Nackenkoteletts mit Paprikagemüse

Leckere Koteletts mit Gemüse

Ein einfaches Gericht, schnell zubereitet. Ich brate die Koteletts auf jeder Seite etwa 1 Minute an, dann sind sie medium gegart.

Dazu Tomatengemüse. Für Farbigkeit verwende ich rote und gelbe Paprika. Und für noch mehr Farbe mische ich vor dem Servieren noch kleingeschnittene Petersilie unter. Außerdem säure ich das Gemüse noch mit Zitronensaft.

Wer möchte, kann das Tomatengemüse auch mediterran zubereiten und frischen Rosmarin und Thymian untermischen.

So macht man das.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Nackenkoteletts

- ½ rote Paprika
- ½ gelbe Paprika
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- ½ Zitrone (Saft)
- Petersilie
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und kleinschneiden. Paprika putzen und in grobe Stücke schneiden. Petersilie kleinwiegen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel darin anbraten. Paprika dazugeben und mit anbraten. Salzen und pfeffern. Petersilie untermischen. Auf einen Teller geben, Zitronensaft darüberträufeln und warmstellen.

Nackenkoteletts auf beiden Seiten salzen und pfeffern. Etwas Öl in die Pfanne geben. Koteletts auf beiden Seiten jeweils 1 Minuten anbraten. Herausnehmen, auf den Teller geben und alles servieren.

Panierte Nackenkamm-Röllchen mit frittiertem Gemüse

Röllchen mit Gemüse

Und wieder einmal kommt die Friteuse zum Einsatz. In letzter Zeit habe ich diverse „Röllchen“-Gerichte zubereitet. Einfach die Füllung zubereiten, zu verwendendes Produkt für die Röllchen füllen, rollen und zusammenbinden. Dann panieren und im siedenden Fett der Friteuse einige Minuten frittieren.

Ich habe für die Röllchen Nackenkamm verwendet, von dem ich zwei dünne Scheiben abgeschnitten habe. Man kann aber auch Nackenkoteletts verwenden und diese entbeinen.

Mein Rat: Wer einen Fleischklopfer als Arbeitsgerät sein eigen nennt, sollte die Fleischscheiben durchaus ein wenig flacher klopfen.

Für die Füllung verwende ich einfach Champignons. Dazu Schalotte und Knoblauch. Und frische Kräuter wie Rosmarin und Thymian.

Mein Rat: Selbst zubereitete Semmelbrösel machen die Füllung und auch die Panade authentischer und schmackhafter.

Als Beilage bereite ich einfach in dünne, kurze Scheibchen

geschnittenes Gemüse zu, das ich einige Minuten im siedenden Fett frittiere.

Und noch ein Rat: Ruhig Küchengarn zum Zusammenbinden der Röllchen verwenden, es übersteht den Frittiervorgang unbeschadet.

Zutaten für 1 Person:

Für das Gemüse:

- 1 Wurzel
- ¼ rote Paprika
- ½ kleine Salatgurke
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- ½ Kartoffel
- 10 Buschbohnen
- Salz

Für die Füllung:

- 2 große, weiße Champignons
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zweig Rosmarin
- viele Zweige Thymian
- 1 Ei
- 1 EL Semmelbrösel
- scharfes Rosenpaprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Für die Röllchen:

- 2 Scheiben Schweine-Nackenkamm
- 1 EL Mehl
- 1 Ei
- 3–4 EL Semmelbrösel

- scharfes Rosenpaprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Küchengarn

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 30 Min. | Frittierzeit 8 Min.

Für die Füllung:

Champignons sehr klein schneiden. Schalotte und Knoblauchzehen schälen und ebenfalls sehr klein schneiden. Alles in eine Schüssel geben. Blättchen vom Rosmarin abzupfen und zusammen mit dem Thymian auf einem Schneidebrett kleinweigen. In die Schüssel geben. Ei und Semmelbrösel dazugeben. Mit Paprika, Salz und Pfeffer kräftig würzen. Alles verrühren und die Semmelbrösel etwas quellen lassen.

