

Euro Land Fleisch

PS

Es sind gesammelte Rezepte, teils noch nicht probiert.

Sowie freigeschalteten Rezepte, mit Datum + Namen, vom

www.chefkoch.de

teilweise mit den Kommentare , wenn sie zur Aufklärung verschiedener Begriffe beitragen konnten .

Musste teilweise die Überschriften, teilen, damit ich sie besser sortieren konnte.

Bitte um Verständnis.

Fleisch + ist alles separat zusammen gefasst

Fisch ist alles separat zusammen gefasst

Vegetarisch ist alles separat zusammen gefasst

Hier nur Fleisch

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Zusammen gestellt Montag, 29. Januar 2007

www.Hans-joachim60.de

Index

Belgien FI.....	7	Hinweis für Word	163
Bulgarien FI	10	Irland FI	38
Dänemark FI	11	Italien FI	38
Deutschland separat	14	Lettland FI.....	47
England FI.....	14	Litauen FI	47
Estland FI.....	19	Luxemburg FI	54
Finnland FI.....	20	Malta FI	55
Frankreich FI.....	22	Niederlande FI.....	56
Griechenland FI.....	28	Norwegen FI.....	60

Österreich FI	62	Spanien FI	85
Polen FI.....	69	Tschechien + Slowakei FI....	137
Portugal FI	70	Ungarn FI	149
Rumänien FI.....	76	Vereinigtes Königreich FI ..	156
Schweden FI.....	82	Zypern FI.....	156
Slowenien FI	85		

Inhaltsverzeichnis

Euro Land Fleisch.....	1
PS	1
Hier nur Fleisch.....	1
Index	1
Inhaltsverzeichnis	2
Belgien FI.....	7
Belgisches/Niederländisches Fleischgericht	7
Chicorée mit Schinken M.....	7
Flämisch inspiriertes Biergulasch	8
Waterzooi 4 Eigelb M	9
Bulgarien FI.....	10
Buletten bulgarische Art 1 Ei	10
Gemüsesuppe aus Bulgarien.....	11
Dänemark FI.....	11
Dänischer Schweinebraten	11
Dänisches Omelett 8 Ei M.....	13
Deutschland separat.....	14
England FI.....	14
Cornish Pasty.....	14
Indisches Hähnchencurry mit Kichererbsen M	15
Mulligatawny - Suppe	16
Schinkenröllchen mit Feigen und Ziegenkäse	18
Silvesterpie aus England 1 Ei	18
Estland FI.....	19
Fleischsuppe mit Klößen 2 Ei M.....	19
Finnland FI	20
Finnischer Weihnachtsschinken	20
Karelischer Fleischtopf	20
Schwedischer Erbseneintopf.....	21
Frankreich FI	22
Ballotine 1 Ei.....	22
Hähnchen in Rotwein.....	23
Lothringer Suppentopf.....	24
Rindfleischtopf aus Burgund.....	24
Rotweinsauce aus Frankreich	25
Schleusensalat M	26
Schweinefleisch auf Porreebett	27

Griechenland FI.....	28
Gegrillte Lammkoteletts	28
Gegrillte Schweinekoteletts	29
Griechische Lammsuppe 1 Ei.....	29
Griechisches Rindfleisch Stifado	30
Griechisches Zitronenhuhn	31
Huhn vom Blech.....	33
Lammfleisch mit griechischen Langkornnudeln	34
Nudelpfanne griechische Art.....	34
Pasticcio 3 Ei M.....	35
Rindfleisch mit Quitten	36
Zitronen - Sellerie 4 Ei	37
Irland FI.....	38
Italien FI.....	38
Bolognese Speziale.....	38
Fleischausauce aus Italien M.....	39
Gnocchi mit frisch - deftiger Tomaten.....	40
Gulasch aus Italien.....	41
Hühnchen - Bouillabaisse mit Pernod M.....	42
Kürbis-Tortellini aus Italien 4 Ei M.....	43
Pollo alla diavola con la noce Moscato	44
Risotto mit Lammfilet M.....	45
Salsa Bolognese M.....	46
Lettland FI.....	47
Litauen FI.....	47
Dzukischer Kugelis M.....	47
Fleischpiroggen 2 Ei.....	48
Gefüllte Kartoffelkugeln 4 Ei	49
Kalte litauische Suppe Ei M.....	50
Kartoffel-Ei-Auflauf 2 Ei.....	51
Litauische Klöße M.....	52
Litauischer Bartsch M.....	53
Luxemburg FI	54
Nudelsalat Luxemburg Mayo M.....	54
Rindfleischsalat aus Luxemburg 2 Ei M.....	54
Malta FI	55
Kaninchen in Tomaten - Rotweinsauce	55
Niederlande FI	56
Holländische Erbsensuppe	56
Holländisches Reisfleisch M.....	57
Kartoffel - Apfel Berg mit Kotelette und Würstchen.....	58
Käse-Crepes 2 Ei M.....	59
Scheveninger Käse Eier 4 Ei M.....	60
Norwegen FI.....	60
Lammbraten	61
Weihnachtliche Schweinerippen á la Norwegen.....	61
Österreich FI.....	62
Krähen - Suppe	62

Maronensuppe M.....	63
Schnelle Wirsing - Käsesauce zu Spaghetti M	64
Schnitzel nach Wiener Art 2 Ei	65
Sterz / Polenta	65
Surbraten, Surschnitzel	67
Wiener Rahmbraten mit Pilzen M.....	67
Zwiebelpfanne a la Österreich M.....	68
Polen FI	69
Polnisches Fleischgericht.....	69
Schmorkohl mit Schweinebraten und Kartoffeln M	70
Portugal FI	70
Alse in Dachziegeln.....	71
Chili - Zimt - Kaninchen	71
Hähnchen in Tomatensauce M.....	72
Hähnchen Piri Piri	73
Lammragout aus Portugal.....	74
Portugiesischer Rinderbraten mit Zimt	75
Rumänien FI	76
Bojarensuppe.....	76
Gefüllte Eier 6 Ei	77
Gefülltes Kraut 1 Ei M.....	77
Klausenburger	79
Rumänischer Bohneneintopf.....	80
Rumänischer Hühnertopf.....	80
Saure Fleischlößchensuppe, Rumänien 2 Ei	81
Schweden FI	82
Kohl - Pudding 1 Ei M.....	82
Köttbullar 1 Ei M	83
Smörgastorta 3 Ei M.....	84
Slowenien FI.....	85
Spanien FI.....	85
Eintopf.....	85
Bohneneintopf, Asturische Art	85
Eintopfgerichte.....	86
Bohneneintopf	86
Gemüseintopf, Navarrische Art	87
Lammeintopf a la Leonesa 2 Ei.....	88
Schäfereintopf nach Art von la mancha.....	88
Schweineschulter mit Steckrübenkraut	90
Spanische Bauernsuppe.....	90
Weißkohlsuppe	91
Gemischt.....	92
Fleischtaschen 2 Ei M.....	92
Paella.....	93
Pikante Fleischpastete 1 Ei	94
Schweineschulter mit Steckrübenkraut	95
Spaghetti mit Sahne Soße M	96
Spanische Pizza M.....	97

Spanische- Kräcker M	98
Spanischer Reis	98
Spanisches Brot 1 Eigelb M	99
Spiegeleier spanische Art 1 oder 2 Eier pro Person	100
Tortillas mit Paprikagemüse M.....	101
Hähnchen	101
Enchiladas Sauce - schnell, ohne Tomaten M	101
Frikadellen 2 Ei	102
Geschmortes Hähnchen	103
Hähnchenpfanne.....	104
Huhn in Ei-Mandelsauce 2 Eigelb	104
Hühnchen an Zitronensoße	105
Hühnerbrüstchen in Orangensauce	106
Kalte Avocadosuppe M.....	107
Mandelhähnchen 2 Ei	107
Spanische Hühnerbrüste.....	108
Spanischer Reissalat.....	109
Spanisches Hähnchen	110
Spinat-Hähnchen-Omelett 3 Ei M	110
Kaninchen	111
Kaninchen.....	111
Kaninchen A la Riojana	112
Kaninchen süß-sauer	113
Kaninchen-Gemüse-Spieß.....	114
Paella.....	114
Spanisches Kaninchen	116
Thymian-Kaninchen	116
Lamm.....	117
Gebratenes Lammfleisch mit Zitrone	117
Geschmortes Lamm mit Paprikaschoten	118
Lammkoteletts,	119
Lammragout mit Paprika und Chili.....	120
Rindfleisch.....	121
Fleischbällchen 2 Ei.....	121
Fricco nach Spanischer Art M.....	122
Gefüllte Paprika	122
Geschmorter Rinderbraten,.....	123
Rindfleischpfanne 1 Ei.....	124
Rindfleischpfanne 1 Ei.....	125
Schmorbraten	125
Schwein	126
Artischockentörtchen 3 Ei M.....	126
Bohnengemüse	127
Engelshaar-Teigtaschen.....	128
Gebratener Schweinerücken in Milch M.....	128
Geröstete Brotwürfel	129
Kichererbsen in Vinaigrette	130
Knoblauchsuppe 4 Ei.....	131

Linsengericht nach Art von Burgos	131
Schmalzgebäck 1 Ei M.....	132
Schweinebraten in der Kruste	133
Schweinefilet an Pfirsichsoße	133
Schweinelende mit Kartoffelpüree überbacken M	134
Schweinerücken im Salzmantel 1 Eiweiß	135
Spanischer Paprikafladen mit Ziegenkäse 2 Ei	136
Tschechin + Slowakei Fl.....	137
Böhmische Schinkenfleckerl 3 Ei M	137
Böhmischer Gulasch M.....	138
Bohngulasch böhmische Art.....	139
Brimsennudeln.....	139
Eingelegte Wurst auf tschechische Art.....	140
Im Rohr gebackenes Fleisch mit Gundeermaann 6 Ei M	141
Kartoffelnockerl mit slowakischem Schafskäse	141
Prager Saftbraten	142
Prager Suppentopf M	143
Pute mit böhmischer Füllung 4 Ei M.....	143
Rührei auf slowakisch 6 Ei	144
Sauerkrautkaninchen M	145
Schweinefleisch mit Rauchfleisch und Kraut M	146
Tschechische Knoblauchsuppe M	147
Tschechische Sauerkrautsuppe M	147
Wildsuppe	148
Ungarn Fl.....	149
Gänsekeulen auf Sauerkraut aus dem Römertopf	149
Geschichtete Kartoffeln 4 Ei M	150
Gulaschsuppe M.....	150
Kesselgulasch á la Julius.....	151
Schmankerl aus Ungarn.....	152
Szegediner Fleisch mit Eiergrauen.....	153
Topfen Fleckerl 4 Ei M	154
Ungarische Hirtensuppe.....	154
Ungarische Sauerkrautsuppe M.....	155
Vereinigtes Königreich Fl.....	156
Zypern Fl	156
Bourgouri Pilaf.....	156
Gebeiztes Schweinefleisch aus Zypern.....	157
im Ofen gebackenes Lamm mit Zwiebeln.....	158
Lammfleisch	159
Lammfleisch aus dem Ofen	160
Rindfleisch in Folie.....	161
Schweinefleisch in Wein	162
Zyprische Roulade M.....	162
Hinweis für Word	163

Belgien FI

Belgisches/Niederländisches Fleischgericht

Stoofvlees

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Rindfleisch

50 g Butter

2 Zwiebel(n)

2 Lorbeerblätter

¼ Stange/n Baguette

300 ml Bier, dunkles (belgisches), z.B. Leffe

100 ml Wein, rot

Thymian

Salz

Pfeffer

Zucker

4 Nelke(n)

Senf (Dijon-Senf)

Zubereitung

Das Fleisch in einem Topf scharf anbraten. Die Zwiebel schneiden und im gleichen Topf ebenfalls kurz anbraten. Dann Lorbeer, 4 Nelken, Thymian sowie Pfeffer und Salz beifügen, den Topf abdecken und auf niedriger Flamme etwa eine Stunde köcheln lassen (flämisch: stoven). Zwischendurch abschmecken und nach Geschmack nachwürzen. Währenddessen das Baguette in 1 cm breite Streifen schneiden und mit Senf bestreichen. Dann das Bier, ein wenig Wein sowie das Baguette und einen Löffel Zucker hinzufügen, noch etwas kochen lassen...Fertig!!

In Belgien isst man dazu Pommes Frites und Mayonnaise. Wer es ganz Original haben will, der schlägt sich noch einen Löffel Apfelkompott auf den Teller.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

15.06.04 Kelloggs

Chicorée mit Schinken M

Chicorée au jambon (Belgien)

Zutaten für 4 Portionen

4 Chicoree

20 g Butter

1 EL Zitronensaft

Salz und Pfeffer
250 ml Wasser

4 Scheibe/n Schinken (Kochschinken)

300 g Schinken (Kochschinken), gewürfelt

30 g Butter
30 g Mehl

200 ml Milch

200 ml Sahne

Muskat

150 g Käse (Greyerzer), gerieben

80 g Käse (Sbrinz, ersatzweise Greyerzer)

Butter für die Form

Chicorée putzen, Außenblätter entfernen. Butter, Zitronensaft und Salzwasser zum Kochen bringen. Chicorée einlegen und bei mäßiger Hitze zugedeckt ca. 30 Minuten dünsten. Herausnehmen und abtropfen lassen. Chicorée mit je einer Scheibe Schinken umhüllen und dicht nebeneinander in eine gebutterte, feuerfeste Form legen. Schinkenwürfel darüberstreuen. Mehl in Butter ganz leicht anbräunen, mit Milch und Sahne ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und den geriebenen Greyerzer einrühren. Die Sauce über den Chicorée gießen, Sbrinz (Greyerzer) darüberstreuen und im vorgeheizten Backofen bei 220°C ca. 8-10 Minuten überbacken.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
05.04.06 Witjas

Flämisch inspiriertes Biergulasch

Zutaten für 6 Portionen

1.5 kg Gulasch vom Schwein, aus der Keule, in gleichmäßigen Würfeln

500 g Zwiebel(n), grob gewürfelt

Öl

3 EL Tomatenmark

6 Tomate(n), getrocknet, grob zerkleinert

1.5 Liter Malzbier

Salz und Pfeffer

Oregano

Lorbeerblätter

Paprikapulver

Cayennepfeffer

Zubereitung

Das Fleisch in mehreren Portionen scharf anbraten. Zwiebeln zugeben, mit Tomatenmark und getrockneten Tomaten gut durchschmoren. Langsam mit dem Bier aufgießen (nicht alles auf einmal), Gewürze und Kräuter zugeben und 1,5-2 Stunden schmoren.

