# Malayischer Gemüsetopf mit Putenfleisch und Chili-Schoten

Bei diesem Rezept habe ich mir wahrlich nicht viel Mühe gemacht.

Ich hatte Fertig-Produkte vorrätig, also Convenience-Produkte. Und zwar malayische Gemüsetöpfe.

Also viel verschiedenes Gemüse. In einer pikanten und würzigen Eintopf-Sauce.

Nun, ich habe zumindest das Gericht noch etwas aufgepeppt, indem ich zum Einen kleingeschnittenes Putenfleisch und zum Anderen für Schärfe kleingeschnittene rote Chili-Schoten hinzugegeben habe.

Der Gemüsetopf hat zumindest gemundet und gut geschmeckt.

[amd-zlrecipe-recipe:395]

---

# Provençalisches Gemüse-Allerlei mit Tortellini

Ein Gemüse-Allerlei mit 11 Gemüsesorten.

Den provençalischen Touch erhält das Gericht durch frische Kräuter wie Thymian, Salbei und Rosmarin.

Ich mische noch frische Tortellini unter das Gemüse.

Und garniere mit frisch geriebenem Parmesan.

Das Gericht ist durch die verwendete Peperoni doch leicht scharf.

[amd-zlrecipe-recipe:286]

---

# Hähncheninnenbrustfilets mit Gemüse asiatisch

Hähncheninnenbrustfilets. Kleingeschnitten und im Wok angebraten.

Mit viel diversen Gemüsesorten.

Gewürzt mit Fisch- und Soja-Sauce.

Dazu Basmatireis.

[amd-zlrecipe-recipe:281]

---

# Hähnchenfleisch mit Gemüse

# asiatisch

Mein erstes Feiertagsessen, am 1. Weihnachtsfeiertag.

Hähnchenbrustfilets, in kurze Streifen geschnitten. Diverses Gemüse.

Dazu Basmatireis.

Das Gericht schneckt wundervoll, mit Würze und Salzigkeit von Soja- und Fisch-Sauce.

Rote Peperoni verleihen dem Gericht etwas Schärfe.

Ein hervorragendes Essen für ein Feiertagsmenü.

Es ist zwar ein asiatisches Gericht, ich richte es aber dennoch in tiefen Teller an und serviere es mit Löffeln.

[amd-zlrecipe-recipe:273]

---

# Bandnudeln in Gemüse-Sauce

Ich bereite ein einfaches Pasta-Gericht zu.

Dazu reibe  ich einfach Gemüse, das der Kühlschrank noch hergibt, in der Küchenmaschine fein.

Ich gebe noch ein klein wenig Schweinefleisch zum Gemüse dazu.

Das Ganze gare ich in selbst zubereitetem Gemüsefond.

Würze mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

Bereite dazu Bandnudeln zu.

Gebe – natürlich – die Pasta zu der Sauce und vermische alles gut.

Gebe alles in zwei tiefe Pastateller.

Und würze zusätzlich mit frisch geriebenem Parmesan.

[amd-zlrecipe-recipe:245]

---

# Herz-Ragout in Weißwein-Sauce mit Fettucine

Diesmal ein leckeres Ragout, zubereitet aus Schweineherz.

Ich brate das kleingeschnittene Herz zusammen mit Champignons, Schalotten, Lauchzwiebeln und Knoblauch an. Und lösche mit einem sehr großen Schuss Soave ab.

Ich würze mit Garam Masala, Kreuzkümmel, süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

Das Ganze lasse ich eine Stunde lang köcheln.

Es ergibt eine sehr leckere, schmackhafte Sauce.

Dazu wähle ich als Beilage frische Fettucine.

[amd-zlrecipe-recipe:223]

# Tofu-Gemüse-Pfanne

Bei meinem Discounter fand ich vor kurzem Tofu im Kühlregal. Ich kaufte ihn, um damit einige schöne, vegetarische oder vegane Gerichte zuzubereiten.

Als erstes bereite ich diese vegane Pfanne zu.

Ich verwende dazu außer dem Tofu noch acht Gemüsesorten, die ich in kleine Stücke schneide.

Für Schärfe sorgt eine rote Chili-Schote.

Und da das Gericht mit Tofu eher asiatisch anmutet, verwende ich einfach nur Soja-Sauce zum Würzen.

Der angebratene Tofu schmeckt wirklich sehr gut.

