Herzhafte Röllchen mit Speck und Grünkohl



Mit Worchestershire-Sauce

Ein herzhaftes Gericht.

Als Strudel mit einem Flammkuchen- oder Pizzateig zubereitet. Also einem Hefeteig. Man kann es sich einfach machen und auf einen Teig aus der Packung zurückgreifen.

Speck und Grünkohl passen immer zusammen. Und in Norddeutschland ist jetzt zur kalten Jahreszeit eben Grünkohlzeit.

Und natürlich passt zum Grünkohl auch noch frischer Knoblauch.

Gewürzt wird nur der Grünkohl in Maßen, denn der Speck bringt ja schon Würze mit.

Gebacken und quer in Stücke oder Röllchen aufgeschnitten. Und mit etwas Worchestershire-Sauce verfeinert.

Die Säure und Würze der Sauce passt sehr gut zu den Röllchen.

Für 2 Personen

- 1 Flammkuchen- oder Pizzateig (Packung)
- 15 lange Streifen Bauchspeck
- 8–10 Blätter Grünkohl
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Ei
- Salz
- weißer Pfeffer
- Olivenöl
- Worchestershire-Sauce

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 35 Min.



Lecker gefüllt

Knoblauch schälen und kleinschneiden.

Grünkohlblätter kleinschneiden.

Etwas Öl in einem kleinen Topf erhitzen und Grünkohl darin unter Rühren mehrere Minuten garen, bis der Grünkohl etwas

zusammenfällt. Knoblauch dazugeben.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze erhitzen.

Teig längs auf dem Backpapier auf einem Backblech ausrollen.

Speckstreifen an einem Ende längs über etwa 2/3 des Teigs auslegen.

Grünkohl darauf geben und gut verteilen.

Zusammenrollen.

Mit dem verquirlten Ei mit einem Backpinsel bestreichen.

Auf mittlerer Ebene etwa 25 Minuten backen.

Herausnehmen, quer in mehrere Scheiben schneiden und auf zwei Teller verteilen.

Mit Worchestershire-Sauce beträufeln.

Servieren. Guten Appetit.

Strudel mit Hackfleisch-Nudeln-Füllung

Für 2 Personen



Mit Eigelb bestrichen
Blätterteig kann man fruchtig oder auch herzhaft zubereiten. So steht es auf der Packung und es ist einleuchtend.

Meistens kennt man Blätterteig aber nur von Gebäck und somit fruchtig. Und meistens auch eben mit Zucker und Zimt. Oder gefüllt mit Obst jeglicher Art.

Hier gibt es einmal eine andere Variante und zwar herzhaft.

Mit einer Füllung aus Hackfleisch und Pasta.

Dazu noch einige weitere Zutaten wie Avocado und Mozzarella.

Und für die Würze viel frischer Rosmarin und Thymian.

Da bei der für die Füllung recht kurzen Backzeit im Ofen die inneren Zutaten sicherlich nicht durchgegart wären, schon gar nicht die Pasta, werden sie vorher gegart.

So das Hackfleisch und die Pasta.

Die restlichen Zutaten kommen roh hinzu und garen beim Backen.

Fertig ist eine schöne Variation für die Verwendung von Blätterteig, die durchaus mundet und sehr schmackhaft ist.

- 2 Blätterteige (2 Packungen, auf Backpapier)
- 400 g Hackfleisch
- 150 g Linguine
- 1 Avocado
- 125 g Mini-Mozzarella (1 Packung)
- 2 Knoblauchzehen
- viel frischer Rosmarin und Thymian
- Fleisch-Gewürzmischung
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 2 Eigelbe
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 25 Min.



Leckere, würzige Füllung
Olivenöl in einem Topf erhitzen und Hackfleisch darin einige

Minuten kross anbraten. Abkühlen lassen.

Pasta nach Anleitung garen und dann ebenfalls abkühlen lassen.

Linguine auf einen großen Teller geben und kleinschneiden.

Avocado schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden.

Mozzarella ebenfalls zerkleinern.

Blättchen des Rosmarin und Thymians abzupfen, auf ein Schneidebrett geben und kleinwiegen.

Knoblauchzehen putzen, schälen und kleinschneiden.

