

# 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.

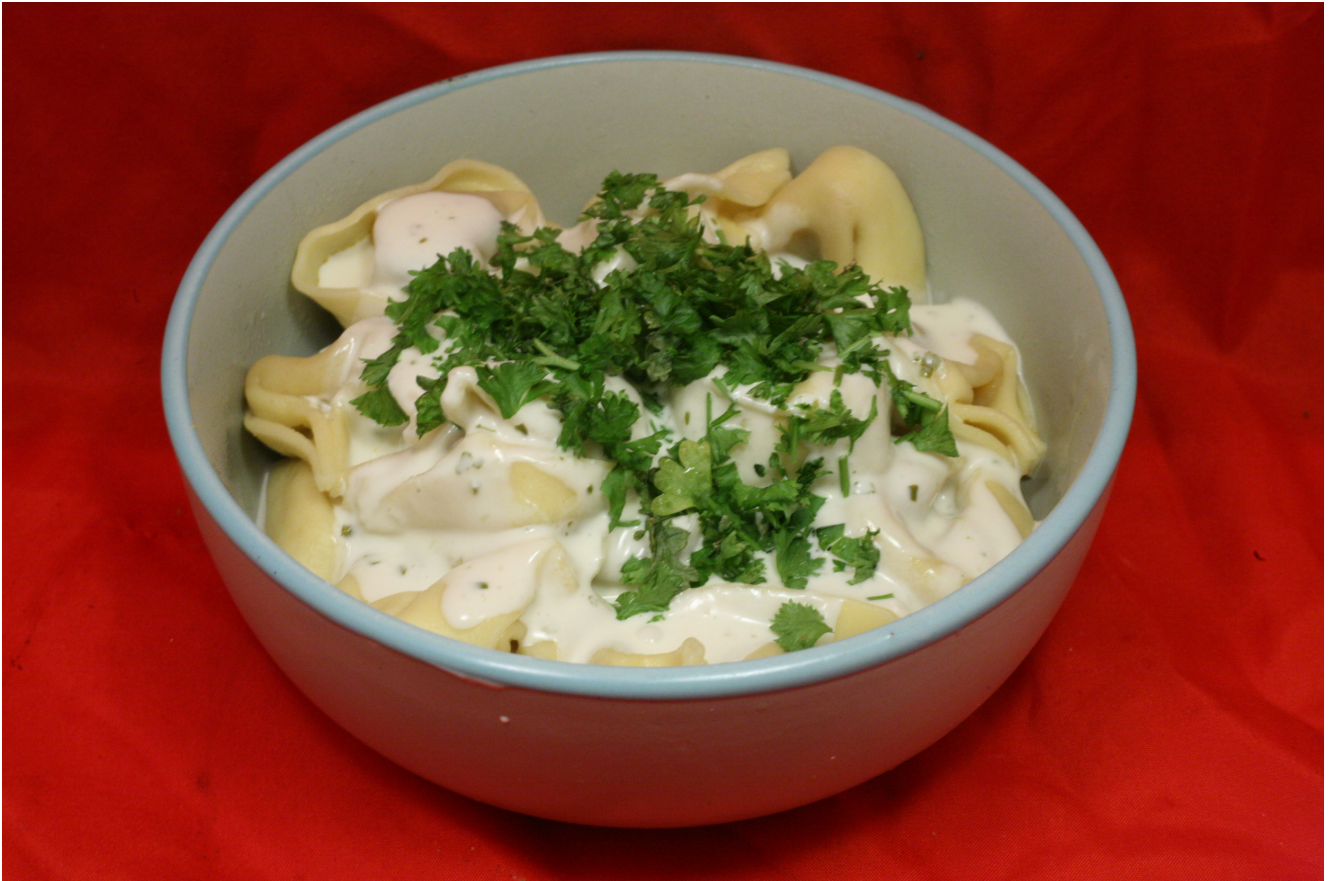
Dazu passenderweise eine Knoblauch-Sauce, die eigentlich für Fleisch gedacht ist.

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!

---

# Gyoza



Leckerer, asiatischer Fastfood, dazu helle Sojasauce

Nochmals Fastfood. Diesmal jedoch aus asiatischen Regionen, spezieller aus Japan.

Frisch gefüllte und zubereitete Teigtaschen. Gefüllt mit Hühnerfleisch. Und mit Gemüse und Gewürzen.

Die Gyoza sind zwar nicht ganz frisch zubereitet, aber sie sind in einer Asia-Frische-Box, was bedeutet, dass sie wirklich nur sehr wenige Tage haltbar sind. Ähnlich wie Sushi, das man ja auch frisch zubereitet als Takeaway bekommt und das man möglichst noch am gleichen Tag essen soll.

