Käsespätzle

Mit viel geriebenem Emmentaler

Zutaten für 2 Personen:

- 500 g Spätzle (1 Packung)
- 1 Becher Sauerrahm
- 200 g geriebener Emmentaler (Packung)
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Öl

Zubereitungszeit: 8 Min.

Lecker

Zubereitung:

Öl in einer Pfanne erhitzen und Spätzle darin 5 Minuten kross anbraten.

Sauerrahm dazugeben und alles gut vermischen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Käse dazugeben, alles gut vermischen und noch einige Minuten braten, bis der Käse geschmolzen ist.

Wenn Sie das Gericht ein wenig flüssiger möchten, geben Sie einen Schluck trockenen Weißwein hinzu.

Auf zwei tiefe Nudelteller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Proteinbröckchen-Gulasch mit Gemüse in Sauerrahm-Weißwein-Sauce mit Jasminreis

Leckeres Gulasch

Zutaten für 2 Personen:

- 300 g Proteinbröckchen (2 Packungen à 150 g)
- 6 Knoblauchzehen
- 2 rote Spitzpaprika
- 6 braune Champignons
- 2 Mini-Pak-Choi
- 2 Tomaten
- 200 ml Sauerrahm (1 Becher)
- 200 ml trockener Weißwein
- Fleischgewürzmischung
- Salz

- Pfeffer
- Zucker
- 1 Tasse Jasminreis
- Öl

Zubereitungszeit: 15 Min. | Schmorzeit 3 Stdn.

Mit duftendem Jasminreis

Zubereitung:

Knoblauch putzen, schälen, mit einem breiten Messer flach drücken, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Spitzpaprika putzen, Kerngehäuse entfernen, quer in Ringe schneiden und ebenfalls in eine Schale geben. Champignons in feine Scheiben schneiden und zum Paprika geben,

Mini-Pak-Choi putzen und quer in Streifen schneiden. Auch in eine Schale geben.

Tomaten in kleine Stücke schneiden und in eine Schale geben.

Öl in einem Topf erhitzen und Knoblauch und Proteinbröckchen darin einige Minuten unter Rühren kross anbraten. Paprika und Champignons dazugeben. Ebenfalls Mini-Pak-Choi und Tomaten dazugeben. Sauerrahm hinzugeben. Mit dem Weißwein ablöschen. Mit der Gewürzmischung würzen. Ebenfalls mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles gut verrühren und bei geringer Temperatur zugedeckt 3 Stunden schmoren. Danach Sauce abschmecken.

Kurz vor Ende der Garzeit Reis in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 11 Minuten garen.

Reis auf zwei tiefe Teller verteilen. Gulasch mit viel Sauce großzügig darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

Spezieller Schokoladenkuchen

Rührkuchenexperiment

Sie bereiten gern Rührkuchen zu? So ein Kuchen schmeckt ja auch lecker. Backen Sie ihn immer nach dem normalen Rezept für einen Rührkuchen? Also mit Mehl, Zucker, Margarine und Eiern?

Ich hatte vor einiger Zeit die folgende Überlegung angestellt. Mir fiel ein, dass man für einen Rührkuchen die oben genannten vier Zutaten immer komplett zu einem Rührteig – Nomen est Omen – verrührt. Plus ein Päckchen Backpulver für den Auftrieb des Rührteigs.

Ich fragte mich nun folgendes: Wie gelingt der Rührkuchen, wenn man die Eier nicht komplett als erstes mit dem Zucker schaumig rührt? Sondern nur die Eigelbe mit dem Zucker verrührt? Und die Eiweiße separat zu Eischnee schlägt und erst kurz vor dem Backen unter den Rührteig hebt? Es sollte sich doch ein sehr viel fluffiger und schaumigerer Rührkuchen damit zubereiten lassen.

Ich will Sie nicht auf die lange Bank spannen. Der Rührkuchen gelingt ganz normal, wie gewohnt auch. Keine zusätzliche

Fluffigkeit, Schaumigkeit oder mehr Volumen. Schade, hatte ich mir doch gedacht, hier auf einen neuen Trick in der Zubereitung gekommen zu sein.

