

Schweinegeschnetzeltes in Ingwer-Kurkuma-Sauce mit frittierten Drillingen



Drilllinge à point frittiert

Ich beziehe ja aufgrund meiner geringen finanziellen Verhältnisse auch Lebensmittel über die Hamburger Tafel.

Letzte Woche habe ich von dort auch eine Packung mit Schweine-Geschnetzeltem bekommen. Allerdings war dessen Haltbarkeitsdatum schon 3 Tage abgelaufen. Und dies stellte ich irrtümlicherweise auch wiederum erst 3 Tage danach fest. Somit war das Schweine-Geschnetzelte schon 6 Tage über die Haltbarkeitszeit.

Nun ist das Haltbarkeitsdatum nur ein grober Richtwert, an den der Handel jedoch rechtlich gebunden ist. Aber man erhält gerade bei der Hamburger Tafel schon abgelaufene Ware vom

Handel, der es nicht mehr verkaufen darf. Die Hamburger Tafel gibt es an ihre Bedürftigen weiter, da die meisten Artikel auch mit einem Überschreiten des Haltbarkeitsdatums durchaus noch genießbar sind.

Nun, dieses Schweine-Geschnetzelte roch nach 6 Tagen über dem Haltbarkeitsdatum aber verständlicherweise etwas muffig.

Ich habe mich daher bei der Zubereitung dreier Tricks bedient.

Zunächst einmal habe ich das Schweine-Geschnetzelte unter fließendem kaltem Wasser gut abgewaschen. Denn wenn sich Bakterien im Geschnetzelten angesammelt haben sollten, sammeln sich diese in der Flüssigkeit, die sich am Boden der Packung bildet.

Dann habe ich das Geschnetzelte in heißem Öl kräftig einige Minuten angebraten. Somit war es durchgegart und konnte nicht mehr weiter schnell verderben. Denn die Menge des Geschnetzelten war für eine Zubereitung zu viel, so dass ich somit die Hälfte des Geschnetzelten an einem Tag zubereitet, die zweite Hälfte jedoch in den Kühlschrank gegeben und am darauffolgenden Tag zubereitet habe.

Und dann schließlich habe ich mich an der Zubereitung von Speisen in tropischen Ländern orientiert, die am Äquator liegen, sehr hohe Temperaturen haben und sehr oft damit zu tun haben, dass frisches Fleisch aufgrund der Temperaturen schnell verdirbt. Man verwendet einfach sehr kräftige und scharfe Aromen und Gewürze, um einen muffigen Geruch zu unterbinden und eventuelle Krankheitskeime auf diese Weise zu bekämpfen.

Also habe ich zum einen viel frischen Knoblauch zum Geschnetzelten gegeben. Dann sehr viel frischen, fein geriebenen Ingwer. Und dann noch viel Kukurma. Die Sauce habe ich dann mit einem Schluck Chardonnay gebildet.

Und siehe da, das Geschnetzelte gelingt, der muffige Geruch ist weg und es lässt sich problemlos essen und anschließend

verdauen. Ich hatte keine Probleme mit dem Fleisch.

Das sollte natürlich nicht immer der Normalfall sein, Fleisch mit einer solchen Zeitspanne über dem Haltbarkeitsdatum zuzubereiten. Sondern man sollte eher zu Fleisch greifen, das noch unter dem Haltbarkeitsdatum liegt. Aber wenn man einmal auf irgend eine Weise zu solchem abgelaufenen Fleisch kommt, kann man sich mit diesen drei Tricks gut und gern behelfen.

Als Beilage zu dem Geschnetzelten gibt es frittierte Drillinge, die ich in der Schale frittiere, da sie Bio-Ware sind.

Ich frittiere sie bei 170 Grad Celsius genau 10 Minuten in der Fritteuse. Dabei gelingen sie genau à point, sie sind also gerade durchgegart, essbar und schmackhaft, aber nicht zu sehr durchgegart und damit zu weich.

