Heidelbeer-Vanille-Torte

Sie haben sicherlich manchmal auch Produkte vorrätig, die sie aus irgendwelchen Gründen nicht so richtig verwerten können und dann nicht wissen, was sie mit ihnen anfangen. So bei diesem Rezept. Ich hatte sechs kleine Fläschchen Vanillesauce vorrätig. Und normalerweise verwendet man diese ja zum Beispiel für einen Pudding als Dressing, oder auch für andere Desserts.

Nun waren aber keine solche Desserts von mir geplant und ich hatte auch keine Zutaten für solche zuhause. Also habe ich einfach umdisponiert und die Vanillesauce, insgesamt 625 g, als flüssige Hauptzutat für die Füllmasse einer Torte verwendet. Und mit Gelatine im Kühlschrank gebunden.

Um die Menge noch etwas zu verlängern, gebe ich noch einen großen Becher Skyr dazu. Und für etwas Fruchtigkeit eine Packung frische Heidelbeeren. Fertig ist die Torte mit Obst und Vanille.

Sie werden, wenn Sie die Torte nachbereiten, sicherlich über das Folgende erstaunt sein: Sie schmeckt fast gar nicht nach Vanille. Aber das ist eben der Umstand von einem industriell hergestellten Produkt wie einer Vanillesauce, in der sicherlich keine frische Vanille verarbeitet wurde, sondern die Vanille nur als chemische, industrielle Zutat vorliegt. Und somit die Sauce und auch die Torte eben nicht nach Vanille schmeckt.

Der einzige Umstand, der sich feststellen lässt, ist der, dass die Füllmasse der Torte irgendwie kompakter und fester schmeckt. Also wirklich gut. Aber das ist dann auch schon wirklich alles.

Festere, kompaktere Tortenmasse

Für den Tortenboden:

- Grundrezept

Für die Füllmasse:

- 250 g Heidelbeeren
- 625 ml Vanillesauce (5 Fläschchen à 125 ml)
- 500 ml Skyr (1 Becher)
- 12 Blatt Gelatine

Zum Dekorieren:

- Schokoladenstreusel

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Verweildauer im Kühlschrank mind. 6 Stdn.

Mit Schokoladenstreuseln garniert

Tortenboden nach dem Grundrezept zubereiten.

Gelatine in einer Schale mit kaltem Wasser kurz einweichen.

Vanillesauce in einen kleinen Topf geben und leicht erhitzen. Gelatine nach und nach mit der Hand auspressen, in den Topf geben und mit dem Schneebesen gut verrühren. Skyr dazugeben und ebenfalls alles gut verrühren. Heidelbeeren hinzugeben und vorsichtig mit dem Backlöffel vermischen.

Die Füllmasse auf den Tortenboden in der Backform geben und alles gut verteilen.

Mindestens 6 Stunden, am besten über Nacht im Kühlschrank erhärten lassen.

Herausnehmen, mit Schokoladenstreuseln bestreuen, Backform und Backpapier entfernen und Torte auf eine Tortenplatte geben.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Back- und Salatschüssel

Aus Kunststoff und unkaputtbar …
Sie brauchen sicherlich auch für diverse Zubereitungen eine oder sogar mehrere große Schüsseln. Ohne diese ist man bei bestimmten Zubereitungen wahrlich aufgeschmissen.

Gerade beim Backen benötigt man ein oder auch zwei große Schüsseln, eine für den Teig, die andere eventuell für eine Füllung. Und auch bei der Salatzubereitung geht ja ohne eine große Schüssel gar nichts. Wo sonst soll man einen frisch gewaschenen Salat schön mit dem Dressing übergießen und mit dem Salatbesteck vermischen können.

Ich hatte lange Zeit eine schöne, große Schüssel aus Glas für solche Zubereitungen. Sie werden jetzt sagen, oh, Glas, das ist aber gefährlich, einmal zu heftig in die Spüle gestellt

oder einmal auf den Fußboden fallen gelassen, schon war’s das. Aber, die Glasschüssel war wirklich aus sehr dickem Glas, ich würde einmal schätzen, dass die Schüssel etwa aus 6–7 mm dicken Glas bestand. Also seht stabil. Sie hat aber dennoch leider nur ein Jahr gehalten. Nach einem Spüldurchgang in der Geschirrspülmaschine hatte sie einen Riss. Ob sie diesen schon vor dem Einräumen in die Geschirrspülmaschine hatte oder erst darin – eventuell durch Temperaturschwankungen – bekommen hatte, kann ich nicht mehr sagen.

Auf alle Fälle war es somit an der Zeit, zusätzlich zu der einen Backschüssel mit etwa 3 l Inhalt eine weitere Schüssel zu kaufen. Ich habe mich für die in diesem Foto abgebildete entschieden. Eine Keramikschüssel wäre mir zwar lieber gewesen. Aber da hätte ich wie bei der Glasschüssel wieder die Bruchgefahr gehabt, wenn sie mir doch einmal aus der Hand auf den Boden geknallt wäre.

Also habe ich diese hier gewählt. Sie ist aus Kunststoff. Nimmt eine Füllmenge von 3,5 Litern auf. Und ist laut Anweisung auf dem Packzettel für Pasta und Salat. Das heißt aber nicht, dass ich nicht auch Kuchen darin zubereiten kann. Und das habe ich nach der Lieferung auch gleich gemacht und einen schönen Mürbeteig darin zubereitet. Was natürlich hervorragend geklappt hat. Bei der Farbe habe ich mich für Fuchsie entschieden. Und das Gute an dieser Kunststoffschüssel ist, neben dem Vorteil, dass sie bei einem Sturz auf den Fussboden nicht zerbrechen kann: Sie ist für den Geschirrspüler geeignet, ebenso für die Mikrowelle und sogar für den Gefrierschrank. Also eine wirklich breite Anwendungspalette. Leider nicht für den Backofen. Aber das wäre dann wohl zu viel verlangt.

