

# Bandnudeln mit Sardinen-Sahne-Soße



## Würzige Soße

Verwenden Sie manchmal auch Produkte aus der Konservendose zu einem anderen Zweck, zu denen sie eigentlich gewöhnlich vorgesehen sind? Und kreieren damit einfach ein neues Gericht? Dann geht es Ihnen wie mir. Manch eingelegter Fisch aus der Dose ist eben nicht nur für das abendliche Butterbrot gedacht, damit man ihn zusammen mit ein paar Gurken und Tomaten zusammen vom Teller isst. Man kann damit auch schöne Soßen kreieren.

Das ist in diesem Fall geschehen. [Sardinen aus der Dose](#). Verwendet für eine leckere Soße für Nudeln. Und Sie werden erstaunt sein, ich hatte zunächst etwas Bedenken über die selbst ausgedachte Kreation der Soße, ob diese denn überhaupt schmecken würde. Aber ich wurde eines besseren belehrt, die Soße gelingt, sogar mit den Gürkchen für etwas Säure in der

Soße und der Sahne zum Abbinden und für Flüssigkeit in der Soße.

Verfeinert wird die Soße mit etwas Cayennepfeffer für etwas Schärfe und natürlich der obligatorischen Prise Zucker für herzhafte und pikante Gerichte. Aber auch schon allein das verwendete Olivenöl bringt eine besondere Note in die Soße. Vor dem Servieren wird das Gericht noch mit frischer, kleingeschnittener Petersilie garniert.

Die Soße hat einen angenehmen, würzigen, erdigen Geschmack und schmeckt wirklich köstlich. Also wirklich ein Kandidat, den man wieder einmal für ein Gericht zubereiten kann. Probieren Sie es aus!

*Zutaten für 2 Personen:*

- 250 g [Portugiesische Sardinen](#) (2 Dosen à 125 g)
- 8 kleine, eingelegte Gürkchen (Glas)
- 4 Knoblauchzehen
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- Salz
- Cayennepfeffer
- Zucker
- Petersilie
- Olivenöl
- 375 g Bandnudeln

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.*



Mit Sardinen aus der Dose

**Zubereitung:**

Öl der Sardinen in der Dose abschütten, Sardinen aus der Dose nehmen, grob zerkleinern und in eine Schale geben.

Gürkchen gegebenenfalls putzen, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Knoblauch putzen, schälen, mit einem großen Messer flachdrücken, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Petersilie kleinschneiden und ebenfalls in eine Schale geben..

Nudeln in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 9 Minuten garen.

Parallel dazu Öl in einem Topf erhitzen und Knoblauch darin andünsten. Sardellen und Gürkchen dazugeben und kurz mit anbraten. Mit Sahne ablöschen. Mit Salz, Cayennepfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles vermischen und kurz köcheln lassen. Soße abschmecken.

Nudeln zur Soße geben und alles gut vermengen.

Auf zwei tiefe Pastateller verteilen. Mit Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Ochsenziemer-Ragout mit Tomaten und Bandnudeln**

Sie wissen, was ein Ochsenziemer ist? Es ist der Penis eines Ochsens. Und er ist etwa einen halben Meter lang. Größere Tiere, größere Geschlechtsteile. Sie fragen sich, warum in aller Welt man so etwas zubereiten sollte? Es folgt zumindest einmal dem nachhaltigen und somit ökologischen Prinzip, von einem Tier möglichst alles zuzubereiten und möglichst alles zu essen. Damit auch das ganze Tier verwertet wird. Und nicht nur das Filetsteak und das Rumpsteak. Das ist meines Erachtens ein wichtiges und sehr lobliches Prinzip, dem ich in bestimmten Abständen auch gerne folge und Ungewohntes kuche.



## Leckeres Ragout

Ein Ochsenziemer ist aber so mit die härteste und festeste Zutat, die ich in der Küche kennen. Vermutlich kommen nur Innereien oder Fleisch ihm gleich, wenn sie festen und harten Knorpel enthalten. Wie zum Beispiel Schweineohren, -füße oder -schwänze.

Aber man kann einen Ochsenziemer selbst mit einem großen, guten und sehr breiten Küchenmesser eines Traditionsherstellers fast nicht schneiden. Und ich habe wirklich das beste und schärfste Messer in meiner Küche genommen, das ich zur Verfügung habe.

Längs den Ochsenziemer zu zerteilen, dann nochmals vierteln und dann quer kleinschneiden, um kleine Teile für ein Ragout zu bekommen, fiel weg.

Ich habe schließlich den Ochsenziemer quer in dünne Scheiben geschnitten. Und diese dann nochmals jeweils in eine halbe Scheibe zerteilt. Das war dann klein genug.

Aber auch ein Ochsenziemer kann einem vierstündigen Schmoren nichts entgegensetzen, da hat auch er keine Chance. Nach dem Schmoren sind die Ochsenziemerstücke weich und schmackhaft, haben aber eine gallertartige Konsistenz. Zum mindest ist aber das Ragout lecker und man kann die Innereienstücke leicht verspeisen.



