Bibelsprüche

Ich bin ein gläubiger Mensch. Und wurde in meinem Leben schon mehrere Male von Gott berührt.

Daher gibt es nun in meinem Foodblog in der linken Seitenleiste relativ weit oben über dem „Zitat aus der Küche“ nun auch einen „Bibelspruch“. Und zwar jeweils beim Aufrufen des Foodblogs ein Bibelspruch, der aus einem Archiv von über 100 Bibelsprüchen nach dem Zufallsprinzip ausgewählt und eingeblendet wird.

Ich hatte die Idee schon mehrere Male, wusste aber nicht so recht, ob ich dies in einem kulinarischen Foodblog umsetzen und meinen Lesern und Besuchern präsentieren will. Aber ich habe mich jetzt einfach dazu entschieden und habe es umgesetzt.

Ich wünsche viel Freude mit den Bibelsprüchen!

Kürbis-Honig-Kuchen



Sehr fest und kompakt

Herbst ist Kürbiszeit. Entweder ein Hokkaidokürbis oder ein Butternutkürbis. Bei beiden muss man nur das Kerngehäuse entfernen, kann aber die Schale mitverwenden und muss somit den Kürbis nicht schälen.

Im Orignalrezept stand Hokkaidokürbis. Ich habe ihn kurzerhand durch Butternutkürbis ersetzt.

Ich habe noch eine weitere Änderung vorgenommen. Im Originalrezept wird der Kürbis nur grob zerkleinert und 30 Minuten im Backofen gegart. Dann zerkleinert und dem Teig hinzugefügt. Ich reibe den Kürbis in der Küchenmaschine fein und gebe dann die feinen Raspel in den Teig hinzu. Schließlich wird alles ja noch im Backofen gegart. Vorgaren im Backofen halte ich somit nicht für notwendig.

Und ein Kürbiskuchen, der eine Mehlmasse von 500 g hat wie ein Rührkuchen – 350 g geriebener Kürbis und 150 g Mehl –, aber nur drei Eier? Nope, das geht nicht. Ich verwende für den

Kuchen vier Eier.

Noch dazu kommt, dass der Teig sehr flüssig ist. Kein Wunder, es kommt noch ein halber Becher Joghurt und 5 Esslöffel Honig hinzu. Alles Zutaten, die den Teig eben flüssig machen.

Ich frage mich wirklich, wie der Kuchen nach dem Originalrezept mit nur drei Eiern eigentlich gelingen und er genügend Bindung und somit Festigkeit bekommen soll?

Da der Teig eben sehr flüssig ist, gebe ich zum einen noch zusätzlich 50 g Mehl für Bindung hinzu. Und außerdem backe ich den Kuchen im Backofen keine Stunde, sondern vorsichtshalber 1 1/2 Stunden. Nach dieser Backzeit zeigt die Probe mit dem Holzzahnstocher aber keine Teigreste an ihm, somit ist der Kuchen innen nicht mehr flüssig, sondern fest und durchgebacken.

Mein Rat an Sie: Verrühren Sie den kleingeriebenen Kürbis nicht zu sehr in der Küchenmaschine mit dem restlichem Teig. Die Kürbisraspeln lösen sich sonst zu sehr auf. Besser ist es, wenn Sie den kleingeriebenen Kürbis einfach mit dem Backlöffel kräftig unter den Teig mischen.

Der Teig erinnert bei der Zubereitung etwas an einen Wurzelkuchen, denn der feingeriebene Kürbis hat eben fast die gleiche Farbe wie Wurzeln, nämlich orange.

Was ich jedoch nicht verstehe, ist, dass der Kuchen sehr fettig ist. Allein schon in der Kasten-Backform hat sich nach dem Backen und dem Herausnehmen des Kuchens mit dem Backpapier ein kleiner Rest Fett gesammelt. Und dies, obwohl ja nur 150 g Butter zum Teig dazugegeben werden.

