Rindergulasch in dunkler Thymian-Sauce auf Basmatireis

Leckeres, würziges Gulasch …
Greifen Sie bei einem Gulasch mit Rindfleisch nicht gleich zu teurem Rindergulaschfleisch, das Ihnen der Verkäufer an der Frischfleischtheke im Supermarkt anbieten will. Oder das Sie sonst auch beim Discounter beziehen können.

Es geht auch preiswerter. Greifen Sie einmal zu Rindersuppenfleisch. Das ist günstiger und, da ebenfalls Schmorfleisch, gut geeignet für ein Rindergulasch, das einige Stunden schmort. Und da das Suppenfleisch deutlich mehr Fettanteile als Rindergulaschfleisch besitzt und Fett ein Geschmacksträger ist, wird das Gulasch auch saftiger und aromatischer.

Zutaten für 2 Personen:

- 250 g Rindersuppenfleisch
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 500 ml Bratenfond
- 1 Thymiansträußchen (15 g)
- Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 1 TL Tomatenmark
- 1 TL Senf
- 1 Tasse Basmatireis
- Olivenöl
- Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Schmorzeit 2 Stdn.

… mit Rindersuppenfleisch

Zubereitung:

Suppenfleisch in mundgerechte Stücke zerteilen und in eine Schale geben.

Zwiebeln und Knoblauch putzen, schälen, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Thymiansträußchen mit Küchengarn zusammenbinden.

Öl in einem kleinen Topf erhitzen und Suppenfleisch darin kross anbraten. Herausnehmen und in eine Schale geben. Zwiebeln und Knoblauch in den Topf geben und glasig dünsten. Tomatenmark dazugeben und mit anbraten. Fleisch wieder dazugeben. Mit dem Fond aufgießen. Senf hinzugeben. Mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Thymiansträußchen in den Fond legen, damit es mitschmoren kann. Alles zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden schmoren.

Kurz vor Ende der Garzeit Basmatireis in einem Topf mit der doppelten Tassenmenge an kochendem, leicht gesalzenem Wasser 11 Minuten garen.

Petersilie kleinschneiden.

Thymiansträußchen aus der Soße nehmen. Soße abschmecken.

Basmatireis auf zwei tiefe Teller geben. Gulasch großzügig mit Fleisch und viel Soße darüber geben. Mit etwas Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Pizza Fantasia

Phantasiepizza

Zutaten für 2 Personen:

- 1 Flammkuchenteig (Packung)
- 1/2 Tube Tomatenmark
- viel getrockneter Majoran
- Salz
- Pfeffer
- 10 Cherrydatteltomaten
- 5 braune Champignons
- ein Stück Hokkaido-Kürbis
- 100 g Grano Padano

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Backzeit 10 Min. bei 200 °C Umluft

Vegetarisch

Zubereitung:

Flammkuchenteig auf dem Backpapier auf einem Backblech ausrollen.

Tomaten und Champignons in feine Scheiben schneiden und jeweils in eine Schale geben.

Kürbis in kleine, quadratische, feine Scheiben schneiden und auch in eine Schale geben.

Grano Padano in der Küchenmaschine fein in eine Schale reiben.

Tomatenmark auf dem Flammkuchenteig verteilen und mit dem Backpinsel gut verstreichen. Mit Majoran, Salz und Pfeffer würzen. Gemüse auf dem Flammkuchenteig verteilen. Grano Padano darüber verstreuen.

Backblech die oben angegebene Zeit auf mittlerer Ebene in den Backofen geben.

Herausnehmen und Pizza mit dem Pizzarad in sechs rechteckige Stücke zerteilen.

Auf zwei große Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Frische Tagliolini mit Tomatensauce

Extrem leckeres Pastagericht
Zutaten für 2 Personen:

- 2 Zwiebeln
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen

- 2 grüne Peperoni
- 1 EL Tomatenmark
- 20 Minirispen-Tomaten
- 15 g frischer Thymian (1 Packung)
- etwa 200–300 ml Wasser
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- 350 g frische Tagliolini (paglia e fieno, wie Stroh und Heu, zweifarbig)
- Grana Padano

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 1 Std.