Alle Zutaten in eine Schüssel geben.

Mit der Gewürzmischung, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Alles gut vermischen.

Blätterteige aus der Packung nehmen und auf zwei Backblechen auf dem Backpapier ausrollen.

Füllung längs in Richtung der kürzeren Seite des Blätterteigs auffüllen. Und nicht in Richtung der langen Seite, denn sonst hat man nicht genug Blätterteig, um die Füllung zusammenrollen zu können.

Blätterteig zusammenrollen.

Eier trennen und Eigelb in einer Schale mit dem Küchenpinsel verquirlen.

Strudel auf der Oberseite jeweils mit dem dem Eigelb einpinseln.

Backofen auf 200 Grad Umluft erhitzen.

Backbleche in der Mitte des Backofens übereinander hineingeben und Strudel etwa 25 Minuten backen.

Herausnehmen.

Jeweils einen Strudel auf einen großen Teller geben, anschneiden und servieren.

Guten Appetit!

Einfacher Apfelkuchen



Normalerweise bringt man reichlich Äpfel, also kleingeschnittene Apfelspalten auf einen Mürbeteig auf. Und übergießt diesen nach dem Backen mit einem Tortenguss. Entweder industriell gefertigt aus der Tüte. Oder, was natürlich besser ist, selbst zubereitet aus Speisestärke und Flüssigkeit.

Bei diesem Rezept waren nur vier Äpfel vorhanden. Was somit zu einem sehr einfachen Belag und somit zu einem einfachen Apfelkuchen führte.

Und noch dazu ist es zugegebenermaßen kein reiner Apfelkuchen. Denn unter den vier Äpfeln versteckte sich doch unbeabsichtigt eine Nektarine, die täuschend echt aussah wie ein Apfel.

Ich habe die Nektarinen-Spalten dann einfach unter den Belag auf dem Mürbeteig gemischt.

Da ohne Tortenguss, bestäube ich den Kuchen einfach nach dem Backen noch reichlich mit Zimt und Puderzucker.

Der Mürbeteig ist etwas dunkel, das rührt aber nur vom verwendeten Dinkelmehl her. Dadurch bekommt der Kuchen aber auch noch einen nussigen Touch.

Neuerscheinung: Backbuch „Tartes“



Backbuch

Es freut mich, dass ich mitteilen kann, dass das Backbuch „Tartes“ als ePub-eBook und Kindle-eBook erschienen ist.

Die gedruckte Version ist in Vorbereitung und wird vor Weihnachten lieferbar sein.

Das Backbuch enthält 21 Rezepte zu süßen, pikanten und süß-pikanten Tartes und Klassikern, also 21 Backvariationen.

Es hat 97 (Druck-)Seiten und 73 schöne Farbfotos.

Die ISBN sind 978-3-941695-75-7 und 978-3-941695-64-1.

Der Kaufpreis beträgt € 9,99.

Asia-Tarte



Asia style

Tartes sind französische Kuchen, die die Eigenart haben, dass sie sehr flach sind. Man bereitet sie süß oder herzhaft zu.

Süße Tartes bäckt man meistens mit einem Mürbeteig. Herzhafte Tarte dagegen meistens mit einem Hefeteig.

Diese Tarte ist ein Experiment und eine Variation einer herzhaften Tarte.

Ich dachte mir, dass man eine Tarte doch sicherlich auch in einer asiatischen Weise zubereiten kann.

Als erstes benötigt man dazu natürlich Basmati-Reis für die Füllung.

Damit es noch asiatischer anmutet, gebe ich eingeweichte, kleingeschnittene chinesische Pilze hinzu. Und Mu-Err-Pilze.

Und als Krönung der asiatischen Variation gebe ich in die Füllung noch Soja-Sauce. Und zwar einige Esslöffel Teriyaki-Sauce.

Die Tarte gelingt auch in dieser Weise sehr gut und schmeckt wirklich ein wenig asiatisch. An Würze hätte sie sogar noch etwas mehr Teriyaki-Sauce vertragen.

Entrecôte mit Stampf



Medium gegrillt
Wie in jedem Monat, der Beitrag zum Thema Steak.

Dieses Mal ein Bio-Entrecôte, was auch immer der Zusatz „Bio“ bei einem Steak bedeuten soll.

