zur Seite stellen und warm halten.

Schalotten, Knoblauchzehen und Lauchzwiebel schälen und kleinschneiden. Das Stück Ingwer und die Chilischote kleinschneiden. Alles in der gleichen Pfanne in Butter kross und braun anbraten. Dann die gebratenen Kräutersaitlinge hinzugeben. Mit einem großen Schuss Cognac ablöschen und das Ganze flambieren. Warten, bis der Alkohol verkocht und die Flamme automatisch verlöscht ist. Die Röststoffe vom Pfannenboden mit einem Pfannenwender oder dem Kochlöffel ablösen. Die Pfefferkörner und den Senf hinzugeben, die Sahne zugießen und mit dem Curry würzen. Einen Schöpflöffel Gemüsefond dazugeben, dann den Zitronensaft und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Einige Minuten köcheln lassen.

Parallel dazu die Kartoffeln schälen, in kleine Stücke schneiden und in etwa 10–15 Minuten in einem Topf mit kochendem Wasser garen.

Die Kartoffeln auf zwei großen Tellern anrichten, Kalbszungenscheiben daneben geben und von der Sauce darüber drapieren.

Pansen mit Chorizo, Sucuk und Lauch



Pansen mit Chorizo, Sucuk und Lauch

Dieses Pansengericht wird mit der spanischen Paprikawurst Chorizo, der türkischen Knoblauchwurst Sucuk und Lauch zubereitet. Für die Zubereitung wird zuerst Portwein verwendet, ein schwerer, süßer Rotwein. Dann im weiteren für den Pansen Fino Sherry, ein trockener Likörwein. Alternativ kann dafür auch ein Traminer oder Veltliner verwendet werden.

Das Pansengericht muss ein wenig flüssig und suppig sein. Denn Pansen hat die Eigenschaft, beim Schmoren einen sehr aromatischen, köstlichen Saft mit einer großen Gelierfähigkeit zu produzieren, der den Geschmack des Gerichts erheblich unterstützt.

Wer einmal Pansen zubereitet hat, wird unzählige Versionen ausprobieren wollen, weil die Gerichte risikofrei sind – man kann Pansen mit allem kombinieren, was gerade zur Hand ist.

Zutaten für 2 Personen:

- 500 g gereinigter und gewaschener Pansen
- 1 l Gemüsefond
- 2 Lorbeerblätter
- 50 g Chorizo
- 50 g Sucuk
- 1 kleine Lauchstange
- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 rote Chilischote
- Portwein
- $\frac{1}{4}$ Zitrone (Saft)
- 125 ml Fino Sherry
- $\frac{1}{2}$ TL Korianderkörner
- $\frac{1}{2}$ TL Meersalz
- $\frac{1}{4}$ Zitrone (Saft)
- 8 kleine Kartoffeln
- 300 ml Sahne
- frischer Muskat
- Salz
- Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Garzeit 4 Stdn. | Vorbereitungszeit 30 Min.
| Kochzeit 40 Min.

Gemüsefond erhitzen und den gereinigten Pansen mit zwei Lorbeerblättern vier Stunden bei geringer Hitze köcheln.

Chorizo und Sucuk in kleine Würfel schneiden. Lauch in dünne Scheiben schneiden. Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Chilischote kleinschneiden. Alles zusammen in einer Pfanne mit Butter ca. 5–10 Minuten anbraten. Mit Portwein ablöschen. Den Portwein reduzieren lassen.

Zitronensaft hinzugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und nochmals mit Portwein ablöschen. Ebenfalls nochmals einreduzieren lassen. Dann zu Seite stellen.

Den gekochten Pansen in kleine, 2–3 cm lange Streifen schneiden. Butter in einem Topf erhitzen und den Pansen darin anbraten. Wie ein Geschnetzeltes mit Muskelfleisch den Pansen kräftig in der Butter für 10–15 Minuten anbraten, bis der Pansen braun und kross ist. Er zieht – wie schon erwähnt – beim Braten eine gelierende Flüssigkeit, die die weitere Sauce dann bindet. Korianderkörner und Meersalz im Mörser zerreiben und damit würzen. Mit Fino Sherry ablöschen, die Röststoffe auf dem Boden des Topfs kräftig ablösen und den Zitronensaft hinzugeben. Die kleingewürfelten Kartoffeln hinzugeben und mit Sahne ablöschen, bis alles im Topf bedeckt ist. Alles für 30 Minuten köcheln lassen, bis die Kartoffeln gegart sind.

Die Chorizo-Sucuk-Lauch-Mischung unter den Pansen geben. Alles verrühren und zusammen erhitzen und mit Salz, Pfeffer und frischem Muskat abschmecken. In zwei tiefen Tellern servieren und dann auf die Begeisterungstürme des anwesenden Gastes zu diesem Innereiengericht warten.