Es hängt stark von der Qualität des verwendeten Schmortopfes ab, wie viel Bier man verwendet. Manchmal verdunstet beim Schmoren sehr viel von der Flüssigkeit und es kann nötig sein, auch noch eine 4. Dose Malzbier anzugießen. Gart man den Gulaschtopf im Backofen bei 200°C, reichen die 3 Dosen völlig aus.

Die Sauce schmeckt sehr konzentriert, braucht nicht gebunden zu werden, da sie ja lecker eingekocht ist. Original belgisch wird sogar ein echtes Stoofvlees mit Frietjes serviert, ich bevorzuge aber Knödel, Gnocchi oder Salzkartoffeln dazu. In Belgien verwendet man gerne ein Abteibier wie Leffe oder Grimbergen, mir schmeckt es mit Malzbier besser.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

04.04.06 Koelkast

Waterzooi 4 Eigelb M

Belgien

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Hühnerfleisch (Flügel, Brüste und Keulen)

4 Eigelb

250 g Möhre(n)

500 g Kartoffeln

250 g Knollensellerie

3 Stängel Petersilie

1 Knolle/n Petersilie

2 Stange/n Lauch

1 Zwiebel(n)

100 ml Sahne

1 Liter Hühnerbrühe

50 ml Öl

4 EL Zitronensaft

Zubereitung

Kartoffeln schälen, die Zwiebel würfeln und je 150 g Möhren und Sellerie stifteln. Das restliche Gemüse in grobe Teile schneiden.

Die Hähnchenteile von allen Seiten im Öl scharf anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und das grob zerteilte Gemüse im Öl dünsten. Das

Fleisch auf das Gemüse legen. Die Brühe an gießen. Petersilienstängel, Salz und Pfeffer hinzugeben. Alles abdecken und ca. 20 Minuten köcheln lassen.

Kartoffeln und Möhrenstifte kochen. Die Hähnchenteile warm stellen und die Brühe in einen Topf sieben. 2-3 EL der Brühe mit der Sahne und dem Eigelb verrühren. Dann die Sahne-Ei-Masse in die Brühe einrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Die Hähnchenteile mit Kartoffeln, Gemüsestiften und der Sauce servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

17.08.05 hemet-nisut-weret

Bulgarien FI

Buletten bulgarische Art 1 Ei

Fleischpflanzerl

Zutaten für 4 Portionen

500 g Hackfleisch, TK

2 m.-große Zwiebel(n)

3 Gewürzgurke(n)

1 Ei(er)

2 EL Reis, gekocht, (Reste vom Vortag)

1 Semmeln, gerieben (Brötchen)

3 EL Kräuter, gemischt (Petersilie, Knobi, Zwiebelgrün)

TL Salz

1 TL Pfeffer

1 TL Paprikapulver, edelsüß oder scharf nach Wunsch

1 TL Senf

Dieses Rezept habe ich von meinem "Ex-Au-Pair" Zoia aus Bulgarien gelernt. Zoia ist ausgebildete Köchin, und ihre Küche war super, wenn auch nicht wirklich gut für meine Figur!

Alle Zutaten werden miteinander vermischt und als Fleischpflanzerln

gebraten. Man braucht, wenn man TK-Hackfleisch nimmt, kein zusätzliches Bratfett. In einer beschichteten Pfanne brät es wie von allein!

Dazu passt Kartoffelsalat und Gurkensalat. Und eine Sauce aus 2 Bechern Joghurt, gewürzt mit Salz, Pfeffer, etwas Knobi und einem fein dosierten Schuss Essig. Und/Oder frische Tomaten, mit Gurke (frisch) im Verhältnis 1:1, darüber ein paar Zwiebelwürfelchen, und darüber geriebener (wichtig!) Feta.

Ich freue mich, wenn dieser Tipp veröffentlicht wird, wenn, dann werde ich einen Link nach Bulgarien schicken. Dann hat der CK einen neuen "In-

teressenten", das kann uns allen nur nutzen (aus eigener Erfahrung dick und rund gefuttert!).

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
21.07.05 Eimerp

Gemüsesuppe aus Bulgarien

Zutaten für 6 Portionen

1.75 Liter Rinderbrühe

- 4 Karotte(n), gewürfelt
- 3 Steckrübe(n), gewürfelt
- 1 kleiner Knollensellerie, gewürfelt
- 1 Tasse/n Reis, ungekocht
- 1 Zwiebel(n), in dünne Scheiben geschnitten
- 30 g Butter
- 1 TL Mehl, zum Stauben
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung

Die Brühe in einen großen Topf zusammen mit dem Wurzelwerk geben, Reis einrühren und bei mittlere Hitze langsam im zugemachten Topf 30 Min kochen.

Die Butter in der Bratpfanne zerschmelzen lassen und die Zwiebel solange darin braten, bis es hell goldgelb ist. Mit Mehl stauben und gut durchrühren.

Die Zwiebeln zur Suppe geben, salzen und pfeffern nach Geschmack, und weitere 10 Min kochen.

Bevor es zu Tisch geht, verquirlt man die Eier mit dem Zitronensaft. Im langsamen Strahl in die Suppe träufeln und für 1 Min die Suppe ständig rühren. Die Suppe soll heiß gegessen werden, von der gehackten Petersilie garniert.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
12.10.04 Quargl

Dänemark FI

Dänischer Schweinebraten

Flaeskesteg

Zutaten für 4 Portionen

1.5 kg Kotelettfleisch mit Schwarte

Lorbeerblätter
Salz
Pfeffer
Kümmel

Die Schwarte mit einem scharfen Messer in parallele Streifen schneiden. Nur soweit hineinschneiden, dass die Fettschicht berührt wird. Eine Platte mit ca. 2 cm Wasser füllen, den Braten mit der Schwarte nach unten in das Wasser legen und so 2 Stunden liegen lassen. Nur die Schwarte darf im Wasser liegen.

Den Braten leicht salzen, aber kräftig Salz zwischen die Schwartenstreifen reiben. 3 Lorbeerblätter zwischen die Schwartenstreifen stecken. Den Braten leicht pfeffern, etwas Kümmel dazu geben. Den Braten auf ein Rost setzen, etwas Wasser in die Reine geben. Eineinhalb Stunden bei 180 Grad, dann noch einmal 10 Minuten bei hoher Temperatur braten. Den Braten 15 Minuten ruhen lassen, ohne dabei die Schwarte abzudecken, damit sie knusprig bleibt.

Den Bratensaft abgießen, einkochen, abschmecken und evtl. mit Monda-min binden.

Dazu passen glasierte dänische Kartoffeln oder auch Knödeln, obwohl man sie in Dänemark nicht kennt

Zubereitungszeit: ca. 2 Std. 30 Minuten

22.04.01 Ingrid_R

15.12.2001 09:35 Kommentar von Ingrid_R

Hilfreicher Kommentar:

Lieber Matti,

dann scheint Dein Herd nicht so heiß zu werden. Du musst ihn dann wahrscheinlich höher einstellen. Die Schwarten werden extrem knusprig, aber Herde sind leider dermaßen unterschiedlich, dass es manchmal wirklich schwierig ist, Temperaturen für Braten anzugeben. Praktisch ist es unmöglich, objektiv korrekte Temperaturen in einem Rezept anzugeben.

Ein kleiner Tipp: Die Schwarten müssen sich ziemlich schnell von Anfang an im Ofen ziemlich schnell aufblähen.

Wenn sie das nicht tun, stimmt die Temperatur nicht!

16.12.2001 19:55 Kommentar von Saveria

hallo Ingrid_R

habe meinen Krustenbraten auch in wasser gelegt und hatte die beste Kruste allerzeiten :-)

werde demnächst auch noch die Krustenchips machen.
danke für diesen tollen tipp

Saveria

Kommentar von Matti
Hilfreicher Kommentar:

so, es hat mir ja keine ruhe gelassen, wo ich doch so gerne Krustenbraten esse! diesmal hat's wunderbar geklappt: ich habe den braten für eine halbe stunde bei 250° in den Ofen geschoben, als dann sichtbar die Kruste "loslegte" habe ich bis zum ende der Garzeit auf 180° runtergeschaltet. die Garzeit hat sich dadurch nicht verlängert, ich hatte aber auch 2 kg braten. die Kruste war knusprig, aber nicht hart, und das fleisch supersaftig.
ein tolles Rezept!

Gruß Matti

09.02.2003 20: 15 Kommentar von Versenkfix

Dank an Ingrid R. und Matti. Ein super Rezept und sehr einfach, wenn man sich an Ingrids Vorgaben und Mattis Temperaturempfehlungen hält. Es ist mit Sicherheit der knusprigste Krustenbraten, den man zu Hause machen kann !!!!!

Dänisches Omelett 8 Ei M

Aeggekage

Zutaten für 4 Portionen

8 Ei(er)

16 Bacon (Frühstücksspeck), feine Scheiben

100 ml Sahne

4 Tomate(n)

4 EL Schnittlauch, klein geschnitten

Die Scheiben Bacon in eine heiße Pfanne legen und das Fett auslaufen lassen, kurz braten lassen. Dann die Speckscheiben auf Backpapier auf eine Platte legen, in den Herd schieben und bei 120 Grad sehr knusprig werden lassen. Man kann den Bacon auch in der Pfanne knusprig werden lassen, dann jedoch herausnehmen und warm halten.

Die Eier aufschlagen, mit der Sahne verquirlen, pfeffern. Nicht salzen! Die Eiermasse in die Pfanne mit dem Fett vom Bacon geben. Kurz etwas verrühren, abdecken und auf der kleinst möglichen Flamme sehr langsam stocken lassen.

Die Tomaten entkernen und würfeln.

Wenn die Eiermasse gestockt ist, den knusprigen Frühstücksspeck in die Mitte auf die Eiermasse geben, die klein gewürfelten Tomaten und den fein geschnittenen Schnittlauch darüber streuen.

Dazu isst man ein gutes Vollkornbrot. "Aeggekage" ist ein sehr beliebtes kleines Mittagessen in Dänemark. Man kann ihn in einer großen Pfanne für bis zu 12 Personen machen und berechnet 2 Eier und 4 Scheiben Frühstücksspeck pro Person. Die Stockzeit bei einem sehr großen "Aeggekage" kann jedoch bis zu 45 Minuten dauern.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

18.07.02 Ingrid_R

Deutschland separat

England FI

Cornish Pasty

auf Cornwall (England)

Zutaten für 4 Portionen

450 g Steak(s) vom Rind

250 g Kartoffeln, dünn geschnitten

50 g Rübe(n), fein geschnitten

1 große Zwiebel(n)

3 EL Wasser, kalt

Salz und Pfeffer

evtl. Petersilie

450 g Mehl

¼ TL Salz

230 g Margarine oder Butter

6 EL Wasser

etwas Milch und Ei

Mehl und Salz sieben. Das Fett einarbeiten, bis das Ergebnis aussieht, wie grobe Brotkrümel. Das Wasser langsam zugeben, bis ein steifer Teig entsteht. Mit den Händen zu einem glatten Teig kneten. In Kunststoffolie wickeln und für 30 Minuten in den Kühlschrank stellen. Als Alternative eignet sich Blätterteig.

Das Fleisch in kleine Stückchen schneiden. Das geschälte Gemüse würfeln und zusammen mit dem Fleisch und Wasser mischen. Gut würzen und etwas pfeffern.

Teig jetzt rollen, bis er ca. 0,5 cm-dick ist und in vier Kreise von ca. 20 cm Durchmesser schneiden. Die Füllungsmischung wird auf die vier Kreise

verteilt und zwar immer nur auf die Hälfte des Kreises. Den äußeren Rand der Kreise mit kaltem Wasser bestreichen und dann die beiden Hälften zusammenfallen und an den Rändern entlang durch leichtes Rollen mit den Fingern fest zusammendrücken, damit kein Saft entweichen kann. Mit Milch oder geschlagenem Ei bepinseln und oben mit einem spitzen Messerchen einen ca. 1 cm-kleinen Schlitz einschneiden, damit der Dampf entweichen kann.

Im auf 220°C vorgeheizten Ofen auf Backpapier für 15 Minuten und danach bei 180°C für 35 bis 40 Minuten backen.

Das Cornish Pasty ist ein uraltes Pasteten-Gericht, bevorzugt von den korinthischen Zinn/Kupfer Bergleuten. Die Rüben dienen als Wasserspender, und so verhindert die schnelle Austrocknung der guten Pastete.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

16.02.05 ntrewartha

05.03.2005 20:25Kommentar von ntrewartha

Hilfreicher Kommentar:

Hallo,

in Antwort zu JordiTin

Nein - die Kartoffeln werden nicht gekocht. Die kommen roh in ein Pasty.

Rübe : Da ist eine Steckrübe gemeint. Es dient primär dazu um Wasser zu spenden während der Kochphase.