Mit frischer Pasta

Zubereitung:

Blättchen des Thymians abzupfen und in eine Schale geben.

Zwiebeln, Lauchzwiebeln, Knoblauch und Peperoni putzen,

gegebenenfalls schälen und kleinschneiden. Bei den Peperoni das Kerngehäuse nicht entfernen, sondern mit kleinschneiden. Alles in eine Schale geben.

Tomaten vierteln und ebenfalls in eine Schale geben.

Öl in einem Topf erhitzen und Gemüse außer den Tomaten darin andünsten. Tomatenmark dazugeben und mit anbraten. Tomaten dazugeben. Mit Wasser ablöschen. Thymian dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen. Dann Sauce abschmecken.

Kurz vor Ende der Garzeit Tagliolini in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 3 Minuten garen. Tagliolini in ein Nudelsieb geben und Kochwasser abschütten. Zu der Sauce geben und alles gut vermischen.

Tagliolini mit Sauce auf zwei tiefe Pastateller verteilen. Großzügig mit frisch geriebenem Grana Padano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Paprika-Chunks-Gulasch in Rotwein-Sauce auf Tagliatelle

Leckeres Gulasch

Sie werden sich fragen, was Chunks sind. Wenn Sie nicht in der vegetarischen oder veganen Küche beheimatet sind, wird Ihnen dieser Begriff fremd sein. Da ich mich in dieser Küche auch nur selten bewege, musste ich auch danach recherchieren.

Chunks ist englisch und bedeutet soviel wie „Brocken“. Es handelt sich im Grunde einfach um Gemüseteile oder -stückchen, die vorwiegend aus Erbsen- oder Sojaprotein hergestellt werden. In diesem Rezept das letztere.

Vergleichen Sie beim Essen das Gulasch nicht mit einem Fleischgulasch aus Rinder- oder Schweinefleisch. Da gehen Sie den falschen Weg. Beurteilen Sie das vegane Gulasch für sich allein. Ohne dabei einen Vergleich anzustellen. Sie können sagen, okay, schmeckt gut, oder schmeckt nicht gut. Diese Zutaten oder dieses Aroma schmecken besonders gut heraus. Und diese oder jene Zutat hat gefehlt und hätte man noch hinzufügen können. Dann kommen Sie zu einem gerechteren, weil abgewogenen Urteil.

Mir selbst hat das Gulasch mit den Chunks sehr gut geschmeckt, ich kann es somit empfehlen und werde es wieder einmal kochen.

Bei Schmorgerichten wie diesem, das eine halbe Stunde oder auch gern mehrere Stunden benötigt, vertreibe ich mir die Zeit des Schmorens gern mit guter Musik in meiner Küche und spiele dazu ein paar Casinospiele im Internet. Ich bin vor kurzem auf den Anbieter Fonbet Casino gestoßen (originäre Internetadresse https://fonbet.com/). Ich nutze dort meistens einige Spielautomaten für einige unterhaltende Spiele. Manchmal gewinne ich dort sogar etwas Geld. Das Online-Casino bietet Casino, Live-Casino und Spielautomaten. Da ist wirklich für jeden etwas dabei. Und außerdem auch noch eine Mobile App für Dein Smartphone. Verantwortungsvoll weist der Betreiber des Online-Casinos auch darauf hin, dass Glücksspiel eine angenehme Unterhaltung sein sollte, nicht ein Weg, um finanzielle Probleme zu lösen.

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g in Paprika marinierte Chunks (2 Packungen à 200 g, aus Sojaprotein)
- 10 braune Champignons
- 6 Knoblauchzehen
- ein großes Stück frischer Bio-Ingwer
- trockener Rotwein
- Tomatenmark
- 1 EL rosenscharfes Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 400 g frische Tagliatelle
- Öl
- veganer Hartkäse

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Schmorzeit 30 Min.

