Pute mit Gemüse und Mi-Nudeln

[Spider_Single_Video track="16″ theme_id="4″ priority="1″]

Ich hatte noch ein einzelnes Putenschnitzel übrig, das ich nun für dieses asiatische Gericht einfach zweckentfremdet habe.

Dazu gibt es kleingeschnittenes Gemüse wie Zucchini, Paprika, rote Zwiebel, Lauchzwiebel und Champignons.

Ich bereite das Gericht nicht mit Reis zu, sondern mit Mi-Nudeln.

Die Sauce bilde ich aus Chili-Bohnen-Paste, die ich mit etwas Weißwein verlängere.

Fertig ist ein frisch zubereitetes, asiatisches Gericht, das für die Zubereitung gerade einmal 20 Minuten benötigt.

[amd-zlrecipe-recipe:27]

Seelachsfilets mit Zucchini-Gemüse

Da mir die Schweineschnitzel mit Paprika-Pulver gewürzt und nur in Butter gebraten so gut gelungen sind und so gut schmeckten, bereite ich nun einfach auch Seelachsfilets in der gleichen Weise zu.

Dazu gibt es Zucchini, Zwiebel, Knoblauch und Wok-Choi,

gewürfelt bzw. grob zerkleinert als Gemüse. Ich würze das Gemüse mit getrocknetem Thymian.

Eine Sauce bilde ich mit etwas Weißwein.

[amd-zlrecipe-recipe:14]

Schweinebraten mit Gemüse und Salzkartoffeln in Rotwein-Sauce

Sehr lecker. Ein Braten. Genauer ein Schweinebraten.

Ich bereite den Schweinebraten mit Gemüse zu. Dieses gare ich nicht separat, sondern brate es mit dem Braten an und gare es mit ihm zusammen.

EIne Sauce bereite ich aus Rotwein zu. Und ich verwende noch selbst zubereiteten Fleischfond.

Dazu gibt es noch als zusätzliche Beilage einfache Salzkartoffeln.

Mein Rat: Wer möchte, kann nach Ende der angegebenen Garzeit die Sauce noch 1 Stunde reduzieren und etwas eindicken. Sie wird dadurch noch gehaltvoller und schmackhafter.

[amd-zlrecipe-recipe:5]

Rotes Chicken-Curry mit Gemüse und Reis



Feines Curry
Ich bereite ein thailändisches Curry mit Huhn und Gemüse zu.

Diesmal habe ich viele verschiedene Gemüsesorten übrig für ein Chicken-Curry.

Die Sauce bereite ich mit rotem Thai-Curry zu. Ich verlängere die Sauce mit trockenem Weißwein.



Zutaten im Wok

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Hähnchenbrüste
- Jeweils eine kleine Portion der folgenden Gemüsesorten: rote Zwiebel, Knoblauchzehen, Wurzel, Prinzessbohnen, Zucchini, Ingwer, Tomate, Mini Wok-Choi, Fenchel, Lauchzwiebel
- 2 EL roter Thai-Curry
- trockener Weißwein
- 1 Tasse Reis
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.

Reis nach Anleitung zubereiten.

Währenddessen Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und grob zerkleinern. Hähnchenbrüste längs halbieren und quer in Streifen schneiden.

Öl in einem Wok erhitzen. Hähnchenbrüste und Gemüse darin 5–6 Minuten pfannenrühren. Thai-Curry dazugeben. Mit einem großen Schuss Weißwein ablöschen. Alles verrühren und etwas köcheln

lassen.

Reis in zwei tiefe Teller geben. Chicken-Curry darübergeben. Servieren.

Schweinefleisch mit Gemüse und Mi-Nudeln



Lecker und würzig
Ein asiatisches Gericht, zubereitet im Wok. Aus Ermangelung von Reis mit chinesischen Mi-Nudeln zubereitet.

An Gemüse gebe ich in das Gericht, was der Kühlschrank so hergibt.

Brechbohnen und Rosenkohl gare ich als erstes, da sie zum einen am längsten zum Garen benötigen, zum anderen können ungegarte Brechbohnen Gesundheitsschäden hervorrufen, da sie ungegart leicht giftig sind.

Die Sauce bilde ich aus Fisch-Sauce und Schwarzer-Bohnen-Sauce.

Das Ganze ergibt ein sehr schmackhaftes, würziges Gericht.

