

Fleischsuppe



Leckere Suppe mit Suppenfleisch

Wirklich sehr wenige Zutaten.

Aber dennoch eine sehr gehaltvolle, schmackhafte Suppe.

Fleisch- oder Gemüsfond, möglichst selbst zubereitet und eventuell eingefroren.

Dazu eine große Portion Suppenfleisch.

Abgerundet durch einige Gewürze, um den Fond etwas zu würzen und die Suppe abzuschmecken.

Pikanter Kräuter-Kuchen mit Käse und Quark



Mit leichtem Geschmack nach Schnittlauch

Ein Kuchen mit Käse und Quark. Und vielen Kräutern.

Ich hatte Frischkäse mit Kräutern vorrätig. Und auch Quark. Und wollte beides nicht als Brotauftrich verzehren.

Also bot es sich an, einen herzhaften Kuchen damit zuzubereiten.

Da ich vor kurzem einen süßen Kuchen mit Käse und Quark zubereitet und gebacken hatte, sollte dies doch gelingen.

Da ich vom Quark 200 g zuviel hatte als im ursprünglichen Rezept, musste der Kuchen etwas fester gebunden werden.

Also anstelle 30 g Speisestärke 50 g. Und anstelle 3 Eier 5.

Ich lasse natürlich den Zucker aus dem Rezept für den süßen Kuchen weg.

Der Kuchen gelingt und er schmeckt herzhaft und pikant. Es verwundert jedoch etwas, einen Kuchen zu essen, der nach Schnittlauch schmeckt.

Schweineherz-Ragout mit Cassarecce



Sehr würziges, leicht scharfes Ragout

Ein Ragout. Mit Pasta.

Als Pasta wähle ich die kleinen Cassarecce.

Das Ragout bereite ich mit Schweineherz und diverssem Gemüse zu.

Für die Sauce verwende ich einen guten Bordeaux zum Ablöschen.

Wie sagt der Spruch von ausgebildeten Köchen? Man verwende zum Kochen den gleich guten Wein, den man später auch beim Servieren der Speisen seinen Gästen zum Trinken anbietet.

Für 2 Personen

- 400 g Schweineherz
- 2 Spitzpaprika
- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 2 Peperoni
- 10 Kirschtomaten
- 500 ml Bordeaux
- Fleisch-Gewürzsalz
- 375 g Cassarecce
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 2 Stdn.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Herz in kurze Streifen schneiden.

Öl in einem Topf erhitzen und Herz und Gemüse darin kross anbraten.

Mit dem Gewürzsalz kräftig würzen.

Mit dem Bordeaux ablöschen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur zwei Stunden schmoren.

Kurz vor Ende der Garzeit Pasta nach Anleitung zubereiten.

Pasta auf zwei tiefe Teller verteilen.

Ragout mit viel Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

Ein Hoden im Grünen



Schön im Grünen gelagert

Eigentlich heißt der Titel des Rezeptes „Gegrillter Stierhoden mit Staudensellerie-Salat“. Aber man darf ja einmal poetisch variieren. ☐

Dies ist eigentlich die beste Art, Stierhoden zuzubereiten, wie ich im Laufe der Zeit herausgefunden habe.

Einfach die gewürzten Stierhoden einige Minuten auf jeder Seite kross in der Grillpfanne grillen. Und dann noch bei

160–180 Grad Celsius etwa 10–15 Minuten im Backofen nachgaren lassen.

Man erhält als Resultat gerillte Stierhoden, die auf den Punkt durchgegart, aber innen noch sehr zart und sehr schmackhaft sind.

Ich liebe übrigens Staudensellerie. Er ist immer sehr knackig, hält lange und hat einen feinen, kräftigen, nussigen Geschmack. Und man kann ihn als Gemüse oder Salat zubereiten.

Übrigens, zum Zubereiten der Stierhoden. Man lässt sie am besten nach dem Einfrieren zwei Stunden auftauen. Dann ist nämlich die äußere, ungenießbare Hodenhaut angetaut. Vier Längsschnitte in jeden Stierhoden und die Hodenhaut abziehen. Die eigentlichen Hoden lässt man dann noch einige weitere Stunden vollständig auftauen.

