

Hackbraten in Senfsauce auf Basmatireis



Hackbraten, angerichtet mit Basmatireis und Senfsauce, mit etwas Oregano garniert

Ein einfaches Rezept, ich hatte verschiedene frische Kräuter noch zu verarbeiten.

Zutaten (für 2 Personen):

- 250 g Rinderhackfleisch
- $\frac{1}{2}$ Schrippe
- 1 Schalotte
- 3 Knoblauchzehen
- 4 getrocknete, rote Pepperoni
- bei Bedarf: 2–3 EL Paniermehl
- 2–3 Eier
- Milch
- 4–5 Zweige frische Zitronenmelisse

- 2 Zweige frischer Rosmarin
- 3–4 Zweige frischer Oregano
- einige Zweige frischer Thymian
- viel frische Petersilie
- 3 EL Senf
- 100 ml Sahne
- ein Schuss trockener Weisswein
- Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- Butter
- 1 $\frac{1}{2}$ Tassen Basmatireis

Zubereitungszeit: Einweichzeit 30 Min. | Vorbereitungszeit 30 Min. | Garzeit 30 Min.



Die Hackbratenmasse roh

Die halbe Schrippe in kleine Würfel schneiden und in einer kleinen Schüssel mit etwas Milch einweichen. Währenddessen die Schalotte und die Knoblauchzehen schälen. Die Schalotte, die

Knoblauchzehen und die getrockneten Pepperoni kleinschneiden. Das Rinderhackfleisch, die Schalotte, Knoblauchzehen, Pepperoni, die ausgedrückten Schrippenstücke, die kleingewiegt frischen Kräuter und die Eier in eine Schüssel geben. 1 EL Senf hinzugeben und mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Mit der Hand kräftig vermischen. Sollte die Hackbratenmasse noch zu flüssig sein, mit ein paar Esslöffeln Paniermehl behelfen.



Hackbraten in Senfsauce in der Pfanne

Butter in einer großen Pfanne erhitzen und den Hackbraten von beiden Seiten etwa 5 Minuten bei geringer Hitze braun anbraten. Dann mit einem Schuss Weisswein ablöschen und 2 EL Senf und die Sahne hinzugeben. Bei zugeschlagener Pfanne bei kleiner Hitze weitere 20 Minuten köcheln.

Währenddessen den Basmatireis nach Anleitung zubereiten. Die Senfsauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Je eine Hälfte des Hackbratens auf einen großen Teller geben, den Reis dazu, mit viel Senfsauce übergießen und etwas frischem Oregano garnieren.

Tortellini mit Pesto



Tortellini mit Pesto „Ricotta und Walnuss“ mit geriebenem Hartkäse und Schnittlauch

Heute die schnellste Beschreibung eines Rezepts bisher, in zwei Sätzen, Zutatenaufstellung ist nicht notwendig, Foto gibt es aber dennoch. Tortellini (für 1 Person) nach Anleitung zubereiten, in einen tiefen Nudelteller geben, mit einer Pesto nach Wahl – diesmal nicht frisch zubereitet, sondern beim Discounter gekauft – vermischen – muss vorher nicht erhitzt werden –, geriebenen Hartkäse darübergeben und mit kleingeschnittenem Schnittlauch garnieren, feddisch. ;-)

Garnelen in asiatischer Sauce mit Tortellini



Garnelen in asiatischer Sauce auf Tortellini

Heute sollte es schnell gehen. Keine Zeit für langwieriges Kochen. Außerdem mussten Reste verwertet werden, wie Garnelenschwänze und frische Pasta.

Bei den Mindesthaltbarkeitsdaten sollten Sie nicht so korrekt sein. Vor einiger Zeit hatte ich zwar noch frische Pasta in einer geöffneten (!) Packung für einige Wochen im Kühlschrank liegen. Das war zu lange und es sammelte sich Schimmelpilz auf der Pasta. Das war also nur noch etwas für den Mülleimer.

Bei den frischen Tortellini war das Mindesthaltbarkeitsdatum seit zwei Monaten überschritten. Aber sie waren fest eingetütet und verschweißt und lagen ständig im Kühlschrank. Einfach die Packung öffnen, an der Ware riechen und eventuell ein Stückchen probieren und dann entscheiden, riecht/schmeckt die Ware noch gut oder nicht? In diesem Fall war alles okay

und ich habe die Pasta zubereitet und gegessen. Lecker.

Ich hatte auch schon Sahne im Becher, die bestimmt zwei Monate über dem Haltbarkeitsdatum lag. Auch diese habe ich im Kühlschrank noch aufbewahrt und vor der Verwendung geprüft. Sie roch und schmeckte gut. Einzig war sie etwas eingetrocknet und verdickt, so dass man sie erst noch ein wenig verrühren müsste.

Zutaten (für 1 Person):

- 10–12 Garnelenschwänze ohne Schale
- 1 $\frac{1}{2}$ Streifen geräucherter Bauchspeck
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 100 ml trockener Weisswein
- 1 $\frac{1}{2}$ TL [Sambal Brandal](#)
- 2 Löffel [Shrimp Sauce](#)
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl
- bei Bedarf: geriebener Hartkäse
- 200 g frische Tortellini

Zubereitungszeit: 15 Min.

Die Tortellini nach Anweisung garen. Die Zwiebel und die Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Den Bauchspeck quer in dünne Streifen schneiden. In einem kleinen Topf das Olivenöl erhitzen und die Garnelenschwänze, die Bauchspeckstreifen, die Zwiebel und Knoblauch darin anbraten. Einige Minuten anbraten lassen. Mit dem Weisswein ablöschen und dabei die Röststoffe auf dem Boden des Topfes mit einem Kochlöffel ablösen. Die beiden asiatischen Saucen – sie sind über jeden Asia-Shop oder auch online erhältlich – hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Alles einige Minuten

reduzieren lassen.

Die Tortellini in einem großen Pastateller anrichten, die Garnelensauce darüber geben und mit kleingeschnittenem Schnittlauch garnieren. Und wenn geriebener Hartkäse übrig ist, diesen auch noch darüber geben.

Kuheuter in Weissweinsauce mit Salzkartoffeln



Kuheuter in Weissweinsauce auf Salzkartoffeln mit Schnittlauch garniert

Kuheuter kann man nicht nur gegart und dann paniert wie ein Schnitzel zubereiten. Man kann es auch einfach nur gegart und in Scheiben geschnitten mit Salzkartoffeln in einer Weissweinsauce zubereiten. In Franken nennt sich das *Fränkisches Schnickerli* und ist dort eine lokale Spezialität.

Zutaten (für 2 Personen):

- 500 g Kuheuter

alternativ:

- Suppengemüse
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 2 Blätter frischer Lorbeer
- 3–4 Zweige frischer Liebstöckl
- 2 Nelken
- 6 Wacholderbeeren
- 6 Pimetkörner

oder:

- 1,5 l frischen Gemüsefond
- 1 EL Butter
- 2 EL Mehl
- 300 ml trockener Weisswein
- $\frac{1}{2}$ Brühwürfel
- 6 große Kartoffeln
- Salz
- Pfeffer

Zubereitungszeit: Einweichzeit: ca. 2–3 Std. |
Vorbereitungszeit 3 Std. | Garzeit 30 Min.

