Birnentarte mit Schokoladenraspeln

Es gibt eine einfache Möglichkeit, einen Überrest von Birnen zu verwerten. Sie können das auch. Es geht ganz einfach.

Sie bereiten einfach mit den geputzten, geschälten und kleingeschnittenen Birnen eine Tarte zu.

Dazu brauchen Sie Milch und Eier für den Eierstich, der als Füllmasse fungiert, in den Sie die Birnen geben und der dann die kompakte Masse der Tarte auf dem Mürbeteigboden abgibt.

Schon haben Sie eine leckere, fruchtige Obsttarte, die ja eine flache, französische Version eines (Obst-)Kuchens darstellt, schnell gemacht ist und immer gut schmeckt. Sie braucht auch im Backofen bei 180 °C nur 30 Minuten.

Nach dem Backen, Abkühlen und vor dem Seevieren dekorieren Sie die Tarte noch mit Raspelschokolade aus der Packung. Fertig

ist eine wohlschmeckende Tarte mit Birne und Schokolade.

Für den Mürbeteig:

- Grundrezept

Für die Füllmasse:

- 6 Birnen
- 4 Eier
- 200 ml Milch

Zum Dekorieren:

- Raspelschokolade (Packung)

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Verweildauer im Backofen 30 Min. bei 180 °C

Mit leckerer Raspelschokolade dekoriert
Mürbeteigbboden nach dem Grundrezept zubereiten.

Den Stiel der Birnen entfernen, Birnen schälen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen, nochmals längs halbieren und dann quer in kleine Stücke schneiden. In eine Schüssel geben.

Eier aufschlagen und in eine Schale geben. Milch dazugeben und alles gut mit dem Schneebesen verquirlen. Zu den Birnen geben.

Masse auf den Mürbeteigboden in der Backform geben und verteilen.

Obige Zeit auf mittlerer Ebene im Backofen backen.

Herausnehmen und abkühlen lassen. Mit Raspelschokolade dekorieren. Backform und Backpapier entfernen. Auf eine Kuchenplatte geben. Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Gebratenes Kalbsbries mit Kartoffelspalten und pochierten Eiern

Weihnachten ist das Fest der Liebe. Dementsprechend werden Sie es – ob allein, mit einem Partner oder der Familie – auch sicherlich feiern. Und deswegen sollte man dieses Fest, auch in einem Blogbeitrag, nicht unbedingt mit einer Drohung einläuten.

Auf pochierten Eiern

Aber ich hatte Ihnen gesagt, dass Sie sich eher vor mir auf die Hut nehmen sollen! Denn bei mir es gibt an Weihnachten und den Weihnachtsfeiertagen … ja, genau, es gibt Innereien. Und zwar nicht die gewöhnlichen Innereien wie Leber oder Pansen. Sondern ausgefallene Innereien.

Wie ich Ihnen in einem Blogbeitrag vor einiger Zeit ankündigte, hat mir mein Bruder ein Innereien-Paket zu Weihnachten geschenkt. Und zwar von einem von mir sehr geschätzten Schlachter in Süddeutschland, der einen Onlineshop für Fleisch, Innereien und allem anderen betreibt. Und der meines Erachtens wirklich auch jedes Stück Fleisch, oder was man von einem Schlachter auch nur bekommen kann, in seinem Shop anbietet.

Aus diesem Grund gibt es am heutigen Weihnachtstag auch zunächst einmal ein sehr edles Stück Innereie, das viele Menschen a) nicht kennen und b) nicht essen (wollen). Und es gibt einige ausgewählte Menschen, die diese Innereie sehr schätzen, sie für eines der zartesten Stücke am Tier halten

und alles dafür geben, dies in regelmäßigen Abständen kosten zu dürfen.

Die Rede ist von der Wachstumsdrüse des Kalbes, dem Kalbsbries. Diese Drüse ist nur dem Kalb zu eigen, denn das Kalb wächst ja noch zu einem Rind heran. Und diese Drüse unterstützt das Wachstum des Kalbes. Sind Sie erstaunt darüber, wenn ich Ihnen mitteile, dass diese Wachstumsdrüse beim ausgewachsenen Rind verschwunden ist? Nun, um diese Drüse, und sie ist nicht sehr groß, zum Zubereiten und Kochen zu erhalten, muss man folglich ein Kalb schlachten.

Diese Drüse ist etwas ganz besonderes. Sie ist sehr fein sowohl in der Konsistenz als auch im Geschmack. Und muss daher auf sehr vorsichtige Weise zubereitet werden. Allein der Umstand, dass Kalbsbries wohl eines der teuersten Bestandteile eines Tieres ist, zeigt, dass die Drüse sehr besonders ist. Ich will Ihnen hier einmal den Kilopreis von Kalbsbries mitteilen: etwa 60 €! Vergleichen Sie das einmal mit der gewöhnlichen Leber oder dem Pansen, beides bekommen Sie zu einem Kilopreis von deutlich unter 10 €.

Also, dies ist kein Filetsteak, Rumpsteak oder Entrécôte für den Festtag. Sondern dieses Gericht spielt noch in einer Liga darüber. Wer Feinschmecker ist, weiß dies zu schätzen und stimmt mir zu.

Leckeres, in Butter angebratenes und geschwenktes Kalbsbries
Kalbsbries wird meistens zuerst einmal in siedendem Wasser gegart. Um dann zum Panieren, Braten oder einer sonstigen Zubereitungsart weiterverwendet zu werden. Lassen Sie sich überraschen!

Und übrigens, besuchen Sie mein Foodblog am 1. und 2. Weihnachtsfeiertag unbedingt wieder. Sie werden erstaunt sein, welche schmackhafte Leckerbissen es dann für Sie gibt. Ich wage einmal eine Prognose, dass Sie die beiden kommenden Innereien an den beiden Feiertagen sicherlich auch noch nicht zubereitet oder gegessen haben. Vielleicht ist Ihnen sogar nicht bekannt, dass man diese Tierteile zubereiten kann (und sollte).

Ich hatte Ihnen gesagt, Sie sollten sich eher vor mir auf die Hut nehmen!

Für 2 Personen:

- 350 g Kalbsbries (2 Portionen à 175 g)

- 4 große Bio-Kartoffeln
- 4 Eier
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Paprikapulver
- Weißweinessig
- viel Butter
- Alufolie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 20 Min.

Die Hauptzutat und die beiden Beilagen gegebenenfalls parallel zueinander zubereiten, wie es zeitlich und von der Zubereitungsart her am besten passt, damit alle Zutaten heiß auf den Teller kommen.