Für 2 Personen

- 2 Stierhoden
- 4 Stangen Staudensellerie
- 1 Zwiebel
- 2 Mini-Gurken
- 10 Kirschtomaten
- 4 Knoblauchzehen
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Balsamico-Essig
- Olivenöl
- 1 PäckchenSalatkräuter
- Rapsöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 20 Min.



Hodenhaut entfernen. Hoden ganz auftauen lassen.

Backofen auf 180 Grad Celsius Ober-/Unterhitze erhitzen.

Hoden salzen und pfeffern.

Rapsöl in einer Grillpfanne erhitzen und Hoden auf jeder Seite 2–3 Minuten kross grillen.

Pfanne für 10–15 Minuten auf mittlerer Ebene in den Backofen geben.

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

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

Über den Salat geben. Alles gut vermischen und kurz ziehen lassen.

Salat ohne das Dressing auf zwei Tellern verteilen.

Jeweils einen Stierhoden dazugeben.

Servieren. Guten Appetit!

Trinxat



Leckere, würzige Resteverwertung

Diese Rezept habe ich aus dem Stern Nr. 13 vom 25.3., und es ist dem Koch und Autor Nigel Slater zuzuschreiben.

Das Wort „Trinxat“ ist katalanisch und bedeutet „geschnitten“.

Somit steht das Gericht für ein Resteverwertungs-Gericht.

Dafür verwendet man Kartoffeln, die man zu Stampf verarbeitet.

Und verwendet das Fleisch oder in diesem Fall Speck vom

Vortrag.

Und auch das Gemüse, das noch vorrätig ist und aufgebraucht werden muss.

Ich variiere ja Rezepte sehr gerne. Und habe dies auch dieses Mal wieder getan.

Mangoldblätter aus dem originalen Rezept hatte ich nicht vorrätig. Also habe ich einen Artverwandten des Mangold verwendet und Stangensellerie genommen.

Außerdem gebe ich kurz vor dem Anrichten und Servieren auch noch geriebenen Cheddar hinzu. Dieser schmilzt in der Pfanne, gibt dem Gericht Würze und bindet es auch etwas.

Für 2 Personen

- 5 große Kartoffeln
- Butter
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- 200 g durchwachsenen Bauchspeck
- 4 Lauchzwiebeln
- 4 Stangen Staudensellerie
- 6 Knoblauchzehen
- Olivenöl
- Cheddar
- Schnittlauch

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 25 Min.



Kartoffeln schälen und in kochendem, leicht gesalzenen Wasser in einem Topf 15 Minuten garen. Kochwasser abschütten.

Eine große Portion Butter zu den Kartoffeln geben. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Alles mit dem Stampfgerät zu einem Stampf zerdrücken.

Schnittlauch kleinschneiden.

Speck in kleine Würfel schneiden.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Speck und Gemüse darin einige Minuten kross anbraten.

Stampf dazugeben und untermischen. Mit dem Pfannenwender immer die Röststoffe des Stampfes vom Pfannenboden lösen und unter das Gemüse mischen.

Frisch geriebenen Cheddar dazugeben und ebenfalls untermischen.

Auf zwei Teller verteilen.

Mit Schnittlauch garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Käse-Quark-Kuchen



Sehr leckerer Kuchen mit Käse und Quark

Dies ist kein American Cheesecake. Und auch kein deutscher Käsekuchen. Die ich beide schon in schönster Vollendung zubereitet und gebacken habe. Die Rezepte finden Sie in diesem Foodblog.

Denn ich hatte einerseits zu wenig Frischkäse vorrätig, um einen American Cheesecakes zu backen.

Und andererseits hatte ich zu wenig Quark zuhause, um einen Käsekuchen zu backen.

Aber beides zusammen, also der Vorrat an Frischkäse und Quark, ja, das reichte doch wirklich für einen Kuchen.

Und somit ist es eher ein Hybrid geworden.

Auch beim Geschmack hat er etwas von beiden Kuchensorten. Nämlich den Geschmack nach Frischkäse vom American Cheesecake. Und den Geschmack nach Quark vom Käsekuchen.

Also ein wenig variiert und kreierte und schon hat man einen sehr gelungenen und vor allem wohlschmeckenden Kuchen.

