Bratkartoffeln mit Zwiebeln und Spiegeleier

Sie brauchen manchmal auch ein Gericht, das einfach und schnell zubereitet ist. Und keinen großen Aufwand am Herd benötigt. Das vielleicht auch zu den Klassikern und somit einem Standardessen in der deutschen Küche zählt.



Ganz einfach Kartoffeln und Eier
Dann bereiten Sie einfach dieses Gericht zu. Es bedarf eigentlich keines Rezepts. Und Sie haben es sicherlich schon zig Male zubereitet. Es handelt sich einfach um Kartoffeln mit Eiern. Und mit diesem Gericht haben Sie dann sogar ein vegetarisches Gericht zubereitet, denn bei diesem Rezept wird einfach auf Speck verzichtet.

Was soll ich Ihnen noch groß dazu sagen? Kartoffeln schälen, in kochendem Wasser garen, abkühlen lassen, in Scheiben schneiden und in Öl 10–15 Minuten bei hoher Temperatur unter

gelegentlichem Rühren kross und knusprig braten. Dabei auch die kleingeschnittenen Zwiebel mit dazugeben und mit anbraten.

Kurz vor Garende, die Kartoffeln sind so richtig schön braun, kross und knusprig, geben Sie noch die Eier in zwei Pfannen und braten schöne Spiegeleier dazu.



Lecker und schmackhaft
Beides dann salzen und pfeffern. Und fertig ist ein leckeres, einfaches Gericht, das sicherlich zur Hausmanns- und Hausfrauenkost zählt. Aber einfach ist auch lecker. Warum soll es immer ausgefallen und extravagant sein?

Für 2 Personen:

- 8 Kartoffeln
- 6 Eier
- 2 Zwiebeln
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Rapsöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 30 Min.

Zubereitung siehe oben in der Einleitung zum Rezept!

Panierte Kuheuterschnitzel mit Kartoffelspalten

Haben Sie schon einmal Kuheuterschnitzel zubereitet? Sie lassen sich braten wie die Ihnen bekannten Schnitzel von Rind, Kalb oder Schwein.



Kross und knusprig gebraten

Kuheuterschnitzel waren der Geheimtipp, oder man muss historisch wohl korrekter sagen, der Ersatz zu Kriegs- oder Nachkriegszeiten für Rinder-, Kalbs- oder Schweineschnitzel. Diese waren gar nicht oder nur sehr schwer zu bekommen und

teuer. Also griff man zu diesem Ersatz. Denn Kuheuter waren und sind einfach, schnell und preiswert zu bekommen.

Sie bekommen Kuheuter beim Schlachter Ihres Vertrauens. Oder auch beim Schlachter an der Frischfleischtheke eines großen Supermarkts. Dort können Sie Kuheuter oder Kuheuterschnitzel vorbestellen und sich liefern lassen. Ein ganzes Kuheuter ist sichtlich zu viel sogar für eine 4-köpfige Familie. Also kaufen Sie besser nur ein halbes oder eventuell ein viertel Kuheuter. Und wenn der Schlachter dies anbietet, dann liefert er Ihnen das Kuheuter auch zum einen schon vorgegart und zum anderen in dünne Scheiben geschnitten, wie man es für Schnitzel eben so tut.

Sie lesen richtig, Kuheuterschnitzel müssen in kochendem Wasser vorgegart werden. Erst dann kann man sie in die Pfanne hauen. Aber sie lassen sich dann paniert oder unpaniert sowohl braten als auch grillen. Und schmecken sehr gut. Vergleichen mit anderem Fleisch kann man sie schlecht, sie haben einen eigenen Geschmack und Konsistenz. Aber sie schmecken eben wie ein Schnitzel. Und das bekommen Sie dann auch noch für einen Spottpreis, verglichen mit Schnitzel aus anderen Fleischarten.

In diesem Rezept werden die Schnitzel gewürzt, dann paniert, indem man eine Panierstraße mit Mehl, Eiern und Paniermehl aufbaut, und die Schnitzel dann in einer großen Portion Rapsöl gebraten. Die Schnitzel bekommen auf jeder Seite etwa 5 Minuten bei mittlerer Temperatur, bis sie eine schöne, krosse und dunkelbraune Panade haben. Sie müssen auch nicht mehr prüfen, ob die Schnitzel beim Braten schon durchgegart sind, denn dies sind sie ja durch das vorherige Garen im kochenden Wasser. Es geht somit also nur noch um die Knusprigkeit.

Als Beilage kommen einige Kartoffelspalten dazu, die fast den ganzen Aufwand machen. Denn die Kartoffelspalten wollen vorgegart sein, um sie dann ebenfalls in der Pfanne in Öl kross und knusprig zu braten.

Für 2 Personen:

- 6 Kuheuterschnitzel
- 4 große Biokartoffeln
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Für die Panierstraße:

- 2 Eier
- 6 EL Mehl
- 6 EL Paniermehl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 25 Min.



Panierte Schnitzel

Kartoffeln in Achtel schneiden und in eine Schüssel geben. In kochendem Wasser etwa 12 Minuten garen. Herausnehmen, in die Schüssel geben und abkühlen lassen.

Kuheuterschnitzel auf jeweils beiden Seiten salzen und pfeffern. Die Gewürze mit der Hand etwas an den Schnitzel festdrücken, damit sie auch haften bleiben.