Zu den Gyoza gibt es helle Sojasauce als Dip.

Zubereitet werden die Teigtaschen, indem man sie etwa 2–3 Minuten entweder in der Mikrowelle oder in einer Pfanne mit etwas Fett erhitzt.

Für 2 Personen

- 2 Packungen Gyoza (à 200 g)
- helle Sojasauce

Zubereitungszeit: 2 Min.



Gyoza auf zwei kleine Teller verteilen.

In zwei Durchgängen 2 Minuten bei 800 Watt in der Mikrowelle erhitzen.

Sojasauce auf zwei kleine Schälchen verteilen und dazu reichen.

Sofort servieren. Guten Appetit!

---

# Gefüllter Putenbraten mit Kartoffelklößen in Riesling-Sauce



Lecker und würzig

Die Besonderheit an diesem Gericht ist, dass ich den Putenbraten fülle.

Sie können es sich einfach machen und nehmen einfach Brät von Bratwürsten und verwenden dieses als Füllung.

Ich bereite sozusagen das Brät oder die Farce selbst zu. Und verwende dafür ganz fein geschnittenes Schweineherz. Das verfeinere ich noch mit Gemüse, Kräutern und Gewürzen.

Für den Putenbraten verwende ich einmal kein reines Bratenfleisch, sondern verwende Putenbrustfilet.

In dieses schneide ich längs eine tiefe Tasche, fülle diese mit dem Brät und wickle den Braten an drei Stellen mit Küchengarn zusammen.

Dann wird er noch mit Gewürzsalz gewürzt.

Und zusammen mit Champignons und diverssem Gemüse in Olivenöl angebraten.

Und schließlich in einer gute Menge Riesling, damit man auch später eine schöne Sauce für die Beilage hat, zwei Stunden zugedeckt geschmort.

Soviel Arbeit ich mir auch bei dem Braten und der Füllung machen, so mache ich es mir bei der Beilage dann doch einfach und greife zu Kartoffelklößen aus der Packung.

Also industriell hergestellt. Sie können sich aber auch die Mühe machen, Kartoffelklöße nach meinem Grundrezept selbst frisch zubereiten.

Für 2 Personen

- 1 kg Putenbrustfilet
- Gewürzsalz
- 600 ml Riesling
- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 4 braune Champignons
- Butter
- 6 Kartoffelklöße (Packung)

*Für die Füllung:*

- 300 g Schweineherz
- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- viele Zweige frischer Thymian
- Salz
- Pfeffer

- rosenscharfes Paprikapulver
- Küchengarn

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Schmorzeit 2 Std.



### *Für die Füllung:*

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und sehr kleinschneiden. Alles in eine Schüssel geben.

Schweineherz sehr kleinschneiden. Dann nochmals auf einem Arbeitsbrett mit einem geeigneten Messer ganz fein hacken. Ebenfalls in die Schüssel geben.

Thymian kleinschneiden. Dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Parika würzen. Alles gut vermischen.

Filet auf allen Seiten mit dem Gewürzsalz würzen.

Längs eine tiefe Tasche hineinschneiden. Füllung in die Tasche geben und gut zusammendrücken. Filet mit drei Stück Küchengarn

drei Male zusammenschnüren.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und sehr kleinschneiden. Champignons in feine Scheiben schneiden.

Butter in einem Topf erhitzen und Filet auf allen Seiten einige Minuten kross anbraten.

Gemüse und Pilze dazugeben und mit anbraten. Mit dem Riesling ablöschen. Zugedeckt bei geringer Temperatur zwei Stunden schmoren.

Kartoffelklöße eine viertel Stunde vor Ende der Garzeit nach Anleitung zubereiten.

Sauce abschmecken.

Jeweils drei Klöße auf einen Teller geben.

Braten quer halbieren. Küchengarn entfernen.

Jeweils ein Bratenstück zu den Klößen geben. Sauce über die Klöße geben.

Servieren. Guten Appetit!

---

# **Triangoli mit schwarzer Bohnen-Sauce**





Mit würziger Sauce

Ein einfaches Rezept für ein leckeres Pasta-Gericht.

Mit frischer, gefüllter Pasta. Und zwar Triangoli mit Käsefüllung.

Dazu aromatische, würzige, chinesische Bohnen-Sauce.

Fertig. Mehr braucht man nicht.