Somit habe ich jetzt zwei große Schüsseln zur Verfügung, einmal 3 l, das andere Mal 3,5 l, bestens geeignet für Salat, aber eben auch – wie gesagt – für Kuchen. In der einen wird der Teig zubereitet, in der anderen die Füllung.

Foto: © amazon.de

Backformenset

5-teiliges Set
Sie investieren sicherlich auch ab und zu in neue Küchengeräte oder Küchenzubehör. Manchmal stellt ein Küchengerät seine Funktion ein. Oder Küchenzubehör ist einfach im Laufe der Jahre so abgenutzt und gebraucht, dass es sich lohnt, in neues zu investieren. Man hat dann ja auch für die kommenden Jahre

wieder neue Produkte, über die man sich bei der Zubereitung von Gerichten freuen kann.

Meine Backformen waren wirklich sehr in die Jahre gekommen. Sie waren alt, gebraucht und teilweise löste sich die Beschichtung ab. An manchen Stellen, da die Backformen ja auch aus einem Eisenmaterial sind, hatte sich schon ganz wenig Rost abgesetzt. Das hat mich zwar in der Zubereitung von Kuchen, Tartes oder Torten nicht gestört, da ich dafür immer Backpapier benutze und somit der Teig nicht mit der Backform in Berührung kommt. Aber schön anzusehen war das wahrlich nicht. Außerdem machte es mittlerweile keine Freude mehr, damit zu backen.

Nun habe ich für wenige Euro in ein neues Set von Backformen investiert. Der Hersteller oder Vertrieb heißt Relaxdays. Und bei dem 5-teiligen Backformenset handelt es sich um eine

- 26er-Springform mit flachem Boden,
- eine solche mit Rohrboden (was man letzteres als Kranzkuchen-Backform bezeichnet),
- eine Kastenform,
- eine Obstbodenform und
- einen Backpinsel.

Letzteres benötige ich zwar nicht, aber er ist eben im Set enthalten. Die Backformen sind aus Stahl und anthrazitfarben. Leider sind sie nicht spülmaschinengeeignet. Ich muss sie daher nach dem Backen mit der Hand unter fließendem Wasser spülen. Aber da ich, wie oben erwähnt, immer mit Backpapier arbeite, bleiben an den Backformen somit durch das Backen auch keine Kuchenreste hängen. Leider scheint es generell so zu sein, dass beschichtete Backformen nicht spülmaschinengeeignet sind, denn auch von anderen, wirklich namhaften Herstellern ist dies bei einem Backformenset so.

Die alten Backformen stelle ich meinen Nachbarn in einer

Mitnahmenbox zur Verfügung, vielleicht will der eine oder andere noch eine Backform mitnehmen und zuhause verwenden. Das wäre dann auch im Sinne von Nachhaltigkeit. Im anderen Fall wird sie dann vermutlich die Stadtreinigung entsorgen.

Jetzt kann ich mich aber die kommenden Wochen an neue Backwaren machen. Und auch einmal einen Tortenboden oder vielleicht sogar eine sehr dünne Tarte in der neuen Obstbodenform, die ich bisher noch nicht besaß, backen.

Foto: © amazon.de

Freie Interpretation einer Ramen

Nicht ganz authentisch

Sie wissen, was eine Ramen ist? Und haben sich in einem asiatischen Restaurant schon einmal von dem herrlichen Geschmack dieser asiatischen Nudelsuppe überzeugt? Oder haben Sie selbst schon einmal eine solche Suppe nachgekocht?

Ramen ist eine asiatische Nudelsuppe, die ihren Ursprung in China hat. Sie wurde jedoch im 19. Jahrhundert in Japan importiert, übernommen und dort in diverse Richtungen weiterentwickelt und verfeinert. Mittlerweile gibt es in Japan eigene Ramenrestaurants, die sich nur auf die Zubereitung dieser speziellen Suppen verlegt haben.

Ich habe hier eine freie Interpretation einer Ramen gewagt. Die Brühe ist schon einmal nicht original, denn ich weiß wirklich nicht, wie man eine Brühe für eine Ramen zubereitet. Die Brühe, die ich hier verwende, ist aber eine selbst zubereitete Gemüsebrühe, die schon einmal viel Geschmack hat und definitiv nicht aus der Tüte oder dem Glas stammt.

Die vier Hauptzutaten sind dann schon näher dran an einer originalen Zubereitung. Es sind als Hauptzutat zum einen Mienudeln, die ich vorgare. Dann Hühnchenbrustfilet, in feine, kurze Streifen geschnitten und ungewürzt nur Sekunden in Fett in der Pfanne kross und knusprig gebraten. Ebenso wird der in Streifen geschnittene Pak-Choi zubereitet. Und als letzte Zutat kommt ein Spiegelei in die Suppe. Beim Recherchieren stellte ich jedoch fest, dass die Japaner ein ganzes, hartgekochtes Ei doch eher bevorzugen.

Das Ganze wird in der Weise zubereitet, dass die vier Zutaten gegart werden und in Schalen kommen. Dann wird die Brühe erhitzt und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker gewürzt und abgeschmeckt.

Die Nudeln kommen zuunterst in eine Suppenschale oder -teller. Darauf kommen die drei restlichen Zutaten. Aufgefüllt wird mit der kochenden, gewürzten Brühe.

Und ich muss sagen, auch wenn nicht alles authentisch ist, die

Ramen mundet und schmeckt vorzüglich. Also, ran an die Ramen und nachkochen!

Leckere Ramen

Für 2 Personen:

- 800 ml Gemüsebrühe
- 2 Portionen Mienudeln
- 4 große Blätter eines Pak-Choi
- 2 dünne Scheiben Hühnchenbrustfilet
- 2 Eier
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 5 Min.