Eine Panierstraße mit Mehl, verquirlten Eiern und Paniermehl auf drei Teller herstellen.

Rapsöl in zwei großen Pfanne erhitzen. In der einen Pfanne die Kartoffelspalten bei mittlerer Hitze anbraten. Leicht salzen.

Parallel dazu Schnitzel nacheinander zuerst auf beiden Seiten in das Mehl drücken, dann durch die Eier ziehen und schließlich im Paniermehl wenden. Dann sofort in die zweite Pfanne geben und auf jeweils beiden Seiten etwa 5 Minuten kross und knusprig anbraten, bis man eine schöne, dunkelbraune Panade hat.

Jeweils drei Schnitzel auf einen Teller geben. Kartoffelspalten dazu verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Gegrilltes Kronfleisch mit Kartoffelspalten, Tomaten und Champignons

Sie bereiten sicherlich an einem Feiertag wie dem 1. Januar, also Neujahr, auch schon einmal die eine oder andere Leckerei zu. Eventuell sogar sehr teuere Steaks, wie Filetsteak, Rumpsteak, Entrécôte oder Ribeyesteak.



Kronfleisch ganz kurz grillen
So geht es mir heute auch, aber ich bereite Kronfleisch zu. Schön gewürzt, in der Grillpfanne gegrillt und mit etwas selbst zubereiteter Kräuterbutter belegt.

Als Beilagen gibt es Kartoffelspalten und Tomaten, beides kurz in der Pfanne gebraten.

Also ein leckerer Teller mit Zutaten nur aus der Pfanne.

Für 2 Personen:

- 4 Kronfleischsteaks (à 125 g)
- 4 große Kartoffeln
- 10 Rispentomaten
- 8 große, braune Champignons
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Kräuterbutter
- Rapsöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 18 Min.



Alles aus der Pfanne
Kartoffeln schälen, in Achtel schneiden und in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 12 Minuten garen. Herausnehmen, in eine Schüssel geben und abkühlen lassen.

Tomaten putzen.

Champignons längs halbieren.

Steaks auf jeder Seite mit Salt und Pfeffer würzen.

Öl in einer Grillpfanne und einer normalen Pfanne erhitzen.

Steaks in der Grillpfanne auf jeder Seite nur eine Minute grillen.

Parallel dazu Kartoffelspalten in der normalen Pfanne kurz anbraten und erhitzen. Gleichzeitig darin auch die Tomaten im Ganzen kurz anbraten. Ebenso die Champignonshälften. Alles salzen und pfeffern.

Jeweils 2 Steaks auf einen Teller geben. Jeweils einige Scheiben Kräuterbutter darauf geben. Kartoffelspalten, Tomaten und Champignons dazu drapieren. Wenn Sie noch Kräuterbutter übrig haben, können Sie diese gern auf die Kartoffelspalten geben.

Servieren. Guten Appetit! ***Ein gutes Neues Jahr 2024!***

Fenchel-Salsiccia mit Shiitakepilzen und Kartoffelspalten



Alles gebraten aus der Pfanne

Sie kennen Salsiccia? Das sind italienische Würste aus Schweinefleisch. Da sie aus Italien stammen, haben sie eine

besondere Würzung, die nicht der unserer Bratwürste entspricht. Sie ist sehr eigen, aber sehr schmackhaft. In diesem Rezept habe ich Salsiccia verwendet, in dessen Fleischmasse auch noch Fenchel eingearbeitet worden ist. Sie haben somit beim Essen einen leichten Fenchelgeschmack.

Als Beilagen gibt es zweierlei, ebenfalls aus der Pfanne, wie auch die Salsiccia. Zum einen Shiitakepilze. Einfach nur die großen Pilze halbieren, die kleinen im Ganzen lassen. Und etwa 10 Minuten in viel Butter in der Pfanne anbraten. Dann salzen und pfeffern.

Und dann gibt es noch Kartoffelspalten dazu. Wenn Sie es sich einfach machen wollen, verwenden Sie TK-Ware vom Discounter. Geht etwas schneller und schmeckt auch gut. Sie verwenden ja sicherlich auch Pommes frites als TK-Ware vom Discounter und bereiten sie nicht immer frisch zu.

Wenn Sie Bio-Kartoffeln verwenden, können Sie sogar die Schale an den Kartoffeln belassen. Einfach in Spalten schneiden, in kochendem Wasser garen, dann kurz vor dem Servieren nochmals in der Pfanne in viel Butter schwenken, würzen und erhitzen.

Fertig ist ein leckeres, krosses und würziges Gericht, das komplett aus der Pfanne kommt. Dazu brauchen Sie aber auch drei große Pfannen auf dem Herd.

Für 2 Personen:

- 600 g Fenchel-Salsiccia (2 Packungen à 300 g, 10 Würste)
- 500 g Shiitakepilze (2 Packungen à 250 g)
- einige große Kartoffeln (alternativ Kartoffelspalten als TK-Ware)
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 20 Min.



Leckere Würste mit Schweinefleisch und Fenchel
Kartoffeln schälen, in Spalten schneiden und in kochendem Wasser 15 Minuten garen. Herausnehmen und in eine Schüssel geben.