Die Steaks werden in der Grillpfanne auf jeder Seite drei Minuten gegrillt, so dass sie medium zubereitet werden.

Dann werden sie mit Salz und Pfeffer gewürzt. Und bekommen einige Stücke Kräuterbutter obenauf.

Dazu gibt es einen besonderen Stampf aus Kartoffeln, Kichererbsen und Meerrettich.

Für 2 Personen

- 2 Bio-Entrecôtes (à 300 g)
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- 6 Scheiben Kräuterbutter

- 2 Kartoffeln
- 4 EL gegarte Kichererbsen
- 1/2 Stange Meerrettich
- Butter
- Rapsöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.



Mit Kräuterbutter
Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden.

Meerrettich putzen und auf einer Küchenreibe in eine Schüssel fein reiben.

Wasser in einem Topf erhitzen und Kartoffeln darin 10 Minuten garen.

In den letzten 5 Minuten Meerrettich und Kichererbsen dazugeben und ebenfalls mitgaren bzw. erhitzen.

Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Eine Portion Butter dazugeben.

Alles mit dem Stampfgerät grob zerstampfen. Abschmecken.

Parallel dazu Rapsöl in einer Grillpfanne erhitzen und Steaks darin auf jeder Seite drei Minuten grillen. Salzen und pfeffern.

Jeweils ein Steak auf einen Teller geben. Jeweils drei Scheiben Kräuterbutter darauf geben.

Stampf auf die beiden Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Überbackener Romanesco



Große Portion
Romanesco ist eine Variante des uns sehr bekannten

Blumenkohls. Der Blumenkohl ist weiß. Der Romanesco dagegen grün. Und meistens etwas kleiner als ein Blumenkohl.

Aber er ist ebenso schmackhaft. Und hat einen leicht kräftigeren Geschmack als der weiße Blumenkohl.

Da er kleiner ist als der Blumenkohl, kann man durchaus zwei ganze Köpfe für zwei Personen zubereiten.

Hier wird er vegetarisch zubereitet, indem er einfach in Gemüsebrühe gegart, gewürzt und dann mit Gouda überbacken wird.

Für 2 Personen

- 2 Romanesco
- 6 Scheiben mittelalter Gouda
- 200 ml Gemüsefond
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Zubereitungszeit: 15 Min.



Lecker überbacken
Gemüsebrühe in zwei Töpfen erhitzen.

Jeweils einen Romanesco hineingeben und etwa 15 Minuten zugedeckt garten.

Herausnehmen, jeweils auf einen Teller geben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Jeweils drei Scheiben Gouda darauflegen.

Unter der Grillschlange der Mikrowelle oder des Backofens einige Minuten kross überbacken.

Servieren. Guten Appetit!

Entenschenkel mit Linguine



Lecker gegart

Entenschenkel gibt es beim Discounter meistens auch noch mit einem Teil des Rückenstücks zu kaufen. So hat man ein wenig mehr Fleisch zum Essen, als wenn man nur den Schenkel zubereitet.

Entenfleisch brät man am besten oder grillt es. Oder schmort es in der Pfanne mit Deckel in Rot- oder Weißwein.

Hier als Beilage einfache Linguine, aufgerollt mit der Gabel zu drei kleinen Röllchen.

Mit einer leichten Weißwein-Sauce, in der für mehr Gehalt einige Kirsch-Tomaten mitgegart werden.

Für 2 Personen

- 2 Entenschenkel mit Rückenstück
- Fleisch-Gewürzmischung
- Salz

- Pfeffer
- Butter
- 350 g Linguine
- 10 Kirsch-Tomaten
- 300 ml Riesling

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 15 Min.



In leckerer Weißwein-Sauce

Kirsch-Tomaten putzen und vierteln.

Entenschenkel auf beiden Seiten mit Gewürzmischung, Salz und Pfeffer würzen.

Butter in einer großen Pfanne mit Deckel erhitzen und Schenkel darin auf beiden Seiten anbraten.

Mit dem Riesling ablöschen.

Tomaten in die Sauce geben.

Zugedeckt bei mittlerer Temperatur 15 Minuten garen.

Parallel dazu Pasta nach Anleitung zubereiten.

