# Tomatensuppe mit Bohnen und Reis



Vorwiegend Resteverwertung

Manche Gerichte sind gerade dazu geeignet, eine Resteverwertung durchzuführen.

So in diesem Fall.

Von einem Hauptgericht waren weiße Bohnen in Tomatensauce als Beilage übrig.

Dazu von einem anderen Gericht Jasminreis.

Beides bot sich an, zusammen mit frischen Kirschtomaten und etwas Gemüsefond für eine leckerer Suppe verwendet zu werden.

Aufgepeppt mit viel getrocknetem Majoran.

Für 2 Personen

- 20 Kirschtomaten (etwa 200 g)
- 1 kleine Dose weiße Bohnen (in Tomatensauce, 400 ml)

- 1 Tasse gekochter Jasminreis
- 4 TL getrockneter Majoran
- 300 ml Gemüsefond
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- rosenscharfes Paprikapulver
- Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.



Mit drei Hauptzutaten

Petersilie kleinwiegen.

Kirschtomaten vierteln.

Gemüsefond in einem Topf erhitzen.

Kirschtomaten dazugeben und einige Minuten köcheln lassen. Mit dem Stampfgerät zerdrücken.

Reis und Bohnen dazugeben. Erhitzen.

Mit Majoran, Salz, Pfeffer, Paprika und einer Prise Zucker würzen.

Etwa 5–10 Minuten köcheln lassen.

Suppe abschmecken.

Suppe auf zwei tiefe Suppenschalen verteilen.

Mit frischer Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Penne Rigate mit weißer Sauce aus Sahne, Apfel, Ingwer, Knoblauch und Zitrone



Mit frischem Parmigiano Reggiano

Es ist immer wieder erstaunlich, wie vielseitig man Pasta zubereiten kann.

Mit einem leckeren, frisch zubereiteten Pesto.

Mit einer einfachen Sauce.

Oder natürlich als Beilage zu Fleisch, Fisch oder Innereie. Am besten natürlich auch mit einer leckeren Sauce.

Diese Sauce war ein Experiment, aber ich hatte das Rezept aus einem Kochbuch.

Die Sauce schmeckt ungewohnt und außergewöhnlich, aber sehr gut.

Gerade der Zitronensaft und der geriebene Ingwer verleihen ihr eine säuerliche und frisch-fruchtige Note.

Für 2 Personen

- 350 g Penne Rigate

*Für die Sauce:*

- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zitrone (Saft)
- 1 Lauchzwiebel
- ein Stück frischer Ingwer
- 1/2 Apfel
- Petersilie
- 100 ml Sahne
- 150 ml Wasser
- Salz
- Olivenöl
- Parmigiano Reggiano

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 30 Min.



Lecker und würzig

*Für die Sauce:*

Apfel schälen, Kerngehäuse entfernen, in Spalten schneiden und quer in kleine Stücke.

Ingwer schälen und auf einer Küchenreibe in eine Schale fein reiben.

Zitrone in eine Schale auspressen.

Knoblauch und Lauchzwiebel putzen und gegebenenfalls schälen. Knoblauch mit einem breiten Messer zerdrücken. Lauchzwiebel quer in Röllchen schneiden.

Petersilie kleinwiegen.

Öl in einem kleinen Topf erhitzen.

Knoblauch und Lauchzwiebel darin andünsten.

Apfel, Ingwer, Petersilie und Zitronensaft dazugeben.

Ebenfalls Sahne und Wasser dazugeben.

Mit Salz würzen.

Alles gut vermischen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur eine halbe Stunde köcheln lassen.

Pasta nach Anleitung zubereiten.

Sauce abschmecken.

Pasta zur Sauce geben. Alles gut vermischen.

Pasta mit Sauce in zwei großen Schalen anrichten.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Leber-Risotto



Kein echtes Risotto …

Dieses Rezept habe ich aus einem dicken Kochbuch zu allen

Varianten der Zubereitung von Gerichten aus allen möglichen Kategorien.

Aber dies ist kein Risotto. Ein Risotto wird aus Risotto-Reis zubereitet, also einem Mittelkornreis, der die Eigenart hat, dass er beim richtigen Zubereiten außen schön durchgegart ist, jedoch der Kern innen noch leicht knackig und bissfest ist.