Zu Drums Kommentar ::: Nein!! - Branston Pickel und Cornish Pasty kommen in Cornwall nicht zusammen. Das ist unfair gegenüber der Pasty.

Übrigens, es ist keine Schande mehr, Blätterteig statt des Mürbeteigs zu nehmen...nicht Original, aber eine schmackhafte Variante.

Gruß

Nigel Trewartha

[Indisches Hähnchencurry mit Kichererbsen](#) M

von einem Freund aus England

Zutaten für 4 Portionen

4 Hühnerbrüste, gewürfelt

2 Paprikaschote(n), rot, gewürfelt

2 Zwiebel(n), gewürfelt

1 Dose Kichererbsen, natur, aus der Dose oder getrocknet

200 g Linsen, rote, getrocknet

4 Knoblauchzehe(n), gepresst
4 Tomate(n), gewürfelt
500 ml Kokosmilch

200 ml Sahne oder Milch (weniger Fett!)

2 EL Currypaste, rote, aus dem Glas
1 TL Tandoori Masala
1 TL Kurkuma
2 TL Salz, (ganz nach Geschmack)

Zubereitung

Die Linsen in heißem Wasser ca. eine Stunde einweichen.
Die Zwiebel mit dem Knoblauch in einer großen Pfanne glasig dünsten.
Paprika dazugeben und kurz mit anbraten. Fleisch dazu und ebenfalls anbraten. Nach Belieben mit Salz und Tandoori würzen. Jetzt alles in eine feuerfeste Form, mit Deckel, füllen. Die Kichererbsen und die Linsen abtropfen lassen und dazugeben. Die Kokosmilch darüber gießen und mit der Currypaste würzen. Alles mit einem Kochlöffel vermengen und in den Backofen stellen. Jetzt ca. 2 Stunden bei ca. 160°C mit geschlossenem Deckel, garen. Ab und zu mit dem Kochlöffel umrühren. Bei evtl. Flüssigkeitsverlust immer wieder etwas Milch oder Sahne dazugießen. Nochmals abschmecken und evtl. mit Currypaste oder Salz nachwürzen. FERTIG!!!

Dazu passt Basmatireis und frisches Naan Brot.

Brennwert p. P.: 400

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

05.09.06 dany5

Mulligatawny - Suppe

Zutaten für 4 Portionen

50 g Butter

1 Hähnchen, geteilt

1 Zwiebel(n), fein gehackt
1 Möhre(n), gewürfelt
1 Rübe(n) (oder Rettich), weiß, gewürfelt
1 EL Currypulver
4 Gewürznelken
6 Pfeffer - Körner, schwarze, zerdrückt
50 g Linsen

900 ml Hühnerbrühe

40 g Sultaninen
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Butter in einem größeren Topf schmelzen und die Hähnchenhälften goldbraun anbraten. Herausnehmen und mit dem Fett auf einen Teller geben. Gehackte Zwiebelwürfel, Möhrenwürfel und Rübenwürfel in den Topf geben und dünsten, bis die Zwiebelwürfel leicht bräunen. Currypulver, Gewürznelken und Pfefferkörner zufügen und kurz anschwitzen. Dann die Linsen mit in den Topf geben. Die Hühnerbrühe dazu geben und alles zum Kochen bringen. Sultaninen, Hähnchenhälften und Fett hinzufügen. Das Ganze zugedeckt ca. 40 Min. köcheln lassen.

Hähnchenteile rausnehmen und das Fleisch einschl. der Haut von den Knochen ablösen. In Stücke teilen und in den Topf zurück geben.

Erhitzen und die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Wer mag kann der Schärfe wegen noch Chilischoten nach Belieben dazu geben.

Dazu schmeckt ein Baguettebrot zum Tunken.

Tipp: Die geschälten Roten Linsen sind der Farbe wegen vorzuziehen. Die grünen und braunen Linsen können aber auch genommen werden!

Mulligatawny bedeutet Pfefferwasser und wurde in England im späten 18. Jahrhundert von Rückkehrer der Armee aus Indien eingeführt

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

30.03.06 miroferra

17.04.2006 18:31 Kommentar von Awlona

Hallo Miroferra,

ich liebe Linsen und die gesamte Kombination reizt mich sehr.

Eine Frage habe ich dazu, da ich das Gericht nicht kenne.

Wenn ich rote Linsen nehme, erscheint mir eine Kochzeit von 40 Min. viel zu hoch, die Linsen würden doch bestimmt zerfallen.

Oder ist dieser Effekt sogar erwünscht?

Liebe Grüße

Awlona

18.04.2006 14:32 Kommentar von miroferra

Hallo Awlona!

Ich denke bei diesem Rezept ist das Zerkochen der Linsen gewünscht.

Denn ursprünglich kommt es ja aus Indien. Dort kochen sie sehr oft die Linsen zu Mus, um es mit dem Brot besser aufnehmen zu können!

Ich selber mag es nicht so zerkocht und koche allerhöchstens 20 min.

Mann kann es zum Durchziehen ja noch ein Weilchen stehen lassen.

Ig Miro

03.05.2006 23:14 Kommentar von Awlona

Lieben Dank für deine rasche Antwort Miro.

Ich habe das Rezept letzte Woche nachgebastelt und es hat mir hervorragend geschmeckt.

Habe 2 angeritzte frische rote Chilischoten mitgedünstet und die (roten!) Linsen erst 15 Min. vor Garende hinzugegeben. Ich mag es auch lieber, wenn sie nicht zerkocht sind und man noch was zu "beißen" hat ;-).

Liebe Grüße

Awlona

Schinkenröllchen mit Feigen und Ziegenkäse

lecker auf dem Buffet, von einer Freundin empfohlen, die hat es wohl aus England

Zutaten für 24 Portionen

2 Pck. Feigen, getrocknet

2 Pck. Ziegenfrischkäse

12 Scheiben Parmaschinken (oder ähnlich getrockneter Schinken)

Zubereitung

Die Schinkenscheiben noch einmal längs teilen (oder zwei Packungen Schinken kaufen, wenn die Scheiben schon nur etwa vier Zentimeter breit sind).

Einen guten Teelöffel Ziegenkäse draufschmieren. Eine Feige halbieren und auf den Käse legen. Das Ganze zusammenrollen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

31.01.06 Plätzchen

Silvesterpie aus England **1 Ei**

Zutaten für 4 Portionen

250 g Mehl

½ TL Backpulver

125 g Fett

1 Ei(er)

1 Prise Salz

250 g Fleisch, gekochtes oder gebratenes

125 g Hackfleisch vom Schwein

1 kleine Zwiebel(n)

Salz

Paprikapulver

500 g Gemüse, gegartes nach Belieben
etwas Bratensaft

Zubereitung

Aus Mehl, Backpulver, Fett, Ei und einer Prise Salz einen Mürbeteig bereiten, Springform damit auslegen (Boden und Rand).

Fleisch kleinschneiden, mit dem Hackfleisch und den Gewürzen vermengen, abwechselnd mit dem Gemüse (z.B. Blumenkohl, Spargel, Erbsen, Pilze, Bohnen oder Paprikaschoten) auf den Teig schichten und nach Belieben mit Bratensaft übergießen. Teigdecke auflegen, am Rand andrücken und mit einem Hölzchen mehrmals einstechen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann.

45 min backen bei 180 Grad.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
20.10.06 mamader3zicken

Estland FI

Fleischsuppe mit Klößen 2 Ei M

Schmankerl aus Estland

Zutaten für 4 Portionen

500 g Rindfleisch oder Schweinefleisch

5 Kartoffeln

2 Liter Wasser

1 Bund Suppengrün

Salz

2 EL Butter

2 Ei(er)

125 ml Milch

250 g Mehl

Salz

Zubereitung

Für die Klöße Butter schaumig rühren. Salz mit Ei verquirlen und zugeben. Abwechselnd Mehl und Milch zugeben, gründlich durcharbeiten.

Das Fleisch mit kaltem Wasser ansetzen, abschäumen und auf schwacher Flamme kochen. Suppengrün zugeben, 15-20 Minuten vor Kochende auch die gewürfelten Kartoffeln zugeben.

Zuletzt die Klöße und das Salz hinzu. Alles etwa 30 Minuten leicht dahin köcheln lassen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

30.01.06 kawabaer

Finnland FI

Finnischer Weihnachtsschinken

Joulukinkku

Zutaten für 8 Portionen

3.5 kg Schinken, ganzer ohne Knochen, gepökelt und mit Schwarte

3 EL Senf

2 EL Zucker, braun

2 EL Paniermehl

Zubereitung

Der Schinken sollte nicht gespritzt sein, sondern 4-5 Tage eingelegt in Pökellauge (4/5 Salz + 1/5 Zucker). Gespritzt geht zwar auch, ist aber nicht stilecht. Beim Metzger vorbestellen!

Vor dem Braten den Schinken abtrocknen und die Schwarte gut einschneiden.

Den Schinken bei 125° im Ofen garen (ca. 1 Stunden pro Kilo), dazu wird er auf ein Rost gelegt, untere Schiene im Backofen. Darunter ein Backblech mit Wasser stellen.

Abwandlung: den Schinken in Alufolie einschlagen und auf einem Backblech garen.

Nach der Garzeit die Schwarte abschneiden, Senf, Zucker und Paniermehl vermengen und den Schinken panieren. Noch mal in den Ofen stellen, bis die Panade goldbraun ist.

Wird in Finnland mit süßem Senf gegessen (feine Konsistenz, nicht wie hier der bayerische Senf)

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

05.10.05 shipchen

Karelischer Fleischtopf

Zutaten für 5 Portionen

500 g Rindfleisch

125 g Kalbfleisch

125 g Schweinefleisch

3 Lorbeerblätter

Prise Salz

2 große Zwiebel(n)

Zubereitung

Das Fleisch und die Zwiebeln in große Würfel schneiden und in einen hohen Bratentopf geben. Die Gewürze und so viel Wasser hinzufügen, dass das Fleisch gerade bedeckt ist. Bei mäßiger Hitze (ca. 200°C) garen und ab und zu umrühren, bis das Fleisch mürbe ist und die Brühe eine angenehm braune Färbung hat.

Dazu Kartoffeln und Gewürzgurken sowie rote Bete.

Tipp: Wenn nicht genügend Fleisch vorhanden ist, kann man das Gericht auch mit Leber oder Niere strecken. Ebenso kann man Steckrüben anstelle von einem Teil des Fleisches hinzu geben.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

31.07.05 Neelie

Schwedischer Erbseneintopf

Ärter och fläsk

Zutaten für 4 Portionen

300 g Erbsen, gelb, getrocknet

2 Liter Wasser

Salz

Pfeffer, weiß

Majoran

Thymian

1 Zwiebel(n)

1 Knochen (Schulterknochen)

600 g Schweinefleisch (Schweineschulter ohne Knochen)

1 Stange/n Lauch

2 Karotte(n)

150 g Knollensellerie

1 Bund Petersilie

Zubereitung

Erbsen waschen und über Nacht einweichen. Am nächsten Tag im Einweichwasser mit den Gewürzen, der kleingehackten Zwiebel und dem Knochen zum Kochen bringen. Nach gut einer Stunde leichten köchelns die Schweineschulter und das kleingeschnittene Gemüse zufügen und noch weitere 1,5 Stunden garen. Den Knochen entfernen. Das Fleisch herausnehmen, in Würfel schneiden und in die Suppe zurückgeben. Abschmecken und die kleingehackte Petersilie darüber streuen. In Finnland verwendet man zum Würzen zusätzlich noch Senf.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
06.07.04 wargele

Frankreich FI

Ballotine 1 Ei

Rezept aus Frankreich

Zutaten für 6 Portionen
150 g Karotte(n) und Sellerie

300 g Hackfleisch vom Lamm
3 EL Koriandergrün, gehackt

1 Ei(er)

50 g Semmelbrösel
Salz
Pfeffer, schwarz
4 EL Olivenöl

1 Lammschulter, entbeint

1 Bund Suppengrün
1 Zwiebel(n)
1 Knoblauchzehe(n)
2 EL Tomatenmark
200 ml Wein, rot

375 ml Lammfond

Zubereitung

Die Karotten und die Sellerie schälen, würfeln und mit dem Lammhack, 2 EL Koriander, dem Ei und den Semmelbröseln mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen und die Masse in die Lammschulter füllen. Mit Küchengarn locker zusammenbinden.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Schulter mit Salz und Pfeffer bestreuen und von allen Seiten hellbraun anbraten.

Unterdessen das Suppengrün putzen, und zerkleinern. Die Zwiebel und den Knoblauch fein hacken. Dazugeben und 20 bis 30 Minuten bei 180 Grad im Ofen braten.

Das Tomatenmark und den restlichen Koriander dazugeben und nochmals 20 Minuten schmoren. Mit dem Rotwein ablöschen und weitere 30 Minuten garen. Dann mit dem Lammfond auffüllen. Nach weiteren 40 Minuten das Fleisch herausnehmen, den Bindfaden ablösen und die Ballotine in Scheiben schneiden. Die Sauce durch ein Sieb streichen, abschmecken und über das Fleisch geben.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

31.05.06 lobloch4

Hähnchen in Rotwein

Coq qau Vin

Zutaten für 3 Portionen

1000 g Hähnchen oder Hähnchenteile

9 kleine Zwiebel(n)

etwas Butter

1 EL Mehl

½ Liter Wein, rot

5 cl Cognac

Kräuter, frische, (auch Kräuter der Provence)

100 g Speck, geräuchert

1 Msp. Muskat

Salz

Pfeffer

150 g Champignons

Zubereitung

Das Hähnchen bzw. die Hühnerteile waschen und zerteilen, Zwiebeln schälen und in Ringe oder grobe Stücke schneiden. Speck würfeln.

