

# Kartoffel-Cremesuppe



Kräftig und würzig

Hier meine dritte Kreation.

Ich verwende Kartoffeln. Und einige Champignons, die zur Suppe passen.

Die Suppe ist etwas dunkelbraun gelungen, dies hängt damit zusammen, dass ich das kleingeschnittene Gemüse und die Champignons sehr scharf und auch dunkel angebraten habe, so dass sie eben der Suppe eine dunkelbraune Farbe verleihen. Wer die Suppe etwas heller und eher in Kartoffelfarbe haben möchte, achte bitte darauf, Gemüse und Champignons nur sehr hell anzubraten.

Ich püriere die Suppe zwar vor dem Servieren mit dem Pürierstab fein, belasse jedoch noch einige Kartoffelstückchen in der Suppe, so dass man auch noch etwas zu kauen hat.

---

# Stierhoden-Schaumsuppe



Sehr mild und schaumig

Die zweite meiner Kreationen.

Diesmal mit der Hauptzutat Stierhoden. Also eine Innereiensuppe.

Ich bereite mittlerweile Stierhoden zu wie jede andere Hauptzutat, sei es Fleisch, Innerei, Fisch oder Gemüse. Und habe auch immer Vorrat im Gefrierschrank.

Diesmal angebraten und dann püriert in einer Suppe.

Auch diesmal mit viel Riesling und Sahne abgelöscht.

Der Riesling verleiht der Suppe eine leichte Säure.

Und der Cayennepfeffer eine ganz leichte Schärfe.

Püriert ergibt dies dann eine leichte Schaumsuppe, denn der Riesling und die Sahne wird mit den restlichen Zutaten beim Pürieren leicht schaumig.

Die Stierhoden-CROUTONS, die ich noch auf die Suppe gebe, versinken leider aufgrund der flüssigen Konsistenz in der Suppe und schwimmen nicht obenauf.

Nur die Petersilie bleibt beim Fotografieren sichtbar.

Die Suppe hat einen feinen Geschmack nach dem Drüsengewebe der Stierhoden und schmeckt wirklich außergewöhnlich lecker.

---

## **Champignon-Cremesuppe**



Leckeres Cremesüppchen

Die erste meiner Kreationen.

Weiße, große Champignons.

Unterstützt mit etwas Aubergine, die ja an sich in etwa die gleiche Konsistenz hat wie Champignons.

Abgelöscht mit viel Riesling.

Verfeinert mit Sahne.

Fein püriert. Lecker!

# Suppen-Woche

Wie ich auf diese Idee gekommen bin, weiß ich nicht. Aber es ergab sich einfach, dass ich einige Ideen für neue Kreationen für leckere Suppen hatte.

Jeweils eine Hauptzutat. Verfeinert mit Zwiebel, Lauchzwiebel und Knoblauch.

Unterschiedliche Würzung.

Die Brühe bilde ich jedesmal aus Riesling für etwas Säure.

Und für einen sämigen, cremigen Geschmack sorgt frische Schlagsahne.

Dann wird das Ganze mit dem Pürierstab fein püriert und eine leckere, wohlschmeckende Cremesuppe daraus gebildet.

Die sieben Hauptzutaten für jeweils eine Suppe:

- Champignons
- Stierhoden
- Zucchini
- Aubergine
- Zwiebel
- Kartoffel
- Mini Pak Choi

Freuen Sie sich über die sieben Cremesuppen!

---

# Ananas-Joghurt-Torte



Frisch, fruchtig und lecker

So, wieder einmal eine Torte. Und wieder ohne Backen. Die Arbeit des Backens übernimmt komplett der Kühlschrank. Und die Torte gelingt gut und sie schmeckt.

Den Boden bilde ich aus Butterkeksen und Butter. Für die Füllung verwende ich eine frische Ananas und Joghurt.

Ich wollte ursprünglich eine Honigmelone für die Füllung verwenden. Beim Discounter entschied ich mich schnell um und kaufte eine frische Ananas. Auf dem Nachhauseweg fiel mir jedoch ein, dass Ananas auch Säure besitzt. Und eventuell die Torte nicht gelingt, weil die Ananas mit der Gelatine für die Füllung nicht zusammen verarbeitet werden kann.

Also machte ich mich zuhause erts einmal schlau über Ananas und Gelatine und recherchierte im Internet. Und siehe da, es ist zwar nicht die Säure der Ananas, aber sie besitzt ein Enzym, das die Gelatine nicht fest werden lässt.

