# Geschmortes Putenbrustfilet in Algen-Estragon-Sauce mit Salzkartoffeln



Salzkartoffeln als neutralisierende Beilage

Putenfilet einmal anders zubereitet. In einer Sauce aus Wasser und Senf geschmort.

Der Senf ist mit etwas Algen und Estragon hergestellt.

Nach dem Schmoren braucht man die Sauce vermutlich nicht nachwürzen, der Senf bringt genügend Würze mit.

Dazu als neutralisierende Beilage einfache Kartoffeln.

Lecker und schmackhaft.

Für 2 Personen

- 500 g Putenbrustfilet
- 1 Schalotte
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1/2 Glas Algen-Estragon-Senf (100 g)
- 300 ml Wasser
- •8 Kartoffeln
- Salz
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 2 Stdn.



Schalotte, Lauchzwiebel und Knoblauch putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Öl in einem Topf erhitzen und Filet darin kross anbraten.

Gemüse dazugeben und mit anbraten.

Senf dazugeben.

Mit dem Wasser ablöschen.

Vermischen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden köcheln lassen.

15 Minuten vor Ende der Garzeit Kartoffeln schälen. Grob zerkleinern.

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

Sauce abschmecken.

Filet herausnehmen, auf ein Arbeitsbrett geben und tranchieren.

Kartoffeln auf zwei Teller verteilen.

Jeweils einige Scheiben Filet dazugeben.

Sauce über die Kartoffeln und das Filet geben.

Servieren. Guten Appetit!

## Spitzkohl-Salat als Beilage



In kurze, feine Streifen geschnitten würde er besser schmecken …

Ich hatte einen Spitzkohl zur Verfügung.

Und wollte daraus einen schönen Salat zubereiten.

Kohlsalat braucht zumindest einen Tag zum Durchziehen im Kühlschrank, also habe ich den Salat schon am Tag zuvor zubereitet.

Ich wollte aufgrund dessen, dass ich einen halben Spitzkohl zubereiten wollte, den Spitzkohl nicht mit der Hand und dem Messer zuschneiden.

Hätte ich es besser nur getan.

Ich rate dringend davon ab, dies mit der Küchenmaschine zu versuchen.

Ich habe den halben Spitzkohl geputzt und den Strunk entfernt. Und dann in zwei Küchenmaschinen mit drei verschiedenen Reibebzw. Häckselaufsätzen oder -messer versucht, ihn in kleine, kurze Streifen zu schneiden.

Es ging schief. Man erhält als Ergebnis Spitzkohl, der so fein gerieben ist wie Haselnusskerne, die man für einen Haselnusskuchen verwenden will.

Also, völlig daneben und misslungen.

Der geriebene Spitzkohl ist so fein, dass ich die zweite Hälfte ebenfalls so kleinreibe und daraus zusammen mit anderen Zutaten Kohl-Frikadellen zuzubereiten. Ohne Hackfleisch.

Also, machen Sie sich die Mühe und schneiden Sie den Spitzkohl mit einem großen, scharfen Messer in kleine, kurze Streifen mit der Hand. Der Salat dankt es Ihnen.

#### Für 2 Personen

- 1/2 Spitzkohl
- 1/2 TL mittelscharfer Senf
- Salz
- weißer Pfeffer
- Kümmel
- Zucker
- Weißweinessig
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Wartezeit 12 Stdn.



Spitzkohl putzen und den Strunk entfernen. Mit der Hand in feine, kurze Streifen schneiden. In eine Schüssel geben.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Einige Prisen Kümmel dazugeben.

Den Senf dazugeben.

Essig und Öl darüber geben.

Alles gut mit dem Salatbesteck durchmischen.

In der Schüssel über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen.

Servieren. Guten Appetit!

### Der letzte kalte Teller ...



Senf schmeckt sehr stark nach Estragon

Da bin ich doch einem Etikettenschwindel aufgelaufen.

Ich fand bei meinem Discounter Algensenf. Algensenf? Hatte ich nie davon gehört. Noch hatte ich gewusst, dass man aus Algen Senf herstellen kann.

Also kaufte ich ihn probehalber.

Als ich zuhause die Zutatenliste des Senfes las, wurde mir einiges klar.