Die Vorgehensweise bringt auch gleich ein Problem hervor. Dem Rührteig fehlt die Flüssigkeit der vier Eiweiße. Man bekommt also in der Küchenmaschine keinen sämigen Rührteig. Sondern einen groben, trockenen Teig, ähnlich eines Mürbeteigs. Da kann man natürlich nur sehr schwer den Einschnee unterheben.

Es musste eine Lösung her. Wie gelingt der Rührteig flüssiger? Ein weiteres Ei brachte nicht den gewünschten Erfolg. Wasser, Öl? Ich fand im Kühlschrank noch einen Becher Sauerrahm. Und gab diesen unter den Teig. Das funktionierte, der Teig wurde flüssiger und man erhielt tatsächlich einen Rührteig.

Schon der Rührteig sieht lecker aus …
Dann habe ich den Eischnee vorsichtig untergehoben. Der Teig sah sehr gut aus und wirkte beim Einfüllen in die Backform als sehr sämig. Ich vermutete dann, dass das Ergebnis nach dem Backen ähnlich ausfallen könnte. Aber weit gefehlt. Ich erhielt zwar einen schmackhaften und leckeren

Schokoladenkuchen. Aber die Überlegung, die ich oben angestellt hatte, bezüglich der Zugabe von Eischnee, bewahrheitete sich nicht.

Für den Rührteig:

- Grundrezept

Zusätzlich:

- 1 Ei
- 100 g Sauerrahm
- 2–3 EL Kakao

Zum Dekorieren:

- einige EL Puderzucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Verweildauer im Backofen 1 Std. bei 170 °C Umluft

Nicht wie erwartet, aber gelungen

Rührteig nach dem Grundrezept zubereiten. Allerdings mit getrennten Eiern, also ohne die Eiweiße. Stattdessen ein zusätzliches Ei, den Sauerrahm und das Kakaopulver unterrühren.

Separat Eischnee schlagen. Vorsichtig mit dem Backlöffel unter den Rührteig heben.

Kuchen nach dem Grundrezept backen.

Aus dem Backofen nehmen, abkühlen lassen und auf eine Kuchenplatte geben.

Mit etwas Puderzucker in einem feinen Küchensieb bestäuben.

Stückweise anschneiden und servieren.

Guten Appetit!

Gourmetspargel mit Sauerrahmsauce mit Speck, Pilzen und Petersilie

Mit leckerer Sauerrahmsauce

Suchen Sie noch zum Ende der Spargelzeit ein ansprechendes, leckeres Rezept für Spargel? Dann gefällt Ihnen vielleicht dieses Rezept und das Gericht wird Ihnen sicherlich munden. Ich habe es selbst kreiert, und nach der Zubereitung hat der Spargel mit der leckeren Sauce wirklich erstklassig geschmeckt.

Außerdem hatte ich beim Kauf dieses Spargels wirklich ein Novum zu verzeichnen. Kauft man ein Pfund Spargel, also 500 g, so enthält das Pfund meistens 6–8 Spargel, je nach Klasse und

somit Dicke des Spargels. Bei diesem Spargel musste ich mich aber wirklich wundern. Das Pfund Spargel enthielt nur vier (!) Spargel, die allerdings so dick waren wie ein starker, dicker Daumen. Wirklich. Kein Scherz. Da war ich natürlich noch umso mehr auf deren Geschmack gespannt.

Der Spargel, den ich gekauft habe, stammt auch nicht aus den bekannten Regionen in Baden, zum Beispiel aus Schwetzingen, wo sie einen hervorragenden Lößboden zum Spargelanbau haben. Er stammt aus einem Dorf südlich von Bremen. Und klassifiziert ist er mit Klasse I, 16/26. Letzteres bedeutet, dass der Spargel einen Durchmesser von 16–26 mm hat, und somit wird dieser Spargel als Gourmetspargel bezeichnet.

Und für diesen Gourmetspargel habe ich mir eine leckere Sauce einfallen lassen. Hauptzutaten sind Bauchspeck, Austernpilze und frische Petersilie. Gebunden mit Sauerrahm. Und zu dieser Sauce passt auch eine Portion Säure, so dass ich sie mit etwas trockenem Weißwein verlängere.

