Restaurant „Zum Eichtalpark“ in Wandsbek

Der Eingang zum Restaurant „Zum Eichtalpark“

Zuerst war nachmittags der Besuch des Straßen- und Kirchweihfestes der Kreuzkirche in Wandsbek an der Reihe. Ich hielt mich dort eine halbe Stunde auf. Mit einem alkoholfreien Bier als Genussmittel. Das Straßenfest erstreckte sich allerdings in der Straße vor der Kreuzkirche auch nur auf einer Länge von etwa 100 Metern. Es war somit schnell abgegangen, angeschaut und begutachtet. Und somit gut überschaubar. Die Besucher an den diversen Ständen, Essbuden und auf Parkbänken auf der Wiese und auf den Gehwegen schienen sich gut zu amüsieren.

Das erste Mal beim Besuch eines Straßenfests – und es war schon das mittlerweile dritte Straßenfest in den letzten

Wochen, das ich besucht habe – kam mir der Gedanke an die Attentatsvorfälle in Mannheim und Solingen. Und ich fragte mich, ob dies bei solch einem Straßenfest auch passieren könne und ob man hier sicher ist. Glücklicherweise entdeckte ich sehr schnell am Anfang der Straße das Auto der hiesigen Polizei und die Polizeibeamtin, die an diesem Nachmittag hier ihren Dienst versah. Ich sah also, dass die Polizei für die Besucher da ist, sie im Notfall beschützt und ich fühlte mich tatsächlich sicher. Daumen hoch!

Das Hinweisschild zum Bier- und Cafégarten

Nach dem Besuch des Straßenfestes ging es in das nahe gelegene Restaurant „ Zum Eichtalpark“ im gleichnamigen Eichtalpark.

Der Bier- und Cafégarten von außen

Das Restaurant bietet gemäß seiner Speisekarte und auch auf seiner Website Wild, Fleisch und Deutsche Küche. Ich hatte mir aber davon mehr versprochen. Bei Deutscher Küche erwarte ich auch solche Speisen wie eine gute, deutsche Rinderroulade oder eine knusprig gebratene Schweinshaxe.

Der Bier- und Cafégarten im Inneren

Vorausschicken will ich noch, dass das Restaurant einen großen Bier- und Cafégarten hat, in dem man sehr schön und relativ ruhig direkt an der Wandse sitzt. Man kann dort nicht nur ganz normal zu Mittag oder zu Abend essen. Sondern auch durchaus an einem Nachmittag einen Kaffee trinken. Vielleicht mit einem warmen Apfelstrudel mit Vanilleeis und Sahne. Oder auf einen kurzen Sprung auch für ein (alkoholfreies) Bier. Gern allein, mit dem Partner:in oder in Gesellschaft mit Familie oder Freunden.

Ein kleiner Teich der Wandse südlich angrenzend an den Biergarten

Da ich an diesem Abend nicht so sehr hungrig war, entschied ich mich gegen eine Vorspeise und nur für ein Hauptgericht. Und zwar Wildschweinbraten mit Wacholderrahmsauce und frischen Champignons, Kartoffelkroketten, Rotkohl und Preiselbeeren.

Das Gericht war mittelmäßig. Der Wildschweinbraten war zwar lecker, das Fleisch zart und weich. Und angenehm aufgefallen ist mir, dass sowohl zusätzliche Wacholderrahmsauce in einer separaten Saucière angeboten wird, die auch sehr lecker war. Als auch die beiden Beilagen Kartoffelkroketten und Rotkohl in separaten Schalen gereicht werden. Aber die Kroketten waren leider nicht handgemacht, dazu waren sie zu einheitlich von der äußeren Form, hier handelte es sich um Tiefkühlware. Und beim Rotkohl konnte ich mich nicht festlegen, ob er frisch und selbst zubereitet war. Oder ob es ein Convenienceprodukt war. Ich denke, dass es ein zugekauftes Produkt war, das

nachträglich mit Zucker und Essig für eine leichte Süße und Säure verfeinert wurde. Die Idee, einen halben Pfirsich aus der Dose als Schale für die Preiselbeeren zu verwenden, fand ich gut. Aber die Orangenscheibe und das Salatblatt brauchte ich nicht auf dem Teller, das hat dort nichts zu suchen.

Das Gericht

Alles in allem gebe ich dem Gericht eine durchschnittliche Note. Es war, wie auch das ganze Restaurant an sich, doch etwas altbacken. Das geht besser, frischer und moderner.

Ein leckeres, kühles, alkoholfreies Bier zum Essen

Das Restaurant schließt ja Ende November 2024, weil die Stadt Hamburg, in deren Besitz das Gebäude ist, das Restaurant komplett renoviert. Vermutlich kommt nach der 1-jährigen

Renovierphase eine andere Gastronomie in das Gebäude. Vielleicht tut die Renovierung nicht nur dem Gebäude gut. Sondern es zieht auch eine modernere und frischere Gastronomie in das Gebäude ein. Was sich dann auch im Äußeren des Gebäudes und Inneren des Restaurants widerspiegelt.

Der Verein „Freunde des Eichtalparks“ hat schon seit längerem der Stadt Hamburg den Vorschlag übermittelt, im Zuge der Renovierung des Gebäudes diesem auch eine originales, altes Mühlenrad südlich des Gebäudes am Verlauf der Wandse anzubringen und in Betrieb zu nehmen. Das ist ein guter Vorschlag, da sich das Mühlenrad sicherlich gut in die Umgebung einfügt, zumal historisch gesehen ein Mühlenrad an dieser Stelle immer vorhanden war.

Kulinarisch gesehen werde ich das Restaurant bis zur Schließung sicherlich nicht mehr besuchen. Wenn mir die neue Gastronomie zusagt, werde ich dies dann aber nochmals überdenken.