Aber der Kuchen gelingt sehr gut. Er ist zwar sehr fest und kompakt. Aber es soll ja auch kein Rührkuchen sein. Er schmeckt lecker nach Kürbis. Und hat eine leichte Honig-Note.

[amd-zlrecipe-recipe:1237]

Käsespätzle



Traditionell schwäbisch

Ein traditionell schwäbisches Gericht aus der Heimat der Familie meiner Mutter, die aus Schwaben stammt.

Hier ist das Rezept, um Spätzle selbst mit der Hand zuzubereiten und traditionell vom Arbeitsbrett in das kochende Wasser zu schaben.

Wer möchte, kann es sich auch einfacher machen und Zeit sparen, indem er auf frische, aber industriell gefertigte Spätzle vom Supermarkt zurückgreift. Dies kann man durchaus auch einmal zubereiten, wenn es an Zeit mangelt.

Als Käse kann man auch gern variieren, hier bietet sich geriebener Cheddar oder auch Gouda an. Ich wähle geriebenen Emmentaler, der dem Gericht eine sehr kräftige und würzige Note verleiht.

Mein Rat: Das Gericht kann je nach Geschmack verfeinert werden, ob mit frischen Kräutern oder Tomaten.

[amd-zlrecipe-recipe:1241]

Paprika-Zucchini-Gemüse auf Körner-Mischung



Sehr würzig und lecker

Vegetarisch. Mit verschiedenem Gemüse. Vor allem verschieden farbigem Paprika für Farbenvielfalt.

Dazu Zucchini. Und Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch.

Als Beilage zwei Packungen mit einer vorgedämpften Körnermischung aus Quinoa, braunem Basmatireis und Wildreis.

Garniert mit fein geriebenem Cheddar für Würze.

[amd-zlrecipe-recipe:1236]

Puten-Geschnetzeltes mit Gemüse auf Körner-Mischung



Würzig und lecker

Ein Rezept für Geschnetzeltes aus Putenfleisch.

Als Beigabe zum Geschnetzelten verschiedenes Gemüse.

Verfeinert mit viel kleingeschnittenem, frischem Basilikum.

Als Beilage wähle ich zwei Packungen vorgedämpften Reis mit Gemüse, der in der Mikrowelle in drei Minuten gegart ist.

Garniert mit geriebenem Cheddar als Würze.

[amd-zlrecipe-recipe:1235]

Zu wenig Lebensmittel: Hamburger Tafel in Not

Ich hatte schon vor einiger Zeit darüber berichtet, dass ich aufgrund meiner finanziellen Verhältnisse, die trotz meiner selbstständigen Tätigkeit mit mehreren Berufen zu wünschen übrig lassen, kostenlos Lebensmittel bei der Hamburger Tafel e.V. beziehe.

Jeden Donnerstag gehe ich daher zu der Lebensmittel-Ausgabe beim Arbeiter Samariter Bund e.V., der in Jenfeld für die Hamburger Tafel e.V. die Ausgabe an Bedürftige übernimmt.

An diesem Donnerstag war das Fernsehen vor Ort. Und zwar der Norddeutsche Rundfunk. Eine Fernseh-Jounalistin und ein Kameramann interviewten und filmten die Lebensmittel-Ausgabe vor Ort.

Mein Kollege Manfred Pagel, ein Bedürftiger wie ich, wurde bei der Lebensmittel-Ausgabe interviewt und gefilmt. Zudem wurde dann noch über die ehrenamtlichen Helfer beim ASB e.V. und deren Tätigkeit bei der Beschaffung, Lagerung und Ausgabe der Lebensmittel berichtet. „Durch die Corona-Krise fallen zum Beispiel Spenden von Lebensmitteln weg, die sonst bei Großveranstaltungen übrig bleiben“, so die Kommentatorin.

Ich selbst stand auch in der Schlange der Bedürftigen, die ganz kurz am Ende der Reportage zu sehen ist. Leider wurde nur der zuvorderst Stehende gefilmt, ich selbst bin links dahinter nicht mehr zu sehen.