Für das Gemüse:

Gemüse putzen und je nach Bedarf schälen. Alles in dünne, kurze Scheiben schneiden, Paprika in Streifen, diese dritteln, Bohnen ebenfalls dritteln.

Fett in der Friteuse auf 180 ºC erhitzen.

Zuerst Kartoffelscheiben und Bohnen für eine Minute in das siedende Fett geben. Dann restliches Gemüse dazugeben und weitere zwei Minuten frittieren. Herausnehmen und abtropfen lassen. Auf einen großen Teller geben, salzen und warmstellen.

Für die Röllchen:

Fleischscheiben auf ein Schneidebrett geben und auf jeweils beiden Seiten kräftig mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen. Längs jeweils zwei Stücke Küchengarn unterlegen. Jeweils einen Esslöffel der Füllung in die Mitte der Fleischscheiben geben und aus der Füllung ein dickes Röllchen formen. Fleischscheiben zusammenrollen und mit dem Küchengarn zusammenbinden.

Jeweils auf einen kleinen Teller Mehl, Ei und Semmelbrösel geben. Ei verquirlen. Röllchen zuerst durch das Mehl ziehen, dann durch das Ei und schließlich in den Bröseln wenden. In die Friteuse geben und 5 Minuten frittieren. Herausnehmen, abtropfen lassen und auf den Teller mit dem Gemüse geben. Küchengarn entfernen. Servieren.

Rouladen mit Gemüsefüllung in Tee-Sauce mit Chili-Knödeln

Angerichtet

Beim Fleisch für die Rouladen habe ich diesmal die preiswerte Variante gewählt. Ich habe Schweine-Nackenkamm verwendet. Man kauft entweder Nackenkamm-/kotelett ohne Knochen am Stück und schneidet für die Rouladen dünne Fleischscheiben ab. Oder man kauft drei etwas dickere Nackenkoteletts und schneidet diese

mit einem sehr scharfen Messer in zwei dünne Scheiben. Mein Rat hierbei: Nackenkoteletts kurz in den Tiefkühlschrank geben und anfrieren lassen. So kann man sie besser schneiden.

Überbackene Rouladen mit würzig-aromatischer Füllung

Für die Füllung habe ich verschiedenes Gemüse verwendet. Ich habe noch einige Sardellenfilets und Parmesan für etwas mehr Geschmack hinzugegeben. Die Zutaten habe ich mit dem Pürierstab püriert, damit sie eine sämige Füllung ergeben. Ein Ei und etwas Semmelbrösel geben Bindung und Stabilität.

Knödel mit herrlich aromatischer Sauce

Bei der Sauce habe ich etwas ausprobiert. Ich hatte Tee vorrätig, der einen geringen Zusatz von Heidelbeer- und Granatapfelsaft enthielt. Der Zusatz beträgt bei beiden Säften jeweils 1,5 % der Füllmenge. Und immerhin ist es ein Bio-Getränk, die Flasche trägt ein Bio-Siegel und sowohl Tee als auch Heidelbeer- und Granatapfelsaft sind aus Bio-Produktion. Ich bin Kaffeetrinker, kein Teetrinker. Also habe ich den Tee zum Kochen verwendet. Ich habe 1 l Tee in einem kleinen Topf auf etwa 2 cl Flüssigkeit reduziert, so dass nur noch ein sämiger, fruchtiger Sirup übrig bleibt. Diesen verfeinere ich mit etwas Sojasauce. Gebe angedünstete Schalotte und Knoblauch hinzu. Und erhalte somit eine süß-aromatische Sauce, die gut zu den Rouladen passt.

Als Beilage wähle ich die vor kurzem zubereiteten, eingefrorenen Chili-Knödel, womit neben der Zugabe zur Füllung der Rouladen auch die frisch hergestellten Semmelbrösel ihre Verwendung finden.

