





Garbanzo-Bohnen Tomatensuppe

»Garbanzo-Bohnen Tomatensuppe« ist ein nahrhafter Eintopf, der durch seine Kombination aus frischem Gemüse und herzhaften Aromen besticht. Die Dosentomaten und das Tomatenmark verleihen der Suppe eine fruchtige und leicht süßliche Note. Der Lauch und der Knoblauch sorgen für eine angenehme Würze, während das Lorbeerblatt eine subtile, aromatische Tiefe hinzufügt. Die Garbanzobohnen (Kichererbsen) machen die Suppe besonders sättigend und proteinreich. Diese Suppe ist ideal für ein leichtes Mittag- oder Abendessen und passt hervorragend zu knusprigem Fladenbrot.

Herkunft: Europa

Kategorie: Vorspeisen, Suppen

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

2 EL Öl
2 Stange(n) Lauch
2 Zucchini
2 Zehen(n) Knoblauch
800 g Dosentomaten
1 EL Tomatenmark
1 Blätter Lorbeer
900 ml Gemüsebrühe
450 g Garbanzobohnen eingeweicht
250 g Spinat
30 g Parmesan gerieben
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer
1 Fladenbrot(e)

Vorbereitung

Den Lauch und die Zucchini waschen. Den Lauch in dünne Scheiben, die Zucchini in kleine Würfel schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken.

Zubereitung

Das Öl erhitzen, Lauch und Zucchini unter ständigem Rühren 5 Minuten anbraten. Mit Knoblauch, Tomaten, Tomatenmark, Lorbeerblatt, Brühe und Garbanzo-Bohnen zum Kochen bringen und fünf Minuten köcheln lassen. Den Spinat in dünne Streifen schneiden, in die Suppe geben und nochmals zwei Minuten kochen. Nach Belieben würzen. Das Lorbeerblatt entfernen, die Suppe in eine Suppenschüssel umfüllen und mit Parmesan bestreuen. Mit krustigem Brot servieren.



Überbackene Schweinemedallions in Biersauce

Überbackene Schweinemedallions in Biersauce sind ein wahrer Genuss. Der Geschmack ist eine harmonische Kombination aus dem zarten, saftigen Schweinefilet und der würzigen, leicht herben Biersauce. Die Kräuter wie Petersilie und Thymian verleihen dem Gericht eine frische, aromatische Note, während die Semmelbrösel und der Gruyere-Käse eine knusprige und zugleich cremige Kruste bilden.

Das Altbier und die Fleischbrühe sorgen für eine reichhaltige und vollmundige Sauce, die das Fleisch perfekt ergänzt. Insgesamt ist dieses Gericht eine wunderbare Mischung aus herzhaften, würzigen und leicht süßlichen Aromen, die durch die Butter und das Öl harmonisch abgerundet werden.

Herkunft: Deutschland

Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 10 Minuten

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

800 g Schweinefilet

½ Bund Petersilie

10 Zweig(e) Thymian

70 g Butter

50 g Semmelbrösel

50 g Gruyere

2 EL Öl

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer

200 ml Altbier

200 ml Fleischbrühe

1 EL Kartoffelmehl



Schweinemedallions in Biersauce



Schweinemedallions in Biersauce

Vorbereitung

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in etwa 2 - 3 cm dicke Scheiben schneiden. Die Petersilie und den Thymian waschen, trocken tupfen und die Blättchen fein hacken. Die Kräuter mit der Butter, dem Käse und den Semmelbröseln in einer Schüssel vermischen, kräftig mit Pfeffer würzen. Das Kartoffelmehl mit 2 EL Wasser verrühren. Einen Ofen auf 200 °C (Umluft 175 °C) vorheizen.

Zubereitung

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Medaillons darin bei starker Hitze von jeder Seite 1 Minute scharf anbraten. Dabei mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Die Medaillons in eine ofenfeste Form setzen, die Kräuter-Semmelbrösel-Mischung darauf verteilen und die Medaillons im Ofen im oberen Drittel 8 - 10 Minuten überbacken. In der Zwischenzeit das Bier und die Brühe in die Pfanne gießen und den Bratensatz der Medaillons lösen. Die Sauce bei starker Hitze einkochen lassen und nach Geschmack mit dem Kartoffelmehl binden, nochmals abschmecken und zusammen mit den Medaillons heiß servieren.



Bandnudeln mit Schinken und Käsesauce

Tagliatelle al prosciutto e formaggio

Bandnudeln mit Schinken und Käsesauce, oder Tagliatelle al prosciutto e formaggio, sind ein wahrer Genuss. Der Geschmack ist eine wunderbare Kombination aus dem herzhaften Aroma des Kochschinkens und der cremigen, reichhaltigen Käsesauce. Der Gorgonzola verleiht der Sauce eine kräftige, leicht würzige Note, die durch den Weißwein und die Schlagsahne perfekt abgerundet wird.

Der Oregano fügt eine subtile Kräuternote hinzu, während Salz und Pfeffer die Aromen harmonisch abrunden. Die Tagliatelle nehmen die Sauce gut auf und sorgen für eine angenehme Textur bei jedem Bissen.

Herkunft: Italien

Kategorie: Hauptspeisen, Nudelgerichte

Vorbereitungszeit: 5 Minuten

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

150 g Kochschinken

400 g Tagliatelle

250 ml Schlagsahne

150 ml Weißwein

½ TL Oregano

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer

100 g Gorgonzola

Vorbereitung

Den Schinken in schmale Streifen schneiden.

Zubereitung

Die Nudeln nach Vorschrift kochen und beiseite stellen. In der Zwischenzeit die Sahne, den Wein und den Käse in einer tiefen Pfanne zu einer cremigen Sauce verrühren. Nun den Schinken hinzugeben und die Sauce mit Oregano, Salz und Pfeffer abschmecken. Die fertigen Nudeln in die Pfanne geben, gründlich mit der Sauce vermischen und kurz ziehen lassen.



Curry vom Emu oder Strauß

Das Straußenfleisch ist mager und zart, mit einem leicht süßlichen Geschmack und die Zwiebeln und Knoblauch sorgen für eine kräftige, herzhaft Basis.

Insgesamt hat das Gericht eine wunderbare Balance aus Schärfe, Süße und Würze, mit einer komplexen Aromenvielfalt und einer angenehmen Textur durch das Straußenfleisch und die Süßkartoffeln.

Herkunft: Europa

Kategorie: Hauptspeisen, Eintöpfe, Aufläufe

Vorbereitungszeit: 35 Minuten

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

800 g Straußenfleisch

200 g Zwiebel(n)

2 Zehen(n) Knoblauch

5 cm Ingwer

3 Kurkumawurzeln

3 Chilischote(n) rot

1 TL Kreuzkümmel

1 TL Koriander

½ TL Fenchelsamen

400 g Tomate(n)

350 g Süßkartoffeln

4 EL Öl

1 Prise Salz

300 ml Wasser

1 Kaffirlimette ausgepresst



Curry vom Emu oder Strauß

Vorbereitung

Das Fleisch waschen, abtupfen und von Fett und Sehnen befreien. Anschließend in Würfel von 3 cm Größe schneiden. Die Zwiebeln, den Knoblauch, Ingwer und Kurkuma schälen. Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer fein hacken und die Kurkumawurzeln fein reiben. Die Chilischoten von den Stielansätzen befreien und nach Geschmack die Kerne sowie die Scheidewände entfernen (Achtung: Hände waschen nicht vergessen!). In feine Streifen schneiden. Kreuzkümmel, Koriander und Fenchel in einem Mörser zu feinem Pulver zerstoßen. Die Tomaten blanchieren, häuten, anschließend die Stielansätze und Samen entfernen, klein würfeln. Die Süßkartoffeln schälen und in 2 cm große Stückchen schneiden.

Zubereitung

3 EL Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Das Fleisch darin unter Rühren anbraten und wieder herausnehmen. Das restliche Öl hinzufügen und heiß werden lassen. Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer hinzufügen und bei mittlerer Hitze etwa 5 Minuten pfannenrühren. Kurkuma, Chili und die restlichen Gewürze 1 Minute mitbraten. Nun die Tomaten und das Fleisch hinzugeben und mit 300 ml Wasser aufgießen, salzen und zum Kochen bringen. Anschließend die Hitze reduzieren und alles 35 bis 40 Minuten köcheln lassen. Nach etwa 20 Minuten die Süßkartoffeln unterheben.

Mit Limettensaft abschmecken und heiß servieren.



Fleischeintopf nach Art der Zuñi

Zuñi Succotash

Das Volk der Zuñi zählt zu den nordamerikanischen Pueblo-Indianern und ist im heutigen US-Bundesstaat New Mexico beheimatet. Der Name dieses Rezeptes, »Succotash«, bedeutet übersetzt soviel wie »ganzer Maiskolben«, allerdings handelt es sich hier um ein Schmorgericht mit Rind-, Schweine- oder Wildfleisch mit Mais und Bohnen.

Herkunft: Amerika

Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 20 Minuten

Zubereitungszeit: 45 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

400 g Rindfleisch
2 EL Maiskeimöl
2 Zwiebel(n)
4 Zehen(n) Knoblauch
400 g Kidneybohnen
400 g Mais
2 Tomate(n)
2 EL Erdnüsse
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer



Fleischeintopf nach Art der Zuñi

Vorbereitung

Das Fleisch in mundgerechte Würfel schneiden und trocken tupfen. Die Haut der Tomaten kreuzweise einschneiden, die Tomaten mit heißem Wasser überbrühen, dann die Haut abziehen, würfeln. Die Erdnüsse in einer Pfanne rösten und anschließend in einem Mörser zerstoßen. Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und hacken.

Zubereitung

Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin anbräunen. Zwiebeln, Knoblauch und Chilipulver dazugeben und unter Rühren mitbräunen. Die Bohnen, Mais und Tomatenwürfel unterrühren und alles weitere 25 Minuten köcheln lassen. Die zerstoßenen Erdnüsse dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Hitze reduzieren und alles weitere 15 Minuten einköcheln lassen.



Gefüllte Muschelnudeln

Tagliatelle di conchiglie ripiene

Das Rezept für gebackene gefüllte Conchiglie ist einfach, lecker und perfekt für ein Abendessen mit Freunden oder ein Familienessen. Ein erster Gang, bei dem sich einfache Zutaten wie ein gutes Ragù, Mozzarella und Parmesan als sehr schmackhafte Kombination erweisen.

Herkunft: Italien

Kategorie: Hauptspeisen, Nudelgerichte

Vorbereitungszeit: 20 Minuten

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

250 g Conchiglione
450 g Tomate(n)
500 g Rinderhack
2 Zwiebel(n)
3 Zehen(n) Knoblauch
2 EL Olivenöl
1 TL Olivenöl für die Form
75 g Parmesan gerieben
3 EL Paniermehl
2 EL Basilikum
2 EL Worcestershiresauce
1 Prise Pfeffer
Für den Guss
250 g Sahne
30 g Walnüsse
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer



Gefüllte Muschelnudeln

Vorbereitung

Die Muschelnudeln nach Anweisung bissfest garen. In der Zwischenzeit die Tomaten waschen, die Stielansätze entfernen, entkernen, klein würfeln. Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Walnüsse im Mörser fein zertoßen oder mahlen, die Basilikumbätter fein hacken.

Zubereitung

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln und den Knoblauch darin hellgelb anbraten. Das Hackfleisch hinzugeben und krümelig braten. Die Tomaten dazugeben und 10 Minuten andünsten. In der Zwischenzeit den Backofen (200°C, Gas Mitte, Umluft 180°C) vorheizen. Die Auflaufform vorbereiten. Parmesan, Paniermehl und Basilikum unter die Tomaten rühren, mit reichlich Pfeffer, Salz und mit Worcestershire Sauce würzen. Wenn die Nudeln bissfest sind, abgießen, abschrecken und abtropfen lassen und auf ein Blech legen (am besten mit Alufolie abdecken). Die Tomatensauce in die Nudeln füllen, diese dann in die Auflaufform setzen. Die Sahne und Walnüsse verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen, und über die Nudeln gießen. Alles im Ofen etwa 30 Minuten garen.



Gekochtes Rind mit Kartoffeln

Soprito

Soprito ist ein sephardisches Gericht aus Rindfleisch, das angebraten und langsam in Wasser gegart wird. Durch die lange Garzeit wird das Fleisch sehr zart und weich. Die angebräunten Kartoffeln nehmen den Fleischsaft auf und werden dadurch besonders aromatisch.

Herkunft: Israel

Kategorie: Hauptspeisen, Rindfleischgerichte

Vorbereitungszeit: 10 Minuten

Zubereitungszeit: 3 Stunde(n)

Zutaten für 4 Portionen

1 ½ Kilogramm Rindfleisch

6 EL Öl

5 Kartoffel(n) festkochend

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer

1 Prise Baharat

400 ml Wasser

Vorbereitung

Das Fleisch in mundgerechte Würfel schneiden.

Zubereitung

2 EL Öl in einem großen Topf erhitzen und das Fleisch von allen Seiten anbraten. Das Fleisch mit dem Wasser ablöschen und bei niedriger Hitze etwa zwei Stunden köcheln lassen. Bei Bedarf noch etwas Wasser hinzugeben.

In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen und ebenfalls in mundgerechte Würfel schneiden. Das restliche Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln darin goldgelb anbraten, danach beiseite stellen. Das Fleisch nach etwa 2 Stunden Garzeit mit reichlich Salz, Pfeffer und Baharat würzen, die Kartoffeln unterarbeiten und alles noch eine weitere Stunde bei niedriger Temperatur weitergaren.



Geschnetzeltes in Pfefferrahmsauce

Geschnetzeltes in Pfefferrahmsauce ist ein cremiges und würziges Gericht, das durch die Kombination von zartem Fleisch, Sahne und grünem Pfeffer eine reichhaltige und aromatische Geschmacksnote erhält. Zitronenthymian bringt eine leichte, zitronige Note, die das Gericht erfrischt. Sahne macht die Sauce besonders cremig und reichhaltig.

