

# Gnocchi mit Hamburger gree Sooss



Mit viel frischen Wildkräutern

Ich habe Anleihe an dem traditionellen, regionalen Gericht in Frankfurt und Umgebung, also Hessen, genommen, der Grünen Sauce, dort mundartlich gree Sooss genannt. Sie wird aus 7 Kräutern zubereitet und u.a. zu Fleisch, Fisch und anderem gereicht.



## Wildkräuter aus dem Alten Land

Also, wir in Hamburg können auch so eine gree Sooss! Ich habe dazu zwei große Portionen Wildkräuter aus dem Alten Land nahe bei Hamburg gekauft und zu solch einer grünen Sauce verarbeitet. Einfach kleinschneiden, in etwas Riesling einige Minuten garen und mit Parmigiano Reggiano und Olivenöl verfeinern.

Die grüne, sehr schlotzige Sauce ist sehr würzig und schmackhaft.

Und dazu gibt es selbst zubereitete Gnocchi aus Kartoffeln.

Genießen Sie es!

*Für die Gocchi:*

- [Grundrezept](#)

*Für die Sauce:*

- 2 Portionen Wildkräuter
- 150 g Parmigiano Reggiano
- 4 Knoblauchzehen
- Riesling
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.*



Sehr schlotzige Sauce

Gnocchi nach dem Grundrezept zubereiten.

Wildkräuter putzen, klein schneiden und in eine Schüssel geben.

Knoblauch putzen, schälen, mit einem großen Messer platt drücken und klein schneiden. In eine Schale geben.

Parmigiano Reggiano, aufgrund der Menge, in der Küchenmaschine fein reiben. In eine Schale geben.

Öl in einem Topf erhitzen. Knoblauch kurz darin andünsten.

Kräuter dazugeben und ebenfalls kurz andünsten. Dann einen guten Schluck Riesling dazugeben. Wildkräuter zugedeckt bei geringer Temperatur fünf Minuten köcheln lassen. Riesling komplett verkochen.

Käse dazugeben und alles gut vermischen.

Noch eine große Portion Olivenöl für mehr Schlotzigkeit dazugeben und verrühren.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Sauce abschmecken.

Gnocchi zur Sauce geben und alles gut vermengen.

Gnocchi mit Sauce auf zwei tiefe Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **FrISChe Tagliatelle mit Pesto Genovese**



Ein einfaches Gericht. Zu dem es weniger Zutaten bedarf.

Ich habe die Pasta leider nicht selbst frisch zubereitet. Denn immer noch fehlt mir eine Nudelmaschine, die ich mir einmal zulegen will.

Aber ich habe frische Pasta in der Packung gekauft. Das merkt man daran, dass sie nur eine Garzeit von 4 Minuten hat.

Dazu gibt es ein Pesto Genovese. Hauptbestandteile sind Basilikum, Pinienkerne, Cashewnüsse, Parmigiano Reggiano und viel Olivenöl.

Das Gericht ist übrigens aufgrund des verwendeten veganen Hartkäses vegan.

Als Besonderheit habe ich wieder tiefe Pastateller zur Verfügung.

Mein beiden tiefen Pastateller, die ich für solche Gerichte verwendet habe, waren mir vor Wochen aus der Hand geglitten

und auf den Boden gefallen. Natürlich zerbrochen.

Jetzt habe ich über das Nachbarschaftsnetzwerk nebenan.de eine entfernte Nachbarin gefunden, die zwei tiefe Pasta-Teller zur Verfügung und keine Verwendung mehr dafür hatte und sie mir für lau überließ. Danke, Lia! Ich habe mit diesem Nachbarschaftsnetzwerk wirklich schon sehr gute Erfahrungen gemacht, so haben mein Bruder und ich vor kurzem eine Nachbarschaftshilfe für meine alte Mutter über dieses Netzwerk gefunden.

*Für 2 Personen:*

- 500 g frische Tagliatelle
- 1 Topf frischer Basilikum
- eine Portion Cashewnüsse
- eine Portion Pinienkerne
- veganer Parmigiano Reggiano
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 5 Min.*



Basilikum grob zerkleinern.

Nüsse und Kerne in einer Küchenmaschine fein häckseln.

Hartkäse auf einer Küchenreibe fein in eine Schale reiben.

Eine große Portion Olivenöl in einem Topf auf dem Herd erhitzen.

Basilikum, Nüsse und Kerne dazugeben und kurz andünsten.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Mit dem Pürierstab fein pürrieren.

Käse dazugeben und alles gut vermischen.

Pesto abschmecken.

Pasta in leicht gesalzenem, kochendem Wasser vier Minuten garen.

10 Esslöffel des Kochwassers zum Pesto geben.

Pasta zum Pesto geben und alles vermischen.

Pasta mit Pesto auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Mit frisch geriebenem Hartkäse garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **In Butter geschwenkter Brokkoli mit Käse-Reis**



Auch hier wieder ein passendes Gericht für den Sommer.

Leicht, schmackhaft, gut verdaulich und passend zur Hitze des Sommers.

Wenn Sie anstelle des Gouda und des Parmigiano Reggiano sogar noch veganen Hartkäse verwenden, haben Sie sogar ein schmackhaftes, veganes Gericht.