Zutaten für 2 Personen:

Für die Rouladen:

- 600 g Schweinenackenkamm
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- 6 EL Fleischfond
- 50 g geriebener Gouda
- Küchengarn

Für die Füllung:

- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 2 braune Champignons
- ¼ rote Paprika
- 1 Schale Fenchel
- 2 grüne Bohnen
- ein Stück Zucchini
- ein Stück Kohlrabi
- 6 Sardellenfilets
- 1 TL Senf
- etwas Parmesan
- 3 EL Semmelbrösel
- 1 Ei

Für die Sauce:

- 1 l Schwarzer Tee mit Heidelbeer- und Granatapfelsaft
- ½ TL dunkle Sojasauce
- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe

Für die Chili-Knödel:

- 6 Chili-Knödel (Rezept siehe hier)

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 40 Min | Garzeit 50 Min.

Für die Sauce:

Tee in einem Topf erhitzen. Unzugedeckt etwa 20 Minuten fast vollständig reduzieren, bis nur noch ein wenig sämiger Sirup übrig ist. Währenddessen Schalotte und Knoblauchzehe schälen und kleinschneiden. Butter in eine Pfanne geben und Schalotte und Knoblauch darin andünsten. Zum Sirup geben. Sojasauce dazugeben. Alles verrühren. Warmstellen.

Für die Füllung:

Gemüse putzen, evtl. schälen und sehr klein schneiden. Sardellenfilets ebenfalls kleinschneiden. Alles in eine Schüssel geben. Senf dazugeben. Etwas Parmesan mit einer feinen Küchenreibe hineinreiben. Alles mit dem Pürierstab fein pürieren. Semmelbrösel dazugeben. Ebenfalls das Ei. Alles gut vermischen.

Für die Rouladen:

Jeweils drei Fleischscheiben längs nebeneinander auf ein Arbeitsbrett geben. Jeweils zwei Küchengarne längs unter jede Fleischscheibe ziehen. Fleischscheiben salzen und pfeffern. Jeweils einen Esslöffel der Füllung in die Mitte einer Fleischscheibe geben, zu einem quaderförmigen Päckchen formen und Fleischscheibe zusammenrollen. Mit dem Küchengarn gut verschnüren. Rouladen nebeneinander in eine mittlere Auflaufform geben. Fond in die Auflaufform geben. Gouda über die Rouladen streuen.

Backofen auf 220 ºC Umluft erhitzen. Auflaufform auf mittlerer Ebene für 30 Minuten hineingeben.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Knödel in siedendem Fond in einem Topf erhitzen.

Nach dem Garen im Backofen in der Auflaufform

Auflaufform aus dem Backofen nehmen und jeweils drei Rouladen auf zwei Teller geben. Ausgelaufene Füllung aus der Auflaufform mit zu den Rouladen geben. Jeweils drei Knödel zu den Rouladen geben. Sauce nur über die Knödel geben, nicht über den gebräunten Käse. Vor dem Essen müssen natürlich zuerst vorsichtig die Küchengarne unter dem geschmolzenen Käse entfernt werden.

Schweinenacken in süß-scharfer Curry-Sahne-Sauce mit Cellentani

Krosser Schweinenacken, Pasta und viel Sauce

Ein Gericht ganz nach dem Motto meines Foodblogs. Diesmal in einer süß-scharfen Variante. Honig liefert die Süße, eine rote Chilischote die Schärfe. Dazu noch scharfes Curry für die Sauce. Sahne mildert etwas die Schärfe und bindet die Sauce. Und dazu Cellentani als Pasta.

Zutaten für 1 Person:

- 350 g Schweinenacken
- 1 ½ Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 1 rote Chilischote
- 300 ml Fleischfond
- 100 ml Sahne
- 2 TL Honig
- 1 TL Hot Madras Curry Powder
- ½ TL gemahlener Kreuzkümmel
- 3 Lorbeerblätter
- Salz
- schwarzer Pfeffer

- Olivenöl
- Cellentani

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 1 Std.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Chilischote in Ringe schneiden. Lauchzwiebel putzen und ebenfalls in Ringe schneiden.