Sauce abschmecken.

Linguine mit der Gabel zu jeweils drei Röllchen auf einem Teller auftürmen.

Sauce mit Tomaten darüber geben.

Jeweils einen Schenkel auf einen Teller geben.

Servieren. Guten Appetit!

Auflauf mit Hackfleisch und Nudeln



Kräftig mit Käse überbacken

Auflauf ist eine schöne Variante für den wöchentlichen Speisezettel.

Man muss nämlich meistens nicht viel dafür tun.

Man packt alle Zutaten zerkleinert in eine Auflaufform, überstreut sie mit geriebenem Käse und lässt den Backofen in einer halben Stunde den Rest tun.

So in diesem Fall.

Pasta gart ja im Backofen nicht. Also wird sie vorher gegart.

Sicherheitshalber geht man bei dem Hackfleisch den gleichen Weg und gart es vorher durch.

Die restlichen Zutaten können roh untergemischt werden.

Und garen im Backofen.

Für 2 Personen

- 400 g Hackfleisch
- 150 g Linguine
- 1 Avocado
- 125 g Mini-Mozzarella (1 Packung)
- 15 Kirschtomaten
- 2 Knoblauchzehen
- viel frischer Rosmarin, Thymian und Basilikum
- Fleisch-Gewürzmischung
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 1 Stück mittelalter Gouda
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 25 Min.



Würzig-lecker
Olivenöl in einem Topf erhitzen und Hackfleisch darin einige Minuten durchgaren.

Pasta nach Anleitung zubereiten. Pasta erkalten lassen, auf einen großen Teller geben und kleinschneiden.

Avocado putzen, entkernen und in kleine Würfel schneiden.

Knoblauchzehen putzen, schälen und kleinschneiden.

Kirschtomaten ebenfalls putzen und kleinschneiden.

Blättchen des Rosmarin, Thymians und Basilikums abzupfen, auf ein Schneidebrett geben und kleinwiegen.

Alle Zutaten in eine Schüssel geben.

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

Alles gut vermischen.

In eine große Auflaufform füllen und verteilen.

Gouda auf einer Küchenreibe in eine Schüssel grob zerreiben. Mit der Hand den geriebenen Käse auf dem Auflauf verteilen.

Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze erhitzen.

Auflauf auf mittlerer Ebene etwa 25 Minuten im Backofen backen.

Herausnehmen und mit dem Pfannenwender auf zwei Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Dinkelkuchen mit Schokolade, Mandeln und Feigen



Mit Puderzucker bestäubt

Schokolade kann man gut für einen Rührkuchen verwenden. Sie gibt dem Kuchen Geschmack und zugleich Festigkeit, denn sie erhärtet nach dem Backen beim Erkalten des Kuchens. Man kann hier gut variieren mit Vollmilch-, Bitter- oder auch weißer Schokolade, wie ich es in diesem Rezept getan habe.

Und Mandeln in der Schokolade geben dem Kuchen, nachdem sie mit der Schokolade in der Küchenmaschine fein gehäckselt sind, etwas crunchigen Biss.

Trockenfrüchte bieten sich von jeher an für Kuchen oder Gebäck jedweder Art. Nicht nur in der bald kommenden Adventszeit. Auch hier kann man variieren zwischen Rosinen, Sultaninen, Feigen oder Datteln.

Für den Rührteig verwende ich hier Dinkelmehl, das dem Kuchen zusätzlich noch einen nussigen Geschmack verleiht. Und den Kuchen etwas dunkler macht.

Ansonsten ist es ein normaler Rührkuchen nach dem Grundrezept. In den eben die besagten, in der Überschrift genannten Zutaten zusätzlich hinzukommen.

Einzige Variation ist, dass ich aufgrund dessen, dass Schokolade und Feigen eine zusätzliche Süße in den Kuchen bringen, den Zuckeranteil des Kuchens von 250 g auf 100 g reduziere.

Und ein zusätzliches Ei sicherheitshalber für mehr Festigkeit hinzugebe.



Rührkuchen mit Variation

Neues Küchenregal



Schönes, einfaches Regal

Ich habe erneut in ein neues Arbeitsgerät investiert.

Man kann es nicht direkt als Arbeitsgerät bezeichnen. Denn es ist ein neues Regal für die Küche.