Mein Rat: Eigentlich sollte man ein asiatisches Gericht in Schalen mit Stäbchen anrichten und servieren. Da es aber auch ein Pasta-Gericht ist, kann man es auch in tiefen Nudel-Tellern anrichten.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Schweineschnitzel (à etwa 200 g)
- 2 Schalotten
- 4 Knoblauchzehen
- etwas frischer Ingwer
- 2 rote Chili-Schoten
- 1 Zucchini
- 6 Brechbohnen
- 16 Rosenkohl-Röschen
- 2 EL Fisch-Sauce
- 2 EL Schwarze-Bohnen-Sauce
- Öl
- 150 g Mi-Nudeln

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.

Knoblauchzehen und Ingwer schälen und kleinschneiden. Chili-Schoten putzen und quer in Ringe schneiden. Übriges Gemüse putzen, eventuell schälen und grob zerkleinern. Schnitzel in kurze Streifen schneiden.

Nudeln nach Anleitung zubereiten.

Währenddessen Öl in einem Wok erhitzen. Zuerst Brechbohnen und Rosenkohl-Röschen einige Minuten pfannenrühren. Dann Schalotten, Knoblauch, Ingwer und Chili-Schoten hinzugeben und ebenfalls einige Minuten pfannenrühren. Schließlich Schnitzel und Zucchini hinzugeben und ebenfalls nochmals einige Minuten

pfannenrühren. Fisch-Sauce und Schwarze-Bohnen-Sauce hinzugeben. Mit einem Schuss Wasser ablöschen. Nudeln dazugeben, alles verrühren und noch kurz köcheln lassen. Sauce abschmecken.

Gericht in zwei tiefe Nudel-Teller oder in Schalen mit Stäbchen geben und servieren.

Bratwurst-Frikadellen mit mediterranem Gemüse



Frikadellen mit Gemüse

Ich hatte eine Packung Nürnberger Rostbratwürste übrig. Einfach in der Pfanne in Fett zubereiten wollte ich sie nicht, das war mir zu einfach und macht man ja meistens.

Ich kam daher auf eine andere Idee, habe die Bratwürste zunächst halbiert und dann in einer hohen, schmalen Rührschüssel püriert.

Mein erster Versuch, zusammen mit einem Ei, etwas Semmelbrösel, Zwiebel und Knoblauch Hackfleischbällchen zuzubereiten und sie im siedenden Wasser zu garen, schlug fehl. Die Bällchen lösten sich auf.

Dann nahm ich einfach die Masse, formte Frikadellen daraus und briet sie in Fett in der Pfanne an. Das klappte und die Frikadellen schmeckten sehr gut und knusprig. Die Bratwurstmasse muss man natürlich nicht würzen, sie ist würzig genug.

Dazu gibt es einfach etwas mediterranes Gemüse, in der Pfanne in Fett gebraten: Kürbis, Paprika, Zucchini und Tomaten.

Mein Rat: Es ist besser, sich die Mühe zu machen, die Bratwürste längs aufzuschneiden und das grobe Bratwurstmett herauszukratzen. Man hat ein grobes Mett, das man besser zu Frikadellen formen kann. Die Frikadellen sind dann stabiler und nicht so zerbrechlich, wie wenn man fein püriertes Bratwurstmett verwendet.

Zutaten für 1 Person:

- 300 g Rostbratwürste (14 Stück)
- 300 g Butternuss-Kürbis
- 1/2 rote Paprika
- 1/4 Zucchini
- 2 Tomaten
- 1 Ei
- 1 EL Semmelbrösel
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- süßes Paprika-Pulver
- Salz
- Pfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungazeut 15 Min. | Garzeit 20 Min.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden.

Bratwürste halbieren, in eine hohe, schmale Rührschüssel geben und mit dem Pürierstab fein pürieren. Zwiebel und Knoblauch dazugeben. Ein Ei aufschlagen und dazugeben. Semmelbrösel hinzugeben. Alles fein pürieren.

Gemüse putzen und in grobe Stücke zerteilen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Kürbis, Paprika und Zucchini einige Minuten kross anbraten. Tomaten dazugeben und ebenfalls anbraten. Mit Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer würzen. Alles vermischen. Gemüse auf einen Teller geben und warmhalten.

