Hühnchen-Ragout mit Basmati-Reis

Ein Ragout. Mit Hühnchenbrustfilet. Und etwas Gemüse

Für das Gemüse wähle ich Rote Beete, Pastinaken, Zwiebeln und Knoblauch.

Die Sauce bilde ich aus Gemüsefond und Ketjab-Manis.

Weitere Gewürze sind nicht notwendig, der Fond und die asiatische Sauce geben genügend Würze.

Das Gemüse ist nach der langen Schmorzeit sehr weich und zart.

Dazu als Beilage Basmati-Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:314]

Schweineniere „Bukarest“ mit Salzkartoffeln

Ich bin, wie sollte es für einen Food-Blogger anders sein, kochend in das Neue Jahr gekommen. Und habe das unten stehende Silvester-Menü zubereitet.

Ein weiteres Rezept aus dem Kochbuch „Das Innereien-Kochbuch – Alte und neue Rezepte“ von Reinhard Dippelreither.
Schweineniere, zubereitet mit etwas Gemüse.

Dazu verwende ich Zwiebel, Champignons, Rote Beete und

Essiggurke.

Das Gericht schmeckt leicht fruchtig-säuerlich aufgrund des verwendeten Zitronenschalen-Abriebs, des Zitronen-Safts und des Soave.

[amd-zlrecipe-recipe:277]

Schweinebraten mit Gemüse und Salzkartoffeln in Rotwein-Sauce

Sehr lecker. Ein Braten. Genauer ein Schweinebraten.

Ich bereite den Schweinebraten mit Gemüse zu. Dieses gare ich nicht separat, sondern brate es mit dem Braten an und gare es mit ihm zusammen.

EIne Sauce bereite ich aus Rotwein zu. Und ich verwende noch selbst zubereiteten Fleischfond.

Dazu gibt es noch als zusätzliche Beilage einfache Salzkartoffeln.

Mein Rat: Wer möchte, kann nach Ende der angegebenen Garzeit die Sauce noch 1 Stunde reduzieren und etwas eindicken. Sie wird dadurch noch gehaltvoller und schmackhafter.

[amd-zlrecipe-recipe:5]

Rote-Beete-Schokoladen-Kuchen



Sehr leckerer Kuchen

Dieses Kuchen-Rezept habe ich ausnahmsweise einmal nicht selbst kreiert, sondern nachgebacken. Ich habe es der Food-Zeitschrift „Effilee“ entnommen oder besser gesagt, dem RSS-Feed des Verlages.

Ich hatte noch Rote Beete vorrätig und ich wollte sie weder als Beilage für ein Gericht zubereiten noch als Salat. Also bot sich dieses schöne Rezept für einen schmackhaften Kuchen an.

Da ich vorgegarte Rote Beete verwende und keine rohe Rote

Beete wie im Original-Rezept, ist der Teig ein wenig flüssig. Ich gebe daher für mehr Festigkeit und Bindung des Teiges zwei weitere Eier und zusätzlich 150 g Mehl hinzu.

Zutaten:

- 250 g Butter
- 325 g Zucker
- 6 Eier
- 400 g Mehl
- 2 TL Backpulver
- 3 EL Kakao
- 500 g vorgegarte Rote Bete
- 100 g dunkle Schokolade
- 1/2 Vanilleschote
- Puderzucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Backzeit 1 1/4 Stdn.

Backofen auf 160° C Umluft vorheizen. Eine Spring-Backform einfetten.

Rote Beete in einer Küchenmachine fein reiben. In ein Küchensieb geben und Flüssigkeit ausdrücken.

Eier aufschlagen und in eine Rührschüssel geben. Zucker dazugeben und mit dem Rührgerät schaumig schlagen.

Schokolade in grobe Stücke zerbrechen und in eine Schüssel geben. Butter dazugeben und beides im Wasserbad schmelzen. In die Rührschüssel geben und verrühren.

Mehl, Backpulver und Kakao ebenfalls in die Rührschüssel geben. Rote Beete hinzugeben. Mark der Vanille-Schoten herauskratzen und auch hinzugeben. Alles mit dem Rührgerät gut verrühren.

Kuchenmasse in die Backform geben und durch rhythmisches Rotieren und Kreisen gut verteilen.

Backform auf mittlerer Ebene für 1 1/4 Stunde in den Backofen geben.

Backform herausnehmen, Rand der Spring-Backfrom lösen und Kuchen mit dem Boden der Backform auf eine Kuchenplatte geben. Etwa 1–2 Stunden sehr gut abkühlen lassen. Dann vom Boden der Backform nehmen.

Mit Puderzucker dekorieren.

Rote-Beet-Kürbis-Salat



Gesunder Salat

Ein frischer Salat, den ich aus Zutaten zubereite, die ich gerade noch im Kühlschrank vorrätig habe.

Wie die meisten Salate ist er sehr gesund.

Zutaten für 1 Person:

- 1 1/2 Rote Beete (vorgegart)
- 400–500 g Butternuss-Kürbis
- 4 orange Mini-Paprika
- 1 Mini-Salatgurke
- 6–7 EL Honigessig
- 6–7 EL Kräuter-Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

Zubereitungszeit: 10 Min.

Gemüse putzen und in einer Küchenmasxhine grob raspeln.

Essig und Öl dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Gut vermischen. Servieren.

Lammfilets mit Kürbis-Rote-Beete-Püree



Leckeres Lamm

Ein Gericht für einen besonderen Tag. Oder auch einen Sonntag.

Ich brate Lammfilets in Butterschmalz, gare Knoblauch, Chilischoten und Kräuter mit. Und lösche mit etwas Gemüsefond ab.