Wie manche andere Innereien muss Kuheuter zunächst für einige Stunden in einer Schüssel mit kaltem Wasser gewässert werden.

Danach das Kuheuter im Ganzen entweder alternativ in einem großen Topf mit 2–3 l Wasser mit Suppengemüse, einer mit Nelken gespickten Zwiebel, mit frischem Lorbeer und Liebstöckl und Wacholderbeeren und Pimet für 2–3 Stunden kochen.

Oder frischen Gemüsefond verwenden, ihn in einen großen Topf geben und erhitzen. Das Kuheuter etwa 2–3 Stunden bei geringer

Hitze im zugedecktem Topf köcheln.

Währenddessen die Kartoffeln schälen, aufsetzen und garen. Dann aus Butter und Mehl eine Mehlschwitze herstellen und mit etwas Gemüsefond aufgießen. Den Weißwein und dann den halben Brühwürfel zum Würzen hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eventuell die Sauce etwas reduzieren lassen.

Das Kuheuter in Scheiben schneiden und auf zwei großen Tellern anrichten. Dazu in Scheiben oder Stücke geschnittene Salzkartoffeln geben. Beides großzügig mit der Weissweinsauce übergießen. Mit kleingeschnittenem Schnittlauch garnieren.

Japanische Nudelsuppe



Japanische Nudelsuppe

Wenn man nicht gerade eine Chinapfanne im Wok zubereitet, bedeutet asiatisches Kochen meistens, dass man mit Unmengen

von Töpfen, Pfannen, Schalen und Schälchen agiert, genauso, was am Ende beim Servieren herauskommt. Entweder eine Nudelsuppe mit zig separat zubereiten Zutaten, die einzeln zur Nudelsuppe hinzugegeben werden. Oder eben ein Gericht mit zig Schälchen an Beilagen, die auch separat zubereitet werden. Man kann hier fast sagen, Input = Output.

Als ich vor acht Jahren für ein halbes Jahr in Düsseldorf lebte, habe ich dort des öfteren in einem japanischen Nudelrestaurant gegessen. Dort bekam man für 9–10 € eine leckere Nudelsuppe in einer großen Nudelsuppenschüssel. Für dieses Gericht habe ich mich an einem japanischen Nudelsuppenrezept orientiert, musste allerdings ein wenig improvisieren, weil mir einige Zutaten dafür fehlten.

Die Schweinebratenscheiben habe ich durch Kuheuterscheiben ersetzt. Kuheuterschnitzel wurde in der Nachkriegszeit sehr oft als Ersatz für Schnitzelfleisch verwendet. In Berlin ist Kuheuterschnitzel immer noch als „Berliner Schnitzel“ eine regionale Spezialität, nur ist im panierter Schnitzel kein Schnitzelfleisch, sondern Kuheuter. Aber die Kuheuterscheiben erschienen mir als adäquater Ersatz für die Schweinebratenscheiben.

Zu dem Originalrezept gehören auch Bambussprossen und Lauchzwiebeln, die ich aber beide nicht mehr vorrätig hatte. Ich habe beides durch eine Zwiebel, Schalotte, Knoblauch und Garnelenschwänze ersetzt. Die Kartoffel, Wurzel und das Eigelb sind sicherlich auch keine originale Zutaten für eine japanische Nudelsuppe, aber sie erschienen mir trotzdem passend. Man könnte zu dem Rezept sagen, es ist eine Variation einer japanischen Nudelssuppe.

Zutaten (für 2 Personen):

Für die Brühe:

- 1 kg Kuheuter (alternativ Schweinebraten)
- 1 Schweinepfote, halbiert

- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1,5 l frischer Gemüsefond

Für die Suppenwürze:

- 1 EL Sesamöl
- 2 feingehackte Knoblauchzehen
- 2 rote, thailändische Chilischoten
- 1 EL Sojasauce
- 2 EL dunkle Misopaste

Für die Nudelsuppe:

- 1 Kartoffel
- 1 Wurzel
- 1 Zwiebel
- 1 Schalotte
- 3 Knoblauchzehen
- 20 kleine Stücke Shiitake-Pilze
- 3 Champignons
- 4 Garnelenschwänze
- 1 Streifen geräucherter Bauchspeck
- 2 Blatt gerösteter Seetang (Nori)
- 2 Eigelb
- 250 g chinesische Nudeln (oder frische Ramen-Nudeln)

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 3 Std. | Garzeit 15 Min.

Brühe:

Wie manche andere Innereien muss Kuheuter zunächst für einige Stunden in einer Schüssel mit kaltem Wasser gewässert werden.

Danach das Kuheuter im Ganzen entweder alternativ in einem großen Topf mit 2–3 l Wasser mit Suppengemüse für 2–3 Stunden kochen, eventuell mit einigen frischen Kräutern wie Lorbeer und Liebstöckl und Gewürzen wie Nelken, Wacholderbeeren und Piment.



Kuheuter mit Kartoffel, Wurzel und Zwiebel im Gemüsefond

Oder frischen Gemüsefond verwenden, ihn in einen großen Topf geben und erhitzen. Das Kuheuter, die beiden Schweinepfotenhälften, die Zwiebel ungeschält im Ganzen und die geschälten, ganzen Knoblauchzehen hinzugeben. Alles zusammen etwa 3 Stunden bei geringer Hitze im zugedecktem Topf köcheln. Die halbierte Kartoffel und Wurzel am Anfang des Garens für etwa 10–20 Minuten hinzugeben und mitgaren. Dann herausnehmen. Man erhält so ein gegartes Kuheuterfleisch, das in Scheiben geschnitten für die Nudelsuppe verwendet werden kann. Und eine exzellente Brühe für die Suppe.

Wenn von der Brühe ein Rest überbleibt, in Eiswürfelbehältern oder anderen Gefrierbehältern einfrieren und für andere Brühen oder Saucen verwenden.

Suppenwürze:

Kleingeschnittene Knoblauchzehen und Chilischoten im Sesamöl leicht anrösten. Sojasauce dazu geben und die Misopaste darin auflösen. Eventuell mit 50–100 ml Wasser ablöschen und

verdünnen.

Nudelsuppe:

Die Shiitake-Pilze einige Stunden in einer Schale mit Wasser einweichen. Dann benötigt man – wie bei den meisten asiatischen Gerichten – einige Schälchen. Nacheinander die a) kleingeschnittenen Champignons, b) Shiitakepilze, c) kleingeschnittene Zwiebel, Schalotte und Knoblauchzehen und d) Garnelenschwänze separat in einer kleinen Pfanne in Butter anbraten, garen, in je eine kleine Schale geben und zur Seite stellen. Den Bauchspeck und die Algenblätter quer in kleine Streifen schneiden.