Die Brokkoli werden einfach in Röschen zerteilt, kurz vorgegart und dann nochmals in Butter geschwenkt.

Zum Reis kommen sowohl zwei Käsesorten als auch kleingewiegte Petersilie.

Fertig ist ein leichtes Sommergericht.

*Für 2 Personen:*

- 2 Brokkoli
- 1/2 Tasse Parboiled-Reis
- ein Stück Parmigiano Reggiano
- ein Stück mittelalter Gouda
- eine Portion frische Petersilie
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Butter

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.*



Reis in der dreifachen, leicht gesalzenen Menge Wasser in einem Topf auf dem Herd 15 Minuten garen.

Brokkoli putzen und in kleine Röschen zerteilen.

Wasser in einem großen Topf erhitzen und Röschen darin einige Minuten vorgaren.

Herausnehmen und in eine Schüssel geben.

Käse auf einer Küchenreibe fein in eine Schüssel reiben.

Petersilie kleinwiegen und dazugeben.

Kurz vor Ende der Garzeit eine große Portion Butter in einer Pfanne erhitzen.

Röschen hineingeben, erhitzen und gut durch die Butter schwenken.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Reis in die Schüssel mit Käse und Petersilie geben und alles gut vermischen.

Jeweils einen Eierring auf einen Teller stellen und Reismischung hineingeben und festdrücken.

Eierringe entfernen.

Röschen auf die beiden Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Käsespätzle



Einfache Käsespätzle. Mit Spätzle als Convenience-Produkt. Und frisch geriebenem Parmigiano Reggiano.

Also kein besonderes Rezept.

Aber schmackhaft. Und eben schnell in der Pfanne zubereitet.

*Für 2 Personen:*

- 800 g Käsespätzle (2 Packungen à 400 g)
- 100 g frisch geriebener Parmigiano Reggiano
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: 10 Min.*



Öl in einer Pfanne erhitzen und Spätzle darin 6 Minuten goldgelb und kross anbraten.

Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.

Käse dazugeben und alles gut vermischen.

Nochmals einige Minuten unter Rühren braten.

Auf zwei Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Mit Risotto gefüllte Paprika



Schlotzig, dieses Mal in der Paprikaschote

Für ein gutes Risotto braucht man nicht viel. Guten Risotto-Reis, also Mittelkornreis. Dann pro 125 g Reis etwa 500 ml Flüssigkeit, wahlweise für das erste Ablöschen einen trockenen Weißwein, dann aber Gemüsebrühe. Letztere am besten natürlich selbst zubereitet aus Gemüseabfällen, alternativ auch Gemüsebrühe aus Pulver oder Würfeln. Ein Risotto braucht etwa 20 Minuten Garzeit.

Und es muss schlotzig sein, darf also nicht zu flüssig sein,

und auch nicht zu kompakt.

Dazu braucht ein gutes Risotto am Schluss der Zubereitung eine große Portion Butter. Und dann noch viel frisch geriebenen Parmigiano Reggiano oder einen anderen Parmesankäse. Ein Risotto braucht man meistens dann nicht mehr würzen, die Brühe bringt genügend Würze mit. Und auch der Käse hilft da natürlich dabei.

Für die genaue Zubereitung verweise ich auf das Grundrezept für ein Risotto.

*Für 2 Personen:*

*Für das Risotto:*

- [Grundrezept](#)

*Zusätzlich:*

- 2 rote Paprika

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 3 Min. | Garzeit 20 Min.*



Leckeres, würziges, sämiges Risotto

Die Paprika vom Strunk befreien.

Dann mit einem großen Messer vorsichtig jeweils den Deckel entfernen, aber diesen aufbewahren.

Paprika innen von Kernen befreien.

Risotto nach dem Grundrezept zubereiten.

Parallel dazu Wasser in einem großen Topf erhitzen und Paprika und Deckel darin etwa 6 Minuten garen.

Paprika auf zwei Teller stellen.

Risotto in die beiden Paprika füllen.

Restliches Risotto auf die beiden Teller verteilen.

Deckel dekorativ auf die beiden Teller drapieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Lasagne

Eine frische Lasagne zuzubereiten ist einfach.



Schmeckt immer wieder gut

Sie brauchen dazu nur vier Zutaten.

Zuerst einmal die *Lasagneplatten*, also die Pasta.

Dann eine *Hackfleisch-Tomaten-Sauce*. Hier können Sie nach Belieben selbst eine Sauce kreieren, denn meines Wissens ist für eine originale Lasagne keine bestimmte Sauce vorgeschrieben.

Dann eine *Béchamel-Sauce*. Diese sollte original sein. Hier im Foodblog finden Sie ein Grundrezept dazu. Aber sie ist auch einfach erklärt, denn sie besteht in der Grundversion nur aus

Butter, Mehl und Milch. Und einigen Gewürze wie Salz und weißer Pfeffer.

Zum Schluss benötigen Sie noch geriebenen Käse. Meine Wahl, einen alten Parmigiano Reggiano dazu fein in eine Schüssel zu reiben und zu verwenden, war schlecht. Der er verbindet sich zwar in der Lasagne mit den beiden Saucen und gibt Würze und Geschmack. Aber auf der Lasagne verschmilzt er leider nicht und gibt keine schmackhafte Käsekruste. Also verwenden Sie besser einen Mozzarella, oder auch einen Gouda, Edamer oder Greyezer.

