Die Geschichte und Tradition hinter Teigtaschen

Exploring the History and Tradition Behind Dumplings

Teigtaschen sind mehr als nur ein Gericht – sie sind ein kulturelles Symbol, eine Verbindung zur Vergangenheit und ein beliebtes Komfortessen weltweit. Ihre Vielseitigkeit hat es ihnen ermöglicht, Grenzen zu überschreiten und zu einem universellen Gericht in unzähligen Varianten zu werden. Von Russlands herzhaften, fleischgefüllten Teigtaschen, bekannt als Pelmeni, bis hin zu vegetarischen Alternativen, die mit frischem Gemüse gefüllt sind, haben sich diese Gerichte zu Symbolen für Gemeinschaft, Tradition und Familienerbe entwickelt. In vielen Kulturen werden diese Leckerbissen nicht nur gegessen, sondern auch geschätzt und von Generation zu Generation weitergegeben, wobei sie stets ein Stück Geschichte mit sich tragen.

Im Laufe der Geschichte haben diese schmackhaften Leckerbissen als praktische Mahlzeit für Reisende, als Möglichkeit zur Lebensmittelaufbewahrung und als Möglichkeit, übrig gebliebene Zutaten zu verwerten, gedient. Sie haben ihren Weg in verschiedene Küchen gefunden, darunter chinesische Jiaozi, italienische Ravioli, polnische Pierogi und japanische Gyoza. In Russland stechen Pelmeni als ein herzhaftes Gericht hervor, das traditionell bei Familienzusammenkünften und Feierlichkeiten genossen wird. Im Laufe der Jahre sind sie auch in modernen Küchen aufgrund ihres reichen Geschmacks und der tiefen kulturellen Bedeutung immer beliebter geworden.

Da sich die Ernährung zunehmend in Richtung pflanzlicher Lebensweisen verschiebt, hat sich dieses Gericht weiterentwickelt und vegetarische Alternativen aufgenommen. Diese pflanzlichen Teigtaschen bieten die gleiche befriedigende Textur und den gleichen Geschmack wie ihre

fleischgefüllten Varianten und sind bei Vegetariern und denen, die leichtere, gesündere Mahlzeiten suchen, sehr beliebt. Egal, ob Sie traditionelle russische Pelmeni entdecken oder eine vegetarische Version ausprobieren möchten, der Kauf dieser Leckerbissen war noch nie so einfach. Es ist eine großartige Möglichkeit, den Komfort und die Fülle dieses traditionellen Gerichts in Ihr Zuhause zu bringen, ohne stundenlang in der Küche zu stehen.

In diesem Artikel nehmen wir Sie mit auf eine Reise durch die Geschichte, Tradition und weltweite Beliebtheit dieser geschätzten Leckerbissen und zeigen Ihnen, wie Sie authentische Aromen genießen können, indem Sie Pelmeni oder vegetarische Versionen bequem zu Hause kaufen.

Die weltweite Beliebtheit dieser herzhaften Leckerbissen

In der ganzen Welt haben verschiedene Kulturen ihre eigene Version dieses Gerichts entwickelt, jede mit einzigartigen Füllungen und Zubereitungsmethoden. Von Chinas Jiaozi bis hin zu Italiens Ravioli, diese Leckerbissen können mit einer Vielzahl von Füllungen zubereitet werden – sowohl mit Fleisch als auch pflanzlich. In Russland beispielsweise wird ein Gericht, das tief in der Geschichte und Kultur verwurzelt ist, aus einem dünnen Teig hergestellt, der mit Hackfleisch oder Gemüse gefüllt ist und oft mit Sauerrahm, Essig oder Senf serviert wird. Diese Gerichte sind besonders bei Familienfeiern beliebt. Wenn Sie die traditionelle russische Variante genießen möchten, können Sie Pelmeni kaufen und das authentische Geschmackserlebnis zu Hause genießen.

