

# Gulasch mit Schweinefleisch, Champignons und Tomaten auf Fusilli in dunkler Sauce



## Leckerer Gulasch

Sie essen gerne Gulasch oder Ragout? Bereiten Sie dieses leckere Gulasch mit Schweinefleisch einmal zu. Es kommen noch als weitere Zutaten Champignons und Tomaten hinzu.

Und das Gulasch gewinnt sehr dadurch, dass ein selbst zubereiteter dunkler Bratenfond als Sauce verwendet wird, in dem die Zutaten mehrere Stunden geschmort werden. Die eigentliche Würze gibt dann eine BBQ-Gewürzmischung.

Die Zutaten wie das Gulasch, die Champignons und auch Tomaten werden wirklich sehr klein geschnitten und besonders ersteres wird nicht in der Größe der Fleischstücke verwendet, wie sie der Schlachter an der Frischfleischtheke im Supermarkt

manchmal zurechtschneidet.

*Für 2 Personen:*

- 400 g Schweinegulasch
- 10 braune Champignons
- 20 Cherrydatteltomaten
- 6 Knoblauchzehen
- 500 ml Bratenfond
- 1 EL BBQ-Gewürz
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 350 g Fusilli
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 3 Stdn.*



Mit Champignons und Tomaten

Alle Zutaten wirklich in sehr kleine Stücke oder Würfel

schneiden.

Olivenöl in einem Topf erhitzen. Fleisch, Champignons und Knoblauch darin kross anbraten. Tomaten dazugeben. Mit dem Bratenfond ablöschen. Gewürzmischung dazugeben. Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur 3 Stunde schmoren.

Sauce mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und abschmecken.

Die letzte halbe Stunde die Sauce bei höherer Temperatur unzugedeckt auf die Hälfte der Flüssigkeit reduzieren. Nochmals abschmecken.

Die Pasta in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 11 Minuten garen.

Pasta auf zwei tiefe Pastateller verteilen. Großzügig das Gulasch mit der Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Tortelli mit Pilzfüllung in Zitrone-Dill-Sauce**

Wenn es für Sie schnell gehen muss, ist ein Rezept mit guten Convenience-Produkten, die gern etwas teurer sein dürfen, die richtige Wahl.



Einfaches Gericht, ...

Sie haben so die Gewissheit, dass sie zum einen sehr schnell ein Gericht zubereitet haben. Und zum anderen gute Produkte auf dem Teller haben und Ihnen das Gericht auch wirklich schmeckt und mundet.

Gehen Sie einfach so vor wie hier beschrieben. Und nach spätestens 5 Minuten steht ein heißes, leckeres Gericht auf Ihrem Esstisch.

*Für 2 Personen:*

- 600 g Tortelli (mit Steinpilz- und Champignon-Füllung, 2 Packungen à 300 g)
- 400 g Pesto mit Zitrone und Dill (2 Gläser à 200 g)
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Grano Padano

*Zubereitungszeit: 2 Min.*



... aber lecker und schnell zubereitet

Pasta in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 2 Minuten garen.

Parallel dazu Pesto in einem kleinen Topf erhitzen. Zur Verlängerung des Pesto mehrere Esslöffel des Kochwassers der Pasta dazugeben, alles gut vermischen und abschmecken. Bei Bedarf mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker nachwürzen.

Pasta zum Pesto geben. Alles gut vermischen.

Pasta mit dem Pesto auf zwei tiefe Pastateller verteilen. Mit frisch geriebenem Grano Padano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Bratpaprika mit Champignons

Was soll ich zu diesem Rezept schon schreiben? Sie lesen die Zutaten ja direkt in der Überschrift. Außer Gewürzen kommt da nichts weiter hinzu.



Einfach Paprika und Pilze

Also ein einfaches, schnelles Gericht aus der Pfanne. Das zudem noch vegan und sehr schmackhaft ist. Und das man immer einmal wieder auf den Speiseplan stellen kann.

Aus diesem Grunde erläutere ich deswegen hier auch nichts weiter. Alles ist eigentlich schon beschrieben.

*Für 2 Personen:*

- 2 Packungen grüner Bratpaprika (à 250 g)
- 1 Packung braune Champignons (à 500 g)
- Salz
- Pfeffer

- Zucker
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10–15 Min.*



Lecker gewürzt ein Genuss  
Stiele der Paprika quer abschneiden.

Champignons vierteln.

Eine große Portion Öl in einer sehr großen Pfanne erhitzen.

Paprika und Pilze darin unter gelegentlichem Rühren 10–15 Minuten kross anbraten. Vor allem die Paprika sollen schöne Röstaromen bekommen.

Salzen, pfeffern und mit einer Prise Zucker würzen.

Auf zwei tiefe Teller verteilen. Servieren. Guten Appetit! Ein Stück Baguette oder Chiabatta passt dazu.

---

# Gebratene Spitzpaprika mit Champignonsgemüse

Hier ein einfaches, veganes Rezept. Vegane Gerichte bereite ich zwar selten, aber doch auch ab und zu zu.