Für 2 Personen

- 500 g Trinagoli mit Käsefüllung (2 Packungen à 250 g)
- 6 EL schwarze Bohnen-Sauce
- Parmigiano Reggiano

Zubereitungszeit: 3 Min.



Pasta in leicht gesalzenem, kochendem Wasser drei Minuten garen.

Kochwasser bis auf einige Esslöffel abschütten.

Sauce zur Pasta geben.

Mit dem Kochwasser und der Pasta vermischen.

Auf zwei Teller verteilen.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Cordon bleus mit Tomatensalat



Leckere Cordon bleus

Auch ein Rezept für ein einfaches, unkompliziertes Gericht.

Cordon bleus, also Schweineschnitzel, in die man jeweils eine Tasche schneidet und die Schnitzel dann mit Käse und gekochtem Schinken füllt.

Dann werden die Schnitzel noch paniert und goldgelb in Butter gebraten.

Dazu ein leckerer Salat mit Tomaten, für den ich noch etwas Knoblauch – neben dem Dressing – verwende.

Für 2 Personen:

- 6 dicke Schweineschnitzel
- 6 Scheiben Hartkäse
- 6 Scheiben gekochter Schinken

- 2 Eier
- 4 EL Mehl
- 4 EL Semmelbrösel
- Salz
- Pfeffer
- Butter
- 500 g Kirschtomaten (1 Packung)
- 4 Knoblauchzehen
- Olivenöl
- Weißweinessig
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 10 Min.



Tomaten kleinschneiden und in eine Schüssel geben.

Koblauch ebenfalls kleinschneiden und dazugeben.

Mit Öl, Essig, Salz, Pfeffer und Zucker ein Dressing erstellen

und über die Tomaten geben.

Alles gut vermischen und einige Zeit ziehen lassen.

In die Schnitzel längs eine tiefe Tasche schneiden.

Jeweils eine Scheibe Käse und Schinken hineingeben.

Eine Panierstraße mit drei Tellern mit Mehl, Eiern und Semmelbröseln aufbauen.

Schnitzel auf jeder Seite gut panieren.

Butter in zwei Pfanne erhitzen und Schnitzel darin auf jeder Seite etwa 4–5 Minuten kross anbraten, bis sie goldgelb gebraten sind.

Salat auf zwei Schüssel verteilen.

Jeweils drei Schnitzel auf einen Teller geben. Salat dazustellen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Gefüllte Spitzpaprika**



Würzige Füllung, würzige Sauce

Ein Rezept für gefüllte Paprika. Diesmal aber nicht die bekannten und gewohnten Paprikaschoten. Sondern kleinere Spitzpaprika.

Bei der Füllung mache ich es mir einfach und verwende als Hauptzutat gemischtes Hackfleisch.

Die Würze bringt allein der geriebene Hartkäse mit. Zusätzlich würze ich die Füllung nicht.

Als weitere Zutaten gebe ich eine große Portion an Basilikum und Petersilie in die Füllung.

Da das Gericht eine kleine Sauce und auch Flüssigkeit benötigt, in der ich es garen kann, lösche ich die Paprika im Topf mit einem guten Schluck Soave ab.

Durch das Garen bildet sich eine sehr schmackhafte und würzige Sauce, die ich natürlich gern zum Gericht dazu serviere.

---

# Gnocchi mit Käse- und Waldpilzfüllung mit schwarzer Bohnen-Sauce



Mit leckerer Sauce

Ein reines Convenience-Gericht.

Fertige, industriell hergestellte Gnocchi mit einer leckeren Füllung.

Und eine fertige, asiatische Sauce aus dem Glas.

Bei den Gnocchi habe ich aber auf gute Qualität geachtet und ein Produkt mit dem Zusatz „Gourmet Finest Cuisine“ gekauft. Und die Gnocchi sind auch deutlich größer als ich es von Gnocchis bisher kenne.

Und dass auch die Sauce ein gutes Produkt ist, habe ich schon bei diversen asiatischen Gerichten festgestellt, in der ich diese Sauce verwendet habe. Sie kommt schließlich aus einem Asia-Laden in Hamburg.

Also alles in allem zwar Convenience, aber gute Produkte.

Und vor allem dennoch sehr lecker.

Und ein unbestreitbarere Vorteil: In 6 Minuten zubereitet und verzehrfähig.

---

## **Tortellini mit Käsefüllung und Chili-Bohnen-Sauce**





Tortellini!

Mal wieder ein Etikettenschwindel, wie ich ihn von diesem Hersteller bei meinem Discounter schon des öfteren kenne.

