

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)
- $\frac{1}{4}$ 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!

**Gulasch zweierlei Art in
Malzbier-Sauce mit**

Langkornreis



Aus zweierlei Fleischsorten

Biergulasch ist ja weithin bekannt. Man schmort dazu geeignetes Gulaschfleisch in Bier. Meistens verwendet man dazu ein helles Pilsner. Kann aber auch zu einem Weißbier greifen. Oder sogar ein dunkles Bier verwenden, das dem Gulasch und der Sauce sogar noch eine dunkle Farbe verleiht.

Weniger bekannt dürfte jedoch sein, ein Malzbier für ein Biergulasch zu verwenden. Denn es hat ja nur sehr wenig Alkohol. Und da es aus Malz gebraut ist, bringt es eine leichte Süße an die Sauce.

Aber ich war selbst sehr verwundert über die Einfachheit der Zubereitung.

Ich habe das Fleisch nebst Zwiebel und Knoblauch in Öl angebraten und mit einer Flasche Malzbier abgelöscht. Dann einfach noch mit Salz und Pfeffer gewürzt. Und zwei Stunden schmoren lassen. Das Ergebnis ist eine sehr leckere und wohlschmeckende Sauce, die fast gar nicht nachgewürzt werden

muss.

Und durch die lange Schmorzeit ist das Gulasch herrlich weich geschmort.

Das Besondere an dem Gulasch ist dann auch noch, dass ich zwei Sorten Fleisch verwende. Einmal Suppenfleisch vom Rind, das sehr weich wird durch das Schmoren und fast von allein auseinanderfällt. Und zum anderen Nackenfleisch vom Schwein, das zwar auch weich geschmort wird, jedoch noch ein wenig mehr Struktur behält als das Suppenfleisch.

Für 2 Personen:

- 400 g Suppenfleisch (Rind)
- 400 g Nackenfleisch (Schwein)
- 1 große Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Flasche Malzbier (0,33 l)
- Salz
- Pfeffer
- 1 Tasse Langkornreis
- Olivenöl
- Schnittlauch

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Schmorzeit 2 Stdn.



Lange geschmortes Gulasch

Zwiebel und Knoblauch putzen und schälen. Zwiebel in feine Streifen schneiden. Knoblauch kleinschneiden.

Fleisch in grobe Würfel schneiden.

Öl in einem Topf erhitzen und Fleisch mit dem Gemüse anbraten.

Mit dem Malzbier ablöschen. Salzen und pfeffern.

Zugedeckt bei geringer Temperatur zwei Stunden schmoren lassen.

Kur vor Ende der Garzeit den Reis in der doppelten Menge Wasser mit etwas Salz 10–12 Minuten garen.

Sauce des Gulasch abschmecken.

Schnittlauch kleinschneiden.

Reis auf zwei tiefe Teller verteilen.

Gulasch mit viel Sauce darüber geben.

Mit etwas Schnittlauch garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Gegrillte Spieße mit Langkornreis und BBQ-Sauce



Leckere Spieße

Bei diesen Spießen musste ich erfinderisch sein.

Denn ich bereite so gut wie nie solche Spieße zu.

Es sollte sich aber herausstellen, dass ich das durchaus in bestimmten Abständen machen sollte.

Denn die Spieße, schön in der Grillpfanne gegrillt, schmecken hervorragend und sind sehr lecker.

Aber das Problem war aufgrund dessen, dass ich sie so gut wie nie zubereite, dass ich keine Metallspieße für die Zubereitung

hatte.

Also habe ich mir etwas einfallen lassen. Und habe für die Spieße einfach Zahnstocher zweckentfremdet.

Für einen Spieß benötigt man dann zwar etwa vier Zahnstocher.

Aber das Ergebnis wie auf den beiden Fotos abgebildet kann sich sehen lassen.

Dazu gibt es als Beilage einfachen Langkornreis.

Und da der Reis natürlich ein wenig Sauce benötigt, habe ich mit passierten Tomaten und Teriyaki-Sauce einfach eine Art Ketchup oder auch BBQ-Sauce zubereitet. Die sehr lecker schmeckt.

Für 2 Personen:

- 2 dicke Schweine-Nackensteaks
- 8 große, weiße Champignons
- 1 große Zwiebel
- 1 Tasse Langkornreis
- 200 ml passierte Tomaten (Packung)
- Teriyaki-Sauce
- Riesling
- Salz
- Steak-Gewürzmischung
- Rapsöl
- Zahnstocher

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 12 Min.



Leckere BBQ-Sauce

Steaks in große Würfel schneiden.

Zwiebel schälen, vierteln und die einzelnen Schalen abzupfen.

Stiele der Champignons entfernen. Dann Champignons vierteln.

Nacheinander jeweils Steakwürfel, Zwiebelschale und Champignon mit mehreren Zahnstochern zu einem Spieß zusammenstecken.

Davon insgesamt sechs herstellen.

Mit der Gewürzmischung und Salz auf beiden Seiten würzen.

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

Parallel dazu Öl in einer großen Grillpfanne mit Deckel erhitzen.

Spieße darin auf einer Seite zugedeckt sieben Minuten grillen.

Dann wenden und nochmals fünf Minuten grillen.

Gleichzeitig etwas passierte Tomaten in eine sehr kleine Pfanne geben.