Bei den Pilzen die großen Pilze halbieren.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Salsiccia auf beiden Seiten jeweils 10 Minuten bei mittlerer Temperatur kross anbraten.

Parallel dazu Butter in einer zweiten, großen Pfanne erhitzen und Pilze darin unter Rühren 10 Minuten anbraten. Salzen und pfeffern.

Kurz vor dem Servieren in einer dritten Pfanne nochmals Butter erhitzen, Kartoffelspalten hineingeben, salzen und pfeffern, durch die Butter schwenken und erhitzen.

Jeweils fünf Salsiccia auf zwei große Teller geben. Kartoffelspalten und Shiitakepilze dazu verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Rösti

So einmal schnell und aus dem Stehgreif, wie würden Sie Rösti zubereiten? Kartoffel, Eier, Semmelbrösel, Paniermehl …?

Ich habe vor vielen Jahren bei den ersten Rösti, die ich selbst zubereitet habe und hier veröffentlichen wollte, so ziemlich alles falsch gemacht, was man falsch machen kann.



Einfach und schnell zubereitet
Eine befreundete Foodbloggerin aus der Schweiz hat mich dann auf den richtigen Weg gebracht. Fazit: In echte Rösti kommen nur Kartoffeln! Nichts anderes, keine Bindemittel, kein sonstiger Schnickschnack. Bei den Kartoffeln gibt es in der Schweiz allerdings regionale Unterschiede. Man macht Rösti nur

mit gekochten, geriebenen Kartoffeln, mit gekochten und rohen geriebenen Kartoffeln oder nur mit rohen, geriebenen Kartoffeln. Aber das ist schon alles.

Okay, die Rösti sollen auch schmecken und den Gaumen erfreuen. Also kommen noch Salz und schwarzer Pfeffer hinein.

Am besten schälen Sie die Kartoffeln und reiben sie in der Küchenmaschine grob in eine Schüssel. Mit der groben Reibe! Nicht der feinen Reibe. Letztere produziert eine feine Kartoffelmasse, die in der Pfanne überhaupt keinen Halt und Bindung hätte und die Rösti würden auseinanderfallen. Die Kartoffelmasse ist damit zu fein. Also muss die grobe Reibe her.

Dann sollten Sie die geriebene Kartoffelmasse mit der Hand ausdrücken, damit der Saft und somit viel Feuchtigkeit aus den Rösti herausgepresst wird. Auch das, zuviel Feuchtigkeit, würde den Rösti nur wenig Bindung und Halt in der Pfanne geben.

Dann wird die geriebene, ausgepresste Kartoffelmasse großzügig mit Salz und frisch geriebenem Pfeffer gewürzt und alles gut mit der Hand vermischt.

Portionieren Sie die Kartoffelmasse zu sechs kleinen Häufchen, erhitzen Sie eine große Menge Rapsöl in zwei großen Pfannen mit Deckel und verteilen Sie die Kartoffelhäufchen auf die beiden Pfannen. Am besten mit dem Stampfgerät flach in die Pfannen drücken und ein wenig Form geben.



Leckere, knusprige Rösti

Ich habe die Rösti dann mit Deckel auf einer Seite 10 Minuten bei mittlerer Temperatur gebraten, die Kartoffeln sollen ja schließlich durchgaren. Dann einmal wenden und ohne Deckel nochmals 10 Minuten ebenfalls bei mittlerer Temperatur braten, dieses Mal sollen die Rösti noch etwas mehr Knusprigkeit bekommen.

Beim Essen der Rösti stellte ich fest, dass dies doch ein recht fettiges Essen ist. Kein Wunder, die Rösti sollen im Öl braten und nicht anbrennen. Zu spät fiel mir der Trick von Profiköchen ein, die die fetten Rösti vor dem Anrichten und Servieren noch auf ein frisches Küchenpapier geben, das einen großen Teil des Öls aufsaugt. Machen Sie es einfach, auch wenn es mir zu spät eingefallen war.

Übrigens, der Klecks Erdbeermarmelade zu den Rösti ist im Grunde nicht notwendig, er dient als kleine, süße Beigabe. Aber die Rösti allein schmecken so gut, dass die Marmelade eigentlich nicht benötigt wird. Aber dann hat man die Rösti allein auf dem Teller und wo sind weitere Beilagen …?

Für 2 Personen:

- 8 große Kartoffeln
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Rapsöl
- Erdbeermarmelade

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 20 Min.

Die Zubereitung finden Sie oben in der Einführung zum Rezept. Einfach in der beschriebenen Weise verfahren.

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!***

Kartoffel-Leber-Eintopf

Mit Kartoffeln lassen sich schmackhafte Eintöpfe zubereiten. Finden Sie nicht auch? Denn Kartoffeln passen sehr gut zu den unterschiedlichsten, weiteren Zutaten in einem Eintopf.



Mit sehr leckerer Fleischbrühe

Bei diesem Rezept müssen Sie zu den zwei im Titel genannten Zutaten eigentlich nur noch einige frische Lauchzwiebeln dazugeben. Das ist im Prinzip alles.

Ach ja, Fleischbrühe gehört noch dazu. Am besten aus eigener Herstellung, die sie portionsweise für solche Eintöpfe eingefroren haben.