Für 2 Personen:

- 1 kg Spargel (2 Packungen à 500 g)
- 200 g durchwachsener Bauchspeck
- 200 g Austernpilze
- 60 g frische Petersilie (2 Packungen à 30 g)
- 200 ml Sauerrahm
- Chardonnay
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 12 Min.

Leckerer Gourmetspargel
Spargel putzen und schälen.

Bauchspeck in kleine Würfel schneiden.

Austernpilze ebenfalls kleinschneiden.

Petersilie kleinwiegen.

Spargel in einem Topf mit kochendem Wasser 12 Minuten garen.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Bauchspeck und Pilze darin einige Minuten kross anbraten. Petersilie dazugeben. Rahm dazugeben. Sauce mit einem Schuss Chardonnay verlängern. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles verrühren und ein wenig köcheln lassen. Sauce abschmecken.

Spargel auf zwei Teller verteilen.

Sauce großzügig über die Spargel geben.

Seevieren. Guten Appetit!

Bandnudeln in Sauerrahmsauce mit Mozzarella

Mit leckerer Sauerrahmsauce

Suchen Sie manchmal auch Anregungen für leckere Saucen für Nudeln? Und wissen nicht so genau, wo Sie da fündig werden können? Ich gebe Ihnen hier mal einen Rat: Schauen Sie einmal beim Discounter oder Supermarkt in der Kühltheke nach Brotaufstrichen, möglichst pikant, herzhaft oder auch neutral, natürlich keine süßen Aufstriche wie Marmelade. Aber mit den erstgenannten kann man sich wunderbare Saucen für Nudeln zaubern, indem man diese erhitzt und wenn möglich einfach noch etwas abwandelt.

In diesem Rezept verwende ich einen Brotaufstrich aus Sauerrahm für eine Sauce für Nudeln. Eine Sauerrahmaufstrich

ist natürlich nicht so ganz besonders würzig für Nudeln. Aber man kann ja noch nachhelfen. So kommt eine gute Portion Salz, schwarzer Pfeffer und Paprikapulver hinein. Das macht das Ganze schon etwas würziger.

Dann spendiere ich der Sauce noch eine Portion frische, kleingeschnittene Kräuter. Und zwar Petersilie, Basilikum und Rosmarin. Das rundet die Sauce noch etwas mehr ab.

Und schließlich gebe ich noch eine Packung kleine Mozzarellakugeln in die Sauce. Diese aber bitte nicht schmelzen, denn es soll ja keine Käsesauce werden. Sondern die Kugeln nur anschmelzen.

Noch ein Rat gleich im Anschluss: Wenn Sie den Brotaufstrich im Kochtopf für eine Sauce erhitzen, geben Sie einfach einige Esslöffel des Kochwassers der Nudeln hinzu. Das hat zwei Vorteile: Zum einen ist das Kochwasser schon gesalzen, hat also Würze, zum anderen enthält das Kochwasser auch Stärke der Nudeln und bindet somit die Sauce schön rund ab. Das ist ein alter Trick von professionellen, vorwiegend italienischen Köchen, die damit Nudelsaucen aufbereiten und verlängern.

Dann gibt man die fertig gegarten Nudeln in die Sauce, vermischt alles kräftig und serviert das Gericht in tiefen Nudelteller. Sie werden überrascht sein, wie lecker so ein abgewandelter Brotaufstrich als Sauce für Nudeln schmecken kann.

Für 2 Personen:

- 375 g Bandnudeln
- 1 Schale Sauerrahm-Brotaufstrich (200 g)
- 1 Schale Mini-Mozzarella-Kugeln (150 g)
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Paprikapulver
- Petersilie

- Basilikum
- Rosmarin

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.

Mit Kräutern und Gewürzen
Kräuter kleinschneiden und in eine Schale geben.

Nudeln in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 7 Minuten garen.

Nudeln durch ein Nudelsieb abschütten, dabei aber das Kochwasser auffangen.

Sauerrahm-Brotaufstrich in den gleichen Topf geben und erhitzen. 4–5 Esslöffel Kochwasser dazugeben und alles gut verrühren.

Kräftig mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.

Kräuter dazugeben.

Mozzarellakugeln dazugeben. Alles gut vermischen und

Mozzarellakugeln einige Minuten anschmelzen lassen.

Nudeln dazugeben. Alles vermischen.

Auf zwei tiefe Nudelteller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!