China-Restaurant „Mongolei“ in Wandsbek

Heute an einem Sonntag habe ich mir einmal ein Essen in einem Restaurant gegönnt. Ich hatte es schon länger geplant, in diesem Restaurant essen zu gehen. Also habe ich dort heute Abend 1 Stunde beim gemütlichen Speisen auf der Terrasse des Restaurants einen angenehmen Abend verbracht.

So wird auf das Restaurant von der Wandsbeker Zollstraße aus hingewiesen

Zunächst einmal zum Restaurant. Es liegt in der Wandsbeker Zollstraße genau an der Ecke, an der in östlicher Richtung die Ahrensburger Straße beginnt. Etwa 100 m vom Kultorhaus entfernt und somit vom Eichtalpark. Leider liegt es ein wenig versteckt im Hinterhof einiger Gewerbebetriebe und ist nicht ohne weiteres zu sehen. Entweder weiß man, dass sich das Restaurant dort befindet. Oder man muss sich an dem Hinweisschild zum Restaurant orientieren. Dann kommt man zu dem schmucken Eingang zum Restaurant.

Einfacher, schmucker Eingang des Restaurants

Das Restaurant hat aber aufgrund seiner Lage den Vorteil, dass es fast parallel zur Wandse liegt. Und da es eine schmale, aber lange Terassse oder Biergarten hat, sitzt man somit direkt im Grünen unter vielfältigem Baumbewuchs. Und das Erstaunliche ist, man hat hier völlige Ruhe und sogar Stille und kann entspannt essen. Es ist idyllisch, eine richtige Oase. Obwohl doch nur etwa 50 m Meter entfernt der vierspurige, starke Verkehr auf der Wandsbeker Zollstraße/Ahrensburger Straße verläuft.

Schmale Terrasse des Restaurants, links neben den Büschen verläuft die Wandse

Viele Besucher werden das Restaurant vermutlich frequentieren, weil es ein Mongolisches Buffet für einen Festpreis pro Person anbietet. Ich jedoch wollte ganz normal von der Speisekarte aus bestellen. Ich habe es mir nach dem Platznehmen und der Entgegennahme der Speisekarte einfach gemacht. Ich sprach die Bedienung an. Da ihr Restaurant „Mongolei“ heiße, könne sie mir bestimmt eine original mongolische Vorspeise und auch Hauptspeise empfehlen. Und somit habe ich gleich den Auswahl- und Bestellvorgang abgekürzt.

Die Bedienung empfahl mir als Vorspeise:

Mongolische Gemüsesuppe
Und als Hauptspeise:

Mongolische Kostbarkeiten mit verschiedenen Fleischsorten, Shrimps, Gemüse und Knoblauch

Und nun zu den Speisen. Die Suppe war geschmacklich gut, wenn sie auch einfach war. Aber das Gemüse in der Suppe war

knackfrisch.

Und auch die Hauptspeise war wirklich gut. Das Fleisch war kross und knusprig, aber dennoch saftig und weich. Das Gemüse war sehr frisch und knackig. Und die Sauce exzellent. Dazu eine Schüssel Reis.

Ich kann nicht beurteilen, ob die Suppe oder Sauce aus einer Fertigpaste zubereitet wurde. Oder ob sie frisch zubereitet wurden.

Aber geschmacklich war das Essen wirklich gut. Ich kann das Restaurant wirklich guten Herzens empfehlen. Wer also gern chinesisch isst – Rind, Schwein, Huhn usw. jeweils in 10 unterschiedlichen Zubereitungen –, dem sei das Restaurant wirklich zu empfehlen. Vergleiche ich es mit dem chinesischen Imbiss „Hong Kong Wok“ in meinem Stadteil, so bietet der Imbiss wirklich nur Imbissqualität. Und ist somit nicht zu empfehlen. Ich gebe lieber das Doppelte für ein Essen aus, esse in diesem Restaurant und habe dann eine wirklich gute Qualität der Speisen.

Und die Menge des Hauptgerichts war wirklich so enorm für eine Person, dass ich heute sicherlich nichts weiteres zu essen zu mir nehmen muss.

Dazu gab es als Abkühlung bei diesem warmen Wetter ein kühles, erfrischendes, alkoholfreies Bier.

Dazu ein kühles, schmackhaftes, alkoholfreies Bier
Ich werde auf alle Fälle wieder dorthin gehen, um zu speisen.

Wurzeleintopf

Essen Sie in der kalten Jahreszeit, also im Herbst und Winter, auch gern einmal einen wärmenden Eintopf? Und greifen dabei gern auf saisonale Produkte zurück, die jetzt gerade verfügbar sind?

Dann wird Sie dieses Rezept sicherlich ansprechen. Es ist ein Rezept für einen Eintopf mit mehreren Wurzelsorten. Weiße Rübe – im biologischen Sinn eigentlich keine Wurzel, denn sie ist eine Rübe –, Pastinake und Wurzeln – der norddeutsche Begriff für Karotten oder Gelberrüben.

Für mehr Gehalt und Biss gebe ich zum Eintopf noch kleingeschnittenes, gemischtes Gulasch hinzu, das ich ganz zu Anfang mit Lauchzwiebel und Knoblauch kräftig anbrate, um

schöne Röstaromen zu erhalten.

Für einen guten Geschmack der Gemüsebrühe, die beim langen Garen entsteht, kommen noch zahlreiche Lorbeerblätter in den Eintopf.

Aber durch das lange Garen und die vielen pflanzlichen Zutaten entsteht eine hervorragende Gemüsebrühe, die man nur noch mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen muss. Kein Gemüsebrühpulver oder selbst zubereiteter (eingefrorener) Gemüsefond sind notwendig. Die Brühe schmeckt!

Für 2 Personen:

- 250 g gemischtes Gulasch
- 2 weiße Rüben
- 2 Pastinaken
- 2 Wurzeln
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Bund Petersilie
- 10 Lorbeerblätter
- 2 l Wasser
- Salz
- weißer Pfeffer
- Zucker
- Rapsöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 2 1/2 Stdn.