Pak-Choi-Blätter putzen und quer in schmale Streifen schneiden. In eine Schale geben.

Filetscheiben ebenfalls quer in kurze, schmale Streifen

schneiden. In eine Schale geben.

Mienudeln nach Anleitung in kochendem Wasser garen. Herausnehmen und in eine Schale geben.

Zwei Eier in eine Pfanne mit Öl aufschlagen und zwei Spiegeleier daraus zubereiten. Einzeln herausnehmen und auf einen Teller geben.

Sowohl Fleisch als auch Pak-Choi separat in einer Pfanne mit etwas Öl nur wenige Sekunden unter Rühren kross und knusprig anbraten. Separat in eine Schale geben.

Brühe in einem Topf erhitzen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und abschmecken.

Nudeln auf zwei große Schalen oder Suppenteller verteilen. Jeweils den Pak-Choi, das Fleisch und ein Spiegelei darauf geben. Mit der heißen Brühe auffüllen.

Servieren. Guten Appetit!

Frische Spargelsuppe mit Spargelspitzen und Eieinlage

Mit Spargelspitzen und Ei

Sie suchen noch zur Spargelsaison ein gutes Spargelrezept? Ich habe hier eines für Sie, für eine leckere Spargelsuppe.

Ich hatte ein Pfund Spargel zur Verfügung. Das war jedoch eher der Überschuss an frischem Spargel, denn ich hatte hier nur sehr, sehr dünne Spargel erstanden. Allein beim Transport nach Hause rechnete ich mit viel Spargelbruch in der Einkaufstüte.

Also entschied ich mich, den Spargel nicht zu schälen, wobei ich noch mehr Spargelbruch produziert hätte. Sondern den Spargel nur für eine Spargelsuppe auszukochen. Normalerweise verwendet man dafür nur die Schalen von frischem Spargel, den man dann anderweitig als Beilage für ein Gericht zubereitet. Und kocht die Schalen in reinem Wasser aus.

Hier bin ich dann nochmal einen anderen Weg gegangen und habe den Spargel in selbst zubereiteter Gemüsebrühe gegart. Daher auch der leicht dunkelbraune Ton der Suppe. Diese Idee war aber nicht so gut, die Gemüsebrühe nimmt auch nach längerem Kochen nicht so sehr wie gewohnt den Spargelgeschmack an. Also

bietet es sich doch an, für das Auskochen lieber nur Wasser zu verwenden und die Suppe dann einfach nur noch zu würzen.

Aber dennoch, die Suppe schmeckt. Schließlich ist sie frisch aus frischen Zutaten zubereitet. Als besonderen Pfiff lege ich die Spargelspitzen zur Seite und koche sie in der Suppe in den letzten 10 Minuten in der Suppe als Einlage mit. Den ausgekochten Spargel nehme ich natürlich nach dem langen Garen vorher mit dem Schöpflöffel vorsichtig heraus. Und als zweite Zutat kommen noch verquirlte Eier hinein, die ich vorsichtig mit dem Schneebesen einrühre.

Dann kommt noch frische, kleingeschnittene Petersilie auf die angerichtete Suppe. Und abgeschmeckt wird sie natürlich vor dem Servieren mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Mit den Lichtverhältnissen im Frühling oder Sommer ist das so eine Sache. Es ist zwar länger sonnig und auch länger hell, das ist ja sehr schön, weil man gern mehr draußen unterwegs ist. Allerdings fotografiere ich meine Foodfotos normalerweise abends bei Kunstlicht und habe den Weißabgleich in meinem Fotoapparat auch entsprechend eingestellt. Bei manchen Fotos in der jetzt helleren Jahreszeit, wenn ich diese schon früher und nicht spät abends fotografiere, habe ich leider gemischte Lichtverhältnisse, sowohl natürliches Licht durch das Küchenfenster als auch Kunstlicht von der Beleuchtung in der Küche. Das sieht man den Fotos dann leider an, wie auch in diesem Rezept, und sie sind leider nicht gut ausgeleuchtet.

Schlechte Lichtverhältnisse

Für 2 Personen:

- 1 kg sehr dünner Spargel
- 800 ml Gemüsebrühe
- 2 Eier
- frische Petersilie
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 2 Stdn.

Spargelspitzen abschneiden und in eine Schale geben.

Restlichen Spargel grob zerkleinern.

Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen, Spargelstücke hineingeben und bei geringer Temperatur zugedeckt zwei Stunden köcheln lassen.

Spargel mit dem Schöpflöffel herausnehmen.

Spargelspitzen hineingeben und nochmals 10–12 Minuten garen.

Eier in eine Schale aufschlagen, mit dem Schneebesen verquirlen und langsam, unter Rühren mit dem Schneebesen in der Brühe die Eier in dieselbe geben.

Suppe mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und abschmecken.

Eine kleine Portion Petersilie kleinwiegen.

Suppe auf zwei tiefe Suppenteller verteilen. Mit der Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Innereienhackbraten mit Rucolasalat

Keine formschöne Hackbratenscheiben

Sie gehen beim Zubereiten von Speisen sicherlich ab und zu auch einmal Wege außerhalb des Mainstreams und halten sich nicht an Rezepte aus Kochbüchern. Dann können Sie mir hier bei einem neuen Rezept auch folgen.

Es war einen Versuch wert, aber so richtig gelungen ist es nicht. Geplant hatte ich zunächst, Innereienfrikadellen zuzubereiten. Aber Sie können eine Schweineniere oder Rinderpansen nicht einfach so durch den Fleischwolf drehen, wie Sie es mit Muskelfleisch tun können, um schönes Hackfleisch zu erhalten. Niere ist Drüsengewebe, im Fleischwolf zerreißen Sie dabei komplett alle Fasern. Und der Pansen geht auch nicht so richtig durch den Fleischwolf.