In einem Schmortopf die Butter zerlassen, Speck, Zwiebeln und Pilze anbraten, aus der Butter nehmen und an die Seite stellen. Die Hähnchenteile in der Butter anbraten und dann das Mehl darüber stäuben. Den Wein und den Weinbrand in den Topf geben und auch die Kräuter nicht vergessen. Mit Muskat, Salz und Pfeffer Würzen. Alles zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 30 Min. garen. Die Pilze, Zwiebeln und Speck zugeben und noch mal etwa 10 Min. garen. Dazu Weißbrot. In Frankreich mit sehr großem Appetit gegessen!

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
12.06.02 stefan59

Lothringer Suppentopf

Zutaten für 4 Portionen

6 Scheibe/n Schweinefleisch (Schweinebauch), dünn

- 1 Zwiebel(n)
- 4 Tomate(n), geschält
- 1 Knollensellerie
- 2 Stange/n Lauch
- 2 große Karotte(n)
- 1 Knolle/n Fenchel
- 300 g Rosenkohl
- 1 Liter Brühe aus Brühwürfeln
- 2 TL Salz
- 1 TL Pfeffer
- 1 EL Petersilie, gehackt

Zubereitung

Schweinefleisch von der Schwarte befreien, in Streifen schneiden und in einem Topf von allen Seiten anbraten. Die Gemüse putzen, Tomaten, Zwiebel und Lauch in Scheiben, Mohrrüben, Fenchel und Sellerie in Streifen schneiden und die Kohlröschen halbieren.

Alles zu dem Fleisch geben und unter ständigem Rühren ein paar Minuten dünsten.

Mit der Brühe auffüllen und mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Kochen bringen, dann die Hitze reduzieren und 25-20 Minuten weiterkochen, bis alles weich ist.

Vor dem Servieren mit fein gehackter Petersilie garnieren.

Als besondere Delikatesse reicht man in Frankreich Champignonpastetchen dazu. Es schmeckt aber auch Stangenweißbrot oder Bauernbrot.

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten
05.08.05 hemet-nisut-weret

Rindfleischtopf aus Burgund

Boeuf Bourguignon,

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Rindfleisch, mager, aus der Keule

125 g Speck, geräuchert, durchwachsen

2 EL Öl

Salz und Pfeffer, schwarz

1 m.-große Möhre(n)

375 g Zwiebel(n), klein

2 Zehe/n Knoblauch

3 EL Mehl

1 EL Tomatenmark

375 ml Brühe, klare

300 ml Wein, rot, trocken (z. B. Burgunder)

2 Lorbeerblätter

1 TL Thymian, getrocknet oder frisch

1 Bund Petersilie

250 g Champignons

Fleisch waschen, trocken tupfen und in 4-5 cm-große Würfel schneiden. Speck in Streifen schneiden. In einem Bräter in 1 EL heißen Öl ausbraten, herausnehmen. Fleisch portionsweise im Speckfett anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und herausnehmen.

Möhre, 2 Zwiebeln und Knoblauch schälen. Fein würfeln und im Bratfett andünsten. Fleisch und Speck wieder zufügen. Alles mit Mehl bestäuben und anschwitzen. Tomatenmark einrühren. Mit Brühe und Wein ablöschen und aufkochen lassen.

Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Lorbeerblätter zufügen und Thymian überstreuen. Alles gut vermischen. Das Rindfleisch zugedeckt im vorgeheizten Backofen (E-Herd 200 Grad, Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3) ca. 2 Stunden schmoren lassen.

Pilze putzen und waschen. Restliche Zwiebeln schälen. 1 EL Öl erhitzen. Beides darin anbraten, würzen und 30 Minuten vor Ende der Garzeit zum Fleisch geben. Petersilie waschen und fein hacken. Den Fleischtopf abschmecken und mit Petersilie bestreuen.

Dazu kann man einfach nur Baguette essen. Wir essen sehr gerne Gnocchi dazu (auch wenn es ein Stilbruch sein sollte).

Brennwert p. P.: 580

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

10.02.05 Baerenkueche

Rotweinsauce aus Frankreich

Kostet Zeit, macht aber kaum Arbeit,

Zutaten für 4 Portionen

3 EL Olivenöl

500 g Rindfleisch (Rinderhesse), in Stücke geschnitten

1 Bund Suppengrün, (mit Petersilienwurzel) geputzt und kleingeschnitten

1 große Zwiebel(n), halbiert mit Schale
2 Zehe/n Knoblauch, gepellt und halbiert
2 EL Steinpilze, getrocknete
10 Körner Pfeffer, schwarze
½ TL Thymian
2 Liter Wasser, heißes
1 Flasche Wein, rot, guter, weich, aromatisch ohne Schnicki-Schnacki
2 EL Butter, kalte
Salz und Pfeffer
Zucker

Zubereitung

Fleisch Suppengrün, Zwiebeln und Knoblauch in einem großen Topf anbraten, Pilze, Pfeffer und Thymian zugeben, mit heißem Wasser aufgießen und mindestens 2 h im offenen Topf köcheln lassen.

Durch ein Sieb gießen und die Rückstände gut ausdrücken. Mit der Flasche Wein aufgießen und solange kochen lassen, bis die Sauce auf ca. 400 ml reduziert ist. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und die eiskalte Butter (mit einem Mixstab geht's prima) aufmontieren.

Es dauert zwar alles sehr lange, aber man kann die Sauce sehr gut vorbereiten, evtl. sogar einfrieren. Das habe ich noch nicht ausprobiert, ich würde dann die Butter aber erst kurz vor dem Servieren zugeben.

Wunderbar zu Kurzgebratenem oder poliertem Rinderfilet, Kartoffelgratin und Salat.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

14.03.04 schulz-daheim

15.03.2004 15:01Kommentar von stuttgartpaul

Super, aber die nach dem aufmontieren der Butter nicht mehr kochen lassen. (wichtig)

Schleusensalat M

weil wir diesen in einem Bootsurlaub an einer Schleuse in Frankreich bekommen haben

Zutaten für 2 Portionen

1 Kopf Lollo Rosso bzw. Lollo Bianco (für 4 Personen dann mischen)

150 g Schinken (Katenschinken), gewürfelter

100 g Käse (Leerdamer)

1 handvoll Walnüsse

1 Apfel (Boskop, Granny Smith o.ä.)

2 Scheiben Toastbrot

1 Zehe/n Knoblauch
Balsamico Bianco
Olivenöl
Salz und Pfeffer
etwas Zucker

Zubereitung

Den Salat putzen, waschen und trockenschleudern. Das Brot mittelbraun anrösten, beidseitig gut mit dem Knoblauch einreiben und in Würfel schneiden. Von den Walnüssen soweit möglich die herbe Schale entfernen, zu kleineren Stücken zerdrücken und in einer trockenen Pfanne erhitzen. Reichlich Olivenöl in die Pfanne geben und die Schinkenwürfel darin anbraten. Mit der Schaumkelle herausnehmen damit das Öl in der Pfanne verbleibt. In diesem Öl dann die Brotwürfel anbraten, bis das Öl aufgesaugt ist und die Würfel dunkelbraun sind. In der Zwischenzeit den Apfel schälen und in schmale Spalten schneiden, den Käse würfeln.

In einer großen Schüssel Balsamico, Salz, Pfeffer und anschließend Olivenöl zu einer Vinaigrette verrühren. Mit etwas Zucker abschmecken. Sofort die Apfelspalten zugeben, damit sie nicht braun werden. Nach Geschmack den restlichen Knoblauch hineinpressen.

Den Salat in die Schüssel geben. Schinken, Käse und Walnüsse zugeben und alles unterheben.

Die gerösteten Brotwürfel erst nach dem Servieren auf den Salat geben, damit sie sich nicht voll saugen.

Dazu Baguette und einen leichten Rotwein oder Weißwein reichen.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
24.01.07 Kochschlampe

Schweinefleisch auf Porreebett

Spezialität aus Frankreich

Zutaten für 4 Portionen

750 g Schweinefleisch

750 g Porree

4 Fleischtomate(n), enthäutet und gewürfelt

1 Zehe/n Knoblauch, fein gehackt

100 ml Wein, weiß

100 ml Gemüsebrühe

Salz und Pfeffer

Öl

Zubereitung

Das Fleisch in vier dicke Scheiben schneiden und im heißen Öl kräftig von beiden Seiten anbraten. Dann herausnehmen, salzen und pfeffern und den kleingeschnittenen Porree in derselben Pfanne anschwitzen und auf kleiner Flamme dünsten. Die Tomaten und den Knoblauch hinzufügen. Die Fleischscheiben oben drauf legen, mit Brühe und Wein angießen und das Ganze zugedeckt bei kleiner Flamme etwa eine Stunde schmoren. Gegebenfalls Brühe nachgießen. Dazu schmecken Salzkartoffel aber auch ofenfrische Baguette.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 30 Minuten
09.08.02 stolpi

Griechenland FI

Gegrillte Lammkoteletts

Kotelétes arniou skáras

Zutaten für 4 Portionen

4 EL Öl (Olivenöl)

1 EL Oregano, frisch gehackt oder

½ TL Oregano, getrocknet

1 Zitrone(n), den Saft

12 Lammkotelett(s)

Salz und Pfeffer

1 Zitrone(n)

Zubereitung

In Griechenland bestreicht man die Grilladen gerne mit einer Zitronen-Öl-Sauce, die noch mit Oregano gewürzt wird.

Die Koteletts waschen und trocken tupfen. Die Fettschicht einige Male einschneiden und die Knochen bis zum Fleischansatz sorgfältig abschaben.

Für die Grillsauce das Öl, den Oregano und den Zitronensaft vermischen.

Die Koteletts mit einem Teil der Zitronen- Öl-Sauce bestreichen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Koteletts auf dem Grillrost oder im Elektrogrill auf beiden Seiten grillen; das dauert etwa 15 Minuten. Die Koteletts während des Grillens mit der restlichen Zitronen-Öl-Sauce bestreichen.

Die Zitrone in Achtel schneiden. Die Knochenenden der Koteletts in Pergamentpapierrosetten stecken (damit man die Koteletts bei Tisch in die Hand nehmen kann). Die Koteletts mit den Zitronenachteln und Petersiliensträußchen garnieren. Die Stielkoteletts heiß servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

13.08.02 Sonja*

Gegrillte Schweinekoteletts

Chirinés kotelétes skáras

Zutaten für 4 Portionen

4 Schweinekotelett

6 EL Öl (Olivenöl)

1 Zitrone(n), den Saft
Pfeffer

1 EL Oregano, frisch gehackter

2 Zehe/n Knoblauch
Salz

Zubereitung

Schweinekoteletts sind in Griechenland ebenso beliebt wie gegrillte Lammkoteletts. Statt Oregano, wie in diesem Rezept, kann man auch 5 frische Salbeiblätter verwenden.

Die Koteletts waschen und trocken tupfen. Das Olivenöl mit dem Zitronensaft und Pfeffer verschlagen. Den Oregano unter die Zitronen-Öl-Sauce mischen. Die Knoblauchzehen schälen und mit der Knoblauchpresse auspressen. Den Knoblauch in die Sauce geben. Die Koteletts mit der Sauce bestreichen und 1 Stunde im Kühlschrank marinieren lassen.

Dann die Koteletts trocken tupfen und die Ränder alle 2 cm einschneiden, damit die Koteletts beim Grillen gerade bleiben. Die Koteletts auf dem heißen Grill von jeder Seite etwa 8 Minuten garen. Die Koteletts salzen und heiß servieren.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

13.08.02 Sonja*

Griechische Lammsuppe 1 Ei

Ostersuppe

Zutaten für 8 Portionen

800 g Lammschulter

2 Karotte(n)

1 Kopf Salat (Romana)

1 Bund Frühlingszwiebel(n)

1 Stange/n Lauch

2 EL Margarine

2 Zitrone(n)
Salz
Pfeffer
1 Tasse Reis (Rundkorn)

1 Ei(er)
Wasser nach Bedarf

Zubereitung

Die Lammschulter kalt abspülen und in einen großen Topf geben (am schnellsten geht es im Dampfdrucktopf). Die Lammschulter mit Wasser bedecken und das Fleisch so lange kochen, bis es zart ist (im Dampfdrucktopf 15-20 Min). Eventuellen Schaum abschöpfen. Das Fleisch aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und in kleine mundgerechte Teile schneiden, abgedeckt bei Seite stellen.

Den Reis in die Suppe geben und kochen, bis er gar ist. Danach das Gemüse klein schneiden und ebenfalls in die Suppe geben. Die Margarine hinzufügen und leicht kochen lassen, so dass das Gemüse noch Biss hat. Das Fleisch hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Suppe wird von der Flamme genommen.

In einem tiefen Teller wird Eiweiß geschlagen bis es schaumig ist. Danach langsam das Eigelb und Zitronensaft unterschlagen. Nun mit einer Kelle Flüssigkeit aus der Suppe unter schlagen zur Eiermasse hinzufügen, um die Flüssigkeit zu erwärmen. Im Anschluss den Zitronen-Eierschaum langsam in die Suppe einrühren.

Die Suppe kann individuell noch mit Pfeffer und Zitrone am Tisch nachgewürzt werden.

Anmerkung: Diese Suppe wird traditionell in Griechenland an Ostern serviert. Dabei werden meistens auch Innereien verwendet. Uns schmeckt es mit gutem Lammfleisch jedoch deutlich besser.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
15.05.06 Athens

Griechisches Rindfleisch Stifado

Spezialität aus Griechenland

Zutaten für 8 Portionen

2 kg Rinderbraten zum Schmoren
2 Zwiebel(n), (gehackt)
2 Zehe/n Knoblauch, (gehackt)
2 Dose/n Tomate(n), (oder 4 Frische Fleischtomaten geschält und gehackt)

3 EL Preiselbeeren, (aus dem Glas)
1 kg Schalotte(n), kleine
300 ml Wein, rot
Zitronensaft
Öl (Olivenöl)
Essig (Brandweinessig)
Petersilie, glatte
Salz
Pfeffer
Oregano
Kreuzkümmel
Zimt
Lorbeerblätter

Das Fleisch in ca. 5 cm große Würfel schneiden und mit etwas Olivenöl und Zitronensaft marinieren.