Gulasch zerkleinern und in eine Schale geben.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und grob zerkleinern. Lauchzwiebel und Knoblauchzehen in eine Schale geben, das restliche Gemüse in eine Schüssel.

Petersilie kleinwiegen.

Öl in einem großen Topf erhitzen und Gulasch, Lauchzwiebel und Knoblauch mehrere Minuten kräftig anbraten, um viele Röststoffe auf dem Topfboden zu erhalten.

Restliches Gemüse dazugeben.

Mit dem Wasser ablöschen.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Petersilie und Lorbeerblätter dazugeben.

Zugedeckt bei geringer Temperatur 2 1/2 Stunden garen.

Lorbeerblätter herausnehmen.

Brühe abschmecken.

Eintopf auf zwei tiefe Suppenteller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Küchenabfälle

Tiefgefrorene Küchenabfälle

Ich werde ab sofort ein Experiment durchführen.

Profiköche werden Ihnen versichern, dass in einer

professionellen Küche eines Restaurants nichts weggeworfen wird. Alles wird einer Verwertung zugeführt.

So werden aus Gemüseabfällen Gemüsebrühen gekocht. Und aus den einzelnen Fleisch- und Knochenabfällen diverse Rinder-, Kalbs-Schwein- oder Geflügelbrühen. Und natürlich aus Fisch- und Meeresfrüchtekarkassen Fisch-Fond.

Nun habe ich mir dies schon des öfteren überlegt, in meiner kleinen Hobbyküche auch so zu verfahren. Und nicht aufwändig und kostenintensiv Suppengemüse, Fleisch und Knochen im Supermarkt zu kaufen, um daraus dann die jeweilige Brühe zuzubereiten.

Aber in einer Hobbyküche, in der einmal am Tag ein Gericht für 1–2 Personen zubereitet wird, hat man nicht diese Mengen von Küchenabfällen, dass man diese einmal in der Woche für mehrere Stunden oder sogar über Nacht für eine entsprechende Brühe ansetzen kann. Und würde ich die wenigen Küchenabfälle pro Tag sammeln, um sie zu verwerten, wären sie nach einer Woche verschimmelt und könnten nicht mehr verwendet werden.

Also, was tun?

Die einzige Lösung, die mir einfiel, ist diejenige, Küchenabfälle im Gefrierschrank einzufrieren. Und sobald nach 1–2 Monaten genügend Küchenabfälle – dann tiefgefroren – zusammen kommen, eine entsprechende Brühe in einem großen Topf oder Bräter anzusetzen.

Also habe ich als erstes heute einmal eines von insgesamt vier großen Schubladenfächern in meinem Gefrierschrank für die Küchenabfälle freigeräumt.

Dann habe ich ein Gericht mit Hähnchenschenkeln und Gemüse für das Abendessen vorbereitet. Wie es aber immer bei Verhaltensänderungen und Änderungen von täglichen Gewohnheiten der Fall ist, braucht es einige Zeit, bis sich eine neue Gewohnheit einschleift. Sprich, ich habe die Küchenabfälle wie

bisher gewohnt in die Bio-Mülltone entsorgt. Und es ist mir erst einige Stunden später eingefallen, dass ich sie ja sammeln und einfrieren will.

Jetzt habe ich noch einen kleinen Zwischenschritt eingebaut. Auf der Arbeitsplatte meiner Küchenzeile, dort, wo ich Gemüse schneide und Fleisch pariere oder entbeine, habe ich einen kleinen Gefrierbehälter positioniert. Und als Augenmerk schon einmal einige Küchenabfälle hineingelegt.

Somit werde ich dazu übergehen, die Küchenabfälle nach dem Schneiden im Gefrierbehälter auf der Arbeitsplatte zu sammeln. Und die Küchenabfälle alle paar Tage, wenn der Gefrierbehälter nach der Zubereitung einiger Gerichte voll ist, in die Schublade des Gefrierschranks zu geben. Dadurch sollte ich nach 1–2 Monaten genügend Küchenabfälle zusammen haben, die ich für eine Brühe benötige. Und auch der Handlungsablauf sollte sich so einschleifen.

Ich berichte nach der Zubereitung einer ersten Brühe in einigen Monaten, wie dieses Experiment geglückt ist oder auch nicht.

Wie handhaben Sie denn den Umgang mit Küchenabfällen? Haben Sie dazu auch einige patente Lösungen parat?

Fleischfond

Alle Zutaten beim Köcheln

Fonds habe ich ja schon des öfteren zubereitet. So oft, dass ich sie auch in den unterschiedlichsten Varianten als Grundrezepte in mein Foodblog aufgenommen habe.

So als Fleischfond, Gemüsefond oder Fischfond.

Jetzt ist es allerdings sicherlich schon ein Jahr her, dass ich frischen Fond zubereitet habe. In der letzten Zeit hatte ich mir bei Bedarf mit einer sehr guten, gekauften Gemüsebrühe

ausgeholfen.

Dieser Fond hier ist aber ein wenig anders, weshalb ich eben nicht auf eines der oben genannten Grundrezepte verweise. Sondern das Rezept für diesen Fleischfond hier mit aufnehme.

Dieser Fleischfond ist ein wenig ausgefallen. Denn ich verwende nicht weniger als fünf wichtige Zutaten für diesen Fond.

Zum einen natürlich Fleisch, möglichst mit Knochen. Dafür verwende ich Rinderbeinscheiben mit Markknochen. Und Suppenfleisch (ohne Knochen).

Des weiteren natürlich Suppengemüse, davon gleich drei Packungen. Der Knollensellerie, der im Suppengemüse enthalten ist, sorgt für einen guten Umami-Geschmack im Fond.

Dann noch Knochen, die ich beim Zubereiten von anderen Gerichten durch z.B. Entbeinen von Geflügel zur Seite gelegt und eben für einen solchen Fond eingefroren habe.

Dann einige Rinden von Parmesankäse, den ich fein gerieben verbraucht und diese Rinden speziell für einen Eintopf oder wie hier für einen Fond im Kühlschrank aufbewahre.