Auch den Boden und die Backweise habe ich etwas geändert.

Ich bereite den Boden nicht aus Butterkeksen und Butter wie beim American Cheesecake zu. Sondern verwende einen Mürbeteig. Diesen drücke ich allerdings ganz plan in der Spring-Backform aus und ziehe keinen Rand hoch, wie man es beim Käsekuchen normalerweise ja tut.

Darauf kommt dann einfach die recht flüssige Füllmasse mit Käse und Quark, die aber aufgrund der verwendeten Eier, der Schlagsahne und der Speisestärke beim Backen abbindet und fest und kompakt wird.

Auch Frischhaltefolie wie beim American Cheesecake wird nicht verwendet. Und auch keine Zubereitung mit einer Backofenschale voller Wasser, in der der American Cheesecake gebacken wird.

Nein, dieses Mal ganz einfach eine Spring-Backform mit Backpapier. Fertig.

Penne Rigate mit Gemüse in gelber Sauce



Gelb in gelb

Ich hatte beim Discounter bei den Gewürzen Kurkuma entdeckt. Das hatte ich schon seit längerem nicht mehr vorrätig. Also habe ich es gleich gekauft.

Dieses Gewürz hat einen intensiven gelben Farbton und wird gern zum Färben von Speisen oder Gerichten verwendet.

Also habe ich gleich einmal ein Rezept für ein Pasta-Gericht mit gelber Pasta und gelber Sauce entwickelt.

Somit alles gelb in gelb.

Für die weiteren Zutaten verwende ich einfach nur etwas Gemüse, das ich gerade vorrätig habe. Dies sind Mini-Gurken, Staudensellerie und Kirschtomaten.

Die Sauce binde ich mit Schlagsahne. Zusammen mit dem Kurkuma ergibt dies eine sehr wohlschmeckende, gebundene, sämige Sauce.

Und um die Farbe noch mehr in das Gericht zu bringen, garniere ich das fertige Gericht im Teller noch mit gelbem, fein geriebenem Cheddar.

Also ein in sich völlig gelungenes Pasta-Gericht.

Für 2 Personen

- 375 g Penne Rigate
- 2 Mini-Gurken
- 2 Stangen Staudensellerie
- 10 Kirschtomaten
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 200 ml Sahne
- Salz
- Pfeffer
- 2 TL Kurkuma
- Olivenöl
- Cheddar

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 9 Min.



Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden. Tomaten im Ganzen verwenden.

Pasta nach Anleitung zubereiten.

Währenddessen Öl in einer Pfanne erhitzen und Gemüse darin anbraten.

Salzen und pfeffern. Kurkuma dazugeben. Ebenfalls Sahne dazugeben.

Alles verrühren und etwas köcheln lassen. Tomaten mit dem Kochlöffel flach drücken. Sauce abschmecken.

Kochwasser der Pasta abschütten. Pasta zum Gemüse geben und alles gut vermischen.

Pasta mit Gemüse und Sauce auf zwei tiefe Pasta-Teller verteilen. Frisch geriebenen Cheddar auf die Pasta verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Schupfnudeln mit Speck und Gemüse



Sehr lecker

Ein Gericht für die Pfanne.

Industriell hergestellte Schupfnudeln. Die mich dieses Mal nicht so besonders überzeugt haben.

Es schmeckt ein wenig merkwürdig, wenn man Schupfnudeln auf dem Teller hat, die alle die gleiche Größe und Form haben. Also weit davon entfernt, wenn man diese selbst zubereitet.

Dazu etwas Bauchspeck für Würze.

Und Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch.

Garniert mit Parmigiano Reggiano und Petersilie.

Für 2 Personen:

- 2 Packungen Schupfnudeln (à 300 g)
- 100 g durchwachsener Bauchspeck
- 2 Zwiebeln
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- Parmigiano Reggiano
- Petersilie
- Salz
- Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.



Petersilie kleinwiegen.

Speck in kleine Würfel schneiden.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Eine Portion Butter in einer Pfanne erhitzen.

Schupfnudeln, Speck und Gemüse darin unter Rühren 10 Minuten kross braten. Salzen und pfeffern.