In den letzten Jahren hat der Anstieg des vegetarischen Konsums dazu geführt, dass pflanzliche Varianten dieser Leckerbissen immer beliebter werden. Gefüllt mit Zutaten wie Pilzen, Kartoffeln, Kohl oder Käse bieten sie eine leichtere, aber genauso geschmackvolle Alternative zu den klassischen,

fleischgefüllten Varianten. Dieser Trend hat dazu geführt, dass immer mehr pflanzliche Optionen auf den Markt gekommen sind, die es einer breiteren Zielgruppe ermöglichen, diese herzhaften Gerichte zu genießen.

Ursprung: Eine Reise durch die Zeit

Diese herzhaften Leckerbissen haben tiefe historische Wurzeln, die mehr als 1.800 Jahre zurückreichen und auf China während der Han-Dynastie datiert werden. Die ersten Teigtaschen wurden hergestellt, indem Füllungen wie Fleisch oder Gemüse in Teig gehüllt wurden. Diese einfache, aber effektive Kreation verbreitete sich schnell, da sie praktisch war, leicht zu essen und zu transportieren.

In Russland wird vermutet, dass dieses Gericht von den uralischen Stämmen eingeführt wurde, wobei traditionelle Varianten im 18. Jahrhundert entstanden. Diese Leckerbissen, oft mit Rind-, Schweine- oder Lammfleisch gefüllt, wurden zu einem Grundnahrungsmittel im Land. In kälteren Regionen wie Sibirien ermöglichte die Praxis, diese Teigtaschen einzufrieren, dass sie auch in den kalten Wintermonaten genossen werden konnten.

Als dieses Gericht weltweit verbreitet wurde, entwickelte sich das Rezept weiter, wobei verschiedene Gewürze, Fleischsorten und Gemüse je nach den regionalen Vorlieben und den verfügbaren Zutaten hinzugefügt wurden.

Ein Symbol der Tradition

In vielen Kulturen stellen diese herzhaften Leckerbissen mehr dar als nur eine Mahlzeit; sie sind ein wesentlicher Bestandteil von Familientraditionen und Feierlichkeiten. In Russland zum Beispiel ist es eine lange Tradition, diese Gerichte zu Silvester zuzubereiten, wobei sich die Familien versammeln, um sie gemeinsam zu machen. Diese Praxis stärkt

die Familienbindung und verbindet die Menschen mit ihren kulturellen Wurzeln.

Ähnlich wird in China die Zubereitung dieser Leckerbissen zum chinesischen Neujahr als Weg angesehen, Wohlstand für das kommende Jahr zu bringen. Familien verstecken oft Münzen oder Glücksbringer in den Teigtaschen, was dem Gericht eine zusätzliche symbolische Bedeutung verleiht.

In Italien ist Ravioli ein beliebtes Gericht, das an Feiertagen wie Weihnachten und Ostern serviert wird, während in Polen Pierogi während verschiedener Feste im Mittelpunkt stehen. In all diesen Kulturen repräsentieren diese Gerichte das Zusammensein, das Erbe und die Freude am gemeinsamen Mahl.

Der Herstellungsprozess: Eine Arbeit der Liebe

Obwohl einige Menschen es bevorzugen, fertige Teigtaschen zu kaufen, ist die Zubereitung von Hand ein lohnender Prozess, der eine tiefere Verbindung zu dem Gericht ermöglicht. Der Teig wird typischerweise aus einfachen Zutaten wie Mehl, Wasser und Eiern hergestellt, wobei einige Rezepte auch Milch oder Butter hinzufügen, um die Textur zu verfeinern.

Nach der Zubereitung des Teigs kommt der nächste Schritt: die Herstellung der Füllung. Traditionelle fleischgefüllte Varianten verwenden Hackfleisch aus Rind, Schwein oder Lamm, das mit Gewürzen und Kräutern gewürzt wird. Vegetarische Füllungen hingegen können aus pürierten Kartoffeln, Kohl, Pilzen oder Käse bestehen und bieten eine leichtere, aber ebenso befriedigende Option.

