Gefüllte Zucchini



Leckere gefüllte Zucchini
Einfaches Gericht. Sicherlich im Foodblog schon einmal zu finden. Man kann immer mal wieder die Rezeptur der Füllung ändern, so in diesem Fall, in dem ich viel geriebenen Parmesan mit verwende. Und auch die Beilage ist sehr variable, von Reis über Couscous bis zu Linsen jeglicher Art. Bratkartoffeln gingen sicher auch.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 große Zucchini
- Riesling

Für die Füllung:

- 500 g gemischtes Hackfleisch
- 1 große Zwiebel

- 4 Knoblauchzehen
- viel frisch geriebener Parmesan
- etwas Petersilie
- 2 EL Fleischgewürzsalzmischung beliebiger Art

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 30 Min. bei 160 °C Umluft



Mit würziger Soße

Zubereitung:

Hackfleisch mit der Hand leicht in eine Schüssel zerbröseln.

Zwiebel und Knoblauch putzen, schälen, kleinschneiden und in die Schüssel geben.

Parmesan nach Belieben dazugeben.

Gewürzsalzmischung dazugeben.

Eine Portion Petersilie kleinschneiden und auch hinzugeben.

Alles gut mit einem Esslöffel vermischen.

Zucchini putzen, also den Strunk entfernen, jeweils einmal quer halbieren. Schließlich längs einmal halbieren. Kerngehäuse mit einem Esslöffel herauskratzen. Zucchinihälften innen salzen.

Fleischmasse mit der Hand nochmals durchkneten und zu einer großen Masse formen. In acht Teile teilen. Jeweil einen Teil in die Hände nehmen, zu einer großen, dicken Rolle formen und diese in die jeweilige, ausgekratzte Zuchinihälfte hineindrücken und an die Form anpassen. Alle gefüllten Teile in eine große Auflaufform legen.

Riesling in die Auflaufform geben, so dass der Boden einige Zentimeter bedeckt ist. Die oben angegebene Zeit auf mittlerer Ebene in den Backofen geben.

Auflaufform herausnehmen und Zucchinihälften auf zwei Teller verteilen. Rieslingsoße bei Bedarf noch mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und großzügig über die Zucchinihälften respektive eine Beilage geben (siehe unten). Servieren. Guten Apptit!

Wenn der Appetit sehr groß ist, parallel zu der Backzeit im Backofen eine Beilage wie in der Anleitung beschrieben in einem Topf auf dem Herd zubereiten und auf die beiden Teller verteilen. Soße nicht vergessen!

Schweinefleisch mit Speck, Spargel und Peperoni in einer

würzigen Weißweinsauce

Sind Sie bereit für ein neues Rezept, das ein wenig aus dem Rahmen fällt? Es ist zumindest weder ein Klassiker noch ein traditionelles Rezept oder ein bekanntes Rezept. Ich habe mal wieder mit den vorhandenen Zutaten ein wenig meine kulinarische Phantasie spielen lassen und es selbst kreiert.



Leckere Bowl

Es ist ein Rezept für eine schmackhafte Bowl. Mit einer sehr würzigen und schmackhaften Weißweinsauce, die man zum Schluss auch noch aus der Bowl schlürfen sollte.

Eine Besonderheit sind die verwendeten Spargel. Auf den Rat eines Freundes habe ich vor einigen Wochen frischen Spargel geputzt, geschält und dann eingefroren. Denn ich hatte tatsächlich 2 kg Spargel vorrätig. Ich hätte das nicht alles zubereiten und schon gar nicht essen können. Also habe ich ihn wie oben erwähnt eingefroren.

Ich hatte so meine Bedenken gegen das Einfrieren, weil Gemüse durch das Einfrieren gern seine Struktur, Knackigkeit und Festigkeit verliert. Leider behielt ich beim Spargel recht. Die Eiskristalle, die sich aufgrund der Feuchtigkeit im Spargel beim Einfrieren bilden, zerstören ein wenig die Struktur des Spargels. Das Ergebnis ist, dass der eingefrorene, wieder aufgetaute Spargel daher kommt, als wäre er schon gegart. So weich ist er durch das Einfrieren geworden.

