

# Essen in Zeiten der Corona-Pandemie



Asiatisch vegetarisch

Seit der Corona-Pandemie gehe ich gern zu lokalen Geschäften, um dort regional einzukaufen.

So zu dem Kiosk in meiner Straße, um abends einen kalten Orangensaft zu trinken.

Zum Biergarten der Wirtschaft, die auf dem Weg meines Spaziergangs liegt, um mich bewirten zu lassen und ein kaltes, alkoholfreies Weizenbier zu zischen.

Und zu dem asiatischen Imbiss und Lieferservice in meinem Stadtteil, um mich ebenfalls schön bewirten zu lassen.

Ich werde ab sofort auch mit meinen Medikamenten-Rezepten zu der Apotheke in meinem Stadtteil gehen und nicht mehr zu der

Apotheke im benachbarten Stadtteil, in dem mein behandelnder Arzt seine Praxis hat. Denn die Apotheker in der Apotheke in meinem Stadtteil sind auch immer für mich da.

So war ich gestern bei diesem Imbiss und habe den Mitarbeiter gefragt, ob er mir ein Gericht anbieten kann, das nicht auf seiner Speisekarte steht.

Und ein zwar ein vegetarisches Gericht. Mit den fünf Zutaten Chinakohl, chinesische Pilze und Knoblauch. Und gewürzt mit Soja-Sauce und Chili.

Er hat es mir anstandslos zubereitet. Dazu gab es eine Peking-Suppe.

So lasse ich mich gern in Wirtshäusern bewirten. Gut, ich habe das Gericht mit nach Hause genommen. Aber ich wurde ja dennoch bewirtet.

So bin ich für die lokalen Geschäfte und Wirtshäuser in meiner Umgebung da und kaufe bei ihnen ein. Und die Geschäfte und Wirtshäuser sind für mich da, bieten mir ihre Produkte, Services und Dienstleistungen an und können Umsatz machen.

So gibt es heute einmal kein Rezept für ein Gericht, sondern nur diese Schilderung des Einkaufens und Essens in Zeiten der Corona-Pandemie.

Und natürlich zwei Fotos von der Suppe und dem Gericht. Es war lecker.



Peking-Suppe

---

## Hähnchenherzen mit Soja-Sauce und Rote-Linsen-Pasta

Ein Innereien-Rezept.

Aber doch sehr wohlschmeckend. Denn gebratene Hähnchenherzen schmecken eigentlich immer gut.

Ich bilde die Sauce einfach aus etwas dunkler Soja-Sauce. Wer möchte, kann die Sauce gern auch mit etwas Wasser verlängern.

Ich habe die Pasta als Beilage zuerst einmal ausprobiert. Aber sie hat mit den roten Linsen ein merkwürdiges Mundgefühl, sie schmeckt mir nicht so besonders.

[amd-zlrecipe-recipe:1100]

---

# **Kartoffeleintopf mit Speck und Wiener Würstchen**

Einfacher Eintopf.

Aus Kartoffeln und weiterem Gemüse zubereitet.

Mit etwas Bauchspeck.

Und Senf und Weißwein-Essig.

Ich verlängere den Eintopf noch mit etwas Gemüfefond.

Und ich püriere nur einen Teil der Kartoffeln fein, und den anderen Teil der Kartoffeln stampfe ich mit dem Stampfgerät grob, damit noch einige Stückchen im Eintopf sind.

Dazu Wiener Würstchen.

[amd-zlrecipe-recipe:1099]

---

# **Penne Rigate mit mediterraner**

# Gemüse-Sauce

Ein einfaches Rezept. Mit Penne Rigate.

Mit mediterraner Gemüse-Sauce.

[amd-zlrecipe-recipe:1098]

---

# Gegrilltes Schweine-Nackensteak mit rauchiger BBQ-Sauce

Ich habe ein großes Stück eines geschlachteten Schweines gekauft.

Und zwar 2,5 kg Schweine-Nacken am Stück mit Knochen.

Diesen habe ich mit dem Hackbeil zerlegt.

In einige Steaks.

Und einen größeren Teil für Gulasch.

Und auch ein großes Stück für einen Braten.

Für dieses Rezept habe ich zwei große, jeweils 400 g schwere Steaks mit Knochen verwendet.

Da diese beiden Stücke am Knochen jeweils sehr dick und am jeweils anderen Ende sehr dünn waren, habe ich das erste Mal unterschiedliche Gargrade in einem Stück Fleisch.

Am Knochen ist das Fleisch englisch, also rare. Am dünnen Ende jedoch well done, aber noch zart und saftig.

Dazu gibt es eine einfache, rauchige Barbecue-Sauce in Schälchen zum Dippen.