Aus der Bratwurstmasse drei Frikadellen formen. Nochmals Öl in die Pfanne geben und Frikadellen auf beiden Seiten jeweils 3–4 Minuten kräftig anbraten. Herausnehmen, zum Gemüse geben und servieren.

Kürbiscremesuppe



Sämige Suppe

Ja, es ist Kürbiszeit. Und ich bereite eine Suppe mit Kürbis zu.

Ich verfeinere die Suppe mit etwas Zucchini und Apfel. Dies ergibt eine cremig-fruchtige Suppe.

Wer möchte, kann auch eine Kartoffel oder eine Wurzel mitgaren und mit pürieren.

Mein Rat: Man kann die Suppe entweder sämiger oder flüssiger zubereiten, indem man kein oder ein wenig Kochwasser beim gegarten Gemüse bzw. Obst zurücklässt.

Noch ein Rat: Man kann die Suppe etwas grober mit dem Kartoffelstampfer zubereiten, dass noch einige grobe Stücke von Gemüse und Obst zurückbleiben. Oder man verwendet den Pürierstabd und püriert die Suppe ganz fein.

Zutaten für 2 Personen:

- 800 g Butternuss-Kürbis
- 1/2 Zucchini
- 2 Äpfel
- 1/2 Zitrone (Saft)
- 200 ml Sahne
- Muskat
- süßes Paprika-Pulver
- Salz
- Pfeffer
- Schnittlauch

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10–15 Min.

Äpfel schälen. Gemüse bzw. Obst putzen und in grobe Stücke schneiden. Schnittlauch kleinschneiden.

Wasser in einem Topf erhitzen und Kürbis darin 10–15 Minuten

garen. 5 Minuten vor Ende der Garzeit Zucchini und Äpfel dazugeben und mitgaren. Je nach Sämigkeit der Suppe Kochwasser ganz abgießen oder etwas zurückbehalten.

Gemüse und Obst mit dem Kartoffelstampfer oder dem Pürierstab zerstampfen oder fein pürieren. Sahne dazugeben. Zitronensaft hinzugeben. Mit etwas Muskat, Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer würzen. Abschmecken und verrühren.

Suppe in zwei tiefe Suppenteller verteilen und mit Schnittlauch garnieren. Servieren.

Gulasch-Topf



Leckerer Eintopf

Diesmal bereite ich mit Gulasch eine Art Eintopf zu, in den

ich noch diverses Gemüse gebe.

Ich gebe auch den Reis gleich zu Anfang der Garzeit in den Topf, damit sich die Aromen besser verbinden.

Zu einem solchen Topf sollte man immer Lorbeerblätter und Gewürznelken geben, damit die Sauce mehr Gehalt und Geschmack hat.

Zutaten für 2 Personen:

- 500 Gulasch (Rind)
- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 4 Tomaten
- 1 rote Paprika
- 1 Zucchini
- 1 Tasse Basmari-Reis
- 800 ml Gemüsefond
- 2 Lorbeerblätter
- 2 Gewürznelken
- süßes Paprika-Pulver
- Salz
- Pfeffer
- Petersilie
- Butterschmalz

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 60 Min.

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Restliches Gemüse putzen und in grobe Stücke zerteilen. Petersilie kleinwiegen.

Butterschmalz in einem Topf erhitzen und Gulasch darin kräftig anbraten, so dass sich viele Röststoffe auf dem Topfboden bilden.

Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und mit anbraten. Restliches Gemüse dazugeben. Mit Fond ablöschen. Röststoffe mit dem

Kochlöffel vom Topfboden lösen. Reis dazugeben. Lorbeerblarr und Nelken hinzugeben. Mit Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer kräftig würzen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 60 Minuten köcheln lassen.

Sauce abschmecken. Gulasch-Topf in zwei tiefe Teller verteilen und mit Petersilie garnieren. Servieren.

Gemüse-Tarte



Ich bereite eine pikante Tarte mit Gemüse zu. Als Gemüse verwende ich Wurzeln, Paprika, Zucchini und Knoblauch.

Als Käse habe ich diesmal keinen geriebenen Gouda, sondern Mozzarella verwendet.

Und diese Tarte verträgt aufgrund ihrer Zutaten auch gut 50

Minuten im Backofen.