Noch ein paar Gewürze. Und etwas frische, kleingeschnittene Petersilie zum Garnieren. Fertig ist ein wirklich exzellenter, schmackhafter Eintopf.

Für 2 Personen:

- 700 ml Fleischbrühe
- 200 g Hähnchenlebern
- 2 sehr große Kartoffeln
- 4 Lauchzwiebeln
- Fleischgewürzsalz
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 18 Min.



Schmackhafter Eintopf
Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden und in eine Schale geben.

Lauchzwiebeln putzen, grob zerkleinern und ebenfalls in eine Schale geben.

Lebern zerkleinern und in eine Schale geben. Mit dem Fleischgewürzsalz würzen und gut damit vermischen.

Petersilie kleinwiegen.

Fleischbrühe in einem Topf erhitzen und Kartoffelwürfel darin 15 Minuten garen. Die letzten 3 Minuten die Lauchzwiebeln hinzugeben und mitgaren. Herdplatte ausschalten, Lebern hinzugeben, im Eintopf vermischen und zugedeckt nur noch 3 Minuten im siedenden Eintopf ziehen lassen. Eintopf mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und abschmecken.

Eintopf mit dem Schöpflöffel auf zwei tiefe Suppenteller verteilen. Mit der Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Rinderherzgulasch mit Rosenkohl und Kartoffeln

Wie bereiten Sie am liebsten eine Sauce für ein Ragout oder Gulasch zu? Klassisch mit Tomatenmark und Rotwein? In einer Weißweinsauce? Mit Senf? Oder mit Sahne und/oder Crème fraîche? Oder haben Sie noch weitere Varianten, die Sie mir sogar mitteilen können, um mein Saucenspektrum zu erweitern?



Sauce tomatisiert und mit Rotwein gebildet

Ich hatte zunächst an ein Ragout mit Rinderhez gedacht. Mit einer Senfsauce vielleicht. Dann kam in einem Rezepte-Newsletter der Supermarktkette REWE ein Vorschlag für ein Gulasch in einer klassischen Sauce. Nicht mit Nudeln oder Reis als Sättigungsbeilage. Sondern mit Rosenkohl. Was ich schnell mit Kartoffeln ergänzte. Beides nach dem Garen kurz angebraten, um die Röststoffe auf das Gulasch zu geben.

Und dieses Rezept ist tasächlich ein Rezept für eine Gulaschsauce klassischer Art. Natürlich mit Zwiebeln, die in der Sauce schmelzen und diese sämiger machen. Allerdings nicht in der Weise, dass Fleisch und Zwiebeln jeweils zur Hälfte verwendet werden, das wäre dann nämlich ein Saftgulasch. Mit vielen Gewürzen. Dann tomatisiert mit Tomatenmark. Und abgelöscht mit Gemüsebrühe und trockenem Rotwein. Am besten alles lange schmoren und dann die Sauce noch eine halbe Stunde einreduzieren,

Ich kann Ihnen nur sagen, dass dieses Gulasch wirklich hervorragend gelingt. Und die klassische Sauce ist echt eine

Bombe! Sie schmeckt so gut, dass man sich im wahrsten Sinne des Wortes hineinsetzen könnte. Klasse!

Ach übrigens, das Rinderherz, ein sehr fester, kompakter Muskel, der beim Braten leicht zäh und hart wird, wird durch das lange Schmoren hervorragend weich und zart. Es kann zwar den Vergleich mit Bratenfleisch, das einige Stunden geschmort wurde und das man mit der Gabel zerteilen kann, nicht ganz bestehen. Aber es gelingt sehr zart und schmeckt sehr lecker.



Ein klassisches und hervorragendes Gulasch
Für 2 Personen:

- 400 g Rinderherz
- 2 Zwiebeln
- 6 Knoblauchzehen
- 2 EL Tomatenmark
- Cayennepfeffer
- edelsüßes Paprikapulver
- 1 TL getrockneter Majoran

- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 300 ml Vin de Pays (trockener Rotwein)
- 300 ml Gemüsebrühe
- Rapsöl
- 200 g Rosenkohl
- 4 Kartoffeln

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 2,5 Stdn.

Zwiebeln schälen, in Streifen schneiden und in eine Schale geben.

Knoblauch schälen, mit einem breiten Messer flach drücken, kleinschneiden und zu den Zwiebeln geben.

Rinderherz in kleine Würfel schneiden und in eine Schale geben. mit Cayennepfeffer, Paprikapulver, Majoran, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Gewürze in das Fleisch ein wenig einmassieren.

Öl in einem Topf erhitzen und Fleisch und Gemüse scharf anbraten. Dabei des Öfteren mit dem Kochlöffel umrühren.

Tomatenmark dazugeben und ebenfalls mit anbraten.

Mit der Brühe und dem Wein ablöschen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur 2,5 Stdn. schmoren.

Eine halbe Stunde vor Ende der Garzeit Rosenkohl putzen und in eine Schüssel geben. Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und ebenfalls in eine Schüssel geben.

Während dieser halben Stunde den Deckel vom Gulasch nehmen und Sauce noch kurz einreduzieren lassen.

Wasser in einem Topf erhitzen und Rosenkohl und Kartoffeln

darin etwa 15 Minuten garen. Kochwasser durch ein Küchensieb abschütten.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Rosenkohl und Kartoffeln darin unter Rühren einige Minuten kross anbraten.