Auf dem obigen Foto sehen Sie eine schmale Scheibe eines Ochsenziemers, also ein Querschnitt durch das beste Stück eines Ochsen. Oben sehen Sie die Harnröhre. Darunter in einem weißen Kreis der Schwellkörper. Und darin notwendigerweise hier ein Blutgefäß, es können aber auch einmal zwei Blutgefäße sein. Und wie ich oben erwähnte, das ist sehr schwer zu schneiden.

Zum Ragout kommt noch etwas Gemüse. Und zwar Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch. Dann viele Minirispentomaten, die dem Ragout Flüssigkeit für die Sauce liefern und es etwas tomatig machen.

Und die Sättigungsbeilage sind deutsche Bandnudeln.

Für 2 Personen:

- 1 Ochsenziemer (etwa 650 g)
- 2 Zwiebeln
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 10 Minirispentomaten
- 500 ml Gemüsefond
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- scharfes Paprikapulver
- 350 g Bandnudeln
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 4 Std.



Mit schönen Bandnudeln

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen. Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch kleinschneiden und in eine Schale geben.

Ochsenziemer mit einem großen, scharfen Messer quer in dünne Scheiben schneiden. Diese wiederum in zwei halbe Scheiben schneiden. In eine Schüssel geben.

Öl in einem Topf erhitzen. Ochsenziemerstücke darin einige Minuten für Röststoffe kross anbraten. Herausnehmen und in die Schüssel zurückgeben.

Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch in heißen Öl glasig dünsten. Ochsenziemerstücke wieder dazugeben. Tomaten im Ganzen dazugeben. Mit dem Gemüsefond ablöschen. Mit Salz, Pfeffer, Paprika und einer Prise Zucker würzen. Alles vermischen und zugedeckt bei geringer Temperatur vier Stunden schmoren.

Kurz vor Ende der Garzeit Bandnudeln in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 11 Minuten garen.

Sollten die Tomaten beim Schmoren nicht zerfallen und etwas verkocht sein, diese mit einem Stampfgerät zerdrücken und mit der Sauce vermischen. Sauce des Ragouts abschmecken.

Nudeln auf zwei tiefe Teller verteilen.

Ragout mit viel Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Putenoberkeule mit Bandnudeln



Sehr leckeres und schmackhaftes Gericht

Dieses Gericht ist ganz nach dem Motto meines Foodblogs. Sie kennen das Motto meines Foodblogs nicht? Und haben sich sicherlich schon mal über den Namen meines Foodblogs gewundert? Dann haben Sie sicherlich noch nicht im Menüpunkt „Über dieses Blog ...“ nachgelesen.

Der Name und somit das Motto meines Foodblogs ist meine Kindersprache gewesen, als ich 1–2 Jahre alt war und noch nicht richtig reden konnte.

Nudelheissundhos heißt nichts anderes als Nudel, Heiss und Hos – übersetzt in Erwachsenensprache bedeutet dies Nudeln, Fleisch und Sauce. Das war damals und ist auch noch heute mein Lieblingsgericht.

Und da passt dieses Gericht mit einem Braten, leckeren Nudeln und einer ebenso leckeren Sauce sehr gut in dieses Motto. Und das Gericht hat mir wirklich sehr gemundet. Ich habe das ganze Gericht, wie es auf den Foodotos abgebildet ist, aufgegessen.

*Für 2 Personen:*

- 1,2 kg Putenoberkeule (mit Knochen)
- 250 g Cherrytomaten (1 Packung)
- 500 ml Gemüsebrühe
- 350 g Bandnudeln
- scharfes Paprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker

*Zubereitungszeit: 3 Stdn.*



Ganz gemäß dem Motto des Foodblogs ...

Putenoberkeule mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer auf allen Seiten würzen.

Öl in einem großen Topf erhitzen, Putenoberkeule auf allen Seiten einige Minuten kross und knusprig anbraten. Gemüsebrühe dazugeben. Tomaten hineingeben. Mit Paprika, Salz, Pfeffer und

einer Prise Zucker würzen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 3 Stunden schmoren. Sauce bei Bedarf kurz vor Ende der Garzeit reduzieren.

Nach einer Stunde Tomaten mit einem Stampfgerät in der Sauce zerstampfen.

Kurz vor Ende der Garzeit Nudeln in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 9 Minuten garen.

Sauce abschmecken und eventuell nachwürzen.

Nudeln auf zwei Teller verteilen.

Braten herausnehmen, auf ein großes Arbeitsbrett geben und in zwei Teile zerteilen. Jeweils einen Teil auf einen Teller geben.

Sauce großzügig über Braten und Nudeln geben.

Servieren. Guten Appetit!

# Jungbullengulasch in Senfsauce mit Bandnudeln



### In leckerer Senfsauce

Sie freuen sich sicherlich auch darüber, wenn Sie ab und zu beim Einkaufen auch ein spezielles, preiswertes Stück Fleisch bekommen. Und nicht immer nach dem Mainstream einkaufen müssen und immer die gleichen Fleischstücke kaufen. In diesem Fall konnte ich Gulaschfleisch vom Jungbulen erstehen. Etwas teurer als das normale, gemischte Gulaschfleisch im Kühlregal des Discounters. Aber sehr schön von Farbe und Struktur des Fleisches anzusehen. Und wie sich später nach der Zubereitung herausstellte, auch sehr, sehr lecker.