Wenn Sie diese vier Grundzutaten für ein Lasagne parat bzw. zubereitet haben, versuchen Sie die Zubereitung der Lasagne in einer großen Auflaufform im Backofen. Sie werden sehen, sie gelingt gut und ist sehr schmackhaft. Wieder ein Gericht, bei dem Sie frisch zubereiten und auf Convenience verzichtet haben.

In meinem Foodblog finden Sie übrigens noch diverse andere Lasagne-Rezepte, so mit Innereien, Pferdefleisch oder Insekten. Nicht jedermanns Sache, aber auch schmackhaft.

*Für 2 Personen:*

- 6 Lasagneplatten
- Olivenöl

*Für die Hackfleisch-Romaten-Sauce:*

- 250 g Hackfleisch
- 1 Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 400 ml passierte Tomaten (Packung)
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 1/2 Topf Basilikum

*Für die Béchamel-Sauce:*

- [Grundrezept](#)

*Für den Käse:*

- 50 g Parmigiano Reggiano (Korrektur: Besser ein anderer Käse zum Schmelzen)

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit: 30 Min.*



Leider den falschen Käse verwendet

*Für die Hackfleisch-Tomaten-Sauce:*

Zwiebel, Lauchzwiebel und Knoblauch putzen, gegebenenfalls schälen, kleinschneiden und in eine Schüssel geben.

Basilikum kleinschneiden

Öl in einem Topf erhitzen.

Hackfleisch und Gemüse darin einige Minuten anbraten.

Passierte Tomaten dazugeben.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker kräftig würzen.

Basilikum dazugeben. Noch etwas köcheln lassen. Sauce abschmecken. Dann von der Herdplatte nehmen.

Béchamel-Sauce nach dem Grundrezept zubereiten.

Käse auf einer Küchenreibe fein in eine Schale reiben.

Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze erhitzen.

Eine große Auflaufform mit etwas Olivenöl mit dem Kochpinsel einpinseln.

Nun drei Male in Folge die folgenden Zutaten übereinander geben:

Längs zwei Lasagneplatten nebeneinander hineinlegen. Dann Hackfleisch-Tomaten-Sauce darauf geben. Dann von der Béchamel-Sauce. Und schließlich vom Käse. Dann wieder zwei Lasagneplatten, ...

Auflaufform für 30 Minuten auf mittlerer Ebene in den Backofen geben.

Vor dem Herausnehmen prüfen Sie mit einer Gabel, ob die Lasagneplatten durchgegart sind oder ob die Lasagne noch 10 Minuten mehr braucht.

Herausnehmen. Jeweils einen Teil auf einen Teller geben.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Spaghetti Carbonara

Sie kennen das sicherlich selbst. Sie haben einen arbeitsreichen Alltag hinter sich und kommen spät nach Hause. Oder Sie waren auf einer Veranstaltung oder einer Feier oder Party, kommen sehr spät nach Hause, haben aber dennoch Hunger und wollen sich etwas zu Essen zubereiten.



Trotz Convenience-Produkt schmackhaft und lecker  
Dann darf es nicht so lange dauern. Da hat man keine drei Stunden Zeit, um einen Rinderbraten zu schmoren. Oder einen Auflauf zuzubereiten, der im Backofen noch eine Stunde benötigt.

Da muss es schnell gehen. Und in möglichst kurzer Zeit etwas dennoch Schmackhaftes auf den Tisch kommen.

Und da greift man eben auch gern einmal zu einem Convenience-Produkt. Wer hätte das nicht auch schon einmal getan. Ich natürlich eingeschlossen.

Aus diesem Grunde bereite ich hier Spaghetti Carbonara zu. Und jetzt werden Sie sagen, das ist ja keine richtige Zubereitung und dafür bedarf es keines Rezeptes. Im Grund haben Sie recht. Aber es gibt eben sehr viele Menschen, die nicht viel Zeit vor dem Herd verbringen und dagegen eher für die kurzen, schnellen Gerichte – auch mit Convenience-Produkten – aufgeschlossen sind. Und für genau diese ist dieses Rezept gedacht.

Also, bei der Beilage habe ich es noch recht professionell gemacht. Echte italienische Spaghetti, von einem namhaften italienischen Hersteller. Gut soweit.

Dann jedoch die Sauce. Ein Convenience-Produkt aus dem Glas. Benannt „Pastasauce Carbonara“. Wer jetzt sagt, das kann doch nichts Gutes werden, trifft nicht immer ins Schwarze.

Gut, die Sauce besteht zum größten Teil aus Sahne. Dann etwas Schinken. Und viel Knoblauch. Und noch einigen weiteren, mengenmäßig geringeren Zutaten. Allerdings strotzt sie vor Stärke und Stabilisatoren. Also etwas, das dem Hersteller anscheinend wichtig war, damit die Sauce sämig daherkommt. Aber das kann man auch anders erreichen als Stärke wie Kartoffelmehl oder ähnliches in eine Sauce zu geben.