Mit Chunks aus Sojaprotein

Zubereitung:

Champignons halbieren, dann quer in dünne Scheiben schneiden. In eine Schale geben.

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

Ingwer auf einer feinen Küchenreibe in eine Schale reiben.

Öl in einem Topf erhitzen und Knoblauch darin andünsten. Chunks und Champignons dazugeben und mit anbraten. Etwas Tomatenmark dazugeben und ebenfalls anbraten. Mit einem guten Schluck Rotwein ablöschen. Ingwer dazugeben. Mit Paprikapulver, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur 30 Minuten schmoren. Dann Sauce abschmecken.

Kurz vor Ende der Schmorzeit Tagliatelle in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 2 Minuten garen. Nudeln durch ein Nudelsieb geben und auf zwei tiefe Nudelteller

verteilen.

Gulasch mit viel Sauce großzügig darüber verteilen. Mit etwas frisch geriebenem Hartkäse garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Vegane Spaghetti Bolognese

Ein Klassiker. Zubereitet aus faschiertem Fleisch, Tomatenmark, und auch eventuell Tomaten, einigen Gewürzen. Dazu Spaghetti. Und kräftig Grano Padano darüber gerieben.

Als alleinstehendes Gericht beurteilt …
Ich dachte mir, das kann man auch einmal vegan zubereiten. Da kann man sicherlich nicht viel falsch machen. Und schmecken sollte es auch. Denn mit veganem Hackfleisch aus Sojaprotein

sollte das Gericht, der Klassiker, auch gelingen.

Ich habe das vegane Fleisch – ein wirklich irreführender Ausdruck – mit den Zutaten tatsächlich drei Stunden bei geringer Temperatur schmoren lassen. Herausgekommen ist eine wirklich sehr leckere Sauce.

Wenn man jedoch den Fehler begeht und das Gericht mit einem Gericht mit Rinderhackfleisch vergleicht, merkt man schon die Unterschiede. Es fehlt etwas der würzige, kräftige Geschmack von kross und knusprig angebratenem Rinderhackfleich, das dadurch viel Röststoffe in die Sauce mitbringt. Das fehlt dem Gericht ein wenig.

Aber beurteilt man das vegane Gericht für sich allein, was man eigentlich machen sollte, muss ich sagen, es schmeckt und ist lecker. Ein gelungenes veganes Gericht und daher empfehlenswert. Daumen hoch!

Für 2 Personen:

- 500 g veganes Hackfleisch (aus Sojaprotein, 2 Packungen à 250 g)
- 500 g Cherrydatteltomaten
- 2 EL Tomatenmark
- scharfes Paprikapulver
- Kreuzkümmel
- schwarzer Pfeffer
- Salz
- Zucker
- 300 ml Wasser
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- Olivenöl
- 350 g Spaghetti
- Veganer Hartkäse
- Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Schmorzeit 3 Stdn.

… lecker und schmackhaft
Tomaten quer dritteln. In eine Schüssel geben.

Olivenöl in einem Topf erhitzen. Hackfleisch, Zwiebel und Knoblauch darin kross und knusprig anbraten. Tomatenmark dazugeben und ebenfalls mit anbraten. Tomaten dazugeben. Mit dem Wasser ablöschen. Sehr kräftig mit Paprika, Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles gut vermischen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 3 Stunden schmoren.

Kurz vor Ende der Garzeit Spaghetti 8 Minuten in kochendem, leicht gesalzenem Wasser garen.

Sauce abschmecken. Pasta durch ein Nudelsieb geben. In die Sauce geben und alles gut vermischen.

Auf zwei tiefe Pastateller verteilen. Mit frisch geriebenem Hartkäse garnieren. Dann noch etwas frische, kleingeschnittene

Petersilie daraufgeben.

Servieren. Guten Appetit!