Bei einem Gulasch haben Sie ja für die Zubereitung und somit die Sauce eine große Auswahl. Gängige Sauce sind zum Beispiel eine Tomatensauce mit Tomatenmark oder eine dunkle Bratensauce. Dann gibt es noch Weißwein- oder Rotweinsaucen. Oder Currysaucen. Ich greife hier zu scharfem Bautz'ner Senf und bereite eine Senfsauce zu.

Für Flüssigkeit, Säigkeit und Bindung sorgt einerseits die Sahne. Zum anderen, um die Sauce ein wenig zu verlängern, der Chardonnay.

Als Sättigungsbeilage verwende ich dafür deutsche Bandnudeln, das passt gut zu der zubereiten Sauce.

Für 2 Personen:

- 500 g Jungbullengulasch
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- 200 ml Chardonnay
- 6 EL Bautz'ner Senf
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 375 g Bandnudeln

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 4 Std.*



Lange geschmort und butterweich  
Zwiebeln und Knoblauch putzen, schälen und kleinschneiden.

Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Fleisch darin einige Minuten unter Rühren anbraten. Mit Sahne und Weißwein ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Den Senf dazugeben.

Alles gut verrühren und bei geringer Temperatur zugedeckt vier Stunden schmoren lassen.

Kurz vor Ende der Garzeit Bandnudeln in kochendem Wasser 9 Minuten garen. Kochwasser durch ein Nudelsieb abgießen.

Sauce des Gulasch abschmecken.

Bandnudeln auf zwei tiefe Nudelteller verteilen. Gulasch großzügig mit viel Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Bandnudeln mit Paprika-Avocado-Tomate-Pesto**



Sehr, sehr leckeres, frisches Pesto

So gelingt das perfekte Pesto! Zugegeben, es ist eine Eigenkreation. Also kein klassisches Pesto wie Pesto Genovese oder Pesto Arrabiata. Aber die drei Hauptzutaten sind Paprika, Avocado und Tomate. Also drei Zutaten, die in vielen Pestos verarbeitet werden.

Und hier wird nicht mit dem Stampfgerät oder dem Pürierstab gearbeitet. Sondern die drei Hauptzutaten werden vor dem eigentlichen Garen separat in der Küchenmaschine kleingehäckselt und in drei separate Schalen gegeben.

Angebraten wird natürlich in einer großen Portion Olivenöl. Und dazu kommen noch frisch auf der Küchenreibe geriebener Ingwer. Und ebensolcher Parmigiano Reggiano.

Und als Gewürze neben dem obligatorischen Salz, Pfeffer und Zucker noch Cayennepfeffer.

Dieses Pesto gelingt auch Ihnen perfekt. Es hat sogar nach der Zubereitung und beim Servieren eine Optik und auch ein

Mundgefühl einer Hackfleischsauce einer Spaghetti Bolognese.  
Und es schmeckt einfach erstklassig!

Für 2 Personen:

- 2 gelbe Paprika
- 4 Avocado
- 250 g Cherrydatteltomaten
- ein Stück frischer Ingwer
- ein Stück Parmigiano Reggiano
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 2 TL Cayennepfeffer
- Olivenöl
- 375 g Bandnudeln

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 9 Min.



Gelingt Ihnen auch!

Gemüse putzen. Avocado zusätzlich schälen und entkernen. Kleinschneiden und in separate Schalen geben. Gemüse separat in der Küchenmaschine fein zerhäckseln und jeweils in separate Schalen geben.

Öl in einem Topf erhitzen. Paprika hineingeben und kurz anbraten. Avocado dazugeben und ebenfalls mit anbraten. Tomaten dazugeben. Eine Portion Ingwer auf der Küchenreibe hineinreiben. Den Käse ebenfalls hineinreiben. Mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles gut verrühren. Zugedeckt bei geringer Temperatur kurz köcheln lassen.

Parallel dazu Bandnudeln 9 Minuten in kochendem, leicht gesalzenem Wasser garen.

Pesto abschmecken.

Kochwasser der Nudeln durch ein Küchensieb abgießen. Nudeln zum Pesto geben und alles gut vermischen.

Auf zwei tiefe Nudelteller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Pferdegulasch mit Bratenjus und Bandnudeln**



### Mit Bandnudeln

Kochen Sie manchmal auch gern minimalistisch? Also mit sehr wenigen Zutaten, zaubern aber doch immer wieder ein vollständiges und schmackhaftes Gericht aus diesen wenigen Zutaten? Dann gefällt Ihnen dieses Rezept vielleicht gut. Denn es besteht im Groben eigentlich nur aus drei Zutaten. Der besondere Pfiff dabei ist auch, dass Pferdefleisch für das Gulasch verwendet wird.

Um es zusammenzufassen, die drei Zutaten sind einmal das Pferdefleisch für das Gulasch. Dann die Bratenjus, in der das Gulasch schmort. Und schließlich die Nudeln, die als Sättigungsbeilage dienen.