Aber Convenience ist nicht gleich Convenience. Ich habe mit dieser Sauce ein gutes Produkt gekauft. Es zeigte sich beim Genießen der Pasta mit der Sauce, dass das Gericht durchaus mundete. Und mein Magen hat sich auch nicht beschwert. Geben Sie es zu, Sie greifen auch einmal zu einem Pesto aus dem Glas, kochen Pasta, mischen beides miteinander und servieren dann dieses Gericht!?

Jetzt schreibe ich hier noch einen kurzen Satz für die absoluten Frischeliebhaber, Convenience-Verächter und Hobby-Köche, die viel Zeit vor dem Herd verbringen: Suchen Sie in meinem Foodblog nach einem Rezept für originale Spaghetti Carbonara. Sie werden fündig werden und ein originales Rezept mit nur wenigen frischen Zutaten finden. Wohl bekomms!

*Für 2 Personen:*

- 350 g italienische Spaghetti
- 600 ml Pastasauce Carbonara (2 Gläser à 300 ml)
- Parmigiano Reggiano

*Zubereitungszeit: 9 Min.*



Leckerer Gericht mit einigen Schwächen

Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 9 Minuten garen.

Sauce in den letzten 4 Minuten der Garzeit der Pasta in einem Topf erhitzen und etwas köcheln lassen.

Pasta zur Sauce geben.

Zum Verlängern der Sauce gern einige Esslöffel des Kochwassers in die Sauce geben.

Pasta und Sauce gut miteinander vermischen.

In zwei tiefe Pastateller verteilen.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Spaghetti mit Wurzelgrün-Pesto

Für das Wurzelgrün von Wurzeln gibt es mehrere Verwendungszwecke. Also auf keinen Fall einfach nur abschneiden und in den Bio-Müll entsorgen!



Leckeres Pasta-Gericht

Zunächst einmal kann man es als Zutat für die Zubereitung eines Gemüsefonds verwenden, wenn man dabei Gemüseabfälle

nutzt.

Oder man kann das Kraut erst an der Luft einige Tage trocknen, es dann kleinschneiden und als Gewürzkraut verwenden. Dazu gibt es auch eine Beschreibung in diesem Foodblog.

Am raffiniertesten ist es jedoch, das Wurzelgrün für ein Pesto zu verwenden. Mit einer leckeren Pasta dazu.

Am besten püriert man das gegarte Wurzelgrün mit dem Pürrierstab fein. Und gibt noch viel frisch geriebenen Parmigiano Reggiano dazu. Das Pesto hat erwartungsgemäß einen kräftigen, würzigen und herben Geschmack, wie man es vom Kraut von Wurzeln erwarten würde. Aber es ist sehr schmackhaft und eine Abwechslung zu Pesto mit Basilikum, Avocado, Zucchini und Konsorten.

Hier ist das Rezept dazu.

*Für 2 Personen:*

- 350 g Spaghetti
- Wurzelgrün von einem Bund Wurzeln
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- Sauvignon blanc
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 50 g Parmigiano Reggiano
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.*



Mit viel Parmigiano Reggiano  
Parmigiano Reggiano auf einer Küchenreibe fein in eine Schale reiben.

Wurzelgrün kleinschneiden.

Öl in einem kleinen Topf erhitzen.

Wurzelgrün darin einige Minuten anbraten. Mit der Sahne und einem Schuss Weißwein ablöschen.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Mit dem Pürierstab fein pürieren.

Parmigiano Reggiano dazugeben.

Alles gut vermischen. Kurz köcheln lassen.

Parallel dazu Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 9 Minuten garen.

Pesto abschmecken.

Pasta zum Pesto geben.

Einige Esslöffel des Kochwassers der Pasta dazugeben.

Alles gut vermischen.

Pasta mit Pesto auf zwei tiefe Nudelteller verteilen.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Schmale Bandnudeln mit Romanesco-Pesto



Mit frischem Romanesco

Romanesco habe ich vor etwa 26 Jahren bei einem Aufenthalt in Schleswig-Holstein kennengelernt und etwas nettes damit erlebt. Aber das ist eine andere Geschichte ...

Romanesco ist der grüne Bruder des weißen Blumenkohls. Aber da er eine eigene Art ist, hat er einen eigenen Namen und ist von Form und Geschmack her ein wenig anders.

Aber erst ist eine Kohlsorte und hat den typischen Kohlgeschmack.

Meistens gart man ihn in kochendem Wasser. Man kann ihn aber auch braten oder frittieren.

Er eignet sich aber auch für ein Pesto, für das man ihn sehr klein schreddert, am besten in der Küchenmaschine.

Dann brät man ihn in ausreichend Olivenöl an, gibt noch kleingeschnittenen Knoblauch hinzu und würzt alles kräftig mit Paprika, Ingwer und Kurkuma.

Für mehr Flüssigkeit und um den Romanesco auch anständig zu garen, wird er zunächst mit einem guten Schluck Sauvignon blanc abgelöscht und dann darin gegart.

Zum Schluss kommen aber noch zwei Schöpflöffel des Kochwassers der Pasta hinzu, um das Pesto zu verlängern.

Und natürlich ein gutes Stück Parmigiano Reggiano, der frisch gerieben wird und das Pesto verfeinert und schlotziger macht.