Kross gebraten

Es fehlt zwar sicherlich die Raffinesse von umfangreicheren veganen Gerichten. Wie ich deren Zubereitung in diversen Kochsendungen gesehen habe. Aber hier verwende ich einfach Gemüse ohne Fisch und Fleisch und sonstige tierische Zusatzprodukte. Und zaubere eben so gut es geht und vor allem mit den mir zur Verfügung stehenden Möglichkeiten – und vor allem Gewürzen – doch ein leckeres, veganes und tierfreies Gericht.

*Für 2 Personen:*

- 4 rote Spitzpaprika
- 1 kg braune Champignons
- 2 Zwiebeln
- Petersilie
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- scharfes Paprikapulver
- Rapsöl

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



Schönes Farbenspiel  
Petersilie kleinschneiden.

Zwiebeln putzen, schälen, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Champignons in feine Scheiben schneiden und in eine Schüssel

geben.

Öl in einer großen Pfanne mit Deckel erhitzen, Spitzpaprika ungeputzt im Ganzen anbraten und zugedeckt einige Minuten braten.

Parallel dazu Öl in einer zweiten großen Pfanne erhitzen und Zwiebeln und Champignons darin anbraten. Mit Salz, Pfeffer, Paprika und einer Prise Zucker würzen. Petersilie dazugeben und untermischen. Abschmecken.

Spitzpaprika ab und zu wenden und kräftig auf allen Seiten braten. Es dürfen sich gern dunkle Stellen mit Röstspuren zeigen.

Jeweils zwei Spitzpaprika auf einen Teller geben. Champignons darum herum verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Fenchel-Salsiccia mit Champignons und Petersilie**

Sie bereiten Würste sicherlich auch gebraten in der Pfanne zu. Das ist die herkömmliche Zubereitungsweise, für Bratwürste und andere Würste.



Wurst, Champignons und Petersilie

Sie können aber auch einmal einfach eine Wurstpfanne zubereiten. Benötigt nur wenige Zutaten, geht schnell und schmeckt gut.

Einfach italienische Salsiccia quer in dicke Scheiben schneiden. Dazu in Scheiben geschnittene Champignons. Und ein wenig kleingewiegte Petersilie. Noch schnell einige Gewürze darüber. Fertig ist die Wurstpfanne. Die hervorragend mundet.

*Für 2 Personen:*

- 2 Packungen Fenchel-Salsiccia (à 300 g, 10 Würste)
- 10 große, braune Champignons
- ein Bund Petersilie
- gemahlener Kreuzkümmel
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Rapsöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 5 Min.*



Alles aus der Pfanne

Würste quer in dicke Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben.

Champignons in feine Scheiben schneiden und ebenfalls in eine Schüssel geben.

Petersilie kleinwiegen.

Öl in zwei großen Pfannen erhitzen und Würste und Champignons darin unter gelegentlichem Rühren etwa 5 Minuten kross anbraten.

Petersilie dazugeben. Mit Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles gut vermischen.

Pfanneninhalte auf zwei tiefe Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Salsiccia-Gnocchi-Tomaten- Champignons-Pfanne mit frischem Knoblauch und Petersilie



Mit viel frischem Knoblauch ...

Sie kennen Salsiccia? Eine italienische Wurst? Unter Salsiccia versteht man normalerweise eine italienische, grobkörnige Rohwurst. Sie ist von Struktur und Geschmack einer groben, deutschen Bratwurst sehr ähnlich. Je nach italienischer Region wird die Salsiccia aus verschiedenen Fleischsorten hergestellt und mit Kräutern, Gewürzen und Aromen verfeinert. Am verbreitetsten ist die Salsiccia nur aus Schweinefleisch. Das Wort Salsiccia bezeichnet übrigens in Italien auch jede Art

von Wurst.

Bei diesem Pfannengericht vermische ich wieder einmal unterschiedliche Zutaten, einerseits frische Zutaten, andererseits industriell hergestellte Zutaten, also Convenience-Produkte. Letzteres ist aber von sehr guter Qualität.

In diesem Fall sind dies einerseits die frische Salsiccia, frische Tomaten und frische Champignons. Und zum anderen die Pfannengnocchi aus der Packung, die industriell hergestellt sind. Aber sie sind lecker und schmecken im fertigen Gericht sehr gut.

Das Besondere an diesem Gericht sind aber nicht nur die vier Hauptzutaten. Sondern auch die zwei frischen Zutaten, die nach dem Kochen zerkleinert und roh auf das angerichtete Essen kommen: Knoblauch und Petersilie.

Gerade der Knoblauch gibt dem Gericht noch das gewisse Etwas und einen besonderen Kick aus ätherischen Ölen und leichter Schärfe. Ich empfehle ausdrücklich, das Gericht so zu servieren. Und hoffe darauf, dass Sie einen Partner und vielleicht auch Kinder haben, die ein leichter Geruch nach Knoblauch für die kommenden Stunden nicht störend ist.