Auf der Packung steht „Tortelloni“. Nun, Tortelloni sind die größere Ausgabe der Tortellini und handtellergrößer.

Bei einem Gericht in einem italienischen Restaurant mit Tortelloni erhält man auf einem großen Teller höchstens 3–4 Tortelloni. Mehr passen nicht auf den Teller.

Also Etikettenschwindel.

Die Packungen enthalten Tortellini. Davon passen jede Menge auf einen großen Teller.

Man will vermutlich den Käufer beeindrucken und nennt die Tortellini fälschlicherweise Tortelloni.

Dazu der Einfachheit halber eine fertige asiatische Sauce. Eine Sauce aus Sojabohnen und Chilis. Also sehr scharf. Im

Chinesischen heißt sie Toban-Djan-Sauce.

Alles in allem aber sehr lecker.

---

## Gefüllter Schinken-Braten mit Champignon-Tomaten-Gemüse



Fein gefüllter und geschmorter Braten

Dies ist meine erste Zubereitung eines gefüllten Bratens.

Ich bin kein ausgebildeter Koch. Ich kenne leider nicht die professionelle Art, wie man einen Braten etwas aushöhlt, um

ihn zu füllen.

Ich habe daher ein spitzes, dünnes, sehr scharfes Entbein-Messer genommen und in den Braten längs hineingestochen. Dann habe ich diesen Einstich durch Wenden und Drehen des Messers etwas vergrößert.

Bei der Füllung habe ich es mir einfach gemacht. Ich habe fertig hergestellte Bratwürste beim Discounter gekauft und das Wurstbrät von zwei Bratwürsten, das ja schon gewürzt ist, für die Füllung verwendet.

Beim Füllen bin ich professionell vorgegangen. Ich habe die Haut der Bratwürste entfernt und das Brät in einen Spritzbeutel ohne Tülle gegeben. Mit diesem Brät habe ich die Höhlung im Braten gefüllt.

Und zum besseren Verteilen und Stopfen des Bräts habe ich dieses zum Schluss noch kräftig mit dem Zeigefinger in die Höhlung hineingestopft.

Als Beilage bereite ich eine einfaches, schmackhaftes Gemüse aus Champignons und Tomaten zu. Verfeinert mit Lauchzwiebel, Knoblauch und frischer Petersilie.

---

**Gefülltes,  
Rumpsteak**

**flambiertes  
mit**

# Kartoffelspalten



Beim Flambieren mit dem Rum

Ein Rezept zu Steaks.

Dieses Mal aber variiert, indem ich die Steaks längs aufschneide und mit Feta fülle.

Und zudem kurz vor dem Anrichten noch mit Rum flambiere.

Dazu als Beilage frittierte Kartoffelspalten.

---

# Gegrillter Stierhoden mit Mezzelune



Sehr schmackhafte Zubereitung des Stierhodens

Hier gelingt der Stierhoden wirklich genial und es ist eine sehr empfehlenswerte Weise, Innereien, in diesem speziellen Fall Stierhoden, zuzubereiten.

Einfach einige Minuten auf jeder Seite in der Grillpfanne gegrillt. Dann noch 10 Minuten bei 160 Grad Celsius im Backofen nachgegart.

Dazu als Beilage frische Pasta, in diesem Fall Mezzelune, gefüllt mit Parmigiano Reggiano und Balsamico-Reduktion.

Für die Pasta bereite ich keine separate Sauce zu. Sondern verwende einfach etwas Teriyaki-Sauce.

Die Teriyaki-Sauce gebe ich übrigens nicht über die

Stierhoden, denn diese würze ich mit einem Fleischgewürz, also einer Gewürzmischung.

Die beste Art, um Stierhoden vorzubereiten, ist die folgende. Man friert die Stierhofen ein, auch um sie länger haltbar zu machen und nach Belieben zuzubereiten. Dann lässt man sie eine Stunde auftauen. Dabei taut die äußere Hodenhaut, die nicht genießbar ist, auf, das eigentliche Hodeninnere, also das Drüsengewebe, bleibt gefroren. Man schneidet die Hoden längs zwei Male ein und zieht die Hodenhaut ab. Den eigentlichen Hoden, der nur genießbar und noch gefroren ist, lässt man dann einige weitere Stunden auftauen.

---

## **Grandi Girasoli mit leichtem Tomatensugo**



Würziges Sugo mit viel Petersilie

Hier habe ich bei meinem Discounter einmal in eine Pasta der Extraklasse investiert und etwas mehr Geld ausgegeben als normalerweise.