*Für 2 Personen:*

- 1 Romanesco
- 4 Knoblauchzehen
- 2 TL geriebener Ingwer
- 2 TL Kurkuma
- 2 TL Paprika

- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Sauvignon blanc
- 2 Schöpflöffel Pasta-Kochwasser
- 375 g schmale Bandnudeln
- Olivenöl
- 50 g Parmigiano Reggiano

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 12 Min.*



Mit schmalen Bandnudeln

Romanesco putzen und den harten Strunk entfernen.

Röschen jeweils mit dem Stiel abschneiden.

Alle Röschen in der Küchenmaschine grob zerschreddern.

Knoblauch putzen, schälen, mit einem breiten Messer flach

drücken und kleinschneiden.

Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 12 Minuten garen.

Öl in einem Topf erhitzen.

Romanesco und Knoblauch hineingeben und anbraten.

Mit einem guten Schluck Weißwein ablöschen.

Mit Ingwer, Kurkuma, Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker kräftig würzen.

Alles vermischen und bei mittlerer Temperatur kurz köcheln lassen.

2 Schöpflöffel des Kochwassers der Pasta dazugeben.

Parmigiano Reggiano auf einer Küchenreibe fein in eine Schale reiben. Dazugeben.

Alles gut vermischen und noch kurz köcheln lassen. Abschmecken.

Pasta durch ein Küchensieb geben und das Kochwasser abschütten.

Pasta zum Pesto geben.

Alles gut miteinander vermischen.

Pasta mit Pesto auf zwei tiefe Pasta-Teller verteilen.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Pikante Hefeklöße mit Parmigiano Reggiano und Tomatensauce



Mit Parmesan gefüllt

Eine Zubereitung von Hefeklößen, bei der ich gern auf das Grundrezept für Dampfnudeln verweise. Denn dort habe ich die Zubereitung schön unterteilt für Vorteig, Hefeteig und Braten beschrieben. Besser könnte ich es hier nicht wiederholen.

Ich bereite keine großen Dampfnudeln zu, sondern eher kleinere Hefeklöße.

Allerdings habe ich mich bei der Zubereitung etwas verkalkuliert. Ich habe die Kraft der Hefebakterien unterschätzt. Und hätte die Hefeklöße doch lieber noch kleiner formen sollen.

Denn die Hefe treibt wirklich kräftig und die Hefeklöße sind dann doch etwas größer geworden, als ich sie geplant habe.

Nichtsdestotrotz orientieren Sie sich gern am Grundrezept für Dampfnudeln und bereiten Sie auf diese Weise die Hefeklöße zu.

Die Variationen, die ich vornehme, sind zum einen der Vorgang, dass ich Parmigiano Reggiano fein in eine Schale reibe und die Klöße damit fülle.

Und zum anderen, dass ich die pikanten Käse-Hefeklöße mit heißer Tomatensauce serviere.

Wenn Sie möchten, können Sie die passierte Tomatensauce aus der Packung gern vor dem Erhitzen und Servieren noch mit Salz und Pfeffer würzen. Notwendig ist es aber nicht.

Am besten schmeckt natürlich die salzige Kruste der Hefeklöße, die ich am liebsten esse. Und die bei mir Erinnerungen an meine Kindheit hervorrufen.

Noch ein Rat bei der Zubereitung der Hefeklöße: Arbeiten Sie beim Zubereiten des Teigs und dann der Klöße immer mit etwas Mehl, mit dem Sie Ihre Hände bestäuben. Damit können Sie den Teig besser handhaben und er klebt nicht so sehr an den Händen fest. Das gleiche betrifft natürlich auch das Aufgehenlassen des Teiges auf einem Backblech oder das weitere Bearbeiten auf einem großen Schneidebrett. Immer mit Mehl bestäuben.

*Für 2 Personen:*

*Für die Hefeklöße:*

- [Grundrezept](#)

*Zusätzlich:*

- 50 g Parmigiano Reggiano
- 100 ml passierte Tomatensauce (Packung)

*Zubereitungszeit: siehe Grundrezept*



Krosser, salziger Boden

Hefeklöße nach dem Grundrezept zubereiten. Bitte die Hälfte der dort jeweils beschriebenen Mengen verwenden, Sie erhalten damit etwa 6 kleine Hefeklöße. Dies ergibt eine kleine Mahlzeit mit 3 Hefeklößen pro Person.

Einzigste Variante bei der Zubereitung: Vor dem Aufgehen lassen der Hefeklöße den Parmigiano Reggiano fein mit einer Küchenreibe in eine Schale reiben.

Hefeteig portionsweise von der großen Rolle abschneiden und in den bestäubten Händen zu einer flachen, runden Scheibe drücken. In der Mitte eine Kuhle hineindrücken. Etwas Käse hineingeben, Klob an den Rändern zusammenklappen und mit den Händen zu einer Kugel formen. Dann mit dem Grundrezept weiterverfahren.

Kurz vor dem Anrichten und Servieren der Hefeklöße Tomatensauce in einer Schale 1 Minute bei 800 Watt in der Mikrowelle erhitzen.

Jeweils drei Hefeklöße auf einen Teller geben.