Normalen Spargel kocht man in kochendem Wasser gute 12 Minuten, um ihn am besten mit einer frischen Sauce Hollandaise zu verzehren. Der tiefgefrorene Spargel braucht das nicht, er ist nach dem Auftauen fast schon in essbarem Zustand. Die wenigen Minuten des Garens mit den anderen Zutaten in der Pfanne reichen völlig aus.

Kurz gesagt, haben Sie vorbereiteten, tiefgefrorenen Spargel, verfahren Sie nach diesem Rezept. Haben Sie frischen Spargel, putzen und schälen Sie ihn und garen Sie ihn vor der Zubereitung dieser Bowl in kochendem Wasser 12 Minuten, dann verwenden Sie ihn weiter.

Als Hauptzutat kommen Schweinenacken und Bauchspeck in die Bowl. Dazu der erwähnte Spargel und Peperoni für ein klein wenig Schärfe. Abgerundet wird mit frischer, kleingeschnittener Petersilie.

Ein guter Schluck trockener Weißwein kommt in das Gericht, der zusammen mit der Flüssigkeit, die sich durch das Garen bildet, die Sauce bildet. Und die verwendete BBQ-Gewürzmischung gibt der Sauce ihre Würze und Schmackhaftigkeit.

Für 2 Personen:

- 2 Schweinenackensteaks
- 150 g Bauchspeck
- 500 g Spargel (geschält, tiefgefroren)

- 2 orange Peperoni
- 2 grüne Peperoni
- 5 Knoblauchzehen
- 1 Topf Petersilie
- Soave
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- BBQ-Gewürzmischung
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 15 Min.



Mit Schweinefleisch und Bauchspeck
Knoblauch putzen, schälen, mit einem breiten Messer flach drücken und kleinschneiden.

Petersilie kleinschneiden.

Steaks längs einmal halbieren, dann quer in dicke, kurze Streifen schneiden.

Schwarte des Bauchspecks entfernen. Speck ebenfalls längs einmal halbieren, dann quer in kurze, dicke Streifen schneiden.

Spargel in kurze Stücke schneiden.

Peperoni putzen, Stiel entfernen und quer in Ringe schneiden.

Öl in einer Pfanne mit Deckel erhitzen. Alle Zutaten hineingeben und unter Rühren einige Minuten kross anbraten. Etwas Flüssigkeit ziehen lassen. Mit einem großen Schluck Soave ablöschen. Kräftig mit Salz, Pfeffer, BBQ-Gewürzmischung und einer Prise Zucker würzen. Petersilie dazugeben.

Alles vermischen und zugedeckt bei mittlerer Temperatur etwa 5 Minuten garen.

Sauce abschmecken.

Gericht auf zwei Bowls verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Asiatische Instant-Nudelsuppe mit Entengeschmack



Leckere Nudelsuppe in einer ansprechenden Schale
Meine erste Zubereitung für meine neuen Bowlschalen.

Nach dem Kauf überlegte ich, welche Gerichte ich zubereiten könne, um die neuen Schalen einzuweihen und etwas Passendes, Leckeres daraus zu essen.

Da fiel mir ein, dass ich zwei Packungen Instant-Nudelsuppe im Vorratsregal vorrätig hatte.

Zwar nicht gerade das beste und weltbewegendste Gericht. Aber zumindest authentisch, denn auch im Supermarkt, in dem ich die Schalen gekauft habe, bekommt man diese Suppen. Und auch Asiaten essen diese Suppen ab und zu ganz gerne.

Es ist einfach eine Fastfoodvariante und somit ein Convenienceprodukt, das eine frisch zubereitete Ramen-Nudelsuppe ersetzen und vorspielen soll.