Der Senf hätte eigentlich korrekt nicht Algensenf mit Estragon, sondern mittelschwarfer Senf mit Algen und Estragon heißen müssen.

Denn von den beiden letzten Zutaten sind nach Angaben nur jeweils 2-3 % enthalten.

Also Algen und Estragon nur als geringe Beimischung. Hätte ich mir auch gleich denken können.

Schmecken tut der Senf wie ein normaler Senf, er ist ja auch aus zwei Senfsaaten hergestellt. Ich schmecke eigentlich keinerlei Algen heraus. Nur der Estragon kommt sehr stark im Geschmack durch und schmeckt eigentlich fast schon zu stark im Vordergrund.

Da ich anfangs davon ausgegangen war, ich hätte eine neue kulinarische Errungenschaft gekauft, wollte ich diese angemessen kredenzen.

Und kaufte noch Wiener Würstchen ein, mit denen ich den Senf testen wollte.

Also ist dies somit ein Rezept für eine kalten Teller mit Wiener Würstchen mit Algen-Estragon-Senf.

#### Für 2 Personen

- 12 Wiener Würstchen (2 Dosen à 6 Stück)
- 1 Glas Algen-Estragon-Senf (200 ml)



Beide Zutaten auf zwei Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

# Lachstatar mit Schrippen



Ein sehr leckeres Tatar

Eine andere Art, Lachs einmal zuzubereiten.

Ich hatte Lachsfilets vorrätig, allerdings nicht frisch, sondern geräuchert.

Das bietet sich somit für ein leckeres Tatar an.

Doch dafür sind noch einige andere, wichtige Zutaten notwendig.

Für Säure und Geschmack sorgen eingelegte Kapern, Weißwein und Zitronensaft.

Für Würze Senf, Salz, Pfeffer und rosenscharfes Paprikapulver.

Als weitere wichtige Zutaten kommen Schalotte und Knoblauch in das Tatar.

#### Für 2 Personen

2 geräucherte Lachsfilets

- 4 eingelegte Sardellenfilets (Glas)
- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 2 TL Kapern (Glas)
- 1 TL scharfer Senf
- Weißwein
- 1/2 Zitrone (Saft)
- Salz
- Pfeffer
- rosenscharfes Paprikapulver
- Schnittlauch
- 4 Schrippen

Zubereitungszeit: 15 Min.



Lachs und Sardellen mit dem Messer auf einem Arbeitsbrett sehr fein hacken. In eine Schüssel geben.

Kapern in der gleichen Weise fein hacken und dazugeben.

Schalotten und Knoblauch schälen, ebenfalls sehr

kleinschneiden und auch dazugeben.

Schnittlauch kleinschneiden und dazugeben.

Einen Spritzer Weißwein und etwas Zitronensaft dazugeben.

Mit Salz, Pfeffer und etwas Paprikapulver würzen.

Senf dazugeben.

Alles gut vermischen und abschmecken.

Tatar in zwei Eierringe auf zwei Teller geben. Leicht festdrücken und Eierrringe entfernen.

Jeweils zwei Schrippen dazu reichen.

Servieren. Guten Appetit!

# Geschmorte Rinder-Rouladen mit Salzkartoffeln



Lecker geschmorte Rouladen Ein klassisches Gericht. Rinder-Rouladen, zwei Stunden geschmort. In einer dunklen Bratensauce. Dazu klassisch als Beilage einfach Salzkartoffeln.

Jedoch nicht klassisch die Füllung.

Ich wollte es mir nämlich anfangs einfach machen und hatte gedacht, ich hätte bei meinem Discounter schon gefüllte Rouladen gekauft. Dem war jedoch nicht so. Es waren nur die Fleischscheiben aus der Rinderkeule.

Und ich hatte die klassischen Zutaten für eine Füllung nicht zuhause. Sprich Speckscheiben, eingelegte Gurken usw. Nur den notwendigen Senf hatte ich vorrätig. Also habe ich schnell eine eigens kreierte Füllung zubereitet. Aus dem genannten Senf für Würze und Bindung, Sardellenfilets, grünen Oliven, Lauchzwiebeln, Zwiebeln und Knoblauch.

Das Gericht gelingt auch mit dieser variierten Füllung hervorragend und schmeckt einfach sehr lecker.