Arbeitsgerät nur insofern, als dass ich natürlich auf dem Regal sowohl Kochzutaten wie Pasta usw. als auch richtige Arbeitsgeräte wie Mörser, Zusatzzubehör für die Küchenmaschine usw. lagere.

Also ein Arbeitsgerät im weiteren Sinne.

Es ist ein einfaches schlichtes Regale. Komplett aus verzinktem Metall. Mit vier Regalböden.

Ich habe es bei Ikea gekauft. Es heißt „Hyllis“.

Dort zeigte sich auch deutlich, dass es derzeit tatsächlich bei vielen Einrichtungshäusern o.ä. Probleme mit den

Lieferketten wegen der Corona-Pandemie gibt. Und bei manchen Artikeln oder Zubehörteilen Lieferengpässe bestehen. Denn ich musste in Hamburg einige Wochen warten, bis das Regal überhaupt wieder lieferbar bzw. vorrätig und abholbar war.

Aber das Regal kostet aufgrund seiner Schlichtheit auch nur 10,– €. Das kann man gern einmal ausgeben, um damit wieder mehr Platz und Ablagemöglichkeiten in der Küche zu haben.

© *Foto: Ikea*

Gemüse-Dreierlei überbacken



Drei weiße Gemüse
Hier verwende ich drei weiße weiße Gemüse und bereitet sie vegetarisch zu. Sie werden in Gemüsebrühe gegart, dann gewürzt und schließlich mit Gouda überbacken.

Für solche Zwecke verwende ich gerne meine Mikrowelle, die auch einen Grill hat. Ich brauche also nicht komplett den ganzen Backofen anschalten, wenn ich etwas überbacken will. Mikrowelle-Grill-Kombigeräte sind mittlerweile zu erschwinglichen Preisen im Handel zu bekommen.

Beim Saturn Black Friday am 26. November 2021 bekommt man übrigens wie in jedem Jahr am Black Friday diverse Geräte für die Küche mit unglaublichen Rabatten. Dazu zählen Allesschneider, Geräte für die Getränkezubereitung wie Kaffeemaschinen, Küchenmaschinen, Mixer und Zerkleinerer, Toaster, Wasserkocher u.a.m. Aber auch Haushaltswaren wie Backzubehör, Besteck, Küchenutensilien, Messer, Schneidebretter und Pfannen sind dann günstig zu bekommen. Ausführliche Informationen zum Saturn Black Friday oder auch allgemein zum Black Friday – wenn Sie sich fragen, was das eigentlich ist – findet man unter Erfahrungenscout.de.

Das Gericht ist einfach, schnell zubereitet und und gerade durch das Überbacken sehr schmackhaft.

Ein Gericht, das zwischendurch durchaus einem Fleischesser auch einmal als Abwechslung schmeckt.

Für 2 Personen

- 1 Blumenkohl
- 2 Fenchelknollen
- 2 Pak Choi
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- 400 ml Gemüsefond
- 6 Scheiben mittelalter Gouda

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 17 Min.



Schön überbacken
Gemüsefond in zwei großen Töpfen auf dem Herd erhitzen.

Zuerst Blumenkohl und Fenchel darin 10 Minuten garen.

Für die letzten 5 Minuten die Pak Choi hinzugeben und mitgaren.

Jeweils einen halben Blumenkohl, einen Fenchel und einen Pak Choi auf einen feuerfesten Teller geben. Salzen und pfeffern.

Über jedes Gemüse eine Scheibe Gouda geben.

Unter der Grillschlange in der Mikrowelle oder im Backofen einige Minuten kross überbacken.

Gericht servieren. Guten Appetit!

Marinierter Hähnchen-Schenkel mit Hummus



Schön marinierter und gewürzter Hähnchen-Schenkel

Geflügelteile kann man unterschiedlich zubereiten. Grillen, braten, schmoren oder frittieren. Dazu kann mal dann die Geflügelteile vorher schön marinieren, mit Paprika und/oder Kräutern.

Diese Hähnchen-Schenkel mit Rückenstück werden vor dem Garen in einer Marinade mit Olivenöl, getrocknetem Rosmarin, Salz und Pfeffer mariniert.