Die Nudeln nach Packungsvorschrift kochen. Die Brühe erhitzen. Etwas von der Suppenwürze in zwei große Nudelschalen geben, mit der Brühe aufgießen und Nudeln dazugeben. Vom gegarten Kuheuter etwa drei Scheiben pro Person abschneiden. Die Kuheuterscheiben zum Erhitzen kurz in einem Küchensieb in die Brühe geben und dann in die Suppe geben. Dann die restlichen Zutaten – jeweils eine Scheiben Kartoffel und Wurzel, angebratene Zwiebel, Schalotte und Knoblauch, Shiitakepilze, Champignons, Garnelenschwänze und Bauchspeck – jeweils nacheinander einzeln in einem Sieb in der Brühe kurz erhitzen und in die Suppe hinzugeben. Dann noch den geschnittenen Seetang und pro Nudelschale ein rohes Eigelb in die Suppe geben. Darüber kommt noch ein Spritzer Sesamöl.



Acuh die zweite Portion am darauffolgenden Tag war beim Schlürfen der Suppe äußerst lecker

Natürlich mit Stäbchen essen – wie man italienische Spaghetti auch original nur mit Gabel (ohne Löffel) isst – und ab und zu einen Schluck Suppe direkt aus der Schale trinken. Schlürfen ist erwünscht, weil es sich ohnehin kaum vermeiden lässt, und gehört in asiatischen Kulturkreisen ohnehin zum guten Ton beim Essen – im Gegensatz zu den Essgewohnheiten in Europa.

Hunde-/Katzenfutter – ein Selbstversuch!



Katzenfutter auf Maccheroni mit Schnittlauch garniert

Ich überlege seit einiger Zeit, ob ich einen Selbstversuch mit einer Dose Hunde- oder Katzenfutter machen soll.

Es ist seit einigen Jahren sehr wohl bekannt, dass dieses Fleisch von gering verdienenden Menschen wie Hartz-IV-Empfängern, Menschen mit sehr geringem Einkommen und Rentnern mit geringer Rente gekauft und gegessen wird. Es ist ja zu verständlich. Während 1 kg Bratenfleisch an der Frischfleischtheke des Discounters etwa 9–10 € kostet und Rumpsteak sicherlich 16–17 €, kostet eine große Dose Hunde-/Katzenfutter mit etwa 1 kg Inhalt nur schlappe 1 €. Man kann also viermal davon essen.

Mir ist natürlich klar, was für dieses Hunde- und Katzenfutter an Fleisch verwendet wird. Ich habe vor 30 Jahren als Schüler bei einer Firma gejobbt, die Kontrollen bei der In- und Auslandsverschiffung und -verladung von allen möglichen Waren vorgenommen hat. Ich war bei einer Schlachterei für Hühnchen der Firma Wiesenhof tätig und habe dort ab und zu einige tiefgefrorene Hühnchen auf Gewicht kontrolliert. Ich weiß also, dass in diesem Hunde- und Katzenfutter solche Reste wie

Innereien, Hühnchenhälse und -füße landen. Und das ist sicherlich noch nicht alles, was da hineinkommt. Aber andererseits ist das Fleisch in diesen Konservendosen gegart und liegt in einer Sauce vor. Also, bleibt die Frage, ist es essbar oder nicht?

Ich habe übrigens nach diesem Job 10 Jahre lang kein Hühnchenfleisch mehr gegessen. Das Schlimme war eigentlich nicht die Schlachterei – wenn so viele Menschen in Deutschland Hühnchen essen wollen, lässt sich das nur automatisiert „herstellen“ –, sondern die degenerierten Hühner, die im Hinterhof der Schlachterei in LKWs aus den Mastbetrieben angeliefert wurden.

Mittlerweile esse ich das Fleisch jedoch wieder gerne. ;-)

Ich habe nun das Fragezeichen in der Überschrift nach „Selbstversuch“ weggenommen, weil ich bei meinem Lebensmittelhändler heute für 0,79 € eine Dose Katzenfutter, 415 g, gekauft habe. Der Hersteller ist vermutlich unwichtig. Das Katzenfutter besteht aus Wild, Geflügel und Gemüse. Aus der Packungsbeschreibung: „Zu einem erfüllten Katzenleben gehört ein ausgewogenes und köstliches Futter. Entsprechend groß ist die tägliche Vorfreude auf eine leckere (...) Mahlzeit. Viele wohlschmeckende Sorten lassen das Herz Ihres kleinen Lieblings höher schlagen.“



Katzenfutter in der Dose

Test 1: Dose geöffnet. Das Fleisch ist gegart, liegt in feinen, ca. 2x2x2 cm großen Würfeln vor und einige Stückchen Karotten sind untergemischt. Das Fleisch befindet sich in einer Sauce, die geliert ist. Das Katzenfutter riecht wie Corned Beef aus der Dose, das bei der Zubereitung auch etwas gelierten Saft bildet. Das Katzenfutter enthält zunächst einmal keine festen Inhalte wie Hühnerhälse oder Hühnerfüße, sondern das Fleisch scheint vor der Zubereitung aufbereitet worden zu sein. Vermutlich sind die Fleischbestandteile – „Fleisch und tierische Nebenerzeugnisse“ – doch entsprechend aufbereitet, eventuell zerkleinert und zu Fleischwürfeln gepresst. Positiv scheint zu sein, dass das Futter keine Konservierungsmittel, Aroma- oder Farbstoffe enthält. Allerdings wurden eine ganze Menge an Vitaminen wie Vitamin A, D3 und E hinzugefügt. Der Geschmack des kalten Katzenfutters ist akzeptabel, es ist wenig gewürzt und schmeckt einigermaßen gut.

Test 2: Das Katzenfutter im Topf erhitzt. Das Gelee löst sich relativ schnell in eine Sauce auf. Das Fleisch in der Sauce riecht streng, fast ein wenig impertinent. Es schmeckt nicht

wie frisches Fleisch, das faserig ist und eine bestimmte Fleischstruktur hat. Man kann es eher mit Presswurst vergleichen, das Fleisch ist akzeptabel, aber nicht wirklich umwerfend wie frisches Fleisch. Mit dem Würzen – z.B. mit Sojasauce – habe ich mich zurückgehalten und nur ein Stück Brühwürfel in die Sauce gegeben, um sie ein wenig zu würzen. Vermutlich ließe sich das Fleisch ohne die Sauce auch in der Pfanne in Olivenöl anbraten und weiterverwenden. Ich habe dann das Ganze mit Maccheroni zubereitet und serviert. Und ließ es mir nicht nehmen, das Gericht wie auch andere, leckere Gerichte mit kleingeschnittenem Schnittlauch zu garnieren. ;–)

Fazit: Das Katzenfutter ist – nach einiger Gewöhnung – akzeptabel, genieß- und essbar. Es mag sein, dass der Magen – wie beim ersten Versuch von Sushi oder einem Insektengericht – anmäkelt, was man ihm da vorsetzt, weil er es das erste Mal verdaut. Aber das legt sich schnell. Und verständlich, dass Menschen mit wirklich sehr geringem Einkommen dies als Ersatz für den Schweinebraten vom Schlachter verwenden. Für das Katzenfutter bedeutet dies ein Kilopreis von 1,90 €. Und das Hundefutter mit ähnlichen Inhalten gibt es dann in der großen Dose mit 1,2 kg zum Kilopreis von 1,60 €.