Dann jeweils einen Esslöffel Tomatensauce über einen Hefeklob

geben.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Pappardelle mit Pesto rustico



Würzig und lecker

„Pasta mit Pesto. Das ist ja wie eine Woche ohne Montage. ... Mmmh, lecker! Wer braucht schon Montage!“ Frei nach der Werbung eines bekannten Weinanbieters.

Aber dieses Rezept ist ganz nach der italienischen Küche.

Zuerst einmal italienische Pasta, und zwar Pappardelle. Eine meiner Lieblings-Pastas. Ich habe gleich einen 1-kg-Sack davon gekauft. Reicht somit 3 Mal für 2 Personen.

Dann ein echt italienisches Pesto. Zubereitet aus frischen Zutaten. Grob zerkleinert mit dem Stampfgerät.

Ja, wenn da nicht die roten Chili-Schoten wären. Chili-Schoten sind auch nicht mehr das, was sie früher einmal waren. Ich wollte dieses Gericht einmal ausnahmsweise sehr scharf haben. Ganz nach dem Grundsatz von Schärfe-Liebhabern: „Es muss brennen!“ ☐

Aber die beiden verwendeten, roten Chilis zaubern leider nur eine leichte Schärfe in das Gericht. Jeder Schuljunge würde dieses Pastagericht liebend gerne esse. Wenn man scharf mag, muss man anscheinend doch zu Habañeros oder Bih Jolokias greifen. ☐

*Für 2 Personen:*

*Für das Pesto:*

- 1 große Tomate
- 1/4 rote Paprika
- 1/4 gelbe Paprika
- ein Stück Aubergine
- ein Stück Zucchini
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 rote Chili-Schoten
- etwas frische Petersilie
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

*Für die Pasta:*

- 350 g Pappardelle
- Salz
- Parmigiano Reggiano

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.*



Mit leckerer Pappardelle

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und sehr klein schneiden.

Öl in einem kleinen Topf erhitzen und Gemüse darin anbraten.

Salzen und pfeffern.

Unter Rühren fünf Minuten kräftig braten lassen.

Mit dem Stampfgerät grob zerstampfen.

Pesto abschmecken.

Parallel dazu Pasta in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 7 Minuten garen.

Pasta durch ein Küchensieb absieben, aber das Kochwasser auffangen.

Etwa 10 Esslöffel des Kochwassers zum Pesto geben und dieses damit verlängern.

Pasat zum Pesto geben. Alles gut vermischen.

Pasta mit Pesto auf zwei tiefe Pasta-Teller verteilen.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Schmale Bandnudeln mit Tomate-Paprika-Kürbis-Pesto



Schmale Bandnudeln

In Italien weiß man, wie man kocht. Man benötigt nur Pasta und Pesto.

Das Pesto wird frisch zubereitet, wie in diesem Rezept.

Zum Verfeinern und passend zur Jahreszeit gebe ich noch frischen, feingeriebenen Hokkaido-Kürbis in das Pesto.

Alternativ kann man zu einem fertigen Pesto aus dem Glas greifen, das eine gute Qualität haben sollte.

Ebenso wie die Pasta.

Das Pesto in diesem Rezept finden Sie sicherlich auch bei Ihrem Supermarkt. Schauen Sie nach einem Pesto Rosso. Auf diese Weise sparen Sie sich die frische Zubereitung.

Aber halt, langsam, frisch zubereitet schmeckt immer besser. Und ist auch bekömmlicher!

*Für 2 Personen:*

- 350 g schmale Bandnudeln

*Für das Pesto:*

- 100 g getrocknete Tomaten (Packung)
- 1/2 roter Paprika
- ein Stück Hokkaido-Kürbis
- 2 Knoblauchzehen
- ein Stück Parmigiano Reggiano
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 8 Min.*



Mit fruchtigem Tomaten-Paprika-Pesto

Getrocknete Tomaten in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben und einige Stunden einweichen lassen.

Paprika putzen und entkernen.

Kürbis auf einer Küchenreibe fein in eine Schale reiben.

Knoblauch putzen und schälen.

Parmigiano Reggiano auf einer Küchenreibe fein in eine Schale reiben.

Alle Zutaten für das Pesto in eine Küchenmaschine geben.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Einen guten Schluck Olivenöl dazugeben.

Alles zu einem stückigen Pesto zermahlen.

Pasta in einem Topf mit leicht gesalzenem, kochendem Wasser 6 Minuten garen.

Kochwasser in einen anderen Topf abschütten.

Pesto in einem zweiten Topf erhitzen.

Pasta zum Pesto geben. Bei Bedarf das Pesto mit einigen Esslöffeln des Kochwassers verlängern.

Alles gut vermischen.

Pasta mit Pesto auf zwei tiefe Pasta-Teller geben.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Spaghetti mit Garnelen in geräuchertem Tomaten-Pesto



Mit vielen Garnelen

Ein klassisches, italienisches Pesto. Mit einem Drittel der Zutaten aus geräucherten, getrockneten Tomaten. Die dem Pesto

sein Raucharoma verleihen. Sehr lecker.

Dazu passend natürlich originale, italienische Pasta. Und zwar Spaghetti.

Farblich und geschmacklich passend zum Pesto verwende ich noch Garnelen, die ich einfach in Olivenöl anbrate und dann mit dem Pesto vermische.