Die kurze, 2-minütige Reportage wurde am selben Tag, Donnerstag, den 15.10.2020, abends um 19.30 Uhr im Hamburg Journal des NRD Fernsehens gezeigt. Die Reportage ist noch ein Jahr lang, also bis zum 15. Oktober 2021 über diesen Link auf der Website des NRD zu sehen.

Schweine-Schnitzel mit Bratkartoffeln



Kross gebraten

Einfaches Gericht. Immer wieder gerne zubereitet. Immer wieder gerne gegessen.

Einfach Schweineschnitzel mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und in einer Grillpfanne auf beiden Seiten einige Minuten kross grillen.

Vorher Kartoffeln in kochendem Wasser garen. Dann in dünne Scheiben schneiden. Und ebenfalls in der Grillpfanne einige Minuten sehr kross grillen.

Fertig ist ein sehr leckeres Gericht.

[amd-zlrecipe-recipe:1234]

Gemüse-Eintopf



Leckerer Eintopf

Ein leckerer Eintopf. Mit verschiedenem Gemüse und Kartoffeln.

Für etwas Würze und Schärfe sorgen ein kleines Stück frischer Ingwer und eine Peperoni.

Natürlich zubereitet mit frisch zubereitetem Gemüsefond, den ich portionsweise tiefgefroren hatte.

Garniert mit kleingeschnittenem Schnittlauch.

[amd-zlrecipe-recipe:1233]

Veganes Hühnchenbrustfilet mit scharfer Steak-Sauce



Hähnchenfilet

Vegane Hühnchenbrustfilets. Basierend auf Weizen.

Da es vegan und auf Weizenbasis hergestellt ist, kann man es anbraten oder auch nicht.

Es schmeckt recht fein, nach Gemüse und Getreide. Und hat einen angenehmen Geschmack.

Für mein Verständnis ist solch ein veganes Filet aber nicht notwendig, ich brauche so etwas nicht.

Für mich darf es gern ein richtiges Hühnchenbrustfilet sein, das ich würze und scharf anbrate.

Also ein Lebensmittel, das nicht notwendig ist.

[amd-zlrecipe-recipe:1232]

Bananen-Joghurt-Torte



Sehr leckere Torte

Eine feine Bananen-Torte. Mit Joghurt.

Der Boden ist ein Mürbeteig. Man könnte ihn jedoch auch ohne Backen zubereiten, aus zerkleinerten Butterkeksen und Butter.

Die Füllmasse besteht aus reifen Bananen. Dazu Joghurt.

Für Stabilität sorgt Blattgelatine. Da die Masse der pürierten Bananen mit Joghurt etwa 1,2 l ergeben, werden 12 Blatt Gelatine verwendet.

Die Torte erhält ihre Festigkeit dadurch, dass sie über Nacht im Kühlschrank erkalten gelassen wird.

[amd-zlrecipe-recipe:1231]

Pochierte Eier mit Oliven, grobkörnigem Senf und Schnittlauch



Verschiedene Geschmacksnuencen

Pochierte Eier als kleiner Abend-Snack.

Dazu grüne Oliven aus dem Glas.

Etwas grobkörniger Senf.

Und als Garnitur kleingeschnittener Schnittlauch.

[amd-zlrecipe-recipe:1230]

Nürnberger Rostbratwürste mit Radieschen-Salat



Wurst auf Salat

In der Pfanne gebratene Nürnberger Rostbratwürste.

Dazu scharfe Steak-Sauce.

Auf einem Bett aus lauwarmem Radieschen-Salat.

Mit einem Dressing aus Olivenöl, Balsamicoessig, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Verfeinert mit kleingeschnittenem Schnittlauch.

[amd-zlrecipe-recipe:1229]

Farfalle aglio e olio



Lecker und würzig

Dies ist ein original italienisches Rezept.

Mit original italienischer Pasta. Von Barilla.

Original italienisches Olivenöl.

Der Knoblauch ist leider aus Spanien.