Einen guten Schluck Teriyaki-Sauce dazugeben. Und mit etwas Riesling verlängern. Verrühren und erhitzen.

Reis auf zwei Teller verteilen.

Jeweils drei Spieße auf einen Teller geben.

Sauce über Spieße und Reis verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Klöße aus Semmeln und Kartoffeln



Selbst zubereitete Klöße aus Toastbrot und Kartoffeln

Ein Rezept für frisch zubereitete Klöße.

Auf das ich auf Umwegen kam. Denn ursprünglich wollte ich

Semmelknödel auf die klassische Art zubereiten. Semmeln – in Hamburg sagt man Schrippen –, Milch, Eier Gewürze usw.

Nun hatte ich von einer anderen Zubereitung aber noch Kartoffeln übrig.

Und zudem nur recht wenig Schrippen vorrätig, die nur einen kleinen Teig für Klöße ergeben hätten. So dass ich hiervon auch keine Klöße portionsweise einfrieren könnte.

Also habe ich mich einfach entschieden, zwei Kloßrezepte zu kombinieren.

Keine Semmelklöße. Und keine Kartoffelklöße. Sondern Semmel-Karoffel-Klöße.

Und variiert habe ich die Zubereitung noch dadurch, dass ich anstelle von Schrippen trockenes Toastbrot verwendet habe. Dieses hat man ja meistens wie Schrippen vorrätig und manchmal keine Verwendung mehr dafür.

Keine Bange. Die Klöße gelingen gut. Man bekommt sehr schmackhafte, leicht gewürzte Klöße, die eine gute Konsistenz haben. Und die man dann auch gut einfrieren kann. Um sie für weitere Zubereitungen wie Braten, Gulasch oder Ragout zu verwenden.

Leider habe ich vergessen, von den Klößen allein schöne Foodfotos zu fotografieren. So habe ich leider nur noch Foodfotos mit den Klößen als Beilage zu diversem Fleisch.

Für etwa 6 Klöße:

- 10 Scheiben trockenes Toastbrot
- $\frac{1}{2}$ –1 l Milch
- 200 g rohe Kartoffeln
- 200 g gegarte Kartoffeln
- 5 Eier
- 10–15 EL Paniermehl
- $\frac{1}{2}$ Bund Petersilie

- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- grobes Meersalz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 60 Min. | Garzeit 30 Min.



Mit frischen Klößen zweierlei Art

Toastbrotscheiben kleinwürfeln.

In eine Schüssel geben, Milch darüber geben, so dass alles gut bedeckt ist und die Toastbrotscheiben darin 30 Minuten einweichen.

Beide Kartoffelarten auf einer feinen Küchenreibe in eine Schüssel reiben.

Petersilie kleinwiegen.

Zwiebeln und Knoblauch putzen, schälen und sehr klein schneiden.

Toastbrotscheiben gut in die Milch drücken. Dann die Milch aus der Toastbrotmasse mit der Hand auspressen und Masse in eine Schüssel geben.

Kartoffeln, Petersilie, Zwiebeln, Knoblauch und aufgeschlagene Eier dazugeben.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

Alles gut mit der Hand vermengen.

Nun soviel Paniermehl dazugeben, das die Masse nicht mehr zu flüssig ist, sondern eher dick und sämig.

Dann die Masse nochmals vermischen und 30 Minuten ziehen und quellen lassen.

Parallel dazu leicht gesalzenes Wasser in einem großen Topf erhitzen.

Aus der Knödelmasse mit den Händen Klöße formen.

Alle Knödel zusammen in das nun nur noch siedende Wasser geben.

Darin 30 Minuten zugedeckt simmern lassen.

Einzelnen herausnehmen und entweder für eine weitere Zubereitung verwenden.

Oder portionsweise in Gefrierbeuteln einfrieren.

Tortellini mit Rosmarin-Käse-Sauce



Mit einfachen, aber schmackhaften Tortellini aus der Packung

Käse ist nicht nur für den Belag eines Butterbrotes da. Sondern auch für Salate, für Pizzen, zum Überbacken und natürlich kann man mit Käse auch leckere Käse-Saucen zubereiten. Für Pasta oder Reis.

Gewöhnlich verwendet man für eine Käse-Sauce aber eher einen Greizer-, Cheddar- oder Gouda-Käse. Denn diese Käsesorten schmelzen in der kochende Sauce komplett und vermischen sich mit den restlichen Bestandteilen der Sauce.

Mit dem Mozzarella, den ich verwendet habe, ist die Käse-Sauce nicht optimal gelungen. Der Mozzarella schmilzt zwar in der Sauce, aber er verbindet sich eben nicht komplett mit ihr.

Sicherlich gibt es dafür auch einen Trick, um dies zu bewerkstelligen und zu erreichen. Aber mir ist leider kein solcher Trick bekannt und auch bei der Recherche im Internet fand ich keinen solchen.

Nichts desto trotz ist die Sauce aufgrund des Mozzarella, des Weißweins und des Rosmarin sehr lecker.

Dazu gibt es als Hauptzutat der Gerichts einfache Tortellini aus der Packung. Mit Ricotta und Spinat gefüllt.