Die verwendeten Gewürze zum Würzen der Bratenjus lassen wir einmal außen vor und beziehen sie zu den anderen Zutaten nicht mit ein.

Also, insgesamt drei Zutaten und dennoch ein vollwertiges Gericht, wie Sie sicherlich an den beiden Foodfotos sehen. Und es ist ein sehr schmackhaftes Gericht.

Bei dem Pferdefleisch habe ich Pferderouladenfleisch zweckentfremdet. Denn der Rossschlachter hatte mir zwei Rouladen doch etwas zu knapp bemessen zugeschnitten, aus diesen habe ich wirklich keine Rouladen mehr zubereiten können.

Aber das Fleisch für Rouladen ist Schmorfleisch, wie man es eben auch für Gulasch braucht und verwendet. Und so wird dieses kleingeschnittene Fleisch eben drei Stunden in der Bratenjas geschmort. Danach ist es zart und lecker.



### Einfaches Gulasch

Für 2 Personen:

- 2 Scheiben Pferdefleisch (ursprünglich für Rouladen)
- 400 ml Bratenjas
- 375 g Bandnudeln
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

- edelsüßes Paprikapulver
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Verweildauer im Topf zum Schmoren 3 Stdn.*

Fleisch kleinschneiden.

Öl in einem Topf erhitzen und Fleisch darin kross anbraten.

Mit der Bratenjus ablöschen.

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

Zugedeckt bei geringer Temperatur drei Stunden schmoren.

15 Minuten vor Ende der Garzeit Nudeln nach Anleitung zubereiten.

Sauce des Gulasch abschmecken.

Nudeln auf zwei tiefe Nudelteller verteilen.

Gulasch mit viel Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Bandnudeln in Sauerrahmsauce mit Mozzarella**



### Mit leckerer Sauerrahmsauce

Suchen Sie manchmal auch Anregungen für leckere Saucen für Nudeln? Und wissen nicht so genau, wo Sie da fündig werden können? Ich gebe Ihnen hier mal einen Rat: Schauen Sie einmal beim Discounter oder Supermarkt in der Kühltheke nach Brotaufstrichen, möglichst pikant, herhaft oder auch neutral, natürlich keine süßen Aufstriche wie Marmelade. Aber mit den erstgenannten kann man sich wunderbare Saucen für Nudeln zaubern, indem man diese erhitzt und wenn möglich einfach noch etwas abwandelt.

In diesem Rezept verwende ich einen Brotaufstrich aus Sauerrahm für eine Sauce für Nudeln. Eine Sauerrahmaufstrich ist natürlich nicht so ganz besonders würzig für Nudeln. Aber man kann ja noch nachhelfen. So kommt eine gute Portion Salz, schwarzer Pfeffer und Paprikapulver hinein. Das macht das Ganze schon etwas würziger.

Dann spendiere ich der Sauce noch eine Portion frische, kleingeschnittene Kräuter. Und zwar Petersilie, Basilikum und Rosmarin. Das rundet die Sauce noch etwas mehr ab.

Und schließlich gebe ich noch eine Packung kleine Mozzarellakugeln in die Sauce. Diese aber bitte nicht schmelzen, denn es soll ja keine Käsesauce werden. Sondern die Kugeln nur anschmelzen.

Noch ein Rat gleich im Anschluss: Wenn Sie den Brotaufstrich im Kochtopf für eine Sauce erhitzen, geben Sie einfach einige Esslöffel des Kochwassers der Nudeln hinzu. Das hat zwei Vorteile: Zum einen ist das Kochwasser schon gesalzen, hat also Würze, zum anderen enthält das Kochwasser auch Stärke der Nudeln und bindet somit die Sauce schön rund ab. Das ist ein alter Trick von professionellen, vorwiegend italienischen Köchen, die damit Nudelsaucen aufbereiten und verlängern.

Dann gibt man die fertig gegarten Nudeln in die Sauce, vermischt alles kräftig und serviert das Gericht in tiefen Nudelteller. Sie werden überrascht sein, wie lecker so ein abgewandelter Brotaufstrich als Sauce für Nudeln schmecken kann.

*Für 2 Personen:*

- 375 g Bandnudeln
- 1 Schale Sauerrahm-Brotaufstrich (200 g)
- 1 Schale Mini-Mozzarella-Kugeln (150 g)
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Paprikapulver
- Petersilie
- Basilikum
- Rosmarin

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.*



Mit Kräutern und Gewürzen

Kräuter kleinschneiden und in eine Schale geben.

Nudeln in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 7 Minuten garen.

Nudeln durch ein Nudelsieb abschütten, dabei aber das Kochwasser auffangen.

Sauerrahm-Brotaufstrich in den gleichen Topf geben und erhitzen. 4–5 Esslöffel Kochwasser dazugeben und alles gut verrühren.

Kräftig mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.

Kräuter dazugeben.

Mozzarellakugeln dazugeben. Alles gut vermischen und Mozzarellakugeln einige Minuten anschmelzen lassen.