Schupfnudeln auf zwei tiefe Teller verteilen.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano und Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Schweine-Nackensteaks in Kräutermarinade mit Paprika- Tomaten-Gemüse



Kross gebratene Steaks

Einfaches Rezept.

In wenigen Minuten zubereitet.

Wenn es einmal schnell gehen muss.

Für 2 Personen

- 4 Schweine-Nackensteaks in Kräutermarinade (2 Packungen à 400 g)
- 2 rote Spitzpaprika
- 15 Kirschtomaten
- 2 Peperoni
- 4 Knoblauchzehen
- 2 Zweige frischer Rosmarin
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 6 Min.



Blättchen des Rosmarin abzupfen und kleinwiegen.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.
Tomaten ganz lassen.

Olivenöl in zwei Pfannen erhitzen.

In eine Pfanne Gemüse geben und unter Rühren kräftig braten.

In die zweite Pfanne Steaks geben und auf jeder Seite drei Minuten kross braten.

Kurz vor Ende der Garzeit Tomaten mit dem Kochlöffel zerdrücken.

Gemüse salzen und pfeffern.

Rosmarin zum Gemüse geben.

Jeweils zwei Steaks auf einen Teller geben.

Gemüse dazu verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Hähnchen-Oberkeulen auf Staudensellerie-Gurken-Gemüse



Leckere Hähnchenoberkeulen

Einfaches Rezept.

Einfach Hähnchen-Oberkeulen in der Pfanne braten.

Die letzten Minuten kleingeschnittenen Staudensellerie und Mini-Gurken dazugeben und mitgaren. Gemüse würzen.

Fertig. Einfaches Gericht. Wenige Zutaten. In wenigen Minuten fertig.

Wenn es einmal schnell gehen muss.

Für 2 Personen

- 6 Hähnchen-Oberkeulen (2 Packungen à 300 g)
- Fleischgewürzmischung
- 4 Stangen Staudensellerie
- 2 Mini-Gurken
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl
- Chenin blanc
- Schnittlauch

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 2 Min. | Garzeit 8 Min.



Schnittlauch kleinschneiden.

Gemüse putzen und quer in dünne Scheiben schneiden.

Oberkeulen auf beiden Seiten mit Gewürzmischung würzen.

Oberkeulen in heißem Fett in einer Pfanne mit Deckel auf jeder Seite vier Minuten kross braten.

Die letzten drei Minuten Gemüse dazugeben und Zugedeckt mitgaren. Dazu mit einem guten Schluck Chenin blanc ablöschen.

Gemüse salzen und pfeffern.

Gemüse auf zwei Teller geben. Schnittlauch darüber verteilen.

Jeweils drei Oberkeulen darauf geben. Sößchen über die Oberkeulen geben.

Servieren. Guten Appetit!

Triangoli mit schwarzer Bohnen-Sauce



Mit würziger Sauce

Ein einfaches Rezept für ein leckeres Pasta-Gericht.

Mit frischer, gefüllter Pasta. Und zwar Triangoli mit Käsefüllung.

Dazu aromatische, würzige, chinesische Bohnen-Sauce.

Fertig. Mehr braucht man nicht.

Für 2 Personen

- 500 g Trinagoli mit Käsefüllung (2 Packungen à 250 g)
- 6 EL schwarze Bohnen-Sauce
- Parmigiano Reggiano

Zubereitungszeit: 3 Min.



Pasta in leicht gesalzenem, kochendem Wasser drei Minuten garen.

Kochwasser bis auf einige Esslöffel abschütten.

Sauce zur Pasta geben.

Mit dem Kochwasser und der Pasta vermischen.

Auf zwei Teller verteilen.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Fisch-Suppe



Leckere Suppe

Einfaches Rezept.

Schnell zubereitet.

Wenige Zutaten.

Wenn es mal schnell gehen muss.

Acocado-Mandelmilch-Torte



Leckere, vegane Torte

Ich habe im Supermarkt groß vegan eingekauft. Zwar nicht in der veganen Abteilung, das gibt es im Supermarkt nicht. Aber in der Abteilung „Bio-Produkte“. Dort gibt es auch viele vegane Produkte.