Für 2 Personen

- 400 g Schweinegeschnetzeltes
- 4 Knoblauchzehen
- ein sehr großes Stück frischer Ingwer
- 2 TL Kurkuma
- Salz
- weißer Pfeffer
- Zucker
- Chardonnay
- 300 g Bio-Drillinge (etwa 40 Stück)
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 1 Std.



Knoblauchzehen schälen und mit einem breiten Messer flach drücken.

Ingwer schälen und kleinschneiden.

Öl in einem Topf erhitzen.

Fleisch, Ingwer und Knoblauch darin kross anbraten.

Mit Kurkuma, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Mit einem sehr großen Schluck Chardonnay ablöschen.

Zugedeckt eine Stunde bei geringer Temperatur köcheln lassen.

20 Minuten vor Ende der Garzeit Fett in der Fritteuse auf 170 Grad Celsius erhitzen.

Drillinge darin etwa 10 Minuten frittieren.

Herausnehmen, auf ein Küchenpapier geben und abtropfen lassen. Salzen.

Schweinegeschnetzeltes auf zwei Teller verteilen. Sauce darüber geben.

Drillinge auf die beiden Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Geschmorte dicke Rippen mit Quinoa



Leckere, zart geschmorte dicke Rippen

Hier geschmorte dicke Rippen, die ich in Weißwein mit Gewürzen zwei Stunden im Bräter im Backofen schmore.

Ich habe dieses Gericht vor einiger Zeit schon einmal zubereitet und es ist sehr gut gelungen. Deswegen jetzt nur eine neue Variante mit Weißwein anstelle Gemüsefond und als Beilage Quinoa.

Das Fleisch ist nach dem Schmoren butterweich und kann nur mit der Gabel vom Knochen gezupft und gegessen werden.

Dazu, wie erwähnt, als Beilage Quinoa.

Für 2 Personen

- 1 kg dicke Rippen (Schwein)
- 1 Schalotte
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- Gewürzsalz
- 500 ml Riesling
- 1 TL Currypulver
- 1 TL Kukurmapulver
- 1 TL Chilipulver
- 6 frische Lorbeerblätter
- 1 Tasse Langkornreis
- Salz
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Schmorzeit 2 Stdn.



Backofen auf 180 Grad Celsius Ober-/Unterhitze erhitzen.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Öl in einem Bräter erhitzen. Dicke Rippen darin auf beiden Seiten einige Minuten kross anbraten.

Mit dem Riesling ablöschen.

Mit den Gewürzen würzen. Lorbeerblätter dazugeben.

Bräter auf mittlerer Ebene für zwei Stunden in den Backofen geben.

Kurz vor Ende der Garzeit Quinoa nach Anleitung zubereiten.

Bräter herausnehmen.

Lorbeerblätter entfernen.

Sauce abschmecken.

Quinoa auf zwei Teller verteilen.

Dicke Rippen mit Sauce darauf verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Geschmorte dicke Rippen mit Langkornreis



Etwas überbelichtet ...

Hier geschmorte dicke Rippen, die ich in einem Gemüsefond mit Gewürzen zwei Stunden im Bräter im Backofen schmore.

Das Fleisch ist danach butterweich und kann nur mit der Gabel vom Knochen gezupft und gegessen werden.

Dazu als Beilage einfacher Langkornreis.

Für 2 Personen

- 1 kg dicke Rippen (Schwein)
- 1 Schalotte
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- Gewürzsalz
- 500 ml Gemüsefond
- 1 TL Currypulver
- 1 TL Kukurmapulver
- 1 TL Chilipulver
- 6 frische Lorbeerblätter
- 1 Tasse Langkornreis
- Salz
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Schmorzeit 2 Stdn.



Backofen auf 180 Grad Celsius Ober-/Unterhitze erhitzen.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Öl in einem Bräter erhitzen. Dicke Rippen darin auf beiden Seiten einige Minuten kross anbraten.

Mit dem Fond ablöschen.

Mit den Gewürzen würzen.

Lorbeerblätter dazugeben.

Bräter auf mittlerer Ebene für zwei Stunden in den Backofen geben.