Pferdebraten asiatisch marinierter auf Tortiglioni

Nochmals Pferdefleisch – zum Wiehern, nicht wahr? Nach dem Pferde-Hackfleisch, dem -Gulasch und den -Steaks gibt es nun einen Pferdebraten, schön asiatisch abgewandelt und marinierter, auf Pasta. Warum dieser Lebensmittelskandal so große Wellen

schlägt, ist mir übrigens etwas unerklärlich. Okay, die falsch deklarierte Ware mit 97 % Rindfleisch und 3 % Pferdefleisch, die mit 100 % Rindfleisch ausgezeichnet war, ist natürlich ein Betrugsfall und muss strafrechtlich verfolgt werden. Aber die leckere Lasagne deswegen in den Müll geben? Das kommt nicht in die Tüte, zumal das – wenn man sich ehrlich hinterfragt – niemand herausschmeckt.

Ich gehöre jetzt übrigens seit einigen Tagen zu den Bedürftigen unter der Bevölkerung. Weil Politiker vorgeschlagen haben, die falsch gekennzeichneten Lasagnes nicht zu entsorgen, sondern an Bedürftige zu verteilen. Also, immer her damit, was mein Gefrierschrank aufnimmt, nehme ich gern entgegen.

Mittlerweile hat sich auch herausgestellt, dass mein Anliegen mit der Zubereitung der Pferde-Lasagne gar nicht so falsch war. Die Redaktion von „Die Welt“ publiziert heute einen Artikel, dass die Kunden bei den Pferdeschlachtereien Schlange stehen, weil sie wissen wollen, wie Pferdefleisch schmeckt. Da war ich mit dem Rezept letzte Woche der Sache doch eine ganze Zeit voraus. ;–) Hier geht es zum Artikel: [Pferdefleisch](#).

Zutaten (für 2 Personen):

- 500 g Pferdebraten

Für die Marinade:

- 3 EL gewürztes Olivenöl (mit Knoblauch, Chili und Rosmarin)
- 3 Knoblauchzehen
- 1 TL Korianderkörner
- 1 TL Senfkörner
- 6 Wacholderbeeren
- 4 Pimentkörner
- 6 Pfefferkörner
- 1 frisches Lorbeerblatt

- grobes Meersalz
- 2 EL Hoisin-Sauce
- $\frac{1}{2}$ TL Chilli Paste Soya Bean Oil
- 1 TL Sambal Brandal
- 1 TL Sambal Manis
- 1 EL Worcestershire-Sauce
- 1 EL Black Bean Sauce
- 1 EL Chicken Marinade Teriyaki
- 250 g Champignons
- 3 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- $\frac{1}{2}$ l Gemüsefond
- Salz
- Pfeffer
- Butter
- frischer Schnittlauch
- 250 g Tortiglioni

Zubereitungszeit: Marinieren 24 Std. | Zubereitung 15 Min. | Garzeit 45 Min.



Roher Pferdebraten

Die Knoblauchzehen schälen und mit der Gabel zerdrücken. Das Olivenöl mit den Knoblauchzehen, den ganzen Gewürzen und den asiatischen Saucen verrühren. Die asiatischen Saucen bekommt man alle im Asia-Shop. Dann den Pferdebraten in einen großen Tiefkühlbeutel geben und darauf die Marinade. Dann den Beutel verschließen, den Pferdebraten in der Marinade kräftig durchkneten und 24 Stunden im Kühlschrank marinieren lassen.



Marinade für den Pferdebraten

Den Pferdebraten aus der Marinade herausnehmen und diese ein wenig abstreifen, aber aufbewahren. Die Schalotten und Knoblauchzehen schälen. Die Schalotten in dünne Streifen scheiden. die Knoblauchzehen in kleine Stücke und die Champignons in dünne Scheiben. In einem Bräter Butter erhitzen und den Braten von allen Seiten kräftig anbraten. Den Braten herausnehmen und warmstellen. Schalotten, Knoblauchzehen und Champignons in der Butter anbraten und garen. Dann den Braten wieder hinzugeben und mit dem Gemüsefond ablöschen.

Währenddessen den Backofen auf 180 °C erhitzen. Etwa 1–2 EL der Marinade in den Fond hinzugeben. Den Bräter in den Backofen schieben, wenn der Braten und die Sauce die Backofentemperatur angenommen hat, auf 160 °C herunterschalten und ca. 30–45 Minuten garen lassen.

15 Minuten vor Ende der Garzeit die Tortiglioni nach Anleitung zubereiten. Den Pferdebraten aus dem Bräter herausnehmen und in Scheiben schneiden. Die Sauce – wenn notwendig – nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pasta auf großen Tellern anrichten, einige Scheiben des Bratens dazu geben, mit viel

Sauce übergießen und mit kleingeschnittenem Schnittlauch garnieren.

Pferde-Carpaccio



Rohes Pferde-Rumpsteak – mit Olivenöl und Rotweinessig beträufelt, mit Koriander, Salz und Pfeffer gewürzt und mit Parmesan garniert

Die Krönung der Pferdefleisch-Rezepte: Pferde-Carpaccio aus rohem Pferde-Rumpsteak, mit Olivenöl, ein wenig Balsamicoessig, Salz, Pfeffer und gehobeltem Parmesankäse mariniert. Wie meine Kollegin [Petra Hammerstein](#) so schön schrieb: „Normal ist mir nichts Rohes fremd.“

Zutaten (für 1 Person):

- 250 g Pferde-Rumpsteak

- Olivenöl
- Aceto Balsamico di Modena
- Koriander
- Pfeffer
- Meersalz
- gehobelter Parmesan

Zubereitungszeit: 10 Min.

Verwenden Sie möglichst frisches Pferde-Rumpsteak für das Carpaccio. Sie können dies unbedenklich roh verwenden, so wie aus rohem Rindfleisch-Rumpsteak auch Carpaccio zubereitet wird.

Die Zubereitung ist äußerst einfach. Das rohe Pferde-Rumpsteak in millimeterdünne Scheiben schneiden. Abhilfe schafft, wenn man das Rumpsteak für 10–15 Minuten im Gefrierschrank einfrieren lässt, damit die Konsistenz des Fleischs fester wird und man es dadurch besser in dünne Scheiben schneiden kann. Natürlich müssen die dünn geschnittenen Scheiben dann auch einige Minuten bei Zimmertemperatur wieder auftauen, damit sie nicht gefroren sind.

Die dunklen Ränder beim Carpaccio im Foto kommen daher, dass ich das rohe Rumpsteak ähnlich wie den [Pferde-Braten](#) vor der Zubereitung noch in einigen asiatischen Saucen mariniert habe. Auch das kann man ohne Bedenken tun, bevor man das Carpaccio zubereitet.