Und für den vollen Genuss gibt es für jeden auch satte drei Rouladen auf den Teller.

Mit einer hervorragenden Sauce.

Nebenbei eine kleine Anekdote am Rande: Ich bin ja mittlerweile auch schon 59 Jahre alt und gehe somit strikt auf die 60 zu. Und kann daher in diesem Alter auch schon nicht mehr so gut sehen. Kurz gesagt, ohne Lesebrille geht bei mir mittlerweile auch nichts mehr. Ich schreibe somit diese Blogbeiträge auch nur noch noch mit Lesebrille. Und da ich mit meinem Brillengeschäft, von dem ich meine Lesebrille habe, sehr zufrieden bin, möchte ich Ihnen auch dieses Geschäft nicht vorenthalten und somit empfehlen: Fielmann.

Meine Mutter ist ja mittlerweile auch schon 91 Jahre alt. Und bei ihr geht nicht nur ohne Lesebrille nichts mehr. Sondern auch ohne Hörgerät nichts mehr. Und sie hat mir tatsächlich eine Möglichkeit empfohlen, einen Hörgeräteakustiker zu finden. Sie ist sehr zufrieden mit dieser Möglichkeit, weil sie hierüber auch Ihr Hörgerätegeschäft gefunden hat. Wenn ich also ins höhere Alter komme und dann auch einmal auf ein Hörgerät angewiesen sein sollte, weiß ich, wo ich suchen muss. Und Sie können sich dort auch schon gern einmal nach einem Hörgerätegeschäft umschauen. Schauen Sie einfach bei Phonak – einen Hörakustiker in Ihrer Nähe finden.

## Ochsenziemer-Ragout

mit

## Tortiglioni



Würziges Ragout mit Innereie mit ungewohnter Konsistenz

Mein erstes Gericht mit Ochsenziemer, also dem Penis eines Ochsen, ging schief. Das war aber auch nicht verwunderlich. Dies ist mir schon des öfteren passiert, wenn ich eine Innerei das erste Mal zubereitet habe und essen wollte.

Ochsenzimer ist nichts zum Kurzbraten. Das habe ich feststellen müssen, als ich den ersten Ochsenziemer in der Grillpfanne gegrillt habe und ihn dann im Backofen noch nachgaren ließ. Er war hart und zäh und nicht essbar.

Ich teilte dies meinem Online-Schlachter mit, der dies auch bestätigte, indem er mir einen Link für einen Penis-Eintopf schickte. Somit also ein Rezept für langes Garen und Schmoren. Das Rezept war auf Englisch und beschrieb die Zubereitung eines traditionell jüdischen Eintopfs, das ich so auch nicht kannte oder davon wusste. Ich habe aber dieses Rezept nicht nachgekocht. Sondern einfach ein eigenes Rezept kreiert. Mit Ochsenzimer. Und den mir bekannten Zutaten für ein gutes Ragout.

Der Penis eines Ochsen scheint anders aufgebaut zu sein als der menschliche Penis. Letzterer ist ein Schwellkörper, in den bei einer Erektion Blut aus dem Körper fliesst und somit der Penis sich vergrößert und versteift. Der Ochsenzimer hat einen bestimmten Bestandteil, der an Knorpel erinnert. Es ist aber kein fester, harter Knorper, den man nicht kauen kann. Sondern ist eher eine feste Kollagenmasse. Diese wird beim Schmoren weich und man kann sie kauen. Das scheint auch kein Wunder zu sein, denn der Ochsenziemer ist immerhin etwa einen halben Meter lang. Und irgendwie muss es ein Stier ja zustande bringen, dass sein Schniedel fest und hart wird und er somit eine Kuh besamen kann.



#### Beim Anbraten

Ich bereite dieses Ragout mit mir bekannten Zutaten zu. Und lasse den Ochsenziemer, den ich vor dem Schmoren quer in grobe Stücke schneide, im Ragout drei Stunden schmoren. Innereien sind ja immer eine Geschmacks- und auch Einstellungssache. Viele Menschen, vielleicht besonders Frauen, würden dieses Gericht vielleicht nicht essen. Wenn man sich bewusst macht, dass man einen Penis isst. Und der Ochsenziemer schmeckt nicht wie ein Ragout aus Muskelfleisch wie Gulasch oder Geschnetzeltes. Wie schon erwähnt, scheint er leicht feste Kollagenfasern zu beinhalten. Man kann diese zwar kauen. Aber das Ragout hat so seinen eigene Konsistenz und auch Geschmack. Aber es ist eine interessante Variante einer Innereie. Die durchaus schmackhaft ist, wenn man sie nur selten zubereitet. Kalbsbries, Kalbshirn oder auch Pansen schmeckt ja auch sehr eigen und hat jeweils eine eigene Konsistenz und Geschmack.