Am nächsten Tag das Fleisch trocken tupfen und portionsweise kräftig anbraten. Gegen Ende die gehackten Zwiebeln dazugeben und dunkel anrösten lassen, dann den Knoblauch dazugeben und ganz kurz mitrösten lassen. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Eine Messerspitze Kreuzkümmel und zwei Messerspitzen Zimt, Oregano und das Lorbeerblatt dazu. Die Preiselbeeren und 3 EL Essig reingeben. Dann mit etwas Rotwein ablöschen und einbraten lassen. Mit dem restlichen Rotwein aufgießen, die Tomaten zugeben und aufkochen lassen. Das ganze in eine backofenfestes Gefäß mit Deckel füllen und im Ofen bei ca. 95 Grad 3 Stunden ziehen lassen.

Nach ca. 2 Stunden die Schalotten schälen und 5 Min in gesalzenem Essigwasser kochen. Abgießen und unter das Fleisch rühren.

Gegen Ende der 3 Stunden eine Garprobe machen. Das Fleisch muss richtig mürbe sein und sich mit der Gabel zerdrücken lassen. Noch mal mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken, mit gehackter Petersilie bestreuen und servieren.

Dazu passt ein frisches Weißbrot oder auch Reis oder Kartoffeln.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

05.11.03 Marloh

Griechisches Zitronenhuhn

Zutaten für 2 Portionen

2 Hühnerbrüste am Knochen

2 Stück Hähnchenkeulen

4 Zitrone(n), unbehandelt

1 Bund Salbei

10 Zehe/n Knoblauch

1 Stück Ingwer
Olivenöl
Salz
Pfeffer

Zubereitung

Am besten Sie beginnen mit der Zubereitung (Marinieren) des Gerichtes schon am Vortag. Das reduziert die Verweildauer in der Küche am Kochtag auf ein Minimum, und das Hühnerfleisch zieht in der Marinade länger durch.

Waschen Sie die Zitronen sorgfältig unter heißem Wasser. Schälen Sie drei bis vier Streifen von der Zitronenschalen so ab, dass keine weiße Haut an der Schalen haften bleibt. Sonst wird's bitter. Schalen in feine Streifen schneiden. Die beiden Zitronen auspressen, mit gleicher Menge Olivenöl gut verrühren und die Zitronenstreifen untermischen. Diese Streifen verstärken noch den Zitronengeschmack. Sie werden vor dem Schmoren entfernt, da sie sonst verbrennen und das Gericht bitter wird.

Die Salbeiblätter gut abwaschen, trocknen und in feine Streifen schneiden. Verwenden Sie ein scharfes Messer zum Kräuterschneiden. Somit quetschen Sie die Blätter nicht, und das volle Aroma bleibt erhalten. Salbestreifen unter die Marinade mischen.

Zwei Zehen Knoblauch schälen und halbieren. Sie sollten den Keimling in der Mitte entfernen. Dieser trägt nichts zum Geschmack bei, sondern verursacht lediglich einen verstimmteten Magen. Wer mit Knoblauch Probleme hat, sollte ein wenig frischen Ingwer der Marinade beifügen. Dieser ist nicht nur unglaublich gesund, sondern neutralisiert auch den Beigeschmack des Knoblauchs. Knoblauch in die Marinade pressen, oder in kleinste Würfel schneiden und beimengen.

Marinade pfeffern. Nicht salzen! Würde dem Hühnerfleisch die Flüssigkeit entziehen und es beim Schmoren austrocknen.

Hühnerteile in ein feuerfestes Schmorgefäß einschichten und mit der Marinade übergießen. Restlichen Knoblauch in der Schale als Ganzes so beilegen, dass diese mit der Marinade bedeckt ist. Mit Klarsichtfolie abdecken und im Kühlschrank über Nacht aufbewahren.

Am nächsten Tag die Folie entfernen und das Backrohr auf 220° Grad Ober-/Unterhitze vorheizen (Nicht mit Heißluft!). Hühnerteile salzen. Gericht erst bei Erreichen der Temperatur auf mittlerer Schiene einschieben und 10 Minuten anbraten. Dann die Teile wenden und auf der anderen Seite 10 Minuten anbraten. Somit schließen sich die Poren und das Fleisch bleibt über die gesamte Garzeit saftig. Dann auf 170°C zurückschalten. Die Garzeit lässt sich nicht auf die Sekunde genau bestimmen. Je nach Fleischgröße, Material, Schmorgefäß und Ofentyp kann sie sehr stark schwanken. Beobachten Sie das Fleisch und übergießen es mit dem Schmorsaft alle 20 Minuten. Wenn die Haut goldbraun wird, kurz nochmals (ca. 5 Minuten) die Hitze auf maximale Temperatur hochdrehen. Die Haut wird dann knusprig. Aber nicht schwarz werden lassen! Garzeit beträgt ca. 1 - 1 ½ Stunden.

Gericht aus dem Ofen nehmen und für 5 Minuten mit Alufolie bedeckt ruhen lassen. Dadurch sammelt sich der Fleischsaft im Inneren wieder und das Gericht ist auch beim Verzehr nicht brandheiß.

Achtung: Sollte beim Aufschneiden des Fleisch noch flüssiges Blut am Knochen sein, nochmals in den Ofen schieben.

Dazu servieren Sie am besten frischen Salat nach Belieben, frisches Stangenweißbrot (in Scheiben geschnitten) und ein Glas gut gekühltem spritzigem Weißwein - zum Beispiel Retsina aus Griechenland.

Ein wunderbar mediterranes Gericht aus der Küche Griechenlands. Einfach und ohne ständig beim Herd stehen müssen. Die Frische der Zitrone, der herzhaft Hauch von Knoblauch und die Sanftheit des frischen Salbeis machen aus dem Gericht einen wahren Genuss.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

05.05.06 Onassis

Huhn vom Blech

Zutaten für 4 Portionen

4 Hähnchenschenkel

2 Hähnchenbrustfilet

Salz und Pfeffer

4 Zitrone(n), den Saft davon, ca. 125 ml

2 Zehe/n Knoblauch

125 ml Olivenöl

1 kg Kartoffeln, mehlig

500 g Zwiebel(n), klein

1 TL Thymian

Bund Petersilie und Basilikum

Zubereitung

Die Hähnchenschenkel würzen und auf die Fettpfanne des Backofens legen. Zitronensaft, Olivenöl, Knoblauch, Salz und Pfeffer mischen. Die geschälten, in Spalten geschnittenen Kartoffeln und die geschälten Zwiebeln in die Marinade geben und mischen, bis sie vollständig benetzt sind. Zwischen den Hähnchenteilen verteilen, restliche Marinade darüber gießen.

Den Thymian darüber streuen. Die Fettpfanne auf die Mittelschiene des kalten Ofens schieben und bei 200°C 1,5 Stunden garen. 25 Minuten vor Ende der Garzeit die gewürzten und mit der Marinade benetzten Hähnchenbrustfilets dazugeben und weiterbacken. Vor dem Servieren die Kräuter überstreuen.

Dieses Rezept stammt aus Griechenland, dort isst man Feta dazu. Ich habe das Gericht auch mit Putekeule und mit Lamm probiert.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
07.05.05 niekohle

Lammfleisch mit griechischen Langkornnudeln

Lammfleisch mit Kritharaki

Zutaten für 4 Portionen

700 g Lammfleisch

200 g Zwiebel(n)

3 Zehe/n Knoblauch

500 g Fleischtomate(n), reife

40 g Butter

1 EL Tomatenmark

Salz und Pfeffer

1 TL Paprikapulver, edelsüß

1 TL Thymian, getrocknet

200 g Nudeln, griechische Kritharaki

100 g Käse, Gravièra-Käse (Greyerzer geht auch)

Kritharaki sind reiskornförmige Langkornnudeln aus Griechenland. Sie werden aus Weizenmehl hergestellt.

Lammfleisch in Würfel schneiden und in der Butter bei starker Hitze rundum anbraten. Kleingeschnittene Zwiebeln und Knoblauch zugeben und glasig werden lassen. Enthäutete, geschnittene Tomaten unterheben und bei mittlerer Hitze 5 Min. schmoren. Tomatenmark in 250 ml heißem Wasser auflösen und unterrühren. Mit den Gewürzen abschmecken. Alles in eine feuerfeste Form geben und im Ofen zugedeckt ca. 1 Stunde bei 200 Grad garen. Dann 3/4 L kochendes Wasser (etwas gesalzen) unterrühren, die Nudeln zugeben und 30 Min. fertig garen. Zwischendurch mal umrühren und evtl. Wasser nachgießen. Abschmecken und mit dem Käse bestreuen. Der Käse soll noch kurz ohne Deckel Farbe nehmen!
Dazu sollte man unbedingt gut gekühlten Retsina trinken!

Brennwert p. P.: 620

Zubereitungszeit: ca. 2 Std.

10.08.01 Sonja*

Nudelpfanne griechische Art

Zutaten für 4 Portionen

250 g Nudeln, griechische kleine Nudeln, die wie Reis aussehen

1100 g Putenfleisch (Putenkeulen)

1 Bund Suppengrün
Petersilie, glatte
Salz und Pfeffer
Öl (Olivenöl)

Zubereitung

Das Suppengrün putzen und in grobe Stücke schneiden. Die Putenkeulen mit dem Suppengemüse in reichlich Wasser kochen bis sie gar sind. Dauert bei mir ca. eine gute Stunde. Die Keulen aus der Brühe herausnehmen, abtropfen und abkühlen lassen. Die Brühe nicht weggeben, sondern durch ein Sieb geben, die Brühe wird noch benötigt!

Danach das Fleisch von den Knochen ablösen und klein schneiden. Olivenöl in einem Bräter erhitzen und die Nudeln darin anrösten, bis sie leicht gebräunt sind, ACHTUNG!!!! sie brennen schnell an, also immer fleißig rühren!!!! Nach und nach mit der Brühe auffüllen und dabei schön weiter-rühren, damit nichts am Boden anbackt (passiert bei diesem Gericht leider sehr schnell), die Herdtemperatur langsam herunterdrehen. Wenn die Nudeln fast gar sind, das kleingeschnittene Fleisch und die gehackte Blattpetersilie dazugeben. Noch ein paar Minuten ziehen, damit das Fleisch wieder heiß wird, und fertig!

Die griechischen Nudeln kaufe ich immer beim Türken an der Ecke, hab sie aber auch schon mal bei REAL gesehen. Kleine Nudeln die aussehen wie Reis. Kleine Nudeln die aussehen wie Reis. Heißen in Griechenland "Kritharaki"

Lässt sich auch gut für die nächste Party verwenden! Keulen einen Tag vorher kochen und zubereiten, den Rest am Tag der Party fertig machen und abends noch mal erhitzen. Kommt bestimmt super an.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
17.06.03 sylle

Pasticcio 3 Ei M

Klassisches Pastagericht, das seine Wurzeln in Italien und Griechenland hat

Zutaten für 6 Portionen

250 g Nudeln, kurze (z.B. Fussili)
1 EL Öl (Olivenöl)
4 EL süße Sahne

Salz, Rosmarinzweige zum Garnieren, Bunter Salat als Beilage

Für die Sauce:

2 EL Öl (Olivenöl) , zusätzlich Öl zum Ausfetten der Form
1 Zwiebel(n), in dünne Ringe geschnitten

- 1 Paprikaschote(n), rote, entkern, klein geschnitten
- 2 Zehe/n Knoblauch, zerdrückt

500 g Hackfleisch vom Rind

400 g Tomate(n), geschälte in Stücken (aus der Dose)

125 ml Wein, weiß, trocken

2 EL Petersilie, gehackte

50 g Sardellenfilet(s), ab gespült, fein gehackt (muss aber nicht sein!)

Salz und Pfeffer

Für den Guss:

300 ml Natur-Joghurt

3 Ei(er), leicht verschlagen

1 Prise Muskat, frisch gerieben

50 g Parmesan, frisch gerieben

Für die Sauce das Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebelringe und Paprika 3 Minuten darin andünsten, den Knoblauch zugeben und nach 1 weiteren Minute das Rinderhack. Rühren und wenden, bis am Fleisch keine roten Stellen mehr zu sehen sind. Die Tomaten und den Wein zugeben und zum Kochen bringen. 20 Minuten köcheln lassen, bis die Sauce eingedickt ist. Petersilie und ggf. Sardellen zugeben, salzen und pfeffern.

Die Nudeln in leicht gesalzenem, kochendem Wasser, dem Öl zugesetzt ist, so eben bissfest kochen. Abgießen, abtropfen lassen, in eine Schüssel geben, die Sahne untermischen und beiseite stellen.

Für den Überzug Joghurt und Eier miteinander verschlagen, mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. 1 EL geriebenen Käse untermischen. Eine flache Auflaufform ausfetten. Die Hälfte der Nudeln einfüllen und von der Fleischsauce darüber geben. Die Lagen wiederholen, zuletzt den Überzug darüber streichen und mit dem restlichen Käse bestreuen. Im vorgeheizten Ofen bei 190°C 25 Minuten backen, bis der Überzug goldbraun ist. Mit Rosmarin garnieren und mit Salat servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

08.09.03 ziegler-arbez

Rindfleisch mit Quitten

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Rindfleisch, Schulter oder Keule gewürfelt

1.5 kg Quitte(n)

50 ml Wein, weiß

300 ml Rinderbrühe

1 m.-große Zwiebel(n)

- 1 Tomate(n), gehäutet und püriert
- 1 Stange/n Zimt
- 1 Lorbeerblatt
- 1 EL Zucker
- 1 Tasse/n Olivenöl
- 1 Zitrone(n), gepresst

Zubereitung

Öl heiß werden lassen, das Fleisch darin anbraten bis das Wasser verdunstet ist. Mit Weißwein ablöschen. Brühe dazu, Lorbeerblatt, Zimtstange und Zucker zufügen. Die feingehackte Zwiebel und Tomate zu dem Fleisch geben. Ca. 45 Min. köcheln lassen.