Die Scheiben auf einem großen Teller im Kreis herum anrichten. Mit etwas gutem Olivenöl beträufeln. Dann ein paar Spritzer Rotweinessig darauf geben. Schließlich mit frisch gemahlenem Koriander, Pfeffer und Meersalz würzen. Und dann gehobelte Parmesanspäne darüber geben. Ein Genuss! Traditionell wird ein Carpaccio als Vorspeise zum eigentlichen Hauptgericht serviert.

Alternativ lässt sich Carpaccio auch mit einer Chilisauce wie [Sriracha](#), einer hellen Sojasauce oder einer Knoblauchsauce

anrichten und genießen.

Pferdesteaks in Senf-Wasabi-Sauce



Gebratene Pferdesteaks mit umfließender Senf-Wasabi-Sauce, gewürzt mit gemahlenem Koriander, Salz und Pfeffer

Und wieder einmal Pferdefleisch. Dieses Mal Pferdesteaks. Kurz gebraten mit Koriander, Salz und Pfeffer gewürzt und einer Senf-Wasabi-Sauce. Die frischen Pferdesteaks sehen roh sehr delikat aus und sind ähnlich wie Rindersteaks. Englisch zubereitet, also innen noch etwas roh, sind sie ein Genuss.

Zutaten (für 1 Person):

- 2 Pferdesteaks à ca. 200 g

- 1 TL Senf
- 1 TL Wasabi
- 100 ml Sahne
- Koriander
- Salz
- Pfeffer
- gewürztes Olivenöl (mit Knoblauch, Chili und Rosmarin)

Zubereitungszeit: 15 Min.



Rohe Pferdesteaks ...

Pferdesteaks unter fließendem Wasser abwaschen und trocken tupfen. Leicht mit Koriander, Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl in einer großen Pfanne heiß werden lassen.



... und gewürzt mit Koriander, Salz und Pfeffer

Die Pferdesteaks darin von beiden Seiten jeweils ca. 3 Minuten anbraten. Da die Steaks gegart und englisch sind, stellt man daran fest, wenn auf der Oberseite, die als erstes angebraten wurde, der Fleischsaft nach oben austritt, weil die Unterseite gerade gebraten wird und damit die Poren verschlossen sind. Möchte man die Steaks Medium oder Durch, dann ab diesem Zeitpunkt einfach noch einige Minuten länger braten.



Senf und Wasabi in Sahne in einer kleinen Pfanne

Währenddessen 1 TL Wasabipulver mit 3 TL Wasser mischen und zu einer Paste binden. Die Sahne in eine kleine Pfanne geben und erhitzen. Wasabi und Senf dazugeben und verrühren. Alles ein wenig köcheln.

Die beiden Steaks auf einem großen Teller servieren, die Senf-Wasabi-Sauce drumherum drapieren und Steaks und Sauce nochmals mit Koriander, Salz und Pfeffer leicht würzen.

Garnelen und Muscheln in Senf-Wasabi-Sauce



Garnelen und Muscheln mit Senf-Wasabi-Sauce auf Basmatireis angerichtet und mit Schnittlauch garniert

Garnelen mit Muscheln – in einer Sauce mit Senf, Wasabi und Sahne auf Basmatireis. Mit Wasabi habe ich bisher nicht gekocht, aber es schmeckt lecker. Das Wasabi ist kräftig, würzig und scharf und gibt der Sauce einen kräftigen Geschmack.

Zutaten (für 2 Person):

- 250 g Garnelenschwänze
- 250 g Muscheln
- 3 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- 2 TL Wasabi
- 2 TL Senf
- 200 ml Sahne
- 100 ml Weisswein
- Salz
- Pfeffer

- Koriander
- Butter
- 2 Tassen Basmatireis
- frischer Schnittlauch

Zubereitungszeit: 20 Min.

Als erstes den Basmatireis garen. 2 Tassen Reis mit 6 Tassen Wasser und Salz in einem Topf aufsetzen. Aufkochen, vom Herd nehmen und noch 10–20 Minuten zugedeckt ziehen lassen.



Garnelenschwänze und Muscheln



Garnelen und Muscheln mit Gemüse in der Pfanne

Die Schalotten und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Die Garnelenschwänze und Muscheln unter fliessendem Wasser waschen. Butter in einen Topf geben und erhitzen. Garnelenschwänze, Muscheln und Gemüse hineingeben und 5 Minuten bei zudecktem Topf köcheln und Flüssigkeit ziehen lassen.



Wasabi-Pulver und -Paste

Währenddessen 2 Teelöffel Wasabipulver mit 6 Teelöffel Wasser anmischen und eine Paste daraus machen. Die Sahne in einer kleinen Pfanne erhitzen, Wasabipaste und Senf hinzugeben, einige Minuten köcheln und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Sauce zu den Garnelenschwänzen und Muscheln hinzugeben und mit Koriander, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Basmatireis auf zwei großen Tellern anrichten, die Garnelenschwänze und Muscheln mit viel Sauce daraufgeben und mit kleingeschnittenem, frischem Schnittlauch garnieren.

Pferdegulasch in Weisswein-Estragon-Sauce auf

Pappardelle



Pferdegulasch auf Pappardelle

Mach' mir den Hengst! Die Fortsetzung der Pferdefleisch-Rezepte. Diesmal Pferdegulasch mit einer Sherry-Estragon-Sauce – nein, natürlich nicht Sherry, sondern Weißwein. Auch bei diesem zweiten Pferdefleisch-Rezept musste ich improvisieren, denn ... ich hatte mich bei meinem Sherryvorrat verkalkuliert. Es war nur noch ein kleiner Bodensatz vorhanden, nicht mehr der vermutete halbe Liter. Also musste ich umschwenken auf einen trockenen Weißwein. Aber auch damit ging dann der Gaul mit mir durch ... ;–)

Zutaten (für 1 Person):

- 250 g Pferdegulasch
- 4 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- Paprikapulver
- Koriander

- Salz
- Pfeffer
- Butter
- 1 Schuss Sherry
- 200 ml trockener Weisswein
- 3–4 Zweige frischer Estragon
- 1 frisches Lorbeerblatt
- 150 ml Sahne
- 1 TL Senf
- 1 TL Crema di Balsamico bianco
- 1 Stück Butter
- 1 Zitrone (Saft)
- 1/2 TL Honig
- bei Bedarf 1 EL Mehl
- 150 g frische Pappardelle
- frischer Estragon

Zubereitungszeit: 1 Std.



Frisches Pferdegulasch, mit Koriander, Salz und Pfeffer

gewürzt

Das Pferdegulasch kleinschneiden und mit Koriander, Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Die Schalotten und Knoblauchzehen schälen. Die Schalotten in Streifen schneiden und die Knoblauchzehen in dünne Scheiben. Butter in einem Topf erhitzen, alles zusammen anbraten und bei zugedecktem Topf bei geringer Hitze köcheln lassen, bis es etwas Flüssigkeit gezogen hat. Dabei immer wieder umrühren.