Aber die frische, gefüllte Pasta ist auch wirklich exzellent.

Dazu ein leckeres Tomatensugo. Das ich mit Petersilie, Käse und Weißwein verfeinere.

---

## **Girasoli mit BBQ-Sauce**

Ein Rezept mit zwei fertigen, industriell gefertigten Produkten.

Sie ermöglichen eine schnelle und schmackhafte Zubereitung eines leckeren Gerichts.

Gefüllte Pasta – Girasoli, gefüllt mit gegrilltem Gemüse – ist die Hauptzutat.

Die Sauce für die Pasta ist eine BBQ-Sauce, deren rauchiges Aroma gut zur gegrillten Füllung der Pasta passt.

[amd-zlrecipe-recipe:1218]

---

# **Gefüllte Auberginen mit Schweinefleisch und Basmatireis**

Ich habe bei diesem Rezept wieder einmal improvisiert. Und auch variiert.

Denn einige Zubereitungshinweise in diesem Rezept sind wirklich gut und ein gelungener Trick, den man auch z.B. für die Zubereitung von Auberginen in der Pfanne oder in der Auflaufform im Ofen gut anwenden kann.

So sollte man die Auberginen zwar längs halbieren, jedoch nicht (!) den Strunk abschneiden, sondern diesen bei der weiteren Zubereitung beibehalten. Denn ansonsten hat man an einem Ende der Auberginen ein Loch, aus dem die Füllung eventuell herausfällt. Ich habe dies leider im Rezept zu spät gesehen und nicht befolgt.

Nach dem Halbieren der Auberginen das Fruchtfleisch sofort mit



Zitronensaft einzureiben ist ein guter Trick, damit verhindert wird, dass das Fruchtfleisch oxidiert und sehr schnell braun wird.

Und auch das Einschneiden des Fruchtfleischs der halbierten Auberginen in einem rautenförmigen Muster, möglichst ohne dabei mit dem spitzen Messer die Außenhaut der Auberginenhälften zu verletzen, ist ein guter Trick. Das kann man auch beherzigen, wenn man Auberginen in der Pfanne oder im Backofen gart. Auf diese Weise lässt sich das Fruchtfleisch dann nach dem Vorgaren der Auberginenhälften mithilfe eines großen Esslöffels ganz leicht herauskratzen.

Andere Zubereitungshinweise habe ich nicht befolgt. So, dass das Hackfleisch zweimal vorgegart und dann nochmals mit Gemüse ebenfalls vorgegart wird, bevor die eigentliche Füllung mit den Auberginen nochmals lange in der Mikrowelle gegart wird. Denn schon nach dem ersten Vorgaren des Hackfleischs ist dieses fast vollständig gegart, würde man es noch zwei Male vorgaren, wäre es trocken gegart, furztrocken und nach dem eigentlichen Garen in der Füllung in den Auberginen nicht mehr genießbar.

Die gefüllten Auberginen schmecken sehr gut. Es sind die besten gefüllten Auberginen, die ich bisher zubereitet habe. Sie schmecken sogar besser als Auberginen, wie ich sie bisher in einer Auflaufform im Backofen gegart habe.

Als Beilage habe ich einfach eine Portion Vollkorn-Basmatireis, gemischt mit etwas Quinoa und Gemüse, zubereitet. Der Reis ist schon vorgedämpft. Ich hatte eine Packung mit 250 g Inhalt davon noch vorrätig. Und er lässt sich einfach in wenigen Minuten in der Mikrowelle gänzlich garen und somit zubereiten.

[amd-zlrecipe-recipe:1155]

---

# **Gefüllte Zucchini mit Couscous**

Dieses Gericht habe ich bestimmt schon einmal zubereitet, aber es schmeckt immer wieder gut.

Um es zu variieren, kann man einfach die Füllung etwas ändern.

Oder auch die Beilage variieren.

Für die Füllung verwende ich Hackfleisch, Schwarzbrot, Oliven und Tomaten.

Ich häcksle die Füllung in der Küchenmaschine klein. Und würze sie gut mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Als Beilage wähle ich Couscous.

[amd-zlrecipe-recipe:1038]

---

# **Frische Tortellini mit Mungobohnen-Keimlingen in Soja-Sauce**

Ebenfalls ein einfaches Pasta-Gericht.

Aber sehr schmackhaft aufgrund der in Fett angebratenen

Keimlingen.

Gewürzt mit dunkler Soja-Sauce.

Und die Sauce mit einigen Löffeln Kochwasser der Pasta verlängert.

[amd-zlrecipe-recipe:972]