Und schließlich noch Gewürze im Ganzen, und zwar nicht weniger als sieben verschiedene Gewürze.

Kurz vor dem Zubereiten des Fonds fragte ich mich plötzlich, ob denn bei einer solchen Menge an Zutaten, auch wenn ich den Fond in einem sehr großen Bräter zubereite, überhaupt noch Platz für eine Menge Wasser bleibt, damit ich natürlich eine Menge guten Fond als Resultat erhalte, den ich dann portionsweise einfriere. Aber der Bräter hat dann doch noch eine Menge von 3–4 l Flüssigkeit aufgenommen.

Zum Anbraten der Zutaten verwende ich Rapsöl, denn dieses ist sehr geschmacksneutral.

Bitte das Gemüse nicht putzen. Nur kleinschneiden. Alle Schalen, Anhänge oder sonstige Teile, die man normalerweise für eine Zubereitung wegputzt, haben Aroma und bringen Geschmack in den Fond.

Und die beiden großen Zwiebeln werden übrigens nicht geschält, sondern nur halbiert und dann im Öl scharf angebraten. Sie dürfen sehr dunkelbraun durch das Anbraten werden, denn dies und auch die braune Schale geben Aroma, Geschmack und Farbe an den Fond.

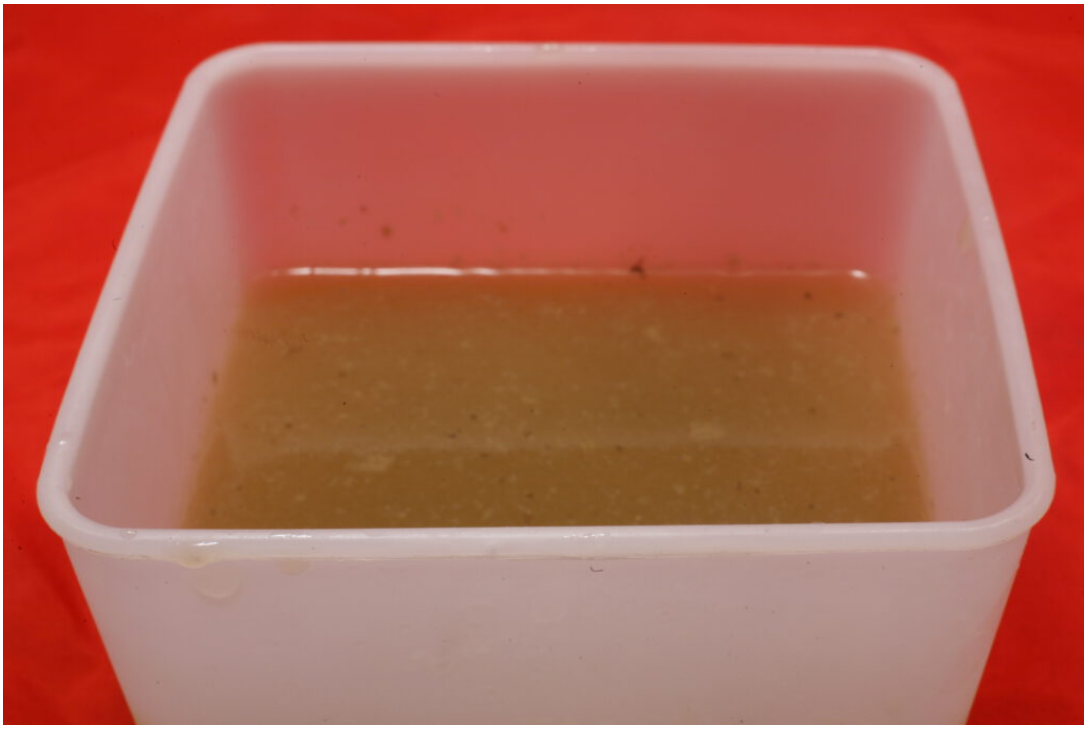
Und übrigens, gesalzen wird ein Fond nicht. Dies nimmt man erst vor, wenn man ihn für eine Suppe oder Sauce oder eine andere Zubereitung verwendet.

Aufgrund der Menge und auch Qualität der vielen Zutaten erhalte ich einen sehr wohlschmeckenden und sehr konzentrierten Fleischfond.

Für den Fleischfond (etwa 2–3 l):

- 700 g Rinderbeinscheiben (1 Packung, 2 Stück)
- 500 g Suppenfleisch (1 Packung)
- 2,4 kg Suppengemüse (3 Packungen à 800 g, Knollensellerie, Lauch, Wurzel, Petersilie)
- 2 große Zwiebeln
- eine Portion Knochen (Geflügel usw.)
- 3 Parmesanrinden
- 10 Lorbeerblätter
- 1 TL schwarze Pfefferkörner
- 1 TL Koriandersamen
- 1 TL Wacholderbeeren
- 1 TL Pimentkörner
- 1 Sternanis
- 3 Gewürznelken
- Rapsöl
- 3–4 l Wasser

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 30 Min. | Garzeit 5 Stdn.



Sehr schmackhafter, leicht dunkler Fond

Gemüse kleinschneiden und in zwei große Schüsseln geben.

Gewürze im Ganzen in ein Kräutersäckchen geben.

Zwiebeln halbieren.

Etwas Öl in einem sehr großen Bräter erhitzen.

Zuerst das Fleisch auf beiden Seiten einige Minuten kross anbraten. Herausnehmen.

Dann die Zwiebelhälften auf der Schnittfläche kross anbraten, bis sie sehr dunkelbraun sind. Herausnehmen.

Gemüse hineingeben und ebenfalls kross anbraten.

Fleisch daraufgeben. Zwiebeln ebenfalls oben auflegen.

Knochen und Käserinden dazugeben.

Gewürzsäckchen in den Bräter geben.

Mit dem Wasser bis zum Rand des Bräters auffüllen.

5 Stunden bei mittlerer Temperatur zugedeckt köcheln lassen.

Bei Bedarf etwas Wasser nachfüllen.