Aber auch der Parmigiano Reggiano ist original italienisch.

Man kennt dieses Gericht original eigentlich nur als Spaghetti aglio e olio. Hier verwende ich einfach einmal Farfalle. Aber auch mit dieser Pastasorte gelingt das Gericht hervorragend. Es ist würzig, schmackhaft und sehr lecker.

Und man hat noch eine ganze Weile den Knoblauchgeschmack im Mund.

[amd-zlrecipe-recipe:1228]

Küchenrollenhalter



Vier praktische Rollenhalter

Ich habe nochmals in zwei Arbeitsgeräte investiert, die ich schon einmal gekauft habe und die ich in meiner Küche verwende. Und von denen ich sehr überzeugt bin.

Küchenrollen-Halter, die man unter dem Küchenhängeschrank befestigt und die für unterschiedlichste Rollen verwendbar sind.

Man packt sie einfach aus, befestigt die Halterung mit der Klebefolie an dem Halter, wählt die gewünschte Stelle unter dem Hängeschrank, die man vorher von möglichen Fett-Verschmutzungen gereinigt hat, und befestigt den Rollenhalter. Dann schiebt man die Befestigungsstange durch die gewünschte Rolle und befestigt damit die Rolle im Halter. Nun kann man das auf der Rolle angebrachte Küchenutensil ganz einfach in der Küche verwenden.

Auf diese Weise hatte ich bisher schon eine Halterung für Küchenpapier und eine Halterung für Spültücher – auf einer Rolle – unter meinem Hängeschrank.

Da ich unter dem Hängeschrank noch Platz habe, kommen nun noch eine Halterung für Alufolie und eine Halterung für Frischhaltefolie hinzu. Nun habe ich insgesamt fünf Arbeitsgeräte unter dem Hängeschrank befestigt und in Gebrauch. Vier Halterollen und eine Küchen-LED-Leuchte mit Bewegungssensor, die automatisch angeht, wenn ich in der Spüle etwas zu arbeiten habe.

Ich bin von dieser Halterung wirklich vollstens überzeugt, habe deswegen nochmals zwei davon bestellt und kann sie nur sehr empfehlen.

Bei Amazon schnell und einfach bestellt, am darauffolgenden Tag versandt und am zweiten Tag zugestellt. Und am gleichen Tag wird dann zur Bezahlung das Girokonto belastet. Einfacher geht es nicht.



Schöner, auch selbstklebender Halter

Gebratene Tomaten auf Körner-Mischung



Sehr lecker und würzig

Ein vegetarisches Rezept.

Gebratenene Cocktail-Tomaten. Verfeinert mit Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch.

Und für Schärfe sorgen Peperoni.

Geschmack und Aroma liefert kleingeschnittenes Basilikum, das ich kurz vor dem Servieren untermische.

Für Würze sorgen nur Salz, Pfeffer und Zucker. Und geriebener Cheddar vor dem Servieren.

Als Beilage einfach eine Körner-Mischung aus Quinoa, braunem Basmati-Reis und Wildreis.

[amd-zlrecipe-recipe:1227]

Reis-Tarte



Mit verschiedenen Körnern

Mit Reis bereitet man ja auch Süßspeisen zu. Wie z.B. Milchreis mit Zucker und Gewürzen.

Daher hier auch ein Rezept für eine Tarte mit Reis.

Für den Reis verwende ich drei Packungen mit vorgedämpftem Reis à 250 g, den ich in der Mikrowelle gare.

Es ist Basmati-Reis, Quinoa, brauner Basmati-Reis und Wildreis.

So sorgt der Reis auch für ein wenig Farbe in der Tarte.

Wie bei einem Dessert mit Milch gebe ich in die Tarte auch ein Süßspeisen-Gewürz. Und zwar Baharat. Es würzt die Tarte angenehm süß und auch ein wenig scharf.

Die Tarte gelingt fest und kompakt und sie schmeckt sehr lecker.

[amd-zlrecipe-recipe:1226]