Sauce des Gulasch abschmecken und bei Bedarf nachwürzen.

Gulasch mit Sauce auf zwei tiefe Teller verteilen.

Rosenkohl und Kartoffeln auf die beiden Teller auf das Gulasch verteilen.

Röststoffe am Boden der Pfanne mit dem Pfannenwender ablösen und über das Gericht 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!

Schweinebraten mit Kartoffeln und Rosenkohl

Essen Sie gerne Fleisch? Einen lange geschmorten Braten, bei dem man das Fleisch mit der Gabel zerteilen kann und kein zusätzliches Messer braucht? Unerheblich, ob Schwein oder Rind? Dann sind Sie hier genau richtig.



Zum Hineinlegen lecker …
Eigentlich ist das ja schon ein klassisches, deutsches Gericht. Schweinebraten, dazu Salzkartoffeln und Rosenkohl. Aber nach einigen Versuchen mit veganen Produkten bin ich hier wieder zu meinen Wurzeln zurückgekehrt und haben dieses

Fleischgericht zubereitet.

Und ich kann Ihnen sagen, es ist einfach exzellent. Wie man so gern sagt, könnte man sich hineinlegen. Für solch ein Gericht lasse ich gerne vieles anderes stehen und liegen.

Der Schweinebraten, den ich zubereite, ist eigentlich ein Krustenbraten. Allerdings habe ich mir vom Schlachter an der Frischfleischtheke ein passendes, 500 g schweres Stück Schweinebraten geben lassen, das ausgerechnet keine Kruste, aber auch keinen Knochen hatte. Also gibt es nur einen Schweinebraten.

Kartoffeln passen ja auch immer gut dazu. Denn der Schweinebraten wird ganz klassisch sehr lange in einer Sauce im zugedeckten Bräter im Backofen geschmort. Und diese Sauce wird eben auch für die Kartoffeln benötigt.

Und da wir jetzt Herbst habe, ist ja auch Kohlzeit. Also gibt es frischen Rosenkohl vom Feld als zweite, gemüsige Beilage.

Ein herrliches Essen. Kochen Sie es unbedingt nach und schildern Sie mir Ihren Genuss.

Für 2 Personen:

- 500 g Schweinebraten
- 10 mittelgroße Kartoffeln
- 500 g Rosenkohl
- 1 große, weiße Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 6 Knoblauchzehen
- 1 Tomate
- ein Stück frischer Ingwer
- Kreuzkümmel
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker

- 5 Lorbeerblätter
- 600 ml Wasser (2 große Tassen)
- Rapsöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 2 Stdn.



Mit leckerem Schweinebraten
Schweinebraten auf allen Seiten mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer würzen.

Zwiebel schälen und kleinschneiden. In eine Schale geben.

Lauchzwiebel putzen und in kleine Stücke geben. In die gleiche Schale geben.

Knoblauch schälen, mit einem breiten Messer flach drücken und kleinschneiden und in die gleiche Schale geben.

Ingwer mit einer kleinen, feinen Küchenreibe fein in eine Schale reiben.

Tomate kleinschneiden und zum Ingwer geben.

Backofen auf 170 °C Umluft erhitzen.

Öl in einem Bräter erhitzen. Braten auf allen Seiten kross und knusprig anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben.

Zwiebel, Lauchzwiebel und Knoblauch im Bräter einige Minuten unter Rühren glasig dünsten.

Schweinebraten wieder hineingeben.

Ingwer und Tomate dazugeben. Lorbeerblätter hinzugeben.

Mit einer Tasse Wasser ablöschen.

Sauce mit einer Prise Zucker würzen.

Bräter für 2 Stunden auf mittlerer Ebene in den Backofen geben. Nach einer Stunde eine zweite Tasse Wasser hineingeben und nochmals eine Stunde weiter schmoren.

Eine halbe Stunde vor Ende der Garzeit Kartoffeln schälen. Rosenkohl putzen.

Wasser in einem Topf erhitzen und leicht salzen. Kartoffeln darin 5 Minuten garen. Dann den Rosenkohl hinzugeben und beides noch 10 Minuten weitergaren.

Bräter aus dem Backofen nehmen. Schweinebraten mit einem großen Messer auf einem Schneidebrett tranchieren. Jeweils etwa 3 Scheiben auf zwei Teller geben.

Rosenkohl aus dem Topf nehmen, in eine Schüssel geben und leicht salzen. Das gleiche mit den Kartoffeln machen.

Rosenkohl und Kartoffeln auf die beiden Teller verteilen.

Lorbeerblätter aus der Sauce entfernen. Von der Sauce mit den sämigen Zwiebeln und der verkochten Tomate über den Braten und die Kartoffeln geben.

Servieren. Und jetzt wünsche ich wirklich einen sehr guten

Appetit!

Gratinierte Kürbisschnitzel mit frittierten Kartoffelspalten



Mit leckeren Kürbisschnitzeln
Jetzt beginnt die Kürbiszeit. Freuen Sie sich auch schon darauf? Auf alle Fälle sollten Sie schon einmal ein kleines Fläschchen Kürbiskernöl für die anstehenden Gerichte zuhause vorrätig haben, auch wenn Sie das Öl bei diesem Rezept nicht benötigen. Hier ein Rezept für die Zubereitung eines Butternusskürbis. Bei dem man ja bekanntermaßen die Schale mitessen kann.