Herkunft: Deutschland

Kategorie: Hauptspeisen, Schweinefleischgerichte

Vorbereitungszeit: 10 Minuten

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

1 Bund Frühlingszwiebel(n)
10 Zweig(e) Zitronenthymian
500 g Schweineschnitzel
1 EL Butterschmalz
1 Prise Zitronenpfeffer
1 Prise Salz
2 TL Weizenmehl
200 ml Fleischbrühe
100 g Sahne
4 EL grüner Pfeffer eingelegt



Geschnetzeltes in Pfefferrahmsauce

Vorbereitung

Den Zitronenthymian waschen, trocken tupfen und die Blättchen abzupfen. Die Frühlingszwiebeln waschen, abtrocknen und schräg in feine Ringe schneiden. Das Fleisch waschen abtrocknen und quer zur Faser in feine Streifen schneiden.

Zubereitung

Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin $\frac{1}{2}$ bis 1 Minute portionsweise bei starker Hitze goldbraun anbraten. Jeweils mit Salz und Zitronenpfeffer würzen, aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Die Hitze reduzieren.

Die Frühlingszwiebeln in die Pfanne geben und in dem Bratfett andünsten. Nun das Mehl über die Frühlingszwiebeln geben und ebenfalls kurz anschwitzen. Die Brühe angießen und den Bratensatz damit ablösen, bei starker Hitze reduzieren. Wenn die Brühe genügend eingekocht ist, die Sahne unterrühren und weitere 2 Minuten einkochen lassen. Den Zitronenthymian und den grünen Pfeffer unterheben und das Fleisch wieder in die Pfanne geben und fertig garen. Zum Schluss noch einmal würzig abschmecken, heiß servieren.



Grüne Bandnudeln mit Hackfleisch

Grüne Bandnudeln mit Hackfleisch sind ein herzhaftes und würziges Gericht, das durch die Kombination von saftigen Tomaten, aromatischen Gewürzen und cremigem Käse besticht. Der Geschmack ist eine wunderbare Mischung aus dem kräftigen Aroma des Rinderhacks und der fruchtigen Süße der Pizzatomen. Der Knoblauch und die Zwiebeln fügen eine aromatische Tiefe hinzu, während das Tomatenmark und die saure Sahne für eine reichhaltige und cremige Sauce sorgen.

Der Rosenpaprika und die Chilischoten verleihen dem Gericht eine angenehme Schärfe, die durch den milden Geschmack des Schafskäses und den würzigen Parmesan perfekt ausgeglichen wird. Die grünen Bandnudeln nehmen die Sauce gut auf und sorgen für eine angenehme Textur bei jedem Bissen.

Herkunft: Europa

Kategorie: Hauptspeisen, Nudelgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

250 g Tagliatelle (grün)

1 Prise Salz

2 Zwiebel(n)

3 Zehen(n) Knoblauch

1 EL Olivenöl

1 TL Olivenöl für die Form

250 g Rinderhack

400 g Pizzatomen

2 EL Tomatenmark

100 g saure Sahne

1 Prise Pfeffer

2 TL Zucker

1 TL Rosenpaprika

2 TL Oregano gerebelt

4 Chilischote(n)

200 g Schafskäse

100 g Parmesan gerieben



Grüne Bandnudeln mit Hackfleisch

Vorbereitung

Die Tagliatelle nach Anweisung in Salzwasser al dente garen. In der Zwischenzeit die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und fein hacken. Den Schafskäse in kleine Stückchen zerbröseln und den Parmesan reiben. Die Chilischoten in Scheiben schneiden und nach Geschmack die Kerne entfernen (Achtung: Hände waschen nicht vergessen!).

Zubereitung

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin die Zwiebeln und den Knoblauch glasig anbraten. Nun das Hackfleisch hinzufügen und krümelig braten. Das Hackfleisch mit Zwiebeln beiseite stellen, und die Tagliatelle abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Pizzatomen in einen

Topf geben, aufkochen lassen, und Tomatenmark und saure Sahne hinzugeben. Alles noch weitere 5 Minuten köcheln lassen. Danach mit Salz, Pfeffer, Zucker, Paprika und Oregano abschmecken. Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Eine Auflaufform mit dem Olivenöl vorbereiten. Zuerst zwei Drittel der Tagliatelle in die Form füllen, dann das Hackfleisch hinzufügen. Den Schafskäse und die Chilischoten darüber streuen. Die restlichen Nudeln darüber geben und die Tomatensauce darüber gießen. Den Parmesan darüber streuen. Den Auflauf im Backofen bei 180 °C (Umluft 160 °C) 30 Minuten überbacken.



Grill-Hähnchen Kukhura Tandori

Tandoori-Hähnchen (Kukhura Tandori) aus Nepal ist ein aromatisches und würziges Gericht, das durch die Kombination von Gewürzen und Joghurt eine reichhaltige und komplexe Geschmacksnote erhält. Die Marinade sorgt dafür, dass das Fleisch besonders zart und saftig wird, während die Gewürze eine intensive Aromatik hinzufügen. Chilipulver bringt eine angenehme Schärfe.

Herkunft: Nepal

Kategorie: Hauptspeisen, Grillrezepte

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 1 Stunde(n)

Vorbereitungszeit: 10 Minuten

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

1000 g Hähnchenfleisch

100 ml Joghurt

5 Zehen(n) Knoblauch

½ TL Chilipulver

½ TL Korianderpulver

½ TL Kümmelpulver

½ TL Piment gemahlen

½ TL Kurkuma gemahlen

1 TL Salz

2 EL Öl

Vorbereitung

Das Hähnchenfleisch waschen, abtupfen und kleine Portionen zerteilen. Die Hähnchenteile mit Zitronensaft und Salz einreiben und eine Stunde ziehen lassen. In der Zwischenzeit den Knoblauch schälen und fein hacken. Knoblauch und Gewürze zu einer glatten Paste verarbeiten. Joghurt und 2 Esslöffel Öl in eine Schale füllen, die Knoblauchpaste dazugeben und gründliche mischen. Wenn die Hähnchenteile lange genug im Zitronensaft gezogen haben, in die Joghurtmarinade geben und weitere 15 Minuten ruhen lassen. Einen Grill vorbereiten.

Zubereitung

Die Fleischstücke kurz abtropfen lassen und gar grillen. Mit Brot oder Reis servieren.



Hühnergulasch

Paprikás Csirke

Paprikás wird stets mit hellen Fleischsorten (Geflügel, Lamm, Kalb, Hase, Kaninchen oder Fisch) gekocht und mit Sauerrahm gebunden.

Herkunft: Ungarn

Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

2 EL Schweineschmalz

200 g Zwiebel(n)

1 Huhn

3 Tomate(n)

2 TL Paprikapulver edelsüß

250 ml Wasser

250 ml Crème fraîche

2 EL Weizenmehl

1 Prise Salz



Hühnergulasch

Vorbereitung

Die Zwiebeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Das Huhn küchenfertig vorbereiten und zerteilen. Die Tomaten mit heißem Wasser überbrühen, die Haut abziehen und würfeln.

Zubereitung

Die Zwiebeln bei mäßiger Temperatur im Schmalz rösten, bis sie fast zerfallen sind. Danach die Tomaten und Hühnerteile dazugeben, und zugedeckt schmoren, bis die gesamte Flüssigkeit reduziert wurde. Nun den Topf vom Feuer nehmen, Paprika unterheben und sofort mit Wasser oder Brühe ablöschen. Den Topf wieder auf den Herd stellen und das Fleisch weitere 30 Minuten zugedeckt weiterdünsten. Wenn das Fleisch fast weich ist, den Deckel abnehmen und den Rest der Flüssigkeit reduzieren. In der Zwischenzeit den Sauerrahm mit dem Mehl verrühren. Wenn die Flüssigkeit verdampft ist, das Fleisch aus dem Topf nehmen, die Rahm-Mehl-Sauce untermischen, das Fleisch wieder in den Topf geben, salzen und fertig garen. Vor dem Servieren 2 EL Sauerrahm pro Portion auf das Paprikás geben.



Hühnersuppe mit Kürbis

Chicken soup with pumpkin

Die ist ein altes Gericht der Pueblo-Indianer Amerikas. Die Anasazi bauten bereits in in vorchristlicher Zeit Kürbisse an. Die alten Kürbissorten besaßen noch eine recht harte Schale und wurden entweder im Ganzen gegart oder für die Zubereitung aufgebrochen und aus dem zu Mus gekochtem Fruchtfleisch zu Kürbiskuchen gebacken.

Herkunft: USA

Kategorie: Hauptspeisen, Suppen

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 70 Minuten

Zutaten für 5 Portionen

1 Suppenhuhn
1 Liter Wasser
3 EL Erdnussbutter
1 Chilischote(n) rot
1 Paprika grün
400 g Kürbis
2 Zwiebel(n)
100 g Erdnüsse
1 Zweig(e) Minze
1 TL Ahornsirup
200 ml Sahne



Hühnersuppe mit Kürbis

Vorbereitung

Die Chilischote zusammen mit den Kernen hacken, die Paprika entkernen und in Würfel schneiden. Den Kürbis halbieren, das Fleisch herauschälen und ebenfalls würfeln. Die Zwiebeln schälen und grob hacken. Die Erdnüsse in einer heißen Pfanne anrösten, bis sie leicht Farbe annehmen, abkühlen lassen und im Mörser oder Mixer zerkleinern. Die Minzeblätter waschen, trocken tupfen und hacken.

Zubereitung

Das Suppenhuhn in Wasser gar kochen, die Haut entfernen und das Fleisch würfeln. Die Hühnerbrühe beiseite stellen. Die Erdnussbutter in einem Topf zerlassen und die Chili, Paprika, Kürbis und die Zwiebeln darin andünsten. Nun das gewürfelte Hühnerfleisch hinzugeben und mit der Hühnerbrühe auffüllen, die restlichen Zutaten dazugeben und kurz aufkochen lassen. Mit Salz abschmecken und nach Geschmack gut durchziehen lassen.



Hühnertopf mit Mango

Der Hühnertopf mit Mango bringt eine wunderbaren Kombination aus herzhaften und fruchtigen Aromen mit. Reis sorgt für eine sättigende Basis und nimmt die Aromen der Brühe und Gewürze gut auf und die Gemüsezwiebel verleiht dem Gericht eine milde Süße und Tiefe. Ananassaft fügt eine fruchtige Süße hinzu, die gut mit der Mango harmoniert.

Herkunft: Indien

Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

100 g Reis
275 ml Wasser
1 Gemüsezwiebel
30 g Margarine
40 g Weizenmehl
400 ml Ananassaft
800 ml Hühnerbrühe
600 g Hähnchenfleisch
300 g Mango
2 Frühlingszwiebel(n)
3 TL Öl
1 Prise Salz
1 TL Madras Curry
1 TL Mango Chutney
1 Prise Cayennepfeffer

Vorbereitung

Den Reis im Salzwasser garen, bis er weich geworden und das Wasser verdampft ist. In der Zwischenzeit die Zwiebel schälen, würfeln. Die Hähnchenbrustfilets waschen und abtupfen und in kleine Würfel schneiden. Die Mango schälen, in Spalten schneiden, die Spalten halbieren. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in Ringe schneiden.

Zubereitung

Die Zwiebelwürfel in der Margarine andünsten. Mit Mehl bestäuben, kurz anschwitzen, mit Ananassaft und Hühnerbrühe auffüllen. Bei milder Hitze 10 Minuten kochen lassen. Das Fleisch im Öl anbraten, mit Salz würzen, mit Curry bestäuben, kurz anschwitzen. Fleisch, Mango und die Frühlingszwiebeln in den Eintopf geben, einmal aufkochen, mit Mango Chutney, Cayennepfeffer und Salz abschmecken. Den Reis unterheben.



Hirschsteaks mit Pilz-Sahnesauce

Hirschsteaks mit Pilz-Sahnesauce sind ein wahrer Genuss, besonders wenn sie mit den richtigen Zutaten und Gewürzen zubereitet werden. Das zarte Hirschfleisch hat einen milden, leicht süßlichen Geschmack, der perfekt mit der reichhaltigen und cremigen Pilz-Sahnesauce harmoniert. Die Steinpilze fügen eine erdige Note hinzu, während der Weißwein und der Wildfond der Sauce Tiefe und Komplexität verleihen.

Die Kombination aus Butter und Olivenöl sorgt dafür, dass die Steaks außen schön knusprig und innen saftig bleiben. Der Zitronensaft und die Petersilie bringen eine frische, leichte Note, die das Gericht perfekt abrundet.

Herkunft: Europa

Kategorie: Hauptspeisen, Wildfleischgerichte

Vorbereitungszeit: 2 Stunde(n)

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

4 Hirschsteaks aus der Nuss

1 Prise Pfeffer

1 TL Rosenpaprika

2 EL Zitronensaft

2 EL Olivenöl

2 EL Butter

2 EL Öl

Für die Sauce

2 EL Butter

1 Zwiebel(n)

250 g Steinpilze

1 EL Petersilie

200 ml Weißwein

2 EL Wildfond

2 EL Crème fraîche

1 Prise Pfeffer

1 Prise Salz



Hirschsteaks mit Pilz-Sahnesauce

Vorbereitung

Die Steaks von beiden Seiten mit Pfeffer und Paprika einreiben, Zitronensaft und Olivenöl auf einem Teller vermischen und die Steaks darin wenden. 2 Stunden ziehen lassen. Die Zwiebel schälen und sehr fein hacken, die Pilze putzen und in schmale Scheiben schneiden. Die Petersilie waschen, abtupfen und fein hacken.