Für 2 Personen:

- 500 g Tortellini (2 Packungen à 250 g, mit Ricotta und Spinat gefüllt)

Für die Sauce:

- 2 Mozzarella (2 Packungen à 125 g)
- Soave
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 4 Zweige frischer Rosmarin
- Salz
- weißer Pfeffer
- Zucker
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.



Mit leckerer Käse-Sauce

Zwiebel und Knoblauch putzen, schälen und kleinschneiden.

Mozzarella in kleine Würfel schneiden.

Blättchen des Rosmarin abzupfen und kleinwiegen.

Butter in einem Topf erhitzen und Gemüse darin andünsten.

Mozzarella dazugeben.

Mit einem sehr großen Schluck Soave ablöschen.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Rosmarin dazugeben.

Alles vermischen und bei geringer Temperatur einige Minuten köcheln lassen.

Sauce abschmecken.

Parallel dazu Tortellini in leicht gesalzenem, kochendem Wasser acht Minuten garen.

Tortellini auf zwei Schalen verteilen.

Sauce darüber verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Vollkorn-Spaghetti mit Pferde-Hackfleisch-Bällchen

in Tomaten-Sauce



Mit Vollkorn-Pasta

Hackfleisch kann man für viele verschiedene Gerichte verwenden. Für Frikadellen. Für Aufläufe. Zum Füllen von Rouladen oder Strudeln. Oder für leckere Pasta-Saucen.

Hier wird Hackfleisch für kleine Bällchen verwendet, die zusammen mit einer leckeren Tomaten-Sauce auf Pasta gegeben werden.

Die Hackfleisch-Bällchen haben keine besonders ausgefallene Zubereitung. Man bereitet einfach eine Hackfleischmasse zu, wie man sie für Frikadellen zubereiten würde.

Also Hackfleisch, Zwiebeln, Knoblauch, Semmelbrösel/Paniermehl und Eier. Dazu noch Petersilie und einige Gewürze.

Die Masse wird einfach mit den Händen zu einzelnen kleinen Bällchen gerollt.

Und diese werden dann einige Minuten im siedenden Fett in der Fritteuse frittiert.

Als Sauce gibt es eine einfache Tomaten-Sauce.

Aber nicht mit passierten Tomaten aus der Packung.

Sondern frisch mit Kirschtomaten, die kleingeschnitten und in Olivenöl zusammen mit Zwiebeln und Knoblauch angedünstet werden und dann der Sauce etwas Flüssigkeit geben.

Als Beilage gibt es Pasta, und zwar gesunde Pasta. Also Vollkorn-Pasta. Und zwar Spaghetti. Das macht das Gericht noch etwas farbenfroher.

Für 2 Personen

Für die Hackfleisch-Bällchen:

- 250 g falsche Pferde-Lende
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 4–6 EL Semmelbrösel oder Paniermehl
- 2 Eier
- Petersilie
- Salz
- Pfeffer
- rosenscharfes Paprikapulver
- Zucker

Für die Sauce:

- 10 Kirschtomaten
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

- 350 g Vollkorn-Spaghetti

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. © Garzeit 20 Min.



Knusprige, würzige Bällchen

Lende durch den Fleischwolf in eine Schüssel wolfen.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden.
Dazugeben.

Die Semmelbrösel ebenfalls dazugeben.

Petersilie kleinwiegen. Auch hinzugeben.

Eier aufschlagen und in die Schüssel geben.

Kräftig mit Salz, Pfeffer, Paprika und einer Prise Zucker würzen.

Alles mit der Hand gut durchmischen.

Masse eine Stunde im Kühlschrank ziehen lassen.

Herausnehmen und mit den Händen kleine Bällchen rollen. Auf einen Teller geben.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden.

Kirschtomaten vierteln.

Öl in einem Topf erhitzen und Tomaten, Zwiebeln und Knoblauch darin anbraten. Tomaten mit dem Stampfgerät etwas fein stampfen.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Etwas köcheln lassen und Sauce abschmecken.

Parallel dazu Spaghetti nach Anleitung zubereiten.

Fett in der Fritteuse auf 180 °C erhitzen.

Hackfleisch-Bällchen für 5 Minuten in das siedende Fett geben.

Herausnehmen, auf ein Küchenpapier geben und abtropfen lassen.

Pasta auf zwei tiefe Nudel-Teller geben.

Sauce darüber verteilen.

Jeweils die Hälfte der Hackfleisch-Bällchen auf die Sauce obenauf drapieren.

Servieren. Guten Appetit!

Pferde-Tatar



Mit 10 Beilagen zum Vermengen

Heute bleibt die Küche kalt, wir gehen ... zu den Pferden.

Heute, an Weihnachten, beginnt meine **Pferdefleisch-Woche**.

Eigentlich ist dies nicht ganz korrekt, denn ich bereite sowohl an Weihnachten und den Feiertagen als auch die ganze darauffolgende Woche bis 30. Dezember Pferdefleisch-Gerichte zu. Es werden dann somit insgesamt 10 Rezepte.

Heute gibt es – exklusiv zu Weihnachten – ein wirkliches Feiertags-Essen. Aber kalt. Der Herd oder Backofen muss also nicht in Gang gesetzt werden.

Es gibt ein Tatar aus Pferdefleisch, und zwar Pferdelende, das wohl edelstes Stück Fleisch eines Pferdes.