Fleisch herausnehmen und zur Seite stellen. Eventuell für eine Fleischsuppe oder ein anderes Gericht verwenden.

Gewürzsäckchen herausnehmen.

Gemüse, Knochen und Käserinden herausschöpfen und in den Bio-Abfalleimer geben.

Wenn der restliche Fond ohne die bisherigen Zutaten zu trüb ist, ihn mittels des Grundrezepts zum Klären von einer Brühe klären, mit Eiweiß oder Fleisch.

Fond dann durch ein Küchensieb in einen geeigneten, großen Behälter gießen.

Dann nochmals durch ein frisches Küchenhandtuch gießen.

Portionsweise auf Portionsbehälter verteilen und einfrieren.

[themoneytizer id="84132-16″]

Maultaschen in Butter gebraten mit Mozzarella und Rosmarin

Lecker und kross gebraten

Original schwäbische Maultaschen – mit geschützter geografischer Angabe! – sind eine Erfindung von schwäbischen Mönchen. Der Zeitpunkt ist mir nicht bekannt. Im Schwäbischen sind sie bekannt unter dem Begriff „Herzgottsb’scheißerle“.

Der Freitag ist ja bekanntermaßen unter sehr religiösen Menschen der Fastentag in der Woche, an dem man kein Fleisch isst. Dazu gibt es noch die Fastenzeit im Jahresverlauf, in der man über längere Zeit ebenfalls kein Fleisch isst. Sondern nur Fisch und Gemüse.

Nun, die Schwaben waren schon immer findige Leute, wenn es um Probleme und deren Lösung ging. Und so kamen während der Fastenzeit findige Mönche auf die Idee, Fleisch im Fleischwolf zu wolfen, in einer würzigen Farce zu verarbeiten und in einem Pastateig zu verstecken. So nahmen sie an, dass Gott dies nicht sehen würde, sie das Fastengebot damit einhalten – aber es insgeheim umgehen würden – und sie auch in der Fastenzeit – versteckt – Fleisch zu sich nehmen zu können. Sehr clever!

Damit waren die Maultaschen – besser gesagt, die „Herzgottsb’scheißerle“ – geboren.

Bei diesem Rezept bevorzuge ich die Zubereitung in der Pfanne. Die Maultaschen werden in dicke Scheiben geschnitten und in Butter kräftig angebraten. Würze benötigen sie nicht, denn die Füllung ist ja schon gewürzt. Wer möchte, kann aber mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Dann kommt frischer, kleingewiegter Rosmarin dazu. Aber erst sehr kurz vor dem Servieren, damit er in der Butter nicht verbrennt.

Und ich gebe noch gewürfelten Mozzarella über die Maultaschen, zum Überbacken. Besser scheint jedoch zu sein, den Mozzarella in dünne Scheiben zu schneiden und über die Maultaschen zu geben. Denn gewürfelt schmilzt er einfach, sinkt auf den Boden der Pfanne und wird dort knusprig und braun gebraten, die Maultaschen somit aber nicht richtig überbacken.

Für 2 Personen:

- 700 g schwäbische Maultaschen (2 Packungen à 350 g, jeweils 6 Stück)
- eine große Portion Kräuterbutter
- 2 Mozzarella (2 Packungen à 125 g)
- 2 große Zweige Rosmarin

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.

In viel Butter angebraten

Maultaschen in dicke Scheiben schneiden.

Mozzarella kleinwürfeln.

Blätter des Rosmarin abzupfen und kleinwiegen.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Maultaschen darin mehrere Minuten kräftig anbraten. Dabei des öfteren umrühren.

Rosmarin dazugeben und alles gut vermischen.

Mozzarella über die Maultaschen geben, schmelzen und dabei ab und zu umrühren.

Maultaschen auf zwei Schalen verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Tortellini mit Knoblauch-Sauce

Mit würziger Sauce

Einfaches Rezept. Wenn es schnell gehen muss.

Aber man erhält ein durchaus schmackhaftes Gericht.

Frische Tortellini mit Fleischfüllung.