Außerdem wird ein Risotto so zubereitet, dass man nacheinander in mehreren Durchgängen jeweils einen Schöpflöffel Gemüsebrühe zum Reis gibt und ihn so etwa 15–20 Minuten unter ständigem Rühren gart, bis auch alle Flüssigkeit aufgenommen wurde und das Risotto so richtig schlotzig ist.

Allerdings war in dem Rezept zu diesem Risotto aufgeführt, das Risotto mit einem Langkornreis zuzubereiten. Und die Flüssigkeit wird auf ein Mal hinzugegeben und der Reis darin gegart. Also, kein Risotto.

Ich habe das Gericht aber dennoch nach dieser Anleitung zubereitet und anstelle des Langkornreises einfach Jasminreis verwendet.

Und eine Variation habe ich noch vorgenommen. Im originalen Rezept wird Chinakohl verwendet. Ich habe keinen Chinakohl vorrätig gehabt und habe stattdessen Wirsing verwendet.

Und, obwohl der Name des Gerichts nicht passt, muss ich sage, das Gericht schmeckt sehr gut.

Für 2 Personen

- 400 g Rinderleber (2 Scheiben)
- 2 EL Mehl
- 1 große Zwiebel
- 1 Tasse Jasminreis
- 8 Blätter Wirsing
- etwa 400 ml Gemüsefond
- Salz

- Pfeffer
- Zucker
- Butter
- Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.



Mit Wirsing und Leber

Zwiebel schälen und kleinschneiden.

Wirsingblätter putzen und grob zerkleinern.

Petersilie kleinwiegen.

Butter in einem Topf erhitzen und Zwiebel darin einige Minuten glasig dünsten.

Reis dazugeben und kurz mit anbraten.

Mit zwei Schöpflöffeln Brühe ablöschen.

Zugedeckt 10 Minuten bei geringer Temperatur köcheln lassen. Ab und zu umrühren.

Wirsing hineingeben, alles vermischen und nochmals 5 Minuten garen.

Bei Bedarf noch etwas Brühe dazugeben.

Leber in kurze Streifen schneiden.

In eine Schale geben, mit dem Mehl bestäuben und gut vermischen.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Leber darin einige Minuten kross anbraten.

Risotto mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und abschmecken.

Leber dazugeben und alles gut vermischen.

Auf zwei tiefe Teller verteilen.

Mit Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# 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!

---

# Champignons-Cremesuppe



Champignons verwendet man ja meistens, um sie mit diversem Fleisch, so zum Beispiel Gulasch oder Geschnetzeltem, in einer Sauce zuzubereiten.

Eine andere Möglichkeit ist jedoch, mit den Champignons als Hauptzutat eine leckere Creme-Suppe zuzubereiten.

Selbst wenn man weiße Champignons verwendet, werden diese doch beim Anbraten in Butter dunkelbraun und man erhält somit keine weiße Suppe, sondern eine dunkelbraune oder gar gräuliche.

Aber keine Bange, schmackhaft ist sie dennoch.

Für die Flüssigkeit der Suppe sorgen natürlich Sahne und dann Gemüsefond.

Als kleine weitere Zutaten dienen Schalotten, Lauchzwiebeln und Knoblauch.

Nach dem Garen wird natürlich alles einige Minuten mit dem Pürierstab feinst püriert, damit man auch wirklich eine schöne Creme-Suppe erhält.

Petersilie wird zum Garnieren verwendet und rundet die Suppe einfach ab.

Für 2 Personen

- 1 kg weiße Champignons (2 Packungen à 500 g)
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Schalotten
- 4 Knoblauchzehen
- 200 ml Gemüsefond
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Petersilie
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.



Petersilie kleinwiegen.

Champignons kleinschneiden.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Eine Portion Butter in einem Topf erhitzen und Gemüse und Pilze darin einige Minuten unter Rühren anbraten.

Mit dem Fond und der Sahne ablöschen.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Alles einige Minuten mit dem Pürierstab feinst pürieren.

Suppe abschmecken.

Auf zwei tiefe Schalen verteilen.