Mein Rat: Beim geriebenen Gemüse ist es sinnvoll, sich ansammelnde Flüssigkeit abzugießen oder sogar das Gemüse auszudrücken. Denn ansonsten wird die Tarte zu flüssig.

Noch ein Rat: Die Tarte sollte möglichst schnell gegessen werden, denn aufgrund des verwendeten Gemüses fängt sie schon nach wenigen Tagen an zu schimmeln.

Zutaten:

Für den Hefeteig:

- Grundrezept

Für die Füllung:

- 70 g geriebenes Gemüse:
- 6 Wurzeln, 6 orange Mini-Paprika, 1 Zucchini, 1 junge Knoblauchknolle
- 5 Eier
- 200 ml Sahne
- 200 g geriebener Mozzarella
- süßes Paprika-Pulver
- Salz
- Pfeffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 60 Min. | Backdauer 50 Min.

Backofen auf 180 Grad Celsius Umluft erhitzen.

Spring-Backform einfetten.

Teig in die Backform geben, ausdrücken und einen 2–3 cm hohen Rand ausziehen.

Gemüse putzen und bei Bedarf schälen. Gemüse in einer Küchenmaschine kleinreiben und in eine Schüssel geben. Sich ansammelnde Flüssigkeit abgießen.

Eier aufschlagen und in eine Rührschüssel geben. Sahne dazugeben. Mit dem Schneebesen gut verrühren. Käse dazugeben und mit verrühren. Gemüse dazugeben. Kräftig mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Alles gut mit dem Backlöffel verrühren.

Füllmasse in den Teig geben und durch rhytmisches Schütteln und Rütteln der Backform gleichmäßig verteilen.

Backform auf mittlerer Ebene für 50 Minuten in den Backofen geben.

Spring-Backform herausnehmen, Rand der Backform lösen und Tarte vom Boden der Backform auf ein Kuchengitter geben. Gut abkühlen lassen.

Rustikaler Weißwurst-Salat



Echte Bayern werden sicherlich den Kopf schütteln, wenn sie dieses Rezept lesen. Weißwurst in einem Salat. Aber zumindest habe ich für die Vinaigrette original bayerischen, süßen Senf verwendet. Und sie noch mit Honig-Essig und Olivenöl verfeinert.

Da mir vor einigen Wochen ein rustikaler Rostbratwurst-Salat auch gut gelungen ist, habe ich diesen Salat gern zubereitet. Und er mundet sehr gut.

Das Ganze ergibt einen ganze Mahlzeit und reicht für zwei Personen.

Zutaten für 2 Personen:

Für den Salat:

- 10 Weißwürste (600 g)
- 300 g Fleischwurst
- 300 g Emmentaler
- 1/2 grüne Paprika
- 2 orange Mini-Paprika

- 1/2 Zucchini
- 2 Schalotte
- 4 Knoblauchzehen
- 1/2 Bund Petersilie

Für die Vinaigrette:

- 90 ml süßen, groben Senf
- 6 EL Honig-Essig
- 10 EL Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

Zubereitungszeit: 20 Min.

Wasser in einem Topf erhitzen und Weißwürste im nur noch siedenden Wasser 15–20 Minuten ziehen lassen. Herausnehmen, längs halbieren und quer in halbe Scheiben schneiden.

Gemüse putzen, bei Bedarf schälen und kleinschneiden. Petersilie kleinwiegen.

Wurst und Käse in schmale Streifen schneiden.

Senf, Essig und Öl in eine Schale geben, salzen und pfeffern und verrühren.

Alle Zutaten in eine große Schüssel geben. Vinaigrette darüber geben. Mit dem Salatbesteck gut vermischen.

Salat in zwei kleinere Servierschüsseln geben und servieren.

Meeresfrüchte mit

mediterranem Gemüse in Weißwein-Sauce



Leichtes, mediterranes Gericht

Ich bereite diesmal Meeresfrüchte zu. Dazu verwende ich zwei Packungen tiefgefrorene Meeresfrüchte, die schon fertig vorbereitet sind.

Dazu gibt es wie im italienischen Restaurant eine kleine Auswahl an Gemüsen, die ich nur in Wasser gare und salze und pfeffere.

Eine Sauce bilde ich mit etwas Weißwein.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Packungen tiefgefrorene Meeresfrüchte (à 270 g)
- 1/2 Wurzel
- 1 Brechbohne
- 1/4 Zucchini
- 1/4 Paprika
- 2 braune Champignons
- 1 Lauchzwiebel

- trockener Weißwein
- Salz
- Pfeffer
- Parmesan
- Butterschmalz

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.