Für das Kalbsbries:

Kalbsbries in eine Schale geben. Großzügig mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas mit den Gewürzen vermischen.

Kalbsbries in zwei Teile teilen. Jeweils ein Stück Alufolie auf einem großen Schneidebrett auslegen. Die Kalbsbriesteile jeweils zu einer dicken, länglichen Rolle formen. Mit der Alufolie einrollen, dabei schauen, dass die Kalbsbriesrolle fest und kompakt ist. Die Enden der Rolle mit der Alufolie verschließen.

Wenn man nicht den Weg über die Zubereitung mit der Alufolie geht und das Kalbsbries direkt in Butter in der Pfanne anbrät, zerfällt das Kalbsbries aufgrund seines Drüsengewebes zu sehr und man bekommt keine kompakten, festen Stücke.

Wasser in einem Topf erhitzen und die beiden Alurollen im nur noch siedenden Wasser 15 Minuten ziehen lassen. Herausnehmen und etwas abkühlen lassen.

Alufolie entfernen und Kalbsbries quer in fingerdicke Stücke schneiden.

Viel Butter in einer Pfanne erhitzen, Kalbsbriesstücke in der Butter kurz anbraten, erhitzen und in der Butter schwenken. Nochmals leicht salzen.

Für die Kartoffelspalten:

Kartoffeln achteln. Wasser in einem Topf erhitzen und Kartoffelspalten darin etwa 10–12 Minuten garen. Herausnehmen und in eine Schüssel geben. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.

Viel Butter in einer weiteren Pfanne erhitzen und Kartoffelspalten darin erhitzen und durch die Butter schwenken.

Für die pochierten Eier:

Wasser in einem großen Topf erhitzen. Einen Schuss Essig in das Kochwasser geben. Eier in vier Schalen aufschlagen. Eier nacheinander vorsichtig aus den Schalen in das nur noch siedende Wasser gleiten lassen, und zwar so, dass die Eier nicht zusammenhängen, sondern jeweils einzeln im Wasser schwimmen. So lange ziehen lassen, bis das Eiweiß gestockt ist, das Eigelb aber noch flüssig ist. Mit dem Schaumlöffel vorsichtig herausheben und salzen.

Jeweils zwei pochierte Eier auf einen Teller geben. Die Kalbsbriesstücke darüber drapieren. Seitlich links und rechts die Kartoffelspalten hinzugeben.

Servieren. Guten Appetit! ***Frohe Weihnachten!***

Bananentarte mit Schokoladenstreuseln

Bananen hat man ja immer zuhause. Sie zählen mittlerweile zu einer Art Standardobst, das wir Deutsche konsumieren. Neben Äpfeln und Orangen. Und meistens hat man dann nach einigen Tagen auch einige Bananen, die merklich weich werden und dann irgendwann auch braune Stellen aufweisen. So richtig appetitlich zum Aus-der-Hand-Essen sind diese dann nicht mehr.

Aber Sie können sie ja dann auch noch anderweitig verwenden. Zum Beispiel für diese schöne, schmackhafte Tarte. Sie gelingt im Backofen nach 30 Minuten hervorragend. Schmeckt sehr saftig. Und da Banane und Schokolade immer miteinander harmonieren, bekommt die Tarte noch einige Handvoll Schokoladenstreusel obenauf, um das Ganze abzurunden. Probieren Sie es aus und verwerten Sie Ihre restlichen Bananen!

Für den Mürbeteig:

- Grundrezept

Für die Füllmasse:

- Grundrezept

Zusätzlich:

- 10 Bananen

Für die Dekoration:

- 2 Handvoll Schokoladenstreusel

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Verweildauer im Backofen 30 Min. bei 170 °C Umluft

Mürbeteig nach dem Grundrezept zubereiten.

Bananen schälen, putzen, längs einmal halbieren und dann quer in schmale, halbe Scheiben schneiden. In eine Schüssel geben.

Eierstich mit den Eiern und der Sahne zubereiten. Zu den Bananen geben und alles gut mit dem Backlöffel vermischen. Auf den Mürbeteig geben.

Die oben angegeben Zeit in den Backofen geben.

Herausnehmen, abkühlen lassen, mit Schokoladenstreuseln bestreuen, Backform und Backpapier entfernen und auf eine Kuchenplatte geben.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Brownies

Ich hole diesen Beitrag von Ende Oktober jetzt Ende November nochmals hervor. Denn im Oktober fand das erste Testbacken für die Honigküchlein statt. Nun, Ende November, backt der Weihnachtsmann die finalen Plätzchen für den Versand an seine Schützlinge, die ihre Weihnachtsplätzchen noch vor Beginn der Adventszeit bekommen sollen.

—-

Sie kennen sicherlich Brownies und haben schon diverse davon gebacken? Dann ist dieses Rezept natürlich nichts neues für

Sie. Ich oute mich hier einmal: Es sind die ersten Brownies, die ich in meinem Leben gebacken habe. Als zweite Sorte Adventsplätzchen für die Familienangehörigen in der Adventszeit.

Gut, Schokoladen- oder Kakaokuchen habe ich schon diverse gebacken, und diese sind immer gut gelungen. Nicht aber diese kleinen Schokoküchlein, weltbekannt als Brownies.

Exzellente Brownies

Ich habe natürlich im Internet recherchiert, um ein gutes Rezept zu finden. Und bin auf der Website gutekueche.at auf dieses Rezept gestoßen. Es erschien mir einfach, aber gut. Und da ich die Plätzchen, die ich im November für die Familienangehörigen backen will, gerne vorher probieren und essen will, musste natürlich ein Testbacken her, damit ich dies bei diesen Brownies durchführen kann.

Und, ich muss sagen, die Brownies sind gut gelungen und schmackhaft. Ich wusste zwar nicht, was Zartbitterschokolade und Halbbitterschokolade bedeutet. Denn mein Discounter hatte

nur Bitterschokolade mit 70 % Kakaoanteil. Und dann die gewöhnliche Vollmilchschokolade. Da dies ein erster Backtest ist, habe ich eine Tafel „Feinherb“ und eine Tafel „Alpenmilch“ gekauft. Okay, das ist sicherlich nicht bitter genug. Aber es reicht aus, um die Brownies zu testen. Und für die eigentlichen Advents-Brownies besorge ich dann doch eher Bitterschokolade. Dann werden die Brownies auch so richtig dunkelbraun, wie man sie aus der Werbung und aus Kochsendungen kennt.