Rinderherzgulasch mit Rosenkohl und Kartoffeln

Wie bereiten Sie am liebsten eine Sauce für ein Ragout oder Gulasch zu? Klassisch mit Tomatenmark und Rotwein? In einer Weißweinsauce? Mit Senf? Oder mit Sahne und/oder Crème fraîche? Oder haben Sie noch weitere Varianten, die Sie mir sogar mitteilen können, um mein Saucenspektrum zu erweitern?

Sauce tomatisiert und mit Rotwein gebildet
Ich hatte zunächst an ein Ragout mit Rinderhez gedacht. Mit einer Senfsauce vielleicht. Dann kam in einem Rezepte-

Newsletter der Supermarktkette REWE ein Vorschlag für ein Gulasch in einer klassischen Sauce. Nicht mit Nudeln oder Reis als Sättigungsbeilage. Sondern mit Rosenkohl. Was ich schnell mit Kartoffeln ergänzte. Beides nach dem Garen kurz angebraten, um die Röststoffe auf das Gulasch zu geben.

Und dieses Rezept ist tasächlich ein Rezept für eine Gulaschsauce klassischer Art. Natürlich mit Zwiebeln, die in der Sauce schmelzen und diese sämiger machen. Allerdings nicht in der Weise, dass Fleisch und Zwiebeln jeweils zur Hälfte verwendet werden, das wäre dann nämlich ein Saftgulasch. Mit vielen Gewürzen. Dann tomatisiert mit Tomatenmark. Und abgelöscht mit Gemüsebrühe und trockenem Rotwein. Am besten alles lange schmoren und dann die Sauce noch eine halbe Stunde einreduzieren,

Ich kann Ihnen nur sagen, dass dieses Gulasch wirklich hervorragend gelingt. Und die klassische Sauce ist echt eine Bombe! Sie schmeckt so gut, dass man sich im wahrsten Sinne des Wortes hineinsetzen könnte. Klasse!

Ach übrigens, das Rinderherz, ein sehr fester, kompakter Muskel, der beim Braten leicht zäh und hart wird, wird durch das lange Schmoren hervorragend weich und zart. Es kann zwar den Vergleich mit Bratenfleisch, das einige Stunden geschmort wurde und das man mit der Gabel zerteilen kann, nicht ganz bestehen. Aber es gelingt sehr zart und schmeckt sehr lecker.

Ein klassisches und hervorragendes Gulasch

Für 2 Personen:

- 400 g Rinderherz
- 2 Zwiebeln
- 6 Knoblauchzehen
- 2 EL Tomatenmark
- Cayennepfeffer
- edelsüßes Paprikapulver
- 1 TL getrockneter Majoran
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 300 ml Vin de Pays (trockener Rotwein)
- 300 ml Gemüsebrühe
- Rapsöl
- 200 g Rosenkohl
- 4 Kartoffeln

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 2,5

Stdn.

Zwiebeln schälen, in Streifen schneiden und in eine Schale geben.

Knoblauch schälen, mit einem breiten Messer flach drücken, kleinschneiden und zu den Zwiebeln geben.

Rinderherz in kleine Würfel schneiden und in eine Schale geben. mit Cayennepfeffer, Paprikapulver, Majoran, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Gewürze in das Fleisch ein wenig einmassieren.

Öl in einem Topf erhitzen und Fleisch und Gemüse scharf anbraten. Dabei des Öfteren mit dem Kochlöffel umrühren.

Tomatenmark dazugeben und ebenfalls mit anbraten.

Mit der Brühe und dem Wein ablöschen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur 2,5 Stdn. schmoren.

Eine halbe Stunde vor Ende der Garzeit Rosenkohl putzen und in eine Schüssel geben. Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und ebenfalls in eine Schüssel geben.

Während dieser halben Stunde den Deckel vom Gulasch nehmen und Sauce noch kurz einreduzieren lassen.