Im Grund sind es Kürbisschnitzel, die gebraten und dann gratiniert werden. Dazu als Beilage einige frittierte Kartoffelspalten aus der Fritteuse.

Also keine aufwändige Zubereitung. Sie brauchen nur etwa eine halbe Stunde Zeit. Sie bekommen hier eine Art „gelben“ Teller. Und das Gericht ist gerade jetzt in der Sommerzeit sehr lecker und gut zu verdauen.

Für 2 Personen:

- 1 kleiner Butternusskürbis (etwa 10 Kürbisscheiben)
- 10 Scheiben junger Gouda
- Salz
- Olivenöl
- 6 Kartoffeln

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 25 Min.



Kross gratiniert

Kürbis putzen und quer in schmale Scheiben schneiden.

Kerngehäuse bei Bedarf entfernen.

Eine große Menge Olivenöl in zwei Pfannen mit Deckel erhitzen. Kürbisscheiben auf jeder Seite kross und knusprig 6–8 Minuten anbraten. Scheiben kräftig salzen.

Grillschlange des Backofens auf 200 °C erhitzen. Jeweils die Hälfte der Kürbisscheiben auf einen Teller legen. Goudascheiben halbieren. Jeweils zwei Hälften der Goudascheiben auf eine Kürbisscheibe legen. Unter der Grillschlange 10 Minuten gratinieren.

Parallel dazu Fett in der Fritteuse auf 180 °C erhitzen. Kartoffeln schälen und längs achteln. 6 Minuten im siedenden Fett in der Fritteuse frittieren. Herausnehmen, auf ein Küchenpapier geben, abtropfen lassen und kräftig salzen.

Teller aus dem Backofen nehmen. Jeweils die Hälfte der Kartoffelspalten darauf geben.

Servieren. Guten Appetit!

Wurst-Kartoffel-Gurke-Pfanne



Leckeres, würziges Pfannengericht

Essen Sie gerne Würste? Aber haben nicht immer Appetit darauf, sie einfach nur in Fett in der Pfanne zu braten und als normale Bratwürste zu verspeisen? Vielleicht ist dieses Rezept interessant für Sie. Ich hatte Thüringer Rostbratwürste übrig. Und die vorherigen habe ich eben wie oben beschrieben einfach in der Pfanne gebraten. Also überlegte ich mir schnell noch eine andere Zubereitung.

Bei diesem Rezept werden die Würste in kleine Stücke geschnitten. Dazu kommen Kartoffeln, die zuvor in Wasser gegart wurden. Und dann für das Gericht als Bratkartoffeln weiterverarbeitet werden. Als krönender Abschluss und dritte Zutat kommt eine kleingeschnittene Salatgurke dazu, die nur kurz mit erhitzt und leicht gegart wird. Sie gibt dem Gericht ein wenig Flüssigkeit und Frische.

Gewürzt wird das Pfannengericht kräftig mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Dies sind übrigens auch die ersten beiden Foodfotos, die ich

mit meinem neuen Festbrennweitenobjektiv mit 50mm aufgenommen habe. Die Fotos sind gut gelungen, über die Blende könnte ich nochmal nachdenken und sie ein wenig schließen, denn diese Fotos haben doch nur einen geringen scharfen Bereich in der Mitte des Gerichts. Ein wenig mehr Tiefenschärfe durch leicht geschlossene Blende wäre sinnvoll. Aber das Objektiv macht gute Fotos!

Für 2 Personen:

- 6 Thüringer Rostbratwürste
- 10 Kartoffeln
- 1 Salzgurke
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 20 Min.



Mit nur drei Zutaten
Würste in kleine Stücke schneiden und in eine Schüssel geben.

Gurke putzen, in kleine Würfel schneiden und ebenfalls in eine Schüssel geben.

Kartoffeln schälen, dann in sehr kleine Würfel schneiden. In kochendem Wasser 10 Minuten garen. Mit dem Schaumlöffel herausheben und in eine Schüssel geben. Erkalten lassen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Kartoffelwürfel darin 5–6 Minuten kross und knusprig zu Bratkartoffeln anbraten. Wurststücke dazugeben und ebenfalls einige Minuten mit anbraten. Gurkenstücke dazugeben und nur noch 1–2 Minuten mit anbraten und erhitzen. Alles gut vermischen.

Kräftig mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Auf zwei tiefe Teller verteilen. Servieren. Guten Appetit!

Frittierteller mit Hähnchenschenkel und Kartoffelspalten



Alles aus der Fritteuse
Sie mögen es sicherlich manchmal auch kurz und knapp.

Und da hilft solch ein Küchengerät wie die Fritteuse doch schon sehr. Diese Zutaten kommen einfach nur in die Fritteuse. Fertig. Und nach 10 Minuten haben Sie eine fertige Mahlzeit.

Die auch noch sehr lecker schmeckt. Auch wenn sie manchen sehr einfach anmutet.

Aber kein langes Stehen mehr in der Küche.

Für 2 Personen:

- 2 Hähnchenschenkel
- 6 normale Bio-Kartoffeln
- 6 rotschalige Bio-Kartoffeln
- Fleischgewürzmischung
- Salz

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Frittierzeit 10

Min.