Nudeln dazugeben. Alles vermischen.

Auf zwei tiefe Nudelteller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Bandnudeln mit Hackfleisch-Tomaten-Sahne-Sauce



Sie suchen eine Variation einer leckeren Pastasauce? Und Sie essen auch gerne scharf? Und gern mit viel frischen Kräutern? Dann habe ich hier ein Rezept für Sie, das Ihnen sicherlich schmecken wird.

Es ist keinesfalls eine gewöhnliche Hackfleischsauce. Sie wird zwar mit Tomatenmark tomatisiert. Und es kommen zusätzlich noch genügend Rispettomaten und Kirschtomaten hinein. Und dann noch Schalotte und Knoblauch.

Das Besondere ist aber die halbe Habanero, die ich für die Schärfe hineingebe.

Und dann natürlich noch die vielen, frischen Kräuter, die in die Sauce hineinkommen. Petersilie, Majoran, Oregano und Rosmarin. Nur der frische Thymian war mir leider ausgegangen.

Und ein wenig abgebunden und verfeinert wird die Sauce noch mit Sahne.

Alles in allem ergibt dies eine leckere Variation einer Hackfleischsauce. Aber keine Bange, die Sauce ist aufgrund der verwendeten Habanero nicht zu scharf, sie ist durchaus noch essbar.

Denn da die Pasta ja dabei das etwas neutralisierende Pendant darstellt, denn sie ist ja nicht gewürzt, darf die Sauce ruhig ordentlich Bums haben.

Als kleine Garnitur kommt natürlich noch frisch geriebener Parmigiano Reggiano auf das Gericht.

Kochen Sie es nach und lassen Sie es sich schmecken! Ich habe mich jedenfalls schon den ganzen Tag auf das Gericht gefreut!

*Für 2 Personen:*

- 500 g gemischtes Hackfleisch
- 1 Schalotte
- 4 Knoblauchzehen
- 1/2 Habanero
- 1 EL Tomatenmark
- 5 Mini-Rispentomaten
- 10 Kirschtomaten
- 30 g Petersilie

- 15 g Majoran
- 15 g Oregano
- 15 g Rosmarin
- 1 EL mildes Paprikapulver
- 1 TL scharfer Senf
- Salz
- Zucker
- 400 ml Gemüsefond
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- 375 g Bandnudeln
- Rapsöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 2 Stdn.*



*Alle Kräuter kleinschneiden und in eine Schale geben.*

Tomaten putzen, in kleine Stücke schneiden und ebenfalls in eine Schale geben.

Schalotte und Knoblauch putzen, schälen und kleinschneiden. Habanerö putzen, Kerngehäuse entfernen und kleinschneiden. Alles in eine Schale geben.

Öl in einem großen Topf erhitzen und Schalotte, Knoblauch und Habanerö glasig dünsten. Tomatenmark dazugeben, ebenfalls anbraten und alles ein wenig tomatisieren. Hackfleisch dazugeben, kross anbraten und etwas Flüssigkeit ziehen lassen.

Tomaten dazugeben. Ebenfalls Kräuter dazugeben. Mit dem Fond ablöschen. Sahne dazugeben. Senf hinzugeben. Mit dem Paprikapulver und mit Salz würzen. Eine Prise Zucker dazugeben.

Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden köcheln lassen.

Kurz vor Ende der Garzeit Bandnudeln in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 7 Minuten garen. Nudeln durch ein Küchensieb geben und das Kochwasser abschütten.

Sauce abschmecken.

Nudeln zur Sauce geben und alles gut vermischen. Inhalt auf zwei tiefe Nudelteller geben.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Pasta mit Aioli und gegrillter Paprika



Einfach und schnell zubereitet

Sie lieben Aioli? Und ernähren sich darüber hinaus auch gern gesund und vielleicht auch vegan? Dann ist dieses einfache, schnell zubereitete Gericht das Richtige für Sie!

Aioli kann man zwar selbst zubereiten. Eine vegane Aioli zuzubereiten erfordert dann aber doch ein wenig mehr Erfahrung und Fingerspitzengefühl.

Aus diesem Grund wird für dieses Gericht eine vegane Aioli aus dem Glas verwendet.

Ein wenig verfeinert mit gegrillter Paprika, Piquillo, ebenfalls aus dem Glas – mild und süß-sauer.

Dazu gibt es ein Gemisch aus Pastasorten, die ich noch in

unterschiedlicher Menge vorrätig hatte. Und die natürlich in etwa die gleiche Garzeit haben.

Das Gericht ist einfach und schnell zubereitet. In 10 Minuten stehen die angerichteten Pastateller auf Ihrem Esstisch!

*Für 2 Personen:*

- 800 g vegane Aioli (2 Glässer à 400 g)
- 400 g gegrillte, eingelegte Paprikas Piquillo (1 Glas)
- 375 g Bandnudeln und Fusilli
- Salz

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.*



Vegan und lecker

Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 9 Minuten garen.

Parallel dazu Paprika in kurze, schmale Streifen schneiden und in eine Schale geben.