Wasser in einem Topf erhitzen und Rosenkohl und Kartoffeln darin etwa 15 Minuten garen. Kochwasser durch ein Küchensieb abschütten.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Rosenkohl und Kartoffeln darin unter Rühren einige Minuten kross anbraten.

Sauce des Gulasch abschmecken und bei Bedarf nachwürzen.

Gulasch mit Sauce auf zwei tiefe Teller verteilen.

Rosenkohl und Kartoffeln auf die beiden Teller auf das Gulasch

verteilen.

Röststoffe am Boden der Pfanne mit dem Pfannenwender ablösen und über das Gericht geben.

Servieren. Guten Appetit!

Bandnudeln mit Hackfleisch-Tomaten-Sahne-Sauce

Sie suchen eine Variation einer leckeren Pastasauce? Und Sie essen auch gerne scharf? Und gern mit viel frischen Kräutern? Dann habe ich hier ein Rezept für Sie, das Ihnen sicherlich schmecken wird.

Es ist keinesfalls eine gewöhnliche Hackfleischsauce. Sie wird zwar mit Tomatenmark tomatisiert. Und es kommen zusätzlich noch genügend Rispentomaten und Kirschtomaten hinein. Und dann noch Schalotte und Knoblauch.

Das Besondere ist aber die halbe Habanerõ, die ich für die Schärfe hineingebe.

Und dann natürlich noch die vielen, frischen Kräuter, die in die Sauce hineinkommen. Petersilie, Majoran, Oregano und Rosmarin. Nur der frische Thymian war mir leider ausgegangen.

Und ein wenig abgebunden und verfeinert wird die Sauce noch mit Sahne.

Alles in allem ergibt dies eine leckere Variation einer Hackfleischsauce. Aber keine Bange, die Sauce ist aufgrund der verwendeten Habanerõ nicht zu scharf, sie ist durchaus noch essbar.

Denn da die Pasta ja dabei das etwas neutralisierende Pendant darstellt, denn sie ist ja nicht gewürzt, darf die Sauce ruhig ordentlich Bums haben.

Als kleine Garnitur kommt natürlich noch frisch geriebener Parmigiano Reggiano auf das Gericht.

Kochen Sie es nach und lassen Sie es sich schmecken! Ich habe mich jedenfalls schon den ganzen Tag auf das Gericht gefreut!

Für 2 Personen:

- 500 g gemischtes Hackfleisch
- 1 Schalotte
- 4 Knoblauchzehen
- 1/2 Habanerõ
- 1 EL Tomatenmark

- 5 Mini-Rispentomaten
- 10 Kirschtomaten
- 30 g Petersilie
- 15 g Majoran
- 15 g Oregano
- 15 g Rosmarin
- 1 EL mildes Paprikapulver
- 1 TL scharfer Senf
- Salz
- Zucker
- 400 ml Gemüsefond
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- 375 g Bandnudeln
- Rapsöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 2 Stdn.

Alle Kräuter kleinschneiden und in eine Schale geben.

Tomaten putzen, in kleine Stücke schneiden und ebenfalls in eine Schale geben.

Schalotte und Knoblauch putzen, schälen und kleinschneiden. Habanerõ putzen, Kerngehäuse entfernen und kleinschneiden. Alles in eine Schale geben.

Öl in einem großen Topf erhitzen und Schalotte, Knoblauch und Habanerõ glasig dünsten. Tomatenmark dazugeben, ebenfalls anbraten und alles ein wenig tomatisieren. Hackfleisch dazugeben, kross anbraten und etwas Flüssigkeit ziehen lassen.

Tomaten dazugeben. Ebenfalls Kräuter dazugeben. Mit dem Fond ablöschen. Sahne dazugeben. Senf hinzugeben. Mit dem Paprikapulver und mit Salz würzen. Eine Prise Zucker dazugeben.

Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden köcheln lassen.

Kurz vor Ende der Garzeit Bandnudeln in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 7 Minuten garen. Nudeln durch ein Küchensieb geben und das Kochwasser abschütten.