Schweinenacken auf allen Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einem Topf erhitzen und Schweinenacken auf allen Seiten kross anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben.

Zwiebel, Knoblauch und Lauchzwiebel in den Topf geben und andünsten. Chili dazugeben. Dann Honig. Fond dazugeben. Mit Currypulver und Kreuzkümmel würzen. Lorbeerblätter dazugeben. Schweinenacken wieder in den Topf geben und zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen. Nach 30 Minuten den Schweinenacken wenden.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Cellentani nach Anleitung zubereiten.

Mit viel süß-scharfer Sauce auf dem Teller

Lorbeerblätter aus der Sauce nehmen. Sahne hinzugeben und verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Schweinenacken herausnehmen, auf ein Arbeitsbrett geben und tranchieren. Fleischscheiben auf einen Teller geben. Pasta dazugeben und großzügig von der Sauce darüber verteilen.

Nackenkotelett in Pilz-Cognac-Rahm-Sauce mit grünen Bohnen und Petersilienkartoffeln

Kotelett, Bohnen und Kartoffeln mit Pilzen und viel Sauce

Ein bodenständiges Essen. Hätte ich die beabsichtigte Pasta dazu zubereitet, würde es so richtig zu meinem Foodblog passen, Fleisch, Nudeln und Sauce. Da ich aber noch grüne Bohnen vorrätig hatte, die verbraucht werden mussten, habe ich diese zubereitet. Und Petersilienkartoffeln passen da ja auch gut dazu. Pasta gibt es demnächst, mit einer Sardellen-Knoblauch-Sauce.

Zutaten für 2 Personen:

- 500 g Nackenkotelett am Stück (mit Knochen)
- 10 grüne Bohnen
- 4–5 Kartoffeln
- 100 g Waldpilze (Pfifferlinge, Steinpilze, Austernpilze, Butterpilze, Maronenröhrlinge)
- 3 Knoblauchzehen
- 1 grüne Peperoni
- 150 ml Cognac
- 300 ml Gemüsefond
- 3 EL Crème fraîche
- 2 frische Lorbeerblätter
- etwas Petersilie
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 1 Std. 30 Min.

Knoblauchzehen schälen, Peperoni putzen. Beides kleinschneiden. Pilze grob zerkleinern. Nackenkotelett auf allen Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einem großen Topf erhitzen und Nackenkotelett auf allen Seiten kross anbraten. Kotelett herausnehmen. Knoblauch, Peperoni und Pilze im Öl anbraten. Kotelett wieder hinzugeben. Mit Cognac ablöschen und flambieren. Fond dazugeben. Dann Crème fraîche. Lorbeerblätter dazugeben. Zugedeckt bei geringer Temperatur 1

Stunde köcheln. Dann für mehr Geschmack unzugedeckt bei mittlerer Temperatur etwa 15–30 Minuten auf 2/3 der Sauce reduzieren.

Währenddessen Kartoffeln schälen. Bohnen putzen und in grobe Stücke schneiden. Wasser in einem Topf erhitzen und Bohnen darin 10 Minuten garen. Herausnehmen und warmstellen. Kartoffeln im gleichen Kochwasser etwa 10–12 Minuten garen. Herausnehmen, etwas abkühlen lassen und grob zerkleinern. Petersilie kleinwiegen. Butter in einer Pfanne erhitzen, Kartoffeln darin schwenken, Petersilie dazugeben und alles vermengen.

Lorbeerblätter aus der Sauce herausnehmen. Sauce abschmecken. Nackenkotelett herausnehmen und Knochen entfernen. Tranchieren und auf zwei Teller verteilen. Kartoffeln und Bohnen dazugeben. Pilz-Cognac-Rahm-Sauce ebenfalls dazugeben.