[amd-zlrecipe-recipe:218]

# Hähnchenbrustfilet mit Wok-Pilz-Gemüse, Bihun-Sauce und Reis

Ich habe einmal meinen Konservendosen-Vorrat etwas reduziert. Vorrätig habe ich eigentlich immer Tomaten in Dosen für ein

schönes Sugo für Pasta. Aber manchmal kommen auch noch einige andere Dosen hinzu.

Hier trift einmal nicht East auf West, sondern China trifft auf Indonesien. Ich hatte eine Dose mit Wok-Pilz-Gemüse, chinesisch, vorrätig. Und eine Dose Bihun-Suppe, indonesisch.

Nun habe ich einfach, wie ich es schon mehrere Male gemacht habe, die Bihun-Suppe zweckentfremdet und als Sauce verwendet.

Und habe zusammen mit Hähnchenbrustfilet und dem Wok-Pilz-Gemüse ein schönes asiatisches Gericht zubereitet.

Das Gericht ist denkbar einfach zubereitet. Sie braten einfach die kleingeschnittenen Filets in Öl an, geben Gemüse und Suppe hinzu und erhitzen alles. Dazu einfach Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:202]

---

# Hühnchenbrustfilet mit Gemüse in Hoisin-Sauce mit Reis

Ein Gericht mit Hühnchenbrustfilet. Dazu einige Gemüsesorten.

Ich bereite das Gericht im Wok zu. Somit ist es eigentlich ein asiatisches Gericht. Denn ich wähle für die Sauce auch eine asiatische Sauce. Hoisin-Sauce vewendet man normalerweise für Ente. Da es sich bei dem Hühnchenbrustfilet aber auch um Geflügel handelt, passt diese Sauce auch dazu.

Aber ich serviere das Gericht dennoch nicht in Schalen mit

Stäbchen, sondern in zwei tiefen Tellern, denn das Gericht hat sehr viel Sauce. Gegessen wird mit Löffeln.

[amd-zlrecipe-recipe:193]

---

# Gefülltes Brathähnchen

Ich wollte eigentlich eine gefüllte Gans oder eine gefüllte Ente zubereiten. Diese bekommt man allerdings in den Sommermonaten nur sehr schlecht bei Discounter oder Supermarkt, es sind ja eher Winter-Gerichte.

Also habe ich einfach als Ersatz ein Brathähnchen verwendet.

Das Brathähnchen würze ich einfach mit der leckeren Marinade, mit der ich in der letzten Zeit des öfteren Geflügel oder Grill-Gut gewürzt habe. Einfach Olivenöl mit dunkler Soja-Sauce, Honig und Pul biber. Die Würzsauce ist sehr schmackhaft.

Ich fülle das Brathähnchen mit einigem Gemüse und die Füllung fungiert zugleich als Beilage zu dem Brathähnchen. Für die Füllung verwende ich Kartoffel, Wurzel, Schalotte, Knoblauch, Champignons und Speck. Ich verwende auch die Innereien, die dem tiefgefrorenen Brathähnchen beigefügt sind.

Die Füllmenge gelingt sehr knackig, und die Sauce, die sich bildet, ist sehr würzig, aromatisch und leicht scharf. Das Fleisch des Brathähnchens ist sehr saftig.

[amd-zlrecipe-recipe:175]

# Rinder-Hüftsteak mit Speck, Tomate, Champignon und Knoblauchbutter und Kartoffel-Gemüse-Püree

Da hatte ich doch dieses Mal beim Einkaufen Pech. Ich wollte ein Rinder-Hüftsteak zubereiten und es etwas variieren, indem ich gebratene Tomatenscheiben und ein Spiegelei darauf geben wollte. Nur, es gab aufgrund des derzeitigen Lebensmittelskandals mit Eiern aus den Niederlanden keine Eier beim Discounter. Er hatte sie allesamt an den Lieferanten zurückgeschickt. Tja, also konnte ich keine Eier kaufen und somit auch kein Spiegelei zubereiten. Also musste ich nochmals variieren.

Ich entschloss mich daher, eine gebratene Speckscheibe auf das Hüftsteak zu geben. Dann einige gebratene Tomatenscheiben. Schließlich einen kleingeschnittenen, gebratenen, braunen Champignon. Und last but not least zwei Scheiben Knoblauchbutter.

Dazu gibt es ein einfaches Püree, das ich aus Kartoffeln und einigem Gemüse wie Wurzel, Zwiebel, Lauchzwiebel und Knoblauch zubereite.

Das Hüftsteak brate ich auf jeder Seite etwa 2–3 Minuten an und bereite es somit medium zu. Es ist sehr zart und lecker.