Sauce abschmecken.

Nudeln zur Sauce geben und alles gut vermischen. Inhalt auf zwei tiefe Nudelteller geben.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Basmati-Reis mit scharfer Tomatensauce

Leckeres, einfaches Gericht

Ein einfaches Gericht.

Mit einer leckeren, leicht scharfen Tomatensauce.

Die Peperoncino gibt der Sauce die leichte Schärfe.

Und alle anderen Zutaten die leckere Würze.

Als Beilage einfach vorgedämpfter Reis aus der Packung, wie man ihn beim Discounter oder Supermarkt bekommt.

Für 2 Personen:

- 2 Packungen vorgedämpfter Basmati-Reis (à 250 g, mit Kokosnuss, Chili-Schote und Zitronengras)

Für die Sauce:

- 2 große, braune Champignons
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen

- 1 Lauchzwiebel
- etwas frische Petersilie
- 1 TL Tomatenmark
- 200 g passierte Tomaten (Packung)
- ¼ rote Paprika
- 1 Peperoncino
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- weißer Burgunder
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 15 Min.

Schmackhafte Sauce

Alle Zutaten putzen, gegebenenfalls schälen und sehr kleinschneiden.

Öl in einem Topf erhitzen und die Zutaten darin kurz anbraten.

Tomatenmark dazugeben und mit anbraten.

Passierte Tomaten dazugeben.

Mit einem großen Schluck Weißwein ablöschen.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Sauce abschmecken.

Etwa 10 Minuten köcheln lassen.

Kurz vor Ende der Garzeit Reispackungen etwas durchkneten, um den Reis aufzulockern.

Dann Packungen oben aufschneiden.

Packungen stehend der Mikrowelle bei 800 Watt 2 Minuten erhitzen.

Reis auf zwei tiefe Teller verteilen.

Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

Pferdebraten in Gemüse-Sauce mit Bandnudeln

Mit leckeren, deutschen Bandnudeln

Ein frisch zubereiteter, leckerer Pferdebraten.

Ganz klassisch mit diversem Gemüse und Tomatenmark angebraten.

Dann mit Wein abgelöscht.

Und mit Salz, Pfeffer, Cayenne-Pfeffer, Kreuzkümmel und Zucker gewürzt.

Nach dem Schmoren des Bratenfleischs püriere ich das Gemüse in der Sauce mit dem Pürierstab fein, so dass man eine leckere, sämige Sauce erhält.

Dazu als Beilage Bandnudeln.

Für 2 Personen:

- 1 kg Pferde-Bratenfleisch
- 1 Süßkartoffel
- 2 Pastinaken
- 2 Stängel Staudensellerie
- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln

- 2 Wurzeln
- ein großes Stück frischer Ingwer
- 150 g Tomatenmark
- 1 Flasche Chianti
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Cayenne-Pfeffer
- gemahlener Kreuzkümmel
- Zucker
- 10 Lorbeerblätter
- 350 g Bandnudeln
- Olivenöl
- etwas Schnittlauch

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Schmorzeit 2 Stdn.

Mit tomatiger Gemüse-Sauce

Fleisch auf allen Seiten mit Salz, Pfeffer, Cayenne-Pfeffer, Kreuzkümmel und einer Prise Zucker würzen.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Öl in einem großen Topf erhitzen.

Fleisch auf allen Seiten einige Minuten kross anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben.

Gemüse im Öl einige Minuten kross anbraten.

Tomatenmark dazugeben und mit anbraten.

Mit dem Wein ablöschen.

Fleisch wieder in den Topf geben.

Alles zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden schmoren.

Kurz vor Ende der Garzeit Pasta nach Anleitung zubereiten.

Fleisch herausnehmen.

Lorbeerblätter entfernen.

Sauce mit dem Pürierstab fein pürieren.

Sauce abschmecken.

Felsich wieder in den Topf geben und erhitzen.

Pasta auf zwei Teller verteilen.