Also habe ich die Innereien mit dem Messer sehr klein geschnitten. Zwar sehr klein, aber eben nicht so klein und fein wie Hackfleisch, das aufgrund seiner Feinheit und Struktur dann eben gute Bindefähigkeiten in einer Masse mit eingeweichtem Toastbrot, Zwiebeln, Eiern und Gewürzen aufweist.

Also bin ich nach Herstellung der Masse erst einmal von dem Plan mit Frikadellen abgewichen und habe mich zu einem Hackbraten entschieden. Denn für diesen kann man die Masse einfach in gewünschter Form in Alufolie einrollen und auf einem feuerfesten Teller im Backofen backen.

Gesagt, getan, das Ergebnis sehen Sie auf den Foodfotos. So ganz gelungen ist auch der Hackbraten nicht. Die Innereienstückchen sind eben immer noch zu grob für eine schöne, gebunden Hackbratenmasse. Man kann den Hackbraten zwar zuschneiden und schön servieren. Und das Wichtigste ist natürlich auch, das er aufgrund der Zutaten und der verwendeten Gewürze wirklich sehr gut, kross und knusprig schmeckt. Aber so richtig Anrichten lässt er sich nicht.

Fazit ist, beim Hackbraten sollte man daher eher beim Muskelhackfleisch von Rind und Schwein oder auch gern Geflügel oder sogar Pferd bleiben. Dann klappt auch der Hackbraten wie gewünscht.

Ein Wort noch zur Beilage: Der Rucolasalat ist lecker und gelingt mit dem frischen Dressing natürlich sehr gut.

Zumindest geschmacklich sehr lecker und wohlschmeckend

Für 2 Personen:

Für den Hackbraten:

- 200 g Rinderherz
- 200 Schweineniere
- 200 g Pansen (vorgegart)
- 1 große, weiße Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 5 EL Semmelbrösel
- 1/2 Topf Petersilie
- edelsüßes Paprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 3 Eier

Für den Salat:

- 200 g Rucolasalat (2 Packungen à 100 g)

Für das Dressing:

- Olivenöl
- Balsamicoessig
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 30 Min.

Gemüse putzen, schälen und kleinschneiden. In eine Schüssel geben.

Innereien sehr klein schneiden und ebenfalls in die Schüssel geben.

Petersilie kleinschneiden und dazugeben.

Semmelbrösel dazugeben.

Eier aufschlagen und auch dazugeben.

Mit Paprikapulver, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Alles gut mit der Hand vermischen und einige Zeit ziehen lassen.

Backofen auf 180 °C Umluft erhitzen.

Alufolie auf einem Arbeitsbrett ausrollen. Masse darauf geben und einen schönen Hackbraten daraus formen. Alufolie zusammenrollen und auch an den Seiten gut verschließen.

Hackbraten auf einem feuerfesten Teller auf mittlerer Ebene für 30 Minuten in den Backofen geben.

Parallel dazu mit den Zutaten für das Dressing ein solches in

einer Schale zubereiten.

Rucola in eine Schüssel geben, Dressing darüber geben und alles gut mit dem Salatbesteck vermischen.

Auf zwei große Teller geben und darauf verteilen.

Hackbraten aus dem Backofen nehmen. Alufolie entfernen. Vorsichtig in etwa sechs gleichgroße, dicke Scheiben schneiden. Jeweils drei Scheiben auf einen Teller mit dem Salat geben.

Servieren. Guten Appetit!

Schokoladenmilchreis mit Vanillezucker

Mit wenigen, guten Zutaten

Sie gönnen sich sicherlich ab und zu auch einmal etwas Süßes. Das macht ja jeder. Auch wenn es sich dann später bei den Kilogramm vom Körpergewicht auf der Waage zeigt. Aber bei Niedergeschlagenheit oder Trauer tut das gut. Oder wenn man sich für etwas Belohnen möchte. Es tut einfach der Seele gut.

Dieses Rezept ist nun wahrlich nicht besonderes. Milchreis haben Sie bestimmt schon einmal zubereitet. Es ist nur eine kleine Variante eines gewöhnlichen Milchreises, der mir sehr gut geschmeckt hat und den ich Ihnen deswegen nicht vorenthalten will.

Ich habe einfach in den gegarten Milchreis einige Esslöffel Schokoladenstreusel untergerührt. Diese schmelzen im heißen Milchreis und machen ihn schön schokoladig.

Und für zusätzliche Süße gebe ich noch einige Teelöffel selbst hergestellten Vanillezucker hinzu. Also mit Zucker und ausgekratzten, halbierten Vanilleschoten hergestellt, das alles muss einige Wochen in einem verschlossenen Glas ziehen.

Und schon haben Sie leckeren Vanillezucker und können den industriell hergestellten Vanillezucker aus der Tüte in die Tonne treten. Und Sie werden es auch am Milchreis schmecken, sowohl Schokolade als auch Vanillezucker schmecken …

Für 2 Personen:

- 250 g Milchreis
- 1 l Milch
- 4 EL Schokoladenstreusel
- 4 EL Vanillezucker

Zubereitungszeit: 30 Min.

Lecker schokoladig

Milch in einen Topf geben und erhitzen. Milchreis dazugeben. Alles einmal aufkochen. Milchreis gut durchrühren. Milchreis auf kleiner Temperatur zugedeckt 30 Minuten quellen lassen.

Schokoladenstreusel und Vanillezucker dazugeben und unterrühren.

Milchreis auf zwei Schalen verteilen.

Mit etwas Schokoladenstreuseln garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Innereieneintopf

Leckerer Eintopf mit Innereien

Sind Sie Innereienliebhaber? Oder gehören Sie eher zu den Menschen, die Innereien ein wenig zwiespältig gegenüber stehen? Oder gar zu der Gruppe von Menschen, die sich zu einem „Bäääh!“ durchringen und bei denen keine einzige Scheibe gebratene Leber auf den Teller und Küchentisch kommt?