Mein Kollege Michael hat übrigens einen kleinen Onlineshop mit genau diesen Produkten, den [Pasta Grande](#). Er ist Informatiker und Spezialist für das Content Management System WordPress und hat mir bei Problemen mit meinem Foodblog schon des öfteren ausgeholfen. Außerdem betreibt er – wie oben erwähnt – den Onlineshop Pasta Grande. Es ist eine Pasta- & Pesto-Manufaktur. Michaels Traum ist, sich irgendwann vollständig über den Shop zu finanzieren und seinen Lebensunterhalt damit bestreiten zu können.

Der Shop bietet die unterschiedlichsten Produkte an. Pasta, Pesto, Dressings, Risottos, Gewürze, Teigmischungen und natürlich Wein. Es sind auch viele vegane Produkte darunter. Und last but not least erfährt man im Blog des Shops etwas über die perfekte Herstellung von Pastateig oder die Zubereitung von leckeren Gerichten mit Pasta und Pesto.

Ich kann nur ermuntern, sich das eine oder andere Produkt im Shop zu bestellen, am besten fängt man einmal mit dem [Pesto-Probier-Paket „Die Klassiker“](#) mit vier klassischen, italienischen Pestos an. Und wählt dann noch passende Pasta dazu. Je mehr Sie mit den Produkten des Shops zufrieden sind und beim Shop Artikel bestellen, umso eher kommt Michael seinem Traum nahe ...

*Für 2 Personen:*

- 125 g Garnelen (1 Packung)
- 350 g Spaghetti
- Salz

- Olivenöl
- Parmigiano Reggiano

*Für das Pesto:*

- 200 g geräucherte, getrocknete Tomaten (Packung)
- 100 g Parmigiano Reggiano
- 4 Knoblauchzehen
- 1–2 EL Aceto Balsamico di Modena
- Salz
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 9 Min.*



Lecker und schmackhaft

Tomaten in einer Schüssel mit kaltem Wasser eine Stunde einweichen.

Parmigiano Reggiano auf einer Küchenreibe in eine Schüssel fein reiben.

Tomaten abtropfen lassen, kleinschneiden und dazugeben.

Knoblauch putzen, schälen, ebenfalls kleinschneiden und dazugeben.

Balsamico-Essig dazugeben.

Mit Salz würzen.

Einen guten Schluck Olivenöl hinzugeben.

Alles vermischen. Mit dem Pürierstab fein pürieren.

Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 9 Minuten garen.

Parallel dazu Garnelen in einer Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen.

Pesto zu den Garnelen geben und mit erhitzen.

Pasta aus dem Kochwasser heben und zum Pesto geben.

Bei Bedarf das Pesto mit einigen Esslöffeln des Kochwassers verlängern.

Pasta mit Pesto und Garnelen auf zwei tiefe Pasta-Teller verteilen.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

**Spaghetti carbonara asia  
style**



Sehr lecker und schmackhaft

Ich habe in meinem Foodblog schon das eine oder andere Spaghetti-carbonara-Rezept veröffentlicht. So dass sich ein neues Rezept mit einer originalen Zubereitung nicht anbietet, das Rezept wäre damit doppelt vorhanden.

Aber wie ich bei meinem letzten Rezept zur Spaghetti carbonara schrieb, „Pasta kann man eigentlich jeden Tag essen“.

Und so veröffentliche doch noch ein Rezept dazu. Wandle es aber geringfügig ab.

Und zwar verwende ich keine italienische Spaghetti. Sondern Spaghetti aus dem Wurzelgemüse Konjak hergestellt. Dieses Gemüse ist in Asien sehr weit verbreitet und auch schon hunderte von Jahren bekannt.

Die Spaghetti sehen eigentlich eher wie Reismudeln aus. Sie sind weiß und fast durchsichtig. Und schmecken durchaus sehr gut.

Und normalerweise muss man für eine richtige Spaghetti carbonara ganz traditionell Guanciale aus den Schweinebäckchen verwenden. Ich habe leider keinen echten, italienischen Bauchspeck vorrätig. Sondern

verwende stattdessen gewöhnlichen, durchwachsenen Bauchspeck.

Die zweite Variation.

Aber um es gleich vorweg zu sagen. In eine echte Spaghetti carbonara kommt keine Sahne. Sondern die Pasta wird mit Eigelb legiert und gebunden. Und die Sauce vielleicht noch mit etwas Kochwasser der Pasta verlängert.

Eine Spaghetti carbonara wird somit nur mit den drei Zutaten Speck, Ei und Parmesan zubereitet.

Als Käse verwende ich frisch geriebenen Parmigiano Reggiano – eine Parmesansorte aus Italien.

Und Gewürze sind nicht notwendig. Speck und Parmesan bringen genügend Würze mit sich.

Das Gericht mundet hervorragend.

*Für 2 Personen:*

- 500 g Konjak-Spaghetti (2 Packungen à 250 g)
- 200 g durchwachsener Bauchspeck
- 4 Eigelbe
- 2 Eiweiße
- 120 g Parmigiano Reggiano

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 2 Min. | Garzeit 5 Min.*



Originales Gericht mit Variation

Schwarte des Specks entfernen. Speck in kleine Würfelchen schneiden.