Knoblauch gibt dem Fleisch Aroma, Chilis etwas Schärfe und Rosmarin, Thymian und Salbei Geschmack.

In das Püree gebe ich anstelle von Butter etwas Olivenöl. Es sieht zwar aus wie gegarte, zerkleinerte Tomaten, aber es ist ein Püree. Das allerdings ein bisschen wässrig ist, das kommt von der Konsistenz des gegarten Kürbis. Als Kürbis verwende ich übrigens Butternuss-Kürbis, er hat den Vorteil, dass er mit Schale gegart werden kann. Und bei der Rote Beete verwende ich vorgegarte Rote Beete, die ich nur kurz im kochenden Wasser erhitze.

Zutaten für 2 Personen:

- 6 Lammfilets (etwa 400 g)
- 600 g Butternuss-Kürbis
- 1 rote Beete (vorgegart)
- 400 ml Gemüsefond
- 2 Zweige Rosmarin
- viele Zweige Thymian
- 6–8 Blätter Salbei
- 2 EL Olivenöl
- Muskat
- Salz
- Pfeffer
- Kräuterbutter
- Butterschmalz

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.

Kürbis zerkleinern. Rote Beete ebenfalls kleinschneiden.

Wasser in einem Topf erhitzen und Kürbis darin etwa 10 Minuten garen. Zwei Minuten vor Ende der Garzeit Rote Beete dazugeben und nur erhitzen. Gemüse in eine hohe, schmale Rührschüssel geben. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Muskat dazugeben. Mit dem Pürierstab fein pürieren.



Beim Zubereiten

Währenddessen Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Lammfilets auf jeder Seite jeweils etwa eine Minute kross anbraten. Dabei Knoblauch, Chilis und Kräuter mit in die Pfanne geben. Mit Fond ablöschen. Röststoffe vom Pfannenboden mit dem Kochlöffel gut ablösen. Sauce mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.

Püree auf zwei Teller verteilen. Jeweils drei Filets dazugeben. Sauce über die Filets und das Püree geben und einen kleinen Saucenspiegel auf den Tellern bilden. Einige Scheiben Kräuterbutter auf die Filets geben. Servieren.

#twitterkocht: Bandnudeln mit Gemüsechips



Leckeres vegetarisches Gericht

Heute fand das 4. Mal das Kochevent #twitterkocht auf dem Twitterkanal @3glocken statt.

Verschickt wurden 3Glocken-Bandnudeln. Dazu kaufen sollte man die restlichen, bei den Zutaten aufgeführten Produkte. Es wurde ein vegetarisches Gericht zubereitet. Zuerst bereitet man Gemüsechips zu. Dann eine Sauce, in die die gekochten Nudeln kommen. Letzteres wird garniert mit den Gemüsechips serviert.

Die Gemüsechips kann man in einer gefetteten Pfanne zubereiten. Oder mit einem gefetteten Backblech im Backofen. Da ich gerade die Friteuse griffbereit in der Küche stehen habe, greife ich auf sie zurück und frittierte die Gemüsescheiben einfach.

Ich hatte leider vor dem Blog-Event keine frische rote Beete

mehr bekommen, also greife ich auf schon gegarte im Glas zurück. Alle drei Gemüsesorten zusammen bekommen aber 3–4 Minuten im 180 Grad Celsius heißen Fett in der Friteuse.

Ich gebe mehr Champignons in die Sauce als im Rezept vermerkt ist, denn ich habe noch Pilze, die verbraucht werden müssen. Bei meiner Zubereitung ist es also eher ein Nudel-Pilz-Gemüse.

Im Original wird für die Zubereitung der Sauce frischer Thymian verwendet, ich gebe mangels Thymian frischen Rosmarin hinzu.

Ich empfehle für das kommende Blogevent endlich einmal Fleisch, Nudeln und Sauce zuzubereiten.Verschickt vakuumiertes Entrecôte mit Nudeln. Dazu wird einfach eine schöne Fleischsauce zubereitet. Ganz nach dem Motto meines Foodblogs.

Zutaten für 4 Personen:

- 1 rote Beete
- 1 Pastinake
- 1 Süßkartoffel
- 500 g gedrehte Bandnudeln
- 1 Schalotte
- 200 g Champignons
- 200 ml Sahne
- 2 EL Crème fraîche
- 100 ml trockener Weißwein
- 1 EL Mehl
- 2 Zweige Rosmarin
- grobes Meersalz
- rosa Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 20 Min.

Süßkartoffel, Pastinake und rote Beete schälen, in Scheiben schneiden und diese halbieren.

Fett in der Friteuse auf 180 ºC erhitzen und Gemüsescheiben für 3–4 Minuten in das siedende Fett geben. Herausnehmen, auf ein Küchenpapier geben und abtropfen lassen. Auf einen Teller geben und mit grobem Meersalz würzen.

Schalotte schälen und kleinschneiden. Champignons halbieren und in Scheiben schneiden. Blättchen vom Rosmarin abzupfen und kleinwiegen.

Pasta nach Anleitung zubereiten.

Währenddessen Butter in einem Topf erhitzen und Schalotte darin andünsten. Champignons dazugeben und mit anbraten. Mit Mehl bestäuben. Mit Weißwein ablöschen. Sahne und Crème fraîche dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles vermischen und etwas köcheln lassen. Nudeln dazugeben und alles vermengen.

Nudeln mit viel Sauce in vier tiefe Nudelteller geben. Gemüsechips dekorativ darauf anordnen. Servieren.