Ganz genau weiß ich die traditionelle und originale Zubereitung eines Tatars nicht. Also nicht, welche Beilagen zum Tatar dazukommen.

Ich weiß nur, dass man Tatar am besten selbst mit der Hand kleinschneidet und mit einem großen Messer dann nochmals zerkleinert. Und nicht im Fleischwolf somit maschinell wolft.

Aber das tue auch auch bei dieser Zubereitung.

Und dann weiß ich auch, dass zu einem guten Tatar unbedingt ein Eigelb auf demselben gereicht wird.

Die weiteren Beilagen sind da eher untergeordneter Natur und dürften sicherlich von Region zu Region und Land zu Land variieren.

Aber ich muss gestehen, dieses Feiertags-Essen macht seinem Namen alle Ehre.

Es ist äußerst delikatsch und schmackhaft. Es hat mir sehr gemundet.

Auf dem Foto sehen Sie – von 12 Uhr oben beginnend im Uhrzeigersinn – 10 Beilagen: 1 gehackte, eingelegte Gurke, Senf, Salz, Pfeffer, rosenscharfes Paprika, gehackte Kapern, gehacktes Sardellenfilet, kleingewürfelte Zwiebel, kleingeschnittene Knoblauchzehe und dann auf dem Tatar das Eigelb.

Sie müssen bei dieser Art des Anrichtens übrigens die Beilagen natürlich nicht alle mit dem Tatar vermischen und daraus das fertig gewürzte Tatar zum Essen zubereiten. Sie nehmen jeweils nur die Menge an Beilagen, wie Sie wünschen.

Der eine mag es gerne mehr säuerlich und nimmt mehr Gurke und Kapern. Der andere mag es schärfer und nimmt viel Senf und Paprika. Und wieder andere mögen eben mehr Zwiebeln und Knoblauch.

Als weitere Beilage gibt es natürlich zu jedem Tatar zwei schöne, frische, große Schrippen, auf die man das fertig gewürzte Tatar aufträgt, verstreicht und die Schrippenhälften mit dem Tatar dann aus der Hand isst.

Dazu an Weihnachten eine kaltes, alkoholfreies Bier aus der Flasche!

Für 2 Personen

- 500 g Pferdelende
- 2 kleine, eingelegte Gurken
- 2 TL scharfer Senf
- Salz
- weißer Pfeffer
- rosenscharfes Paprikapulver
- 2 EL Kapern
- 2 Sardellenfilets
- $\frac{1}{2}$ Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Eigelbe
- 4 große Schrippen

Zubereitungszeit: 20 Min.



Mit der Hand gehackte Pferde-Lende

Lende in dünne Scheiben schneiden. Diese längs in feine Streifen schneiden. Diese wiederum quer in ganz kleine Würfel. Danach noch mehrmals mit einem großen Messer die Tatarmasse kräftig kleinschneiden.

Zwiebelhälfte und Knoblauchzehen putzen, schälen und

kleinschneiden.

Sardellenfilets und Kapern feinhacken.

Jeweils einen Eierring auf einen großen Teller stellen.

Die Tatarmasse auf die beiden Eieringe verteilen und festdrücken. Eierringe entfernen.

Eine kleine Mulde in das Tatar drücken. Jeweils ein Eigelb hineingeben.

Die restlichen 9 Beilagen kreisförmig um das Tatar voneinander gesondert auf die Teller geben.

Tatar jeweils mit zwei Schrippen servieren.

Guten Appetit und frohe Weihnachten!

Wirsing-Eintopf mit Kohl-Wurst



Passend mit Kohl-Wurst

Die kalte Jahreszeit ist auch gleichzeitig saisonal die Zeit für Kohl aller Art. Weißkohl, Grünkohl, Wirsing, Rosenkohl, Rotkohl, Spitzkohl, habe ich etwas vergessen?

Und ich lebe ja in direkter Nähe zur Region Dithmarschen in Schleswig-Holstein, das eines der größten Kohlanbaugebiete in Deutschland ist.



Kohlanbau in Dithmarschen

Auch wenn das Foto über 25 Jahre alt ist, es zeigt immer noch den gewohnten Anbau von Kohl in Dithmarschen.

Und was kann man aus Kohl alles zubereiten? Na im besonderen natürlich auch passend zur kalten Jahreszeit einen leckeren Eintopf.

Dazu habe ich Wirsing gewählt. Dann Kartoffeln. Durchwachsenen Bauchspeck. Und einige weitere Zutaten wie Zwiebel, Lauchzwiebel und Knoblauch.

Wie immer hat ein Eintopf so seine Besonderheit. Er schmeckt nämlich am darauffolgenden Tag, wenn er etwas durchgezogen hat, noch besser.

Und um das Bild und auch den Geschmack für den Eintopf abzurunden, habe ich vor der Zubereitung noch schnell zwei kleine Kohl-Würste eingekauft, wie man sie im Norden gerne zu einem Eintopf isst.

Für 2 Personen

- 6 Wirsingblätter
- 4 Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 100 g durchwachsener Bauchspeck
- 800 ml Gemüsefond
- 2 Kohl-Würste
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 1 Std.

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



Ein Gericht für die kalte Jahreszeit
Wirsingblätter putzen und grob zerkleinern.

Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden.