Aber es gibt einen Trick für die Verarbeitung von Ananas und Gelatine. Man muss die Ananas einfach vor der weiteren Zubereitung kurz blanchieren. Gesagt, getan.

Und da ich auf der sicheren Seite sein wollte, was die Füllung angeht, habe ich die Ananas vorsichtshalber nicht püriert verwendet, sondern sie in kleine Stücke geschnitten und direkt auf den Tortenboden gegeben. Und direkt darauf kommt der Joghurt, der durch die Gelatine fest und kompakt wird. So gehe ich auch sicher, dass die Ananas doch nicht zu sehr in Kontakt mit der Gelatine gerät oder eventuell verwendetes Ananaspüree oder -saft die Gelatine doch nicht fest werden lässt.

Fertig ist eine leckere, fruchtige und süße Torte. Quod erat demonstrandum.

---

## **Frischer Salat mit Feta**



Frisch, würzig und lecker

Ein frischer Salat. Den man ja immer einmal zwischendurch essen kan. Dieser hat allerdings den Umfang einer vollen Mahlzeit.

Ich verfeinere den Salat mit kleingewürfeltem Feta.

Und würze zusätzlich mit Salatkräutern.

Der Salat ist sehr lecker und würzig.

---

# Artikel über mein Foodblog auf rtl.de



©rtl.de

Moin, der Fernsehsender RTL mit seiner Website ist auf mich, mein Foodblog und ein spezielles Rezept aufmerksam geworden.

Ich habe in einem halbstündigen Gespräch mit der zuständigen Journalistin alles geklärt, ihr die entsprechenden Informationen gegeben und sie über die Beweggründe für mein Foodblog und die veröffentlichten Rezepte aufgeklärt.

Der Artikel auf der Website rtl.de listet Positives und Negatives über mein Foodblog auf.

Aber mir ist tatsächlich ein Fehler bei dem erwähnten Rezept unterlaufen. Ich habe mich im Tierschutzgesetz nochmals schlau gemacht.

Der Blogbeitrag wurde mittlerweile schon von mir geändert.

Aber lesen Sie selbst:

<https://www.rtl.de/cms/hamburg-hobbykoch-postet-wellensittich-kochrezept-auf-blog-inklusive-schlachtanleitung-4684533.html>

Ich bleibe dran!

---

# Kronfleisch mit Mini Pak Choi und Shiitake in Chili-Sauce



Mit würziger und scharfer Sauce

Ein asiatisches Gericht. Da ich es mit einer asiatischen Chili-Bohnen-Sauce zubereite.

Der Einfachheit halber aber doch in einem tiefen Teller angerichtet, und man kann es mit Gabel oder Löffel essen.

Als Hauptzutat verwende ich Kronfleisch, das ich in kurze Streifen schneide.

Dazu Mini Pak Choi. Und Shiitake-Pilze.

Die Sauce bereite ich, wie schon erwähnt, mit einer Chili-

Bohnen-Sauce zu, die ich mit etwas Wasser verlängere.

Als Beilage gibt es Basmati-Reis.

---

# **Gefülltes, Rumpsteak Kartoffelspalten**

# **flambiertes mit**



Beim Flambieren mit dem Rum

Ein Rezept zu Steaks.

Dieses Mal aber variiert, indem ich die Steaks längs aufschneide und mit Feta fülle.

Und zudem kurz vor dem Anrichten noch mit Rum flambiere.

Dazu als Beilage frittierte Kartoffelpalten.

---

## Bavette mit Rosenkohl



Leckere Innereie

Bavette ist ein Teil aus dem Bauchlappen des Rindes. Es zählt zu den Innereien. Obwohl es aus schönem Muskelfleisch besteht.

Und daher auch gern als Steak zubereitet wird.

Ich verwende es hier auch zum Kurzbraten als Steak in der Grillpfanne.

Als Beilage wähle ich Rosenkohl, den ich nur leicht salze und pfeffere.

---

## Kronfleisch mit Zucchini



Zwar Innereie, aber dennoch leckeres Muskelfleisch

Als Kronfleisch wird das Muskelfleisch im Zwerchfell des Rinds bezeichnet. Es zählt daher zu den Innereien, obwohl es aus grobfaserigem Muskelfleisch besteht. Und daher, da es auch sehr fettarm ist, gern als Steak rare zubereitet und gebraten

wird.

Ich grille es hier einfach in der Grillpfanne.