Und außerdem liegt dieses Gericht ganz im Sinne dessen, dass man nachhaltig zubereitet und isst. Und eben nicht nur die Edelstücke wie Filet oder Rumpsteak zubereitet und isst. Sondern eben auch einmal die weniger geschätzten Teile eines Tieres, die in diesem Fall zu den Innereien und hier den Genitalien gehören.

# Pochierte Eier mit Oliven, grobkörnigem Senf und

### Schnittlauch



Verschiedene Geschmacksnuencen

Pochierte Eier als kleiner Abend-Snack.

Dazu grüne Oliven aus dem Glas.

Etwas grobkörniger Senf.

Und als Garnitur kleingeschnittener Schnittlauch.

[amd-zlrecipe-recipe:1230]

### Innereien-Taschen

Ein Rezept für Taschen aus dem Backofen mit einer Innereien-Füllung.

Für den Teig habe ich es mir einfach gemacht und fertigen Pizzateig mit Backpapier aus der Packung verwendet.

Also ein Hefeteig.

[amd-zlrecipe-recipe:1126]

# Frische Innereien-Ravioli mit Olivenöl und Parmigiano Reggiano

Hier ein Rezept für frische Ravioli, die ich mit einer Farce aus Innereien, Gemüse und Gewürzen fülle.

Die selbst hergestellten Ravioli gelingen wunderbar. Nur sind die Teigplatten, die ich mit meiner Pastamachine hergestellt habe, doch eher für Lasagne geeignet, als für Ravioli. Sie sind etwas dick.

Aber die Füllung ist sehr würzig und schmeckt gut.

Ich klappe die Teigplatten mit der Füllung zusammen und presse die Ränder aufeinander. Vorsichtshalber sollte man aber die Ränder doch mit einer Gabel fest zusammendrücken, damit die Ravioli beim Garen nicht aufplatzen. Ich lasse die Ravioli daher auch nur in ganz leicht kochendem und nicht stark sprudelnden Wasser garen, um ein Aufplatzen zu vermeiden.

Auch bei dieser gefüllten Pasta gilt wieder, wenn sie an der Wasseroberfläche schwimmen, sind sie gar.

[amd-zlrecipe-recipe:1125]

## Nackenbraten in dunkler Sauce mit Basmati-Reis

Hier ein Rezept für einen leckeren Nackenbraten, den ich in Rotwein 3 1/2 Stunden schmore.

Ich habe einen Teil des Bratens vor einigen Tagen schon einmal auf die gleiche Weise zubereitet, dabei aber mit Pasta als Beilage. Da das Gericht sehr gut gelungen war, teile ich das Rezept hier aber mit Reis als Beilage nochmals mit.

Der Braten gelingt erwartungsgemäß sehr gut, und man braucht kein Messer, um das Fleisch zu zerteilen.

Leider hat die lange Schmorzeit und das weichgeschmorte Fleisch auch einen Nachteil: Man kann den Braten nicht mehr richtig in Scheiben schneiden und schön anrichten, da er einfach zu sehr zerfällt.

Dazu leckere Basmati-Reis als Beilage.

Und die Sauce mit Tomatenmark, Rotwein und Gewürzen gelingt natürlich hervorragend.

# Nackenbraten in dunkler Sauce mit Garofalo

Hier ein Rezept für einen leckeren Nackenbraten, den ich in Rotwein 3 1/2 Stunden schmore.

Der Braten gelingt erwartungsgemäß sehr gut, und man braucht kein Messer, um das Fleisch zu zerteilen.

Leider hat die lange Schmorzeit und das weichgeschmorte Fleisch auch einen Nachteil: Man kann den Braten nicht mehr richtig in Scheiben schneiden und schön anrichten, da er einfach zu sehr zerfällt.