Dann in einer Weißwein-Sauce gegart.

Parallel dazu bereit man den Hummus zu. Dieser ist ja aus der arabischen und orientalischen Küche bekannt. Also aus dem Nahen Osten, der arabischen Halbinsel, einigen Ländern in Afrika und auch Asien.

Es ist eine cremige, sämige und streichbare Masse aus vorwiegend Kichererbsen und Sesamöl. Dazu Wasser, Olivenöl und

einige Gewürze.

Man isst ihn unter anderem auch als Aufstrich auf Brot oder Schrippen.

Hier fungiert er als Beilage zu den gegarten Hähnchenschenkeln. Zwar kalt, aber das tut dem Geschmack keinen Abbruch.

Miesmuscheln in Riesling-Sud mit Rucola-Rote-Beete-Gurke-Salat



Lecker in Riesling gegart

Miesmuscheln sind Produkte für die kalte Jahreszeit. Denn sie reagieren auf Hitze sehr empfindlich und überstehen daher manchmal lange Transportwege nicht. Dies insbesondere, wenn sie von der Atlantikküste oder dem Ärmelkanal aus Frankreich geliefert werden. Transporte von den Muschelbänken an der Nordsee nach Hamburg sollten sie eventuell besser überstehen. Aber so gibt es diese Meeresfrüchte eben vorwiegend saisonal in der kalten Jahreszeit.

Ich kenne drei Vorgehensweisen, wie man Miesmuscheln zubereiten kann. Entweder man gart sie mit sehr kleingeschnittenem Gemüse in einem Gemüsesud. Oder man gart sie in einer Tomatensauce auf italienische Art, eventuell sogar mit Pasta. Oder man gart sie in Weißwein.

Also mögliche vierte Variante fällt mir noch ein, dass man sie auch in einer Hummer-Sauce garen kann, die man aus Hummerbutter zubereitet.

Bei diesem Rezept wähle ich Variante drei mit einer guten Menge Riesling. Ich verwende nichts weiter hinzu, also kein Gemüse oder ähnliches. Die Muscheln werden beim Garen einfach noch mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker gewürzt.

Dazu gibt es einen frischen Salat aus drei Hauptzutaten, nämlich Rucola, Rote Beete und Salatgurke.

Das Dressing dazu bereite ich klassisch aus Olivenöl, Weißweinessig, Salz, Pfeffer, Zucker und einem Päckchen Salatkräuter zu.

Schon hat man ein frisches, sehr schmackhaftes Gericht, das eigentlich jedem mundet.

Für 2 Personen

- 2 kg Miesmuscheln (2 Packungen à 1 kg)
- 125 g Rucola (1 Packung)
- 1 gegarte Rote Beete

- ½ Salatgurke
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 1 Päckchen Salatkräuter
- Riesling

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 5 Min.



Frischer Salat mit drei Zutaten

Rote Beete und Salatgurke putzen und in kleine Würfel schneiden.

Rucola, Rote Beete und Gurke in eine Salatschüssel geben.

Mit Olivenöl, Essig, Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und den Salatkräutern in einer Schale ein Dressing zubereiten.

Über den Salat geben und alles gut vermischen.

Riesling in einem großen Topf erhitzen.

Muscheln unter kaltem Wasser abspülen.

In den kochenden Riesling geben und zugedeckt 5 Minuten garen.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Muscheln auf zwei tiefe Teller verteilen.

Salat in zwei kleinen Schalen anrichten und dazu servieren.

Guten Appetit!

Würzfleisch



Tradition aus Ostdeutschland

Ein traditionelles Gericht aus Ostdeutschland, ein Klassiker.

Würzfleisch ist ein typisches Rezept aus der Zeit der DDR einer HO-Gaststätte (HO bedeutet Handelsorganisation). Es gab früher in der DDR auch das französische Gericht „Ragout fin“, wie es es auch in Westdeutschland gab. Allerdings war in der DDR nicht immer Kalbfleisch verfügbar, um ein „Ragout fin“ zuzubereiten. Somit benötigte man noch eine „Billigvariante“. Daher nahm man einfach Schweinefleisch, meist von der Schulter

oder vom Nacken, garte es weich und schnitt das dann erkaltete Fleisch einfach in kleine Würfel. Dies war dann natürlich kein „Ragout fin“ mehr, sondern das Gericht benötigte einen anderen Namen. Es wurde einfach als leckeres „Würzfleisch“ bezeichnet und genossen.