Fleisch auf ein Arbeitsbrett geben und zerteilen. Auf die Teller dazugeben.

Sauce großzügig über die Pasta verteilen. Pasta mit etwas frisch geschnittenem Schnittlauch garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Frische Tortellini mit Gemüse-Allerlei in frischer Tomaten-Zitronen-Sauce

Sehr lecker

Frische Tortellini. Zwar industriell gefertigt und in der Packung. Aber eben frische Pasta. Gefüllt mit Ricotta und Spinat.

Dazu ein Gemüse-Allerlei mit Bohnen, Spargel, Zucchini, Lauchzwiebel und Knoblauch. Und frischem Basilikum.

Da die Bohnen am längsten brauchen, werden sie als erstes in Butter angebraten.

Leicht tomatisiert mit Tomatenmark. Und fruchtig-frisch verfeinert mit Zitronenschalen-Abrieb und -Saft.

Für 2 Personen

- 1 kg Tortellini (2 Packungen à 500 g, gefüllt mit Ricotta und Spinat)
- 1 Zucchini
- 10 Stangenbohnen
- 10 grüne Spargel
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 EL Tomatenmark
- Schalenabrieb und Saft von 2 Bio-Zitronen
- 1/2 Topf Basilikum
- 2 Tassen Gemüsefond (400ml)
- Salz
- weißer Pfeffer
- Zucker
- Butter
- Parmigiano Reggiano

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 10 Min.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden. Bohnen separat aufbewahren.

Blätter des Basilikums abzupfen und kleinschneiden.

Schale der Zitronen auf einer kleinen Küchenreibe in eine Schale abreiben.

Dann den Saft der Zitronen auspressen und dazugeben.

Butter in einer Pfanne erhitzen und zuerst die Bohnen einige Minuten anbraten. Dann das restliche Gemüse dazugeben und alles einige Minuten weiter kross anbraten.

Tomatenmark dazugeben und mit anbraten.

Mit dem Fond ablöschen.

Zitronenschale-Abrieb und -Saft dazugeben.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Basilikum dazugeben.

Alles gut vermischen.

Sauce abschmecken.

Währenddessen Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser zwei Minuten garen.

Tortellini auf zwei tiefe Pasta-Teller verteilen und jeweils eine Hälfte des Teller einnehmen lassen.

In die jeweils andere Hälfte des Tellers das Gemüse-Allerlei mit Sauce geben.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Schweinkrustenbraten mit Spätzle und dunkler Bratensauce

Leckerer, zarter und lange geschmorter Schweinebraten

Ein leckerer Schweinekrustenbraten.

Gegart in Bordeaux.

Vorher tomatisiert mit Tomatenmark.

Und etwas Gemüse.

Dazu eine leckere Pasta, leider nicht selbst hergestellt.

Ich bereite die Kruste des Bratens übrigens nicht knusprig zu.

Sie schmeckt auch nach zwei Stunden Schmorzeit sehr gut und ist lecker.

Für 2 Personen:

- 1 kg Schweinekrustenbraten (mit Knochen)
- 1 Zwiebel
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 rote Spitzpaprika
- 600 ml Bordeaux
- 2 EL Tomatenmark
- Fleisch-Gewürzmischung
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl
- 350 g Spätzle
- Salz

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Schmorzeit 2 Stdn.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Braten auf allen Seiten mit der Gewürzmischung würzen.

Öl in einem großen Topf erhitzen und Braten auf allen Seiten kross anbraten.

Gemüse und Tomatenmark dazugeben und mit anbraten.

Mit dem Bordeaux ablöschen.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur zwei Stunden schmoren lassen.

Kurz vor Ende der Garzeit Pasta nach Anleitung zubereiten.

Sauce abschmecken.

Braten auf zwei Teller verteilen. Pasta dazugeben. Sauce über die Pasta verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Trofie mit Pesto alla Calabrese

Würzige Sauce

Dieses Mal ein Rezept mit einer neuen Nudelsorte. Nein, sie heißt nicht Sophie. Sondern Trofie. Es sind kleine, gedrehte Nudeln, die aber dennoch 10 Minuten Garzeit benötigen und sehr lecker sind.