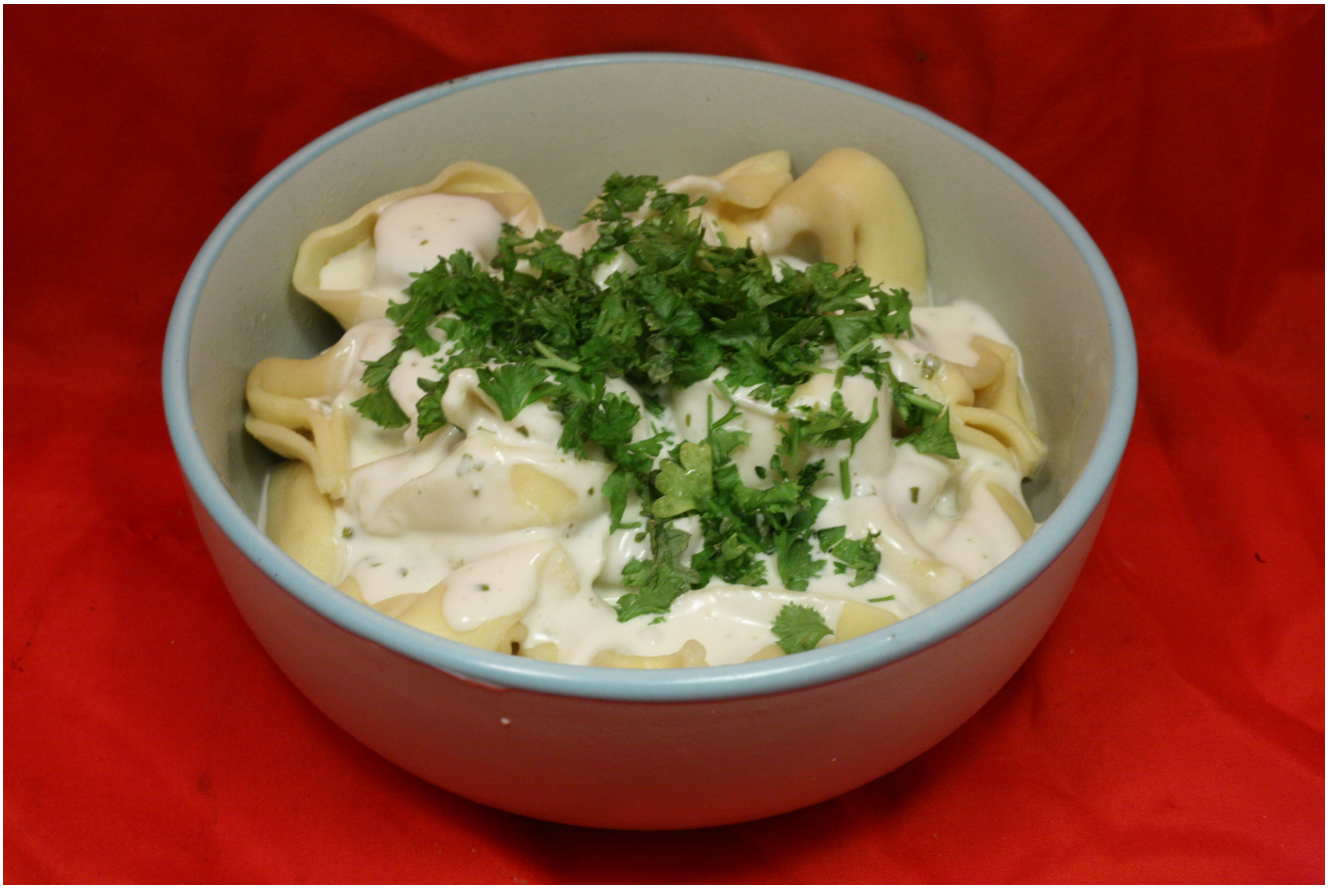
Dazu passenderweise eine Knoblauch-Sauce, die eigentlich für Fleisch gedacht ist.

In wenigen Minuten fertig und servierbereit.

Für 2 Personen

- 600 g frische Tortellini (mit Fleischfüllung)
- Knoblauch-Sauce
- Petersilie

Zubereitungszeit: 3 Min.



Petersilie kleinwiegen.

Pasta in kochendem, leicht gesalzenem Wasser drei Minuten garen.

Pasta auf zwei große Schalen verteilen.

Sauce darüber geben.

Mit Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Kartoffelcremesuppe mit Fleisch-Tortellini

Eigentlich war diese Kartoffelcremesuppe geplant mit getrockneten Steinpilzen.

Ich hatte jedoch noch Fleisch-Tortellini vorrätig, die ich auch noch zubereiten wollte.

Da kam ich auf die Idee, die Tortellini in der Suppe zu garen und die Suppe eben mit dieser Beilage zu servieren.

Gesagt, getan. Die Suppe schmeckte cremig und würzig. Und die Tortellini waren in ihr in wenigen Minuten gegart. Und schmeckten als Beilage sehr gut.

[amd-zlrecipe-recipe:1174]

Schweinefleisch in Aspik mit Romanasalat und Mini-Pak-Choi

Nochmals eine Unterbrechnung der Mikrowellen-Rezepte.

Aber bei diesen sommerlichen Temperaturen bietet es sich geradezu an, auch des öfteren einen leckeren und gesunden Salat zuzubereiten.

Der aus frischen Zutaten besteht. Und auch leicht zu verdauen ist.

Ich bringe hier zusätzlich zu dem Salat bzw. Gemüse auch mit

dem Schweinefleisch in Aspik eine gewisse würzige Note hinein.

Achtung, es ist zwar ein Salat, aber von der Menge her reicht er für eine ganze Mahlzeit am Abend.

[amd-zlrecipe-recipe:1159]

Kulinarische Weihnachten

Mein älterer Bruder hat mir zu Weihnachten – wie auch in den letzten Jahren – ein kulinarisches Geschenk gemacht. Er hat mir beim Online-Shop von Rewe viele Artikel bestellt, zu einem Fresspaket zusammenstellen und liefern lassen.

Neu in diesem Jahr bei Rewe ist, dass sie auch von ihrem FrischeParadies frische Fleisch- und Fisch-Artikel anbieten und liefern lassen.

Boaah, mein Bruder hat sich bei dieser Bestellung weit aus dem Fenster gelehnt, viel Geld ausgegeben und mir wirklich sehr schöne, leckere Sachen geschenkt. Ich habe mich sehr gefreut.

So gibt es an diesem Weihnachten fünf leckere Fleisch-Gerichte und fünf tolle Fisch-Gerichte. Natürlich auf die Tage davor und auch danach, sicherlich auch an Silvester und Neujahr, verteilt. Lasst Euch also überraschen, welche kulinarischen Köstlichkeiten ich zaubere und als Blogbeitrag mit Fotos veröffentliche. Mein Kühlschrank und Gefrierschrank sind jedenfalls voll und sie platzen bald auseinander.

Hier die Liste der zugesandten Produkte:

- Scholle

- Lachforelle
- Wolfsbarschfilet
- Dorade Royale
- Garnelen in Salzlake
- Lammkeule
- Maisstubenküken
- Kaninchenrücken
- Flanksteak
- Barberie-Ente

Übrigens, wer Bedenken hat, sich solche frische Fleisch- und Fisch-Produkte zu bestellen und liefern zu lassen, der sei beruhigt. Das Paket war zwar 2 1/2 Tage unterwegs, aber die Artikel waren alle noch gut in Ordnung. Dank des sehr professionellen Verpackens von FrischeParadies. Jeder Artikel war einzeln verpackt bzw. zum Teil verschweißt. Es lagen 11 Kühl-Elemente bei, so dass die Artikel während des Transports also alle gekühlt wurden als lägen Sie noch in der jeweiligen Frische-Theke beim Supermarkt. Und das Paket war mit sechs zusammengepressten Stroh-Platten nach außen nochmals isoliert. Also das war wirklich sehr professionell gemacht.