Knuspriger Hähnchenschenkel und ebensolche Kartoffelspalten
Schenkel auf beiden Seiten mit der Gewürzmischung würzen und einreiben.

Kartoffeln längs vierteln und in eine Schüssel geben.

Fett in der Fritteuse auf 180 °C erhitzen.

Zuerst die Hähnchenschenkel für 4 Minuten in das siedende Fett geben und frittieren.

Dann für weitere 6 Minuten die Kartoffelspalten dazugeben und mit frittieren.

Wenn Sie nur eine kleine Fritteuse haben, müssen Sie die Zubereitung eventuell auf zwei Durchgänge verteilen.

Frittiergut herausnehmen, auf Küchenpapier geben und abtropfen lassen. Kartoffelspalten salzen.

Jeweils einen Schenkel auf einen Teller geben.

Kartoffelspalten dazu verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Thüringer Rostbratwürste mit rotschaligen Bratkartoffeln



Krosser Pfannenteller

Essen Sie gerne Würste? Ab und zu darf dies gern einmal auf dem monatlichen Speiseplan stehen, meinen Sie nicht auch?

Man ist gut beraten dabei, für solch ein Gericht wirklich gute Würste zu kaufen. Denn sie sollen ja auch schmecken. Die hier gewählten Thüringer Rostbratwürste gelingen wirklich sehr saftig, würzig und lecker. Man, ist das ’ne Wurst. Das kennen Sie sicherlich aus der Werbung. Aber dieses Mal trifft es

tatsächlich für diese Würste zu. Ich habe selten so leckere Würste gegessen. Ich meine auch, eine leicht Kümmelnote beim Essen der Würste herauszuschmecken.

Bei den Kartoffeln sind Sie sicherlich ein wenig verwundert. Ja, es gibt tatsächlich Kartoffeln mit roten Schalen. Mehr braucht Sie das aber nicht zu verwundern. Denn nur die Schalen sind rot. Innen ist der Kern der Kartoffel eine ganz gewöhnliche Kartoffel. Wenn Sie diese Kartoffeln also schälen, zubereiten und servieren, merkt keiner der Gäste einen Unterschied.

Und sicherlich haben Sie recht, dass man für Kartoffeln mit Schale nur Bioqualität verwenden sollte. Wer weiß denn schon, mit welchen Mitteln diese Kartoffeln im gewöhnlichen Anbau behandelt wurden. Aber ich wollte unbedingt auch beim Essen einmal testen, ob diese rotschaligen Kartoffeln auch geschmacklich einen Unterschied zu der gewöhnlichen Ware bieten. Die Bratkartoffeln schmecken aber recht gewöhnlich, aber sie sind knusprig, kross und lecker.



Sehr saftige und würzige Würste
Für 2 Personen:

- 1 kg Thüringer Rostbratwürste (10 Stück)
- 6 große, rotschalige Kartoffeln
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Rapsöl

Zubereitungszeit: 25 Min.

Kartoffeln in einem Topf mit kochendem Wasser 15 Minuten garen. Herausnehmen, in eine Schüssel geben und abkühlen lassen. In feine Scheiben schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Kartoffelscheiben darin auf beiden Seiten etwa 10 Minuten kross und knusprig braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Parallel dazu Öl in einer zweiten Pfanne erhitzen und die Würste auf beiden Seiten einige Minuten kross anbraten.

Bratkartoffeln auf zwei Teller verteilen.

Jeweils fünf Würste dazugeben.

Servieren. Guten Appetit!

Bratwurstpfanne



Alternatives Gericht bei gescheitertem Experiment

Sie werden wegen der Foodfotos und dem Titel dieses Rezeptes etwas erstaunt sein. Sie hatten sicherlich Bratwürste, in der Pfanne gebraten, erwartet. Vielleicht mit Bratkartoffeln, wie man es oft zubereitet.

Ich will Ihnen vor dem eigentlichen Rezept eine kleine Geschichte erzählen. Wie es zu dieser Bratwurstpfanne kam. Sie werden vielleicht bemerkt haben, dass Sie in meinem Foodblog noch kein Rezept für Burger gefunden haben. Und es auch keine Kategorie für Burger gibt. Das hat einen einfachen Grund: Ich esse keine Burger. Aus zwei Gründen.

Entweder ist der Burger so hoch, dass man ihn nicht in den Mund bekommt. Dann muss man ihn auf dem Teller zerschneiden, um ihn essen zu können. Und hat ein ziemliches Gematsche auf dem Teller. Oder man kann ihn essen, bekommt aber eine Maulsperre, weil man den Mund so weit aufreißen muss, um den Burger zu essen. Und zu den Burgern von MacDonalds, Burger King und Konsorten äußere ich mich erst gar nicht.

Nun hatte ich aber Zwiebelmarmelade gekocht und außerdem noch einige wenige Zutaten zuhause, die eigentlich für einen Burger passten. Ich hatte zwar keine Burgerbrötchen vorrätig, sondern nur Toastbrotscheiben, aber es hätte doch eventuell klappen können. Nur hatte ich kein Hackfleisch für die Patties. Aber Bratwürste.