Als Westdeutscher sage ich, dass dies ein durchaus schmackhaftes Gericht ist. Vermutlich hat jede yregion in Ostdeutschland ihre eigene Variation und verwendet teilweise andere Zutaten für das Würzfleisch.

Als einzige Abwandlung des Gerichts habe ich die breiige Sauce des Würzfleischs leider nicht sehr hell und golden zubereiten können. Das hängt zum einen damit zusammen, dass ich bei der Mehlschwitze das Mehl doch ein wenig lang habe anbraten und somit bräunen lassen. Und zum anderen, dass ich dunkles Dinkelmehl und kein helles Weizenmehl verwendet habe.

Als Nachteil empfinde ich, dass ich das Gericht aufgrund der breiigen Sauce doch ein wenig schwer verdauen konnte.

Für 2 Personen

- 500 g Schweinefleisch (Gulasch oder Schnitzel)
- 1 l Gemüsefond
- 2 Zwiebeln
- 6 Lorbeerblätter
- 20 Pimentkörner
- Butter
- 8 EL Mehl
- 100 ml Riesling
- ½ Zitrone (Saft)
- 1 EL Worchestershire-Sauce
- 200 g mittelalter Gouda
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 4 Scheiben Toastbrot

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.



Lecker überbacken

Gemüsefond in einem Topf erhitzen. Zwiebeln halbiert (ungeputzt und mit Schale), Piment im Ganzen und Lorbeerblätter hineingeben. Fleisch darin einige Minuten durchgaren.

Fleisch herausnehmen und abkühlen lassen. In kleine Würfel schneiden.

Eine große Portion Butter in einem Topf erhitzen. Mehl hinzugeben und unter Rühren eine Mehlschwitze herstellen. Die Mehlschwitze sollte sehr dicklich und breiig sein.

Brühe durch ein Küchensieb in die Mehlschwitze hineingeben, damit Zwiebeln, Piment und Lorbeerblätter heraussieben und die Brühe dann gut verrühren.

Zitronenhälfte auspressen. Zitronensaft, Worchestershire-Sauce und Riesling hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker nachwürzen.

Gouda auf einer Küchenreibe grob in eine Schale reiben.

Würzfleisch in zwei feuerfeste Schalen geben. Mit dem Käse bestreuen.

Unter der Grillschlange der Mikrowelle oder des Backofens einige Minuten überbacken, bis der Käse zerlaufen und etwas gebräunt ist.

Mit jeweils zwei Toastbrot-Scheiben servieren.

Worchestershire-Sauce dazureichen, um eventuell nachzuwürzen.

Hummus



Auch als Brotaufstrich mit einer Schrippe

Hummus ist aus der arabischen und orientalischen Küche bekannt. Also aus dem Nahen Osten, der arabischen Halbinsel, einigen Ländern in Afrika und auch Asien.

Es ist eine cremige, sämige und streichbare Masse aus vorwiegend Kichererbsen und Sesamöl. Dazu Wasser, Olivenöl und

einige Gewürze.

Man isst ihn unter anderem auch kalt als Aufstrich auf Brot oder Schrippen.

Für 2 Personen:

- 50 g Kichererbsen
- 50 g Sesamsaat
- einige EL Olivenöl
- einige EL Wasser
- 1/2 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 1/2 TL Salz

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Stdn. | Garzeit 1 Std.

Kichererbsen über Nacht in einer Schüssel mit kaltem Wasser einweichen.

Am darauffolgenden Tag Kichererbsen eine Stunde in kochendem Wasser garen.

Man kann alternativ Kichererbsen aus der Dose verwenden.

Kichererbsen, Sesamöl, Olivenöl, Wasser, Salz und Kreuzkümmel in eine Küchenmaschine geben und mehrere Minuten fein häckseln.

Es soll eine cremige, sämige Masse ergeben.

Abschmecken.

Als Beilage für Gerichte verwenden oder einfach für einen kalten Snack am Abend mit Schrippen oder Brot.



Leckerer Hummus