Zubereitung

Butter in einer Pfanne erhitzen und die Steaks bei mittlerer Hitze von beiden Seiten jeweils zwei Minuten anbraten. Nun die Hitze reduzieren und noch weitere drei Minuten weiterbraten. Die Steaks aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Die Pfanne reinigen und die Butter für die Sauce erhitzen. Die Zwiebeln und Pilze leicht anbräunen, Petersilie hinzugeben und alles noch fünf Minuten dünsten. Den Weißwein und Wildfond hinzugeben, alles aufkochen lassen und die

Crème fraîche unterrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss die Steaks in die Sauce geben und noch kurz ziehenlassen.



In Bier geschmorter Schweinebraten mit Spätzle

»In Bier geschmorter Schweinebraten mit Spätzle« ist ein herzhaftes und reichhaltiges Gericht, das durch seine Kombination aus zartem Fleisch und würziger Biersoße besticht. Der Schweinenackenbraten wird durch das langsame Schmoren im dunklen Bier besonders zart und saftig. Der Speck fügt eine zusätzliche Tiefe und Rauchigkeit hinzu.

Die Schalotten und der Knoblauch verleihen dem Gericht eine angenehme Würze, während die Lorbeerblätter eine subtile, aromatische Note hinzufügen. Das dunkle Bier bringt eine malzige Süße und eine leichte Bitterkeit, die perfekt mit dem Fleisch harmoniert.

Dieses Gericht ist perfekt für ein gemütliches Abendessen und passt hervorragend zu einem kühlen Bier.

Herkunft: Europa

Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 10 Minuten

Zubereitungszeit: 90 Minuten

Zutaten für 6 Portionen

1.2 Kilogramm Schweinenackenbraten

3 Schalotten

3 Zehen(n) Knoblauch

100 g Speck

500 ml Bier dunkel

2 Blätter Lorbeer

300 g Spätzle

50 g Butter

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer

Vorbereitung

Die Schalotten und den Knoblauch schälen und hacken. Den Speck in kleine Würfel schneiden, den Braten mit Salz und Pfeffer würzen.

Zubereitung

Öl in einem Schmortopf erhitzen und den Braten darin von allen Seiten braun anbraten. Nun die Schalotten, den Knoblauch und den Speck dazugeben und ebenfalls kurz anbraten. Alles mit dem Bier ablöschen, die Lorbeerblätter in den Topf geben, und zugedeckt bei geringer Hitze 1 Stunde und 15 Minuten schmoren lassen, dabei das Fleisch regelmäßig mit dem Schmorsaft übergießen. Kurz vor Ende der Schmorzeit einen Backofen auf 180 °C vorheizen. Den Braten in den Ofen auf einen Rost geben und den Schmortopf darunter stellen. Den Braten etwa 15 Minuten anbräunen, damit er schön Farbe annimmt, und weiter mit dem Bratensaft begießen.

In der Zwischenzeit die Spätzle nach Aweisung des Herstellers in kochendem Wasser garen. Den restlichen Bratensaft mit der Butter binden und mit den Schalotten, dem Knoblauch und dem Speck unter die Spätzle mengen. Den Braten zusammen mit den Spätzle auf einer Platte anrichten und servieren.



Kürbis mit Hackfleischfüllung nach Art der Hidatsa

Viele Indianerstämme in den Plains kannten den Wildreis aus ihrer ursprünglichen Heimat, der Umgebung der Großen Seen und dem nördlichen Waldland. Er wurde zu einem begehrten Handelsgut und fand als solches seinen Weg von den Wald- zu den Prärieindianern. Später wurde er von den Jagdvölkern in den Ebenen, denen ihre angestammten Reissümpfe längst weggenommen worden waren, gegen Bisonhäute und getrocknetes Fleisch getauscht. Die Dörfer der Mandan und Hidatsa am Missouri im heutigen zentralen North Dakota waren bedeutende Umschlagplätze für einheimische und nichtindianische Nahrungsmittel. Diese Stämme kultivierten Gartenkürbis und Squash und trieben auch Handel mit Indianern im Osten und Norden, wodurch ihre Ernährung abwechslungsreicher war als die ihrer nomadischen Nachbarn.

Herkunft: USA

Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 30 Minuten

Zubereitungszeit: 90 Minuten

Zutaten für 6 Portionen

- 1 Kürbis (1800 - 2200 g)
- 2 TL Salz
- ½ TL Senfpulver
- 2 EL Pflanzenöl
- 450 g Hackfleisch vom Rind, Hirsch oder Büffel
- 1 Zwiebel(n)
- 150 g Wildreis
- 3 Ei(er)
- 1 TL Salbei getrocknet und gerieben
- ½ TL Pfeffer frisch gemahlen

Vorbereitung

Den Wildreis gar kochen, bis er noch leicht bissfest ist. Kurz vor Ende der Garzeit den Backofen auf 175 °C vorheizen. Vom Kürbis einen Deckel abschneiden, die Kerne und Fasern entfernen. Den Kürbis innen mehrfach mit einer Gabel einstechen und mit 1 Teelöffel Salz und dem Senfpulver ausreiben. Die Zwiebel schälen und hacken.

Zubereitung

Das Öl in einer großen Pfanne bei mittlerer bis hoher Temperatur erhitzen. Das Fleisch mit der Zwiebel unter Rühren bräunen. Die Pfanne vom Herd nehmen. Den Wildreis, die Eier, 1 Teelöffel Salz, den Salbei und den Pfeffer untermengen. Den Kürbis mit der Mischung füllen. Eine flache ofenfeste Form gut 1 cm hoch mit Wasser füllen. Den Kürbis in die Form geben und 1 1/2 Stunden backen, bis er gar ist. Nach Bedarf weiteres Wasser hinzugießen, damit er nicht ansetzt. Zum Servieren den Kürbis mit der Füllung wie eine Torte aufschneiden.



Kalbskotelett mit rotem Zwiebelmus

Kalbskotelett mit rotem Zwiebelmus ist ein delikates und aromatisches Gericht. Der Geschmack ist eine harmonische Kombination aus dem zarten, saftigen Kalbfleisch und dem süß-säuerlichen Zwiebelmus. Die roten Zwiebeln, die in Butter gedünstet und mit Rotwein, Honig und Balsamico-Essig verfeinert werden, verleihen dem Gericht eine tiefe, reichhaltige Note. Das Zwiebelmus bringt eine angenehme Süße und Säure, die perfekt mit dem milden Geschmack des Kalbfleischs harmoniert. Die knusprige Panade aus Weißbrotbröseln und Butterschmalz sorgt für eine zusätzliche Textur und rundet das Gericht ab.

Herkunft: Deutschland

Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

4 Kalbskoteletts
4 Zwiebel(n) rot
30 g Butter
400 ml Rotwein
2 EL Honig
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer schwarz
2 EL Balsamico-Essig
3 EL Weizenmehl zum Wenden
2 Ei(er)
4 Scheibe(n) Weißbrot ohne Rinde
60 g Butterschmalz

Vorbereitung

Die Zwiebeln schälen und fein hacken. Das Weißbrot in kleine Stückchen zerbröseln. In jedes Kotelett bis zum Knochen eine Tasche einschneiden. Die gewürfelten Zwiebeln in Butter dünsten, mit Rotwein auffüllen, Honig, Salz, Pfeffer und Balsamico-Essig zugeben, alles einkochen lassen, bis der Rotwein fast völlig verdampft ist.

Zubereitung

Die Koteletts salzen und pfeffern, mit dem lauwarmen Zwiebelmus füllen. Die Füllung weit nach hinten geben, damit sich die Öffnung besser verschließen lässt. Die Taschen mit dem Messerrücken eines Plattiermessers mit kurzem Hacken zuklopfen. Zuerst die gefüllten Koteletts im Mehl wenden, dann durch die verquirlten Eier ziehen und zum Schluss, in den Weißbrot-Bröseln wälzen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Koteletts darin auf beiden Seiten etwa 15 Minuten ganz langsam braten.



Karamellisiertes Knoblauch-Hähnchen

Karamellisiertes Knoblauch-Hähnchen ist ein köstliches und aromatisches Gericht. Der braune Zucker und der Honig verleihen dem Hähnchen eine angenehme Süße, die perfekt mit der Würze des Knoblauchs harmoniert. Die Kombination aus Oregano, Thymian und Basilikum sorgt für eine aromatische Kräuternote, die das Gericht wunderbar abrundet.

Durch das Braten und anschließende Backen im Ofen bleibt das Hähnchen saftig und zart. Das Karamellisieren des Zuckers auf dem Hähnchen sorgt für eine leicht knusprige, goldbraune Kruste.

Dieses Gericht ist ideal für ein besonderes Abendessen und lässt sich gut mit Beilagen wie Reis, Kartoffeln oder einem frischen Salat kombinieren.

Herkunft: Europa

Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Vorbereitungszeit: 5 Minuten

Zubereitungszeit: 35 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

8 Hähnchenschenkel
3 EL Butter
4 Zehen(n) Knoblauch
50 g brauner Zucker
1 EL Honig
½ TL Oregano gerebelt
¼ TL Thymian gerebelt
¼ TL Basilikum gerebelt
2 TL Petersilie frisch
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer

Vorbereitung

Den Ofen auf 200°C vorheizen, die Hähnchenschenkel salzen und pfeffern.

Die Knoblauchzehen schälen und fein hacken, die Petersilie waschen und ebenfalls fein hacken.

Zubereitung

In einer großen Pfanne 1 EL Butter schmelzen, die Hähnchenschenkel hinzugeben. Die Hähnchenstücke auf jeder Seite 2 bis 3 Minuten braten, bis sie goldbraun sind, dann aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen.

Die übrige Butter in der Pfanne schmelzen und den Knoblauch darin für zwei Minuten rösten.

Nun die Hitze komplett abschalten und den braunen Zucker dazugeben, den Honig hinzufügen.

Die getrockneten Kräuter dazugeben und alles gut vermengen.

Die Hähnchenschenkel auf ein Grillrost geben und mit der Sauce besprenkeln.

Im Ofen für 25 bis 30 Minuten backen, bis der Zucker karamellisiert ist.

Heiß servieren und mit frischer Petersilie bestreuen.



Krustierter Hirschrücken

Ein Wildgericht vom Hirsch mit einer gewürzten Kruste aus Schwarzbrot, Ei und Rotwein. Für den saftigen Braten wird das Fleisch mit Speck im Ofen angebraten, dann mit Rotwein gar gezogen und schließlich mit einer Kruste überbacken. Die Kruste verleiht dem Braten einen schönen Anblick und zusätzliches Aroma.

Herkunft: Europa

Kategorie: Hauptspeisen, Wildfleischgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 1 ½ Stunde(n)

Zutaten für 4 Portionen

1 Kilogramm Hirschrücken
 ¼ TL Gewürztes Salz für Wild
 12 Wacholderbeeren
 2 Scheibe(n) Speck
 2 EL Öl
 2 EL Butter
 2 Zwiebel(n)
 100 ml Rotwein
 100 ml Wildfond

Für die Kruste

1 Ei(er)
 125 g Schwarzbrot
 2 TL Zucker
 2 TL Butter
 4 Pimentkörner
 40 ml Rotwein
 2 TL Cognac

Für die Sauce

¼ Liter Rotwein
 4 EL Wildfond
 80 g Schwarzbrot
 ½ TL Zitronenschale (gerieben)
 2 EL Orangensaft
 2 EL Zitronensaft
 40 ml Cognac
 1 Prise Salz
 1 Prise Pfeffer
 2 Eigelb



Krustierter Hirschrücken

Vorbereitung

Den Ofen auf 240 °C vorheizen. Die Zwiebeln schälen und fein hacken, die Wacholderbeeren zerkleinern. Den Hirschrücken parieren, mit dem gewürzten Salz und Wacholderbeeren gut einreiben und die Speckscheiben auflegen.

Zubereitung

Öl und Butter in einer Bratkasserolle erhitzen, den Braten mit dem Speck nach oben hineinlegen, die Zwiebeln daneben verteilen und die Kasserolle in den Ofen schieben. Nach 20 Minuten mit dem Rotwein und der Brühe aufgießen, die Hitze auf 175°C reduzieren und weitere 30 Minuten braten.

Inzwischen die Zutaten für die Kruste gut vermischen, das Ei zuvor verquirlen.

Oberhitze einschalten, die Speckscheiben abnehmen (warm halten, falls sie später mitserviert werden sollen). Die Oberseite des Rückens mit der Schwarzbrotmischung dick bestreichen und 20 Minuten braun werden lassen. Den Braten herausheben und im abgestellten und halb geöffneten Ofen warm halten.

Die Sauce entfetten. Die Eigelbe für die Sauce verquirlen, Rotwein, Wildfond, Schwarzbrotbrösel und Zitronenschale zugeben und alles sämig einkochen. Orangen- und Zitronensaft, Cognac untermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit den Eigelben legieren.



Lamm in pikanter Joghurtsauce

»Lamm in pikanter Joghurtsauce«: Die Lammsteaks werden zunächst nur kurz angebraten und dann mit Gewürzen wie Kreuzkümmel, Gewürznelken, Zimt und Kardamom fertiggegart. So bleibt das Lamm zart und saftig, mit einem reichen, fleischigen Geschmack. Grüne Chilischoten bringen eine angenehme Schärfe ins Spiel. Der Joghurt macht die Sauce cremig und fügt eine milde Säure hinzu, die die Schärfe und die Gewürze ausbalanciert. Petersilie fügt eine frische, grüne Note als Garnitur hinzu.

Herkunft: Europa

Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 5 Minuten

Zubereitungszeit: 45 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

2 EL Öl

4 Lammsteaks

1 Zwiebel(n)

2 Zehen(n) Knoblauch

3 Chilischote(n) grün

1 TL Kreuzkümmel

4 Gewürznelke(n) gemahlen

1 TL Zimt

12 Kardamom, grün

200 ml Wasser

300 g Joghurt

25 g Mandeln gemahlen

Zum Garnieren

1 Zweig(e) Petersilie



Lamm in pikanter Joghurtsauce

Vorbereitung

Die Zwiebel in Scheiben schneiden und den Knoblauch fein hacken oder in Scheiben schneiden.