Beim nächsten Mal deutlich dunkler

Übrigens, was macht man, wenn ein Rezept einen Anteil von 85 g ausweist? Die Tafel Schokolade aber 100 g Gewicht hat? Genau abwiegen und portionieren? Nein, ich habe beide Tafeln im Ganzen genommen. Und einfach einen Teil der Butter weggelassen. Das Ergebnis ist dennoch gut geworden,

Für 18 Portionen:

- 85 g Zartbitterschokolade

- 85 g Halbbitterschokolade
- 170 g Butter
- 4 Eier
- 180 g Puderzucker
- 1 TL Vanillezucker
- 140 g Mehl
- 1 Prise Salz
- Fett zum Einfetten

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Verweildauer im Backofen 30 Min. bei 170 °C

Eine eckige Blechkuchenform/Springform oder auch eine große, rechteckige Auflaufform mit dem Backpinsel mit Fett einfetten.

Die Schokolade klein zerbrechen und in einen kleinen Topf geben. Die Butter dazugeben. Alles unter Rühren mit dem Schneebesen schmelzen. Vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen.

Eier aufschlagen und in eine Küchenmaschine geben. Puderzucker und Vanillezucker dazugeben. Alles schaumig rühren. Schokolade-Butter-Mischung tröpfchenweise dazu geben und alles gut verrühren. Schließlich das Mehl mit dem Salz dazugeben und ebenfalls alles gut verrühren.

Teig in die gefettete Back- oder Auflaufform geben und gut verteilen. Die oben angegebene Zeit auf mittlerer Ebene im Backofen backen.

Herausnehmen und abkühlen lassen.

In kleine Rechtecke schneiden und in eine Schüssel geben.

Servieren. Guten Appetit!

Kartoffel-Kürbis-Tortilla

Kochen Sie täglich? Für sich oder die Familie? Dann sind Sie an neuen Rezepten sicherlich auch immer interessiert. Haben Sie schon einmal daran gedacht, Newsletter per Mail mit aktuellen Rezeptvorschlägen zu abonnieren? Vielleicht von führenden Supermarktketten? Die Sie dann direkt zuhause erhalten?

Unbekanntes Rezept

Ich habe dieses Rezept für Tortillas vom Supermarkt REWE erhalten. Es hat mich angesprochen, weil ich diese Zubereitung in dieser Art nicht kannte. Meistens ist man ja in seinen eigenen Zubereitungsweisen eher gefangen, bereitet seine Speisen immer auf die gleich Weise zu und kommt beim Kochen nicht immer auf neue Ideen. Da ist so ein Schubs mit einem neuen Rezept immer ganz hilfreich.

Ich habe das Rezept abgewandelt. Denn wer kommt schon wie im Originalrezept von REWE auf die Idee, eine Masse aus Eiern und

Milch zum Überbacken mit dem Pürierstab aufzuschlagen? Da nimmt doch verständlicherweise einfach den Schneebesen.

Und auch die merkwürdige Art, den Kürbis anzubraten, aus der Pfanne herauszunehmen, dann die Kartoffeln anzubraten, Kürbis wieder hineinzugeben und dann nochmals braten, halte ich für sehr verwirrend und merkwürdig. Ich brate zuerst die Kartoffeln an, gebe dann den Kürbis hinzu, brate beides weiter an und gare dann alles zusammen bei zugedeckter Pfanne bei geringer Temperatur noch einige Zeit.

Außerdem hatte ich gerade keinen Hokkaidokürbis vorrätig, also nahm ich den Butternusskürbis aus dem Kühlschrank. Das Rezept gelingt auch damit und schmeckt sehr gut und ist lecker. Kochen Sie es einfach einmal nach!

Für 2 Personen:

- 600 g Hokkaido-Kürbis
- 800 g festkochende Kartoffeln
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Muskatnuss
- ein Bund Petersilie
- 6 Eier
- 6 EL Milch
- Rapsöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 40 Min.

Leckere Tortilla

Kerngehäuse des Kürbis entfernen. Kürbis zerteilen und in kurze, schmale und dünne Scheiben schneiden.

Kartoffeln schälen und ebenfalls in solche Scheiben schneiden.

Beides in eine Schüssel geben.

Petersilie kleinwiegen und in eine Schale geben.

Öl in zwei großen Pfannen mit Deckel erhitzen, Kartoffeln darauf verteilen und unter Rühren 5 Minuten kross anbraten. Dann den Kürbis auf die beiden Pfannen verteilen und alles weitere 5 Minuten kross anbraten.

Herdplatten auf niedrige Temperatur stellen und Inhalt der Pfannen zugedeckt nochmals 10 Minuten garen.

Inhalt der Pfannen mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Gemüse mit einem Pfannenwender vom Pfannenboden lösen.

Petersilie auf die beiden Pfannen verteilen und untermischen.

Backofen auf 180 °C Umluft erhitzen.

Eier in eine Schale aufschlagen, Milch dazugeben, mit Salz, Pfeffer und gemahlener Muskatnuss würzen und alles mit dem Schneebesen verquirlen.

Eier-Milch-Masse auf die beiden Pfannen verteilen, darüber gießen und in der Masse verteilen.

Im Backofen auf zwei mittleren Ebenen 20 Minuten nur noch stocken lassen.

Pfannen aus dem Backofen nehmen, Tortillas vorsichtig mit einem Pfannenwender vom Pfannenboden lösen und auf zwei Teller gleiten lassen.

Servieren. Guten Appetit!

Kräuter-Pfannkuchen mit BBQ-Sauce

Krautig und frisch

Bei Pfannkuchen denken Sie sicherlich auch immer mal wieder daran, wie Sie sie variieren können. Denn sonst schmeckt der gewöhnliche Pfannkuchen doch etwas dröge, eben nach Mehl, Eiern und Milch.

Vielleicht ist dieses Rezept etwas für Sie. Denn hier werden viele frische Kräuter verwendet und zum Pfannkuchenteig hinzugefügt. Man könnte fast sagen, der Teig besteht mehr aus kleingeschnittenen Kräutern denn aus den anderen, restlichen Zutaten.

Die Pfannkuchen schmecken dann auch etwas anders als gewöhnlichenPfannkuchen ohne Kräuter. Sie sind kratuig und frisch. Und wirklich lecker.

Verwenden Sie für die BBQ-Sauce zum Dippen der Pfannkuchenstücke eine Sauce, die keinen zu starken Eigengeschmack hat, sie würde sonst den feinen, krautigen Geschmack der Pfannkuchen übertönen.

Alles in allem ein leckeres, vegetarisches Gericht, bei dem man eben auch einmal gern als Alternative auf Fleisch verzichten kann.

Für 2 Personen:

- 14 gehäufte EL Mehl
- 4 Eier
- 200 ml vegane Milch
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 2 Bund krause Petersilie
- 30 g frischer Rosmarin (2 Päckchen à 15 g)
- 30 g frischer Koriander (2 Päckchen à 15 g)
- Rapsöl
- BBQ-Sauce

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 15 Min.