*Für 2 Personen:*

- 400 g Salsiccia (8 Stück, 2 Packungen à 200 g)
- 600 g Pfannengnocchi (2 Packungen à 300 g)
- 6 Tomaten
- 10 braune Champignons
- 8 Knoblauchzehen
- eine große Portion frische Petersilie
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

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



... und frischer Petersilie

Salsiccia quer in kleine Stücke schneiden. In Schalen geben.

Tomaten vierteln und die Tomatenviertel dann einfach quer dritteln. Ebenfalls in Schalen geben.

Champignons in feine Scheiben schneiden. In eine Schale geben.

Knoblauchzehen schälen, mit einem breiten Messer flach drücken, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Petersilie kleinwiegen und auch in eine Schale geben.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Wurst, Gnocchi und Champignons darin 5–10 Minuten unter Rühren kross und knusprig braten. Tomaten dazugeben und nur kurz miterhitzen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Pfannengericht auf zwei tiefe Teller verteilen. Mit Knoblauch und dann mit Petersilie bestreuen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Haschee mit Basmatireis



Mit viel leckerer Sauce

Essen Sie gerne Hackfleisch? Einerlei, ob Rind, Schwein, Pute oder Pferd. Mit Hackfleisch lassen sich ja sehr wohlschmeckende Gerichte zubereiten. Denken Sie nur an den Klassiker einer Spaghetti Bolognese.

Aber mit Hackfleisch lässt sich auch ebenso ein einfaches, in der deutschen Küche sehr wohlbekanntes Gericht zubereiten: ein Haschee. Dazu brauchen Sie nur einige wenige weitere Gemüsezutaten. Und für den vollen Geschmack verwenden Sie für die Sauce am besten einen selbst zubereiteten Bratenfond aus Knochen, Gemüseabfällen und Rotwein. Dann wird das Haschee so

richtig lecker.

Als Beilage können Sie unter mehreren auswählen, entweder Reis der unterschiedlichsten Art. Oder Nudeln der unterschiedlichsten Art. Schließlich kommen auch noch Kartoffeln oder Knödel in Frage. Oder sogar etwas ausgefalleneres wie Bulgur oder Polenta.

*Für 2 Personen:*

- 500 g Rinderhackfleisch
- 1 große Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 5 braune Champignons
- 400 ml Bratenfond
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- 1 Tasse Basmatireis

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 1 Std.*



Eine einfache Zubereitung für Hackfleisch  
Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden. In  
eine Schale geben.

Öl in einem Topf erhitzen und Hackfleisch darin einige Minuten  
kross anbraten. Gemüse dazugeben und mit anbraten. Mit dem  
Fond ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker  
würzen. Alles vermischen und zugedeckt bei geringer Temperatur  
eine Stunde köcheln lassen.

Kurz vor Ende der Garzeit Reis in einem Topf mit der doppelten  
Menge an kochendem, leicht gesalzenem Wasser 11 Minuten garen.

Sauce des Haschees abschmecken,

Reis zum Haschee geben und alles gut vermischen.

Auf zwei tiefe Nudelteller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Fusilli mit Tomatensauce



## Einfaches Pastagericht

Vegane Produkte schmecken ja nicht immer sehr gut. Das wird meistens an ihnen bemängelt. Dies ist besonders bei veganen Fertigprodukten der Fall. Stimmen Sie mir zu? Haben Sie auch schon einmal vegane Gerichte gegessen und gedacht, das könnte aber durchaus noch etwas besser und würziger schmecken. Und haben dabei an das gleiche Gericht, aber mit Fleisch, gedacht?

Dieses vegane Gericht ist da ganz anders. Es gelingt wirklich wohlschmeckend und würzig. Die eigentliche Würze übernehmen die zugegebenen Hefeflocken, die in der veganen Küche gern verwendet werden. Und aufgepasst, ist die Tomatensauce vor der Zugabe der Hefeflocken noch sehr dünnflüssig, wird sie nach Zugabe derselben sämig. Die Flocken binden nämlich auch ein wenig ab.

Als einzige Würze reichen die Hefeflocken aber nicht aus. Wie gewohnt, sind Salz, schwarzer Pfeffer und eine Prise Zucker notwendig, um das Gericht komplett abzurunden.

Gewöhnlich mache ich mir nicht die Mühe, Tomaten vor der weiteren Zubereitung zu blanchieren und zu häuten. Oder sogar noch die Kerne zu entfernen. Und somit nur das Tomatenfleisch zu verwenden, das so genannte Tomaten-Concassée.

Dieses Mal habe ich das aber gemacht, weil ich eine feine Sauce ohne Haut und Kerne haben wollte. Ich bin aber einen anderen Weg als oben beschrieben gegangen. Ich habe die Tomaten nur in kleine Stücke geschnitten, in Olivenöl angebraten und eine viertel Stunde lang gegart. Die auf diese Weise zubereitete Masse habe ich dann durch ein grobes (!) Küchensieb gegeben. Flüssigkeit und Fleisch der Tomaten gehen durch, Kerne und Schalen werden zurückgehalten. Also genau das, was ich wollte.