Währenddessen die Quitten schälen und wie Backkartoffeln in dicke Streifen schneiden. Wie Äpfel in Zitronenwasser legen, damit diese nicht Braun werden. Wenn das Fleisch fast gar ist, die Quitten dazu und ca. 15 bis 20 Min weitergaren.

Wird in Griechenland eigentlich nur mit Brot serviert.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
30.08.05 sumi1201

Zitronen - Sellerie 4 Ei

Gutes aus Griechenland

Zutaten für 4 Portionen

- 1 kg Knollensellerie
- 125 g Butter

250 ml Rinderbrühe, möglich selbst gekocht

- 1 Prise Meersalz
- 1 Prise Pfeffer, weiß aus der Mühle

4 Ei(er)

- 2 Zitrone(n), (Saft)

Zubereitung

Sellerieknolle putzen, schälen und in Streifen oder Würfel schneiden. In einer Kasserolle (möglichst schwer) die Butter zerlassen, geschnittene Sellerie darin hellgelb dünsten lassen. Brühe hinzugießen das Gemüse mit Salz und Pfeffer würzen und in der geschlossenen Kasserolle bei schwacher Hitze gar dünsten lassen. Etwas Biss muss das Ganze noch haben. Die Eier schaumig schlagen, Zitronensaft hinzufügen. Einige Löffel der heißen Gemüseflüssigkeit unter die Eiermasse geben. Die Kochplatte auf kleinste Stufe stellen und die Eiermasse unter ständigem Rühren zum Sel-

leriegemüse gießen. Weiter rühren, bis die Masse leicht stockt, Sofort vom Herd nehmen und servieren. Auf keinem Fall aufkochen.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
06.11.05 Goldmeisje

Irland FI

Italien FI

Bolognese Speziale

Originalrezept aus Italien

Zutaten für 2 Portionen

250 g Hackfleisch

1 Zwiebel(n)

1 Zehe/n Knoblauch

½ Chilischote(n), getrocknete, klein hacken

1 kl. Dose/n Tomate(n), geschälte (klein stampfen)

100 ml Wasser

2 kl. Dose/n Tomatenmark

Majoran

Oregano

Thymian

Paprikapulver, scharf

Salz

Zucker

Öl

Hackfleisch, (anbraten mit 2 EL Öl), Zwiebel, Knoblauchzehe, Chilischote(n)ebenfalls anbraten, Tomate(n), Wasser und Tomatenmark hinzufügen. Abschmecken und etwas einkochen lassen.

Dazu selbstverständlich Spaghetti!!!

TIPP:

Kochen (wenn auch etwas ungewöhnlich) in der Wok-Pfanne, weil man dort das Hackfleisch so gut beiseite schieben kann.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
03.06.05 ajnom

Fleischsauce aus Italien M

Liz' Ragù Bolognese

Zutaten für 6 Portionen

2 Karotte(n), klein geschnitten
2 Zwiebel(n), klein geschnitten
4 Stange/n Sellerie, klein geschnitten
6 Zehe/n Knoblauch, klein geschnitten

400 g Hackfleisch, vom Rind

300 g Hackfleisch, vom Schwein

300 g Hackfleisch, vom Kalb

300 ml Wein, rot, trocken

200 ml Sahne, süß

1 Stange/n Zimt

½ TL Nelke(n)

5 Lorbeerblätter

100 g Schinken (Pancetta), klein geschnitten

1 Liter Rinderbrühe

8 EL Tomatenmark

500 g Tomate(n), überbrüht, geschält und klein geschnitten

Salz

Pfeffer schwarz

½ Bund Petersilie, glatt

Olivenöl

Dünste das kleingeschnittene Gemüse in Olivenöl an, bis es weich ist. Dann gebe das Fleisch dazu und brate unter Rühren weiter an, bis das Fleisch die Farbe ändert. Gebe den Wein, die Sahne, alle Gewürze und den Pancetta dazu und lasse den Wein komplett in ca. 1,5 Stunden reduzieren. Gebe die Brühe, die Tomatenpaste und die Tomaten dazu. Salze und pfeffere nach Geschmack.

Lass es weiterhin für 2 Stunden simmern und gebe eine halbe Stunde vor Ende die gehackte Petersilie dazu.

Dazu passen gut Tagliatelle oder Bavette Nudeln.

Alternativen:

-statt Pancetta, Speck oder Bacon

-statt Sahne, Milch

-statt des Hackfleisches ein Stück frisches Rindfleisch sehr fein schneiden/hacken und dann das Ganze länger köcheln lassen

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

23.10.05 Liz-O

Gnocchi mit frisch - deftiger Tomaten

- Paprika Sauce

4 Portionen

600 g Gnocchi

400 g Tomate(n), geschälte aus der Dose (inkl. Saft)

500 g Paprikaschote(n), (rot und/oder gelb - entspricht 4 normalgroßen Schoten)

200 g Speck (Bauchspeck)

10 Zehe/n Knoblauch, (ca. 1 Knolle)

1 Zwiebel(n)

1 TL, gestr. Basilikum, getrocknet (oder 1 gestr. EL frischen, gehackten Basilikum)

etwas Oregano, getrocknet

3 EL Olivenöl

1 Msp. Cayennepfeffer

Zubereitung

Wer mag, kann bei diesem Gericht die Knoblauchmenge stark reduzieren, ich empfehle jedoch die von mir angegebene Rezeptur (die ich aus Italien mitgebracht habe) wenigstens einmal zu versuchen.

Die Paprikaschoten in den auf 200 Grad (Ober- und Unterhitze)vorgeheizten Backofen legen und ca. 20 Minuten schmoren lassen, bis die Haut deutlich braun wird (kann ruhig dunkler werden). Die Paprika werden weich und die Haut löst sich vom Fruchtfleisch. Die Paprikaschoten aus dem Ofen nehmen und die Haut so gründlich wie möglich abziehen. Strunk entfernen, die Paprika aufschneiden und alle Kerne und "Innereien" entfernen. Das übrig bleibende Fruchtfleisch in 1-3 cm breite Quadrate schneiden und zur Seite legen.

Die Zwiebel schälen und würfeln. Den Bauchspeck ebenfalls würfeln. 5 Knoblauchzehen mit einem scharfen Messer in ca. 1 mm starke Scheiben schneiden. Das Olivenöl in einen kleinen-mittelgroßen Topf geben, erhitzen (nicht zu heiß, wenn Olivenöl anfängt zu qualmen ist es überhitzt und gesundheitsschädlich) und die Zwiebelwürfel, Knoblauchscheiben und Speckwürfel anbraten.

Wenn die Zwiebeln nach einiger Zeit deutlich glasig sind, die Tomaten inkl. Saft in den Topf geben. Falls die Tomaten noch ganz sind, mit dem Kochlöffel grob in ca. 3 cm große Stücke zerdrücken (nicht pürieren!). Alle Paprikastücke dazugeben. Die restlichen 5 Knoblauchzehen mit einem scharfen Messer in 4 große Stücke pro Zehe schneiden und in die Sauce geben. Die Soße bei geringer - mittlerer Hitze köcheln lassen, bis die Soße dicker wird (ca. 20 Minuten). Regelmäßiges Umrühren nicht vergessen, nicht anbrennen lassen!

Den Basilikum und den Oregano an die Sauce geben. Die 1-3 Messerspitzen Cayenne-Pfeffer an die Sauce geben. Wer nichts falsch machen will, würzt nach Geschmack: immer eine Prise Pfeffer an die Sauce geben - kosten - nachwürzen. Schmeckt die Sauce schon im Mund scharf, ist die richtige Menge erreicht. Keine Angst, die Mischung mit den Gnocchi nimmt am Ende wieder etwas Schärfe. (Nur für den absoluten Notfall: Sollte die Sauce doch viel zu scharf werden, etwas süße Sahne zugeben).

Nudelwasser aufsetzen und die Gnocchi nach Packungsanleitung kochen. Kein Öl ins Nudelwasser geben und die Gnocchi am Ende nach dem Abgießen nicht abschrecken.

Die Gnocchi entweder auf einen Teller geben und die Soße darauf geben oder (die italienische Variante) die ganze Soße gleich mit den ganzen Nudeln vermischen und dann portionieren. Vor dem Servieren die Portion mit ca. 1-2 Esslöffel kaltem Olivenöl (nativ und kaltgepresst) übergießen und, wenn man will, fürs Auge mit 2 frischen Basilikumblättern garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

12.07.04 Leto

Gulasch aus Italien

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Rindfleisch

100 g Schinkenspeck

800 g Zwiebel(n)

400 g Tomate(n), stückige (Dose)

2 EL Tomatenmark

2 EL Paprikapulver

2 Zweig/e Rosmarin

2 Lorbeerblätter

400 ml Fleischbrühe

30 g Butter

1 Chilischote(n)

Zubereitung

Schinkenspeck und Zwiebeln sehr klein würfeln, in der Butter anbraten, das Fleisch in Würfel schneiden, zu den Zwiebeln geben, scharf anbraten, Tomatenmark und Paprikapulver dazu geben, mit anrösten, Brühe angießen, Lorbeerblätter und Rosmarin dazu, Tomaten dazu, mit Salz und Pfeffer würzen, Chilischoten dazu, alles etwa 1 1/2 Stunden zugedeckt köcheln lassen, gelegentlich umrühren.

Dazu passen Nudeln, Kartoffeln aber auch Klöße, viel Spaß beim Nachkochen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

06.02.05 Alicia-Michelle

27.05.2006 23:47 Kommentar von Korsar

Ja, erst das Fleisch, dann die Zwiebeln. Aber sonst, sehr lecker. Ich habe aber Schwein und Rind genommen.

Gruß, Der Korsar

Hühnchen - Bouillabaisse mit Pernod M

aus Ligurien (Italien)

Zutaten für 6 Portionen

2 Hähnchen, jeweils geachtelt

4 cl Pernod

4 große Zwiebel(n) (Gemüsezwiebeln)

750 g Kartoffeln

2 gr. Dose/n Tomate(n), italienische

250 g Tomate(n), frische

150 g Möhre(n)

150 g Sellerie

150 g Porree

2 Lorbeerblätter

0.3 Liter Wein, rot, trockener

0.3 Liter Gemüsebrühe, Instant

0.3 Liter Milch (Frischmilch)

Salz und Pfeffer

evtl. Petersilie, frische

viel Olivenöl

Knoblauch nach Geschmack

Zubereitung

Das Rezept stammt aus einem einsamen Lokal im Hinterland von Ligurien bei Imperia. Aus Ermanglung an frischen Fisch servierte der Wirt Hühnchen-Bouillabaisse. Das ist ein Eintopf mit Hühnchen, Pernod und vielen frischen Zutaten. Dabei wird zuerst die Suppe mit Baguette gegessen und danach das Hühnchen. Das Rezept ist ein Knaller, weil es Vergleichbares kaum gibt und kommt unglaublich gut bei den Gästen an. Allerdings muss man den Anisgeschmack von Pernod mögen. Ich hatte aber bisher noch keine Gäste, die sich nicht die Finger danach geleckt haben!

Außerdem ist, wie bei einem Eintopf üblich, alles vorzubereiten und die eigentliche Arbeit längst getan, wenn bereits Gäste da sind.

Am Vortag die beiden Hühnchen gut säubern, achteln, mäßig salzen und in einen sehr großen Bräter legen. Ich benutze dazu einen speziellen Tonbräter aus Italien mit einem Durchmesser von ca. 50 cm. Zwiebeln und Knoblauch schneiden und Pfeffer und reichlich Olivenöl und ca. 4-6 cl Pernod mischen. Über die Hähnchenteile gießen und vermengen, abgedeckt kalt wegstellen bis zum nächsten Tag.

Am nächsten Tag ca. 2 Std. vor dem Essensbeginn alle anderen Zutaten bereitstellen. Möhren, Sellerie, Lauch in Scheiben schneiden, Kartoffeln in Stücke schneiden Tomaten häuten und zerkleinern, Gemüsebrühe (aus Fertigwürfel) ansetzen.

Hähnchenteile aus dem Topf nehmen, Zwiebeln mit Sud separat stellen. Reichlich Olivenöl erhitzen und Hähnchenteile darin anbraten. Zwiebeln dazu geben und anbraten. Dosentomaten zerkleinern und dazugeben. Ebenso alles Gemüse, Kartoffeln, Lorbeerblätter. Zum Kochen bringen und dann Gemüsebrühe und Rotwein dazu geben. Ca. 30 Min. offen köcheln lassen. Dann soviel Milch bzw. weitere Gemüsebrühe dazu geben, dass jeder der am Essen Beteiligten einen leckeren Teller Suppe davon bekommt. Weiter offen köcheln lassen.

Nach ca. 60 Min. abschmecken, je nach Geschmack nochmals Pernod dazugeben, ebenso Salz und Pfeffer - mittelscharf ist genau richtig. Alles weiter leicht köcheln lassen. Nach ca. 90 Min. sollte alles gar sein bzw. die Kartoffeln probieren, ob diese gar sind. Wer zuviel Olivenöl nicht mag, kann während des köcheln problemlos am Rand Öl abschöpfen, da das Öl sich dort ansammelt.