So wählte ich u.a. Agar Agar, Kichererbsen, Sonnenblumenkerne, Leinsamen, Sesamsamen, Hefeflocken und Cashewkerne.

Dies ist das Rezept für eine meiner ersten Torten mit veganem Geliermittel, also Agar Agar. Ich habe im Supermarkt gleich 10 Packungen davon gekauft.

Agar Agar erhitzt man in Flüssigkeit am besten nicht in der Mikrowelle. Dazu eignet es sich besser, dies in einem kleinen Topf auf dem Herd zu tun.

Dann gibt man die restliche, kalte Flüssigkeit dazu, verrührt

alles mit dem Schneebesen und verwendet diese Füllmasse dann gleich weiter für die Torte.

Die Füllmasse hätte nach dem Zubereiten und Kosten doch eine Portion Zucker vertragen. ☐

Das Ei im Mürbeteig ersetzt man einfach durch gemahlene, gequollene Leinsamen.

Honigmelonen-Tarte



Nicht ganz gelungen

Diese Tarte ist nicht so gelungen, wie ich es erwartet hatte.

Der Grund: Die kleingeschnittenen Honigmelonen geben beim

Backen im Backofen sehr viel Flüssigkeit ab. Und verwässern dadurch den Eierstich aus Eiern und Schlagsahne. Und dieser wird dadurch nicht mehr ganz kompakt und fest, sondern bleibt leicht flüssig.

Also aufpassen nach dem Backen, die Tarte gibt sehr viel Flüssigkeit ab.

Geschmacklich ist die Tarte aber gut und schmeckt lecker.

Viktoriasee-Barschfilet mit Pastinaken-Stampf



Kross gebratene Fisch-Filets

Ein exzellentes Rezept für ein Gericht mit Fisch.

Die Fischfilets habe ich nicht vom Discounter, denn diese gibt es dort nicht. Sondern von einem sehr großen Supermarkt aus der Tiefkühlabteilung.

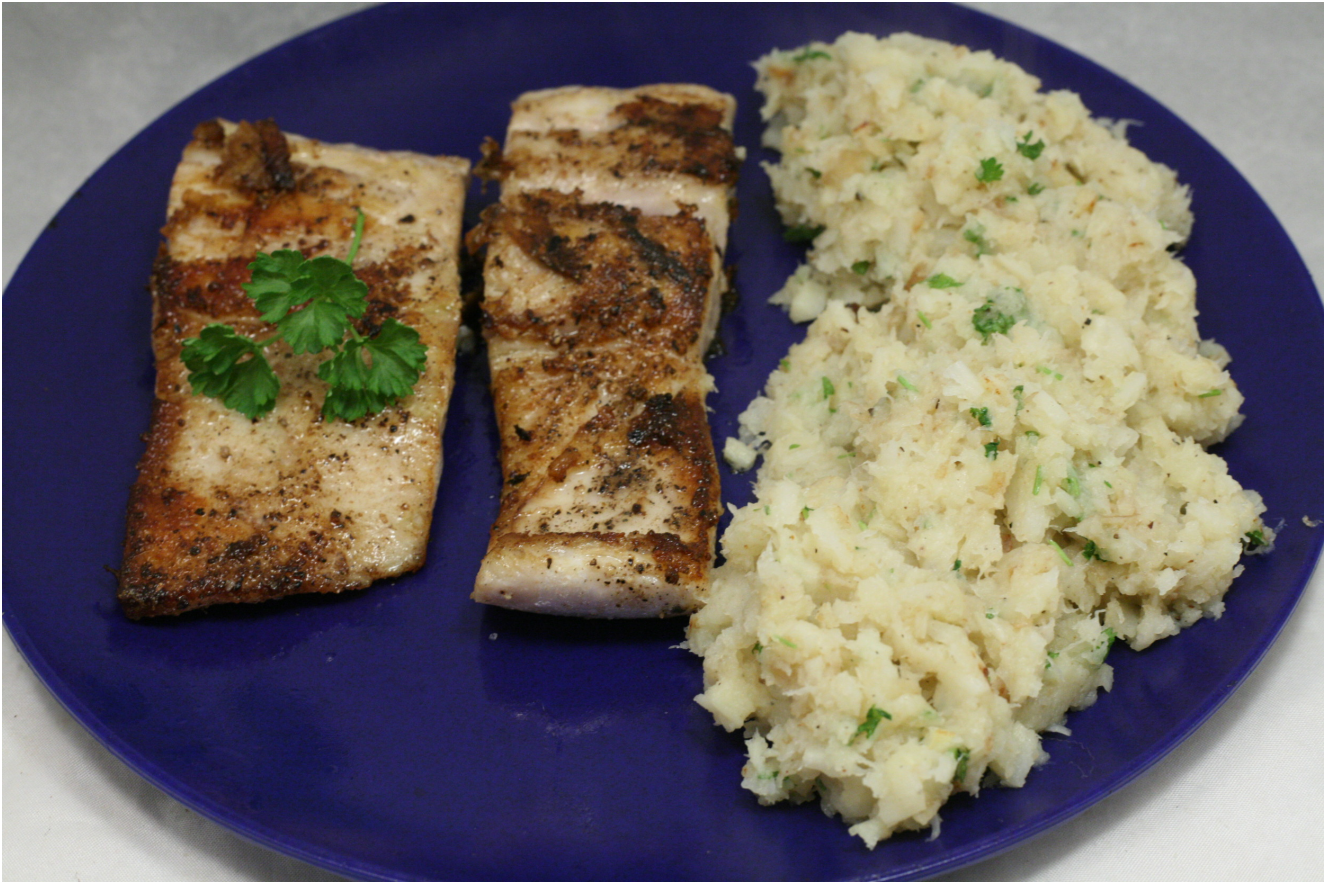
Und diese Filets sind von hervorragender Qualität und schmecken in Butter gebraten einfach sehr lecker.