Meeresfrüchte auftauen.

Gemüse schälen respektive putzen und in grobe Stücke schneiden. Champignons halbieren.

Wasser in einem Topf erhitzen und zuerst Bohnen und Wurzel darin 5 Minuten garen. Restliches Gemüse und Pilze dazugeben und weitere 3 Minuten garen. Herausnehmen, auf zwei große Teller geben und salzen und pfeffern.

Währenddessen 1 EL Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Meeresfrüchte darin 4–5 Minuten anbraten. Mit einem Schuss Weißwein ablöschen. Salzen und pfeffern. Herausnehmen und zum Gemüse geben.

Meeresfrüchte mit frisch gemahlenem Parmesan garnieren. Servieren.

Seelachs mit Gemüse und Brat-Reis



Wok-Pfanne

Ein einfaches Wok-Gericht mit Seelachs, Gemüse und Brat-Reis.

Die Sauce bilde ich aus Fisch-Sauce und Soja-Sauce.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Seelachs-Filets
- 2 Tassen Basmati-Reis
- 250 g Schnittbohnen
- 1 roter Paprika
- 2 Zuchini
- 2 EL Fisch-Sauce
- 2 EL Soja-Sauce
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 20 Min.

Reis nach Anleitung zubereiten.

Bohnen, Paprika und Zucchini putzen und in grobe Stücke

schneiden.

Filets quer in fingerdicke Streifen schneiden.

Wasser in einem Topf erhitzen und Bohnen darin etwa 8–10 Minuten vorgaren. Herausnehmen und auf einen Teller geben.
Öl in einem Wok erhitzen und Reis darin einige Minuten kräftig anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben.

Fisch in den Wok geben und einige Minuten pfannenrühren. Gemüse dazugeben und einige Minuten mit pfannenrühren. Fisch-Sauce dazugeben. Soja-Sauce hinzugeben. Brat-Reis hinzugeben und untermischen. Sauce abschmecken.

Gericht in Schälchen mit Stäbchen servieren. Notfalls kann man es auch in zwei tiefen Tellern servieren.

Paprika-Hähnchenbrust mit Bohnen-Zucchini-Paprika-Gemüse



Geflügel mit Gemüse

Diesmal bereite ich ein Gemüse zu, das ich aus Bohnen, Zucchini und Paprika mische. Eine Sauce bilde ich aus Sahne, die ich mit Thymian, Salz und Pfeffer würze.

Dazu gibt es eine Paprika-Hähnchenbrust, die ich sehr kräftig mit Paprikapulver würze.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Hähnchenbrust
- 150 g Bohnen
- 1/2 Zucchini
- 1/2 rote Papika
- 150 g Feta
- 100 ml Sahne
- 1 TL Thymian
- Süßes Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer

- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.

Bohnen, Zucchini und Paprika putzen und in grobe Stücke schneiden. Feta in kleine Würfel schneiden.

Wasser in einem kleinen Topf erhitzen und zunächst Bohnen darin 8 Minuten garen. Dann Zucchini und Paprika dazugeben und weitere 4 Minuten garen. Wasser abgießen. Feta zu dem Gemüse geben. Sahne hinzugeben. Mit Thymian, Salz und Pfeffer würzen. Verrühren und Sauce erhitzen.

Währenddessen Hähnchenbrust mit Salz, Pfeffer und sehr viel Paprikapulver würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Hähnchenbrust darin auf beiden Seiten jeweils 4–5 Minuten anbraten.

Hähnchenbrust herausnehmen und auf einen Teller geben. Gemüse dazugeben. Servieren.

Seelachsfilets mit Zucchini-Gemüse

Ein einfaches, schnell zubereitetes Gericht. Da die Schweineschnitzel, nur mit Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer gewürzt und einfach kurz in Butter angebraten, so gut gelungen sind und sehr gut schmeckten, will ich die gleiche Zubereitung für die Seelachs-Filets übernehmen.

Daher gibt es Fischfilets mit Gemüse. Das Gemüse bereite ich aus klein gewürfelter Zucchini, Zwiebeln, Knoblauch und Wok-Choi zu. Ich würze das Gemüse mit getrocknetem Thymian.