Man packt Nudeln und weitere, beiliegende Zutaten wie Gewürzmischung, etwas Chilipulver und Öl in eine Schale, gießt kochendes Wasser darüber, lässt es einige Minuten ziehen und

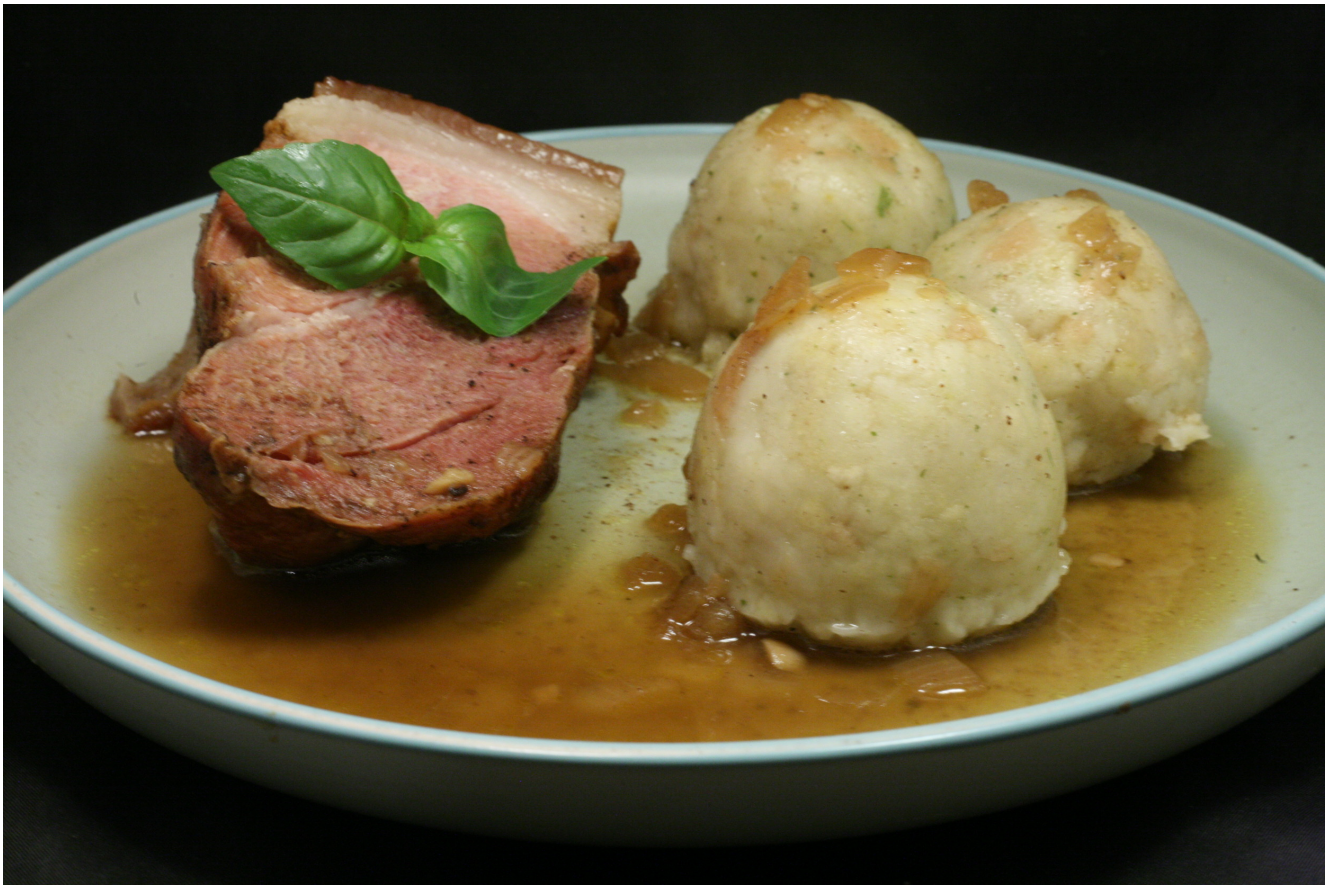
hat sofort eine Nudelsuppe. Nicht frisch zubereitet, aber zwischendurch schon auch lecker und schmackhaft.