In einer kleinen Pfanne ohne Fett einige Minuten kross anbraten, so dass auch das Fett des Specks austritt. Abkühlen lassen.

Parmigiano Reggiano auf einer Küchenreibe fein in eine Schüssel reiben.

Eier aufschlagen und trennen, dabei vier Eigelbe und zwei Eiweiße jeweils in eine Schale geben.

Eigelbe und zwei Eiweiße in eine Schüssel geben. Parmesan dazugeben.

Alles mit dem Schneebesen gut verrühren.

Speck mit dem ausgetretenen Fett dazugeben und untermischen.

Parallel dazu Wasser in einem Topf erhitzen.

Spaghetti in ein Küchensieb geben und unter kaltem Wasser abspülen.

Spaghetti für eine Minute in das heiße Wasser geben und erhitzen.

Mit dem Schöpflöffel herausheben und zu dem Eier-Parmesan-Speck-Gemisch geben. Alles gut vermischen und darauf achten, dass die Eier nicht stocken. Wasser weiter kochen lassen.

Restlichen Parmesan in die Schüssel dazugeben und untermischen.

Schüssel wie in einem Wasserbad auf das kochende Wasser geben und Inhalt vorsichtig unter Rühren erhitzen. Dabei die Eier nicht stocken lassen. Bei Bedarf die Sauce mit einigen Esslöffeln des Kochwassers verlängern.

Pasta mit Sauce auf zwei tiefe Pasta-Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Vollkorn-Spaghetti mit Avocado-Aubergine-Rosmarin- Pesto**



Sehr würzige und schmackhafte Pasta

Ein Pesto für eine leckerer Pasta ist immer schnell zubereitet. Wenn man die richtigen Zutaten hat.

Avocados eignen sich immer gut für ein Pesto. Diese Fettfrucht verrührt man schnell in der Küchenmaschine und sie ergibt eine sämige, dickflüssige Konsistenz des Pesto.

Aubergine ist auch gut geeignet für ein Pesto. Allerdings ohne die harte Schale, die man vorher entfernt. Verwendet wird nur das weiche, innere Fruchtfleisch.

Zu dem Pesto kommt noch viel frischer Rosmarin hinzu.

Passend zum Pesto, das aufgrund von Avocado und Aubergine leicht bräunlich ist, bereite ich braune Vollkorn-Nudeln zu, und zwar Spaghetti.

Man bekommt also ein Gericht farblich Ton in Ton.

Für 2 Personen

- 350 g Vollkorn-Spaghetti
- 2 reife Avocado
- 1 Aubergine

- viele Zweige frischer Rosmarin
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Parmigiano Reggiano

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 8 Min.



Braune Pasta, braunes Pesto

Avocado putzen, schälen und entkernen.

Aubergine ebenfalls putzen, dann schälen und in kleine Würfel schneiden.

Blättchen des Rosmarin abzupfen und auf einem Schneidebrett kleinwiegen.

Avocado, Aubergine und Rosmarin in eine Küchenmaschine geben und fein pürieren.

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

Pasta nach Anleitung zubereiten.

Kochwasser der Pasta abschütten.

Pesto in den gleichen Topf geben und erhitzen.

Pasta dazugeben und mit dem Pesto vermischen.

Pasta mit Pesto auf zwei Schalen verteilen.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## 4-Käse-Gnocchi mit Avocado-Aubergine-Rosmarin-Pesto



Gnocchi mit vier Käsesorten gefüllt

Ein Pesto für eine leckerer Pasta ist immer schnell zubereitet. Wenn man die richtigen Zutaten hat.

Avocados eignen sich immer gut für ein Pesto. Diese Fettfrucht verrührt man schnell in der Küchenmaschine und sie ergibt eine

sämige, dickflüssige Konsistenz des Pesto.

Aubergine ist auch gut geeignet für ein Pesto. Allerdings ohne die harte Schale, die man vorher entfernt. Verwendet wird nur das weiche, innere Fruchtfleisch.

Zu dem Pesto kommt noch viel frischer Rosmarin hinzu.

Als weitere Zutat zu dem Gericht bereite ich gefüllte Gnocchi zu. Und zwar mit einer 4-Käse-Füllung. Die Gnocchi werden einfach einige Minuten in der Pfanne in Olivenöl gebraten.

Das Gericht ist zwar farblich nicht gerade ein Hingucker. Aber es schmeckt hervorragend.

Für 2 Personen

- 500 g 4-Käse-Gnocchi (2 Packungen à 250 g)
- 2 reife Avocado
- 1 Aubergine
- viele Zweige frischer Rosmarin
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Parmigiano Reggiano

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 8 Min.



Optisch nicht besonders ansprechend ...

Avocado putzen, schälen und entkernen.

Aubergine ebenfalls putzen, dann schälen und in kleine Würfel schneiden.

Blättchen des Rosmarin abzupfen und auf einem Schneidebrett kleinwiegen.

Avocado, Aubergine und Rosmarin in eine Küchenmaschine geben und fein pürieren.

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

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Gnocchi einige Minuten darin anbraten.

Pesto dazugeben und einige Minuten mit erhitzen.

Gnocchi mit Pesto auf zwei Schalen verteilen.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!