Sobald die Füllung bereit ist, wird sie in kleine Teigkreise gelegt, die dann gefaltet und versiegelt werden. Anschließend werden die Teigtaschen in Wasser gekocht, bis sie an die Oberfläche schwimmen und signalisieren, dass sie fertig sind.

Manche entscheiden sich sogar dafür, sie anschließend zu frittieren, um eine knusprige Textur zu erzielen.

Dieser arbeitsintensive Prozess, sei es für ein Feiertagsmahl oder ein Familienfest, macht das Gericht so besonders und voller Bedeutung.

Varianten und Anpassungen weltweit

Obwohl russische Pelmeni weltweit bekannt sind, haben auch andere Länder ihre eigenen Varianten entwickelt. Chinesische Jiaozi zum Beispiel sind typischerweise mit Schweinefleisch und Gemüse gefüllt, während japanische Gyoza oft für eine knusprige Textur auf der einen Seite gebraten werden. In Polen kommen Pierogi mit einer Vielzahl von Füllungen, darunter Kartoffeln, Käse oder Obst, je nach Region.

Heute werden diese herzhaften Leckerbissen weltweit in Restaurants, Foodtrucks und zu Hause genossen. Das wachsende Interesse an pflanzlicher Ernährung hat auch zu einer erhöhten Nachfrage nach vegetarischen Varianten geführt, die dieselbe angenehme Textur und den gleichen Geschmack bieten. Zutaten wie Pilze, Tofu und Spinat können in den Füllungen verwendet werden, um schmackhafte und zufriedenstellende pflanzliche Alternativen zu schaffen.

Warum diese Teigtaschen kaufen?

Wenn Sie keine Lust haben, sie selbst zu machen, ist der Kauf eine großartige Möglichkeit, diese Gerichte bequem zu Hause zu genießen. Durch den Kauf von Pelmeni oder vegetarischen Varianten aus vertrauenswürdigen Quellen stellen Sie sicher, dass Sie hochwertige Zutaten und authentische Aromen erhalten, die das reiche kulturelle Erbe dieses Gerichts widerspiegeln.

Der Kauf von Pelmeni oder vegetarischen Teigtaschen bietet die beste Lösung: eine köstliche Mahlzeit mit minimalem Aufwand.

Egal, ob Sie den traditionellen Geschmack der russischen Pelmeni genießen oder eine pflanzliche Option suchen, diese fertigen Varianten bieten dasselbe Genusserlebnis. Zudem spart der Kauf Zeit und Aufwand, was es einfacher macht, dieses schmackhafte Gericht regelmäßig in Ihre Mahlzeiten einzubauen.

Gesundheitsvorteile

Wenn sie aus frischen, hochwertigen Zutaten zubereitet werden, können diese herzhaften Leckerbissen eine gesunde Ergänzung Ihrer Ernährung sein. Pelmeni, die mit magerem Fleisch, Vollkorn und frischem Gemüse gefüllt sind, bieten eine ausgewogene Mischung aus Protein, Ballaststoffen und wichtigen Vitaminen. Vegetarische Varianten hingegen können reich an pflanzlichen Nährstoffen und Antioxidantien sein, insbesondere wenn sie mit Gemüse wie Pilzen, Kohl oder Spinat gefüllt sind.

Wenn Sie auf Ihre Kalorienzufuhr achten, können Sie diese Gerichte leichter machen, indem Sie sie kochen oder dämpfen anstatt sie zu frittieren, was den Fettgehalt reduziert. Für diejenigen, die mehr Gemüse in ihre Ernährung aufnehmen oder ihren Fleischkonsum reduzieren möchten, ist der Kauf von vegetarischen Pelmeni eine gute Wahl, um einen gesunden Ernährungsplan zu unterstützen.

