Soja-Spaghetti mit Bohnen-Pesto

Für ein Pesto verwendet man klassisch eigentlich viel frisches Basilikum. Nun, man kann ja ein Pesto auch noch mit vielen anderen Kräuter- oder Gemüsesorten zubereiten. Bei diesem Pesto habe ich auf Schnittbohnen zurückgegriffen, die ich noch in meinem Kühlschrank vorrätig hatte.

Ich verfeinere das Pesto noch zusätzlich mit etwas Senf für Würze. Dann mit sauerer Sahne. Und Olivenöl. Und schließlich, wie es sich für ein Pesto gehört, noch mit einer großen Menge frisch geriebenem Parmesan. Als zusätzliche Note gebe ich eine kleine Portion Pinienkerne hinzu. Und püriere natürlich alles zusammen mit dem Pürierstab fein.

Als Pasta habe ich einmal eine besondere Variante verwendet. Und zwar Pasta aus Soja-Bohnen zubereitet. Sie sind somit grün in der Farbe. Und schmecken sehr lecker.

[amd-zlrecipe-recipe:382]

Leber-Topf

Bei diesem Gericht habe ich einfach einmal frei und kreativ ein Gericht zusammengestellt, mit Zutaten, bei denen ich der Meinung bin, dass Sie gut zusammenpassen.

Man könnte das Gericht auch einen Eintopf nennen.

Leber und Schinken brate ich in der Pfanne kross an.

Bohnen und Pasta gare ich in Gemüsefond.

Den Fond verfeinere ich mit etwas Sahne.

[amd-zlrecipe-recipe:353]

Putenfleisch mit Gemüse und Mi-Nudeln

Putenfleisch. Asiatisch zubereitet. Mit Gemüse, das ich noch im Kühlschrank vorrätig hatte.

Dazu Mi-Nudeln.

Als Gemüse verwende ich Zucchini, Kohlrabi und Schnittbohnen.

Die Sauce bereite ich nur mit dunkler Soja-Sauce und Fisch-Sauce zu.

Für etwas Schärfe sorgen rote Chili-Schoten.

Ein wirklich sehr leckeres und würziges Gericht.

Und das asiatische Gericht ist natürlich sehr schnell zubereitet.

[amd-zlrecipe-recipe:350]

Pferde-Rumpsteak mit Bohnen-Speck-Gemüse

Ein wirklich sehr schmackhaftes Rumpsteak. Ich bin der Meinung, wenn viele Menschen einmal ein Pferde-Rumpsteak gegessen haben, würden sie dies einem Rinder-Rumpsteak vorziehen.

Als Beilage bereite ich Gemüse aus Schnittbohnen und Speck zu.

Das Gemüse wird nur mit etwas Bohnenkraut gewürzt. Es muss nicht weiter gewürzt werden. Der Speck bringt genügend Würze mit.

Das Rumpsteak gelingt wirklich sehr zart und schmackhaft.

[amd-zlrecipe-recipe:192]