Ich rechne Sie einmal zur ersten Gruppe von Menschen, die Innereien sehr viel abgewinnen können. Da stehen Sie einem

solchen Gericht für einen Eintopf aus verschiedenen Innereien doch sehr offen gegenüber, nicht wahr?

Gerade Innereien wie Leber oder Niere soll man eigentlich nicht zu fest anbraten, da sie sonst sehr fest und zäh werden. Aber in einem Gemüsefond in einem Eintopf, in dem man sie einige Stunden lang gart, können auch diese Innereien nichts anderes machen, als durch das lange Garen schön weich und zart gekocht zu werden.

In diesen Eintopf kommen die gängigsten Innereien, die in einem gut sortierten Supermarkt zu bekommen sind: Herz, Leber, Niere und Pansen.

Für die Brühe wird ein selbst zubereiteter Gemüsefond verwendet, der gewürzt nach dem langen Garen hervorragend schmeckt.

Als Beilage kommt noch etwas Gemüse in den Eintopf. Als da wären einige Kartoffeln und auch einige Wurzeln. Damit diese aber noch einen gewissen Biss haben, gare ich sie nicht die komplette Garzeit mit, sie wären dadurch weich und verkocht. Sie kommen einfach geschält und in grobe Stücke geschnitten 15 Minuten vor Ende der Garzeit in den Eintopf und sind dann à point gegart.

Für 2 Personen:

- 200 g Rinderherz
- 200 g Rinderleber
- 200 g Pansen (vorgegart)
- 200 g Schweineniere
- 1 Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 500 ml Gemüsefond
- ein Stück frischer Ingwer
- Salz

- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- 8 kleine Kartoffeln
- 6 Wurzeln

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 3 Stdn.

Würzige Gemüsebrühe
Kartoffeln und Wurzeln putzen, schälen und grob zerkleinern. In eine Schale geben und beiseite stellen.

Restliches Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Innereien in kleine Stücke schneiden und in Schalen geben.

Öl in einem Topf erhitzen und Gemüse darin einige Minuten glasig dünsten. Dann die Innereien dazugeben und kräftig mit anbraten.

Ingwer auf der Küchenreibe fein in den Eintopf hineinreiben. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Mit dem Gemüsefond ablöschen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur drei Stunden köcheln lassen.

Kurz vor Ende der Garzeit die Kartoffeln und Wurzeln dazugeben und 15 Minuten mitgaren.

Eintopf abschmecken. Auf zwei tiefe Suppenteller verteilen.

Den Eintopf mit etwas frischer, kleingeschnittener Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Riesengarnelenschwänze mit Gemüse auf Spaghetti

Sauce „frei Schnauze“

Sie kreieren sicherlich ab und zu auch einmal Gerichte, die keinem Rezept entsprechen oder sonst auch nicht gerade bekannt oder gewöhnlich sind. Dann geht man am besten danach aus, was der Gefrier- oder Kühlschrank noch so hergibt.

In diesem Fall waren es in ersterem noch eine Packung Riesengarnelenschwänze und portionsweise eingefrorene Gemüsebrühe. Und in letzterem einige Gemüsesorten.

Da ist der Weg frei für ein Gericht mit Meeresfrüchten und Gemüse in einer leckeren Gemüsebrühe. Und als Sättigungsbeilage gibt es einfach Spaghetti dazu.

Das Ganze ist in weniger als 10 Minuten gegart, also ein schnelles Gericht, bei dem man einmal nicht viel Zeit in der Küche verbringen muss. So etwas gibt es ja auch, dass der Terminkalender nicht viel Zeit für stundenlanges Kochen hergibt.

Für 2 Personen:

- 250 g Riesengarnelenschwänze (TK-Ware, 1 Packung)
- 10 Cherrydatteltomaten
- 1 Mini-Pak-Choi
- 1 Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 200 ml Gemüsefond
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 375 g Spaghetti
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 15 Min.

Mit leckeren Riesengarnelenschwänzen
Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen, kleinschneiden und auf mehrere Schalen verteilen.

Öl in einem Topf erhitzen und Zwiebel, Lauchzwiebel und

Knoblauch darin glasig dünsten. Dann Garnelenschwänze dazugeben und mit anbraten. Schließlich noch Mini-Pak-Choi und Tomaten dazugeben.

Mit der Gemüsebrühe ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Kurz köcheln lassen.

Parallel dazu Spaghetti in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 9 Minuten garen. Kochwasser durch ein Nudelsieb abgießen.

Spaghetti auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Garnelenschwänze mit dem Gemüse und viel Sauce über die Pasta geben.

Servieren. Guten Appetit.

Innereiengulasch mit Speckknödeln

Im Saucenspiegel

Sind Sie Innereienliebhaber? Oder gehören Sie eher zu den Menschen, die Innereien ein wenig zwiespältig gegenüber stehen? Oder gar zu der Gruppe von Menschen, die sich zu einem „Bäääh!“ durchringen und bei denen keine einzige Scheibe gebratene Leber auf den Teller und Küchentisch kommt?

Ich rechne Sie einmal zur ersten Gruppe von Menschen, die Innereien sehr viel abgewinnen können. Da stehen Sie einem solchen Gericht für ein Gulasch aus Innereien doch sehr offen gegenüber, nicht wahr?

Gerade Innereien wie Leber oder Niere soll man eigentlich nicht zu fest anbraten, da sie sonst sehr fest und zäh werden. Aber in einem Gemüsefond in einem Gulasch, in dem man sie einige Stunden lang gart, können auch diese Innereien nichts anderes machen, als durch das lange Garen schön weich und zart gekocht zu werden.

In dieses Gulasch kommen die gängigsten Innereien, die in einem gut sortierten Supermarkt zu bekommen sind: Herz, Leber,

Niere und Pansen.

Für die Sauce wird ein selbst zubereiteter Gemüsefond verwendet, der gewürzt nach dem langen Garen hervorragend schmeckt.