Dazu eine leckere Pastasorte als Beilage.

Und die Sauce mit Tomatenmark, Rotwein und Gewürzen gelingt natürlich hervorragend.

[amd-zlrecipe-recipe:1117]

# Kartoffeleintopf mit Speck und Wiener Würstchen

Einfacher Eintopf.

Aus Kartoffeln und weiterem Gemüse zubereitet.

Mit etwas Bauchspeck.

Und Senf und Weißwein-Essig.

Ich verlängere den Eintopf noch mit etwas Gemüsefond.

Und ich püriere nur einen Teil der Kartoffeln fein, und den anderen Teil der Kartoffeln stampfe ich mit dem Stampfgerät grob, damit noch einige Stückchen im Eintopf sind.

Dazu Wiener Würstchen.

[amd-zlrecipe-recipe:1099]

# Pansen-Champignons-Ragout mit Senf-Sauce und Fusilli

Hier habe ich ein Ragout kreiert, für das ich einen halben Liter meines vor kurzem zubereiteten Gemüsefonds verwendet habe.

Ich gebe in das Ragout noch zwei Esslöffel Senf hinzu und bilde somit eine Senf-Sauce.

Aufgrund des verwendeten Senfs und des Gemüsefonds brauche ich

die Sauce fast nicht würzen, ich muss sie nur noch salzen.

Als Hauptzutat für das Ragout verwende ich Pansen und braune Champignons.

Dazu kommen noch Lauchzwiebel, Zwiebeln und Knoblauch.

Als Beilage serviere ich Fusilli.

Das Ragout gelingt ausgesprochen lecker und ist sehr schmackhaft.

[amd-zlrecipe-recipe:1053]

# Rinder-Rouladen Salzkartoffeln

mit

Ein klassisches Gericht.

Rinder-Rouladen mit Salzkartoffeln.

Die Füllung ganz klassisch, Senf, Bauchspeck und Gurke.

Ich brate die Rouladen auch vor dem Schmoren auf allen Seiten kräftig an, um mehr Röststoffe zu bekommen.

Dazu noch Schalotten, Lauchzwiebeln und Knoblauch. Und Tomatenmark. Dies brate ich alles auch im Öl an.

Das Ganze mit einem guten Schluck Rotwein abgelöscht.

Das ergibt eine dunkle, sehr sämige Braten-Sauce, da das Gemüse beim langen Schmoren schmilzt und die Sauce sämig abbindet. Herrlich!

Da die Rouladen und die Sauce somit sehr würzig ausfallen,

passen dazu als Beilage gut Salzkartoffeln, die leicht neutralisierend wirken und die starke Würze etwas abmildern.

[amd-zlrecipe-recipe:988]

# Bier-Gulasch Kartoffelklößen

mit

Für das Gulasch habe ich Pferdefleisch verwendet. Und zwar kleingeschnittenes Braten-Fleisch.

Dazu Zwiebeln, Knoblauch und Tomate.

Zusätzlich für mehr Aroma frischer Rosmarin und Thymian.

Für die Sauce gebe ich eine Dose Pilsener dazu und lasse das Gulasch gute 2 Stunden schmoren.

Ergebnis ist ein geschmacklich hervorragendes Gulasch mit einer leckeren Sauce.

Als Beilage verwende ich dieses Mal selbst zubereitete Kartoffelklöße. Diese gelingen hervorragend und schmecken wirklich köstlich.

[amd-zlrecipe-recipe:978]

# Bier-Gulasch mit frischer Penne

Für das Gulasch habe ich Pferdefleisch verwendet. Und zwar kleingeschnittenes Braten-Fleisch.

Dazu Zwiebeln, Knoblauch und Tomate.

Zusätzlich für mehr Aroma frischer Rosmarin und Thymian.

Für die Sauce gebe ich eine Dose Pilsener dazu und lasse das Gulasch gute 2 Stunden schmoren.

Ergebnis ist ein geschmacklich hervorragendes Gulasch mit einer leckeren Sauce.

Als Beilage verwende ich dieses Mal selbst zubereitete Patsa, und zwar Penne. Diese gelingt hervorragend und schmeckt wirklich köstlich.

[amd-zlrecipe-recipe:915]