Putenrollbraten, Rosenkohl und Salzkartoffeln

Ein Putenrollbraten. Mariniert in einer Paprika-Marinade.

Ich gare ihn in einer Riesling-Sauce und bereite somit für das Fleisch und die Beilagen ein leckeres Weißwein-Sößchen zu.

Als Beilagen wähle ich zum einen etwas Rosenkohl. Und zum anderen einfache Salzkartoffeln.

Der Einfachheit halber gare ich die Beilagen sogar im gleichen Salzwasser, sie haben in etwa die gleiche Garungszeit. Die Salzkartoffeln schneide ich dann danach zum Servieren etwas klein.

Ich gare den Putenrollbraten 45 Minuten im Riesling, so gart er durch, wie es sich für Geflügel gehört, ist aber dennoch sehr saftig.

[amd-zlrecipe-recipe:533]

Chicorée im Speckmantel in Riesling-Sauce mit Basmati-Reis

Jetzt kann ich hier passend zu meinen vor kurzem erschienenen eBook-Ausgaben meines Koch- und Back-Backbuchs „Es ist angerichtet!“ ein Rezept aus demselbigen veröffentlichen, da

ich Chicorée heute gerade in ähnlicher Weise zubereitet habe. Ich poste hier einfach die Beschreibung des Rezepts, wie ich es im Kochbuch aufgenommen habe. Und alternativ dazu die Zubereitung, wie ich es heute abgeändert zubereitet habe. Letztere Zubereitung entspricht dann auch eher den beiden Foodfotos, die ich mit diesem Rezept veröffentliche.

Dieses Chicorée-Gericht ist ein leichtes, schnell zubereitetes, aber auch herzhaftes Gericht, das sich gerade für den Verzehr im Sommer eignet, da es bis auf den Schinkenspeck, der verwendet wird, eigentlich ein rein vegetarisches Rezept ist.

Ich selbst hatte vor ca. 25 Jahren die Gelegenheit, die Erfahrung zu machen, wie Chicorée angebaut wird. Ich habe damals meinen Zivildienst in einer anthroposophischen Psychiatrie-Klinik im Breisgau geleistet und dort in dem angegliederten Gartenbereich gearbeitet. Der Gartenbereich ist bei den Anthroposophen in dieser Klinik nicht nur zur Anzucht und Ernte von Gemüse, Kräutern und auch Blumen gedacht, sondern er ist gleichzeitig auch Therapiebereich. Ich hatte also sowohl mit der normalen Gartenarbeit zu tun als auch mit der fallweisen Betreuung von Patienten.

Der Chicorée wurde auf folgende Weise angebaut: Stellen Sie sich ein Gewächshaus mit einer Länge von ca. 15 Metern und einer Breite von ca. 5 Metern vor. In diesem Gewächshaus wurde das Beet in einer Tiefe von ca. 30–40 cm ausgehoben und die ausgegrabene Erde in einem Hügel links der Mulde aufgeschüttet. Nun wurde von einer Firma, die die Wurzeln für den Chicorée heranzieht, eine große Anzahl von Chicorée-Wurzeln geliefert. Diese Wurzeln sind etwas 20–30 cm lang. Diese Wurzeln wurden in einem Abstand von ca. 10–20 cm in der ausgehobenen Mulde eingegraben, indem sie einfach in die Mulde eingesetzt und diese mit der gelagerten Erde wieder bedeckt wurde. Wichtig dabei ist allerdings, dass dieses Chicorée-Beet

in der gleichen Höhe, wie es tief ist, mit Erde aufgefüllt wird und sozusagen um ca. 20–30 cm erhöht ist.

Sie wissen ja, Chicorée ist ein weitestgehend weißes Gemüse, bis auf die leichte Gelbfärbung der oberen Blattspitzen, die sich aber zum Teil erst nachträglich einstellt. Es ist ebenso wie beim Spargel – der „Königin“ des Gemüses – so, dass er auch unter der Erde heranwächst und somit weitestgehend weiß bleibt. Sobald sich nach einigen Wochen in dem aufgeschütteten Hügel leichte Risse in der Erde zeigen, ist natürlich klar, der Chicorée ist reif, um geerntet zu werden. Dazu wird nach und nach der Erdhügel abgetragen und der Chicorée mit der zugehörigen Wurzel ausgegraben. Der Chicorée wird einfach von der Wurzel abgebrochen und die Wurzel wird für das kommende Jahr für die Aufzucht und Ernte gelagert, meistens in einem kühlen, dunklen Keller. Der Chicorée sollte am besten, wie in dem Fall der Klinik, gleich in die Küche zur Zubereitung gelangen oder eben sofort auf dem Markt zum Verkauf angeboten werden.