Leckere, knusprige Pfannkuchen
Blättchen des Rosmarin abzupfen und in eine Schale geben.

Rosmarinblättchen, Koriander und Petersilie auf einem großen Schneidebrett mit einem großen Messer kleinschneiden. In eine Schüssel geben.

Mehl in eine Schüssel geben. Eier aufschlagen und dazugeben. Milch ebenfalls hinzugeben. Kräftig mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Mit dem Schneebesen gut verquirlen.

Kräuter zu der Masse geben und ebenfalls alles gut vermischen.

Sehr viel Öl in zwei Pfannen erhitzen.

Mit dem Schöpflöffel jeweils ein Viertel der Masse in die Mitte der Pfannen geben und etwas nach außen verstreichen, so dass man runde Pfannkuchen hat. Pfannkuchen auf jeder Seite bei mittlerer Temperatur etwa 3–4 Minuten kross und knusprig braten. Die Pfannkuchen dürfen ruhig in dem Rapsöl schwimmen. Ab und zu mit dem Pfannenwender immer unter den Pfannkuchen schauen, ob er gut angebraten ist.

Pfannkuchen wenden und nochmals 3–4 Minuten braten. Auf zwei große Teller geben und warmhalten.

Prozedere in der gleichen Weise ein zweites Mal durchführen.

Die zweiten Pfannkuchen auf die ersten Pfannkuchen geben.

BBQ-Sauce in zwei kleine Schälchen geben. Zu den Pfannkuchen servieren.

Guten Appetit!

Eier-Reis mit Worchestersauce

Sie haben manchmal sicherlich auch einen Kühlschrank, in dem, wie man so sagt, die gähnende Leere herrscht. Und wenn dann der Gefrierschrank auch kein eingefrorenes Fleisch mehr hergibt, ist der Rat teuer. Nämlich, was man sich zu essen zubereiten soll.

Leicht verdaubares Gericht

Zumindest sind einige Trockenprodukte als Sättigungsmittel im Vorratsschrank meistens noch vorrätig, wie Mehl, Zucker, Reis oder Knödel. Und meistens hat man ja auch noch einige wenige Eier zuhause vorrätig.

Somit ergibt sich hier ein Gericht, das mehrere Merkmale aufweist. Zum einen ist es vegetarisch, denn die Fleischkomponente fehlt. Zum anderen ist es wahrlich ein Arme-Leute-Essen, denn die beiden Hauptzutaten sind einfach Reis und Eier. Und zum dritten ist es aber dennoch schmackhaft und leicht verdaulich. Also in solch einem Spätsommer mit manchmal

doch noch hohen Temperaturen wie geeignet.

Als Gewürz dient vorwiegend die Worchestersauce, die man in großer Menge über den gemischten Eierreis gibt. Fehlen darf aber auf alle Fälle nicht Salz, Pfeffer und eine Prise Zucker.

Beim Braten der Eier in der Pfanne, in der Sie vorher Zwiebeln und Knoblauch gedünstet haben, bereiten Sie keinen Eierpfannkuchen zu. Sondern verrühren beim Braten mit dem Kochlöffel die Eier gut, denn Sie sollen Sie ja mit dem Reis mischen.

Für 2 Personen:

- 2 Tassen Langkornreis
- 6 Eier
- Worchestersauce
- 2 weiße Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Parmigiano Reggiano
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 20 Min.

Mit Parmigiano Reggiano garniert
Garen Sie den Reis 17 Minuten in kochendem, leicht gesalzenem Wasser.

Zwiebeln und Knoblauchzehen putzen, schälen und kleinschneiden. In eine Schale geben.

Eier aufschlagen, in eine Schale geben und mit dem Schneebesen verquirlen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Gemüse darin andünsten. Eiermasse dazugeben und unter Rühren mit dem Kochlöffel garen. Reis aus dem Kochwasser nehmen und hinzugeben. Mit einem sehr großen Schluck Worchestersauce ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Abschmecken.

Masse auf zwei tiefe Teller verteilen. Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Hackfleischbällchen mit Wurzeln in Sahnesauce

Mit vielen, würzigen Hackfleischbällchen

Mit Hackfleisch lassen sich ja viele Gerichte zubereiten. Denken Sie an eine Lasagne. An diverse Aufläufe. Oder auch an den Klassiker Spaghetti Bolognese. Aber ein auch immer wieder gerne zubereitetes Gericht sind kleine Hackfleischbällchen. Unterschiedlich gewürzt. In diversen Saucen. Und mit diversen Beilagen wie Nudeln, Reis oder Kartoffeln.

Bei diesem Gericht bekommen die Hackfleischbällchen einen arabischen Touch. Denn sie werden mit viel gemahlenem Kreuzkümmel und Cayennepfeffer gewürzt. Vorgesehen war auch Kurkuma, der ist mir aber zur Zeit ausgegangen. Wenn Sie Kurkuma vorrätig haben, geben Sie ruhig einen Teelöffel davon

zu der Hackfleischmischung.

Ich brate die Bällchen bewusst in Butter an, denn ich möchte die Röststoffe der Bällchen in der sich dann entwickelnden Nussbutter haben. Und ich schwenke die leicht vorgegarten Wurzelscheiben als Beilage vor dem Servieren nur noch kurz in der Butter und erhitze sie darin. Und gebe einen Schuss Sahne für ein leichtes Söße̊chen dazu. Die Sahne wird durch die Röststoffe und Nussbutter automatisch ohne Dazutun gewürzt.

Normale Wurzeln benötigen in kochendem Wasser durchaus 10–12 Minuten, bis sie gegart sind. Diese dünnen Wurzelscheiben benötigen aber verständlicherweise deutlich weniger, nur 5 Minuten. Und nach dem Schwenken in Butter sind sie noch sehr bissfest und schmecken hervorragend.

Für 2 Personen:

- 500 g Hackfleisch (Rind)
- 2 große Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- eine Portion frische Petersilie
- 1 TL Cayennepfeffer
- 2 TL Kreuzkümmel
- Salz
- 8–10 EL Paniermehl
- 4 Eier
- 10 Wurzeln
- Sahne
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 15 Min.

Bissfeste Wurzelscheiben
Eine Portion frische Petersilie kleinwiegen.

Zwiebeln und Knoblauch schälen, kleinschneiden und in eine Schüssel geben. Hackfleisch dazugeben. Petersilie hinzugeben. Eier aufschlagen und ebenfalls hinzugeben. Paniermehl auch dazugeben. Mit Salz, Kreuzkümmel und Cayennepfeffer würzen. Alles mit der Hand gut vermischen, eine Stunde zugedeckt ziehen und das Paniermehl etwas quellen lassen.