Es gibt nun vorab in den kommenden Tagen einfach mal Pasta mit Garnelen in einer kleinen Weißwein-Sahne-Sauce. Und an Weihnachten die Dorade Royale.

Pferde-Rumpsteak mit Kräuterbutter

Dieses Stück Fleisch kommt heute – rare in der Pfanne gebraten, mit Salz und Pfeffer gewürzt und etwas Kräuterbutter verfeinert – bei mir auf den Teller.

Frisch gekauft beim Ross-Schlachter.

Ich kaufe alle paar Monate einmal bei meinem Ross-Schlachter. Und zwar meistens das gleiche Fleisch, das dann für einige Zubereitungen einige Wochen ausreicht. Meistens sind das 500–1.000 g Bratenfleisch, 500 g Gulasch und drei Rumpsteaks. Das kostet dann so etwa 20–25,– €. Ein Schnäppchen, wenn man an Preise von Rinder-Rumpsteak oder -Filet denkt.

Das Fleisch ist frisch geschlachtet. Es hat wirklich höchste Qualität. Das Fleisch riecht beim Auspacken und Einpacken in Gefrierbeutel zum Einfrieren in keinster Weise. Es lädt fast wirklich dazu ein, schon einmal vorab ein kleines Stückchen roh zu probieren. Kein Fleisch aus der Kühltruhe vom Discounter oder Supermarkt erreicht diese Frische, Qualität und Konsistenz des Fleisch. Es sei denn, man kauft frisch geschlachtetes Fleisch an der Frisch-Fleisch-Theke seines Supermarkts oder direkt beim Schlachter.

Wie man an dem Foto sieht, ist das Fleisch wirklich von bester Qualität, tief rot, schöne Fleischmaserung und Fettmarmorierung. Was will man mehr.

Ich freue mich schon auf heute Abend auf das Steak.

[amd-zlrecipe-recipe:780]

Geröstete Ente

Seealgen-Suppe

Und auf dem gleichen Spaziergang heute am Sonntag habe ich nicht nur unterwegs ein Bier gezischt, sondern auch einen kleinen Umweg zu einem Lieferservice und Mitnehm-Imbiss gemacht.

Es ist sicherlich das erste Mal seit etwa 5 Jahren, dass ich wieder einmal in einem Restaurant essen war bzw. einen

Lieferservice, hier besser den Mitnehm-Imbiss, in Anspruch genommen habe. Im „Hong Kong Wok“ in Hamburg-Marienthal.

Eigentlich wollte ich im Imbiss selbst auch direkt essen, nur klappte dies zeitlich nicht mehr so recht, so dass ich mich entschied, das Gericht mit nach Hause zu nehmen und dort zu essen.

Als Vorspeise gab es eine Seealgen-Suppe. Und als Hauptspeise geröstete Ente mit verschiedenem Fleisch, Gemüse und Reis.

Bei der Suppe weiß ich nie so recht, ob der Koch des Imbisses die Brühe einmal am Tag selbst aus frischen Zutaten zubereitet. Oder ob dies eine Instant-Brühe ist wie die Brühe aus einem deutsche Gemüsebrüh-Pulver vom Discounter. Denn die Brühe, die er verwendet, wird vermutlich für fast alle Suppen als Grundlage verwendet, so z.B. auch für eine Wantan-Suppe. Die Brühe, die als Basis der Suppe verwendet wird, steht in einem großen Topf auf dem Herd, jedoch werden einfach unterschiedliche Zutaten für einige Minuten darin in einem Sieb nur kurz gegart.

Ente, verschiedenes Fleisch, Gemüse und Reis

Die Hauptspeise war gut, aber nicht überwältigend. Aber sie

hat gut geschmeckt. Es ist doch wirklich mal etwas anderes, wenn man sich selbst nicht überlegen muss, was man kochen will, und dies dann nicht auch selbst zubereiten muss. Es ist nett, dies einmal jemand anderen machen zu lassen, sich sozusagen im Sessel zurücklehnen kann und eben bekochen lässt.

So habe ich auf diese Weise meinen Restaurantgang an meinem Geburtstag im Juli nachgeholt. Damals wollte ich ursprünglich zu einem großen Restaurant in meinem benachbarten Stadtteil mit einem großen Biergarten gehen, dort essen und einige Bierchen zischen. Damals habe ich dies jedoch aus bestimmten Gründen verschoben. Und heute einfach nachgeholt.

Gemüsefond

Ich wollte schon seit längerer Zeit wieder einmal frischen Gemüsefond zubereiten und diesen für weitere Verwendungen portionsweise einfrieren.

Dazu hatte ich zwei Packungen Suppengrün gekauft. Nun, die Packungen mit dem Suppengrün lagen nun schon fast eine Woche im Kühlschrank und das Gemüse wäre vermutlich bald verdorben gewesen. Also musste ich jetzt unbedingt den Fond zubereiten.

Ich habe zusätzlich zum Suppengrün noch weiteres Gemüse mitgegart, was eben das Gemüsefach meines Kühlschranks gerade hergab. Da wären also noch Fenchel, Mangold, Spitzpaprika, Bohnen, Schalotte, Knoblauch und Stangensellerie.

Zusätzlich hatte ich für diese Zubereitung in den letzten Monaten, wenn ich Fleisch mit Knochen zubereitet habe, diesen jeweils weggeschnitten und im Gefrierschrank eingefroren. Diese Knochen gebe ich mit in den Fond. Und zusätzlich, für eine schöne Farbe und auch Aroma hatte ich noch drei

tiefgefrorene Hühnerfüße vorrätig, die ich ebenfalls mit hineingab.

Und dazu kommen natürlich noch die üblichen Gewürze im Ganzen, wie ich sie auch im Grundrezept aufführe.