Zutaten:

- 4 Stauden Chicorée
- 4 EL Tomatenketchup oder 2 EL Tomatenmark
- 2 EL Honig
- 4 EL Obstessig
- 2 TL grüne Pfefferkörner
- 2 EL geriebener Meerrettich oder 3 EL Meerrettich aus dem Glas
- 2 Msp. Oregano
- 2 Msp. Basilikum Salz, frisch gemahlener Pfeffer
- 8 Scheiben Schinkenspeck

Für die Sauce:

- 2 EL Butter oder Margarine
- 2 Zwiebeln
- 6 EL Weißwein

- 300 g Crème fraîche
- 1 Prise Speisewürze
- 2 EL Estragon
- 100 g geriebener Emmentaler

Zubereitungszeit: 30 Min.

Halbieren Sie den Chicorée und schneiden Sie den meistens sehr harten und bitteren Strunk heraus. Blanchieren Sie die Chicorée-Hälften kurz in kochendem Wasser. Dann rühren Sie in einer kleinen Schüssel das Tomatenketchup mit dem Honig, dem Essig und den anderen Gewürzen an. Bestreichen Sie die Speckstreifen mit der Marinade und legen Sie jeweils eine Chicorée-Hälfte darauf, die Sie nun mit dem Speck umwickeln. Stecken Sie den Speckstreifen mit einem Zahnstocher fest. Bestreichen Sie die Chicorée-Hälften mit der restlichen Marinade. Heizen Sie den Backofen auf 200 °C vor. Hacken Sie für die Sauce die Zwiebeln fein und dünsten Sie sie in einer Kasserolle mit der Butter an. Dann mit dem Weißwein ablöschen. Schließlich die Crème fraîche und die Speisewürze einrühren und kurz einkochen lassen. Geben Sie die Sauce zusammen mit dem Chicorée in eine große feuerfeste Form, bestreuen Sie den Chicorée mit Käse und überbacken Sie alles ca. 15 Min. im Ofen.

Dazu eignen sich am besten einfach einige Scheiben Baguette. Oder Sie richten den Chicorée zusammen mit Reis an, auf den Sie die restliche Sauce aus der Auflaufform geben.

Zu dem Gericht empfehle ich Ihnen einen kräftigen, französischen Chardonnay, am besten aus dem Burgund, der genügend Säure und auch Eigengeschmack hat, damit er vor der doch kräftigen Marinade, Sauce und auch dem herzhaften Schinkenspeck bestehen kann.

Hier nun das Rezept meines heute zubereiteten Chicorée, wie ich ihn in den beiden Foodfotos zeige.

[amd-zlrecipe-recipe:510]

Schweine-Koteletts mit Zucchini-Rahm-Gemüse

Hier bereite ich einfache Schweine-Koteletts zu. Der Einfachheit halber entbeine ich die Koteletts vor dem Braten, so kann man sie besser essen.

Für das Gemüse verwende ich Zucchini, mit Lauchzwiebeln, Zwiebeln und Knoblauch.

Die sehr schmackhafte Sauce bereite ich aus Crème fraîche und Riesling zu. Und würze alles mit Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer und Zucker.

[amd-zlrecipe-recipe:459]

Krusten-Schweinebraten in Weißwein-Sauce mit Penne Rigate

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

Beim Krusten-schweinebraten habe ich mir nicht so viel Mühe

gemacht. Ich habe die Fettkruste zwar rautenförmig eingeschnitten, aber nicht gesondert besonders zubereitet.

Ich habe den Braten einfach nur auf allen Seiten kräftig mit scharfem Senf eingestrichen. Und dann habe ich ihn mit viel Kräutern der Provence bestreut.

Den Braten habe ich schließlich in einen Bräter gegeben und einen sehr großen Schuss Rießling hinzugegeben. Den Braten habe ich dann bei 200 Grad Celsius Ober-/Unterhitze 60 Minuten im Backofen gegart.

Kurz vor Ende der Garzeit habe ich noch Pasta zubereitet.

Dann den Braten tranchiert und ihn mit der Pasta und viel Sauce auf zwei Tellern angerichtet und serviert.

[amd-zlrecipe-recipe:396]

Niere in Tomaten-Weißwein-Sauce mit Pasta

Ich bereite die Nieren im Ganzen zu.