Kochwasser der Pasta abschütten und ein wenig davon zurückbehalten. Pasta in eine Schüssel geben.

Aioli und Paprika in den Topf geben und leicht erhitzen. Bei Bedarf mit einigen Esslöffeln des Kochwassers verlängern. Pasta dazugeben, alles gut vermischen und erhitzen.

Pasta mit Sauce auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Bandnudeln mit Olivenöl, Knoblauch und Culatello- Schinken**



Einfach, schlicht, schmackhaft – was will man mehr?

Das ist doch mal wieder ein Gericht ganz nach meinem Geschmack. Sie ziehen diese Gericht mit wenigen, aber frischen Zutaten sicherlich auch den Gerichten vor, bei denen viele, manchmal sogar industriell gefertigte Saucen oder andere Zutaten in großer Anzahl verwendet werden. Habe ich recht?

Dieses Gericht kommt mit wenigen, und zwar eigentlich nur vier Zutaten aus.

Als Abwechslung zur italienischen Spaghetti, die sich für dieses Gericht eigentlich anbietet, habe ich deutsche Bandnudeln verwendet.

Und dann verfeinert vor allem der Culatello-Schweineschinken dieses Gericht aufs Edelste und Zarteste. Wikipedia beschreibt diesen Schinken gar damit, das „er [...] als Delikatesse (gilt) und [...] als ‚König der italienischen Fleisch- und Wurstwaren‘ bezeichnet wird (...)\“. Und genau dieser Schinken kommt, grob zerkleinert, zu den Bandnudeln. Er wird nicht im Olivenöl mit dem Knoblauch mitgegart, sondern darin nur noch etwas erhitzt, bevor das Gericht angerichtet und serviert wird. Da der Schinken an sich nicht sehr salzig und würzig ist, empfehle ich, die Sauce, wenn man sie so nennen will, vor dem Servieren noch ein wenig zu salzen.

Und natürlich, wie bei Pasta aglio e olio, kommt eine große Menge Olivenöl und sechs Knoblauchzehen an die Nudeln.

Freuen Sie sich darauf, ich kann das Gericht nur empfehlen, ich habe schon seit langem kein solch einfaches, aber äußerst leckeres Gericht gegessen.

*Für 2 Personen:*

- 375 g Bandnudeln
- Olivenöl
- 6 Knoblauchzehen

- 200 g Culatello-Schinken (2 Packungen à 100 g)
- Salz

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 8 Min.*



Mit leckerem, italienischem Culatello-Schinken

Knoblauchzehen schälen, mit einem breiten Messer flach drücken und kleinschneiden. In eine Schüssel geben.

Schinken auf einem Arbeitsbrett auslegen und grob zerkleinern. Ebenfalls in eine Schüssel geben.

Bandnudeln in einem Topf mit leicht gesalzenem, kochendem Wasser 8 Minuten garen.

Parallel dazu viel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Knoblauch darin unter Rühren einige Minuten kross anbraten.

Schinken dazugeben und nur leicht erhitzen. Alles etwas salzen.

Nudeln durch ein Küchensieb abschüttten und wieder zurück in

den Topf geben.

Öl mit Knoblauch und Schinken zur den Nudeln geben und alles gut vermischen.

Auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Bandnudeln mit Kürbiskernöl und Hartkäse**



Leckeres, einfaches Gericht

Mit Pasta kann man viel zubereiten. Einfach Aglio e Olio, mit Knoblauch und Olivenöl. Oder mit ein paar Kirschtomaten. Oder

Oliven. Oder auch nur Öl mit Hartkäse, wie in diesem Rezept.

Ich wähle allerdings kein Olivenöl, sondern dieses Mal, als Besonderheit zur beginnenden Kürbissaaison, Kürbiskernöl aus der Steiermark in Österreich. Nicht in jedem Geschäft zu bekommen, schon gar nicht beim Discounter. Aber ein großer Supermarkt sollte es in seiner Feinkostabteilung oder bei Öl und Essig vorrätig haben.

Einfach nur leckere Pasta in gut gesalzenem Wasser kochen, damit auch die Pasta ein wenig Würze bekommt.

Auf zwei große Pastateller verteilen. Öl darüber. Und damit das Gericht vegan bleibt, mit veganem, feingeriebenem Hartkäse bestreut.

*Für 2 Personen:*

- 350 g Bandnudeln
- steierisches Kürbiskernöl
- veganer Hartkäse
- Salz

*Zubereitungszeit: 9 Min.*



Mit nur drei Zutaten

Pasta in kochendem, gut gesalzenem Wasser 9 Minuten garen.

Herausnehmen, auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Großzügig mit dem Kürbiskernöl beträufeln.

Frisch geriebenen, veganen Hartkäse darüber streuen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Rinder-Gulasch mit schmalen Bandnudeln



## Mit Rinder-Suppenfleisch

Ein Rezept für ein Gericht, das als Motto meinem Foodblog bzw. dessen Namen unterliegt. Genaueres über den Hintergrund des Namens meines Foodblogs können Sie übrigens auf der Seite „Über dieses Blog ...“ nachlesen.

