

Gemüse-Eintopf Beinscheibe

mit

Bei Eintopf denkt man zunächst an einen einfachen Gemüse-Eintopf. Mir viel frischem Gemüse. Und einem möglichst selbst zubereiteten Gemüsefond, der dem Eintopf einen kräftigen Geschmack verleiht.

Aber Eintopf ist ja ein urdeutsches Gericht. Somit kennt man auch andere Eintöpfe. Bohnen-Eintopf. Nudel-Eintopf. Oder eben ein Eintopf mit leckerem Fleisch. An Fleisch für einen Eintopf hat man durchaus auch einige Auswahl zur Verfügung. Am geeignetsten ist da Suppenfleisch. Auch Gulasch-Fleisch eignet sich dafür. Aber man kann auch mit Beinscheiben – also einer Scheibe eines Rinderbeines mit Knochen und etwas Fleisch – einen leckeren Eintopf zubereiten. Da Beinscheiben sowieso geschmort werden müssen, bieten sie sich dazu an.

Hier ein Rezept für einen einfachen Eintopf mit Beinscheiben und viel frischem Gemüse.

Die Brühe gelingt nach 1-stündigem Garen hervorragend. Sie übernimmt einfach die Würze, die die in Fett angebratenen Beinscheiben mitbringen. Man braucht auch keinen selbst zubereiteten Gemüsefond oder Wein. Einfach nur Wasser, und die Brühe wird schmackhaft und lecker. Eventuell kann man sie noch etwas salzen.

Ich habe einfach zwei Beinscheiben gewürzt und in heißem Öl auf jeweils jeder Seite angebraten.

Als weitere Zutaten habe ich diverse Gemüsesorten gewählt, die ich gerade vorrätig hatte und die zu den Beinscheiben passen.

Mit sehr leckerer Brühe



Beinscheibe mit Gemüse und Salzkartoffeln

Dieses Rezept lehnt sich an dem italienischen Klassiker Osso bucco an, entspricht diesem Rezept aber nicht vollständig.

Ich habe einfach zwei Beinscheiben gewürzt und in heißem Öl auf jeweils jeder Seite angebraten.

Als Beilage habe diverse Gemüsesorten gewählt, die ich gerade vorrätig hatte und die zu den Beinscheiben passten. Somit kann man das Gericht sowohl mit der zweiten Beilage Salzkartoffeln essen. Als auch in Variation als Eintopf.

[amd-zlrecipe-recipe:503]

Hähnchenbrust mit Gemüse asiatisch und Basmati-Reis



Im Wok

Ich hatte Hähnchenbrustfilets vorrätig. Und diverse Gemüsesorten.

Dazu einen Bund frischer Koriander. Und diverse asiatische Saucen, aus denen ich mir für die Zubereitung eine aussuchen konnte.

Was bietet es sich sich mehr an als ein schönes asiatisches Gericht, im Wok pfannengerührt, zusammen mit Basmati-Reis zuzubereiten.

Und hier ist mir tatsächlich ein wirklich sehr leckeres und schmackhaftes asiatisches Gericht gelungen. Und auch die Chili-Sauce schmeckt sehr gut.

[amd-zlrecipe-recipe:498]

Mediterrane Gemüse-Tarte

Ich bereite eine pikante Tarte zu. Mit mediterranem Flair. Denn ich bereite eine Gemüse-Tarte zu, die ich auch pikant würze. Für das Gemüse verwende ich Zucchini, Paprika, Brokkoli, Zwiebel, Knoblauch und Lauchzwiebel.

Der geriebene Gouda, den ich für herzhaftes Tartes verwende, gibt auch nochmal Würze an die Tarte. Und sorgt nach dem Erkalten auch noch für Festigkeit.

Alternativ könnte man die Füllmasse der Tarte auch noch mit Kräutern der Provence würzen, was ich bei diesem Gericht jedoch nicht vorgenommen habe.

Glücklicherweise ist mir noch rechtzeitig eingefallen, einen Hefeteig für die pikante Tarte zuzubereiten. Dieser eignet sich besser als ein Mürbeteig, den man eher für süße Tartes verwendet.

[amd-zlrecipe-recipe:465]

Nieren-Gemüse-Pfanne mit Rahm-Sauce

Ich bereite ein einfaches Pfannen-Gericht als kleine Abend-Mahlzeit für eine Person vor dem Fernseher zu.