Fazit: Eine Tradition, die es zu bewahren gilt

Diese herzhaften Leckerbissen haben sich über Jahrhunderte hinweg entwickelt und sind weltweit immer populärer geworden. Von ihren Ursprüngen in China bis hin zu ihrer Verbreitung in Ländern wie Russland, Italien und Polen haben sie Grenzen überschritten und sind zu einem Symbol für gemeinschaftliche Kultur und Tradition geworden.

Ob Sie nun die traditionellen fleischgefüllten Varianten oder die leichtere vegetarische Option bevorzugen, diese herzhaften

Leckerbissen sind zu einem festen Bestandteil vieler Kulturen geworden. Durch den Kauf von Pelmeni oder vegetarischen Pelmeni können Sie dieses reiche kulturelle Erlebnis ganz einfach von zu Hause aus genießen und die Aromen schätzen, die von Generation zu Generation weitergegeben wurden.

Maultaschensuppe mit Gemüse



Mit leckeren Maultaschen

Ist Ihnen die Herkunft oder Entstehungsweise der Maultaschen bekannt? Sie heißen ja auch original im Schwäbischen eigentlich „Hergottsb'scheißerle". Mönchen ist es ja verboten, am Karfreitag Fleisch zu essen. Findig wie man im Schwabenland ist, kamen vor vielen Jahrhunderten Mönche auf die Idee, Fleisch kleinzuschneiden, eine Farce mit Gemüse und Gewürzen zuzubereiten, diese in einem Nudelteig zu verstecken und auf

diese Weise zuzubereiten. Sie wollten einfach das Fleisch im Nudelteig vor dem Auge Gottes verstecken, aber auf den Genuss von Fleisch nicht verzichten. So entstanden die „Hergottsb'scheißerle“ oder auch Maultaschen.

Bei diesem einfachen Rezept greife ich auf Maultaschen aus der Packung zurück, also einem Convenienceprodukt. Aber sie sind wirklich von guter Qualität. Dazu aber frisches Gemüse. Und vor allem mit frisch zubereiteter Gemüsebrühe, die ich portionsweise eingefroren hatte.

Länger als 5 Minuten braucht die Suppe nicht, dann sind die kleingeschnittenen Maultaschen in der Brühe erhitzt. Und das Gemüse ist leicht gegart, aber immer noch knackig frisch.

Für 2 Personen:

- 800 g Maultaschen (2 Packungen à 400 g)
- 800 ml Gemüsefond
- 20 Zuckerschoten
- 1 Stück Butternusskürbis
- 1/2 gelbe Paprikaschote
- 4 Blätter Pak Choi
- Salz
- Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 5 Min.



Und frischem Gemüse
Maultaschen in schmale Streifen schneiden.

Gemüse putzen und grob zerkleinern.

Petersilie kleinwiegen.

Brühe in einem Topf erhitzen. Maultaschen und Gemüse hineingeben und etwa 5 Minuten garen.

Brühe mit Salz abschmecken.

Auf zwei tiefe Suppenteller verteilen.

Mit etwas Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Geschmälzte Herrgottsb’scheißerle mit Kalbsbrät



Leckere gefüllte Pasta

Ich möchte gern ein sehr ungewöhnliches Rezept mit Ihnen teilen. Eines, bei dem ich auf die Auflistung der Zutaten und die Beschreibung der Zubereitung verzichte.

Ich hatte eine Idee, wie ich Bratwürste anders weiterverwenden kann, ohne die Würste in gewohnter Manier zu braten oder zu grillen.

Und zwar das Brät aus den Würsten herauszunehmen und damit herrliche Herrgottsb’scheißerle zu füllen.

Das klingt ja schon einmal gut.

Zumal das Brät der Kalbs-Bratwürste, die ich verwende, sehr gut schmeckt.

Nun kam ein Hürde auf mich zu.

Ich hatte seit 2 Jahren keine Nudelmaschine mehr. Weder eine elektrische noch eine manuelle. Ich hatte vor einigen Jahren eine preiswerte elektrische Nudelmaschine bei meinem Discounter gekauft. Das hätte ich besser unterlassen sollen. Ich musste die Nudelmaschine drei Male wegen eines Defekts an den Vertrieb der Nudelmaschine zur Reparatur einsenden.