Dazu bilde ich mit etwas Weißwein eine helle Sauce.

[amd-zlrecipe-recipe:12]

Haschee mit Penne Rigate



Feines Haschee mit Pasta

Haschee ist ein Gericht aus gekochtem oder gebratenem Fleisch, ähnlich wie ein Gulasch oder Ragout. Die Besonderheit eines Haschees ist jedoch, dass die Zutaten sehr fein zerkleinert werden.

Ich verwende Hackfleisch für das Haschee. Ich habe fertig hergestelltes Hackfleisch gekauft und muss somit nicht noch große Fleischstücke durch den Fleischwolf drehen und somit

haschieren.

Ich gebe noch eine Schalotte, Knoblauchzehen und etwa roten Paprika, Zucchini und Wurzel zum Hackfleisch hinzu, das ich aber alles sehr fein zerkleinere.

Mein Rat: Wie ein gutes Gulasch oder Ragout auch, das Haschee zugedeckt bei geringer Temperatur mindestens eine Stunde köcheln lassen, damit sich schöne Aromen bilden.

Dazu gibt es Pasta.

Zutaten für 1 Person:

- 200 g Hackfleisch
- 200 g Penne Rigate
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- ¼ rote Paprika
- ¼ kleine Zucchini
- ½ kleine Wurzel
- 1 EL Tomatenmark
- 50 ml trockener Rotwein
- 150 ml Bratenfond
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Parmesan
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 1 Std.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Paprika, Zucchini und Wurzel putzen und ebenfalls in sehr kleine Würfelchen schneiden.

Butter in einem kleinen Topf erhitzen und Schalotte und Knoblauchzehen darin andünsten. Hackfleisch dazugeben und mit anbraten. Tomatenmark dazugeben und ebenfalls kräftig mit anbraten. Es sollen sich sehr kräftige Röstspuren vom

Tomatenmark am Topfboden bilden, das Tomatenmark soll aber nicht anbrennen. Gemüse dazugeben und alles vermischen. Mit Rotwein ablöschen. Röstspuren mit dem Kochlöffel vom Topfboden gut ablösen. Fond dazugeben. Verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur eine Stunde köcheln lassen.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Pasta nach Anleitung zubereiten.

Haschee kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.

Pasta in einen tiefen Nudelteller geben und Haschee darüber verteilen. Mit etwas frisch geriebenem Parmesan garnieren.

Zucchinikuchen



Etwas zu früh angeschnitten, deshalb noch etwas feucht

Ich hatte eine Zucchini übrig und wollte daraus einen Kuchen

zubereiten. Wie man auch aus Karotten einen Kuchen zubereiten kann. Es ist im Grund ein einfacher Rührteig, in den noch geriebene Zucchini hinzugegeben wird.

Beim Recherchieren fand ich ein Rezept, bei dem Speiseöl zum Teig zugegeben wird. Das kannte ich so nicht und hätte ich gerne ausprobiert. Aber ich hatte nur hochwertiges Olivenöl vorrätig, und das wollte ich nicht für einen Kuchen verwenden.

Der Rührteig hätte vielleicht noch etwas mehr Mehl benötigt, denn die geriebene Zucchini ist doch sehr saftig. So wurde der Kuchen doch etwas kompakt.

Zutaten:

- 400 g Mehl
- 400 g Zucchini
- 200 g Zucker
- 200 g Butter
- 4 Eier
- 1 Päckchen Backpulver
- 1 Vanillin-Zucker
- 1 TL gemahlener Zimt

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Backzeit 60 Min.

Weiche Butter, Zucker und Vanillin-Zucker in eine Rührschüssel geben und mit dem Rührgerät schaumig rühren.

Eier einzeln dazugeben und verrühren.

Mehl, Backpulver und Zimt dazugeben und alles gut verrühren.

Zucchini mit einer Küchenmaschine fein reiben. Unter den Teig heben.

Backofen auf 180 ºC Umluft erhitzen. Kasten-Backform einfetten. Teig in die Backform geben und mit dem Backlöffel glatt streichen. Backform auf mittlerer Ebene für 60 Minuten in den Backofen geben.



Schmackhafter Kuchen nach dem Backen

Herausnehmen, auf ein Kuchengitter stürzen und gut abkühlen lassen.