Aufgrund ihrer Dicke benötigen sie in der Tomaten-Weißwein-Sauce nur etwa 5 Minuten, dann sind sie durchgegart, aber noch zart und rosé innen.

Als Beilage wähle ich einfach Pasta.

Die Nieren bekommen vor dem Servieren noch ein Parmesan-Häubchen.

[amd-zlrecipe-recipe:366]

Putenrollbraten mit Bandnudeln

Dieses Rezept möchte ich unbedingt mit Ihnen teilen. Ganz ein Gericht nach meinem Geschmack. Und nach dem Motto meines Foodblogs: Nudeln, Fleisch und Sauce.

Ein Putenrollbraten. Gefüllt mit Senf und Gurke.

Einfach auf allen Seiten kross angebraten.

Dann gegart in einer Weißwein-Sauce.

Als Beilage wähle ich Bandnudeln.

Der rohe Putenrollbraten

[amd-zlrecipe-recipe:307]

Pansenpüree-Suppe

Ich habe das Rezept für die Leberpüree-Suppe nochmals variiert.

Und habe diesmal eine Pansenpüree-Suppe zubereitet.

Zum Verfeinern der Suppe wähle ich Weißwein-Essig und Weißwein, da diese besser zum hellen Pansen passen.

Das Ganze ergibt eine sehr schmackhafte Suppe.

Als weitere Variation habe ich diesmal pochierte Eier

zubereitet und in die Suppe gegeben, damit diese ein wenig gehaltvoller wird.

Der Pansen, der verwendet wird, sollte schon vorbereitet, also etwa 3–4 Stunden in Gemüsefond vorgegart sein.

[amd-zlrecipe-recipe:300]

Überbackene Hähnchenschenkel in Kräuter-Käse-Sauce mit Basmati-Reis

Ein einfaches Gericht. Ich habe Hähnchenschenkel mit Rückenteil verwendet, damit man beim Essen mehr Fleisch zum Verzehren hat.

Die Sauce bilde ich aus trockenem Weißwein, frischen Kräutern wie Rosmarin, Salbei und Thymian und geriebenem Gouda.

Die Hähnchenschenkel überbacke ich noch ein wenig, indem ich geriebenen Gouda auf sie gebe.

Die Sauce gelingt sehr lecker und schmackhaft.

Als Beilage wähle ich Basmati-Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:294]

Hodenpüree-Suppe

Ich habe das Rezept für die Leberpüree-Suppe nochmals variiert. Denn ich hatte noch einen Bullen-Hoden vorrätig. Also habe ich eine Hodenpüree-Suppe zubereitet.

Da bekommt der Ausdruck „gequirlte Eier“ doch gleich wieder eine neue Bedeutung.

Im nachfolgenden zwei Fotos des Bullen-Hodens. Tja, Männer, da bekommt Ihr mal einen Begriff davon, wie groß sie sein müssen.

Ich habe alternativ zur Leberpüree-Suppe anstelle von Rotwein und Rotwein-Essig einfach Weißwein und Weißwein-Essig verwendet, da diese doch eher zu dem hellen Drüsengewebe des Bullen-Hodens passen.

Tiefgefrorener Bullen-Hoden

Bullen-Hoden sind wie Leber und Niere reines Drüsengewebe, haben aber auch eine harte Haut, die nicht mitgegessen werden

kann und daher vor der Zubereitung entfernt werden muss.

Enthäutet und das reine Drüsengewebe

[amd-zlrecipe-recipe:293]

Herzpüree-Suppe

Da mir die vor kurzem zubereitete Leberpüree-Suppe sehr gut geschmeckt hat, dachte ich mir, warum diese Suppe nicht auch mit einer anderen Innerei variieren?

Also wählte ich Rinderherz. Auch damit kann man eine sehr schmackhafte und cremige Suppe zubereiten.

Hauptzutaten sind Rinderherz und Wurzeln. Anstelle einer Pastinake verwende ich eine Lauchzwiebel.

Verfeinert wird die Suppe mit Sahne, Rotwein, Rotwein-Essig, Zitronenschalen-Abrieb und Zitronensaft. Vor dem Servieren wird sie noch mit Eigelb legiert.

Als Bindung der Suppe fungiert Tomatenmark.

[amd-zlrecipe-recipe:290]

Hähnchenschenkel mit Wurzeln

Ein einfaches Gericht. Schnell zubereitet.