[amd-zlrecipe-recipe:1097]

---

## **Dattel-Mango-Torte mit Bananen-Glasur und Mais- Krokant**

Eine feine Torte. Man könnte sie eigentlich schlichtweg auch als Dattelkuchen bezeichnen. Denn bei einer Menge von 1 kg Datteln sind die Datteln eben das Hauptprodukt und schmecken am meisten heraus.

Außerdem benötigt man tatsächlich etwa eine Stunde Vorbereitung für die Torte, denn 1 kg Datteln – das sind immerhin 40–50 Früchte – zu entkernen und kleinzuschneiden benötigen schon etwas an Zeit.

Allerdings hat man auch ab und zu einen leichten Geschmack der fruchtigen Mango.

Und auch die Bananen in der Glasur schmeckt man ab und zu heraus.

Und last but not least gibt der Mais-Krokant der Torte noch einen crunchigen, wohlschmeckenden Abschluss.

Für die Glasur verwendet man am besten sehr reife Bananen.

Und für den Krokant habe ich zwar ein Convenience-Produkt verwendet. Man kann den Krokant aber auch frisch zubereiten, wenn man einen Maiskolben zur Verfügung hat. Einfach eine Portion Maiskörner in der Küchenmaschine feinhäckseln. Und dann kross und knusprig in Butter in der Pfanne anbraten und leicht salzen.

[amd-zlrecipe-recipe:1096]

---

## **Penne Rigate mit Sauce Arrabbiata**

Einfaches Pasta-Rezept.

Mit einer aromatischen, würzigen Tomaten-Sauce mit etwas Chili und Knoblauch.

[amd-zlrecipe-recipe:1095]

---

## **Penne Rigate mit Sauce Arrabbiata**

Einfaches Pasta-Rezept.

Mit einer aromatischen, würzigen Tomaten-Sauce mit etwas Chili

und Knoblauch.

[amd-zlrecipe-recipe:1093]

---

## **Aprikosen-Pudding**

Hier eine Variation eines Puddings mit frischen Aprikosen.

Ich bereite die Puddinge nach dem Grundrezept zu.

In die Masse aus Milch, Eiern, Zucker und Stärke gebe ich noch pürierte Aprikosen.

Und in der restlichen Milch auf der Herdplatte löse ich zwei Blatt Gelatine auf.

[amd-zlrecipe-recipe:1094]

---

## **Schweine-Nackensteaks mit Pommes Frites**

Ein Steakteller. Mit Pommes frites.

Ein klassisches Gericht.

Gab es bei mir an einem der beiden Pfingst-Feiertage.

Eben ein einfaches, schnell zuzubereitendes Gericht.

Aber lecker und passend zu einem Feiertag.

[amd-zlrecipe-recipe:1092]

---

# **Hähnchenbrustfilet in Aprikosen-Chili-Sauce mit Basmatireis**

Hier ein neues Rezept für die Zubereitung von Hähnchenbrustfilets.

Ich bereite eine süße Sauce aus gegarten, zerstampften Aprikosen zu. Für Schärfe gebe ich zerkleinerte, getrocknete Chilischoten dazu. Die Sauce wird natürlich noch mit Salz und Pfeffer gewürzt.

Als Beilage wähle ich Basmatireis.

[amd-zlrecipe-recipe:1091]

---

# Schweinebauch in Specksauce auf Gnocchi

Ein leckeres Rezept mit Schweinebauch.

Ich gare den Schweinebauch einfach eine Stunde in der Specksauce. Dadurch wird er schön zart.

Ursprünglich wollte ich die Specksauce vor dem Servieren in der Küchenmaschine fein pürieren.

Dann erschien es mir aber doch angebrachter, sie ein wenig stückig auf die Gnocchi zu geben und das Gericht so zu servieren.

Als Beilage Gnocchi.

[amd-zlrecipe-recipe:1089]

---

# Rinderbeinscheibe mit Gnocchi

Ein leckeres Rindfleisch-Rezept.

Dieses Gericht kann jeder zubereiten.

Denn ich bereite kein schwierig zuzubereitendes Osso Bucco mit Gemüse und Tomatenmark zu.

Sondern verwende einfach nur etwas Gemüse.

Lösche alles mit Wasser ab.

Und würze mit Paprika, Salz und Pfeffer.

Nach drei Stunden Schmorzeit bildet sich von allein eine sehr schmackhafte, leckere Sauce.

Das Fleisch wird butterzart und kann einfach mit der Gabel vom Markknochen gelöst werden.

Nicht vergessen, das Mark aus dem Markknochen auszusaugen.

Als Beilage bereite ich Gnocchi nach dem Grundrezept zu.