Es kommen dann noch gut bekannte Zutaten in die Sauce, um doch ein wenig Stückigkeit darin zu haben. Als Pasta wähle ich Fusilli, diese gedrehten Nudeln sind sehr saucensüffig und wie für dieses Gericht geschaffen.

*Für 2 Personen:*

- 375 g Fusilli
- 12 Tomaten
- 10 braune Champignons
- 10 Lauchzwiebeln
- 6 Knoblauchzehen
- 4 EL Hefeflocken
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 30 Min.*



Mit Hefeflocken als Würze

Tomaten putzen und in kleine Stücke schneiden. In eine Schüssel geben. Olivenöl in einem Topf erhitzen und Tomatenstücke darin kurz anbraten. Zugedeckt bei mittlerer Temperatur 15 Minuten köcheln lassen.

Masse durch ein grobes Küchensieb in eine Schale geben. Flüssigkeit und Fleisch der Tomaten mit einem Kochlöffel durchdrücken, Kerne und Schalen zurückhalten.

Champignons in kleine Stücke schneiden. In eine Schale geben.

Ebenso mit den Lauchzwiebeln verfahren.

Knoblauch putzen, schälen, mit einem breiten Messer plattdrücken und kleinschneiden.

Nochmals Olivenöl in einem Topf erhitzen und Knoblauch, Lauchzwiebeln und Champignons darin anbraten. Tomatenmasse dazugeben. Hefeflocken ebenfalls dazugeben und gut verrühren.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Sauce abschmecken und etwas köcheln lassen.

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

Fusilli zu der Sauce geben und alles gut vermischen.

Auf zwei tiefe Nudelteller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Maccheroni mit Jalapeños, Champignons und Knoblauch**

Sie essen gern scharf? Und Ihnen sind Jalapeños ein Begriff? Dann wird Sie vielleicht dieses Rezept überzeugen.

Ich verwende keine frischen Jalapeños, sondern greife auf solche aus dem Glas zurück. Also eingelegte, die zudem süß und scharf sind.

Verfeinert werden sie noch mit einigen frischen Champignons und frischem Knoblauch.

Für ein wenig Sauce können Sie einfach etwas trockenen Weißwein dazugeben. Alternativ können Sie die Brühe der Jalapeños verwenden. Oder etwas Kochwasser der Pasta.



Mit süß-scharfen Jalapeños

*Für 2 Personen:*

- 375 g Maccheroni
- 200 g süß-scharfe Jalapeños-Scheiben (1 Glas)
- 10 braune Champignons
- 4 Knoblauchzehen
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 9 Min.*



### Leckere Maccheroni

Knoblauch putzen, schälen und mit einem breiten Messer platt drücken. Dann kleinschneiden und in eine Schale geben.

Champignons in feine Scheiben schneiden und ebenfalls in eine Schale geben.

Maccheroni in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 9 Minuten garen.

Parallel dazu Öl in einer Pfanne erhitzen und Knoblauch darin kurz anbraten. Dann Champignons und Jalapeños dazugeben. Alles einige Minuten kross anbraten. Etwas Wein, Einlegebrühe oder auch Kochwasser der Pasta dazugeben.

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

Pasta zu den Jalapeños geben und gut vermischen.

Auf zwei tiefe Pastateller geben.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Putenoberkeule mit Semmelknödeln



Das muss in einen Saucenspiegel ...

Ein leckerer Braten ist etwas Feines. Oder wie stehen Sie dazu? Essen Sie auch sehr gern einen leckeren, möglichst lange im Bräter im Backofen gegarten Braten? In einer Weinsauce oder Gemüsebrühe? Das darf ein Rinder-, Schweine- oder sogar Pferdebraten sein. In diesem Falle ist es eine Putenoberkeule, die ich immer wieder gerne zubereite, denn sie wird in 1 Stunde bei 160 °C wirklich butterzart und schmeckt erstklassig.

Übrigens, wenn Sie die beiden Foodfotos betrachten, was glauben Sie, wie ich die Semmelknödel zubereitet habe? Es gibt ja landläufig zwei Methoden, um Knödel zuzubereiten.

Die erstere, vorzuziehende Methode ist natürlich, sie selbst frisch zuzubereiten. Und dann gleich weiter zu verwenden. Oder eben portionsweise einzufrieren.

Die zweite Methode ist natürlich zeitsparend und manchmal durchaus auch angebracht. Man greift auf Knödel aus der Tüte zurück. Nicht lecker, aber eben zeitsparend. Man gibt einfach die Kochbeutel mit den trockenen Inhalten für einen Knödel in siedendes Wasser und lässt sie ziehen.

Ich selbst habe ja noch eine dritte Methode entwickelt, in der ich Variante 1 mit der Variante 2 mische. Ich verwende einfach den trockenen Inhalt der Kochbeutel von Knödeln aus der Packung, um damit – mit etwas kleingeschnittener Petersilie und Eiern für Bindung ergänzt – „frische“ Knödel zuzubereiten. Diese schmecken auch gar nicht mal so schlecht.