Pferdegulasch mit Gemüse und Gewürzen im Topf köchelnd

Den Estragon mit einem Wiegemesser kleinschneiden. Das Gulasch mit dem Sherry und dem Weisswein ablöschen. Die Röststoffe vom Boden des Topfes mit einem Kochlöffel ablösen. Die Kräuter dazugeben. Dann die Sahne, den Senf und den Weissweinessig hinzugeben. Etwas köcheln lassen. Schließlich noch ein Stück Butter zum Binden, den Saft einer Zitrone und den Honig, der der Säure ein wenig entgegenwirkt, hinzugeben. Alles ca. 30 Minuten köcheln lassen und dann mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Frisches Estragonkraut

Man kann die Sauce dann noch mit einem Esslöffel Mehl binden, was ich getan habe. Im Nachhinein finde ich jedoch die flüssigere Variante der Sauce ohne Mehl besser, weil die gewünschte Säure der Sauce und der Estragongeschmack besser zur Wirkung kommen.

10 Minuten vor Ende der Garzeit die frischen Pappardelle zubereiten. In einen tiefen Nudelteller geben, das Gulasch darüber und mit einigen frischen Estragonblättern garnieren.

Gulasch mit Aubergine, Zucchini und Pepperoni auf

Maccheroni



Das im tiefen Nudelteller angerichtete und garnierte Gulasch mit Gemüse

Für ein gutes Gulasch gibt es zwei wichtige, unabdingbar Voraussetzungen: Es braucht viele Zwiebeln, und es muss langsam bei geringer Hitze so lange wie möglich geschmort werden, je länger, desto besser. So fügen sich die Geschmacksaromen zu einer hervorragenden Sauce zusammen. Und Achtung, diesmal muss es krachen: Die 6 Knoblauchzehen gehören unbedingt ins Gericht! ;-)

Ich habe vor kurzem einige Tests mit dem Einfrieren von Gemüse gemacht. Also, Suppengemüse geht gar nicht, die Eiskristalle zerstören die Zellstruktur und nach dem Auftauen hat man nur ein matschiges Suppengemüse. Da muss man eher das Suppengemüse kleinschneiden, in kochendem Wasser kurz blanchieren und dann einfrieren. Dann sollte es klappen. Auch das Einfrieren von frischen Auberginen und Zucchinis hat nicht so besonders funktioniert, weil das Gemüse nach dem Auftauen leicht seine ursprüngliche Struktur verliert und matschig ist. Da aber bei

einem Gulasch sowieso alles ein wenig eingekocht wird, um eine hervorragende Sauce zu erreichen, macht dies in diesem Fall nichts aus, wenn man eingefrorene Auberginen oder Zucchini verwendet. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 250 g Schweinegulasch
- 4 Zwiebeln
- 6 Knoblauchzehen
- 6 weiße Champignons
- 4 getrocknete, rote, scharfe Pepperoni
- 1 Aubergine
- 1 Zucchini
- 100 ml trockener Weißwein
- 2 cl Portwein
- 2 cl Madeira
- 2 cl Weinbrand
- 200 ml Gemüsefond
- 1 EL Tomatenmark
- 1 TL Senf
- $\frac{1}{2}$ unbehandelte Zitrone (Schale)
- scharfes Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- Butter
- frischer Schnittlauch
- geriebener Parmesan
- 250 g Maccheroni

Zubereitungszeit: 2 $\frac{1}{2}$ Std.

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen. Die Zwiebeln in dünne Streifen, die Knoblauchzehen, die Champignons, die Aubergine

und die Zucchini in Scheiben schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln, Knoblauchzehen und Champignons etwas anbraten, bis alles etwas Farbe bekommt. Das Gemüse herausnehmen und das Gulasch in Butter in der gleichen Pfanne mehrere Minuten anbraten. Das Gemüse wieder hinzugeben. Dann mit dem Weißwein ablöschen und die Röststoffe vom Boden des Topfs mit dem Kochlöffel ablösen. Die ganzen Pepperoni, die Auberginen- und Zucchinischeiben hinzugeben.



Gulasch mit Gemüse, Spirituosen und Gewürzen köchelnd im Topf

Den Portwein, Madeira und Weinbrand hinzugeben und sofort mit dem Weinbrand kurz flambieren, bis die Flamme wieder verlöscht. Dann den Gemüsefond hinzugeben. Das Tomatenmark, den Senf und die abgeriebene Schale einer halben, unbehandelten Zitrone hinzugeben und verrühren. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer gut würzen. Das Ganze bei ganz kleiner Hitze im zugeschlagenen Topf etwa 2 Stunden köcheln lassen. Danach nochmals abschmecken.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Maccheroni nach Anleitung zubereiten. Frischen Parmesan entweder auf einer Küchenreibe

grob reiben oder kleine Stücke abschneiden und diese mit den Händen klein bröseln. Die Maccheroni auf zwei tiefen Nudeltellern anrichten, das Gulasch mit Gemüse und der Sauce darüber geben und mit dem Parmesan und kleingeschnittenem Schnittlauch garnieren.

Pferde-Lasagne



Garantiert 100 % Pferd!

Jetzt gibt es ein paar auf die Hufe! Und dass jetzt keine Kommentare kommen, in denen auf diesem Gericht herumgeritten wird! Vergesst die Tiefkühl-Lasagne mit 3 % Pferdefleisch bei Lidl, Edeka & Konsorten. Geht zum Pferdeschlachter Eurer Wahl, kauft 250 g 100-%iges Pferdehackfleisch und alle anderen, frischen Zutaten und bereitet eine frische, leckere Pferde-Lasagne zu. Ihr werdet vom Geschmack überrascht sein und nie wieder eine gammelige Tiefkühl-Lasagne kaufen. Versprochen!

Und da hat doch Schimmel* im Essen wieder eine ganz andere Bedeutung. ;-)



Kleingeschnittenes Pferdegulasch als Hackfleisch

Leider musste ich bei der Lasagne improvisieren, da der Pferdeschlachter kein Pferdehackfleisch anbietet, sondern nur Braten-, Steak- und Gulaschfleisch. Er darf dies aus lebensmittelhygienischen Gründen nicht, da er sonst seine Verkaufsräume umbauen müsste. Er hat auch keinen Fleischwolf vorhanden, mit dem er mir Gulaschfleisch schnell mal durch den Fleischwolf dreht. Und ich habe leider in meiner Küche auch keinen Fleischwolf oder einen entsprechenden Aufsatz auf ein Küchenmixgerät. Also, bleibt mir nur übrig, das Gulaschfleisch mit einem sehr scharfen Messer in sehr kleine Stücke zu schneiden und dies dann für die Lasagne zu verwenden. Ein großer Unterschied zum Hackfleisch dürfte das nicht sein – aber es ist schon bei 250 g Gulasch sehr mühsam, das zurecht zu schneiden und dauert 30–45 Minuten. Wenn Sie bei Ihrem Schlachter fertiges Pferdehackfleisch bekommen, nehmen Sie natürlich besser gleich dieses. Das Rezept ist für zwei Personen.