Kurz vor Ende der Garzeit Reis nach Anleitung zubereiten.

Bräter herausnehmen.

Lorbeerblätter entfernen.

Sauce abschmecken.

Reis auf zwei Teller verteilen.

Dicke Rippen mit Sauce darauf verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Wurzelcremsuppe



In der schönen, neuen Suppenschale

Dieses Rezept für eine cremige Suppe mit pürierten Wurzeln ist etwas ungewöhnlich. Aber das Ergebnis ist außergewöhnlich, lecker und schmackhaft.

Diese Suppe bietet wirklich viele Geschmacksnuancen. Sie bietet Süße, Schärfe und Säure.

Die Wurzeln und die Schokoladenraspeln liefern etwas Süße. Die verwendeten, getrockneten Chilischoten, die Peperoni und der frische Ingwer bringen Schärfe. Und der Riesling, den ich verwende, um die sehr cremige Suppe doch ein wenig flüssig und somit suppenähnlicher zu machen, gibt Säure.

Und die Schlagsahne bringt das Cremige in die Suppe.

Da ich Bio-Wurzeln verwendet habe, habe ich diese zwar geputzt, aber nicht geschält und verwende sie somit mit Schale.

Dies ist auch die erste Suppe, die ich in der neuen

Suppenschale meines neuen Tellersets serviere und kredenze.
Sehr hübsch!

Für 2 Personen

- 10 Wurzeln
- 1 großes Stück frischer Ingwer
- 2 Peperoni
- 4 getrocknete Chilischoten
- 200 ml Schlagsahne
- 200 ml Riesling
- 2 TL Kukurma
- frisch geriebenes Meersalz
- frisch geriebener schwarzer Pfeffer
- 2 EL Sahne zum Garnieren
- Schokoladenraspeln zum Garnieren

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 20 Min.



Wurzeln putzen und quer in dünne Scheiben schneiden.

Ingwer schälen und in kleine Würfel schneiden.

Peperoni putzen und ebenfalls quer in Ringe schneiden.

Chilischoten kleinschneiden.

Wasser in einem kleinen Topf erhitzen und Wurzeln darin 15 Minuten bei geringer Temperatur garen. Dann Wasser abschütten.

Ingwer, Peperoni und Chilischoten dazugeben. Mit Kukurma, Salz und Pfeffer würzen. Mit der Sahne und dem Weißwein ablöschen.

Alles vermischen und dann mit dem Pürierstab sehr fein pürieren.

Suppe abschmecken.

Suppe auf zwei Suppenschalen verteilen.

Jeweils einen Esslöffel Sahne darüber verteilen. Suppen noch mit Schokoladenrapseln garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Fisch-Curry-Ragout mit Reis



Würziges Ragout

Ein Rezept für ein leckeres Fisch-Ragout mit Welsfilets.

Gewürzt mit Kukurma und Currypulver.

Die Sauce bilde ich aus einem guten Schluck Riesling.

Hören Sie auf mich! Die Sauce darf ruhig einen ordentlichen Bums haben, denn die Beilage wie Pasta oder in diesem Fall Reis ist ja immer der etwas neutralisierende Teil des Gerichts, der die Würze wieder etwas wegnimmt.

Als Beilage einfachen Reis.

Für 2 Personen

- 2 Welsfilets
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 1 TL Kukurma

- 1 TL Curry
- Salz
- Pfeffer
- Riesling
- 1 Tasse Reis
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.



Filets längs halbieren. Dann quer in kurze Streifen schneiden.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Reis nach Anleitung zubereiten.

Währenddessen Butter in einer Pfanne erhitzen und Fisch und Gemüse darin kurz anbraten.

Mit Salz, Pfeffer, Kukurma und Curry würzen.

Mit einem guten Schluck Riesling ablöschen.

Alles gut vermischen und nochmals einige Minuten köcheln

lassen.

Sauce abschmecken.

Reis auf zwei Teller verteilen.

Ragout mit Sauce darüber verteilen.

Servieren. Guten Appetit!