Zum Schluss nicht mehr kochen lassen und je nach Geschmack mit Petersilie bestreuen und untermischen.

Im Topf servieren und viel Baguette und einen kräftigen Rotwein dazu reichen. Vorher ist ein kräftiger Salat mit Balsamico genau richtig. Das Gericht passt sowohl in den Sommer als auch in den Winter.

Das Rezept richtet sich primär an bereits kundige Köche, da die Zutaten alle mengenmäßig und im Verhältnis untereinander variabel sind. Probieren geht eben über studieren. pfiffig

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

28.05.06 klaro4

Kürbis-Tortellini aus Italien 4 Ei M

Cappellacci di Zucca

Zutaten für 4 Portionen

400 g Mehl

4 Ei(er)

½ Kürbis(se), klein und süß

300 g Parmesan

1 EL Zucker
1 Prise Salz
1 TL Muskat, gerieben
1 Zwiebel(n)
1 Möhre(n)
150 g Tomate(n), geschält

200 g Hackfleisch

Zubereitung

Für die Pasta:

Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde drücken, Eier hineinschlagen und langsam einarbeiten. Teig solange mit beiden Händen von außen nach innen durchkneten, bis er geschmeidig ist. Zu Stollen formen und in 3 cm dicke Scheiben schneiden.

Für die Füllung:

Kürbis würfeln und weich dämpfen oder braten. Mit Parmesan, Zucker, Salz und Muskatnuss pürieren.

Für die Bolognesensauce:

Zwiebel und Möhre hacken, 5 Minuten braten, Tomaten und Hackfleisch hinzugeben und 15 Minuten köcheln lassen.

Teig 2 mm dick ausrollen und in 7 cm breite Streifen schneiden; Streifen in Quadrate schneiden. Einen gehäuften Teelöffel Kürbismasse auf die Mitte der Quadrate geben, Quadrate zu Dreiecken falten, Kanten zusammendrücken. Um den Zeigefinger zu Cappellacci formen.

Pasta in Wasser kochen, bis sie nach oben steigt, dann noch 2-3 Minuten weiterkochen. Bolognesensauce hinzugeben und servieren. pfiffig

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

25.06.02 Bienlein

Pollo alla diavola con la noce Moscato

(Originales, altes Familienrezept aus Italien)

Zutaten für 4 Portionen

1 Huhn (Poulet) von 1,2 Kg
Salz
2 Muskat - Nüsse
1 Zitrone(n), den Saft
1 EL Olivenöl

Dieses Huhn besticht durch seine äußerst einfache Art des Würzens. Es schmeckt trotzdem überwältigend würzig und der Muskatgeschmack, der kein bisschen dominiert, gibt dem Ganzen das unvergleichliche Aroma. Ich verwende meist zwei normale Brathühner (frisch, nicht aus der Tiefkühltruhe), wobei ich die beiden Muskatnüsse nur etwa bis zur Hälfte abreibe, sodass ich im Prinzip nur 1 Nuss für 2 Hühner verwendet habe.

Die frische Poulet oder Brathähnchen waschen und mit einem scharfen Messer die Fettdrüse über der hinteren Öffnung entfernen. In der Rückenmitte der ganzen Länge nach aufschneiden. Mit der Brust nach oben offen auf ein Holzbrett legen und mit der Hand flach drücken, ohne das Poulet all zu stark zu verformen.

Auf eine Platte geben, sehr gut salzen und vollständig mit frisch geriebener Muskatnuss (kein fertiges Pulver) bestreuen. Mit dem Zitronensaft und dem Öl beträufeln. MINDESTENS 2 Stunden ziehen lassen, dabei von Zeit zu Zeit wenden.

Das so vorbereitete Huhn soll bei lebhaftem Feuer und unter häufigem Bepinseln mit der Marinade auf dem Holzkohlegrill gebraten werden. Wenn es sich um ein zartes Poulet handelt, wird es in 30 Minuten gar sein. Es muss allseits knusprig werden. Mein Göga ist ein wahrer Meister im Pouletgrillen, er kann abschätzen wie lange es braucht bis es durch ist. Für Neulinge empfehle ich, das Huhn lieber etwas länger auf dem Grill zu lassen und aufzupassen, dass es nicht zu früh schwarz wird. Leicht schwarze Stellen sind nicht problematisch, dadurch schmeckt das Poulet umso typischer italienisch.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
25.10.05 lone_bohne

Risotto mit Lammfilet M

Reis mit Lammfilet

Zutaten für 4 Portionen
250 g Reis (Risottoreis)
2 Stange/n Lauch
1 EL Butter
100 g Erbsen (TK)

500 ml Lammfond

200 ml Wein, weiß

4 Lammfilet

2 EL Olivenöl zum Braten

4 EL Parmesan, frisch gerieben

1 Bund Minze, frisch
Salz
Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

Lauch putzen und gründlich waschen. Das Weiße und das Hellgrüne des Lauchs voneinander trennen und getrennt in feine Streifen schneiden. Butter in einem flachen Topf oder einer großen Pfanne erhitzen. Die weißen Lauchblättchen darin anschwitzen, aber nicht bräunen. Reis hinzufügen und gut durchrühren. Mischung zuerst mit Weißwein ablöschen und dann allmählich mit dem Lammfond auffüllen. Wenn der Reis fast fertig ist, den grünen Lauch mit den aufgetauten Erbsen dazugeben und im Risotto mitgaren. Minze waschen und trocken schleudern. Minzeblätter abzupfen und in feine Streifen schneiden. Lammfilets waschen, von Sehnen und Fett befreien und mit Küchenpapier trocken tupfen. Filets etwa 5 Minuten in einer Pfanne in heißem Olivenöl braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Minze und Parmesan unter das Risotto heben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Risotto auf 4 tiefe Teller verteilen. Die heißen Lammfilets mit einem scharfen Messer in 3 cm lange Stücke schneiden und auf dem Risotto verteilen.

In Italien wird Risotto nur als Zwischengang serviert. Hierzulande gibt man eben etwas Lamm dazu und somit ist es auch ein Hauptgang.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
20.02.06 Soeren175

Salsa Bolognese M

Die echte Fleischsauce aus Italien

Zutaten für 4 Portionen

300 g Hackfleisch

80 g Butter

1 Zwiebel(n), gehackt

1 Möhre(n)

1 Stange/n Sellerie

100 g Speck

1 Glas Wein, weiß

1 Glas Fleischbrühe

1 große Tomate(n)

1 Spritzer Sahne

500 g Nudeln, Spaghetti

Salz
Pfeffer

Parmesan, frisch geriebenen

Zubereitung

Butter mit etwas Öl in einem Topf erhitzen. Sämtliches Gemüse und den Speck (gewürfelt) während 10 min dünsten. Wenn sich das Gemüse am Boden angelegt hat, Weißwein und Hackfleisch zugeben und weitere 10 Min. garen. Tomaten und Brühe zugeben. 2 Stunden auf kleinem Feuer mit offenem Deckel köcheln lassen. Mit Sahne, Pfeffer und Salz abschmecken. Zu Spaghetti mit Parmesan bestreut servieren.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
23.02.01

Lettland FI

haben sich der russischen Küchen angelehnt,
wird sich wohl erst in den nächsten Jahren, sich wieder auf ihre eigene Küche besinnen.

Litauen FI

Dzukischer Kugelis M

(Litauen)

Menge: 6

3 kg Kartoffeln
1/2 Tas. Buchweizengrütze

500 ml Milch

200 g Speck durchwachsen

1 mittl. Zwiebel

Salz
Pfeffer

Tunke

200 g Quark

200 g Sahne saure

Die geschälten Kartoffeln reiben und durch ein Tuch ausdrücken. Kartoffelsaft auffangen und Stärke absetzen lassen. Grütze vorkochen, aber Nicht ganz ausquellen lassen. Ausgepresste Kartoffeln mit der vorgekochten Grütze in eine Schüssel geben. (Wem der kräftige Geschmack des Buchweizens nicht zusagt, kann

auch Gerstengrütze verwenden.)

Abgesetzte Kartoffelstärke ebenfalls hinzufügen.

Milch aufkochen und mit der Kartoffelmasse gut durchmischen.

Speck in Scheiben schneiden, anbraten, feingehackte Zwiebeln glasig dünsten.

Speck und Zwiebeln etwas abkühlen lassen und zur Kartoffelmasse geben und alles miteinander verrühren. Masse salzen und pfeffern. Auflaufform ausfetten und Kartoffelmasse etwa 3 cm hoch einfüllen.

Bei ca. 200 Grad C etwa 1 Stunde backen. Der Kugelis sollte eine schöne, nicht allzu dunkle Kruste bekommen. Den Kugelis in rechteckige Stücke schneiden und auftragen.

Tunke: Quark glattrühren, mit der Sahne vermengen und zum Auflauf reichen.

Tipp: Hervorragend schmeckt auch zu diesem Kartoffelgericht eine Speckstippe. In diesem Falle sollte dann aber ein hochprozentiges Lebenswässerchen das Essen abschließen.

Fleischpiroggen 2 Ei

Kolduny auf litauischer Art

6 Portionen

Füllung

250 g Ringslendchen fein gehackt

250 g Nierenfett vom Rind Sehnen u. Häute entfernt fein gehackt

Salz

Pfeffer

Majoran

1 Zwiebel

TEIG

250 g Mehl

2 Eier

1/4 c Wasser

1 Prise Salz

ZUM KOCHEN

Rindfleischbrühe

Fett und Lendchen gut vermischen. Diese Masse mit Salz, Pfeffer und Majoran abschmecken und zum Schluss eine vorher kurz in Brühe gekochte, zerquetschte Zwiebel zugeben.

Teig:

Aus Mehl, Eiern, lauwarmem Wasser und Salz den Teig für die Piroggen herstellen. Er ist gründlich durchzukneten, damit er elastisch und nicht zu hart wird.

Aus dem dünn ausgerollten Teig mit einem Weinglas Scheiben ausstechen, etwas Füllung draufgeben und die Ränder fest zusammendrücken, denn die Füllung quillt beim Kochen und sondert Saft ab.

Die Kolduny nun in kochende Rindfleischbrühe legen. Nach Zehn min Kochen steigen sie an die Oberfläche und sind fertig.

Angerichtet werden sie in der Brühe.

Die kleinen Kolduny werden ganz gegessen, damit kein Tröpfchen des aromatischen Safts verloren geht.

Gefüllte Kartoffelkugeln 4 Ei

aus Litauen

Zutaten für 3 Portionen

4 m.-große Kartoffeln, gekochte

7 Kartoffeln, rohe

Salz und Pfeffer

2 Ei(er)

Mehl, nach Bedarf

200 g Hackfleisch

1 Zwiebel(n)

1 Ei(er)

Salz und Pfeffer

200 g Pilze, gesalzene

1 Zwiebel(n)

1 Ei(er)

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Rohe Kartoffeln (ich nehme 8) schälen und fein reiben. In einem Durchschlag abtropfen lassen. Gekochte, zerquetschte Kartoffeln, Salz, Pfeffer und die leicht verschlagenen Eier dazugeben und vermischen. Nach Bedarf Mehl zugeben (ich nehme ca. 3 EL), so dass man aus der Masse Kugeln formen kann.

Füllung 1: Hackfleisch und Zwiebel anbraten, abschmecken, abkühlen lassen. Ei verschlagen und unterrühren.

Füllung 2: Pilze und Zwiebel anbraten, würzen, abkühlen lassen und das verklepperte Ei unterrühren.

Kartoffelähnliche "Kugeln" aus der Masse formen, jeweils eine Vertiefung hineindrücken und einen EL der Füllung hinein geben. Mit Kartoffelmasse verschließen.

In kochendem Wasser ca. 25 Min. kochen.

Bei mir gibt`s dazu einfach nur Pilzsahnesoße.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

23.01.05 Mausejulchen

Kalte litauische Suppe Ei M

(Chlodnik

250 ml Rote Rüben, gesäuerte Saft oder frische Gurkenlake

250 ml Saurer Sahne

500 ml Saurer Vollmilch

eventuell Buttermilch oder Joghurt

Salz

Puderzucker

1 Bund Dill feingehackt

1 Bund Schnittlauch feingeschnitten

1 TI Zwiebel zerrieben

1 Gurke gewürfelt

1 Bund Radieschen in Scheiben

Eier hartgekocht

Zum Verfeinern

Kalbsbraten

Krebsfleisch gekocht

Eine kalte, nicht gekochte Suppe - vitaminreich, angenehm säuerlich und erfrischend. Es gibt mehrere Arten von Chlodnik, denn die Zutaten können nach Belieben verwendet und dosiert werden. Hier sei ein erprobtes und allgemein verbreitetes, einfaches Rezept angeführt.

Gesäuerter Saft von roten Rüben (oder frische Gurkenlake) mit saurer Sahne und saurer Vollmilch (eventuell Buttermilch oder Joghurt) verquirlen. Wurde lediglich Gurkenlake verwendet, die Suppe mit dem Saft einer geriebenen und ausgepressten roten Rübe färben. Es können auch halb gesäuerter Rübensaft und halb Gurkenlake verwendet werden. In älteren Rezepten wird empfohlen, für die Suppe kalte Brühe zu verwenden, das ist jedoch nicht erforderlich. Den Chlodnik mit Salz und einer Prise Puderzucker abschmecken, er soll milde, jedoch entschieden säuerlich schmecken.

Nun Dill und Schnittlauch zugeben. Auch zerriebene Zwiebel ist angebracht. Vergessen werden darf aber auf keinen Fall eine in kleine Würfel geschnittene, geschälte Gurke. Empfehlenswert ist auch ein Bund in dünne Scheiben geschnittener Radieschen. Ist die Suppe jedoch ausschließlich mit Gurkenlake gesäuert, kann der Schnittlauch fortgelassen werden, die Dillmenge dagegen ist zu erhöhen.