Und zwar Nudeln, Fleisch und Sauce. So esse ich zwar am liebsten einen leckereren, weich geschmorten Braten mit dunkler Bratensauce und Nudeln dazu. Aber solch ein leckeres Gulasch aus Rinder-Suppenfleisch – also Fleisch zum langen Schmoren – mit einer leckeren Pasta ist auch nicht zu verachten.

Ich schmore das Suppenfleisch einfach drei Stunden in selbst zubereitetem Gemüsefond. Und würze die Sauce, die sich durch das Schmoren in eine dunkle Bratensauce wandelt, nur mit Salz und Pfeffer. Danach nur noch abschmecken.

Und als Beilage gibt es schmale Bandnudeln. Italienische Bandnudeln wie Pappardelle o.ä. hatte ich keine vorrätig. Stattdessen habe ich deutsche Bandnudeln verwendet, die leider mit Eiern hergestellt sind. Aber auch das tut dem Geschmack und dem leckeren Gericht keinen Abbruch.

Lassen Sie es sich schmecken!

*Für 2 Personen:*

- 500 g Rinder-Suppenfleisch (1 Packung)
- 400 ml Gemüsefond
- Salz
- Pfeffer
- 350 g schmale Bandnudeln

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 3 Stdn.*



Leckeres Gulasch

Suppenfleisch grob zerkleinern.

Fond in einem Topf auf dem Herd erhitzen und Suppenfleisch hineingeben.

Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.

Zugedeckt drei Stunden bei geringer Temperatur schmoren.

20 Minuten vor Ende der Garzeit Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 12 Minuten garen.

Sauce abschmecken.

Pasta auf zwei tiefe Schalen verteilen.

Gulasch darüber geben.

Dann die köstliche Sauce darüber verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Schmale Bandnudeln mit Bärlauch-Avocado-Pesto**



Mit viel frischem Bärlauch

Dieses Pesto ist wirklich hervorragend und gelingt sehr gut. Kochen Sie es unbedingt nach!

Ich hatte vor einiger Zeit schon einmal ein Pesto mit Bärlauch zubereitet. Allerdings hatte ich das Pesto nicht fein püriert, sondern die Zutaten vorher nur grob zerkleinert.

Dieses Pesto wird jedoch fein püriert und schmeckt einfach außergewöhnlich gut.

Dazu gibt es einfache, schmale Bandnudeln.

*Für 2 Personen:*

- 200 g Bio-Bärlauch (2 Packungen à 100 g)
- 2 Avocados
- 2 Zwiebeln
- 6 Knoblauchzehen

- Sauvignon blanc
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 50 g Parmigiano Reggiano
- 350 g schmale Bandnudeln
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 12 Min.*



Mit schmalen Bandnudeln

Gemüse putzen, grob zerkleinern und in eine Schüssel geben.

Öl in einem Topf erhitzen und Gemüse darin kurz anbraten.

Mit etwas Weißwein ablöschen.

Pesto kurz köcheln lassen.

Mit dem Pürierstab fein pürieren.

Parmigiano Reggiano auf einer Küchenreibe fein in eine Schale reiben.

Pesto mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Käse zum Pesto geben.

Alles gut vermischen.

Pesto abschmecken.

Wasser in einem Topf erhitzen, leicht salzen und Pasta darin 12 Minuten garen.

Einige Esslöffel des Kochwassers zum Pesto geben.

Pasta zum Pesto geben und alles gut vermischen.

Pasta mit Pesto in zwei tiefe Schalen geben.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Chili con carne mit Bandnudeln



## Ohne Kidney-Bohnen

Ich hatte mich getäuscht. ich habe nach einem Rezept für Chili con carne recherchiert, war jedoch der Meinung, dass ich dafür unbedingt Kidneybohnen als Zutat benötige.

Dann stieß ich jedoch darauf, dass ich mich getäuscht hatte und diese nicht unbedingt für ein Chili con carne notwendig sind.

Es gibt durchaus Rezepte ohne diese Bohnen. Jedoch sind in allen Rezepten zwei Zutaten gleichbleibend, das sind Hackfleisch und Chili-Schoten. Wie es der Name des Gerichtes schon sagt.

Anstelle der Chili-Schoten habe ich der Einfachheit halber Chili-Pulver verwendet.

Dann kommen noch Tomaten aus der Dose, Paprika und diverse Gewürze hinein.

Als Beilage verwende ich Bandnudeln, die in das Chili con

carne hineinkommen und mit diesem gut vermischt werden.

Für 2 Personen:

- 250 g gemischtes Hackfleisch
- 1 rote Paprika
- 1 Dose Tomaten (800 ml)
- 1 große Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 4 Zweige frischer Rosmarin
- Salz
- Pfeffer
- Chili-Pulver
- Zucker
- 350 g Bandnudeln
- Olivenöl
- Parmigiano Reggiano

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 30 Min.



Mit Bandnudeln

Blättchen des Rosmarin abzupfen und auf einem Schneidebrett kleinwiegen.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und klein schneiden.

Öl in einem Topf erhitzen und Fleisch darin einige Minuten kross anbraten.