Beim dritten Mal blieb sie gleich dort und ich bekam den Kaufpreis zurückerstattet. Und meine manuelle Nudelmaschine hatte ich eben in dieser Zeit bei eBay verkauft.

Nudelteig manuell mit dem Nudelholz wollte ich nicht zubereiten.



So gelingt es leider nicht, …

Ich kam auf die Idee, Lasagneplatten vorzugaren und halbiert zu großen Herrgottsb’scheißerle-Teig umzufunktionieren.

Grundsätzlich klingt die Idee zunächst einmal nicht schlecht.

Sie hat nur einen Fehler: Vorbereitete Lasagneplatten, und dann wenige Minuten vorgegart für die weitere Verarbeitung, lassen sich nicht zusammendrücken oder kleben. Weder haften die Platten fest aneinander, wenn man sie mit dem Finger zusammendrückt. Oder letzteres sogar mit der Gabel versucht. Noch kleben sie zusammen, wenn man die Stellen zusätzlich mit verquirltem Ei bestreicht.

Den Platten fehlt einfach die Klebrigkeit eines frisch zubereiteten Nudelteigs, den mit Ei verkleben und gut zusammendrücken kann.

Somit schlug dieser Versuch fehl.



… so dann allerdings schon

Ich habe mich also dann doch daran gemacht und frischen Nudelteig zubereitet und mit dem Nudelholz – nomen est omen – ausgerollt.

Dieser frische Teig hat eben auch die Vorteile, dass er zieh- und dehnbar ist und somit manche Lücke bei den Herrgottsb’scheißerle füllen kann, indem man den Teig einfach noch etwas dünner drückt oder entsprechen in Form zieht.

Außerdem lassen sich auch kleine Löcher in den gefüllten Herrgottsb’scheißerle leicht mit einem Stückchen Teig wieder stopfen.

Bei den Lasganeplatten hat man da eben keine Chance.

Nun, ich habe Brät von 10 Kalbs-Bratwürsten – etwa 800 g – verwendet.

Und dann noch einen halben Topf Petersilie und einen ganzen Topf Basilikum abgezupft, kleingeschnitten und in das Brät gegeben.

Dann alles mit der Hand zu einer schönen Füllung vermischt. Die Füllung in der Hand zu einer dicken, langen Rolle geformt und in sechs Teile geteilt.

Das ergibt die Füllung für die Herrgottsb’scheißerle.



Mit viel Butter

Die Zubereitung dann ist einfach.

Ich habe den Nudelteig nach meinem bewährten Rezept zubereitet. Das ergibt genau die Menge Nudelteig, wie ich sie für insgesamt 12 große Herrgottsb’scheißerle für 2 Personen benötige.

Zur Sicherheit, um Nudelteig und Brät der Herrgottsb’scheißerle zu garen, lasse ich sie 30 Minuten in nur noch siedendem Wasser ziehen. Das Wasser kocht nicht, es gibt somit keine Luftblasen und Bewegung im Wasser und die Herrgottsb’scheißerle können nicht aufplatzen.

Dann nur noch in einer großen Portion Butter in der Pfanne geschwenkt.

Und sofort serviert. Lecker!

Gemüsebrühe mit Suppen-Maultaschen



Trotz Convenience eine schmackhafte Suppe

Convenience-Produkte sind nicht von vornherein und gänzlich zu verteufeln.

Es gibt zum einen gute Convenience-Produkte. Und zum anderen hat man manchmal nicht nur frische Produkte zuhause vorrätig. Und außerdem ist es auch akzeptabel, wenn es einmal schnell gehen muss.