Ich gebe bei diesen Suppen aber immer gerne den Rat eines Chinesen mit, der mir einmal sagte, man solle von diesen Suppen nicht mehr als eine in der Woche essen. Es ist Fastfood, und man riskiert sonst, Gesundheitsprobleme zu bekommen.

Und auch, wenn ich mich bei dem Folgenden auch wiederhole, so füge ich es hier doch gern an. Sie wissen ja, andere Länder, andere Sitten. In vielen Ländern und Kulturen herrschen auch beim Essen andere Verhaltensweisen. In China isst man mit Stäbchen, in manchen anderen Ländern mit der Hand. Und in Japan ist es Sitte, dass man gerade beim Essen einer Nudelsuppe kräftig schlürft, die Nudeln lautstark mit den Lippen in den Mund zieht und dabei auch kräftig schmatzt. Und wenn dies in anderen Kulturen so der Fall ist und Sie jetzt auch ein authentisches Geschirr für diese Suppe verwenden, dann dürfen Sie und Ihre Familie dies bei diesem Gericht auch wirklich tun!

Aber lassen Sie sich nicht von dem zuerst genannten Rat stören, betrachten Sie die leckere Nudelsuppe in der neuen, japanischen Schale auf dem Foodfoto und bereiten Sie die Suppe wie oben beschrieben oder auf der Verpackung vermerkt zu. Und genießen Sie sie!

Schweinekrustenbraten mit Semmelknödeln in Rum-Sauce



Aus Bequemlichkeit keine frisch zubereiteten Klöße

Rum, Whiskey oder Cognac passt ja immer gut zu Fleisch.

Entweder flambiert man das Fleisch damit. Oder verwendet die Spirituose in größerer Menge für die Sauce.

So habe ich es bei diesem Braten gemacht. Und habe ihn in einer Sauce aus Rum und Wasser geschmort.

Als Würze für den Braten verwende ich nur eine Fleisch-Gewürzsalz-Mischung. Diese reicht aus, die Sauce zu würzen. Nachwürzen ist nicht notwendig.

Von der Optik und dem Geschmack erinnert der Braten doch eher an ein gepökeltes Kasseler. Denn der Braten ist kräftig rot und auch leicht salzig. Aber er schmeckt!

Bei der Kruste – oder besser gesagt Schwarte – mache ich mir nicht die Mühe, diese noch unter dem Grill zum Aufpoppen zu bringen, damit sie die Bezeichnung „Kruste“ auch verdient. Meistens gelingt mir dies nämlich nicht richtig. Ich schmore