Dazu gibt es als Beilage Pastinakenstampf, der mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zucker gewürzt wird und natürlich auch etwas Petersilie und eine gute Portion Butter erhält.

Für 2 Personen

- 500 g Viktoriasee-Barschfilets (etwa 4 Stück)
- 4 Pastinaken
- etwas frische Petersilie
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 20 Min



Petersilie kleinwiegen.

Pastinaken putzen, schälen und kleinschneiden.

In einem Topf mit kochendem Wasser etwa 12–15 Minuten garen.
Wasser abschütten.

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

Petersilie und etwas Butter dazugeben.

Alles gut mit dem Stampfgerät grob zerstampfen. Warmhalten.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Filets darin auf jeder Seite etwa 3 Minuten kross anbraten. Salzen und pfeffern.

Filets auf zwei Teller verteilen.

Pastinakenstampf dazugeben.

Servieren. Guten Appetit!

Bratpaprika mit Bauchspeck und Käse



Kross und knusprig gebraten

Eigentlich war dieses Gericht geplant als ein veganes Gericht. Nur der Bratpaprika. Mit veganem Hartkäse.

Dann stellte ich fest, dass ich dieses Gericht auf diese Weise schon einmal zubereitet hatte.

Außerdem hatte ich keinen veganen Hartkäse mehr vorrätig.

Also habe ich schnell umdisponiert und das Gericht nochb etwas würziger gemacht.

Indem ich Bauchspeck in kleinen Würfeln dazugebe und mit dem

Bratpaprika anbrate.

Als Käse verwende ich nun einfach frisch geriebenen Parmigiano Reggiano.

Dieses Mal putze ich auch die Bratpaprikas, indem ich den Stiel und somit den Deckel der Paprikas abschneide. Denn ich bereite sie ja mit Speck und Käse zu, da wird es ein wenig mühsam, wenn man diese Teile der Paprikas erst auf dem Teller beim Essen entfernen will.

Für 2 Personen

- 1 kg Bratpaprika (2 Packungen à 500 g)
- 100 g durchwachsener Bauchspeck
- frisch geriebener Parmigiano Reggiano
- frisch gemahlene Meersalz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 6–8 Min.



Deckel und Stiele der Paprika abschneiden.

Speck in kleine Würfel schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen.

Paprika und Speck darin einige Minuten kross anbraten.

Frisch geriebenen Parmigiano Reggiano darüber geben.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

Auf zwei Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!