Mit der Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

# Pfannengericht mit Geschnetzeltem, Kürbis und Kartoffel



Sehr lecker, sämig und würzig

Ich trinke ja keinen Alkohol, aber ich koche daher sehr gern damit. Aus diesem Grund habe ich vor kurzem eine Flasche Gin erstanden, und zwar Martin Miller's Gin. Ebenso wie mit dem vor kurzem gekauftem Scotch Whiskey kann man damit ein Gericht schön flambieren und ihm somit einen speziellen Geschmack verleihen.

Hier habe ich wieder einmal ein Gericht selbst kreiert und erfunden. Ein sehr gesundes Gericht.

Ein Pfannengericht mit Schweine-Geschnetzeltem, Kürbis und Kartoffeln.

Beim Kürbis habe ich auf zwei Sorten zurückgegriffen: Hokkaido- und Butternuss-Kürbis. Beide Sorten haben den Vorteil, dass man die Schale mit zubereiten kann, da sie essbar ist.

Bei den Kartoffeln habe ich leckere Bio-Drillinge gewählt, die man mit Schale zubereiten kann.

Gewürzt mit Gewürzsalz und Kräutern der Provence.

Flambiert mit einem guten Martin Miller's Gin. Und zwar drei Schnapsgläser voll davon. Das macht das Gericht nach dem Braten etwas sämiger.

Alternativ kann man z.B. auch auf ein anderes Produkt zurückgreifen, und zwar den so genannten 9 Moons Gin. Auch ein edles Getränk.

Und für die Besucher und Leser meines Foodblogs, die sich gern einmal dem Alkohol hingeben, sei hier noch auf einige leckere Rezepte für Cocktails mit Martin Millers' Gin verwiesen. Sicherlich für Interessierte eine sehr interessante Lektüre!

Für 2 Personen

- 400 g Schweine-Geschnetzeltes
- ein großes Stück Hokkaido-Kürbis
- ein großes Stück Butternuss-Kürbis
- 10 Bio-Drillinge
- 1 Bund Petersilie
- Gewürzsalz
- Kräuter der Provence
- 6 cl Martin Miller's Gin
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 20 Min.



Schwein, Kürbis, Kartoffel

Kartoffeln mit Schale und Kürbisse in kleine Würfel schneiden.

Gemüse in einem Topf mit kochendem Wasser 7 Minuten garen. Kochwasser abschütten.

Petersilie kleinwiegen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Gemüse darin etwa 10 Minuten unter mehrmaligem Wenden kross und knusprig braten.

Geschnetzeltes dazugeben und noch einige Minuten mit anbraten.

Mit Gewürzsalz und Kräutern der Provence würzen.

Petersilie dazugeben.

Gin dazugeben und das Gericht flambieren.

Abschmecken und bei Bedarf mit normalem Salz nachwürzen.

Auf zwei tiefe Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

# Linguine mit Hackfleischbällchen



Sehr würziges und empfehlenswertes Pasta-Gericht

Ein Rezept für ein Gericht mit Pasta und Hackfleischbällchen. Das sehr lecker und ausgesprochen gut ist.

Ich bereite die Hackfleischbällchen frisch zu. Dafür verwende ich gemischtes Hackfleisch. Dann Zwiebel und Knoblauch. Und Petersilie.

Für mehr Fluffigkeit der Bällchen geben ich sowohl eine in Milch eingeweichte Schrippe hinzu. Als auch Semmelbrösel für mehr Festigkeit und Bindung. Und natürlich Eier.

Gewürzt wird ganz klassisch mit scharfem Paprika, Salz,

Pfeffer und Zucker.

Für etwas Sauce für die Pasta brate ich kleingeschnittene Kirschtomaten in Olivenöl an. Gebe frische Basilikumblätter und Knoblauch hinzu. Würze mit Salz und Pfeffer. Und verlängere die Sauce mit etwa 10 Esslöffel des Kochwassers der Pasta. Dieses enthält ja Stärke der Pasta und Salz und bindet somit die Sauce gut ab.

In dieser Sauce erhitze ich die frittierten Hackfleischbällchen noch einige Minuten.

Für 2 Personen

*Für die Hackfleischbällchen:*

- 400 g gemischtes Hackfleisch
- 1 trockene Schrippe
- 200 ml Milch
- 8 EL Semmelbrösel
- 1 große Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1/2 Bund Petersilie
- 3 Eier
- rosenscharfes Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

*Zusätzlich:*

- 350 g Linguine
- 1/2 Topf Basilikum
- 20 Kirschtomaten
- 6 Knoblauchzehen
- Olivenöl
- Parmigiano Reggiano

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Wartezeit 1 Std.

| Garzeit 20 Min.