Man kann es sich aber auch einfach machen und verwendet ein Convenience-Produkt für die Gnocchi.

[amd-zlrecipe-recipe:1088]

---

## **Birne-Erdbeer-Torte**

Zu Pfingsten gibt es natürlich auch eine schöne, leckere Torte.

Die Füllmasse der Torte bilde ich aus ToastbrotscHEiben, die ich kleinschneide.

Für Festigkeit und Stabilität sorgt Eierstich, also eine Mischung aus Eiern und Sahne.

Ich habe mir dabei Anleihe an anderen Rezepten für Torten genommen, die ich schon zubereitet und deren Rezepte ich veröffentlicht habe.

Zwischen die beiden Schichten aus kleingeschnittenen ToastbrotscHEiben und Eierstich zur Stabilität und Festigkeit kommt eine dünne Schicht Birnen-Marmelade.

Ich bilde die Gelatine aus Erdbeeren, die ich fein püriere und Schlagsahne. Dazu etwas Zucker für Süße. Und natürlich Gelatine für Festigkeit.

[amd-zlrecipe-recipe:1090]

---

## **Foodblog-Event: „Fisch“**

Ich veranstalte wie gewohnt mein halbjährliches Foodblog-Event, dieses Mal zum 7. Geburtstag meines Foodblogs. Ich hatte eine Meinungsumfrage auf in meinem Foodblog veröffentlicht, die meine Besucher und Leser ein halbes Jahr nach dem gewünschten Motto meines nächsten Foodblog-Events gefragt hatte. Abgestimmt haben 14 Teilnehmer, und gewonnen hat dieses Mal das Motto „Fisch“.

Was ist Ihr liebstes Fisch-Gericht? Eher traditionell wie Forelle blau oder doch eher experimentell oder gehobene Küche? Welches Gericht können Sie zubereiten, das mit einem ausgefallenen Fisch auffällt und sehr schmackhaft ist? Welche Fischart bereiten Sie am liebsten zu? Und welche Beilage(n) servieren Sie? Und ebenfalls ganz wichtig ist die Frage nach einer passenden Sauce zum jeweiligen Fisch.

Kochen Sie das Gericht, veröffentlichen Sie das Rezept mit Fotos in Ihrem oder meinem Foodblog, nehmen Sie damit an diesem Foodblog-Event teil und gewinnen Sie einen der attraktiven Preise. Das Foodblog-Event soll schließlich auch Spaß machen.



## Weingut Tesch mit sechs verschiedenen Riesling

Ich habe vom Weingut Tesch eine Riesling-Lagenbox mit sechs verschiedenen, guten Riesling zur Verlosung erhalten. Diese Box lobe ich als ersten Preis aus. Als weitere zweiten und dritten Preise lobe ich jeweils ein Koch- bzw. Backbuch aus meiner eigenen Feder aus.

Die Dauer des Blogevents beträgt dieses Mal vier Wochen, ich beende ihn am 30.06.2020. Ich informiere die Gewinner per Mail und versende dann die drei Preise. Und veröffentliche die Blogbeiträge der Teilnehmer.

### *Teilnahmebedingungen:*

Der Teilnehmer muss ein (Food-)Blog betreiben oder auf andere Weise sein Rezept, die Zubereitung und Fotos online stellen. Man kann sich auch als Gast auf meinem Foodblog registrieren und den Beitrag mit Fotos dort posten. Dazu muss eines der folgenden Banner im Blogbeitrag veröffentlicht werden. Eine weitere Bedingung ist, das Rezept darf nicht aus einem Archiv stammen. Den Link zum Rezept dann bitte in diesem Beitrag als Kommentar eintragen. Das Blogevent endet am 30. Juni. Bis dahin kann am Event teilgenommen und können Kochrezepte gepostet werden. Eine letzte Bedingung ist, dass mir mit der Teilnahme am Blogevent und der Mitteilung des Links zum

veröffentlichten Rezept die Nutzungsrechte für den Text und die Fotos übertragen werden. Ich verwende sie für eine Zusammenfassung des Blogevents nach dessen Beendigung.

### **Blogevent-Banner:**



Querformat 500×130:

```
<a href="https://www.nudelheissundhos.de/2020/05/30/foodblog-event-fisch/" target="_blank" title="Blogevent Fisch"><img src="https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2020/05/Bann
```

Ich wünsche viel Spaß beim Kochen!

---

# Hähnchenbrustfilet-Ragout in Fleischfond auf frischer Tagliatelle

Ein einfaches Ragout mit Hähnchenbrustfilets.

Dazu etwas Gemüse.

Abgelöscht wird mit Fleischfond.

Als Beilage Penne Rigate.

[amd-zlrecipe-recipe:1087]