Als Beilage fungieren Speckknödel. Natürlich auch selbst zubereitet und portionsweise eingefroren. Leider haben selbst zubereitete Knödel manchmal auch die Eigenart, nach dem Auftauen und dem Erhitzen im nur noch siedenden Wasser doch ein wenig an Bindung zu verlieren und ein wenig auseinander zu fallen. Deswegen sehen sie auf den Foodfotos nicht so ganz kompakt aus.

Für 2 Personen:

- 200 g Rinderherz
- 200 g Rinderleber
- 200 g Pansen (vorgegart)
- 200 g Schweineniere
- 1 Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 500 ml Gemüsefond
- ein Stück frischer Ingwer
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Petersilie
- 6 Speckknödel

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 3 Stdn.

Mit selbst zubereiteten Speckknödeln

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Innereien in kleine Stücke schneiden und in Schalen geben.

Öl in einem Topf erhitzen und Gemüse darin einige Minuten glasig dünsten. Dann die Innereien dazugeben und kräftig mit anbraten.

Ingwer auf der Küchenreibe fein in das Gulasch hineinreiben. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Mit dem Gemüsefond ablöschen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur drei Stunden köcheln lassen.

Kurz vor Ende der Garzeit die aufgetauten Speckknödel in einem Topf mit nur noch siedendem Wasser 10 Minuten erhitzen.

Sauce des Gulasch abschmecken.

Jeweils drei Speckknödel auf einen Teller geben.

Innereien aus dem Gulasch mit dem Schöpflöffel daneben geben.

Großzügig von der Sauce über Knödel und Gulasch geben, damit sich ein Saucenspiegel bildet.

Das Gulasch mit etwas frischer, kleingeschnittener Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Ihr Rezept wird gesucht – Blogevent zum Geburtstag!

Hallo, Ihr da draußen! Ja, Sie meine ich, der Sie gerade diesen Blogbeitrag lesen. Jetzt ist wieder Gewinnerzeit. Und zwar mit dem neuen Blogevent zum 11. Geburtstag meines Foodblogs.

Die drei Hauptgewinne stammen dieses Mal tatsächlich alle aus eigener Hand. Das neue, aktuelle Kochbuch zu Pferdefleisch „Lecker kochen mit Pferdefleisch“ als erster Preis. Das Kochbuch „Tartes“ als zweiter Preis. Und das Kochbuch „Es ist angerichtet!“ als dritter Preis, das Rezepte von der Vorspeise und Suppe über den Hauptgang bis zum Dessert und Gebäck enthält. Und als Sonderpreis gibt es noch einen Gutschein über 30 € Bruttowert zum Einkauf im Pesto-Onlineshop pastagrande.de

meines Kollegen Michael Plas.

Machen Sie mit! Veröffentlichen Sie einfach das Rezept zu Ihrem Lieblingsgericht in Ihrem Blog oder an anderer Stelle im Internet und kopieren Sie den Link dazu hier als Kommentar hinein. Sie können Ihr Rezept auch gern direkt in meinem Foodblog veröffentlichen, ich schalte Ihnen einen Zugang frei. Melden Sie sich.

Schön wäre es, wenn Sie eine kurze Geschichte dazu mit veröffentlichen und schreiben, warum das veröffentlichte Rezept eines Ihrer Lieblingsrezepte ist und was es so besonders macht.

Teilnahmebedingungen:

- *Der Teilnehmer muss ein (Food-)Blog betreiben oder auf andere Weise sein Rezept, die Zubereitung, die Fotos und seine Geschichte dazu online stellen.*
- *Man kann als Autor auch – nach vorheriger technischen Bereitstellung durch mich – den Beitrag auf meinem Foodblog posten.*
- *Eines der folgenden Banner muss im Blogbeitrag veröffentlicht werden.*
- *Das Rezept darf nicht aus einem Archiv stammen.*
- *Den Link zum Rezept bitte in diesem Beitrag als Kommentar posten.*
- *Das Blogevent endet am 30. Juni 2023.*
- *Mit der Teilnahme am Blogevent und der Mitteilung des Links zum veröffentlichten Rezept werden mir Nutzungsrechte für den Text und die Fotos übertragen. Ich verwende sie für eine Zusammenfassung des Blogevents nach dessen Beendigung.*

Blogevent-Banner:

Querformat 500×130:

```
<a href="https://wp.me/p2XSTM-j2e" target="_blank" title="Blogevent
11-Jähriges"><img
src="https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2023/03/Bann
er-500_130.jpg" width="500″ height="130″ border="0″ alt="Blogevent
```

Querformat 400×90:

```
<a href="https://wp.me/p2XSTM-j2e" target="_blank" title="Blogevent
11-Jähriges"><img
src="https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2023/03/Bann
er-400_90.jpg" width="400″ height="90″ border="0″ alt="Blogevent
```

Hochformat 130×350:

```
<a href="https://wp.me/p2XSTM-j2e" target="_blank" title="Blogevent
11-Jähriges"><img
src="https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2023/03/Bann
er-350_130.jpg" width="130″ height="350″ border="0″ alt="Blogevent
```

Jungbullengulasch in Currysauce mit Mienudeln

Asiatisch anmutend aufgrund der verwendeten Gewürze
Sie freuen sich sicherlich auch darüber, wenn Sie ab und zu beim Einkaufen auch ein spezielles, preiswertes Stück Fleisch bekommen. Und nicht immer nach dem Mainstream einkaufen müssen und immer die gleichen Fleischstücke kaufen. In diesem Fall konnte ich Gulaschfleisch vom Jungbullen erstehen. Etwas teurer als das normale, gemischte Gulaschfleisch im Kühlregal des Discounters. Aber sehr schön von Farbe und Struktur des Fleisches anzusehen. Und wie sich später nach der Zubereitung herausstellte, auch sehr, sehr lecker.