Das Prinzip ist einfach. Es werden alle Produkte in grobe Stücke zerteilt.

Dann werden die Produkte in Butter angebraten.

Ich würze alles mit Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Die Sauce bilde ich aus Crème fraîche und Riesling.

Natürlich serviere ich das Gericht als Pfannen-Gericht direkt in der Pfanne.

Sehr lecker!

[amd-zlrecipe-recipe:460]

Schweine-Koteletts mit Zucchini-Rahm-Gemüse

Hier bereite ich einfache Schweine-Koteletts zu. Der Einfachheit halber entbeine ich die Koteletts vor dem Braten, so kann man sie besser essen.

Für das Gemüse verwende ich Zucchini, mit Lauchzwiebeln, Zwiebeln und Knoblauch.

Die sehr schmackhafte Sauce bereite ich aus Crème fraîche und Riesling zu. Und würze alles mit Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer und Zucker.

Putenfleisch mit Gemüse in Teriyaki-Sauce mit Basmati-Reis



Pfannenrühren im Wok

Wenn Sie verschiedenes Gemüse vorrätig haben, und dazu noch etwas Geflügelfleisch wie Pute oder Hähnchen, können Sie mit einer geeigneten asiatischen Sauce ein leckeres Gericht zubereiten. Es mutet asiatisch an, aber es ist von den Zutaten nicht asiatisch, weil diese Zutaten nicht in Asien verwendet werden.

Ich habe als Fleisch Putenfleisch gewählt. Dazu als Gemüse

Zwiebeln, Knoblauch, Lauchzwiebel, Buschbohnen, Stangensellerie, Fenchel, Rote Beete und Zucchini.

Für die Sauce verwende ich Fisch-Sauce für Salzigkeit und Teriyaki-Sauce für Würze.

Als Beilage gibt es Basmati-Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:419]

Schweineniere-Kartoffel-Gemüse-Ragout in Sahne-Sauce

Ich feiere heute meinen 57. Geburtstag. Ursprünglich hatte ich geplant, essen zu gehen. In ein Bayerisches Wirtshaus. Mitten in Hamburg und im Norden. Ich wollte dort ganz zünftig Schweinshaxe mit Klößen essen und einige gepflegte, alkoholfreie Weizenbiere dazu trinken. Nun, das hat sich leider anders ergeben. Ich konnte mir somit zumindest die 30–40,– € sparen, die das Essen mit den Getränken sicherlich gekostet hätte.

Dann bin ich, um den Tag dennoch etwas zu feiern, alternativ dazu auf die Idee gekommen, bei einem Lieferservice etwas Leckeres zu bestellen und mir liefern zu lassen. Ich wollte endlich einmal wieder Koreanisch essen. Und unter anderem eine

Kim-Chi-Suppe, Kim-Chi und Bulgogi essen. Nur leider fand ich im Internet keinen koreanischen Lieferservice, der in die Straße, in der ich wohne, koreanisches Essen liefert. Also auch wieder Pech gehabt.

Da ich ja Innereien liebe, habe ich also kurzerhand umentschieden und zu Schweineinnereien gegriffen. Diese habe ich zusammen mit gekochten Kartoffeln und Gemüse zu einem Ragout verarbeitet. Als Würze verwende ich scharfes Rosen-Paprika. Und für die Sauce verwende ich einfach nur Sahne, die durch die ebenfalls verwendete Tomate einen leichten rosa Touch erhält.

Schnell zubereitet, unkompliziert und sehr schmackhaft. Da habe ich dann doch noch zum Geburtstag ein leckeres Gericht zu mir nehmen und ein wenig feiern können.

[amd-zlrecipe-recipe:400]

Sugo

Das Grundrezept für ein Sugo, eine Tomatensauce.

Ich bereite es mit Zwiebel, Knoblauch und Lauchzwiebel zu.

Und verwende für die Tomaten gestückelte Tomaten aus der Dose.

Damit sich die Aromen gut verbinden, lasse ich das Sugo bei geringer Temperatur 1 Stunde garen.