*Weißes Pferd

Zutaten:

Für die Hackfleisch-Sauce:

- 250 g Pferdehackfleisch (respektive Pferdegulasch)
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- $\frac{1}{2}$ Wurzel
- 1–2 Zweige frischer Oregano
- 1 Zweig frischer Rosmarin
- 3–4 Zweige frischer Thymian
- 1 frisches Lorbeerblatt
- 2 EL Tomatenmark
- 1 TL Senf
- ein Schuss trockener Weisswein
- 2 cl Weinbrand
- 200 ml Gemüsefond
- $\frac{1}{4}$ Zitrone (Saft)
- $\frac{1}{2}$ TL Aceto Balsamico di Modena
- Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- gewürztes Olivenöl (mit Knoblauch, Chili und Rosmarin)
- 200 ml Sahne

Klassische Variante: Béchamelsauce

- 250 ml Milch
- 25 g Butter
- 1 EL Mehl
- 50 g geriebener Parmesan
- 250 g geriebener Käse (Gouda, Emmentaler oder Edamer)

- 8 Pastaplatten für Lasagne
- trockener Weißwein
- Salz
- Pfeffer
- gewürztes Olivenöl

Zubereitungszeit: 1 Std.

Die Zwiebel, die Knoblauchzehen und die halbe Wurzel schälen und klein schneiden. Das Pferdehackfleisch – oder das zuvor ganz klein geschnittene Pferdegulasch – mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer kräftig würzen. Öl in einem Topf erhitzen und das Hackfleisch anbraten. Das Gemüse hinzugeben. Alles bei geringer Hitze im zugedeckten Topf etwa 15 Minuten köcheln und Flüssigkeit ziehen lassen. Währenddessen die frischen Kräuter außer das Lorbeerblatt mit einem Wiegemesser kleinschneiden und alles hinzugeben. Ebenfalls das Tomatenmark und den Senf hinzugeben. Unterrühren und für 3–4 Minuten anbraten lassen.

Mit dem Weisswein und dem Weinbrand ablöschen und die Röststoffe vom Boden des Topfes mit einem Kochlöffel ablösen. Den Gemüsefond hinzugeben. Dann den Zitronensaft und den Rotweinessig. Alles ca. 30 Minuten bei geringer Hitze köcheln lassen. Damit ist die Hackfleischsauce fertiggestellt.

Man kann ganz einfach normale Sahne für die Lasagne verwenden. Für die klassische Variante wird jedoch Béchamelsauce verwendet: Milch und Butter in einem Topf erhitzen. Mehl hinzufügen, mit einem Pürierstab durchmixen und 2 Minuten kräftig kochen lassen. Dann vom Herd nehmen und den geriebenen Parmesan unterheben.



Pferde-Lasagne aufgeschichtet in der Auflaufform

In eine große Auflaufform Olivenöl geben und zwei Pastascheiben nebeneinander hineinlegen. Dann vier Mal nacheinander die folgende Abfolge: Pastascheibe – Hackfleischsauce – Sahne respektive Béchamelsauce – geriebener Käse. Jeweils 1–2 Esslöffel von der jeweiligen Zutat reichen aus. Dies vier Mal durchführen und mit geriebenem Käse abschließen. Dann mit Salz und Pfeffer würzen. Für etwas mehr Flüssigkeit zum Garen noch etwas Weißwein in die Auflaufform geben.

Währenddessen den Backofen mit Umluft auf 180 °C erhitzen, dann die Auflaufform hineinschieben und 30 Minuten garen. Auf großen Tellern servieren und mit kleingeschnittenem Schnittlauch garnieren.

Heller Fond aus Schweinepfoten und Suppengemüse



Schweinefond

Das Köcheln der Schweinepfoten mit dem Suppengemüse ergibt einen wunderbaren Schweinefond, also eine Brühe. Nach dem Erkalten kann man noch das wenige Fleisch aus den Schweinepfoten herauspuhlen und die Markknochen aussaugen. Eine richtige Zubereitung der Schweinepfoten erschließt sich mir aber nicht, da mir die Haut und die restlichen Teile nicht geeignet erscheinen für ein besonderes Rezept.

Zutaten:

- 4 Schweinepfoten
- 1 $\frac{1}{2}$ Bund Suppengemüse (Knollensellerie, Wurzeln, Lauch, Petersilie)
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 2 frische Lorbeerblätter
- 2 $\frac{1}{2}$ TL Meersalz

Zubereitungszeit: 2 $\frac{1}{2}$ Stdn.



Vier frische Schweinepfoten

Die Schweinepfoten beim Schlachter längs durchsägen lassen. Das Suppengrün kleinschneiden. Die Zwiebel und die Knoblauchzehen können ungeschält und ganz bleiben.

In einem Bräter Wasser aufsetzen und erhitzen. Die Schweinepfoten, das Gemüse und die Lorbeerblätter hineingeben. Salzen. Etwa 2 1/2 Stunden zugedeckt bei geringer Hitze köcheln lassen.

Die Schweinepfoten danach herausnehmen und die Brühe durch ein

Sieb gießen. Das Gemüse wegwerfen. Bei den Schweinepfoten kann man das wenige Fleisch und Knochenmark herauspuhlen. Das Köcheln liefert etwa 2 l leckeren Schweinefond, der beim Abkühlen geliert, aber portionsweise eingefroren werden kann für die weitere Verwendung für Suppen oder Saucen.

Speckknödelsuppe



Speckknödelsuppe

Eine einfache Suppe, schnell zubereitet und eine Variante zu den Semmelknödeln als Beilage zu Braten & Co. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 3 getrocknete Schrippen
- 250 ml Milch
- 1 Zwiebel

- 2 Knoblauchzehen
- 80 g geräucherter Bauchspeek
- 3–4 Zweige frische Petersilie
- 3–4 Eier
- evtl. Paniermehl
- Salz
- Pfeffer
- Muskatnuss
- Butter
- 500 ml Rinderbrühe
- frischer Schnittlauch

Zubereitungszeit: 30 Min.



Zutaten zu der Speckknödelmasse

Getrocknete Schrippen in kleine Stücke zerschneiden. In einer Schüssel mit der Milch einweichen. Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Ebenso den Bauchspeek kleinschneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel, Knoblauchzehen und Bauchspeek darin anbraten, bis alles etwas Farbe bekommen hat.



Speckknödelmasse

Die Petersilie klein schneiden. Die eingeweichten Schrippen ausdrücken, in eine Schüssel geben und Zwiebel, Knoblauchzehen, Bauchspeck und Petersilie dazugeben. Dann die beiden Eier. Mit Salz, Pfeffer und frischem Muskat würzen. Alles kräftig mit der Hand vermengen. Sollte die Knödelmasse noch zu flüssig sein, mit etwas Paniermehl nachhelfen, damit die Konsistenz fester wird. Nun nicht allzu große Knödel formen. Wasser in einem großen Topf erhitzen und nachdem es kocht, die Herdplatte sofort ausschalten. Die Knödel einzeln mit einem Esslöffel in das nicht mehr (!) kochende, sondern nur noch siedende Wasser geben und darin 20 Minuten nur ziehen lassen. Denn wenn das Wasser noch kocht, hat man in Kürze die ganze Knödelmasse ungeformt im Topf.