Aber nein, die auf den Foodfotos abgebildeten Knödel sind in einer vierten Variante zubereitet. Denn es sind fertige, frische Knödel aus der Packung. Also auch ein Convenienceprodukt. Sie können sie sich vorstellen wie frische Pasta aus der Packung. Letztere wird frisch hergestellt, aber nicht getrocknet und eingetütet. Sondern frisch, aber in der Packung, beim Händler angeboten. In solcher Weise sind die Knödel hergestellt.

Ich weiß zwar nicht, wie die Knödel genau hergestellt werden, denn ich habe auch nicht auf die Zutatenliste auf der Packung geschaut. Aber es wundert mich doch, dass man die frischen Knödel 20 Minuten kochen muss, bevor man sie servieren kann. Was da wieder alles an Inhaltsstoffen drin ist?

Aber lassen Sie sich überraschen von diesem Gericht. Es mundet wahrlich köstlich. Ich bereite es immer wieder gern zu. Mit unterschiedlichen Saucen. Und mit unterschiedlichen Beilagen.

*Für 2 Personen:*

- 1 kg Putenoberkeule (mit Knochen)
- 4 Semmelknödel (1 Packung, 350 g)
- 10 braune Champignons
- 1 weiße Zwiebel
- 1 rote Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 800 ml Gemüsebrühe
- Fleischgewürzmischung
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Rapsöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 1 Std.*



Leckerer Braten  
Backofen auf 160 °C Umluft erhitzen.

Putenoberkeule mit der Fleischgewürzmischung würzen.

Champignons in feine Scheiben schneiden und in eine Schale geben.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden. In eine Schale geben.

Öl in einem Bräter erhitzen. Keule auf allen Seiten kross und knusprig anbraten. Gemüse und Champignons dazugeben und ebenfalls kross anbraten. Mit der Brühe ablöschen. Bräter zugedeckt auf mittlerer Ebene für eine Stunde in den Backofen geben.

25 Minuten vor Ende der Garzeit Wasser in einem Topf erhitzen und Knödel darin bei geringer Temperatur zugedeckt 20 Minuten köcheln lassen.

Bräter aus dem Backofen nehmen.

Sauce mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und abschmecken.

Keule herausnehmen, Knochen entfernen. Keule scheibenweise aufschneiden und auf zwei Teller verteilen. Jeweils zwei Knödel dazugeben. Großzügig Sauce über Braten und Knödel geben. Das Gericht verdient einen Saucenspiegel mit viel Sauce.

Servieren. Guten Appetit!

---

**Omas Hühnerfrikassee —**

# traditionelles Rezept für jeden Anlass



Hühnerfrikassee [nach Omas Rezept](#) ist ein klassisches Gericht und ein wahrer Genuss für die ganze Familie. Das Rezept ist einfach zuzubereiten und überzeugt mit einer leckeren, cremigen Sauce, die mit Gemüse, Fleisch und Hühnerbrühe zubereitet wird. Dieses traditionelle Gericht eignet sich sowohl für den Alltag als auch für besondere Anlässe.

Omas Hühnerfrikassee Rezept ist ideal für die Zubereitung in großen Mengen, da es sich gut einfrieren und später wieder erwärmen lässt. So kann man das Gericht vorbereiten und bei Bedarf schnell und einfach servieren. Hühnerfrikassee nach Omas Rezept ist besonders praktisch für Familienfeiern oder Partys, bei denen ein schmackhaftes Gericht für viele Gäste benötigt wird.

Hühnerfrikassee nach Omas Rezept ist nicht nur lecker, sondern

auch gesund, da es viel Gemüse enthält. Durch das Hinzufügen von Spargel, Erbsen und Möhren sowie Champignons bekommt das Gericht eine angenehme Frische und eine interessante Textur. Zudem bleibt das Hähnchenfleisch durch das langsame Garen zart und saftig.

## **Omas Hühnerfrikassee – Klassisches Rezept, viele Variationen**

Das Geheimnis von Hühnerfrikassee nach Omas Rezept liegt in der Kombination aus frischen Zutaten und dem schonenden Garen des Fleisches. Die klassische Zubereitung sorgt für ein wohlschmeckendes Gericht, das Jung und Alt begeistert. Durch das Hinzufügen von verschiedenen Gemüsesorten kann das Gericht saisonal angepasst werden und somit das ganze Jahr über zubereitet werden.

Je nach Geschmack können auch andere Gemüsesorten verwendet werden. Auch die Sauce kann je nach Vorliebe mit Weißwein oder Sahne verfeinert werden. Eine vegetarische Variante von Omas Hühnerfrikassee Rezept ist ebenfalls möglich, indem das Hähnchen durch Tofu oder Seitan ersetzt wird und die Hühnerbrühe durch Gemüsebrühe ausgetauscht wird.