Und in einer anderen, normalen Pfanne brate ich Zucchinischeiben in Olivenöl an.

Lecker!

---

## Nierenzapfen mit Spitzpaprika



Kross gegrillt

Der Nierenzapfen, französisch Onglet genannt, ist ein Fleischteil beim Rind. Es handelt sich um einen Teil des

Zwerchfells. Der restliche Teil des Zwerchfells ist das Kronfleisch.

Der Nierenzapfen gehört somit zu den Innereien, obwohl es sich um reines Muskelfleisch handelt.

Er wird daher auch gern kurz als Steak gebraten und ist sehr schmackhaft.

Daher einfach nur in der Grillpfanne gegrillt.

Dazu als Beilage Spitzpaprika, den ich in einer zweiten Grillpfanne grille.

---

## **Dinkel-Gebäck-Honig-Kuchen**



## Schmackhafter Kuchen

Kaum ist die Weihnachtszeit vorbei, hat mein Discounter schon wieder keine Wal- oder Haselnüsse oder Mandeln. Na klar, man braucht diese ja auch nur, um Adventsplätzchen zu backen, nicht wahr?

Nein. Denn ich wollte ursprünglich einen schönen und schmackhaften Rührkuchen backen. Mit Dinkelmehl. Mit Walnüssen. Und mit Honig. Lecker!

Nun, da musste ich einfach schnell umdisponieren.

Dinkelmehl und Honig als Zutaten blieben. Nur habe ich die Walnüsse durch Vitalgebäck mit Sonnenblumenkernen und Rosinen ersetzt.

Letzteres habe ich einfach in der Küchenmaschine fein gehäckselt. So dass ich es wie das Mehl zum Backen verwenden kann.

Natürlich kommen Eier hinzu. Dann noch Margarine. Und

Backpulver und Vanillinzucker.

Wie es sich für einen Rührkuchen gehört. Und der Rührteig wird gute fünf Minuten in der Küchenmaschine gerührt. Es ist schließlich ein Rührteig.

---

## **Grillteller mit Schweinebauch und Bratpaprika**



Lecker kross gegrillt

Einfaches Gericht. Schnell zubereitet. Alles in der Grillpfanne gegrillt.

Zwei Zutaten. Schweinebauch, quer in dünne, kurze Scheiben geschnitten, mit der Schwarte.

Dann Bratpaprika. Sie brauchen die Stiele vor dem Braten nicht entfernen, sondern können die Bratpaprika im Ganzen braten. Die Stiele entfernen Sie einfach beim Essen auf dem Teller.

Gewürzt mit frisch gemahlenem Meersalz und schwarzem Pfeffer.

Den Schweinebauch würze ich mit einer Fleisch-Gewürzmischung.

---

## Fleisch-Kartoffel-Topf



Leckerer und würziger Eintopf

Für das Fleisch habe ich Bavette verwendet, das ich vorrätig hatte. Es ist eine Innereie, allerdings besteht es aus Muskelfleisch und wird normalerweise wie ein Steak gegrillt. Es schmeckt wirklich hervorragend.

Bavette ist ein Teilstück der Bauchlappen des Rindfleischs und wird in Amerika auch Flanksteak genannt. Bavette ist die französische Bezeichnung.

Als weitere Hauptzutat verwende ich Kartoffeln.

Dann noch etwas Gemüse zum Anschmoren. Und Champignons.

Etwas Schärfe verleihen dem Eintopf zwei rote Chilischoten, die ich im Ganzen mitgare.

Als erstes verwende ich jedoch drei eingelegte Sardellefilets, die ich als in heißem Olivenöl anbrate, die dabei zerfallen und dem Fleischttopf eben einen besonderen Geschmack verleihen.

---

# **Pikante Tarte mit Süßkartoffel, Pastinake und Rote Beete**



## Würzige und schmackhafte Tarte

Ich wollte schon immer einmal eine rote Tarte oder einen solchen Kuchen zubereiten.

Und dieses Mal ist es mir gelungen. Indem ich als Zutat für die Füllung einfach eine rote Beete verwende.

Als weitere Zutaten verwende ich Süßkartoffel und Pastinake.

Alle drei Gemüse in der Küchenmaschine fein gerieben.

Ansonsten einfach eine Tarte nach dem Grundrezept.

Mit Eier und Sahne für die Füllmasse.

Allerdings würze ich die Tarte, da sie ja pikant und herhaft werden soll, mit einem Fleischgewürz.

Und einem Mürbeteig für den Boden.