Währenddessen die fertige Rinderbrühe erhitzen, in zwei tiefen Tellern anrichten, jeweils 2–3 Speckknödel hinzugeben und mit kleingeschnittenem Schnittlauch garnieren.

Gefüllte Ente mit Champignon-Sauce auf Kräuter-Semmelknödeln



Gebratene Ente mit Farcefüllung und Kräuter-Semmelknödeln, mit Schnittlauch garniert

Diese Zubereitung ist mit einer Farce aus Kalbsniere, Schweinefleisch und fettem Speck, die köstlich schmeckt. Demässt probiere ich noch eine klassische Füllung mit Äpfeln und Birnen aus wie zu Weihnachten. Das Rezept ist für zwei Personen.

Zutaten:

- 1 Ente

Für die Farce:

- $\frac{1}{2}$ Kalbsniere
- 125 g Schweinegulasch
- 100 g fetter Schweinespeck
- 1 vertrocknete Schrippe
- Milch
- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- 4–5 Zweige frischer Oregano
- 4–5 Zweige frischer Thymian
- 1 großer Zweig frischer Rosmarin
- 1 EL Senf
- Salz
- Pfeffer

Für die Sauce:

- 100 g frische Champignons
- 1 l Enten- oder Gemüsefond

Für die Kräuter-Semmelknödel:

- 6 getrocknete Schrippen
- 500 ml Milch
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 3–4 Eier
- evtl. Paniermehl
- 5–6 Zweige frischer Thymian
- 3–4 Zweige frische Petersilie
- 3–4 Zweige frischer Oregano
- 2 Zweige frischer Rosmarin
- Salz
- Pfeffer
- Muskatnuss
- Butter

Für die Glasur:

- 1 EL dunkle Sojasauce

- 1 EL Honig
- 1–2 TL Pul biber
- frischer Schnittlauch
- Olivenöl

Zubereitungszeit: ca. 2 Stdn.



Frische Semmelknödel

Semmelknödel: Bei der Zubereitung der Semmelknödel habe ich mir Unterstützung von [Löffelchen](#) geholt, deren Rezept zur Zubereitung von Semmelknödeln ich noch ein wenig abgeändert habe. Denn bei mir kommt eigentlich kein Gericht ohne mindestens 3 Knoblauchzehen auf den Tisch. Außerdem hatte ich mehrere unterschiedliche frische Kräuter zur Verfügung.

Aber aufgepasst bei den folgenden Punkten: Nicht zuviel Milch zum Einweichen der Semmelbröselstücke verwenden, wenn der Semmelbröselteig nicht gut bindet, mit zusätzlich 1–2 Eiern den Teig binden. Und wenn der Teig dennoch zu flüssig ist, um kräftige Knödel zu formen, geben Sie mehrere Esslöffel Paniermehl hinzu, das bindet den Teig. Und das Wichtigste ist:

Erhitzen Sie das Kochwasser im Topf, bis es kocht. Dann aber schalteten Sie die Temperatur ab, damit sie unter den Siedepunkt kommt und nur (!) noch siedet. Dann legen Sie die rundgeformten Knödel einzeln mit einem Esslöffel in das siedende Wasser ein und lassen sie 20 Minuten sieden. Mehr nicht.



Einige Zutaten für die Farce: Kalbsniere, Schweinegulasch, fetter Speck, Schalotten, Knoblauch, eingeweichte Schrippe, Senf ...

Farce: Für die Farce schneiden Sie zuerst eine vertrocknete Schrippe in kleine Stücke und weichen diese in einer kleinen Schüssel mit etwas Milch ein. Die Schrippenstücke kräftig in die Milch drücken. Währenddessen schälen Sie Schalotten und Knoblauchzehen und schneiden sie ebenso wie die halbe Kalbsniere, das Schweinegulasch und den fetten Speck in ganz kleine Stücke und geben alles in ein hohes Rührgefäß. Das Fett, das an der Kalbsniere haftet können Sie für die Farce ruhig mitverwenden und kleinschneiden. Der fette Schweinespeck ist notwendig, da die Kalbsniere in der Farce sonst während des Garens im Backofen austrocknen würde, er macht die Farce etwas flüssiger und geschmeidiger. Geben Sie dann den Senf

hinzugeben und würzen alles kräftig mit Meersalz und Pfeffer. Bei den frischen Kräutern zupfen sie die Blätter von den Stängeln und nehmen eventuell vertrocknete Stiele heraus. Mit einem Wiegemesser sehr fein zerkleinern und zur Farce hinzugeben. Dann die eingeweichten Schrippenstücke mit der Milch in das Rührgefäß geben. Die Zutaten im Rührgefäß mit einem Pürierstab ganz fein pürieren, damit eine sämige Masse entsteht. Das Ganze ergibt eine grandiose Farce, die schon rein optisch überzeugt und auch beim Probieren im rohen Zustand hervorragend schmeckt. Dann die Farce eine Stunde in den Kühlschrank stellen, damit sich die Aromen verbinden.



Die Fleischmasse für die Farce

Sauce: Die Champignons in dünne Scheiben schneiden.



Mit der Farce gefüllte und bridierte Ente

Ente: Die Ente innen und außen unter fließendem Wasser abwaschen. Innen und außen mit Salz und Pfeffer würzen. Mit der Farce füllen und eventuell bridieren. Den Backofen auf 180 Grad Celsius vorheizen. Olivenöl in einem Bräter erhitzen und die Ente von allen Seiten kräftig anbraten. Herausnehmen und warmstellen. De Champignons in den Bräter geben und garen. Dann den Enten- oder Gemüsefond hinzugeben, die Ente hineinlegen und in den Backofen schieben. Wenn der Bräter die Temperatur des Backofens erreicht hat und der Fond leicht köchelt, auf 160 Grad Celsius herunterschalten und 1 Stunde lang garen lassen.



Gefüllte Ente mit Glasur aus dem Backofen

Glasur: Verrühren Sie die Zutaten in einer kleinen Schüssel. Schalten Sie den Backofen auf Grill, bepinseln die Ente von allen Seiten mit der Glasur und grillen sie von beiden Seiten jeweils ca. 10 Minuten schön kross, damit die Haut schön kräftig gebräunt ist.

Währenddessen erhitzen Sie die zuvor schon zubereiteten Kräuter-Semmelknödel in heißem Wasser. Nehmen Sie die Ente aus dem Bräter und schmecken die Sauce ab. Zerteilen Sie die Ente in zwei Teile, richten sie mit der Farce auf zwei Tellern an, geben 3-4 Kräuter-Semmelknödel hinzu, darüber von der Champignos-Sauce und garnieren alles mit etwas kleingeschnittenem Schnittlauch.