Auch gehobene Restaurants greifen zu guten Convenience-Produkten. Wenn man an einem Tag 100 Mal Rotkohl als Beilage seinen Gästen anbietet, ist es verständlich, wenn man diesen nicht selbst auf der Küchenreibe reibt, sondern auch einmal zu einem Convenience-Produkt greift. Wichtig ist hierbei meistens nur noch, dass man dieses Produkt durch eigene Zutaten und besondere Zubereitungsweise aufwertet.

Gemüsebrühe als Pulver gibt es in guter Qualität. Man darf nur nicht beim Preis knausern. Auch Bio-Ware gibt es bei diesem Produkt schon.

Und auch Maultaschen oder generell frische und/oder gefüllte Pasta ist von diversen Anbietern in sehr guter Qualität zu bekommen.

So wird diese Suppe aus nur zwei Convenience-Produkten zubereitet.

Aber sie sind von guter Qualität, die Zubereitung geht schnell und die Suppe schmeckt. Und das ist ja die Hauptsache.

Aufgewertet wird die Suppe einfach mit etwas frischer Petersilie, die zum Garnieren verwendet wird.

Für 2 Personen

- 500 ml Gemüsebrühe (Pulver aus dem Glas)
- 300 g Suppen-Maultaschen (Packung)
- frische Petersilie

Zubereitungszeit: 7 Min.



Leckere Suppen-Maultaschen

Wasser in einem Topf erhitzen.

Gemüsebrühe dazugeben und alles verrühren und leicht köcheln lassen.

Suppe dennoch abschmecken.

Maultaschen dazugeben und im nur noch siedenden Wasser zugedeckt 7 Minuten ziehen lassen.

Petersilie kleinwiegen.

Suppe auf zwei tiefe Suppenteller verteilen.

Mit Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Gebratenes Salatherz mit Maultaschen



Sehr frisch und lecker

Auch hier würde meine Mutter einwenden, das geht doch nicht!

Salat mit Pasta? Aber es geht, funktioniert und schmeckt gut.

Achten Sie darauf, bei den Maultaschen solche mit einer vegetarischen Füllung zu kaufen. Denn haben Sie ein leckeres, vegetarisches Gericht.

Die Salatherzen brate ich in Butter auf allen Seiten an und würze sie nur mit Salz und Pfeffer.

Das Ganze wird noch mit geriebenem Grana Padano garniert.

Für 2 Personen

- 2 Salatherzen

- Salz
- Pfeffer
- Butter
- 800 g Maultaschen (mit vegetarischer Füllung, 2 Packungen à 6 Stück)
- Grana Padano

Zubereitungszeit: 10 Min.



Butter in einer Pfanne erhitzen und Salatherzen auf allen Seiten kross anbraten. Salzen und pfeffern.

Währenddessen Maultaschen nach Anleitung zubereiten.

Jeweils ein Salatherz auf einen Teller geben.
Maultaschen um die Salatherzen herumverteilen.

Mit geriebenem Grana Padano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Gebratene Maultaschen mit Gemüse



Lecker kross gebraten

Maultaschen, nicht im Gemüsefond gegart.

Sondern in der Pfanne gebraten.

Ein industriell gefertigtes Produkt. Aber immerhin frische Maultaschen. Und Bio-Ware.

Dazu einige Gemüsesorten.

Gewürzt mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Garniert mit Parmigiano Reggiano und Schnittlauch.

[amd-zlrecipe-recipe:1222]

Maultaschen mit schwarzer Bohnen-Sauce

Dies ist nicht unbedingt ein asiatisches Gericht. Eher ein Gericht nach dem Motto East meets West.

Schwäbische Maultaschen. Mit chinesischer, schwarzer Bohnen-Sauce.

Aber vielleicht kann man auf diese Weise auch Asiaten dafür gewinnen, die deutsche Küche und deren Produkte kennenzulernen.