Wurzeln putzen, schälen und in dünne, längliche Scheiben schneiden.

In kochendem Wasser 5 Minuten garen. Mit dem Schaumlöffel herausheben, in eine Schale geben und abkühlen lassen.

Aus der Hackfleischmasse mit den Händen kleine Bällchen formen und in eine Schüssel geben.

Eine große Portion Butter in einer großen Pfanne erhitzen. Bällchen darin etwa 10 Minuten auf allen Seiten kross und knusprig anbraten. Dabei des Öfteren umrühren und die Bällchen

wenden.

Bällchen herausnehmen und warmhalten.

Noch eine Portion Butter in die gleiche Pfanne geben. Wurzelscheiben hineingeben und nur noch kurz in der Pfanne schwenken und erhitzen.

Einen großen Schuss Sahne dazugeben. Leicht salzen.

Bällchen auf zwei Teller verteilen. Wurzelscheiben auf die beiden Teller geben und von der Sahnesauce über die Wurzelscheiben gießen.

Servieren. Guten Appetit!

Freie Interpretation einer Ramen

Nicht ganz authentisch

Sie wissen, was eine Ramen ist? Und haben sich in einem asiatischen Restaurant schon einmal von dem herrlichen Geschmack dieser asiatischen Nudelsuppe überzeugt? Oder haben Sie selbst schon einmal eine solche Suppe nachgekocht?

Ramen ist eine asiatische Nudelsuppe, die ihren Ursprung in China hat. Sie wurde jedoch im 19. Jahrhundert in Japan importiert, übernommen und dort in diverse Richtungen weiterentwickelt und verfeinert. Mittlerweile gibt es in Japan eigene Ramenrestaurants, die sich nur auf die Zubereitung dieser speziellen Suppen verlegt haben.

Ich habe hier eine freie Interpretation einer Ramen gewagt. Die Brühe ist schon einmal nicht original, denn ich weiß wirklich nicht, wie man eine Brühe für eine Ramen zubereitet. Die Brühe, die ich hier verwende, ist aber eine selbst zubereitete Gemüsebrühe, die schon einmal viel Geschmack hat und definitiv nicht aus der Tüte oder dem Glas stammt.

Die vier Hauptzutaten sind dann schon näher dran an einer

originalen Zubereitung. Es sind als Hauptzutat zum einen Mienudeln, die ich vorgare. Dann Hühnchenbrustfilet, in feine, kurze Streifen geschnitten und ungewürzt nur Sekunden in Fett in der Pfanne kross und knusprig gebraten. Ebenso wird der in Streifen geschnittene Pak-Choi zubereitet. Und als letzte Zutat kommt ein Spiegelei in die Suppe. Beim Recherchieren stellte ich jedoch fest, dass die Japaner ein ganzes, hartgekochtes Ei doch eher bevorzugen.

Das Ganze wird in der Weise zubereitet, dass die vier Zutaten gegart werden und in Schalen kommen. Dann wird die Brühe erhitzt und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker gewürzt und abgeschmeckt.

Die Nudeln kommen zuunterst in eine Suppenschale oder -teller. Darauf kommen die drei restlichen Zutaten. Aufgefüllt wird mit der kochenden, gewürzten Brühe.

Und ich muss sagen, auch wenn nicht alles authentisch ist, die Ramen mundet und schmeckt vorzüglich. Also, ran an die Ramen und nachkochen!

Leckere Ramen
Für 2 Personen:

- 800 ml Gemüsebrühe
- 2 Portionen Mienudeln
- 4 große Blätter eines Pak-Choi
- 2 dünne Scheiben Hühnchenbrustfilet
- 2 Eier
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 5 Min.

Pak-Choi-Blätter putzen und quer in schmale Streifen schneiden. In eine Schale geben.

Filetscheiben ebenfalls quer in kurze, schmale Streifen schneiden. In eine Schale geben.

Mienudeln nach Anleitung in kochendem Wasser garen.

Herausnehmen und in eine Schale geben.

Zwei Eier in eine Pfanne mit Öl aufschlagen und zwei Spiegeleier daraus zubereiten. Einzeln herausnehmen und auf einen Teller geben.

Sowohl Fleisch als auch Pak-Choi separat in einer Pfanne mit etwas Öl nur wenige Sekunden unter Rühren kross und knusprig anbraten. Separat in eine Schale geben.

Brühe in einem Topf erhitzen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und abschmecken.

Nudeln auf zwei große Schalen oder Suppenteller verteilen. Jeweils den Pak-Choi, das Fleisch und ein Spiegelei darauf geben. Mit der heißen Brühe auffüllen.

Servieren. Guten Appetit!

Frische Spargelsuppe mit Spargelspitzen und Eieinlage

Mit Spargelspitzen und Ei

Sie suchen noch zur Spargelsaison ein gutes Spargelrezept? Ich habe hier eines für Sie, für eine leckere Spargelsuppe.

Ich hatte ein Pfund Spargel zur Verfügung. Das war jedoch eher der Überschuss an frischem Spargel, denn ich hatte hier nur sehr, sehr dünne Spargel erstanden. Allein beim Transport nach Hause rechnete ich mit viel Spargelbruch in der Einkaufstüte.

Also entschied ich mich, den Spargel nicht zu schälen, wobei ich noch mehr Spargelbruch produziert hätte. Sondern den Spargel nur für eine Spargelsuppe auszukochen. Normalerweise verwendet man dafür nur die Schalen von frischem Spargel, den man dann anderweitig als Beilage für ein Gericht zubereitet. Und kocht die Schalen in reinem Wasser aus.

Hier bin ich dann nochmal einen anderen Weg gegangen und habe den Spargel in selbst zubereiteter Gemüsebrühe gegart. Daher auch der leicht dunkelbraune Ton der Suppe. Diese Idee war aber nicht so gut, die Gemüsebrühe nimmt auch nach längerem Kochen nicht so sehr wie gewohnt den Spargelgeschmack an. Also

bietet es sich doch an, für das Auskochen lieber nur Wasser zu verwenden und die Suppe dann einfach nur noch zu würzen.

Aber dennoch, die Suppe schmeckt. Schließlich ist sie frisch aus frischen Zutaten zubereitet. Als besonderen Pfiff lege ich die Spargelspitzen zur Seite und koche sie in der Suppe in den letzten 10 Minuten in der Suppe als Einlage mit. Den ausgekochten Spargel nehme ich natürlich nach dem langen Garen vorher mit dem Schöpflöffel vorsichtig heraus. Und als zweite Zutat kommen noch verquirlte Eier hinein, die ich vorsichtig mit dem Schneebesen einrühre.