Schwarte des Specks entfernen. Dann Speck in kleine Würfel schneiden.

Butter in einem großen Topf erhitzen.

Zwiebel, Lauchzwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten.

Wirsing, Kartoffeln und Speck dazugeben.

Mit dem Fond ablöschen.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Würste dazugeben.

Zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen.

Eintopf abschmecken.

Eintopf auf zwei tiefe Suppen-Teller verteilen.

Jeweils eine Wurst dazugeben.

Servieren. Guten Appetit!

Jasminreis mit würziger Tomatensauce



Würzige und kräftige Sauce

Jasminreis stammt wie Basmatireis aus Asien. Er hat ein leicht duftendes Aroma und schmeckt sehr gut gut. Er ist vom Korn her ein wenig kleiner als Basmatireis. Und eine gelungene Abwechslung zu diesem.

Ich habe die Tomatensauce einfach aus Zwiebel, Lauchzwiebel, Knoblauch, Champignons und einer Dose Tomaten-Creme-Suppe zubereitet.

Auf diese Weise erfährt die Suppe einmal eine andere Art der Verwendung, als sie als gewöhnliche Suppe zu erhitzen und zu servieren.

Für ein wenig Schärfe kommt eine klein geschnittene Chili-Schote hinzu.

Damit man doch noch etwas Festes in der Sauce hat, gebe ich kurz vor dem Servieren kleingeschnittene Kirsch-Tomaten hinzu, die ich nicht mitgare, sondern nur kurz erhitze.

Und fertig ist ein einfaches Gericht mit leckerem Reis und schmackhafter Sauce.

Für 2 Personen

- 1 Tasse Jasminreis
- 1 Dose Tomaten-Creme-Suppe (400 ml)
- 5 Kirsch-Tomaten
- 4 weiße Champignons
- 1 Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 rote Chili-Schote
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.



Mit schön duftendem Jasminreis

Jasminreis in der doppelten Menge Wasser, das leicht gesalzen ist, 10 Minuten garen.

Zwiebel, Lauchzwiebel und Knoblauch putzen, schälen und kleinschneiden.

Champignons und Chili-Schote ebenfalls putzen und kleinschneiden.

Öl in einem Topf erhitzen und Gemüse darin kurz andünsten.

Tomaten-Suppe dazugeben.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Sauce abschmecken.

Kurz köcheln lassen.

Tomaten vierteln, hinzugeben und nur kurz erhitzen.

Reis auf zwei Schalen verteilen.

Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

Schupfnudeln in Whiskey-Sahne-Sauce



Beim Flambieren

Ich habe bei den Schupfnudeln auf industriell gefertigte Schupfnudeln zurückgegriffen. Sie sind einfach zuzubereiten, und schmecken lecker.

Für die Zukunft werde ich aber mal im Hinterkopf behalten, dass ich Schupfnudeln auch einmal frisch aus Kartoffelmasse zubereite und das Rezept hier veröffentliche.

Ich brate die Schupfnudeln zusammen mit kleingeschnittener Zwiebel, Lauchzwiebel und Knoblauch in Butter an.

Wenn alle Zutaten genügend Röststoffe haben, lösche ich mit einem Schuss Whiskey ab und flambiere das Gericht.

Dann kommt noch etwas Sahne hinzu.

Und verfeinert mit frischem, kleingeschnittenem Basilikum.

Garniert wird das Ganze mit frisch geriebenem Parmigiano

Reggiano.

Für 2 Personen

- 1 kg Schupfnudeln (2 Packungen à 500 g)
- 2 milde Bio-Zwiebeln
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- Scotch-Whiskey
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- Salz
- Pfeffer
- 1/2 Topf Basilikum
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 12 Min.



Blättchen des Basilikums abzupfen und kleinschneiden.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Eine große Portion Butter in zwei Pfannen erhitzen.

Schupfnudeln und Gemüse in die Pfannen geben und unter Rühren 10 Minuten kross braten.

Mit einem Schuss Whiskey ablöschen und flambieren.

Sahne dazugeben.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

Basilikum dazugeben.

Auf zwei Schalen verteilen.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Gemüse-Tarte



Leckere, pikante Tarte

Wenn man mit viel Gemüse, das man vorrätig hat und das verbraucht werden muss, eine leckere Gemüse-Pizza zubereiten kann, dann kann man auch eine leckere Gemüse-Tarte damit zubereiten und backen. Gesagt, getan.

Ich habe Bohnen, Spargel, Fenchel, Zucchini, Zwiebel, Knoblauch und Ingwer verwendet.

Der Ingwer wird auf einer Küchenreibe fein gerieben. Er gibt der Tarte im Nachgeschmack eine leicht süße, scharfe und fruchtige Note.

Gewürzt wird nur mäßig mit Salz und weißem Pfeffer, die Tarte soll nicht überwürzt werden.

Ich habe die Tarte einmal ausnahmsweise 1 $\frac{1}{2}$ Stunden gebacken und keine 1 Stunde, wie im Grundrezept für eine Tarte vermerkt ist. Das hat auch seinen Sinn.

Denn ich wollte unbedingt ganz sicher gehen, dass alle Gemüsesorten gut durchgegart werden. Denn dieses Mal gare ich das Gemüse nicht vor.

Und der Pizza-Teig verträgt das lange Backen gut.