*Für die Hackfleischbällchen:*

Schrippe kleinschneiden. In eine Schüssel geben. Milch darüber geben und Schrippenstücke gut darin einweichen. 15 Minuten stehen lassen.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen, kleinschneiden und in eine Schüssel geben.

Petersilie kleinwiegen und dazugeben.

Hackfleisch ebenfalls dazugeben.

Eier aufschlagen und hinzugeben. Ebenso die ausgedrückten Schrippenstücke und die Semmelbrösel.

Kräftig mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Alles mit der Hand gut vermengen.

Eine Stunde ziehen lassen, damit die Semmelbrösel etwas aufquellen.

Mit der Hand sehr kleine Bällchen daraus rollen und auf einen Teller geben.

Fett in der Fritteuse auf 180 ºC erhitzen.

Bällchen darin – eventuell in zwei Durchgängen – 5 Minuten frittieren.

Herausnehmen und auf ein Küchenpapier geben.

–

Pasta nach Anleitung zubereiten.

Währenddessen Tomaten vierteln.

Knoblauch schälen und kleinschneiden.

Blättchen des Basilikum abzupfen.

Reichlich Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Tomaten hineingeben und kräftig anbraten.

Knoblauch und Basilikum dazugeben.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

10 Esslöffel des Kochwassers der Pasta hinzugeben. Alles gut vermischen.

Hackfleischbällchen einige Minuten in der Sauce erhitzen.

Pasta auf zwei tiefe Pasta-Teller verteilen.

Bällchen mit der Sauce darüber geben.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

# Hackfleischbällchen mit Kartoffelspalten mit Körriesaft



Der Teller ist voll … juchuchuh!

Ein Rezept für ein Gericht, das ich komplett in der Fritteuse zubereite.

Ausgenommen natürlich den Körriesaft. Der ist industriell hergestellt und steht in einer Flasche zur Verfügung.

Ich bereite die Hackfleischbällchen frisch zu. Nur bei den Kartoffelspalten greife ich auf Tiefkühlware zurück. Es sind Kartoffelspalten aus Bio-Kartoffeln, also noch mit Schale. Und leicht mit mediterranen Kräutern vorgewürzt.

Für die Hackfleischbällchen verwende ich gemischtes Hackfleisch. Dann Zwiebel und Knoblauch. Und Petersilie.

Für mehr Fluffigkeit der Bällchen geben ich sowohl eine in Milch eingeweichte Schrippe hinzu. Als auch Semmelbrösel für mehr Festigkeit und Bindung. Und natürlich Eier.

Gewürzt wird ganz klassisch mit scharfem Paprika, Salz, Pfeffer und Zucker.

Der Körriesaft heißt hier in Hamburg tatsächlich so. Es ist die Variante, die es auf dem Kiez, also der Reeperbahn, an den Imbissständen oder -buden gibt. Es ist der verballhornte Begriff der klassischen Curry-Sauce, die für Currywurst mit Pommes frites verwendet wird. Der Name eben in Kiezmanier.

Für 2 Personen

Für die Hackfleischbällchen:

- 400 g gemischtes Hackfleisch
- 1 trockene Schrippe
- 200 ml Milch
- 8 EL Semmelbrösel
- 1 große Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1/2 Bund Petersilie
- 3 Eier
- rosenscharfes Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

Zusätzlich:

- 2 Portionen Kartoffelspalten (Tiefkühlware)
- Körriesaft

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Wartezeit 1 Std. | Frittierzeit 10 Min.



Schrippe kleinschneiden. In eine Schüssel geben. Milch darüber geben und Schrippenstücke gut darin einweichen. 15 Minuten stehen lassen.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen, kleinschneiden und in eine Schüssel geben.

Petersilie kleinwiegen und dazugeben.

Hackfleisch ebenfalls dazugeben.

Eier aufschlagen und hinzugeben. Ebenso die ausgedrückten Schrippenstücke und die Semmelbrösel.

Kräftig mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Alles mit der Hand gut vermengen.

Eine Stunde ziehen lassen, damit die Semmelbrösel etwas aufquellen.