Dann kommt noch frische, kleingeschnittene Petersilie auf die angerichtete Suppe. Und abgeschmeckt wird sie natürlich vor dem Servieren mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Mit den Lichtverhältnissen im Frühling oder Sommer ist das so eine Sache. Es ist zwar länger sonnig und auch länger hell, das ist ja sehr schön, weil man gern mehr draußen unterwegs ist. Allerdings fotografiere ich meine Foodfotos normalerweise abends bei Kunstlicht und habe den Weißabgleich in meinem Fotoapparat auch entsprechend eingestellt. Bei manchen Fotos in der jetzt helleren Jahreszeit, wenn ich diese schon früher und nicht spät abends fotografiere, habe ich leider gemischte Lichtverhältnisse, sowohl natürliches Licht durch das Küchenfenster als auch Kunstlicht von der Beleuchtung in der Küche. Das sieht man den Fotos dann leider an, wie auch in diesem Rezept, und sie sind leider nicht gut ausgeleuchtet.

Schlechte Lichtverhältnisse

Für 2 Personen:

- 1 kg sehr dünner Spargel
- 800 ml Gemüsebrühe
- 2 Eier
- frische Petersilie
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 2 Stdn.

Spargelspitzen abschneiden und in eine Schale geben.

Restlichen Spargel grob zerkleinern.

Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen, Spargelstücke hineingeben und bei geringer Temperatur zugedeckt zwei Stunden köcheln lassen.

Spargel mit dem Schöpflöffel herausnehmen.

Spargelspitzen hineingeben und nochmals 10–12 Minuten garen.

Eier in eine Schale aufschlagen, mit dem Schneebesen verquirlen und langsam, unter Rühren mit dem Schneebesen in der Brühe die Eier in dieselbe geben.

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

Eine kleine Portion Petersilie kleinwiegen.

Suppe auf zwei tiefe Suppenteller verteilen. Mit der Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Innereienhackbraten mit Rucolasalat

Keine formschöne Hackbratenscheiben

Sie gehen beim Zubereiten von Speisen sicherlich ab und zu auch einmal Wege außerhalb des Mainstreams und halten sich nicht an Rezepte aus Kochbüchern. Dann können Sie mir hier bei einem neuen Rezept auch folgen.

Es war einen Versuch wert, aber so richtig gelungen ist es nicht. Geplant hatte ich zunächst, Innereienfrikadellen zuzubereiten. Aber Sie können eine Schweineniere oder Rinderpansen nicht einfach so durch den Fleischwolf drehen, wie Sie es mit Muskelfleisch tun können, um schönes Hackfleisch zu erhalten. Niere ist Drüsengewebe, im Fleischwolf zerreißen Sie dabei komplett alle Fasern. Und der Pansen geht auch nicht so richtig durch den Fleischwolf.

Also habe ich die Innereien mit dem Messer sehr klein geschnitten. Zwar sehr klein, aber eben nicht so klein und fein wie Hackfleisch, das aufgrund seiner Feinheit und Struktur dann eben gute Bindefähigkeiten in einer Masse mit eingeweichtem Toastbrot, Zwiebeln, Eiern und Gewürzen aufweist.

Also bin ich nach Herstellung der Masse erst einmal von dem Plan mit Frikadellen abgewichen und habe mich zu einem Hackbraten entschieden. Denn für diesen kann man die Masse einfach in gewünschter Form in Alufolie einrollen und auf einem feuerfesten Teller im Backofen backen.

Gesagt, getan, das Ergebnis sehen Sie auf den Foodfotos. So ganz gelungen ist auch der Hackbraten nicht. Die Innereienstückchen sind eben immer noch zu grob für eine schöne, gebunden Hackbratenmasse. Man kann den Hackbraten zwar zuschneiden und schön servieren. Und das Wichtigste ist natürlich auch, das er aufgrund der Zutaten und der verwendeten Gewürze wirklich sehr gut, kross und knusprig schmeckt. Aber so richtig Anrichten lässt er sich nicht.

Fazit ist, beim Hackbraten sollte man daher eher beim Muskelhackfleisch von Rind und Schwein oder auch gern Geflügel oder sogar Pferd bleiben. Dann klappt auch der Hackbraten wie gewünscht.

Ein Wort noch zur Beilage: Der Rucolasalat ist lecker und gelingt mit dem frischen Dressing natürlich sehr gut.

Zumindest geschmacklich sehr lecker und wohlschmeckend
Für 2 Personen:

Für den Hackbraten:

- 200 g Rinderherz
- 200 Schweineniere
- 200 g Pansen (vorgegart)
- 1 große, weiße Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 5 EL Semmelbrösel
- 1/2 Topf Petersilie
- edelsüßes Paprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 3 Eier

Für den Salat:

- 200 g Rucolasalat (2 Packungen à 100 g)

Für das Dressing:

- Olivenöl
- Balsamicoessig
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 30 Min.

Gemüse putzen, schälen und kleinschneiden. In eine Schüssel geben.

Innereien sehr klein schneiden und ebenfalls in die Schüssel geben.

Petersilie kleinschneiden und dazugeben.

Semmelbrösel dazugeben.

Eier aufschlagen und auch dazugeben.

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

Alles gut mit der Hand vermischen und einige Zeit ziehen lassen.

Backofen auf 180 °C Umluft erhitzen.

Alufolie auf einem Arbeitsbrett ausrollen. Masse darauf geben und einen schönen Hackbraten daraus formen. Alufolie zusammenrollen und auch an den Seiten gut verschließen.

Hackbraten auf einem feuerfesten Teller auf mittlerer Ebene für 30 Minuten in den Backofen geben.

Parallel dazu mit den Zutaten für das Dressing ein solches in

einer Schale zubereiten.

Rucola in eine Schüssel geben, Dressing darüber geben und alles gut mit dem Salatbesteck vermischen.

Auf zwei große Teller geben und darauf verteilen.

Hackbraten aus dem Backofen nehmen. Alufolie entfernen. Vorsichtig in etwa sechs gleichgroße, dicke Scheiben schneiden. Jeweils drei Scheiben auf einen Teller mit dem Salat geben.

Servieren. Guten Appetit!

Birne-Mandarine-Tarte

Einfach mit gemischtem Obst

Fragen Sie sich manchmal, was sie mit übrig gebliebenem Obst machen sollen, das niemand mehr essen will? Machen Sie es sich ganz einfach. Mischen Sie das Obst und bereiten Sie damit einfach eine gemischte Obsttarte zu. Das klappt eigentlich immer und schmeckt auch sehr lecker.