Es ist so, wie es mir einmal beim Schreiben eines kleinen Buches über Typografie ging, als ich im Glossar den Begriff „Mailing“, also das Versenden und Empfangen von E-Mails,

erklären wollte. Einer meiner Lektoren schrieb mir dazu spaßeshalber, es handle sich dabei nicht um die thailändische Schönheit namens Mai Ling, sondern eben um das besagte Mailing.

Zur Pasta bereite ich ein echt italinienisches Pesto zu. Pesto alla Calabrese.

Etwas unitalienisch ist jedoch, dass ich auf das zu servierende Gericht keinen Parmigiano Reggiano gebe. Ich hatte noch eine anderen Hartkäse vorrätig, der verbraucht werden musste. Und so rieb ich diesen über die Pasta.

Und zusätzlich wird alles noch mit Schnittlauch garniert.

Dieses Gericht ist wirklich sehr lecker und schmackhaft. Genau etwas für die Pasta-Liebhaber.

Tomaten-Tarte

Pikante und herzhafte Tarte

Dies ist doch vermutlich die einfachste Methode, um eine pikante und herzhafte Tarte zuzubereiten.

Die Füllmasse aus nur drei Zutaten. Okay, zugegebenermaßen noch zwei Gewürze dazu.

Ich verwende Eier und Sahne für den Eierstich. Und als eigentliche Hauptzutat gebe ich eine Tube Tomatenmark dazu, also 200 g.

Tomatenmark ist ja nichts anderes als gereifte, gegarte und konzentrierte Tomaten. Und bildet somit die Grundlage für diese Tarte.

Da Tomatenmark zwar nicht flüssig ist, aber doch eine cremige Konsistenz hat, gebe ich zur Sicherheit ein zusätzliches Ei hinzu.

Ich erhalte auch dieses Mal wieder damit eine sehr schöne, knallrote Tarte.

Da dies eine pikante und herzhafte Tarte ist, kein Wunder bei Tomaten, gebe ich auch noch jeweils einen halben Teelöffel Salz und Pfeffer zum Würzen hinzu.

Und bereite als Boden einen Hefeteig für die Tarte zu.

Lecker!

Geschmorter Schinkenbraten mit frischer Fettuccine

Im Saucenspiegel

Ein klassisches Rezept.

Braten mit leckerer dunkelbrauner Bratensauce und frische Pasta.

Ganz nach dem Motto meines Foodblogs, Nudeln, Fleisch und Sauce.

Die Sauce bilde ich aus angebratenem Tomatenmark und einem guten Bordeaux.

Als Beilage frische Fettuccine.

Geschmortes Kalbsbäckchen mit Kartoffelklößen

Das Fleisch zerpflückt man mit der Gabel

Ein wunderbares, fast schon klassisches Rezept für eine Innereie, nämlich Kalbsbäckchen.

Bäckchen zählen zu den Innereien, obwohl sie ja im Gesicht des jeweiligen Tieres verortet sind und aus Muskelfleisch bestehen.

Da die Bäckchen des Tieres jedoch tagsüber ständig benutzt werden, ist das Fleisch stark von Kollagen durchzogen. Also ein Produkt nicht zum Kurzbraten, sondern zum langen Schmoren.

Und bereitet man sie richtig zu und lässt sie auch sehr lange schmoren, werden die Bäckchen butterzart und beim Essen kann man dann auf ein Messer verzichten. Die Bäckchen lassen sich mit der Gabel zerteilen.

Als Beilage frisch zubereitete Kartoffelklöße nach meinem Grundrezept. Ich verfeinere die Klöße noch mit einigen kross gebratenen Coutons, die ich bei der Zubereitung jeweils in die Mitte eines Kloßes gebe.

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.