Mit der Hand kleine Bällchen daraus rollen und auf einen

Teller geben.

Fett in der Fritteuse auf 180 ºC erhitzen.

Bällchen darin – eventuell in zwei Durchgängen – 5 Minuten frittieren.

Herausnehmen, auf ein Küchenpapier geben und warmhalten.

Kartoffelspalten – eventuell auch in zwei Durchgängen – 5 Minuten in der Fritteuse frittieren.

Herausnehmen, ebenfalls auf ein Küchenpapier geben, salzen und dann auf zwei Teller verteilen.

Hackfleischbällchen dazugeben.

Bällchen großzügig mit dem Körriesaft übergießen.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Mediterraner Sommer-Salat



Würzig-mediterran

Für diesen Salat kaufen Sie Produkte ein, die Sie aus Südeuropa kennen. Dies sind Salatgurke, Paprika, Tomate, Avocado, Schalotte und Knoblauch. Und für Würze und Salzigkeit einen leckeren Hirtenkäse.

Sie können auch noch Zucchini einkaufen und verwenden. Ich hatte diese leider nicht vorrätig.

Dazu kommt frische, kleingewiegte Petersilie.

Das Dressing machen Sie einfach aus Aceto Balsamico di Modena, Olivenöl, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker an.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden. Hirtenkäse ebenfalls kleinschneiden und dazugeben.

Petersilie dazugeben.

Dressing darübergeben.

Alles gut mit dem Salatbesteck vermischen.

Servieren. Und schmecken lassen!

Für 2 Personen

- 1/2 Salatgurke
- 1/2 rote Paprika
- 1/2 gelbe Paprika
- 1 Avocado
- 6 Kirschtomaten
- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 150 g Hirtenkäse
- Petersilie
- Aceto Balsamico di Modena
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

Zubereitungszeit: 15 Min.



Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinscheiden. In eine Schüssel geben.

Hirtenkäse ebenfalls kleinschneiden und dazugeben.

Petersilie kleinwiegen und dazugeben.

Dressing mit Essig, Öl, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker anmachen.

Dressing darübergeben.

Alles gut mit dem Salatbesteck vermischen.

Auf zwei tiefe Schalen verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Pfannkuchenerbsen-Suppe



Leckere Suppe

Ja, wie soll ich diese Suppe nennen? Da ich sie selbst kreiert habe. Pfannkuchentropfen-Suppe? Oder doch eben Pfannkuchenerbsen-Suppe?

Sie erinnert mich an eine Suppe als Vorspeise, die ich früher in meiner Jugend im Skiurlaub zu Ostern in einer Gaststätte in Österreich immer sehr gerne gegessen habe. Sie war eine meiner Lieblingsspeisen im Urlaub.

Es war eine Kichererbsensuppe. Also eine Rindsbouillon mit Kichererbsen als Einlage.

Diese habe ich jetzt sozusagen nachkreiert.

Ich habe einfach einen Rest eines Pfannkuchenteigs mit einem Küchensieb tropfenweise in das siedende Fett der Friteuse tropfen lassen. Und dort einige Minuten kross frittiert.

Dann die Erbsen auf ein Küchenpapier geben und abtropfen lassen.

Fertig ist die Einlage.

Als Suppengrundlage habe ich einen selbst zubereiteten Gemüsefond verwendet.

Das Ganze noch mit frischer, kleingewiegter Petersilie garnieren.

Fertig ist die leckere Suppe.

---

# Schupfnudeln mit Speck und Gemüse



Sehr lecker

Ein Gericht für die Pfanne.

Industriell hergestellte Schupfnudeln. Die mich dieses Mal nicht so besonders überzeugt haben.

Es schmeckt ein wenig merkwürdig, wenn man Schupfnudeln auf dem Teller hat, die alle die gleiche Größe und Form haben. Also weit davon entfernt, wenn man diese selbst zubereitet.

Dazu etwas Bauchspeck für Würze.

Und Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch.

Garniert mit Parmigiano Reggiano und Petersilie.

Für 2 Personen:

- 2 Packungen Schupfnudeln (à 300 g)
- 100 g durchwachsener Bauchspeck
- 2 Zwiebeln
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- Parmigiano Reggiano
- Petersilie
- Salz
- Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.



Petersilie kleinwiegen.