Neben dem traditionellen Hühnerfrikassee Rezept gibt es auch Variationen, die an regionale Vorlieben angepasst sind. So können zum Beispiel Gewürze wie Curry oder Paprika hinzugefügt werden, um dem Gericht eine exotische Note zu verleihen. Auch die Zugabe von frischen Kräutern wie Petersilie, Dill oder Schnittlauch kann das Aroma des Gerichts noch weiter verfeinern.

Insgesamt ist Hühnerfrikassee nach Omas Rezept ein wahrer Klassiker, der sich durch seine einfache Zubereitung, den köstlichen Geschmack und die vielfältigen Variationsmöglichkeiten auszeichnet. Es ist ein Gericht, das Generationen verbindet und immer wieder gerne auf den Tisch kommt. Probieren Sie es aus und lassen Sie sich von diesem traditionellen Rezept begeistern!

### *Zutaten von Omas Hühnerfrikassee Rezept:*

- 1 Brathähnchen
- 2 TL Salz
- nach Belieben Pfeffer
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 1 Zwiebel
- 1 Tomate
- 2 Eigelbe
- $\frac{1}{2}$  Becher Sahne
- 1 Dose Spargelstücke
- 1 Dose Erbsen und Möhren
- 1 Glas Champignons
- etwas Mehl
- nach Belieben Margarine

### *Zubereitung von Omas Hühnerfrikassee Rezept:*

1. Das Hähnchen zunächst mit Salz würzen und in einen Kochtopf legen. Anschließend den Topf bis zu  $\frac{3}{4}$  mit Wasser auffüllen.
2. Die Zwiebel schälen, vierteln und zusammen mit den gewaschenen und kleingeschnittenen Tomaten zum Hähnchen in den Topf geben.
3. Zwei Teelöffel Salz und Pfeffer ins Wasser streuen, anschließend zum Kochen bringen. Das Hähnchen je nach Größe 40–60 Minuten (Brathähnchen) oder mindestens 2 Stunden (Suppenhuhn) köcheln lassen, bis das Fleisch gar ist. Die Garprobe lässt sich durchführen, indem man einen Schenkel leicht herauszieht; er sollte sich problemlos lösen.
4. Das fertig gegarte Hähnchen aus dem Topf nehmen und abkühlen lassen. Die entstandene Brühe durch ein Sieb passieren. Anschließend das Hähnchenfleisch von den Knochen trennen.
5. Margarine im Topf erhitzen und das Mehl zügig unter

Rühren hinzufügen. Die gesiebte Geflügelbrühe langsam zur Mehlschwitze gießen, zunächst nur wenig, um eine glatte Konsistenz zu erzielen und Klumpenbildung zu vermeiden. Danach die verbleibende Brühe einrühren. Die Mischung etwa 10 Minuten unter ständigem Rühren leicht köcheln lassen, dann mit Salz, Zitronensaft und Pfeffer abschmecken.

6. Zwei Eigelbe mit Sahne verquirlen und in die Sauce einrühren. Das Hähnchenfleisch zusammen mit Champignons, Erbsen, Möhren und Spargel zur Sauce geben und alles erwärmen, bis es heiß ist.
7. Das fertige Hühnerfrikassee nach Omas Rezept heiß servieren.

*Hinweis: Statt eines ganzen Hähnchens können auch Hühnerschenkel für das Frikassee verwendet werden.*

Guten Appetit!

---

## **Champignonragout in Rotweinsauce mit Speckknödeln**



Champignons statt gemischtes Gulasch

Essen sie gerne vegetarisch oder vegan? Und sind auf diese boomenden Ernährungsweisen, die in den letzten Jahren immer mehr von sich reden machen, auch aufgesprungen? Dann würde ich Ihnen gern dieses Rezept als vegetarisch oder vegan verkaufen. Wären da nicht die Speckknödel, die ich selbst zubereitet und für solche Gerichte zur weiteren Verarbeitung portionsweise eingefroren hatte.

Aber machen Sie es sich einfach. Wenn Sie über den Link zum Rezept für die Zubereitung der Knödel gehen, verwenden Sie eben einfach nur veganen Speck für die Knödel. Und hoffen darauf, dass der Hersteller der industriellen Knödelmasse darin keine Zusatzstoffe verarbeitet hat, die der vegetarischen oder veganen Ernährung nicht entsprechen ...

Ansonsten ist das Ragout ein gutes Beispiel dafür, wie man auch einmal auf Fleisch verzichten kann. Die Champignonbiertel geben da einen guten Ersatz für gemischtes Gulasch. Sie bleiben auch nach der langen Garzeit fest und kompakt. Nur die Auberginenstücke zerfallen beim langen Garen

verständlicherweise. Aber das ist so gewollt, denn sie schmelzen leicht in der Sauce und machen diese dadurch sehr sämig.