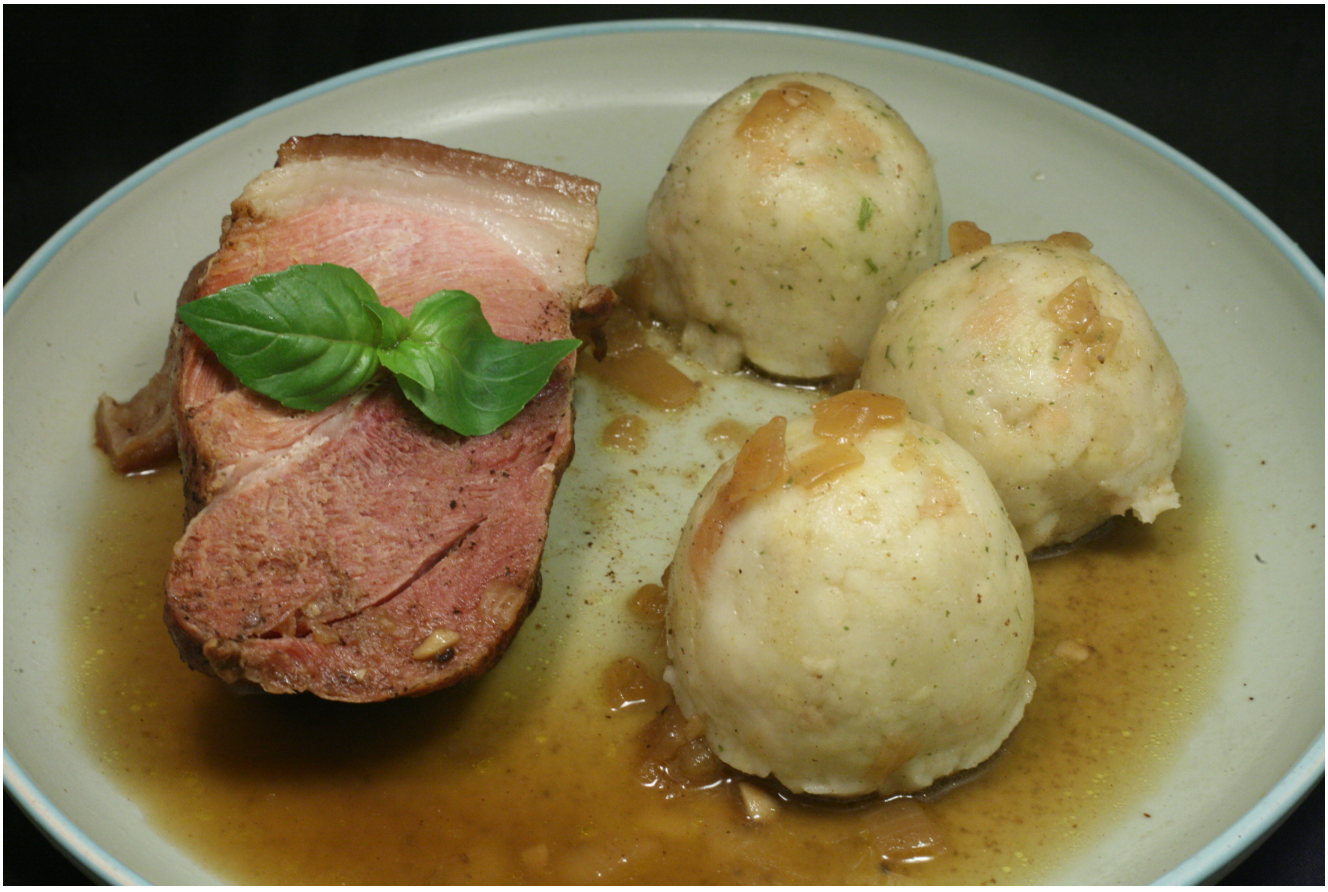
sie einfach mit der Sauce mit, sie gibt dem Braten Geschmack und ist sehr lecker.

Als Beilage wähle ich Semmelknödel aus der Packung. Bei diesem Rezept habe ich mir nicht die Mühe gemacht, die Semmelknödel selbst frisch zuzubereiten.

Für 2 Personen

- 500 g Schweinekrustenbraten
- 1 große Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- Fleisch-Gewürzsalz-Mischung
- 200 ml Rum (40 % Alkohol)
- 200 ml Wasser
- 6 Semmelknödel (1 Packung)
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Schmorzeit 2 Stdn.



Braten auf allen Seiten mit der Gewürzmischung würzen.

Zwiebel und Knoblauchzehen putzen, schälen und kleinschneiden.

Öl in einem Topf erhitzen. Braten auf allen Seiten kross anbraten. Herausnehmen.

Zwiebel und Knoblauch hineingeben und einige Minuten kross anbraten.

Braten wieder dazugeben.

Mit dem Rum und dem Wasser ablöschen. Röststoffe vom Topfboden mit dem Kochlöffel gut ablösen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden schmoren.

Kurz vor Ende der Garzeit Knödel nach Anleitung in leicht gesalzenem, kochendem Wasser garen.

Braten herausnehmen, auf ein Arbeitsbrett geben und tranchieren. Auf zwei Teller verteilen.

Jeweils drei Knödel dazugeben. Sauce über die Knödel geben.

Servieren. Guten Appetit!

Schweinekrustenbraten mit Tagliatelle in Rum-Sauce



Ganz nach dem Motto meines Foodblogs – Nudeln, Fleisch und Sauce …

Rum, Whiskey oder Cognac passt ja immer gut zu Fleisch.