Bei diesem Rezept wird das Gulasch asiatisch anmutend zubereitet. Denn es kommen einige Teelöffel Currypulver in die

Sauce. Dann eine große Portion frisch geriebener Ingwer. Schließlich für eine leichte Schärfe noch eine rote Chilischote. Und um die Sauce noch abzurunden und ihr den gewissen Kick zu geben, kommt Zitronengras in die Sauce und wird mitgekocht.

Für Flüssigkeit, Sämigkeit und Bindung sorgt einerseits die Sahne. Zum anderen, um die Sauce ein wenig zu verlängern, der Chardonnay.

Als Sättigungsbeilage verwende ich dafür Mienudeln, das unterstreicht den asiatischen Touch des Gerichts.

Für 2 Personen:

- 500 g Jungbullengulasch
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- ein Stück frischer Ingwer
- 1 Stängel Zitronengras
- 1 getrocknete, rote Chilischote
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- 200 ml Chardonnay
- 2 TL Currypulver
- Salz
- Zucker
- Olivenöl
- 2 Portionen Mienudeln

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 4 Std.

Mit asiatischen Mienudeln anstelle von deutschen Nudeln
Chilischote putzen und quer kleinschneiden.

Zitronengras in grobe Stücke schneiden und mit einem großen Messer platt drücken.

Zwiebeln und Knoblauch putzen, schälen und kleinschneiden.

Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Fleisch darin einige Minuten unter Rühren anbraten. Ingwer auf einer Küchenreibe fein in das Gulasch hineinreiben. Chili dazugeben. Ebenfalls das Zitronengras dazugeben. Mit Sahne und Weißwein ablöschen. Mit dem Currypulver würzen. Dann noch mit Salz und einer Prise Zucker würzen.

Alles gut verrühren und bei geringer Temperatur zugedeckt vier Stunden schmoren lassen.

15 Minuten vor Ende der Garzeit Mienudeln in kochendem Wasser 15 Minuten garen. Kochwasser durch ein Nudelsieb abgießen.

Sauce des Gulasch abschmecken. Zitronengras herausnehmen.

Mienudeln auf zwei tiefe Nudelteller verteilen. Gulasch großzügig mit viel Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

Reis-Leinsamen-Kuchen

Mit Reis und Leinsamen
Wussten Sie, dass man mit Reis auch einen Kuchen, also einen Rührkuchen zubereiten kann? Denn aus Reis lässt sich ja auch Mehl herstellen, das in der asiatischen Küche für Reisnudeln verwendet wird. Sie können also Reis jedweder Art auch in der Getreidemühle fein mahlen. Und einfach anstelle des normalerweise für einen Rührkuchen verwendeten Weizenmehls verwenden.

Reis enthält ja auch einen Kleber wie ihn Weizen enthält, so

können Sie somit sicher gehen, dass die Zutaten des Rührteigs auch gut beim Backen zusammenkleben. Reismehl hat einen kleinen Nachteil gegenüber Weizenmehl. Selbst ganz fein gemahlen, ist es doch ein wenig krümelig und körnige Es hat also nicht wie Weizenmehl eine ganz feine, weiche und fluffige Anmutung. Aus diesem Grund, da Reismehl körniger ist, dürfen Sie auch nicht erwarten, dass der Rührteig beim Backen schön aufgeht. Auch wenn Sie – wie im Grundrezept angegeben – ja ein Päckchen Backpulver verwenden. Wie Sie aus den Foodfotos ersehen, geht der Kuchen nur mäßig auf. Stellen Sie sich also schon einmal von vornherein darauf ein.

Mein Kuchen war geringfügig zu lang im Backofen. Das Äußere war dann schon nicht mehr braun, sondern sehr dunkelbraun. Also habe ich dem Kuchen noch eine gehörige Portion Puderzucker zur Dekoration mitgegeben. Das deckt die dunklen Stellen zu und verleiht etwas mehr Süße. Und macht somit den Kuchen insgesamt noch schmackhafter.

Für den Rührteig:

- Grundrezept

Zusätzlich:

- 400 g Milchreis
- 100 g Leinsamensaat

Anstelle von 500 g Weizenmehl verwenden.

Zur Dekoration:

- Puderzucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Verweildauer im Backofen 1 Std. bei 180 °C Umluft

Leinsamen und Reis nacheinander in der Getreidemühle sehr fein mahlen.

Mit Puderzucker bestäubt
Rührteig nach dem Grundrezept mit diesen Zutaten anstelle des Weizenmehls zubereiten und backen.

Nach dem Backen und Abkühlen mit Puderzucker durch ein Küchensieb bestäuben.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Jungbullengulasch in

Senfsauce mit Bandnudeln

In leckerer Senfsauce

Sie freuen sich sicherlich auch darüber, wenn Sie ab und zu beim Einkaufen auch ein spezielles, preiswertes Stück Fleisch bekommen. Und nicht immer nach dem Mainstream einkaufen müssen und immer die gleichen Fleischstücke kaufen. In diesem Fall konnte ich Gulaschfleisch vom Jungbullen erstehen. Etwas teurer als das normale, gemischte Gulaschfleisch im Kühlregal des Discounters. Aber sehr schön von Farbe und Struktur des Fleisches anzusehen. Und wie sich später nach der Zubereitung herausstellte, auch sehr, sehr lecker.

Bei einem Gulasch haben Sie ja für die Zubereitung und somit die Sauce eine große Auswahl. Gängige Sauce sind zum Beispiel eine Tomatensauce mit Tomatenmark oder eine dunkle Bratensauce. Dann gibt es noch Weißwein- oder Rotweinsaucen. Oder Currysaucen. Ich greife hier zu scharfem Bautz’ner Senf und bereite eine Senfsauce zu.