Die Gewürze, die ich vorsichtshalber für mehr Röstaromen in der Sauce beim Anbraten des Gemüses mit anbrate und dann ablösche, machen die Sauce sehr würzig und schmackhaft. Nach dem Garen schmeckt die Sauce nur noch wenig nach Rotwein, denn man hat im Grunde eine feine, würzige, dunkle Sauce – wie eben für ein Ragout gewünscht – zubereitet.

*Für 2 Personen:*

- 500 g große, braune Champignons (etwa 10 Stück)
- 1 kleine Aubergine
- 2 Lauchzwiebeln
- 5 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- 2 TL Parikapulver
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 300 ml trockener Rotwein
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 6 [Speckknödel](#)
- Olivenöl
- Schnittlauch

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 2 Stdn.*



In leckerer Rotweinsauce  
Stiele der Champignons abbrechen und in eine Schale geben.  
Restliche Champignons vierteln und ebenfalls dazugeben.

Aubergine putzen und in grobe Stücke schneiden.

Restliches Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und  
kleinschneiden. In eine Schale geben.

Öl in einem Topf erhitzen und Lauchzwiebeln, Schalotten und  
Knoblauch glasig dünsten. Restliches Gemüse dazugeben und mit  
anbraten. Mit dem Paprikapulver und Kreuzkümmel würzen. Die  
Gewürze auf dem Topfboden anrösten, es sollen sich Röstpuren  
bilden. Mit dem Rotwein ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und einer  
Prise Zucker würzen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 2  
Stunden köcheln lassen.

15 Minuten vor Ende der Garzeit Wasser in einem großen Topf  
erhitzen. Speckknödel hineingeben und im nur noch siedenden  
Wasser 10 Minuten ziehen lassen.

Ragout abschmecken.

Jeweils drei Knödel auf einen Teller geben.

Ragout daneben drapieren. Sauce über die Knödel verteilen.

Restliche Sauce in einer Saucière am Tisch zum Nachgießen servieren.

Ragout mit etwas frisch geschnittenem Schnittlauch bestreuen.

Servieren. Guten Appetit!

---

# **Hähnchenbrustfilet mit Champignons in Tamarindensauce mit Hsing-Fu- Nudeln**



Sie essen gerne authentisch asiatisch? Und sind vielleicht darüber hinaus auch noch auf der Suche nach einer neuen asiatischen Sauce, die Sie gerne ausprobieren möchten? Dann probieren Sie einmal dieses Gericht! Ich habe nämlich einige neue asiatische Saucen gekauft, die ich ausprobieren will. Und ich war über die in diesem Rezept verwendete Tamarindensauce sehr überrascht. Denn sie schmeckt ausgesprochen gut. Leicht süß-sauer, und zusammen mit Fischsauce und etwas Wasser zum Verlängern der Sauce mundet diese wirklich vorzüglich. Ich kann sie wirklich nur empfehlen.

Wenn Sie außerdem wirklich nur asiatische Zutaten verwenden, erhalten Sie ein sehr leckeres und wohlschmeckendes asiatisches Gericht.

Gehen Sie für die Zutaten am besten in ein Asiageschäft in Ihrer Nähe. Oder behelfen Sie sich mit einem großen Supermarkt, der eine Abteilung für internationale Lebensmittel hat. Dort finden Sie alle asiatischen Zutaten, die Sie für dieses Gericht brauchen.

Zum Anbraten verwende ich Sesamöl, das dem Gericht eine nussige Note gibt. Und die Hsing-Fu-Nudeln als Beilage sind vermutlich eine Unterart der Mie-Nudeln, denn so steht es auf der Verpackung.

*Für 2 Personen:*

- 2 Hähnchenbrustfilets
- 6 große, braune Champignons
- 6 EL Tamarindensauce
- Fischsauce
- 1/2 Tasse Wasser
- 4 Portionen Hsing-Fu-Nudeln (250 g)
- Salz
- Sesamöl

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



Hähnchenbrustfilets in kurze, schmale Streifen schneiden. In eine Schale geben.

Champignons grob zerkleinern. Ebenfalls in eine Schale geben.

Nudeln in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 5 Minuten garen.

Parallel dazu Öl in einem Wok erhitzen und Filets und Champignons darin einige Minuten pfannenrühren. Mit der Tamarindensauce, einem guten Schluck Fischsauce und dem Wasser ablöschen. Kurz köcheln lassen.

Kochwasser der Nudeln abschütten.

Nudeln zum Gericht im Wok geben und alles gut vermischen.

Gericht auf zwei tiefe Nudelteller geben, und reichlich Sauce mitgeben.

Servieren. Guten Appetit!

---

# **Gegrilltes Rumpsteak in Whiskysauce mit Kürbisstampf und Champignons**



Dieses Mal gibt es die Steaks rare, also innen noch blutig. Gewürzt wird nur mit Steakpfeffer, der ja immer auch noch Salz enthält. Also kleine Beilage zu den Steaks gibt es Champignons und Schalotten.

Und als eigentliche Gemüsebeilage einen leckeren Kürbistampf mit viel Butter und einigen Gewürzen – passend zur derzeitigen Kürbissaison.