Entweder flambiert man das Fleisch damit. Oder verwendet die Spirituose in größerer Menge für die Sauce.

So habe ich es bei diesem Braten gemacht. Und habe ihn in einer Sauce aus Rum und Wasser geschmort.

Als Würze für den Braten verwende ich nur eine Fleisch-Gewürzsalz-Mischung. Diese reicht aus, die Sauce zu würzen. Nachwürzen ist nicht notwendig.

Von der Optik und dem Geschmack erinnert der Braten doch eher an ein gepökeltes Kasseler. Denn der Braten ist kräftig rot und auch leicht salzig. Aber er schmeckt!

Bei der Kruste – oder besser gesagt Schwarte – mache ich mir nicht die Mühe, diese noch unter dem Grill zum Aufpoppen zu bringen, damit sie die Bezeichnung „Kruste“ auch verdient.

Meistens gelingt mir dies nämlich nicht richtig. Ich schmore sie einfach mit der Sauce mit, sie gibt dem Braten Geschmack und ist sehr lecker.

Als Beilage wähle ich frische Tagliatelle aus der Packung. Diese ist in zwei Minuten in kochendem, leicht gesalzenem Wasser gegart.

Für 2 Personen

- 500 g Schweinekrustenbraten
- 1 große Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- Fleisch-Gewürzsalz-Mischung
- 200 ml Rum (40 % Alkohol)
- 200 ml Wasser
- 300 g frische Tagliatelle
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Schmorzeit 2 Stdn.



Braten auf allen Seiten mit der Gewürzmischung würzen.

Zwiebel und Knoblauchzehen putzen, schälen und kleinschneiden.

Öl in einem Topf erhitzen. Braten auf allen Seiten kross anbraten. Herausnehmen.

Zwiebel und Knoblauch hineingeben und einige Minuten kross anbraten.

Braten wieder dazugeben.

Mit dem Rum und dem Wasser ablöschen. Röststoffe vom Topfboden mit dem Kochlöffel gut ablösen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden schmoren.

Zwei Minuten vor Ende der Garzeit Pasta in leicht gesalzenem, kochendem Wasser garen.

Braten herausnehmen, auf ein Arbeitsbrett geben und tranchieren. Auf zwei Teller verteilen.

Pasta dazugeben. Sauce über die Pasta geben.

Servieren. Guten Appetit!

Marinierte Schweinshaxe mit Rotweinsauce, 2 Dips und Tagliatelle



Haxe mit Currysaucen- und Marmeladen-Dip und Pasta

Das Team des „Fillet of Soul“ hatte mich zu einem Besuch in seinem Restaurant und einem Essen eingeladen. Ich hätte dann in einem Blogbeitrag darüber berichtet. Ich bin allerdings zur Zeit in einer zahnmedizinischen Behandlung und scheue etwas die Öffentlichkeit. Deshalb habe ich leider abgesagt.

Das „Fillet of Soul“ ist ein Restaurant und Cateringservice direkt in den Deichtorhallen in Hamburg. Die Deichtorhallen sind als einer der renommiertesten Kunstausstellungsorte der Welt bekannt. Das Restaurant bietet eine frische und abwechslungsreiche Küche.

Das Team des Restaurants hat mir nun aber einen Präsentkorb mit einigen Leckereien zugeschickt, die ich verkosten und das Ergebnis bloggen will. Leider waren im Korb in meiner ersten Assoziation zum Namen des Restaurants kein(e) Steak(s) – eingefroren mit einigen Kühlakkus oder auch eingeschweißt –, aber dennoch einige schöne Produkte. Und so wende ich es ob der fehlenden Hauptzutat – die ich aus dem Tiefkühlschrank dazugebe – doch ins Positive und verwende alle sechs Produkte in einem Gericht. Dabei hätte ich auch an einem Kochwettbewerb

teilnehmen können, mit eben der Auflage, alle Produkte im Gericht zu verkochen.