Zubereitung

Öl in einer Pfanne erhitzen und Lamm auf beiden Seiten anbraten, dann abtropfen lassen und beiseite stellen. Die Zwiebeln, Knoblauch und Chilies in die Pfanne geben und 5 Minuten dünsten. Die Gewürze unterrühren und weitere 3 Minuten braten. Mit Wasser ablöschen und aufkochen lassen, danach die Hitze reduzieren und das Lamm hineingeben und 10 Minuten köcheln lassen. Das Joghurt und die gemahlene Mandeln in die Pfanne geben und weitere 15 Minuten kochen, bis das Lamm gar ist und dabei stets umrühren. Wenn die Sauce zu dick wird, sollte etwas Wasser nachgegossen werden. Das Lamm und die Sauce mit Mandelsplittern bestreuen und mit Petersilie garnieren.



Norddeutscher Pepperpot

Der Norddeutsche Pepperpot ist ein herzhaftes Schmorgericht, das durch die Kombination von Fleisch, Gewürzen und Rotwein eine tiefe und reichhaltige Geschmacksnote erhält. Rindfleisch aus der Unterschale sorgt für eine zarte und saftige Textur, die durch das Schmoren besonders aromatisch wird.

Kartoffeln sorgen für eine sättigende Basis und nehmen die Aromen der Sauce gut auf. Die Schärfe kann je nach Menge der Chilischoten angepasst werden.

Herkunft: Deutschland

Kategorie: Hauptspeisen, Eintöpfe, Aufläufe

Vorbereitungszeit: 10 Minuten

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

2 Zwiebel(n)

600 g Rindfleisch (Unterschale)

150 g Kochschinken

3 EL Öl

1 EL Rosenpaprika

1 TL Salz

½ TL Pfeffer schwarz

1 Chilischote(n) rot

250 ml roter Landwein

250 g Kartoffel(n)

1 TL Zucker

Vorbereitung

Die Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Das Fleisch waschen, trockentupfen und in in 2 cm große Würfel schneiden. Ebenso den Schinken würfeln.

Zubereitung

Das Öl in einem Schmortopf erhitzen, die Zwiebeln, den Schinken und das Rindfleisch hineingeben und unter Rühren 5 Minuten scharf anbraten. Nun Paprikapulver, Salz, Pfeffer, Chili und den Rotwein hinzufügen und alles zugedeckt bei mittlerer Hitze 40 Minuten schmoren. In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen und ebenfalls in 2 cm Würfel schneiden. Nach den 40 Minuten Schmorzeit die Kartoffeln unter das Fleisch heben und weitere 20 Minuten bei reduzierter Hitze garen. Zuletzt mit Zucker abschmecken.



Nudeln mit Tomatensauce

Pasta al Pomodoro

Pomodoro, der italienische Begriff für Tomaten, bezeichnet die Hauptzutat in diesem Rezept. Da Sie nicht auf frische Tomaten angewiesen sind, können Sie dieses traditionelle Gericht das ganze Jahr über genießen.

Herkunft: Italien

Kategorie: Hauptspeisen, Nudelgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 75 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

1 Bund Basilikum
2 Zweig(e) Thymian
1 Lorbeer
2 EL Olivenöl
1 Zwiebel(n)
900 g Tomate(n) aus der Dose
5 Zehen(n) Knoblauch
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer
2 EL Olivenöl
500 g Rigatoni
5 EL Parmesan zum Garnieren



Pasta al Pomodoro

Vorbereitung

Die Basilikumblätter von den Stielen zupfen. Die Stiele für die Sauce aufbewahren und mit Thymianzweigen und Lorbeerblatt zusammenbinden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken.

Zubereitung

Das Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebel darin 5 Minuten dünsten. Die Tomaten, den Knoblauch und das Kräuterbündel zugeben. Zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren und alles abgedeckt 40 Minuten köcheln lassen. Den Deckel abnehmen und weitere 20 Minuten unter gelegentlichem Rühren köcheln lassen. Nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen. Einen großen Topf mit Wasser zum Kochen bringen und die Rigatoni gemäß den Angaben des Herstellers kochen. Gut abtropfen lassen, mit ein wenig Olivenöl beträufeln und warm halten. Wenn die Sauce fertig ist, das Kräuterbündel herausnehmen und wegwerfen. Die Basilikumblätter fein hacken und in die Sauce rühren. Nicht wieder aufkochen lassen.

Die Sauce mit den gekochten Nudeln vermengen und mit Parmesan bestreut servieren.



Penne mit Pancetta, Chillies und Tomaten

Penne con pancetta, peperoni e pomodori

Penne mit Tomatencreme, Speck und Parmesan ist ein sehr farbenfroher erster Gang voller Geschmacksnuancen. Hier ist das Rezept.

Herkunft: Italien

Kategorie: Hauptspeisen, Mehlspeisen

Vorbereitungszeit: 10 Minuten

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

4 EL Olivenöl
250 g Speck
2 Chilischote(n) getrocknet
120 ml Weißwein trocken
1 Gemüsezwiebel
½ TL Salz
400 g gewürfelte Dosentomaten
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer
600 g Penne
40 g Parmesan gerieben



Penne, Pancetta, Chillies und Tomaten

Vorbereitung

Die Zwiebeln schälen, Zwiebeln und Pancetta fein würfeln. Die getrocknete Chili grob zerstoßen.

Zubereitung

Zwei EL Öl in einer Pfanne erhitzen, Pancetta und die Zwiebeln hineingeben und 2 bis 3 Minuten anbraten. Mit dem Weißwein ablöschen und noch weitere 2 bis 3 Minuten köcheln lassen, bis die Flüssigkeit in etwa auf die Hälfte reduziert ist. Die Hitze reduzieren und die Zwiebel mit dem ½ TL Salz dazugeben, die Pfanne nun halb bedecken. Die Zwiebeln nun etwa 8 Minuten garen, bis sie weich sind, dabei gelegentlich umrühren. Die Tomaten dazugeben und alles 20 bis 25 Minuten einkochen lassen, eventuell etwas Wasser dazugeben, falls die Sauce zu dickflüssig wird. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

In der Zwischenzeit die Nudeln in siedendem Salzwasser nach Angaben des Herstellers garen. Das Wasser abgießen, die Nudeln abtropfen lassen und in einer vorgewärmten Schüssel mit dem restlichen Öl, der Hälfte der Sauce und zwei Drittel des Parmesans vermischen. Die restliche Sauce darübergießen und mit dem restlichen Parmesan servieren.



Penne mit Tomaten-Mandel-Sauce

Penne con salsa al pomodoro e mandorle

Penne mit Tomaten-Mandel-Sauce, oder Penne con salsa al pomodoro e mandorle, ist ein schmackhaftes und leichtes Gericht, das durch die Kombination von frischen Tomaten und knackigen Mandeln besticht. Der Geschmack ist eine wunderbare Mischung aus der fruchtigen Süße der Tomaten und der nussigen Note der Mandeln. Der Knoblauch und das Basilikum fügen eine aromatische Tiefe hinzu, während das Olivenöl die Aromen harmonisch verbindet.

Die Mandeln sorgen für eine angenehme Textur und einen leichten Crunch, der das Gericht besonders macht. Salz und Pfeffer runden die Aromen ab und sorgen für eine ausgewogene Würze.

Herkunft: Italien

Kategorie: Hauptspeisen, Nudelgerichte

Vorbereitungszeit: 10 Minuten

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

500 g Penne

400 g Tomate(n)

1 Bund Basilikum

4 Zehen(n) Knoblauch

80 g Mandeln

2 EL Olivenöl

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer

Vorbereitung

Die Tomaten waschen, die Stiele entfernen und in Würfel schneiden. Die Basilikumzweige waschen, abtupfen und die Blätter abzupfen. Den Knoblauch schälen und grob hacken.

Zubereitung

Wasser zum Kochen bringen und die Penne nach Anweisung des Herstellers al dente garen. In der Zwischenzeit den Knoblauch mit den Mandeln in einem Mixer pürieren, dabei etwas Wasser hinzufügen. Die Tomaten, Basilikum und Öl dazugeben und alles zu einer glatten Sauce pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Am Ende der Garzeit die Penne abgießen und abtropfen lassen. In einer Schüssel mit der Sauce mischen und heiß servieren.



Pfälzer Weinschnitzel

Pfälzer Weinschnitzel sind ein herzhaftes und aromatisches Gericht, das durch die Kombination von Schweinefleisch, Zwiebeln und Rotwein eine tiefe und reichhaltige Geschmacksnote erhält. Salz, Pfeffer und Majoran verleihen dem Fleisch eine würzige und leicht herbe Note. Tomatenmark gibt dem Gericht eine kräftige Tomatennote und eine schöne rote Farbe.

Herkunft: Deutschland

Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 10 Minuten

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

4 Schweineschnitzel (je 125 g)
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer schwarz
1 Prise Majoran gerebelt
3 EL Öl
4 Zwiebel(n)
2 EL Tomatenmark
300 ml Rotwein

Vorbereitung

Die Schnitzel mit Küchenpapier trocken tupfen und mit dem Plattiereisen leicht klopfen. Das Fleisch mit Öl bestreichen und von beiden Seiten mit Salz, Pfeffer und Majoran bestreuen.

Die Zwiebeln schälen und in Scheiben schneiden.

Zubereitung

1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Schnitzel darin bei mittlerer Hitze auf jeder Seite etwa 3 Minuten anbraten, dann herausnehmen und warm stellen.

Das restliche Öl in die Pfanne geben und die Zwiebeln darin etwa 7 Minuten leicht anbräunen. Danach das Tomatenmark und den Wein dazugeben, kurz aufkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Nun die Schnitzel in die Sauce geben und alles zugedeckt weitere 10 Minuten bei schwacher Hitze ziehen lassen.



Piri-Piri-Hähnchen

Frango Piri Piri

Piri-Piri-Hähnchen ist in vielerlei Hinsicht ein Beweis für die lange Geschichte der Migration. Nachdem portugiesische Siedler in Afrika Chilis aus Amerika mitgebracht hatten, stellten sie fest, dass die Paprika in ihrer neuen Heimat blühten und schnell zu einer kulinarischen Hauptstütze in Ländern wie Mosambik und Kap Verde wurden. Obwohl unzählige Meere und Grenzen überschritten wurden, um von Amerika nach Afrika zu gelangen, hat das Piri-Piri-Huhn erst in relativ jüngerer Geschichte seinen Status in der portugiesischen Ernährung, insbesondere an der Algarve, gefestigt.

Für die Herstellung von Piri-Piri-Sauce sind die kleinen Malaguetas die normale Wahl. Die Malagueta ist eine der beliebtesten Chilis in Brasilien und wird auch in Portugal und Mosambik häufig verwendet.

Herkunft: Portugal

Kategorie: Hauptspeisen, Grillrezepte

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 12 Stunde(n)

Vorbereitungszeit: 10 Minuten

Zubereitungszeit: 50 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

- 1 Hähnchen ganz und küchenfertig
- 60 g Paprika eingelegt und gegrillt
- 5 Chili Malagueta getrocknet
- 5 Zehen(n) Knoblauch
- 1 Zwiebel(n)
- 100 ml Olivenöl
- 2 TL Oregano gerebelt
- 2 TL Paprikapulver
- 1 TL Zucker
- 2 TL Meersalz
- ½ Zitrone(n)

Vorbereitung

Die getrockneten Chilischoten in einem Mörser oder einer Gewürzmühle fein zerkleinern. Den Knoblauch und die Zwiebel schälen und grob hacken, die halbe Zitrone auspressen. Alle Zutaten für die Piri Piri Marinade in einen Mixer gegeben und zu einer glatten Paste verarbeiten.

Das Hähnchen mit einer Geflügelschere an der Rückseite längs aufschneiden, so dass es sich aufklappen und flachdrücken lässt. Dabei ggf. das Rückgrat entfernen.

Die Gewürzpaste aus dem Mixer in einen großen Gefrierbeutel geben, das Hähnchen hineingeben und den Beutel gut verschließen. Nun kann die Gewürzpaste gleichmäßig und vollständig in das Hähnchen einmassiert werden. Das Hähnchen mindestens 3 Stunden, besser über Nacht in der Marinade ziehen lassen.

Zubereitung

Einen Grill oder Backofen auf 190°C vorheizen. Sobald die Temperatur erreicht ist, wird das

Hähnchen aufgeklappt bei indirekter Hitze bis zu einer Kerntemperatur von ca. 80°C gegrillt. Die Garzeit sollte etwa 50 Minuten betragen und mit einem Grillthermometer überwacht werden. Wenn das Piri Piri Hähnchen eine Kerntemperatur von 80°C erreicht hat, ist es noch schön saftig und voller Geschmack.



Polnisches Biergulasch

Gulasch z piwem

»Polnisches Biergulasch« ein herzhaftes und aromatisches Gericht und das Bier verleiht dem Gulasch eine besondere Würze und intensiviert den Geschmack des Fleisches. Durch das langsame Schmoren wird das Fleisch zart und saftig, während die würzige Biersauce eine köstliche Grundlage bildet. Die Zutaten für das Biergulasch sind simpel, aber effektiv. Es ist ein köstliches Gericht, das oft mit Brot oder Kartoffeln serviert wird.

Herkunft: Polen

Kategorie: Hauptspeisen, Eintöpfe, Aufläufe

Vorbereitungszeit: 10 Minuten

Zubereitungszeit: 120 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

500 g Rindfleisch aus der Hesse

1 Prise Salz

2 Prise Pfeffer

2 EL Weizenmehl

1 EL Schweineschmalz

200 g Zwiebel(n)

3 EL Rosenpaprika

1 Flasche Bier

2 EL Zitronenschale abgerieben

125 ml Crème fraîche

150 g Magerquark

Vorbereitung

Das Fleisch waschen, trockentupfen und in Würfel von 3 cm Kantenlänge schneiden. Die Zwiebeln schälen und fein würfeln.