Dazu brauchen Sie als Boden einfach einen normalen Mürbeteig. Und für die Füllmasse der Tarte einen so genannten Eierstich. Also eine Mischung aus Eiern und Sahne.

In letzteren kommt das geputzte und kleingeschnittene Obst.

Ab mit der Tarte in den Backofen. Und fertig ist der Wochenendkuchen.

Für den Mürbeteig:

- Grundrezept

Für die Füllmasse:

- Grundrezept

Zusätzlich:

- 4 Birnen
- 6 Mandarinen

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Backzeit 40 Min. bei 170 °C Umluft

Einfach und lecker
Obst schälen, putzen und kleinschneiden. In eine Schüssel geben.

Mürbeteig nach dem Grundrezept zubereiten.

Eierstich aus Eiern und Sahne zubereiten.

Obst hinzugeben und alles gut vermischen.

Füllmasse auf den Mürbeteig geben und Tarte die oben angegebene Zeit in den Backofen geben.

Herausnehmen, gut abkühlen lassen und auf eine Kuchenplatte geben.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Nuss-Nougat-Blätterteigstrudel

Lecker und schnell zubereitet
Sicherlich sind sie auch immer offen für neue Rezepte für ein schnelles Gebäck oder Dessert. Die vor allem dann angebracht sind, wenn sich unverhofft und kurzfristig Gäste angemeldet haben. Und da freue ich mich, dass ich hier auch einmal ein einfaches, sehr schnelles, aber sehr leckeres Rezept für ein gelungenes Dessert oder auch Gebäck für die Kaffeerunde anbieten kann.

Einen industriell gefertigten Blätterteig kann man einige Zeit im Kühlschrank lagern. Oder man geht schnell zum Discounter und kauft ihn dort ein, denn fast alle Discounter und natürlich auch Supermärkte haben diesen im Sortiment.

Dann fehlt nur noch ein Glas mit Nuss-Nougat-Creme. Natürlich ein verquirltes Ei, mit dem der Strudel vor dem Backen für

schönen Glanz bestrichen wird. Und etwas Puderzucker für die Optik zum Bestäuben.

Aber aufgepasst, der Strudel sieht dann zwar sehr schön und vor allem zum Anbeißen süß aus. Aber er ist natürlich auch wirklich pappsüß.

Für 2 Personen:

- 1 Blätterteig (Packung)
- 400 g Nuss-Nougat-Creme (1 Glas)
- 1 Ei
- Puderzucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Backzeit 15 Min. bei 200 °C Umluft

Schöner Blätterteig
Blätterteig auf dem Backpapier auf einem Backblech ausrollen.

Nuss-Nougat-Creme mit dem Esslöffel auf dem Blätterteig

verteilen und dann gut flächig verstreichen.

Blätterteig auf dem Backpapier zusammenrollen.

Ei aufschlagen, in eine Schale geben, mit dem Backpinsel verquirlen und auf dem Strudel verstreichen.

Auf mittlerer Ebene die oben angegebene Zeit im Backofen backen.

Herausnehmen, abkühlen lassen und auf eine Tortenplatte geben.

Quer in dicke Scheiben schneiden und auf zwei Teller verteilen.

Mit Puderzucker bestäuben.

Servieren. Guten Appetit!

Pfannengericht mit Schlutzkrapfen, Klößen und Eiern

Klöße, Nudeln und Eier

Sind Sie auch immer an Rezepten interessiert, bei denen Sie angesammelte Lebensmittel oder Essensreste verwerten können? Vielleicht ist dann dieses Rezept etwas für Sie.A

Ausgangspunkt waren Schlutzkrapfen, die von einem anderen Essen übrig geblieben waren. Und der Einfachheit halber habe ich keine frisch zubereiteten, portionsweise eingefrorenen Knödel verwendet. Sondern hier einmal auf einfache Knödel aus der Packung zurückgegriffen, also ein Convenienceproukt. Aber bei einer solchen Resteverwertung darf es ruhig auch einmal etwas einfacher zugehen. Dazu kommen noch Eier. Und frischer Rosmarin.

Als kleine Beilage gibt es einen einfachen Salat aus einer Salatmischung dazu. Angemacht mit einem leichten Joghurtdressing.

Für 2 Personen:

- 20 gegarte Schlutzkrapfen (etwa 500 g)

- 6 Kartoffelknödel (Packung)
- 4 Eier
- 4 Zweige frischer Rosmarin
- Worchestershire-Sauce

Für den Salat:

- 250 g Salatmischung (2 Packungen à 125 g)
- 200 ml Naturjoghurt (1 Becher)
- Weißweinessig
- 1 Päckchen Salatkräuter
- Zucker

Zusätzlich:

- Salz
- schwarzer Peffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 10 Min.

Leckeres Pfannengericht
Knödel nach Packungsanleitung zubereiten. Abkühlen lassen und in Scheiben schneiden. In eine Schale geben.

Schlutzkrapfen ebenfalls nach Anleitung zubereiten, dann ebenfalls abkühlen lassen und quer halbieren. In eine Schale geben.

Eier aufschlagen, in eine Schale geben und verquirlen.

Blättchen des Rosmarin abzupfen, auf ein Schneidebrett geben und kleinwiegen.

Salat waschen. In eine Schüssel geben.

Dressing aus Joghurt, Weißweinessig, Salatkräutern, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker in einer Schale mischen und zubereiten. Abschmecken. Dressing über den Salat geben und mit einem Salatbesteck gut vermischen.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen und Knödelscheiben einige Minuten kross anbraten. Dann Schlutzkrapfen dazugeben und

ebenfalls anbraten. Rosmarin dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Und mit einem guten Schuss Worchestershire-Sauce würzen. Eier darüber geben, alles gut vermischen und noch einige Minuten braten.

Auf zwei tiefe Teller verteilen.

Salat auf zwei Schalen verteilen.

Zusammen servieren. Guten Appetit!

Ramen

Mit leckeren Mienudeln
Kennen Sie Ramen? Wenn Sie gern asiatisch Essen zubereiten oder essen gehen, sollte Ihnen dieser Begriff etwas sagen. Ramen ist eine japanische Nudelsuppe. Es gibt wenige Städte in

Deutschland, die eine hohe Bevölkerungsanzahl von Japanern unter der übrigen Bevölkerung haben, so dass es dort auch viele japanische Restaurants gibt. Und als spezielle japanische Restaurants gibt es dann dort auch Ramen-Restaurants. Also Restaurants, die sich auf die Zubereitung von japanischen Nudelsuppen spezialisiert haben.