Der Präsentkorb besteht aus einem französischen Rotspon aus Hamburg (!), Jahrgang 2011. Da ich keinen Alkohol trinke, verwende ich ihn für die Marinade und die Sauce. Das Olivenöl natürlich zum Anbraten der Eisbeine. Der Honigessig passt ebenfalls gut in die Marinade. Und dann sind noch drei selbstgemachte Produkte, in schönen, wiederverwendbaren Weck-Einmachgläsern, dabei. Eine Gewürzmischung, deren Aufschrift ich als „Soul-Girl“ entziffere, die aufgrund von u.a. Koriander, Cayennepfeffer und roten Pfefferbeeren fruchtig-würzig schmeckt, und die natürlich auch in die Marinade wandert. Und die fruchtig-süße – keinesfalls scharfe – Currysauce und die Erdbeer-Vanille-Marmelade eignen sich doch hervorragend als Dip für das Fleisch. Wer sagt denn, dass gebratene oder gegrillte Schweinshaxe immer herzhaft-würzig genossen werden muss?

Den Besuch im Restaurant und ein Essen hole ich aber bei Gelegenheit gerne nach.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Schweinshaxen-Scheiben (800 g)

Für die Marinade:

- 2 EL Rotspon aus Hamburg, 2011
- 2 EL Honigessig
- 2 gehäufte TL Soul-Girl-Gewürzmischung (weißer und schwarzer Pfeffer, Paprikapulver, Kümmel, Koriandersamen, Zucker, Cayennepfeffer, rote Preisbeeren, jeweils gemahlen)
- 3 EL Olivenöl

- ein Stück Knollensellerie
- 1 Wurzel
- 1 Tomate

- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 500 ml Rotspon aus Hamburg, 2011
- Salz aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Für die Dips:

- Currysauce
- Erdbeer-Vanille-Marmelade

- Tagliatelle

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Marinierzeit 4 Stdn. | Garzeit 2 Std.



Schweinshaxe-Scheibe mit Dips, Pasta und Rotweinsauce

Für die Marinade Rotwein, Honigessig, Olivenöl und Gewürzmischung in eine Schale geben und alles verrühren. Kräftig salzen. Schweinshaxen-Scheiben in einen verschließbaren Plastikbeutel geben, Marinade dazugeben, Luft gut herausdrücken und Beutel verschließen. Dann die Marinade gut in das Fleisch einkneten. Vier Stunden bei

Zimmertemperatur marinieren, dabei die Scheiben bzw. Den Plastikbeutel jede Stunde wenden.

Sellerie, Wurzel, Tomate, Zwiebel und Knoblauchzehen grob schneiden, Schälen usw. ist nicht notwendig, das Gemüse kocht nur in der Sauce für mehr Geschmack mit und wird danach entfernt. Schweinshaxen-Scheiben aus der Marinade nehmen. Öl in einem Topf stark erhitzen und die Scheiben auf den Fleischseiten sehr kräftig anbraten. Gemüse dazugeben und etwas mitanbraten. Mit Rotwein ablöschen und zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden köcheln lassen. Einmal nach 1 Stunde die Fleischscheiben wenden.

Danach Gemüse herausheben und wegwerfen. Die Sauce braucht nicht mehr viel an Würze, ein wenig Salz, etwas Pfeffer. Eventuell die Schweinshaxen-Scheiben herausnehmen, warmstellen und die Sauce einige Zeit für mehr Geschmack reduzieren. Vor dem Servieren empfiehlt es sich für einen einfacheren Essgenuss, die Knochen der Fleischscheiben zu entfernen. Ein einfacher Vorgang, das Fleisch ist so butterweich, dass es fast allein von den Knochen fällt. Und wenn man in den Knochen etwas Mark findet, kann man natürlich diese „Auster des Schlachters“ vor dem Servieren des Gerichts auslöffeln und essen.

Zum Ende der Garzeit Tagliatelle nach Anleitung zubereiten. Jeweils eine Fleischscheibe auf einen Teller geben und Currysauce und Marmelade als Dips zum Fleisch geben. Pasta daneben geben, Sauce darüber verteilen und servieren.