[amd-zlrecipe-recipe:345]

Lauwarmer Bratwurst-Salat

Ein frischer Salat. Mit rein frischen Zutaten. Ich bereite ja eigentlich selten einen Salat zu. Aber dieses Mal hatte ich die Rostbratwürste übrig. Und sie einfach nur in Fett zu braten und zu essen erschien mir zu einfach. Deswegen kam ich auf die Idee mit dem Salat.

Lauwarm deswegen, weil ich kleingeschnittene, angebratene Rostbratwurst-Stücke hinzugebe. Und auch das heiße Olivenöl aus der Pfanne verwende, in dem ich die Rostbratwurst-Stücke anbrate.

Dazu kommen Tomaten, Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch. Und frische, braune Champignons.

Ich gebe auch Kapern für Säure hinzu.

Und mische vor dem Servieren frisch gehobelte Parmesanspäne unter.

Anstelle von Salatkräutern gebe ich – da ich frische Kräuter vorrätig habe – frischen, kleingewiegten Rosmarin, Salbei und Thymian hinzu.

Ich würze dann nur noch mit Salz und Pfeffer.

[amd-zlrecipe-recipe:311]

Herzpüree-Suppe

Da mir die vor kurzem zubereitete Leberpüree-Suppe sehr gut geschmeckt hat, dachte ich mir, warum diese Suppe nicht auch mit einer anderen Innerei variieren?

Also wählte ich Rinderherz. Auch damit kann man eine sehr schmackhafte und cremige Suppe zubereiten.

Hauptzutaten sind Rinderherz und Wurzeln. Anstelle einer Pastinake verwende ich eine Lauchzwiebel.

Verfeinert wird die Suppe mit Sahne, Rotwein, Rotwein-Essig, Zitronenschalen-Abrieb und Zitronensaft. Vor dem Servieren wird sie noch mit Eigelb legiert.

Als Bindung der Suppe fungiert Tomatenmark.

[amd-zlrecipe-recipe:290]

Weißwurst in Weißwein-Sauce mit Spaghetti

Ich hatte Münchner Weißwürste noch vorrätig. Ich wollte sie aber nicht einfach nur erhitzt mit etwas (süßem) Senf essen, das war mir zu profan. Normalerweise bin ich nicht so der Freund von Bayern oder München, aber die Weißwürste, die ich dann zubereitete, waren doch wirklich sehr schmackhaft.

Ich wollte die Weißwürste – wie ich schon einmal Salami

zubereitet habe – mit etwas Gemüse und einer Sauce und Pasta zubereiten.

Da bin ich doch vor einiger Zeit auf diese Website von Wochenmärkten gestoßen und fand dort ein kreatives Weißwurst-Rezept. Auf der Website habe ich eine Übersicht von schönen Wochenmärkte gefunden. Gleichzeitig kann man dort auch verschiedene regionale Spezialitäten aus ganz Deutschland online kaufen. Die Website enthält auch als eine Kategorie ein Magazin, in dem ich dieses schöne [Rezept](#) fand.

Da es eine weiße Wurst ist, bietet sich auch helles Gemüse dazu an. Passenderweise verwendet man als Gemüse Zwiebeln, Knoblauch und Lauchzwiebeln.

Dann kommt noch für etwas Farbe kleingeschnittene Petersilie in die Sauce.

Und als Pasta einfach nur Spaghetti dazu.

[amd-zlrecipe-recipe:169]

Pferde-Gulasch mit Penne Rigate

Dies ist das erste Pferdefleisch-Gericht, das ich seit dem Pferdefleisch-Einkauf vor einiger Zeit zubereite.

Es ist ein Pferde-Gulasch, das ich in einer Rotwein-Sauce zubereite.

Ich würze die Sauce mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer. Und gebe noch zwei Lorbeerblätter hinzu. Schließlich in einem Würzsäckchen Wacholderbeeren, Pimentkörner und Gewürznelke für noch mehr Würze.

Das Ergebnis ist ein sehr schmackhaftes und würziges Gulasch.

Als Beilage wähle ich Bio-Penne-Rigate.

Und ich garniere das Gericht mit etwas frisch geriebenem Parmesan.

[amd-zlrecipe-recipe:158]

Pfannengericht

Ich hatte eine kleine Apfel-Zwiebel-Leberwurst übrig, die ich nicht einfach auf einigen Scheiben Brot essen wollte.