Ich durfte dies vor sehr langer Zeit einmal erleben, als ich vor etwa 20 Jahren ein viertel Jahr in Düsseldorf lebte. Düsseldorf hat aufgrund der vielen dort ansässigen japanischen Unternehmen den höchsten Anteil an Japanern an der Bevölkerung in Deutschland. Und somit die höchste japanische Restaurantdichte.

Ich bin damals sehr gern und oft in ein japanisches Nudelrestaurant in der Nähe des Hauptbahnhofs gegangen und habe eine originale japanische Nudelsuppe gegessen. Eine große Schale japanische Nudelsuppe kostete damals etwa 10–12 €. Ich habe sie wirklich sehr gern gegessen. Und sie war natürlich sehr gut und frisch zubereitet.

Ob in dieser Ramen aus diesem Rezept wirklich auch alle originalen Zutaten einer Ramen enthalten sind, weiß ich nicht genau. Zumindest verwende ich einen frisch zubereiteten Gemüsefond für die Brühe. Dieser ist aber leider dunkel, weil ich ihn bei der Zubereitung nicht geklärt habe. Wenn Sie einen hellen Gemüsefond verwenden möchten, schauen Sie bitte im Foodblog nach. Es gibt dort auch Rezepte zum Thema „Klären“.

Des weiteren habe ich als Hauptzutaten Schweinebauch, der in der asiatischen Küche gern verwendet wird, Pak Choi und Mienudeln verwendet. Und als Würze für die Brühe Fischsauce und dunkle Sojasauce. Das sollte also somit alles gut passen.

Bei der letzten Zutat bin ich mir jedoch absolut sicher, dass sie in eine spezielle Ramen hineingehört. Und das ist das hartgekochte Ei in Scheiben, das noch warm vor dem Servieren auf die Ramen kommt.

Als Garnitur kommt nur ein wenig frisch gewiegte Petersilie obenauf.

Schönes 6-teiliges Set Asia Bowls
Sie legen sich sicherlich auch gern einmal neues Küchengeschirr zu. Oder eventuell Geschirr aus anderen Kulturen für die ganz spezielle Präsentation von den zugehörigen Speisen auf dem Küchen- oder Esstisch. Aus diesem Grund ist diese Zubereitung auch gleichzeitig eine Präsentation meiner neuen, asiatischen Reisschalen. Denn so werden sie auf der Verpackung genannt. Sie sind aus Steingut. Schön dekoriert mit Mustern und Farben. Und ja, wozu dienen sie denn so? Als Reisschalen, Ramenschalen, Schalen für Eintöpfe und Suppen. Aber auch für das Müsli oder ein Dessert wie ein Pudding. Und sie sind natürlich schon allein bei der Zubereitung sehr praktisch, weil ich zugeschnittenes Fleisch und Gemüse immer in einer farbenfrohen Schale aufbewahren kann, bevor ich ans Kochen gehen.

Also, lassen Sie sich von diesen schönen Schalen und dem wirklich sehr leckeren Gericht verzaubern. Und kochen Sie es

nach. Ich habe schon lange keine solch leckere Suppe mehr gegessen.

Für 2 Personen:

- 1/2 Portion Mienudeln (1/2 Packung, 125 g)
- 2 Scheiben Schweinebauch mit Schwarte, ohne Knochen
- 1 Pak Choi
- 800 ml Gemüsefond
- 1 EL Fischsauce
- 1 EL dunkle Sojasauce
- 2 Eier
- eine wenig frische Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 20 Min.

Leckere Ramen

Eier mit einem spitzen Gegenstand einstechen und 10 Minuten in einem Topf mit kochendem Wasser garen.

Schweinebauch quer in schmale Streifen schneiden. In eine

Schale geben.

Pak Choi putzen und ebenfalls quer in schmale Streifen schneiden. In eine Schale geben.

Petersilie kleinwiegen.

Nudeln in einem Topf mit kochendem Wasser 4 Minuten garen.

Fond in einem Topf erhitzen und Schweinebauch und Pak Choi darin einige Minuten kochen. Nudeln dazugeben. Mit Fischsauce und Sojasauce würzen. Brühe abschmecken.

Eier pellen und quer in Scheiben schneiden.

Ramen auf zwei Suppenschalen verteilen. Eierscheiben darauf verteilen. Mit Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Bananentarte

Sieht die Tarte nicht gut aus?
Sicherlich kommen Sie auch ab und zu in die Verlegenheit, dass Obst für Sie oder die Familie übrig bleibt und langsam einige dunkle Stellen aufweist, so dass bald damit zu rechnen ist, dass das Obst verdorben ist und somit in den Bio-Mülleimer wandert. Was also damit tun? Obstsalat oder ähnliches haben Sie sicherlich schon durchprobiert.

Ich empfehle Ihnen eine Tarte. Bei dieser können Sie Obst jedweder Art verwerten. Sie können sogar eine Oberstarte mit einer Obstmischung zubereiten und backen. Und diese Tartes schmecken sehr gut. Vor allem den Kindern, sofern Sie welche im Haushalt haben, essen diese sehr gerne. Denn solch eine Tarte enthält so gut wie keinen Zucker und ist damit sehr gesund und schont die Zähne und den Körper. Einzig der Fruchtzucker des Obstes ist in einer Tarte enthalten.

Bei diesem Rezept hatte ich sechs Bananen übrig, deren Schalen schon diverse schwarze Stellen aufwiesen. Sie waren somit überreif. Aber sie eigneten sich hervorragend für diese Tarte, denn beim Backen – man könnte sagen – schmelzen sie noch etwas

in der Füllmasse und ergeben eine herrlich homogene, schmackhafte Masse.

Am besten lauwarm essen …
Für den Mürbeteig:

- Grundrezept

Für die Füllmasse:

- Grundrezept

Zusätzlich:

- 6 reife Bananen

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Backzeit 30 Min. bei 170 °C Umluft

Mit leckeren, reifen Bananen
Bananen schälen, putzen, und in sehr kleine Stücke schneiden. In eine Schüssel geben.

Mürbeteig nach dem Grundrezept zubereiten.

Füllmasse der Tarte nach dem Grundrezept zubereiten.

Bananenstücke in die Füllmasse geben und mit dem Backlöffel alles sehr gut vermischen.

Füllmasse auf den Mürbeteig in der Backform geben.

Tarte auf der mittleren Ebene im Backofen die oben angegebene Zeit backen.

Herausnehmen und abkühlen lassen. Backform und Backpapier entfernen.

Mein Rat: Die Tarte schmeckt lauwarm am besten.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!