Zubereitung

Eine Pfanne oder Topf mit dem Schmalz stark erhitzen. Das Fleisch salzen, pfeffern und mit Mehl überziehen, anschließend zusammen mit den Zwiebeln im Schmalz scharf anbraten. Den Topf vom Herd nehmen, kräftig durchschütteln, das Paprikapulver unterrühren und sofort mit ca. $\frac{1}{4}$ l Bier ablöschen und die Zitronenschale hinzugeben. Alles zugedeckt bei geringer Hitze 1 $\frac{1}{2}$ bis 2 Stunden zugedeckt schmoren lassen und hin und wieder umrühren. Dabei die reduzierte Flüssigkeit mit etwas Bier ersetzen. Wenn das Fleisch weich ist, den Sauerrahm mit dem Mehl verrühren, unter das Fleisch geben und aufkochen lassen. Zum Schluss den Magerquark unterheben.



Putenstreifen in Senfsahne

»Putenstreifen in Senfsahne«: Butter und Öl sorgen für eine reichhaltige Basis und helfen, die Putenstreifen schön goldbraun anzubraten. Die Kombination Gemüsebrühe und Sahne bildet eine cremige und geschmackvolle Sauce. Der scharfe Senf bringt eine angenehme Schärfe, während der süße Senf eine milde Süße hinzufügt, was zu einer ausgewogenen und aromatischen Sauce führt.

Herkunft: Europa

Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Vorbereitungszeit: 5 Minuten

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

800 g Putenbrust

3 EL Butter

1 EL Öl

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer

200 ml Gemüsebrühe

200 g Sahne

1 EL scharfer Senf

½ EL süßer Senf

Vorbereitung

Das Putenfleisch kalt abspülen, mit Küchenpapier trocken tupfen und in feine Streifen schneiden.

Zubereitung

In einer großen Pfanne 1 EL Butter mit dem Öl erhitzen. Die Putenstreifen darin in zwei Portionen gut anbraten, salzen, pfeffern und herausnehmen. Die Brühe und die Sahne in die Pfanne gießen und in 2 bis 3 Minuten leicht cremig einkochen lassen. Beide Senfsorten und die übrige Butter unterschlagen. Die Sauce salzen und pfeffern, die Putenstreifen einrühren und servieren.



Rinderrouladen mit Paprika und Schafskäse

Rinderrouladen mit Paprika und Schafskäse sind eine köstliche und aromatische Variante des klassischen deutschen Gerichts. Der Geschmack ist eine wunderbare Mischung aus dem zarten, saftigen Rindfleisch und der süßlichen Note der Paprika. Der Schafskäse fügt eine cremige und leicht salzige Komponente hinzu, die perfekt mit den frischen Kräutern wie Thymian und Oregano harmoniert.

Die Zwiebeln und das Tomatenmark sorgen für eine tiefe, reichhaltige Basis, während der Rotwein und die Gemüsebrühe der Sauce eine komplexe und vollmundige Note verleihen. Insgesamt ist dieses Gericht eine herrliche Kombination aus herzhaften, süßen und leicht würzigen Aromen, die jeden Bissen zu einem Genuss machen.

Herkunft: Deutschland

Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 25 Minuten

Zubereitungszeit: 3 ½ Stunde(n)

Zutaten für 4 Portionen

6 Rinderrouladen je 160g

2 Paprika rot

2 Paprika gelb

120 g Schafskäse

5 Zweig(e) Thymian

3 Zweig(e) Oregano

400 g Zwiebel(n)

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer

4 EL Olivenöl

2 EL Tomatenmark

1 EL Weizenmehl

½ Liter Rotwein

¾ Liter Gemüsebrühe



Rinderrouladen, Paprika und Schafskäse

Vorbereitung

Den Backofen auf 100°C (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Die Rinderrouladen kalt abspülen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Die Paprikaschoten waschen, halbieren, putzen und die Hälften quer in grobe Streifen schneiden. Den Schafkäse in 6 fingerdicke Balken schneiden. Die Kräuter waschen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden.

Zubereitung

Die Rouladen auf der Arbeitsfläche ausbreiten und mit Salz und Pfeffer würzen. Jeweils auf dem unteren Drittel die Paprikastreifen verteilen und mit je 1 Käsestück belegen. Mit Thymian und Oregano bestreuen. Die Seiten einschlagen und die Rouladen aufrollen. Mit Küchengarn zusammenbinden, salzen und pfeffern. Ca. 3 EL Olivenöl in einem Topf (24 cm) erhitzen, die Rouladen darin in ca. 5 Minuten ringsherum anbraten und herausnehmen. Restliches Öl mit den Zwiebeln in den Topf geben und 2 Minuten braten. Das Tomatenmark einrühren und noch 2

Minuten bei mittlerer Hitze rösten. Mit Mehl bestäuben und unter ständigem Rühren 2 Minuten braten. Mit 1 Schuss Rotwein ablöschen, die Flüssigkeit vollständig einkochen lassen. Den Vorgang zweimal wiederholen. Den restlichen Rotwein und Gemüsefond dazugießen die Rouladen einlegen und alles aufkochen lassen. Abgedeckt auf dem Ofenrost im heißen Ofen (Mitte) in ca. 3 Stunden und 40 Minuten garen. Dabei mehrmals mit einer Fleischgabel prüfen, ob das Fleisch schon weich ist. Nach der Garzeit den Topf aus dem Backofen nehmen die Rouladen auf einen Teller legen und das Garn entfernen. Die Sauce in ca. 15 Minuten sämig einkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch hineineinlegen und aufkochen lassen. Die Rouladen aufschneiden und pro Portion drei Hälften mit reichlich Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten. Nach Belieben mit frischem Oregano und Thymian garnieren und mit breiten Nudeln servieren.



Rindfleischtopf mit Guinness

Beef braised in Guinness

Die ist ein traditionelles Gericht aus den irischen Brauhäusern, das ganz besonders an kalten Tagen mundet. In Irland ist man der Meinung, dass man das Gericht am Vortag zubereiten soll, damit es dann am Tag des Verzehrs noch einmal 45 Minuten im Ofen aufgewärmt am besten schmeckt. Unverzichtbare Begleiter sind Brot und natürlich frisch gezapftes Guinness.

Herkunft: Irland

Kategorie: Hauptspeisen, Rindfleischgerichte

Vorbereitungszeit: 30 Minuten

Zubereitungszeit: 2 Stunde(n)

Zutaten für 4 Portionen

1 Kilogramm Rindfleisch aus Hüfte, Brust oder Schulter
500 g Karotte(n)
3 Zwiebel(n)
3 EL Weizenmehl
4 EL Öl
1 Zweig(e) Petersilie
1 Zweig(e) Basilikum
400 ml Guinness
60 ml Whiskey
1 EL Honig
200 ml Rinderbrühe
1 Prise Pfeffer
1 Prise Salz
1 Zweig(e) Petersilie zum Garnieren



Rindfleischtopf mit Guinness

Vorbereitung

Das Rindfleisch waschen, trocken tupfen und in mundgerechte Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen und fein hacken. Das Mehl kräftig mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen und gründlich mischen. Petersilie und Basilikumblätter abzupfen und fein hacken, dabei etwas Petersilie für die Garnitur beiseite legen. Die Karotten schälen und in Streifchen von der Größe eines kleinen Fingers schneiden.

Zubereitung

Das Rindfleisch im gewürzten Mehl wenden, bis es vollkommen damit überzogen ist. 2 EL Öl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze anwärmen, die Zwiebeln darin dünsten, bis sie weich sind, danach in eine ofenfeste Kasserolle füllen. 2 EL Öl in die Pfanne geben, die Hitze erhöhen und das Fleisch portionsweise darin rundherum scharf anbraten. Das angebratene Fleisch auf die Zwiebeln in die Kasserolle, die Karotten rund um das Fleisch legen. Noch etwas Öl in die Bratpfanne geben und das restliche gewürzte Mehl darin anrösten, mit etwas Brühe ablöschen, kurz verkochen und in die Kasserolle zum Fleisch geben. Einen Ofen auf 150°C vorheizen. Die Kasserolle auf den Herd stellen, langsam erhitzen, dabei Whiskey, Guinness, Honig, ein paar gehackte Kräuter und nach Bedarf noch etwas Brühe hinzugeben. Umrühren, den Deckel

auflegen und das Ragout im vorgeheizten Ofen 1 1/2 Stunden schmoren lassen. Über Nacht stehen lassen, am Tag des Servierens etwa 45 bis 60 Minuten im Ofen erhitzen und anschließend mit gehackter Petersilie bestreut servieren.



Schmetterlingsnudeln mit Gorgonzolasauce

Farfalle al Gorgonzola

Das Rezept »Farfalle al Gorgonzola« stammt aus Italien, genauer gesagt aus der Region Lombardia im Norden Italiens. Der Hauptbestandteil dieses Gerichts, der Gorgonzola-Käse, wird in der Stadt Gorgonzola hergestellt. Die Farfalle, auch als Schmetterlingsnudeln bekannt, werden normalerweise mit Tomatensauce serviert, aber wenn man Zutaten wie Gorgonzola-Käse und Sahne hinzufügt, wird Farfalle zu einem luxuriösen Gourmet-Gericht. Der Gorgonzola-Käse, ein Kuhmilchkäse mit blauen Adern, verleiht dem Gericht eine besondere Note. Es gibt zwei Arten von Gorgonzola-Käse: Gorgonzola dolce (süß) und Gorgonzola forte (gereift). In diesem Gericht wird die süße Version verwendet.

Herkunft: Italien

Kategorie: Hauptspeisen, Nudelgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

400 g Schmetterlingsnudeln

1 Prise Salz

3 EL Öl

1 Salbeiblatt

200 g Gorgonzola

50 g Butter

250 ml Sahne

1 Prise Pfeffer weiß

50 g Parmesan gerieben

Vorbereitung

Die Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser mit einigen Tropfen Olivenöl und dem Salbeiblatt bißfest garen. Den Parmesan reiben, den Gorgonzola in kleine Würfel schneiden.

Zubereitung

In einer großen Pfanne Butter zerlassen, die Gorgonzolawürfel dazugeben und bei schwacher Hitze langsam schmelzen lassen. Die Sahne unter Rühren nach und nach dazugießen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Sauce etwa 5 Minuten eindicken lassen, bis eine sämige Creme entsteht, eventuell mit etwas Nudelwasser verdünnen und 1 bis 2 EL Parmesan untermischen. Die Nudeln abgießen, gut abtropfen lassen und in der Pfanne mit der Gorgonzolasauce unterheben. Zum Schluss noch das Salbeiblatt entfernen, die Nudeln in eine vorgewärmte Schüssel geben und sofort servieren. Den restlichen Parmesan dazu reichen.



Schweinefilet mit Pancetta und Rosmarin

Filetto di maiale con pancetta e rosmarino

Das Fleischfilet ist auch nach dem Garen zart und saftig, da der Speck beim Garen sein Fett abgibt und dadurch das umhüllte Stück zart wird.

Der Speck wiederum wird knusprig und sorgt dafür, dass jeder Bissen innen zart und außen knusprig ist.

Herkunft: Italien

Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 20 Minuten

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

700 g Schweinefilet
160 g Pancetta
3 Zehen(n) Knoblauch
4 Zweig(e) Rosmarin
4 EL Olivenöl
400 ml Fleischfond
2 EL Zitronensaft
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer

Vorbereitung

Das Fleisch parieren, trocken tupfen und mit wenig Salz und reichlich schwarzem Pfeffer aus der Mühle bestreuen.

Auf einer Arbeitsfläche die Pancettascheiben leicht überlappend zu einem Rechteck legen, das groß genug ist, das Fleisch darin einzuwickeln. Den Knoblauch schälen und fein hacken, auf die Pancettascheiben geben. Den Rosmarin waschen, abtupfen und die Nadeln abzupfen, grob hacken und ebenfalls auf die Pancetta streuen. Nun das Schweinefleisch in die Mitte der Pancetta setzen, einwickeln und mit Küchengarn fixieren. Einen Backofen auf 180° (Umluft 160°) vorheizen.

Zubereitung

Öl in einem Bräter erhitzen und das Fleisch im Mantel bei mittlerer Hitze darin 6 Minuten von allen Seiten anbraten. Mit etwa einem Drittel des Fleischfonds ablöschen. Den Bräter in den vorgeheizten Backofen geben und das Fleisch insgesamt 40 Minuten garen. Dabei das Fleisch zweimal wenden und dabei jeweils ein weiteres Drittel des Fleischfonds angießen.

Nach 40 Minuten das Fleisch aus dem Backofen nehmen, das Fleisch auf einem vorgewärmten Teller zugedeckt 5 Minuten ruhen lassen. Den Bratensaft im Bräter aufkochen lassen und mit Zitronensaft und Pfeffer abschmecken.

Das Küchengarn entfernen, das Fleisch im Mantel in dicke Scheiben schneiden und mit dem Bratensaft auf einem vorgewärmten Teller anrichten.



Schweinegulasch

Sertésgulyás

»Sertésgulyás« ist eine Art Gulaschsuppe, die aus der ungarischen Küche stammt. Es wird hauptsächlich aus Schweinefleisch (meistens Schweineschulter), Gemüse wie Karotten, Paprika, Tomaten und Kartoffeln, sowie Gewürzen wie Knoblauch, Zwiebeln, Paprika und Kümmel zubereitet.