Nun, auf alle Fälle passt die Sauce sehr gut zu der Pasta. Ich habe da beim Asia-Shop einen richtigen Treffer gelandet beim Einkauf. Ich kannte bisher nur schwarze Knoblauch-Bohnen-Sauce, die aus Sojabohnen, Knoblauch und Gewürzen hergestellt wird und wirklich sehr stark nach Knoblauch schmeckt. Diese schwarze Bohnen-Sauce ist anders, sie ist nicht scharf, sondern nur sehr würzig. Und würde sicherlich als Zutat zu einer Sauce für einen Braten oder auch für Hähnchen usw. sicher sehr gut passen.

Zudem ist dies aufgrund der Menge der verwendeten Pasta eher ein Snack für den Abend vor dem Fernseher.

Und das Gericht ist in 10 Minuten zubereitet und bedarf nur zweier Produkte.

[amd-zlrecipe-recipe:736]

Maultaschen mit Ananas-Chili-Fenchel-Sauce

Bekannte und beliebte Pasta, Maultaschen mit Ricotta-Füllung.

Dazu aber eine etwas exotische Sauce. Man liest dies und fragt sich, ob ein solches Gericht überhaupt schmecken kann.

Aber eine süß-scharfe Sauce ist eine echte Alternative zu Pasta.

Die Süße der Ananas verbindet sich herrlich mit der Schärfe der Chili. Dazu ein leichter Geschmack nach Fenchel. Das passt sehr gut.

Man könnte noch variieren. Orangen würden noch in die Sauce passen. Eine Prise Zimt verträgt sie auch noch. Und eventuell noch ein wenig Anis-Geschmack.

Ich frage mich aufgrund dessen, dass dieses Gericht zwar exotisch ist, aber gut geschmeckt hat, warum man eigentlich nicht gefüllte Pasta mit süßer Füllung zubereitet. Also mit Obst oder anderen Früchten. Und dazu passenderweise eine süße Sauce, nämlich mit Schokolade und Chili. Das würde passen und sicherlich schmecken.

Und wieder stelle ich fest, ein Gericht kann so ausgefallen und ungewohnt im Geschmack sein, wie es will. Bereite ich es aus frischen Zutaten zu, verdaut es mein Magen ohne Murren. Esse ich jedoch einen Eintopf aus der Dose, zu dem ich ab und zu doch einmal komme, mit Geschmacksverstärkern, Konservierungsstoffen und Bindemittel, murrt mein Magen, will

es nicht verdauen und manchmal stehe ich kurz davor, dass der Eintopf dann wieder hochkommt. Also, es gilt das Verbot: Du darfst keine Fertigprodukte kochen und essen!

[amd-zlrecipe-recipe:631][amd-zlrecipe-recipe:631]

Maultaschen mit Kokosmilch-Sauce

Ein einfaches Pasta-Gericht. In 10 Minuten zubereitet.

Ich hatte wieder einmal Maultaschen vorrätig.

Ich gebe dieses Mal einfach etwas Kokosmilch-Sauce mit einigen Spritzern Fisch-Sauce über die Maultaschen.

Die süße Kokosmilch harmoniert sehr gut mit der Salzigkeit der Fisch-Sauce.

Und der Vorteil bei diesem Gericht ist, dass man diese sehr aromatische und wohlschmeckende Sauce einfach nach dem Verspeisen der Maultaschen vom Teller schlürfen kann.

[amd-zlrecipe-recipe:572]

Maultaschen mit süß-saurer

Sauce

Ein einfaches Pasta-Gericht. In 10 Minuten zubereitet.

Ich hatte wieder einmal Maultaschen vorrätig.

Ich gebe dieses Mal einfach etwas süß-saure Sauce über die Maultaschen.

[amd-zlrecipe-recipe:571]

Maultaschen mit dunkler Soja-Sauce

Ein einfaches Pasta-Gericht. In 10 Minuten zubereitet.

Ich hatte wieder einmal Maultaschen vorrätig.

Ich gebe dieses Mal einfach etwas dunkle Soja-Sauce über die Maultaschen.

Und einige Spritzer Fisch-Sauce als Alternative für Salz.