Eine Gemüse-Taste ist pikant und herzhaft.

Daher eignet sich ein Hefeteig besonders dafür. Dieses Mal habe ich mir anderweitig beholfen und keinen frischen Hefeteig zubereitet. Sondern einen fertigen, industriell gefertigten Pizza-Teig aus der Packung verwendet.

Die Torte gelingt saftig und schmackhaft.

Und am besten isst man sie aus der Hand und nicht mit der Kuchengabel, wie auf dem Foto zu sehen. Der Boden ist stabil genug dafür.

Flammkuchen mit Zwiebeln, Champignons, Speck und Basilikum



Lecker und würzig

Schmand hätte hier deutlich besser gepasst.

Denn Crème fraîche hat immerhin 30 % Fett. Somit liegt der Flammkuchen etwas schwer im Magen und ist schwer verdaulich.

Als Belag habe ich Zwiebelstreifen, Champignons, Speckscheiben und frisches Basilikum gewählt.

Für den Flammkuchen habe ich keinen Flammkuchenteig gewählt

oder zubereitet, sondern einen industriell gefertigten Hefeteig zweckentfremdet.

Dieser ist zwar laut Anweisung auf der Packung eher für einen süßen Kuchen mit Obst oder Beeren geeignet. Aber er eignet sich auch für diesen Flammkuchen und geht sehr schön auf.

Backen Sie den Flammkuchen etwa 20–30 Minuten bei 180 Grad Ober-/Unterhitze, je nach gewünschtem Bräunungsgrad.

Für 2 Personen

- 1 Hefeteig (1 Packung)
- 400 ml Crème fraîche (2 Becher à 200 ml)
- 4 große Zwiebeln
- 4 große, braune Champignons
- 100 g Speckscheiben (1 Packung)
- 1/2 Topf frisches Basilikum
- Salz
- weißer Pfeffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Backzeit 20–30 Min.



Hefeteig auf dem Backpapier auf einem Backblech ausrollen und 30 Minuten aufgehen lassen.

Backofen auf 180 Grad Celsius Ober-/Unterhitze erhitzen.

Zwiebeln schälen und in feine Streifen schneiden. Auf einen Teller geben.

Champignons in feine Scheiben schneiden und ebenfalls auf einen Teller geben.

Speckscheiben quer dritteln.

Blätter des Basilikums abzupfen und kleinschneiden.

Crème fraîche mit dem Backlöffel oder einem Konditormesser auf dem Hefeteig verstreichen.

Zwiebeln darauf verteilen.

Dann Champignons darüber verteilen.

Salzen und pfeffern.

Speckstücke darauf legen.

Basilikum darüber verteilen.

Backblech für 20–30 Minuten auf mittlerer Ebene in den Backofen geben.

Herausnehmen und mit dem Pizzarad oder einem großen Messer in sechs rechteckige Stücke schneiden.

Stückweise in drei Durchgängen für zwei Personen servieren. Der Flammkuchen schmeckt auch kalt noch sehr gut.

Guten Appetit!

Linguine **mit** **Hackfleischbällchen**



Sehr würziges und empfehlenswertes Pasta-Gericht

Ein Rezept für ein Gericht mit Pasta und Hackfleischbällchen. Das sehr lecker und ausgesprochen gut ist.

Ich bereite die Hackfleischbällchen frisch zu. Dafür verwende ich gemischtes Hackfleisch. Dann Zwiebel und Knoblauch. Und Petersilie.

Für mehr Fluffigkeit der Bällchen geben ich sowohl eine in Milch eingeweichte Schrippe hinzu. Als auch Semmelbrösel für mehr Festigkeit und Bindung. Und natürlich Eier.

Gewürzt wird ganz klassisch mit scharfem Paprika, Salz, Pfeffer und Zucker.

Für etwas Sauce für die Pasta brate ich kleingeschnittene Kirschtomaten in Olivenöl an. Gebe frische Basilikumblätter und Knoblauch hinzu. Würze mit Salz und Pfeffer. Und verlängere die Sauce mit etwa 10 Esslöffel des Kochwassers der Pasta. Dieses enthält ja Stärke der Pasta und Salz und bindet somit die Sauce gut ab.

In dieser Sauce erhitze ich die frittierten Hackfleischbällchen noch einige Minuten.

Für 2 Personen

Für die Hackfleischbällchen:

- 400 g gemischtes Hackfleisch
- 1 trockene Schrippe
- 200 ml Milch
- 8 EL Semmelbrösel
- 1 große Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1/2 Bund Petersilie
- 3 Eier
- rosenscharfes Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

Zusätzlich:

- 350 g Linguine
- 1/2 Topf Basilikum
- 20 Kirschtomaten
- 6 Knoblauchzehen
- Olivenöl
- Parmigiano Reggiano

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Wartezeit 1 Std.
| Garzeit 20 Min.



Für die Hackfleischbällchen:

Schrippe kleinschneiden. In eine Schüssel geben. Milch darüber geben und Schrippenstücke gut darin einweichen. 15 Minuten stehen lassen.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen, kleinschneiden und in eine Schüssel geben.

Petersilie kleinwiegen und dazugeben.

Hackfleisch ebenfalls dazugeben.

Eier aufschlagen und hinzugeben. Ebenso die ausgedrückten Schrippenstücke und die Semmelbrösel.