Der Geschmack von »Sertésgulyás« ist reichhaltig und herzhaft, mit einer ausgeprägten Würze von Paprika und Kümmel. Das Schweinefleisch verleiht der Suppe eine tiefe Fleischnote, während das Gemüse und die Gewürze für eine angenehme Balance von Süße und Schärfe sorgen. Insgesamt ist »Sertésgulyás« eine wärmende und sättigende Mahlzeit, die oft mit Brot serviert wird.

Herkunft: Ungarn

Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

800 g Schweinefleisch aus der Schulter

500 g Zwiebel(n)

80 g Schweineschmalz

2 EL Paprika edelsüß

2 Zehen(n) Knoblauch

1 TL Kümmel

4 Tomate(n)

250 ml saure Sahne

1 EL Weizenmehl

1 Prise Salz

150 ml Wasser zum Ablöschen

150 ml Fleisch-, Gemüse- oder Fischbrühe zum Nachgießen



Schweinegulasch

Vorbereitung

Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Tomaten kurz in kochendes Wasser legen, herausnehmen, und mit kaltem Wasser abschrecken. Die Tomaten schälen, entkernen und in Würfel schneiden. Das Fleisch in 2 cm große Würfel schneiden, den Kümmel nach Geschmack grob mahlen oder im Mörser zerstoßen.

Zubereitung

Das Schmalz in einem Schmortopf erhitzen und die Zwiebeln darin goldgelb rösten. Das Paprikapulver darübergeben und sofort mit Wasser ablöschen, damit kein bitterer Geschmack entsteht.

Die Fleischwürfel und die Tomatenstücke in den Topf geben und mit dem Kümmel, Knoblauch und Salz würzen. Alles gut verrühren und zugedeckt bei geringer Hitze insgesamt 50 Minuten dünsten und bei Bedarf etwas Fleischbrühe nachgießen.

10 Minuten vor Ende der Garzeit das Mehl mit der Sahne gut vermischen und unter das Fleisch

mischen und alles fertig dünsten.



Schweineragout mit Mais

Schweineragout mit Mais ist ein herzhaftes und würziges Gericht, das durch die Kombination von Schweinefleisch, Gewürzen und Mais eine reichhaltige und leicht süße Geschmacksnote erhält. Rosenpaprika und Cayennepfeffer bringen eine milde Schärfe und eine warme, erdige Note. Die Fleischbrühe sorgt für eine herzhafte Grundlage und hilft, die Aromen zu verbinden. Die Süße des Mais ergänzt die würzigen Aromen perfekt.

Herkunft: Europa

Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 10 Minuten

Zubereitungszeit: 45 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

800 g Schweinenacken
4 EL Olivenöl
1 Zwiebel(n)
3 Zehen(n) Knoblauch
2 TL Rosenpaprika
1 Prise Cayennepfeffer
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer schwarz
5 EL Tomatenmark
400 ml Fleischbrühe
300 g Mais aus der Dose

Vorbereitung

Den Schweinenacken in Würfel von etwa 2 cm Kantenlänge schneiden. Die Zwiebel und die Knoblauchzehen schälen.

Zubereitung

Das Öl in einem breiten Topf erhitzen. Das Fleisch darin unter Rühren rundum anbraten. Die Zwiebel auf dem Gurkenhobel direkt in den Topf hobeln. Den Knoblauch durch die Presse dazudrücken. Die Fleisch-Zwiebel-Mischung mit dem Paprikapulver, dem Cayennepfeffer, Salz und Pfeffer würzen. Das Tomatenmark darunterühren und alles kurz durchschmoren lassen. Die Fleischbrühe dazugießen und das Ragout zugedeckt etwa 15 Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen. Den Mais abtropfen lassen, hinzufügen und etwa 5 Minuten erhitzen. Dazu passen Schleifchennudeln und Blattsalat.



Spätzle mit Entenbrust

»Spätzle mit Entenbrust« wird mit Entenbrustfilet zubereitet, es bleibt zart und saftig und gibt dem Gericht einen reichen, leicht süßlichen Geschmack. Zwiebeln und Knoblauch sorgen dabei für eine kräftige, herzhafte Basis. Diese traditionellen schwäbischen Spätzle sind weich und leicht, perfekt um die Sauce aus Weißwein und Sahne aufzunehmen.

Herkunft: Europa

Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Vorbereitungszeit: 10 Minuten

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Zutaten für 2 Portionen

400 g Entenbrustfilet
3 EL Öl
1 Zwiebel(n)
2 Zehen(n) Knoblauch
6 Zweig(e) Rosmarin
200 g Spätzle
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer
150 ml Weißwein trocken
150 g Sahne



Spätzle mit Entenbrust

Vorbereitung

3 l Wasser für die Spätzle zum Kochen bringen. Das Entenbrustfilet waschen, trockentupfen und das Fett entfernen. Anschließend das Fleisch in dünne Scheiben und danach in dünne Streifen schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken. Den Rosmarin waschen, trockentupfen und die Nadeln abzupfen und fein hacken.

Zubereitung

Die Spätzle im kochenden Salzwasser bissfest garen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Entenstreifen darin bei starker Hitze unter ständigem Rühren ca. 2 Minuten anbraten, dann aus der Pfanne nehmen, salzen und pfeffern und beiseite stellen. Die Zwiebeln, den Knoblauch und den Rosmarin in die Pfanne geben und andünsten, bis die Zwiebeln glasig sind. Den Wein und die Sahne angießen. Die Sauce bei mittlerer Hitze offen ca. 6 Minuten sämig einkochen lassen. Das Fleisch unter die Sauce heben und wieder erwärmen. Die Spätzle abgießen und abtropfen lassen, mit der Sauce servieren.



Szekler Gulasch

Székelygulyás

Dieses Gericht verdankt seinen Namen nicht seiner Herkunft, denn es wurde nicht von den Székeln aus Siebenbürgen kreiert, sondern in Budapest. Vielmehr soll der Legende nach ein Archivar mit Namen József Székely 1846 zu später Stunde in sein Stammlokal eingekehrt sein und verlangte nach einer warmen Mahlzeit. Auf seinen Wunsch mischte man in der Küche die Reste eines pökelt mit gekochtem Sauerkraut und wärmte es auf. Die Speise begeisterte den Gast so sehr, dass er und seine Freunde fortan »Kraut à la Székely« bestellten. Später erhielt dieses Gericht dann seinen heutigen Namen Székelygulyás.

Herkunft: Ungarn

Kategorie: Hauptspeisen, Eintöpfe, Aufläufe

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

350 g Zwiebel(n)

2 EL Schweineschmalz

2 EL Paprikapulver edelsüß

5 EL Wasser

400 g Schweinefleisch aus der Schulter

1 TL Kümmel

1 Zehen(n) Knoblauch

1 Prise Salz

400 g Sauerkraut

125 ml Crème fraîche



Szekler Gulasch

Vorbereitung

Die Zwiebeln und Knoblauch schälen, die Zwiebeln grob zerteilen, den Knoblauch hacken. Das Fleisch abtupfen und in mundgerechte Würfel schneiden. Die Kümmelsamen in einem Mörser grob zerstoßen. Das Sauerkraut nach Geschmack waschen.

Zubereitung

Das Schmalz in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin goldgelb rösten. Den Topf vom Feuer nehmen, wenn die Zwiebeln die gewünschte Farbe angenommen haben, einige Male durchschwenken und die Zwiebeln mit dem Paprikapulver bestreuen. Alles kräftig mischen und mit etwas Wasser ablöschen. Nun die Fleischwürfel, Salz, Kümmel und den Knoblauch dazugeben und alles etwa 30 Minuten zugedeckt zur Hälfte durch dünsten. Nun das Sauerkraut dazugeben und alles noch weitere 20 Minuten weiter dünsten. Die Crème fraîche kurz vor dem Servieren unterrühren und alles kurz aufkochen lassen.



Tortellini in Champignon-Sahne-Sauce

Tortellini in salsa ai funghi

Frische Tortellini mit Fleisch-, Käse- oder Gemüsefüllung sind mittlerweile in den meisten Supermärkten erhältlich. So zaubern Sie dieses leckere Gericht in nur wenigen Minuten.

Herkunft: Italien

Kategorie: Hauptspeisen, Nudelgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 35 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

40 g Butter
2 Schalotten
500 g Champignons
1 EL Zitronensaft
2 EL Portwein
500 ml Crème fraîche
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer
500 g Tortellini

Vorbereitung

Die Schalotten schälen und in dünne Ringe schneiden, die Champignons putzen und in in feine Scheiben schneiden.

Zubereitung

Die Butter bei schwacher Hitze in einer Pfanne zerlassen und die Schalotten mit einer Prise Salz 3 bis 5 Minuten andünsten. Die Schalotten sollten sich nicht verfärben. Die Champignons im Zitronensaft wälzen, mit einer weiteren Prise Salz in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze 10 bis 15 Minuten braten, bis die Champignons trocken sind und sämtliche Flüssigkeit verdampft ist. Den Portwein zugeben und 2 bis 3 Minuten weiter braten und dabei darauf achten, dass die Mischung nicht anbrennt. Die Creme double einrühren und 5 bis 10 Minuten köcheln lassen, bis die Sauce eindickt. Mit Salz und frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer abschmecken. Inzwischen Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Die Tortellini gemäß den Angaben des Herstellers kochen. Gut abtropfen lassen und auf 4 vorgewärmte Teller verteilen. Die Sauce darüber geben und mit frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer bestreut servieren.



Tschango-Gulasch

Csángó gulyás

Ungarisches Tschango-Gulasch (Csángó gulyás) ist ein herzhaftes und würziges Gericht, das durch seine reichhaltigen Aromen besticht. Die Kombination aus Paprika (sowohl edelsüß als auch rosenscharf), Knoblauch und Kümmel verleiht dem Gulasch eine tiefe, würzige Note. Das Rindfleisch wird langsam geschmort, wodurch es zart und saftig wird, während das Schweineschmalz eine zusätzliche Tiefe und Reichhaltigkeit hinzufügt. Das Sauerkraut bringt eine angenehme Säure, die das Gericht erfrischend und leicht macht, während die saure Sahne am Ende der Garzeit sorgt für eine cremige Konsistenz und mildert die Schärfe der Gewürze etwas ab.

Dieses Gericht ist perfekt für kältere Tage und wird oft mit Brot oder Kartoffeln serviert, um die köstliche Sauce aufzunehmen.

Herkunft: Ungarn

Kategorie: Hauptspeisen, Rindfleischgerichte

Vorbereitungszeit: 20 Minuten

Zubereitungszeit: 130 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

800 g Rindfleisch

100 g Schweineschmalz

300 g Zwiebel(n)

1 EL Paprika edelsüß

1 EL Paprika rosenscharf

5 Zehen(n) Knoblauch

2 TL Kümmel

500 g Sauerkraut

400 ml saure Sahne

60 g Reis

200 ml Wasser

1 Prise Pfeffer

1 Prise Salz

Vorbereitung

Die Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden, den Knoblauch schälen und fein hacken. Das Rindfleisch in mundgehechte Würfel schneiden.

Zubereitung

Das Schmalz in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Nun Kümmel, Paprika, Knoblauch und etwas Wasser hinzufügen und alles kurz aufkochen lassen. Das Fleisch hinzufügen, unterrühren, und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Hitze reduzieren und das Fleisch zugedeckt 1 Stunde und 15 Minuten dünsten, falls nötig etwas Wasser angießen. Am Ende der Garzeit nun das Sauerkraut dazugeben und weitere 30 Minuten dünsten, 10 Minuten nach dem Sauerkraut den Reis unterrühren. Vor dem Servieren nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken und die saure Sahne unterrühren.



Ungarisches Gulasch

Gulyás

Auf der langen Liste klassischer, deftiger Fleischgerichte darf auch ein ungarisches Gulasch Rezept nicht fehlen. Das Nationalgericht Ungarns ist dort unter den Namen Gulyás bekannt. Traditionell wird das ungarische Gulasch Rezept mit Knoblauch, Zwiebeln und Gewürzen wie gemahlene Paprika, Kümmel, Salz und Pfeffer zubereitet.

Herkunft: Ungarn

Kategorie: Hauptspeisen, Eintöpfe, Aufläufe

Vorbereitungszeit: 30 Minuten

Zubereitungszeit: 150 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

750 g Rindfleisch

60 g Schweineschmalz

750 g Zwiebel(n)

3 Zehen(n) Knoblauch

1 EL Rosenpaprika

1 EL Paprikapulver, edelsüß

100 ml Rotwein

1 EL Tomatenmark

½ TL Kümmel

1 Prise Salz

100 ml Fleischbrühe nach Bedarf



Ungarisches Gulasch

Vorbereitung

Den Knoblauch und die Zwiebeln schälen und fein hacken. Das Fleisch in 3 cm große Würfel schneiden.

Zubereitung

Das Butterschmalz in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebeln mit dem Knoblauch bei mittlerer Hitze darin glasig dünsten. Die Zwiebeln sollen dabei keine Farbe annehmen. Das Paprikapulver dazugeben, umrühren und sofort mit dem Rotwein ablöschen. Nun die Fleischwürfel unterheben und anrösten lassen. Mit Salz und Kümmel würzen und dann das Tomatenmark unterrühren. Zugedeckt bei mittlerer Hitze noch weitere 2 Stunden und 30 Minuten im eigenen Saft schmoren lassen, dabei regelmäßig umrühren. Darauf achten, dass das Gericht nicht zu viel Wasser verliert, und bei Bedarf mit Fleischbrühe nachfüllen.



Würziges Schweinesteak

bistec de cerdo

Würziges Schweinesteak (bistec de cerdo) aus Kuba ist ein aromatisches und herzhaftes Gericht, das durch die Kombination von Gewürzen und Zitrone eine frische und würzige Note erhält. Zitronensaft fügt eine frische, säuerliche Note hinzu, die das Gericht lebendiger macht. Knoblauch und Zwiebeln verleihen dem Gericht eine kräftige und aromatische Basis.