Ich wähle Hähnchenschenkel mit einem Rückenstück, denn da ist mehr Fleisch dran.

Als Beilage wähle ich Wurzeln, und zwar Bio-Mini-Wurzeln oder auch als Snack-Wurzeln bezeichnet. Ich schäle sie nicht, denn es sind Bio-Wurzeln. Und ein kleiner Stielansatz vom Wurzelgrün schadet auch nicht und kann mitgegessen werden.

Das Ganze in einem schmackhaften und aromatischen Weißwein-Sößchen.

[amd-zlrecipe-recipe:248]

Hähnchen-Brustfilet mit

Champignon-Reis

Dieses Mal habe ich mir es einfach gemacht und ein leckeres Essen zubereitet, das in 10 Minuten fertig ist.

Ich würze einfach zwei Hähnchen-Brustfilets und brate sie in Butter in der Pfanne an. Mit Weißwein ablöschen, Deckel drauf und einige Minuten noch garen lassen.

Währenddessen kocht in einem kleinen Topf Reis, in den ich die letzten Minuten kleingeschnittene Champignons hinzugebe und mitgare.

Das richte ich auf zwei Tellern an und verteile die leckere Weißwein-Sauce noch über den Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:247]

Schweinelungen-Ragout in Weißwein-Sauce mit Hörnchennudeln

Viele Menschen denken, dass man das nicht machen kann, dass das nicht geht, ein Innereien-Gericht zuzubereiten. Innereien seien Abfallprodukte. Das ist leider falsch. Innereien sind lecker und schmackhaft. Sie sind nährstoff- und vitaminreich. Und sie sind obendrein noch sehr preiswert.

Hier bereite ich ein Schweinelungen-Ragout zu.

Dazu bereite ich ein Sößchen aus trockenem Weißwein zu. Ich würze die Sauce nur mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

Und lasse das Ragout eine Stunde zugedeckt bei geringer Temperatur schmoren.

Die Lunge ist danach sehr weich und zart und schmeckt einfach hervorragend.

Dazu gibt es als Beilage Hörnchennudeln.

[amd-zlrecipe-recipe:228]

Kronfleisch-Gulasch mit Champignons und Fettuccine

Kronfleisch ist das Zwerchfell von Rind oder Schwein. Es ist ein grobfaseriges Muskelfleisch, das meistens in langen Strängen vom Schlachter geliefert wird. Obwohl es Muskelfleisch ist, zählt es zu den Innereien.

Aus Kronfleisch kann man herrliches Gulasch zubereiten. Nach einer Stunde Schmorzeit ist es ganz weich und zart.

Verfeinert habe ich das Gulasch mit braunen Champignons, Schalotten und Knoblauch.

Die Sauce bilde ich aus Soave und Gemüsefond.

Ich würze das Ganze kräftig mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer.

Als Beilage wähle ich Fettuccine.

[amd-zlrecipe-recipe:213]

Hähnchenschenkel in Weißwein-Sauce mit Semmelknödel und Rotkraut

Hähnchenschenkel mit Rückenstück, damit man etas mehr Fleisch zum Verzehr hat. Gewürzt und dann in Butter angebraten. Und in trockenem Weißwein gegart.

Das Weißwein-Sößchen, das sich bildet, ist sehr delikat und passt gut zu den Semmelknödeln.

Wenn der hinzugegebene Soave beim Garen der Hähnchenschenkel verkocht, gießt man einfach mit etwas Weißwein nach.

Bei den Semmelknödeln und dem Rotkraut habe ich es mir einfach gemacht und solche aus der Packung bzw. das Ktaut aus der Dose verwendet.

Aber es ergibt insgesamt ein abgerundetes Gericht, das schön als Mittagsessen zum Sonntag passt.

[amd-zlrecipe-recipe:194]

Gemelli mit Käse-Weißwein-Sauce

Dieses Mal ein leckeres Gericht mit Gemelli. Gemelli sind kleine, saucensüffige Nudeln, die sich sehr gut für ein Gericht mit viel Sauce eignen.

Diese Sauce bereite ich mit Käse zu. Dazu wähle ich kleine Käsewürfel aus Kuhmilch. Dazu Schalotten. Und Knoblauch. Und für mehr Flüssigkeit lösche ich mit einem Chardonnay ab.

Für etwas Farbe und Frische gebe ich kurz vor dem Servieren kleingewiegte Petersilie hinzu.

Gewürzt wird nur mit Salz und Pfeffer.

[amd-zlrecipe-recipe:181]