Also entschied ich mich dazu, sie in der Pfanne anzubraten und ein leckeres Pfannengericht zuzubereiten.

Als weitere Zutaten verwende ich Kartoffeln, Schalotte, Lauchzwiebel, Knoblauch, Speck und Eier. Ich würze nur mit einigen Teelöffeln schwarzer Bohnen-Sauce.

Das Pfannengericht auf keinen Fall würzen. Speck und Bohnen-Sauce bringen genügend Würze mit.

Mein Rat: Ein Pfannengericht isst man, wie es der Name schon sagt, direkt aus der Pfanne.

[amd-zlrecipe-recipe:139]

Hähnchen-Gemüse-Hirse-Topf

Hier bereite ich ein Geflügelgericht mit einer Hähnchenbrust zu, zu der ich noch verschiedenes Gemüse und Hirse gebe.

Ich bereite das Gericht zwar im Wok zu und würze es mit Soja-Sauce, aber ein asiatisches Gericht dürfte es eigentlich nicht sein, da ich auch Hirse hinzugebe, keinen Reis oder Mi-Nudeln.

Außerdem kann man auch der Meinung sein, dass zu einem Gericht, das man mit dunkler Soja-Sauce würzt, kein frisch geriebener Parmesan zum Garnieren passt. Da mir jedoch frische Petersilie zum Garnieren fehlte, habe ich den Parmesan gewählt, der das Gericht noch zusätzlich würzt.

Das Gericht ist sehr lecker und schmackhaft. Und ich serviere es einfach in einem tiefen Teller.

[amd-zlrecipe-recipe:51]

Hier bereite ich ein Geflügelgericht mit einer Hähnchenbrust zu, zu der ich noch verschiedenes Gemüse und Hirse gebe.

Ich bereite das Gericht zwar im Wok zu und würze es mit Soja-Sauce, aber ein asiatisches Gericht dürfte es eigentlich nicht sein, da ich auch Hirse hinzugebe, keinen Reis oder Mi-Nudeln.

Außerdem kann man auch der Meinung sein, dass zu einem Gericht, das man mit dunkler Soja-Sauce würzt, kein frisch geriebener Parmesan zum Garnieren passt. Da mir jedoch frische

Petersilie zum Garnieren fehlte, habe ich den Parmesan gewählt, der das Gericht noch zusätzlich würzt.

Das Gericht ist sehr lecker und schmackhaft. Und ich serviere es einfach in einem tiefen Teller.

Puten-Gulasch mit Pasta

[Spider_Single_Video track="26" theme_id="7" priority="1"]

Ich hatte zwei kleine Putenoberkeulen vorrätig. Und mir fiel plötzlich ein, dass diese ja auch 1–2 Stunden geschmort werden müssen, sie somit Schmorfleisch sind. Und ich dachte mir, dann kann ich eine Putenoberkeule dazu verwenden, um ein Gulasch daraus zu machen.

Also einbeinte ich eine Putenoberkeule und schnitt sie in mundgerechte Stücke.

Man sagt, dass ein gutes Gulasch zu gleichen Teilen aus Fleisch und Zwiebeln besteht. Nun, bei einer Putenoberkeule von 600 g ohne Knochen erschien mir dann der Anteil von Zwiebeln doch etwas zu viel. Also nahm ich die Hälfte des Gewichts an Schalotten, 300 g, das sind immerhin noch 10 Schalotten. Dazu eine Lauchzwiebel und Knoblauch.

Die Sauce bilde ich aus einem Schuss trockenem Rotwein, Fleischfond und gestückelten Tomaten.

Ich würze die Sauce nur mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer. Und gebe für mehr Würze und Geschmack noch Lorbeerblätter, Sternanis, Pimentkörner und Wacholderbeeren im Ganzen hinzu.

Dazu gibt es Pasta als Beilage, je nach der Pastasorte, die man gerade vorrätig hat.

Mein Rat: Ich verwende normalerweise selbst zubereiteten, eingefrorenen Fleischfond, hatte jedoch keinen mehr vorrätig. Also wählte ich ein gutes Produkt an Brühwürfeln. Diese kann man, sofern das Produkt qualitativ gut ist, ruhig einmal als Ersatz für eine ganz frische Zutat verwenden.

[amd-zlrecipe-recipe:39]