Speck in kleine Würfel schneiden.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Eine Portion Butter in einer Pfanne erhitzen.

Schupfnudeln, Speck und Gemüse darin unter Rühren 10 Minuten kross braten. Salzen und pfeffern.

Schupfnudeln auf zwei tiefe Teller verteilen.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano und Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

# Fisch-Suppe



Leckere Suppe

Einfaches Rezept.

Schnell zubereitet.

Wenige Zutaten.

Wenn es mal schnell gehen muss.

# Kürbis-Bratlinge mit Chili-Sauce



Lecker und kross gebraten

Einfache Bratlinge.

Aus Kürbis zubereitet.

Und einigem zusätzlichen Gemüse.

Und Kräutern und Gewürzen.

Eier für Bindung.
Und zum Servieren und Dippen eine schmackhafte, scharfe Chili-Sauce.

# Gefüllte Spitzpaprika



Würzige Füllung, würzige Sauce

Ein Rezept für gefüllte Paprika. Diesmal aber nicht die bekannten und gewohnten Paprikaschoten. Sondern kleinere Spitzpaprika.

Bei der Füllung mache ich es mir einfach und verwende als Hauptzutat gemischtes Hackfleisch.

Die Würze bringt allein der geriebene Hartkäse mit. Zusätzlich würze ich die Füllung nicht.

Als weitere Zutaten gebe ich eine große Portion an Basilikum und Petersilie in die Füllung.

Da das Gericht eine kleine Sauce und auch Flüssigkeit

benötigt, in der ich es garen kann, lösche ich die Paprika im Topf mit einem guten Schluck Soave ab.

Durch das Garen bildet sich eine sehr schmackhafte und würzige Sauce, die ich natürlich gern zum Gericht dazu serviere.

---

# Nierenzapfen mit Kräuterbutter und Champignons-Gemüse



Mit selbst zubereiteter Kräuterbutter

Ein Rezept für die Zubereitung einer Innereie.

Nierenzapfen ist zwar eine Innereie, aber er besteht aus reinem Muskelfleisch. Denn er ist das Zwerchfell des Rindes, das ein Muskel ist. Es wird sehr gern als Alternative zu Filet oder Rumpsteak zum Kurzbraten als normales Steak verwendet.

Als Beilage bereite ich ein einfaches Gemüse aus frischen Champignons zu. Nur gesalzen und gepfeffert.

Zu den Nierenzapfen-Steaks gibt es Kräuterbutter. Dieses Mal aber frisch selbst zubereitet. Man schmeckt den Unterschied deutlich zu einem fertigen Produkt vom Discounter.

Aber was braucht man denn mehr zu frischer Kräuterbutter als Butter, Knoblauch, einige frische Kräuter wie Petersilie und Rosmarin und noch Salz und Pfeffer?

---

# Gefüllter Schinken-Braten mit Champignon-Tomaten-Gemüse



Fein gefüllter und geschmorter Braten

Dies ist meine erste Zubereitung eines gefüllten Bratens.

Ich bin kein ausgebildeter Koch. Ich kenne leider nicht die professionelle Art, wie man einen Braten etwas aushöhlt, um ihn zu füllen.

Ich hae daher ein spitzes, dünnes, sehr scharfes Entbein-Messer genommen und in den Braten längs hineingestochen. Dann habe ich diesen Einstich durch Wenden und Drehen des Messers etwas vergrößert.

Bei der Füllung habe ich es mir einfach gemacht. Ich habe fertig hergestellte Bratwürste beim Discounter gekauft und das Wurstbrät von zwei Bratwürsten, das ja schon gewürzt ist, für die Füllung verwendet.

Beim Füllen bin ich professionell vorgegangen. Ich habe die Haut der Bratwürste entfernt und das Brät in einen Spritzbeutel ohne Tülle gegeben. Mit diesem Brät habe ich die

Höhlung im Braten gefüllt.

Und zum besseren Verteilen und Stopfen des Bräts habe ich dieses zum Schluss noch kräftig mit dem Zeigefinger in die Höhlung hineingestopft.

Als Beilage bereite ich eine einfaches,  schmackhaftes Gemüse aus Champignons und Tomaten zu. Verfeinert mit Lauchzwiebel, Knoblauch und frischer Petersilie.