[amd-zlrecipe-recipe:570]

Maultaschen mit Curry-Sauce

Maultaschen sind ja Pasta wie jede andere Pasta auch, nur sind sie gefüllt.O

Aber man kann sie so vielseitig wie jede andere Pasta zubereiten.

Und Maultaschen vertragen daher auch fast jede gängige Sauce.

Ich habe hier zu Maultaschen eine sämige Sauce zubereitet, die ich aus Sahne und Curry bilde.

Lecker!

[amd-zlrecipe-recipe:559][amd-zlrecipe-recipe:559]

Maultaschen mit Sardellen-Butter

Maultaschen vertragen kräftige Geschmacksaromen. Noch dazu, wenn sie eine solch kräftige Füllug haben wie diejenigen,die ich gekauft hatte.

Ich habe daher einfach eine würzige Sardellen-Butter kreiert.

Dazu zerlasse ich Butter in der Pfanne und gebe kleingeschnittene Sardellenfilets hinein. Diese brate ich einige Minuten an, wobei sie zum Teil in der Butter zerschmelzen.

Dann brate ich die gegarten, kleingeschnittenen Maultaschen darin an.

Ich wollte die Maultaschen zuerst, um dem Gericht noch mehr Würze zu geben, mit etwas Fisch-Sauce würzen. Dann fiel mir ein, dass asiatische Fisch-Sauce ja aus Sardellen hergstellt wird, die in Salzlake gereift werden. Da hätte ich somit eigentlich nur nochmals Sardellen in flüssiger Form hinzugegeben. Also ließ ich die Fisch-Sauce einfach weg. Und die ebenfalls angedachte dunkle Soja-Sauce ließ ich auch gleich weg. Die gebratenen Sardellen in der Butter geben demGericht genügend Würze, wie sich herausstellte. Nicht einmal salzen muss man das Gericht.

Serviert in einem tiefen Pasta-Teller.
Garniert mit frisch zerkleinerter Petersilie.

Ein herrliches Gericht!

[amd-zlrecipe-recipe:556]

Geschmälzte Maultaschen

Ein klassisches schwäbisches Gericht.

Für das ich auch original schwäbische Maultaschen verwende, wie die Packung verspricht.

Dazu Butterschmalz.

Und als Krönung sozusagen noch kleingeschnittene Petersilie und etwas frisch geriebener Parmesan runden das Gericht ab.

Ein schnell zubereitetes Gericht, das ohne viele Zutaten und Schnörkel daherkommt.

Aber ein ausgesprochen leckeres Gericht, das ich nur empfehlen kann.

[amd-zlrecipe-recipe:555]

Haschee und Maultaschen

Bei diesem Rezept treffen sich zwei Welten.

Einmal die europäische oder besser gesagt deutsche Welt mit schwäbischen Maultaschen.

Dann die arabische und asiatische Welt mit dem Haschee, das ich mit Baharat, Ingwer und Curry würze.

Die Maultaschen, als Convenience-Produkt, gelingen natürlich gut und lecker.

Und das Haschee natürlich auch, es hat aufgrund der verschiedenen Gewürze doch einen sehr leckeren und interessanten Geschmack.

[amd-zlrecipe-recipe:552]

Maultaschen auf italienische Art

Nein, diese Maultaschen sind natürlich nicht italienisch. Es sind gute, schwäbische Maultaschen. Wie gewohnt.

Aber ich kann dieses Gericht auch nicht „Geschmälzte Maultaschen“ nennen, denn sonst hätte ich die Maultaschen in Butterschmalz anbraten und schwenken müssen.

Ich will die Maultaschen aber mit weiteren Zutaten italienisch zubereiten. Weshalb ich zum Anbraten und Servieren ein gutes Olivenöl verwende.

Das Gericht ist schnell zubereitet. Es besticht durch seine frischen, guten Zutaten. Und es schmeckt sehr gut.

[amd-zlrecipe-recipe:402]