Herkunft: Kuba

Kategorie: Hauptspeisen, Schweinefleischgerichte

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 1 Stunde(n)

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

3 Zehen(n) Knoblauch

2 Zwiebel(n)

¼ TL Pfeffer

1 Prise Salz

4 EL Zitronensaft

4 Schweineschnitzel

1 Bund Petersilie

4 EL Öl

Vorbereitung

Den Knoblauch schälen und fein hacken, die Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Die Zwiebeln und den Knoblauch mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft mischen. Das Fleisch in eine Schüssel geben und die Marinade darüber gießen. Zugedeckt etwa eine Stunde ziehen lassen.

Zubereitung

Kurz vor dem Ende der Marinierzeit die Petersilie waschen, trockenschütteln und die Blättchen fein hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen, die Schnitzel aus der Marinade nehmen und von beiden Seiten kräftig anbraten. Dann das Fleisch aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Die Hitze reduzieren und die Marinade mit der Petersilie im Bratfond andünsten. Über das Fleisch gießen und heiß servieren.



Wiener Saftgulasch

Das besondere am Wiener Saftgulasch ist, dass es nicht mit Brot oder Mehl gebunden wird. Die sämige Sauce erhält ihre Konsistenz allein durch die zerkochten Zwiebeln. Wichtig ist auch die richtige Wahl des Fleisches, damit beim Kochen ein guter Saft entsteht. Zu diesem klassischen Gericht nimmt man in Österreich lediglich ein Brötchen als Beilage, um die Sauce des Gerichts zu genießen.

Herkunft: Österreich

Kategorie: Hauptspeisen, Eintöpfe, Aufläufe

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 2 ½ Stunde(n)

Zutaten für 4 Portionen

100 g Schweineschmalz

500 g Zwiebel(n)

2 EL Paprikapulver edelsüß

1 TL Paprikapulver rosenscharf

1 EL Essig

750 g Rindfleisch aus der Hesse

1 Prise Salz



Wiener Saftgulasch

Vorbereitung

Die Zwiebeln schälen und fein hacken. Das Fleisch waschen, abtupfen und in mundgerechte Würfel schneiden.

Zubereitung

Das Schmalz in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin goldgelb rösten. Den Topf vom Feuer nehmen, wenn die Zwiebeln die gewünschte Farbe angenommen haben, einige Male durchschwenken und die Zwiebeln mit dem Paprikapulver bestreuen. Alles kräftig mischen und mit einem EL Wasser und einem Schuss Essig ablöschen. Nun die Hitze stark reduzieren und die Zwiebeln weitere 2 bis 3 Minuten dünsten. Nun das Fleisch hinzugeben, mit Salz und Rosenpaprika würzen und alles 2 Stunden zugedeckt im eigenen Saft dünsten. Während des Dünstens darauf achten, die verdunstete Flüssigkeit löffelweise zu ersetzen. Sobald das Fleisch im Kern weich ist, das Fleisch mit heißem Wasser aufgießen, bis es halb bedeckt ist und noch weitere 15 Minuten offen köcheln lassen, bis die Sauce eine sämige Konsistenz hat.



Wildschweinbraten mit Schupfnudeln

Wildschweinbraten mit Schupfnudeln ist ein herzhaftes und aromatisches Gericht, das besonders in der Herbst- und Winterzeit beliebt ist. Der Wildschweinbraten hat einen kräftigen, leicht süßlichen Geschmack, der durch die lange Schmorzeit besonders zart und saftig wird. Die Kombination aus Zwiebeln, Äpfeln und Knoblauch verleiht dem Braten eine angenehme Süße und Tiefe, während der Wildfond und die Sahne für eine reichhaltige und cremige Sauce sorgen. Die Schupfnudeln aus Kartoffeln, Mehl und Eiern sind außen leicht knusprig und innen weich, nehmen die Sauce gut auf und ergänzen den Braten perfekt.

Herkunft: Europa

Kategorie: Hauptspeisen, Wildfleischgerichte

Vorbereitungszeit: 20 Minuten

Zubereitungszeit: 1 ¼ Stunde(n)

Zutaten für 4 Portionen

Für den Wildschweinbraten

800 g Wildschweinbraten aus der Keule / Schulter

5 Zwiebel(n)

1 ½ Apfel

5 Zehen(n) Knoblauch

1 EL Schweineschmalz

400 ml Wildfond

4 EL Sahne

Für die Schupfnudeln

800 g Kartoffel(n) mehlig kochend

200 g Weizenmehl

5 EL Weizenmehl zum Ausrollen

1 Prise Salz

1 Prise Muskatnuss frisch gerieben

1 Ei(er)

1 Eigelb

2 EL Butter

Gewürzmischung

20 Pfefferkörner

14 Pimentkörner

12 Wacholderbeeren getrocknet

1 Stange(n) Zimt

1 Sternanis

1 TL Kümmelsamen

8 Gewürznelke(n)

¼ Muskatnuss frisch gerieben

3 Lorbeer

1 TL Thymian gerebelt

1 TL Rosmarin gerebelt

1 Chilischote(n) getrocknet



Wildschweinbraten mit Schupfnudeln

Vorbereitung

Das Fleisch kalt abwaschen und trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer einreiben, bei Bedarf mit Küchengarn binden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken. Den Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch klein würfeln.

Die Zutaten für die Gewürzmischung in einem Mörser oder in einer Gewürzmühle frisch zerkleinern und das Fleisch damit gründlich einreiben.

Zubereitung

Einen Schmortopf erhitzen, das Schweineschmalz hinein geben und das Fleisch darin bei mittlerer Hitze in 6 bis 7 Minuten rundherum anbraten, herausheben. Zwiebel, Knoblauch und Apfel hinein geben und 2 Min. unter Rühren anbraten, mit dem Wildfond ablöschen. Den Braten wieder hineinsetzen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 45 Minuten schmoren lassen.

Inzwischen die Kartoffeln waschen, in einem Topf mit Wasser bedecken und in ca. 25 Minuten weich kochen. Abgießen und ausdampfen lassen. Noch warm pellen, durch die Kartoffelpresse auf die Arbeitsfläche drücken und vollständig auskühlen lassen. Dann das Mehl und je eine kräftige Prise Salz und Muskat, das Ei und das Eigelb dazugeben und alles gut verkneten. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einer Rolle formen, in Scheiben schneiden und daraus fingerdicke Nudeln formen, deren Enden leicht spitz zulaufen.

Den Braten wenden und ca. 30 Minuten zugedeckt weiterschmoren lassen.

15 Minuten vor Ende der Garzeit in einem großen Topf reichlich Wasser für die Schupfnudeln aufkochen, salzen und die Nudeln darin 2 Minuten kochen. Mit einem Schaumlöffel herausheben und gut abtropfen lassen. Jeweils 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen, die Schupfnudeln darin in 2 Portionen bei mittlerer Hitze in jeweils 3 bis 4 Minuten von allen Seiten goldbraun braten. Die fertigen Schupfnudeln in einer Schüssel bei 70°

Den Braten herausnehmen und zugedeckt 10 Minuten ruhen lassen. Inzwischen die Sahne zur Bratensauce geben, die Sauce mit dem Pürierstab glatt mixen und bei starker Hitze einkochen lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Braten quer zur Faser in Scheiben schneiden, mit den Schupfnudeln und der Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten. Dazu schmeckt Bier oder ein kräftiger Rotwein.



Zürcher Geschnetzeltes

Zürcher Geschnetzeltes ist ein Klassiker der schweizer Küche und auch eines der Nationalgerichte. Das Gericht besteht aus wenigen Zutaten mit Kalbfleisch, in feine Streifen geschnitten, und Sahnesauce und ist überraschend schnell gemacht.

Herkunft: Schweiz

Kategorie: Hauptspeisen, Rindfleischgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

500 g Kalbfleisch aus der Nuss

150 g Champignons

2 Schalotten

40 g Butter

2 EL Öl

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer

125 ml Sahne

3 EL Cognac

1 TL Zitronensaft



Zürcher Geschnetzeltes

Vorbereitung

Das Fleisch waschen, abtupfen und quer zur Faser in mundgerechte Streifen schneiden. Die Pilze putzen und in Scheiben schneiden, die Schalotten schälen und würfeln.

Zubereitung

Die Butter in einer schweren Pfanne erhitzen und dann das Öl dazugeben. Die Schalotten und Pilze in der Butter-Öl-Mischung etwa 1 Minute dünsten, dann das Fleisch dazugeben und alles weitere 4 Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Sahne und den Cognac angießen und alles einmal aufkochen. Mit Zitronensaft abschmecken und mit Schweizer Rösti oder Reis servieren.



Zimt-Sauerbraten mit Kartoffel-Pastinaken-Gratin

Zimt-Sauerbraten ist ein traditionelles deutsches Schmorgericht, das durch die Kombination von Gewürzen und Essig eine komplexe und reichhaltige Geschmacksnote erhält. Petersilienwurzel, Zwiebeln, Karotten und Knollensellerie verleihen dem Gericht eine tiefe, aromatische Basis und eine leichte Süße. Rinderbraten (Schulter oder Hüfte) sorgt für eine zarte und saftige Textur, besonders nach dem langen Schmoren.

Insgesamt dürfte der Zimt-Sauerbraten ein herzhaftes und leicht süß-säuerliches Gericht sein, das durch die Kombination von Gewürzen, Essig und Gemüse eine tiefe und komplexe Geschmacksnote erhält. Die Zimtnote verleiht dem traditionellen Sauerbraten eine besondere, festliche Note.

Herkunft: Deutschland

Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 60 Minuten

Zubereitungszeit: 2 Stunde(n)

Zutaten für 4 Portionen

Für den Sauerbraten

- 1 Petersilienwurzel
- 2 Zwiebel(n)
- 1 Karotte(n)
- 100 g Knollensellerie
- 1 Stange(n) Zimt
- 4 Gewürznelke(n)
- 1 Blätter Lorbeer
- 1 TL Pfeffer schwarz
- 250 ml Weißweinessig
- 800 g Rinderbraten Schulter oder Hüfte
- 1 Prise Salz
- ½ TL Zimtpulver
- 2 EL Butterschmalz
- 2 EL Kartoffelmehl
- 1 Prise Pfeffer
- 1 Prise Zucker

Für das Gratin

- 40 g Butter
- 500 g Kartoffel(n) mehlig kochend
- 300 g Pastinake
- 3 Frühlingszwiebel(n)
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 1 Prise Muskatnuss frisch gerieben
- 150 ml Milch
- 200 g Sahne
- 50 g Cashew-Nüsse

Vorbereitung

Für die Marinade die Zwiebeln schälen und grob hacken. Die Möhre, Petersilienwurzel und Sellerie putzen und grob würfeln. Mit den Gewürzen und dem Essig in einen Topf geben, ½ l Wasser angießen, einmal aufkochen und vollständig abkühlen lassen. Das Fleisch mit der Marinade in einen lebensmittelechten Beutel füllen und gut verschließen. 3 Tage im Kühlschrank marinieren, den Beutel hin und wieder wenden.

Das Fleisch aus der Marinade nehmen und trocken tupfen. Mit Salz und Zimtpulver einreiben. Die Marinade durch ein Sieb abgießen, die Flüssigkeit auffangen.

Zubereitung

Einen Schmortopf erhitzen, Butterschmalz hineingeben und den Braten darin bei mittlerer Hitze in 7-8 Minuten rundherum anbraten. Das Mariniergemüse dazugeben und 2 bis 3 Minuten anschmoren. 400 ml Marinierflüssigkeit abmessen, angießen und aufkochen. Den Braten zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 2 Stunden schmoren lassen, dabei zweimal wenden.

1 Stunde 15 Minuten vor Ende der Garzeit den Ofen auf 200 °C vorheizen. Eine Gratinform ausbuttern. Kartoffeln und Pastinaken schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Kartoffeln und Pastinaken im Wechsel dachziegelartig in die Form schichten. Jede Schicht mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und mit ein wenig Frühlingszwiebeln bestreuen, 2 EL davon zurückbehalten. Die Milch und Sahne mischen, gleichmäßig darübergießen. Die übrige Butter in Flöckchen darauf verteilen. Im heißen Ofen (Mitte, Umluft 180°C) 30 Minuten backen.

Die Cashewkerne hacken. Kartoffel- und Pastinakenscheiben mit einem Pfannenwender sanft flach drücken, damit alles gleichmäßig befeuchtet ist. Die Cashewkerne und übrige Frühlingszwiebeln aufstreuen und das Gratin weitere 20 Minuten garen.

Das Gratin aus dem Ofen nehmen und zugedeckt 10 Minuten ruhen lassen. Den Braten herausnehmen und zugedeckt warm halten. Die Sauce durch ein feines Sieb in einen Topf abgießen, das Gemüse und die Gewürze ausdrücken und wegwerfen. Die Sauce aufkochen, das Kartoffelmehl mit Wasser verrühren, einrühren und einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Das Gratin in 4 Portionen teilen und auf vorgewärmte Teller heben. Das Fleisch quer zur Faser in Scheiben schneiden und dazugeben, mit der Sauce überziehen. Dazu schmeckt Bier oder ein kräftiger Rotwein.



Béchamel Sauce

Sauce béchamel

Dies ist eine klassische Sauce zu Gemüsen und Gratins.

Herkunft: Frankreich

Kategorie: Zutaten, Saucen, Dips

Vorbereitungszeit: 5 Minuten

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 500 ml

2 EL Butter

2 EL Weizenmehl

375 ml Milch

125 ml Sahne

1 TL Salz

1 Msp Pfeffer weiß

1 Prise Muskatnuss

Vorbereitung

Die Milch in einem Topf erhitzen, nicht kochen.