Für Flüssigkeit, Sämigkeit und Bindung sorgt einerseits die Sahne. Zum anderen, um die Sauce ein wenig zu verlängern, der Chardonnay.

Als Sättigungsbeilage verwende ich dafür deutsche Bandnudeln, das passt gut zu der zubereiten Sauce.

Für 2 Personen:

- 500 g Jungbullengulasch
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- 200 ml Chardonnay
- 6 EL Bautz’ner Senf
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 375 g Bandnudeln

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 4 Std.

Lange geschmort und butterweich
Zwiebeln und Knoblauch putzen, schälen und kleinschneiden.

Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Fleisch darin einige Minuten unter Rühren anbraten. Mit Sahne und Weißwein ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Den Senf dazugeben.

Alles gut verrühren und bei geringer Temperatur zugedeckt vier Stunden schmoren lassen.

Kurz vor Ende der Garzeit Bandnudeln in kochendem Wasser 9 Minuten garen. Kochwasser durch ein Nudelsieb abgießen.

Sauce des Gulasch abschmecken.

Bandnudeln auf zwei tiefe Nudelteller verteilen. Gulasch großzügig mit viel Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

Consommé double

Über Wochen hinweg eingefrorene Gemüseabfälle

Wissen Sie, was eine Consommé ist? Und auch, was eine Consommé double ist? Ich bin da wirklich einem Irrtum unterlaufen. Zuerst einmal zum ersten Begriff. Consommé ist der französische Begriff für eine Kraftbrühe. Und das zweite Begriffspaar steht für eine doppelte Kraftbrühe.

Und welchem Irrtum bin ich nun aufgesessen? Ich meinte, in einer Kochsendung gehört zu haben, dass eine Consommé double eine Gemüsebrühe ist, die zwei Male aufgesetzt wird. Also mit entsprechend vielen Gemüseabfällen wird zuerst eine Gemüsebrühe einige Stunden gekocht. Dann wird mit der so hergestellten Brühe, aber mit einer nochmaligen gleichen Menge

an Gemüseabfällen nochmals einige Stunden die Gemüsebrühe gekocht und verstärkt. Dann würde die Zubereitung ja zum Begriff doppelte Kraftbrühe passen.

Alles falsch. Merken Sie sich das nur nicht. Nach Recherchieren musste ich zurückrudern und tatsächlich feststellen, dass ich da in der Kochsendung etwas falsch aufgeschnappt hatte. Denn um eine konzentrierte Gemüsebrühe zuzubereiten, gibt es andere Methoden. Man kann zum Beispiel die hergestellte Gemüsebrühe einfach auf die Hälfte der Flüssigkeit einreduzieren und bekommt damit den konzentrierten Geschmack.

Und zur Klärung der Begriffe: Eine Consommé double, also eine doppelte Kraftbrühe, ist eine Gemüsebrühe, die nach dem Zubereiten doppelt (!) mit Fleisch geklärt wird. Zum Thema Klären von Gemüsebrühen schauen Sie bitte hier nach. Dort ist beschrieben, wie Sie auf einfache Weise eine Gemüsebrühe mit Eiweiß klären, die fortgeschrittene Methode ist dann die Verwendung von Hackfleisch. Auf diese Weise wird die Brühe von allen Verunreinigungen geklärt und man erhält eine klare Gemüsebrühe, in der vielleicht auch einige Fettaugen schwimmen können.

Da ich aber die Gemüseabfälle in Wasser im Bräter schon auf dem Herd stehen hatte, habe ich eben einfach ganz normal vier Stunden lang eine Gemüsebrühe daraus zubereitet. Die auch gut gelingt und sehr schmackhaft ist. Und habe sie natürlich portionsweise eingefroren.

Für die Zubereitung schnell erklärt: Bräter mit Gemüseabfällen füllen. Mit Wasser aufgießen. Zum Kochen bringen. Vier Stunden bei mittlerer Hitze zugedeckt kochen. Gemüseabfälle in den Biomülleimer entsorgen. Gemüsebrühe zuerst durch ein Küchensieb geben. Dann durch ein Küchensieb mit einem frischen Küchenhandtuch geben. Portionsweise abfüllen. Einfrieren.

Leckerer Fond im Portionsbehälter

Schweineschnitzel mit Kräuterbutter und Bratkartoffeln

Alles aus der Pfanne

Ein leckerer Männerteller. Halt, werden Sie jetzt sagen, es gibt auch Frauen, die so etwas gerne essen. Und die Appetit auf Fleisch und viele Röststoffe haben. Gut, dann haben Sie recht, dann ist es eben ein Teller aus der Pfanne, mit vielen Röststoffen.

Einfach zubereitet, wenige Zutaten, aber zwischendurch auf dem monatlichen Speiseplan immer wieder lecker.

Und das besondere Schmankerl dabei ist die selbst zubereitete Kräuterbutter, die die gebratenen Schweineschnitzel so richtig würzig abrunden.

Für 2 Personen:

- 4 Schweineschnitzel (à 200 g)
- 12 Kartoffeln
- 4 Scheiben Kräuterbutter
- Fleischgewürzmischung
- Salz

- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 25 Min.

Mit selbst zubereiteter Kräuterbutter
Kartoffeln schälen. In kochendem Wasser 15 Minuten garen. Herausnehmen, in eine Schüssel geben und abkühlen lassen. Dann in feine Scheiben schneiden.

Schnitzel auf beiden Seiten mit der Gewürzmischung würzen.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Kartoffelscheiben darin etwa 10 Minuten kross und knusprig anbraten, dabei des Öfteren wenden. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Öl in einer zweiten Pfanne erhitzen und Schnitzel nur 1–2 Minuten auf jeder Seite kross anbraten.

Jeweils zwei Schnitzel auf einen Teller geben. Jeweils eine

Scheibe Kräuterbutter auf ein Schnitzel geben. Bratkartoffeln dazugeben.

Servieren. Guten Appetit!