Kräftig mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Alles mit der Hand gut vermengen.

Eine Stunde ziehen lassen, damit die Semmelbrösel etwas aufquellen.

Mit der Hand sehr kleine Bällchen daraus rollen und auf einen Teller geben.

Fett in der Fritteuse auf 180 °C erhitzen.

Bällchen darin – eventuell in zwei Durchgängen – 5 Minuten frittieren.

Herausnehmen und auf ein Küchenpapier geben.

–

Pasta nach Anleitung zubereiten.

Währenddessen Tomaten vierteln.

Knoblauch schälen und kleinschneiden.

Blättchen des Basilikum abzapfen.

Reichlich Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Tomaten hineingeben und kräftig anbraten.

Knoblauch und Basilikum dazugeben.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

10 Esslöffel des Kochwassers der Pasta hinzugeben. Alles gut vermischen.

Hackfleischbällchen einige Minuten in der Sauce erhitzen.

Pasta auf zwei tiefe Pasta-Teller verteilen.

Bällchen mit der Sauce darüber geben.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Hackfleischbällchen mit Kartoffelspalten mit Körriesaft



Der Teller ist voll ... juchuhuh!

Ein Rezept für ein Gericht, das ich komplett in der Fritteuse zubereite.

Ausgenommen natürlich den Körriesaft. Der ist industriell hergestellt und steht in einer Flasche zur Verfügung.

Ich bereite die Hackfleischbällchen frisch zu. Nur bei den Kartoffelspalten greife ich auf Tiefkühlware zurück. Es sind Kartoffelspalten aus Bio-Kartoffeln, also noch mit Schale. Und leicht mit mediterranen Kräutern vorgewürzt.

Für die Hackfleischbällchen verwende ich gemischtes Hackfleisch. Dann Zwiebel und Knoblauch. Und Petersilie.

Für mehr Fluffigkeit der Bällchen geben ich sowohl eine in Milch eingeweichte Schrippe hinzu. Als auch Semmelbrösel für mehr Festigkeit und Bindung. Und natürlich Eier.

Gewürzt wird ganz klassisch mit scharfem Paprika, Salz, Pfeffer und Zucker.

Der Körriesaft heißt hier in Hamburg tatsächlich so. Es ist die Variante, die es auf dem Kiez, also der Reeperbahn, an den Imbissständen oder -buden gibt. Es ist der verballhornte Begriff der klassischen Curry-Sauce, die für Currywurst mit Pommes frites verwendet wird. Der Name eben in Kiezmanier.

Für 2 Personen

Für die Hackfleischbällchen:

- 400 g gemischtes Hackfleisch
- 1 trockene Schrippe
- 200 ml Milch
- 8 EL Semmelbrösel
- 1 große Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1/2 Bund Petersilie
- 3 Eier
- rosenscharfes Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

Zusätzlich:

- 2 Portionen Kartoffelspalten (Tiefkühlware)
- Körriesaft

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Wartezeit 1 Std.
| Frittierzeit 10 Min.



Schrippe kleinschneiden. In eine Schüssel geben. Milch darüber geben und Schrippenstücke gut darin einweichen. 15 Minuten stehen lassen.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen, kleinschneiden und in eine Schüssel geben.

Petersilie kleinwiegen und dazugeben.

Hackfleisch ebenfalls dazugeben.

Eier aufschlagen und hinzugeben. Ebenso die ausgedrückten Schrippenstücke und die Semmelbrösel.

Kräftig mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Alles mit der Hand gut vermengen.

Eine Stunde ziehen lassen, damit die Semmelbrösel etwas aufquellen.

Mit der Hand kleine Bällchen daraus rollen und auf einen

Teller geben.

Fett in der Fritteuse auf 180 °C erhitzen.

Bällchen darin – eventuell in zwei Durchgängen – 5 Minuten frittieren.

Herausnehmen, auf ein Küchenpapier geben und warmhalten.

Kartoffelspalten – eventuell auch in zwei Durchgängen – 5 Minuten in der Fritteuse frittieren.

Herausnehmen, ebenfalls auf ein Küchenpapier geben, salzen und dann auf zwei Teller verteilen.

Hackfleischbällchen dazugeben.

Bällchen großzügig mit dem Körriesaft übergießen.

Servieren. Guten Appetit!

Flammkuchen mit Zwiebeln und Frühstücksspeck



Würzig-pikant

Flammkuchen kann man auf zwei Arten zubereiten. Entweder pikant und herzhaft. Oder süß und fruchtig. Ich habe die erstere Variante bevorzugt.

Für den Flammkuchen kann man auch gut einen fertigen, also industriell hergestellten Flammkuchenteig verwenden. Meistens wird dieser mit einem Backpapier geliefert. Da kann man nicht viel falsch machen, erspart sich eine Menge Arbeit und wenn das Produkt gut ist, gelingt der Flammkuchen auch gut.

Auf den Flammkuchen gehört eine Schicht aus Crème fraîche oder Schmand. Ich habe letzteres bevorzugt.

Zwei ganze Becher Schmand passen auf den Teig. Verstreichen Sie ihn mit einem Backlöffel, oder noch besser mit einem Konditormesser.

Auf den Schmand kommen Gewürze wie Paprikapulver, Salz und Pfeffer.