Zubereitung

Die Butter in einem Topf zerlassen und das Mehl hineinsieben, dabei stetsiterrühren. Wenn das Mehl eine hellbraune Farbe angenommen hat, die heiße Milch zugießen und unter Rühren weitere 10 Minuten köcheln lassen. Nun die Sauce mit Sahne, Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken



Colombo Gewürzmischung

Poudre de Colombo

Colombo ist eine Mischung indischen Ursprungs aus Koriander, Peperoni, Kurkuma, Kreuzkümmel, Bockshornklee und Ingwer. Colombo wird manchmal auch als westindisches Curry bezeichnet. Vielleicht um Verwechslungen zwischen dem Colombo-Gericht und der Gewürzmischung zu vermeiden. Aber Colombo ist milder als Currys und kann sowohl zu Fleisch und Fisch als auch zu Gemüse verwendet werden. Unverzichtbar in der kreolischen Küche, ist es überraschenderweise sehr beliebt zu Käse vom Typ Munster oder sogar zu Gänseleberpastete, mit einer originellen Würze oder einem Chutney.

Herkunft: Karibik

Kategorie: Zutaten, Gewürzmischungen

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten für 50 g

- 1 EL Kreuzkümmel
- 1 EL Koriandersamen
- 1 EL Senfsamen schwarz
- 1 EL Reis ungekocht
- 1 TL Pfefferkörner schwarz
- 1 TL Gewürznelke(n)
- 1 TL Fenchelsamen
- 1 TL Kurkuma gemahlen

Zubereitung

Für das Poudre de Colombo Kreuzkümmel, Koriandersamen, Senfsaat, Pfefferkörner, Reiskörner, Fenchelsamen sowie Gewürznelken in einem Mixer fein mahlen.

Zum Schluss Kurkuma untermischen und alles in ein luftdicht verschlossenes Schraubglas geben und dunkel aufbewahren.



Gewürztes Salz für Wild

Für Wildfleisch, Farcen oder Pasteten benötigt man verschiedene Kräuter und Gewürze, die sich als Vorratsmischung herstellen lassen. In einem fest verschließbaren Gefäß kann diese gesalzene Gewürzmischung lichtgeschützt mehrere Monate aufbewahrt werden.

Herkunft: Europa

Kategorie: Zutaten, Gewürzmischungen

Zubereitungszeit: 2 Minuten

Zutaten für 150 g

100 g Salz

50 g Würzmischung für Wildfleisch

Zubereitung

Alle Zutaten gründlich vermischen.



Gochujang rote Chilipaste

Gochujang

Gochujang (lit. »Chilipaste, scharfe Paprikapaste«) ist eine scharfe, fermentierte koreanische Gewürzpaste aus Klebreismehl (koreanisch Chabssalgaru), Sojabohnenmehl (Mejugaru), Chili (Gochu) und Meersalz (Cheon-il-yeom) sowie Gerstenmalzpulver (Yeotgireumgaru) und Reissirup (Jocheong). Traditionell wird die Paste in Tontöpfen (Onggi) eingelegt.

Gochujang wird beispielsweise zur Marinade von Fleisch wie Bulgogi oder gemischt mit Doenjang als Dip für Gemüse verwendet. Sie ist eine Zutat von Bibimbap und wird bei der scharfen Version von Tteokbokki verwendet. Auch bei Suppen und Eintöpfen wird Gochujang in der koreanischen Küche benutzt.

Für Gochujang gibt es viele traditionelle Rezepte, da es eine vielseitige und äußerst geschätzte koreanische Zutat ist. Hier ist ein einfaches Rezept für hausgemachte Gochujang.

Herkunft: Korea

Kategorie: Zutaten, Würzmittel

Vorbereitungszeit: 10 Minuten

Zubereitungszeit: 5 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

120 ml Reiswein

200 g Klebreismehl

1 Liter Wasser für den Brei

100 g Sojabohnenpulver (Doenjang oder Korean Miso Paste) fermentiert

300 g koreanisches Chilipulver (Gochugaru)

120 ml Salz

200 ml Malzsirup oder Maissirup

Vorbereitung

Zuerst den Reismehlbrei herstellen: Das Klebreismehl mit Wasser vermengen und in einem Topf langsam unter ständigem Rühren erhitzen, bis ein dicker Brei entsteht. Anschließend abkühlen lassen.

Zubereitung

Den abgekühlten Brei mit fermentiertem Sojabohnenpulver und Malzsirup vermischen.

Chilipulver und Salz hinzufügen: Nach und nach das koreanische Chilipulver und Salz unter die Masse heben.

Die Mischung in einem sauberen Behälter aufbewahren und bei Raumtemperatur mindestens zwei Wochen fermentieren lassen.

Dieser Prozess bringt die tiefen Aromen und die charakteristische Schärfe hervor, die Gochujang so besonders machen. Wenden Sie sich an lokale asiatische Lebensmittelgeschäfte für spezielle Zutaten wie Gochugaru.



Hausgemachtes Chili-Crisp-Öl

Das intensive Öl mit knusprig gerösteten Schalotten, Knoblauch, Sesamsamen und Gewürzen verleiht Asia-Gerichten, Eierspeisen oder Gebriltem einen aufregenden Kick.

Herkunft: Deutschland

Kategorie: Zutaten, Würzmittel

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 12 Stunde(n)

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Zutaten für 300 ml

8 Schalotten

3 Knolle(n) Knoblauch

750 ml Öl

4 Sternanis

4 Kardamomkapseln

1 EL Sichuanpfeffer

5 EL Sesamsamen

50 g Chiliflocken (Pul Biber)

60 ml Sojasauce hell

1 EL Zucker braun

1 TL Meersalz

Vorbereitung

Die Schalotten und Knoblauch schälen, Schalotten halbieren, in kurze Streifen schneiden und den Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Beides in einer großen Pfanne oder einem Topf mit dem Öl und Sternanis erhitzen. Kardamom leicht andrücken, zufügen und alles ca. 40 Minuten bei nicht zu großer Hitze unter gelegentlichem Umrühren garen und leicht bräunen.

Den Sichuan-Pfeffer grob zerstoßen, mit dem Sesam und den Chiliflocken untermischen und das Öl noch ca. 1 Minute erhitzen.

Zubereitung

Dann das Öl durch ein Metallsieb in einen hitzefesten Krug gießen. Die Mischung im Sieb über Nacht abtropfen lassen.

Am nächsten Tag den Ingwer schälen, fein würfeln und mit Sojasauce und Zucker unter das Würzöl rühren. Salz zufügen, alles gut verrühren und abschmecken.

Nach Belieben die Knoblauchmischung wieder ins Öl geben. Das Würzöl in sterilisierte Gläser gießen, diese verschließen und kalt und dunkel aufbewahren. So bleibt das Öl 2 bis 3 Wochen frisch. Noch länger hält es sich, wenn Sie auch den Ingwer-Mix nach kurzem Durchziehen wieder abfiltern und nur das aromatisierte Öl in Gläser abfüllen.



Metaxasauce

Die Metaxasauce stammt ursprünglich aus Griechenland. Sie wurde nach der Spirituose Metaxa, einem Weinbrand, der aus Weintrauben hergestellt wird, benannt. Der Weinbrand wurde 1888 von dem griechischen Winzer Spyros Metaxas erfunden.

Herkunft: Europa

Kategorie: Zutaten, Saucen, Dips

Zubereitungszeit: 5 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

200 ml Gemüsebrühe

20 g Weizenmehl

100 g Schmand

20 ml Metaxa

Zubereitung

Alle Zutaten vermengen. Die Sauce eignet sich vorzüglich zum Überbacken von Gyros. Streuen Sie dann zusätzlich etwas geriebenen Käse über das Gyros.



Würzmischung für Wildfleisch

Für Wildfleisch, Farcen oder Pasteten benötigt man verschiedene Kräuter und Gewürze, die sich als Vorratsmischung herstellen lassen. In einem fest verschließbaren Gefäß kann diese Gewürzmischung lichtgeschützt mehrere Monate aufbewahrt werden.

Herkunft: Europa

Kategorie: Zutaten, Gewürzmischungen

Zubereitungszeit: 5 Minuten

Zutaten für 100 g

50 g Pfeffer

15 g Piment

5 g Muskatnuss

7 g Ingwer

2 g Gewürznelke(n)

3 g Zimt

3 g Lorbeer

3 g Salbei

4 g Majoran

3 g Rosmarin

5 g Thymian

Zubereitung

Alle Zutaten im Mörser oder in einer Gewürzmühle gründlich zerkleinern.



Dreifach gepfefferte Eier

»Dreifach gepfefferte Eier« ist ein Gericht, das eine schöne Balance aus Schärfe, Süße und Würze bietet, mit einer cremigen Textur durch die Eier und den Schmand. Die Zwiebel und Knoblauch sorgen für eine kräftige, herzhafte Basis, der Cayennepfeffer bringt eine angenehme Schärfe ins Spiel.

Paprika und Tomaten geben dem Gericht eine fruchtige Süße und Frische, Schmand macht das Gericht cremig und der Rosenpaprika fügt eine milde, süße Paprikanote hinzu.

Herkunft: Europa

Kategorie: Beilagen, Eierspeisen

Vorbereitungszeit: 20 Minuten

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 2 Portionen

- 1 Zwiebel(n)
- 2 Zehen(n) Knoblauch
- 1 Prise Cayennepfeffer
- 30 ml Öl
- 2 Paprika rot
- 2 Tomate(n)
- 2 eingelegter Pimiento
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 1 Prise Zucker
- 2 Ei(er)
- 2 EL Schmand
- 2 Prise Rosenpaprika

Vorbereitung

Die Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Paprika entkernen und in feine Streifen schneiden, die Tomaten enthäuten, entkernen und klein schneiden.

Zubereitung

Die Zwiebeln, Knoblauch und Chilipulver in heißem Öl anbraten, bis die Zwiebeln goldbraun sind. Den Paprika zufügen und eine weitere Minute braten. Danach die Hitze herunterschalten und abgedeckt weiter köcheln, bis die Zwiebeln weich sind. Tomaten, klein geschnittene Pimiento oder süßen roten Paprika und Gewürze zugeben und nochmals erhitzen. Die Mischung auf zwei kleine, gut gefettete Auflaufformen verteilen. In jede eine kleine Vertiefung drücken und darin ein Ei aufschlagen. Den Schmand darüber streichen, mit Paprikapulver bestreuen und im vorgeheizten Ofen bei 200 °C 6 bis 8 Minuten backen, bis das Eiweiß gerade fest ist. Sofort servieren.



Maronenpürree

Heiß aus der Schale gegessen, mit Gemüse gemischt, oder zu Pürree verarbeitet sind Maronen stets eine beliebte Beilage der klassischen Wildküche

Herkunft: Deutschland

Kategorie: Beilagen, Saucen, Dips

Vorbereitungszeit: 20 Minuten

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

600 g Kastanien

20 g Zucker

60 g Butter

1 Prise Salz

125 ml Milch

125 g Sahne

20 ml Madeira

Vorbereitung

Die Maronen mit einem kleinen, scharfen Küchenmesser kreuzweise einritzen, ohne das Fruchtfleisch einzuschneiden. Die Maronen in eine feuerfeste Form geben und bei 220 °C 10 Minuten backen. Die Maronen aus dem Ofen nehmen, die aufgesprungenen Schalen der noch heißen Maronen entfernen, diese dabei mit einem Tuch oder Küchenpapier festhalten.

Zubereitung

Den Zucker in einem flachen Topf schmelzen und dabei leicht karamellisieren lassen. Die Hälfte der Butter und die Maronen hinzufügen und diese leicht anschwitzen. Alles mit kaltem Wasser auffüllen, bis die Maronen leicht bedeckt sind, mit Salz würzen. Die Maronen zugedeckt weitere 40 Minuten köcheln lassen, bis sie gar sind. Nach Ende der Garzeit die Maronen mit einem Teigschaber durch ein Sieb streichen.

Die Milch und Sahne in einen Topf geben und erhitzen, passierten Maronen dazugeben und alles zu einem glatten Brei verrühren. Das Püree erwärmen, den Madeira dazugeben und die Hälfte der Butter unterarbeiten.

Mit Salz abschmecken und heiß servieren.



Roter Reis

Roter Reis ist ein würziges und aromatisches Gericht, das durch die Kombination von Gewürzen und Tomaten eine intensive Geschmacksnote erhält. Rote Paprika und die Chilischote bringen eine fruchtige Süße und eine angenehme Schärfe. Insgesamt ist der Rote Reis ein herzhaftes und leicht scharfes Gericht, das durch die Kombination von Tomaten und Gewürzen eine tiefe und komplexe Geschmacksnote erhält. Die Schärfe kann je nach Menge der Chilischote angepasst werden.

Herkunft: Europa

Kategorie: Beilagen, Reisgerichte

Vorbereitungszeit: 10 Minuten

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

- 1 Zwiebel(n)
- 1 Paprika rot
- 1 Chilischote(n) rot
- 2 EL Öl
- 2 TL Rosenpaprika
- 1 TL Kreuzkümmel gemahlen
- 150 g Langkornreis
- 1 EL Tomatenmark
- 600 ml Tomatensaft
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Zucker
- 1 EL Tabasco
- 2 Eingelegte Paprikaschoten

Vorbereitung

Die Zwiebel schälen und hacken, die Paprika und Pimiento entkernen und klein schneiden. Die Chili klein schneiden (Hände waschen nicht vergessen!). Den Reis waschen und abtropfen lassen.

Zubereitung

Die Zwiebel, Paprika, Pfefferschoten und Chili in Öl anbraten, bis die Zwiebeln leicht braun sind. Die Gewürze und den Reis zugeben und bei großer Hitze unter ständigem Rühren etwa 1 Minute braten, bis Reis und Gewürze gut vermengt sind. Tomatenmark, Tomatensaft und Gewürze zufügen. Alles zum Kochen bringen und zugedeckt etwa 20 bis 25 Minuten köcheln lassen, bis der Reis weich ist und die Flüssigkeit aufgenommen hat. Heiß zu Brathähnchen oder Schweinekoteletts reichen.