Das Hüftsteak, das ich gekauft habe, ist recht klein, aber

sehr dick. Also entschloss ich mich, es einmal quer aufzuschneiden, somit eine Art Schmetterlingssteak zuzubereiten und dieses anzubraten.

[amd-zlrecipe-recipe:172]

---

# Pferdebraten in Gemüse-Sauce mit Hörnchennudeln

Ich liebe Pferdefleisch. Diesmal bereite ich einen Pferdebraten zu.

Die Sauce bilde ich aus Gemüse wie Wurzel, Lauchzwiebel, Schalotte, Knoblauchzehen und Champignons. Und selbst zubereitetem Gemüsefond.

Gewürzt wird nur mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

Als Beilage wähle ich Hörnchennudeln.

Der Pferdebraten ist nach einer Stunde Schmorzeit zart und fein und nicht zu trocken.

Die Sauce gelingt schmackhaft und sehr aromatisch.

[amd-zlrecipe-recipe:168]

# Prärieauster-Gemüse-Ragout mit Bandnudeln

Nun, was ist eine Prärieauster, werdet Ihr Euch fragen. Das ist einfach erklärt. Eine Prärieauster ist ein Bullenhoden.



Als die Cowboys in Amerika ihre Viehtrecks durchführten und dabei unterwegs auch einmal ein Rind oder einen Bullen schlachteten, mussten sie natürlich alles von dem jeweiligen Tier verwenden. Das waren bei einem Bullen eben auch seine Hoden. Daher bekam der Bullenhoden den Begriff „Prärieauster“.

Männliche Hoden sind Drüsengewebe. Sie haben ein harte Haut, die man nicht essen kann und deshalb vor dem Zubereiten entfernen muss.

Ich bereite die Prärieauster als Ragout zu, indem ich sie kleinschneide. Desweiteren verwende ich Gemüse, das ich

kleinschneide oder grob reibe.

Die Sauce wird aus selbst zubereitetem Gemüsefond zubereitet.

Dazu gibt es als Beilage einfach Bandnudeln.



Die Prärieauster gelingt in diesem Gericht sehr zart und fein. Sie erinnert von Geschmack und Konsistenz ein wenig an Leber oder Niere.

[amd-zlrecipe-recipe:167]

---

# Bevor die Innereien kommen,

# zuerst noch …

… ein Rumpsteak vom Jungbullen. Rare zubereitet.

Dazu einfach ein wenig gebratenes Gemüse.

Das Rumpsteak würze ich mit Steakpfeffer. Und gebe sowohl auf das Rumpsteak als auch auf das Gemüse etwas Kräuterbutter.

Vor dem Fotografieren der Foodfotos habe ich jedoch vergessen, das Rumpsteak mit Steakpfeffer zu würzen.

[amd-zlrecipe-recipe:141]

---

# Kohlrabi-Kuchen

Eine Variation eines normalen Rührkuchens, in den ich nur für eine Hälfte des Mehls 250 g fein geriebenen Kohlrabi hinzugebe.

Ich habe zur Zeit irgendwie kein großes Glück beim Zubereiten von Rührkuchen. Obwohl ich den Kuchen nach dem Backen absichtlich 1–2 Stunden gut habe abkühlen lassen und die Backform natürlich gut eingefettet war, blieb doch beim Stürzen des Kuchens auf ein Kuchengitter vom äußeren Kuchen eine kleine Schicht an der Backform hängen.

Der Kuchen bekommt noch eine schöne, dicke Schokoladenglasur für mehr Geschmack.

*Mein Rat:* Gemüsekuchen sollte man relativ schnell aufessen und

nicht allzu lange stehen lassen. Aufgrund des verwendeten Gemüses und damit der Feuchtigkeit des Kuchens fängt der Kuchen relativ schnell an zu schimmeln.

[amd-zlrecipe-recipe:138]

---

# Pfannengericht

Da ich eine größere Anzahl der unterschiedlichsten Zutaten für diese Gericht verwende und daher der Titel des Rezepts etwas ausufern würde, benenne ich es einfach Pfannengericht.

Einfach zubereitet, sehr schmackhaft. Gemüse und Champignons in kleine Würfel schneiden, restliche Zutaten dazugeben und alles kräftig anbraten. Nur mit Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer würzen.

*Mein Rat:* Da es ein Pfannengericht ist, serviere und esse ich es in bzw. aus der Pfanne.

[amd-zlrecipe-recipe:124]