Gemüse und Tomaten dazugeben.

Mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und Chili-Pulver kräftig würzen.

Rosmarin dazugeben.

Alles vermischen und 30 Minuten zugedeckt bei geringer Temperatur köcheln lassen.

12 Minuten vor Ende der Garzeit Pasta in leicht gesalzenem, kochenden Wasser garen.

Sauce abschmecken.

Pasta zum Chili con carne geben.

Bei Bedarf die Sauce mit etwas Kochwasser der Pasta verlängern.

Alles gut vermischen.

Auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Mit etwas frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Pferdebraten in Gemüse-Sauce mit Bandnudeln



Mit leckeren, deutschen Bandnudeln

Ein frisch zubereiteter, leckerer Pferdebraten.

Ganz klassisch mit diversem Gemüse und Tomatenmark angebraten.

Dann mit Wein abgelöscht.

Und mit Salz, Pfeffer, Cayenne-Pfeffer, Kreuzkümmel und Zucker gewürzt.

Nach dem Schmoren des Bratenfleischs püriere ich das Gemüse in der Sauce mit dem Pürierstab fein, so dass man eine leckere, sämige Sauce erhält.

Dazu als Beilage Bandnudeln.

*Für 2 Personen:*

- 1 kg Pferde-Bratenfleisch
- 1 Süßkartoffel

- 2 Pastinaken
- 2 Stängel Staudensellerie
- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Wurzeln
- ein großes Stück frischer Ingwer
- 150 g Tomatenmark
- 1 Flasche Chianti
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Cayenne-Pfeffer
- gemahlener Kreuzkümmel
- Zucker
- 10 Lorbeerblätter
- 350 g Bandnudeln
- Olivenöl
- etwas Schnittlauch

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Schmorzeit 2 Std.*



Mit tomatiger Gemüse-Sauce

Fleisch auf allen Seiten mit Salz, Pfeffer, Cayenne-Pfeffer, Kreuzkümmel und einer Prise Zucker würzen.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Öl in einem großen Topf erhitzen.

Fleisch auf allen Seiten einige Minuten kross anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben.

Gemüse im Öl einige Minuten kross anbraten.

Tomatenmark dazugeben und mit anbraten.

Mit dem Wein ablöschen.

Fleisch wieder in den Topf geben.

Alles zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden schmoren.

Kurz vor Ende der Garzeit Pasta nach Anleitung zubereiten.

Fleisch herausnehmen.

Lorbeerblätter entfernen.

Sauce mit dem Pürierstab fein pürieren.

Sauce abschmecken.

Felsich wieder in den Topf geben und erhitzen.

Pasta auf zwei Teller verteilen.

Fleisch auf ein Arbeitsbrett geben und zerteilen. Auf die Teller dazugeben.

Sauce großzügig über die Pasta verteilen. Pasta mit etwas frisch geschnittenem Schnittlauch garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Schmale Bandnudeln mit Tomate-Paprika-Kürbis-Pesto



Schmale Bandnudeln

In Italien weiß man, wie man kocht. Man benötigt nur Pasta und Pesto.

Das Pesto wird frisch zubereitet, wie in diesem Rezept.

Zum Verfeinern und passend zur Jahreszeit gebe ich noch frischen, feingeriebenen Hokkaido-Kürbis in das Pesto.

Alternativ kann man zu einem fertigen Pesto aus dem Glas greifen, das eine gute Qualität haben sollte.

Ebenso wie die Pasta.

Das Pesto in diesem Rezept finden Sie sicherlich auch bei Ihrem Supermarkt. Schauen Sie nach einem Pesto Rosso. Auf diese Weise sparen Sie sich die frische Zubereitung.

Aber halt, langsam, frisch zubereitet schmeckt immer besser.  
Und ist auch bekömmlicher!

*Für 2 Personen:*

- 350 g schmale Bandnudeln

*Für das Pesto:*

- 100 g getrocknete Tomaten (Packung)
- 1/2 roter Paprika
- ein Stück Hokkaido-Kürbis
- 2 Knoblauchzehen
- ein Stück Parmigiano Reggiano
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 8 Min.*



Mit fruchtigem Tomaten-Paprika-Pesto

Getrocknete Tomaten in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben und einige Stunden einweichen lassen.

Paprika putzen und entkernen.

Kürbis auf einer Küchenreibe fein in eine Schale reiben.

Knoblauch putzen und schälen.

Parmigiano Reggiano auf einer Küchenreibe fein in eine Schale reiben.

Alle Zutaten für das Pesto in eine Küchenmaschine geben.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Einen guten Schluck Olivenöl dazugeben.

Alles zu einem stückigen Pesto zermahlen.

Pasta in einem Topf mit leicht gesalzenem, kochendem Wasser 6 Minuten garen.

Kochwasser in einen anderen Topf abschütten.

Pesto in einem zweiten Topf erhitzen.

Pasta zum Pesto geben. Bei Bedarf das Pesto mit einigen Esslöffeln des Kochwassers verlängern.

Alles gut vermischen.

Pasta mit Pesto auf zwei tiefe Pasta-Teller geben.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!