*Für 2 Personen:*

- 2 Rumpsteaks à 300 g
- 6 große, weiße Champignons
- 2 Schalotten
- Scotch-Whisky
- Steakpfeffer
- Salz
- Butter
- Kräuterbutter
- 1 kleiner Hokkaidokürbis

- Pfeffer
- Muskatnuss
- Zucker

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



Kürbis putzen, in kleine Würfel schneiden und in kochendem Wasser 10 Minuten garen. Kochwasser abschütten. Mit dem Stampfgerät grob zerstampfen. Eine große Portion Butter unterheben. Mit Salz, Pfeffer, geriebener Muskatnuss und einer Prise Zucker würzen. Alles gut vermischen. Warmhalten.

Rumpsteaks auf beiden Seiten mit dem Steakpfeffer würzen.

Champignons in feine Scheiben schneiden. In eine Schale geben.

Schalotten putzen, schälen, kleinschneiden und ebenfalls in die Schale geben.

Butter in einer Grillpfanne erhitzen und Gemüse darin kurz andünsten. An den Rand der Pfanne verschieben.

Steaks auf jeder Seite eine Minute angrillen. Dann mit einem guten Schluck Whisky ablöschen. Mit einem Deckel zudecken und Steaks nochmals 2–3 Minuten im Whisky garen. Sollte der Whisky zu schnell verkochen, einfach noch etwas nachgießen.

Gemüse leicht salzen.

Kürbisstampf auf zwei Teller verteilen. Jeweils ein Steak dazugeben. Gemüse zum Steak geben. Jeweils zwei Scheiben Kräuterbutter auf ein Steak geben. Servieren. Guten Appetit!

---

## **Hähnchengeschnetzeltes mit Gemüse auf Kartoffelwürfeln**



Mit kross gebratenen Kartoffelwürfeln

Für das Geschnetzelte habe ich es mir einfach gemacht und zwei Schenkel mit Rückenstück verwendet.

Und habe diese einfach mit dem Entbeinmesser entbeint und das Fleisch kleingeschnitten.

Dazu gibt es diverses Gemüse.

Ein kleines Sößchen bilde ich aus einem Schluck Sauvignon blanc.

Und als Beilage gibt es Bratkartoffeln aus kross gebratenen Kartoffelwürfeln.

*Für 2 Personen:*

- 2 Hähnchenschenkel mit Rückenstück
- Geflügelgewürzmischung
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 12 mittlere Kartoffeln
- 2 Zwiebeln
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 10 Kirschtomaten
- 6 große, braune Champignons
- Sauvignon blanc
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 25 Min.*



Mit entbeintem Hähnchenschenkel  
Schenkel entbeinen.

Fleisch in kurze Streifen schneiden.

In eine Schüssel geben, mit der Gewürzmischung und Salz,  
Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Kartoffeln schälen.

In einem Topf mit kochendem Wasser 15 Minuten garen.

Herausnehmen und abkühlen lassen.

Kartoffeln in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel  
geben.

Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch putzen, gegebenenfalls  
schälen und grob zerkleinern. Zwiebeln dabei in lange Streifen  
schneiden.

Kirschtomaten achteln.

Champignons halbieren und dann in feine Scheiben schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Kartoffelwürfel darin etwa 10 Minuten unter gelegentlichem Wenden kross anbraten. Salzen und pfeffern.

Parallel dazu Öl in einer zweiten Pfanne erhitzen und Fleisch und Gemüse darin einige Minuten kross anbraten.

Mit einem Schluck Weißwein ablöschen.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Abschmecken.

Kartoffelwürfel auf zwei tiefe Teller verteilen.

Fleisch mit Gemüse und etwas Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Mediterraner Salat mit Tiroler Speck und Gouda**



## Leckerer und würziger Salat

Ein mediterraner Salat mit vielen guten Zutaten, die man aus dem Süden Europas wie Spanien, Italien oder Griechenland kennt.

Gurke und Tomate gehören da natürlich dazu. Und auch Knoblauch.

Besondere Würze erhält der Salat durch den verwendeten Tiroler Speck und Gouda.

Angemacht mit einem leckeren Dressing mit Olivenöl, Weißweinessig und getrockneten Salatkräutern.

Ab nach Balkonien und in den Urlaub!

*Für 2 Personen:*

- 1 Salatgurke
- 10 kleine Strauch-Tomaten
- 200 g junger Gouda

- 100 g Tiroler Speck (gewürfelt)
- 4 große, braune Champignons
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Päckchen Salatkräuter
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Weißweinessig
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: 20 Min.*

Mit Weißweinessig, Olivenöl, Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und Salatkräutern in einer Schale ein Dressing zubereiten.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Gouda in einer Küchenmaschine fein in eine Schüssel reiben.

Alle Zutaten in eine große Salatschüssel geben.

Dressing löffelweise über den Salat geben.

Mit dem Salatbesteck gut vermischen.

Auf zwei tiefe Schalen verteilen.

Servieren. Guten Appetit!



Schmackhaft durch Speck und Käse