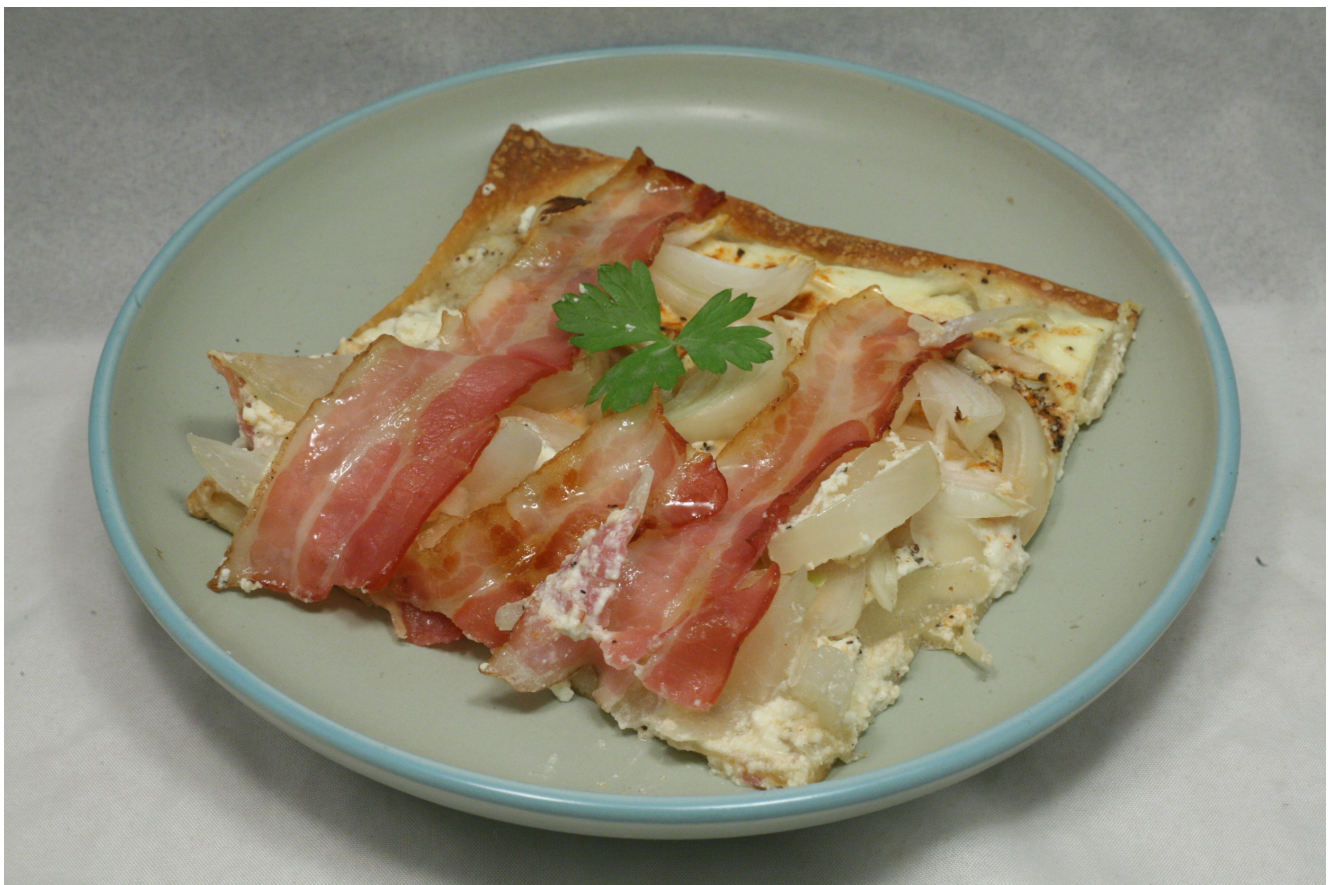
Dann eine Schicht in feine Streifen geschnittene Zwiebeln.

Und schließlich noch eine Packung mit Frühstücksspeck-Scheiben, die ich mit der Küchenschere noch jeweils quer halbiere, damit ich den Flammkuchen dann nach dem Backen besser schneiden kann.

Für 2 Personen:

- 1 Packung fertiger Flammkuchenteig (auf Backpapier)
- 4 große Zwiebeln
- 100 g Frühstücksspeck-Scheiben (1 Packung, 12 Scheiben)
- 400 ml Schmand (2 Becher à 200 ml)
- rosenscharfes Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Backzeit 20 Min.



Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze erhitzen.

Zwiebeln putzen, schälen und längs in feine Streifen

schneiden. In eine Schüssel geben.

Speckscheiben quer einmal durchschneiden.

Teig mit dem Backpapier auf ein Backblech legen.

Schmand auf den Teig geben und mit dem Konditormesser gut verstreichen.

Mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen.

Zwiebelstreifen darauf verteilen.

Speckscheiben gleichmäßig auf den Zwiebelstreifen verteilen.

Auf mittlerer Ebene im Backofen 20 Minuten backen.

Backblech herausnehmen.

Flammkuchen mit dem Pizzarad in sechs rechteckige Stücke schneiden.

In mehreren Durchgängen jeweils zwei Stück auf zwei Teller verteilen.

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!