Also entwickelte ich den Plan, die Bratwürste mit der Küchenmaschine fein zu häckseln und als Masse für die Patties zu verwenden. Also mit dem Brät von frischen Bratwürsten hätte das eventuell geklappt. Nicht jedoch mit den fein gehäckselten Bratwürsten. Die Masse ist einfach zu trocken und hat keine Bindung. Und Eier für Bindung wollte ich nicht verwenden, es sollten Patties werden, keine Frikadellen.

Also versuchte ich noch das folgende. Ich nahm zwei Eierringe und presste die Bratwurstmasse sehr fest hinein. Und briet die beiden Patties auf diese Weise in viel Rapsöl in der Pfanne an. So weit, so gut, Aber beim Wenden passierte dann das Malheur, das ich oben nannte. Die Masse hatte keine Bindung und zerfiel. Also Tschüss zum ersten Rezept für einen Burger. Und schnell musste ein Ersatzrezept her, was ich mit der krümeligen Bratwurstmase zubereiten konnte. Das Ergebnis sehen Sie hier auf den Foodfotos!

Zwiebelmarmelade bereiten Sie übrigens folgendermaßen zu: Zwiebeln, Lauchzwiebeln, Knoblauch und Wurzeln putzen, schälen und sehr kleinschneiden. In etwas Olivenöl anbraten. Mit einem trockenen Rotwein ablöschen. Etwa 30 Minuten einkochen. Abschmecken.

Für 2 Personen:

- 10 Bratwürste (2 Packungen à 300 g)
- 20 Bio-Drillinge
- einige EL Zwiebelmarmelade
- Gewürzsalz
- schwarzer Pfeffer

- Rapsöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 25 Min.



Mit Bratwurst und Kartoffeln
Drillinge in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 15 Minuten garen. Herausnehmen, in eine Schüssel geben und abkühlen lassen. In Viertel schneiden.

Bratwürste in grobe Stücke schneiden und in der Küchenmaschine gut zerhäckseln.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Drillinge darin einige Minuten kross anbraten. Mit einem Gewürzsalz würzen. Herausnehmen und warmhalten.

Bratwurstbrät in zwei Pfannen einige Minuten kross anbraten. Leicht mit Pfeffer würzen.

Zwiebelmarmelade dazugeben und untermischen.

Drillinge obenauf geben und nochmals gut erhitzen.

Möglichst in der Pfanne servieren.

Guten Appetit!

Innereieneintopf



Leckerer Eintopf mit Innereien

Sind Sie Innereienliebhaber? Oder gehören Sie eher zu den Menschen, die Innereien ein wenig zwiespältig gegenüber stehen? Oder gar zu der Gruppe von Menschen, die sich zu einem „Bääääh!“ durchringen und bei denen keine einzige Scheibe gebratene Leber auf den Teller und Küchentisch kommt?

Ich rechne Sie einmal zur ersten Gruppe von Menschen, die Innereien sehr viel abgewinnen können. Da stehen Sie einem solchen Gericht für einen Eintopf aus verschiedenen Innereien doch sehr offen gegenüber, nicht wahr?

Gerade Innereien wie Leber oder Niere soll man eigentlich nicht zu fest anbraten, da sie sonst sehr fest und zäh werden. Aber in einem Gemüsefond in einem Eintopf, in dem man sie einige Stunden lang gart, können auch diese Innereien nichts anderes machen, als durch das lange Garen schön weich und zart gekocht zu werden.

In diesen Eintopf kommen die gängigsten Innereien, die in einem gut sortierten Supermarkt zu bekommen sind: Herz, Leber, Niere und Pansen.

Für die Brühe wird ein selbst zubereiteter Gemüsefond verwendet, der gewürzt nach dem langen Garen hervorragend schmeckt.

Als Beilage kommt noch etwas Gemüse in den Eintopf. Als da wären einige Kartoffeln und auch einige Wurzeln. Damit diese aber noch einen gewissen Biss haben, gare ich sie nicht die komplette Garzeit mit, sie wären dadurch weich und verkocht. Sie kommen einfach geschält und in grobe Stücke geschnitten 15 Minuten vor Ende der Garzeit in den Eintopf und sind dann à point gegart.

Für 2 Personen:

- 200 g Rinderherz
- 200 g Rinderleber
- 200 g Pansen (vorgegart)
- 200 g Schweineniere
- 1 Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 500 ml Gemüsefond
- ein Stück frischer Ingwer
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

- 8 kleine Kartoffeln
- 6 Wurzeln

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 3 Stdn.



Würzige Gemüsebrühe
Kartoffeln und Wurzeln putzen, schälen und grob zerkleinern. In eine Schale geben und beiseite stellen.

Restliches Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Innereien in kleine Stücke schneiden und in Schalen geben.

Öl in einem Topf erhitzen und Gemüse darin einige Minuten glasig dünsten. Dann die Innereien dazugeben und kräftig mit anbraten.

Ingwer auf der Küchenreibe fein in den Eintopf hineinreiben. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Mit dem Gemüsefond ablöschen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur drei Stunden köcheln lassen.

Kurz vor Ende der Garzeit die Kartoffeln und Wurzeln dazugeben und 15 Minuten mitgaren.

Eintopf abschmecken. Auf zwei tiefe Suppenteller verteilen.

Den Eintopf mit etwas frischer, kleingeschnittener Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!