Aufgrund des verbliebenen Fleisches an den Knochen ergeben sich eine Menge Trübstoffe im fertig gegarten Fond. Ich gebe diesen deswegen nicht nur durch ein Küchensieb, sondern zusätzlich noch durch ein frisches Küchen-Handtuch, das ich über das Küchensieb lege. Wer möchte und einen relativ klaren Fond erhalten will, kann den Fond nach dem Garen auch noch mit Eiweiß klären, wie es im Grundrezept beschrieben ist.

Das Ergebnis ist ein zwar etwas trüber, aber sehr schmackhafter Gemüsefond. Er hat noch nicht den vollen Geschmack, da man ihn dazu ja salzen müsste, aber auch das habe im Grundrezept beschrieben, man salzt einen Fond nicht, sondern erst bei der weiteren Zubereitung für Suppe, Eintopf, Sauce o.ä.

[amd-zlrecipe-recipe:734]

Foodblog-Event: „Fleisch“

Ich veranstalte ein Foodblog-Event zur Weihnachtszeit zum Motto „Fleisch“.

Was ist Ihre liebste Fleischsorte? Welches Gericht können Sie zubereiten, das mit ausgefallenem Fleisch auffällt und sehr speziell und besonders ist? Oder welches Gericht mit einem ausgefallenen Fleisch essen Sie am liebsten? Es ist unerheblich, ob es Braten, Gulasch, Schnitzel oder Steak ist.

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

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

Die Dauer des Blogevents beträgt dieses Mal drei Wochen, ich beende ihn am 20.12.2018. Ich habe die Dauer des Events so gewählt, dass ich die Preise noch rechtzeitig vor Weihnachten verschicken kann, damit sie die Gewinner noch zu Weihnachten erhalten und gerade der Gewinner der Riesling-Lagenbox die Weine an den Feiertagen genießen kann.

Teilnahmebedingungen:

Der Teilnehmer muss ein (Food-)Blog betreiben oder auf andere Weise sein Rezept, die Zubereitung und Fotos online stellen. Man kann sich auch als Gast auf meinem Foodblog registrieren und den Beitrag mit Fotos dort posten. Dazu muss eines der folgenden Banner im Blogbeitrag veröffentlicht werden. Eine weitere Bedingung ist, das Rezept darf nicht aus einem Archiv stammen. Den Link zum Rezept dann bitte in diesem Beitrag als Kommentar eintragen. Das Blogevent endet am 20. Dezember. Bis dahin kann am Event teilgenommen und können Kochrezepte gepostet werden. Eine letzte Bedingung ist, dass mir mit der Teilnahme am Blogevent und der Mitteilung des Links zum veröffentlichten Rezept die Nutzungsrechte für den Text und die Fotos übertragen werden. Ich verwende sie für eine Zusammenfassung des Blogevents nach dessen Beendigung.

Blogevent-Banner:

Querformat 500×120:

```
<a
href="https://www.nudelheissundhos.de/2018/12/01/foodblog-event-flei
sch/" target="_blank" title="Blogevent Fleisch"><img
src="https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2018/11/bann
```

Querformat 400×90:

```
<a
href="https://www.nudelheissundhos.de/2018/12/01/foodblog-event-flei
sch/" target="_blank" title="Blogevent Fleisch"><img
src="https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2018/11/bann
```

Hochformat 130×350:

```
<a
href="https://www.nudelheissundhos.de/2018/12/01/foodblog-event-flei
sch/" target="_blank" title="Blogevent Fleisch"><img
src="https://www.nudelheissundhos.de/wp-content/uploads/2018/11/bann
```

Ich wünsche viel Spaß beim Kochen!

Fleischfond

Alle Zutaten im Bräter

Mein Vorrat an Fond war ausgegangen, also ist es an der Zeit, wieder welchen zuzubereiten und portionsweise einzufrieren.

Ich bereite diesmal einen Fleischfond zu, für den ich Fleisch- und Markknochen verwende. Dann sehr viel Suppengemüse. Und Gewürze und Kräuter.

Das Suppengemüse schneide ich diesmal nicht von Hand in grobe Stücke, sondern rasple ich mit meiner neuen Küchenmaschine

klein, dadurch vergrößert sich die Oberfläche des Gemüses und der Fond wird dadurch beim Auskochen intensiver.

Zutaten (für etwa 2,5 l):

Für das Fleisch:

- 4 Fleischknochen (etwa 1 kg)
- 3 Markknochen (etwa 500 g)

Für das Gemüse:

- 3 Portionen Suppengemüse (Knollensellerie, Wurzeln, Lauch)

Für die Gewürze:

- 6 Wacholderbeeren
- 6 Pimentkörner
- 3 Gewürznelken
- 1 TL Pfefferkörner
- 1–2 TL Senfkörner
- 3 Lorbeerblätter

Für die Kräuter:

- 1/2 Packung 6-Kräuter-Mischung (Tiefkühlprodukt)
- Öl
- 3–4 l Wasser

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 4 Stdn.

Gemüse in der Küchenmaschine grob raspeln.

Gewürzkörner zerdrücken.

Öl in einem Bräter erhitzen und Knochen darin kräftig anbraten. Gemüse dazugeben und mit anbraten. Gewürze und Kräuter hinzugeben. Mit Wasser bis zum Rand des Bräters auffüllen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 4 Stunden köcheln lassen.

Knochen herausnehmen. Fond durch ein Sieb in eine Schüssel geben. Dabei das Gemüse gut ausdrücken. Nochmals durch das Sieb mit einem frischen Küchen-Handtuch in eine Schüssel geben. Eventuell mit Eiweiß klären.

Portionsweise in Behälter geben und einfrieren.

Fleischsuppe

Eine sehr leckere Suppe

Mit selbst zubereitetem Fleischfond, Fleisch und Mark von bei der Fondzubereitung verwendeten Fleisch- und Markknochen, Meersalz und schwarzem Pfeffer und etwas kleingeschnittener, frischer Petersilie bereitet man eine leckere Fleischsuppe zu.