Der Chlodnik muss zwei Stunden lang an einem kühlen Ort "reifen". Eine Stunde vor dem Anrichten sollte er ins unterste Kühlschranksfach gestellt werden.

Auf tiefe Teller werden gevierteilte hartgekochte Eier gegeben und mit der sehr kalten Suppe übergossen.

Verfeinert wird der Chlodnik durch die Zugabe von kaltem, in kleine Würfel geschnittenem Kalbsbraten. Die erlesenste, aber auch am schwierigsten aufzutreibende und dazu noch sehr teure Zugabe ist gekochtes Krebsfleisch. Man hat versucht, es durch Krevettenfleisch zu ersetzen, jedoch ohne Erfolg, denn Chlodnik litewski und Krevetten sind zwei verschiedene und (zumindest im Kochtopf) unvereinbare Dinge.

Für den letzten geschmacklichen Schliff ist - wie bei den meisten "mehrteiligen" Gerichten - der individuelle Geschmack entscheidend. Die einen mögen den Chlodnik stärker gesäuert, die anderen lieben ihn milde. Eines jedoch ist Gesetz: Chlodnik litewski muss wirklich kalt serviert werden.

Kartoffel-Ei-Auflauf 2 Ei

(Kugelis)

Zutaten

1 kg Festkochende Kartoffeln
1 TI Salz

2 sm Eier

2 EI Kartoffelstärke oder Mehl
1/2 TI Backpulver

2 EI Ausgelassenes Fett von Speckwürfeln

1 sm Geriebene Zwiebel
1/2 TI Kümmel, grob zerstoßen
1/4 TI Pfeffer
50 g Zerlassene Butter

Die geschälten und geriebenen Kartoffeln in einem Sieb mit dem Salz vermengen. 10 Minuten ziehen lassen, dann mit den Händen so viel Flüssigkeit wie möglich auspressen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Die Eier in einer großen Schüssel schlagen. Die Kartoffelstärke bzw. das Mehl und Backpulver darüber sieben und das ausgelassene Fett, die geriebene Zwiebel, den Kümmel und den Pfeffer einrühren. Die Kartoffeln zufügen und alles gut mischen. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Kartoffeln in eine eingefettete Auflaufform geben, die Oberfläche glatt streichen und die zerlassene Butter darübergießen. Die Kartoffeln 35 Minuten backen, dann die Temperatur auf 200 Grad erhöhen und in weiteren 20 Minuten goldbraun backen. Sofort servieren.

Litauische Klöße M

Zeppelins

Klöße

15 mittl. Kartoffeln roh
5 mittl. Kartoffeln gekocht
Salz

Füllung

500 g Schweinehack
1 mittl. Zwiebel

1/2 EI Schmalz
Pfeffer
Salz

Tunke

70 g Speck

1 mittl. Zwiebel

3 El Sahne sauer

Die rohen Kartoffeln schälen, reiben und durch ein Leinentuch ausdrücken. Die gekochten Kartoffeln zerdrücken und mit den geriebenen Kartoffeln vermengen. Salzen.

Füllung

Zwiebeln in Schmalz glasig dünsten, zum Hackfleisch geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Alles gut verkneten.

Klöße

Vom Kartoffelteig jeweils 70-80g abnehmen, mit der Handfläche Breitklopfen.

In die Mitte etwa einen Esslöffel der Füllung geben. Füllung mit dem Kartoffelteig sorgfältig umhüllen und einen länglichen, enteneigroßen Kloß formen.

Die so vorbereiteten Klöße legt man in leicht siedendes Wasser und kocht sie etwa 25 bis 30 Minuten. (Testkloß entnehmen!)

Klöße mit einer Schaumkelle entnehmen und in eine vorgewärmte Schüssel geben und mit der Tunke übergießen.

Tunke:

Speck auslassen und grob gehackte Zwiebel darin anrösten. Mit saurer Sahne verrühren.

Litauischer Bartsch M

500 g Schweinefleisch

2 Rote Beete, eingelegt

1 Bd. Petersilie

1 Möhre

6 Pfefferkörner

2 Lorbeerblätter

1/2 Pk. Sahne sauer

1 El Butter

1 El Mehl

3 l Wasser

Fleisch, Petersilie, Zwiebel zusammen mit dem Fleisch in kaltem Wasser aufsetzen und auf kleiner Flamme köcheln lassen. Nach 2 Stunden Pfefferkörner und Lorbeerblätter hinzufügen. Eine weitere 1/2 Stunde weiterköcheln lassen.

Gelegentlich Schaum abschöpfen.

Suppe salzen.

Fleisch herausnehmen und Brühe durchsieben.

Die gesäuerten (eingelegten) Rote Beete raffeln oder in Stifte schneiden.

Butter zerlassen und Mehl darin anschwitzen. Saure Sahne dazugeben.

Brühe angießen, Rote Beete hinzufügen.

Das Fleisch, wenn es nicht allzu trocken ist, mit Bratkartoffeln zur Suppe reichen.

Luxemburg FI

Nudelsalat Luxemburg Mayo M

Zutaten für 4 Portionen

125 g Nudeln (Hörnchen)

3 EL Joghurt oder saure Sahne

Saft (Mandarinensaft)

Salz

Pfeffer

1 Dose/n Champignons

2 Äpfel, grün, säuerlich

100 g Fleischwurst

3 Gewürzgurke(n)

1 Dose/n Mandarine(n)

125 g Mayonnaise

Die Nudeln in Salzwasser kochen und abkühlen lassen.

Joghurt oder saure Sahne mit der Mayonnaise und dem Mandarinensaft (Menge nach Belieben) vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Champignons, Äpfel, Fleischwurst, Gewürzgurken und die Mandarinen klein schneiden. Mit der Marinade vermischen und anschließend die Nudeln unterheben. Ziehen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

17.10.03 Sugar04

Rindfleischsalat aus Luxemburg 2 Ei M

Feierstengsalot

Zutaten für 4 Portionen

500 g Rindfleisch, gekochtes (z.B. Tafelspitz), vom Fett und Sehnen befreit, geschnitten

2 Zwiebel(n), gehackt

2 Ei(er), hartgekocht, geschnitten

1 kl. Glas Gewürzgurke(n), in Scheiben geschnitten

Salz

Pfeffer

Öl

1 EL Senf, (nach Bedarf mehr)

100 ml Rahm

Petersilie, frisch, nach Belieben

Schnittlauch, frisch, nach Belieben

Salz, Pfeffer, Essig, Rahm, Öl, sowie 1 EL Senf zu einem Salatdressing verrühren. Bitte nicht mit dem Würzen und dem Essig sparen!

Alles miteinander vermischen und einige Stunden ziehen lassen

Dazu passt Baguette oder Pellkartoffeln.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

22.01.05 FADI

Malta FI

Kaninchen in Tomaten - Rotweinsauce

(Maltesische Nationalspezialität)

Stuffat tal-Fenek (Originalname)

Zutaten für 2 Portionen

1 Kaninchen, (küchenfertig)

2 Zwiebel(n)

9 Zehe/n Knoblauch

500 ml Tomate(n), passierte

1 kl. Dose/n Tomate(n), geschälte

2 Karotte(n)

2 Kartoffeln

2 Lorbeerblätter

Salz und Pfeffer

Öl, zum Braten

1 TL Zimt

1 TL Gewürzmischung (Rabbit Seasoning, wenn nicht vorhanden weglassen)

1 Glas Wein, rot, (ca. 200 ml)

1 TL Zucker

1 Tasse/n Erbsen, (tiefgekühlt)

300 g Nudeln (Spaghetti)

Zubereitung

Das Kaninchen säubern und zerkleinern. Jedes Stück gut anbraten (ca. 15 min) und zur Seite stellen. Nun die Zwiebeln klein schneiden, 6 Knoblauchzehen pressen, zusammen anbraten und alles in einen großen Topf geben. Die passierten Tomaten und geschälte Tomaten hinzufügen und alles aufkochen lassen. Alle Kaninchenteile dazugeben, 5 min. köcheln lassen. Rotwein mit dem Zimt und dem Rabbit Seasoning mischen und zum Kaninchen geben sowie die Lorbeerblätter. Alles 1 Stunde köcheln lassen. Die Karotten putzen, Kartoffeln schälen und beides in kleine Stückchen schneiden, restlichen Knoblauchzehen pressen und alles zum Kaninchen geben. Nach 30 min. den Zucker hinzufügen sowie Salz und Pfeffer nach Geschmack. Nach 5 min. Erbsen hinzufügen und weitere 20 min. köcheln lassen. Spaghetti al dente kochen und abseien. Nun die Kaninchenteile in einer Schüssel platzieren und die Spaghetti mit der Sauce servieren. Fertig.

Tipps/Info:

1. Normalerweise kocht man den Kopf mit (wegen des Geschmacks), entsorgt ihn aber vor dem servieren.
2. Man kann auch 1 kleine Dose anstatt tiefgekühlter Erbsen hinzufügen, dann aber erst 10 min vor Kochende, da sie sonst matschig werden.
3. Wer Kaninchen gerne mag und zufällig nach Malta reist, sollte sich das Rabbit Seasoning im Supermarkt kaufen. Es lohnt sich ;)
4. Das Kaninchen sollte langsam köcheln, da der Geschmack intensiver wird.
5. Das Kaninchen kann für 3 Personen reichen, die Sauce für 4
6. Auf Malta werden meistens erst die Spaghetti mit der Kaninchensauce serviert und danach das Kaninchen, persönlich esse ich aber gerne das Kaninchen zu den Spaghetti.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

07.07.04 Malta1993

Niederlande FI

Holländische Erbsensuppe

300 g getrocknete grüne Erbsen

2 Schweinsfüße

1 TL Salz
3 Stangen Lauch
100 g Sellerieknolle
einige Zweige Selleriegrün
4 Kartoffeln

200 g Fleischwurst

Erbsen 12 Stunden mit kaltem Wasser bedeckt einweichen. Die Schweinsfüße waschen, zu den Erbsen geben, so viel Wasser zugießen, dass alles von Wasser bedeckt ist. Zum Kochen bringen, dann 3 Stunden auf 1 oder Automatik-Kochplatte 4 - 5 kochen lassen. (Im Schnellkochtopf verkürzt sich die Garzeit auf 60 Min.)

Lauch waschen, in Streifen schneiden. Sellerie und Kartoffeln schälen und klein würfeln, Selleriegrün waschen und abtropfen lassen. Das Gemüse unter die Suppe mischen und alles in weiteren 30 Min. (im Schnellkochtopf 10 Min.) garen. Die Kartoffelwürfel sollen fast zerfallen sein. 10 Min. vor Ende der Garzeit die Wurst in die Suppe geben. Die Schweinsfüße aus der Suppe nehmen, das Fleisch von den Knochen lösen und die heiße Wurst in Scheiben schneiden. Beides gesondert zur Suppe reichen oder Fleisch und Wurst würfeln und unter die Suppe mischen.

144 g Eiweiß, 126 g Fett, 238 g Kohlenhydrate, 11478 kJ, 2740 kcal.

Holländisches Reisfleisch M

300 g Schweinenacken

2 EI Öl
3 lg Zwiebeln
250 g Reis
1/2 TL scharfer Paprika
Salz
3/4 l Brühe
1 Paprikaschote, grün
1 Paprikaschote, gelb
4 Tomaten
1 kl. Dose Pfifferlinge

250 g mittelalter Gouda

Fleisch in 2 cm große Würfel schneiden. In heißem Öl auf 2 oder Automatik-Kochplatte 8 - 10 anbraten. Zwiebeln feinkwürfelig schneiden, zum Fleisch geben.

Reis, Paprika und Salz zufügen, kurz andünsten, dann mit der heißen Brühe ablöschen. Zum Kochen bringen und 15 Min. auf 1 oder Automatik-Kochplatte 4-5 langsam kochen lassen.

Paprika halbieren, Kerne entfernen, die Schoten in feine Streifen schneiden. Tomaten überbrühen, häuten, halbieren, die Kerne entfernen, in Achtel schneiden mit den abgetropften Pilzen und dem Paprika zum Reisfleisch geben. Weitere 8 - 10 Min. kochen lassen. Den Gouda in Würfel schneiden, untermischen und den Reis abschmecken.

136 g Eiweiß, 198 g Fett, 215 g Kohlenhydrate, 14748 kJ, 3518 kcal.

Zubereitungszeit 45 Minuten

Kartoffel - Apfel Berg mit Kotelette und Würstchen

Heete Blikken aus Holland

Zutaten für 4 Portionen

800 g Kartoffeln

800 g Äpfel, saure

40 g Margarine

1 TL Zucker

1 Salz

¼ Liter Wasser

3 Zwiebel(n), (120g)

40 g Schweineschmalz

4 Schweinekotelett

4 Bratwurst

Zubereitung

Kartoffeln und Äpfel waschen und schälen. Äpfel halbieren und entkernen. Beides in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Margarine in einem Topf erhitzen. Kartoffeln hineingeben. Mit Zucker und Salz bestreuen. Wasser dazugießen. 25 Min. bei geschlossenem Topf dämpfen. Nach 15 Min. die Äpfel dazugeben.

Zwiebeln schälen und in Scheiben schneiden. Im Schweineschmalz 10 Min. hellbraun anbraten. Warmstellen.

Kotelette wenig salzen, Würstchen und Kotelette in der Pfanne braun braten. Kartoffeln und Äpfel abschmecken und pyramidenförmig auf einer vorgewärmten Platte anrichten. Rundherum die Zwiebeln verteilen. Kotelette und Würstchen auf den Kartoffel-Apfel-Berg legen. Kräftig schwarzen Pfeffer aus der Mühle darüber mahlen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

26.07.04 belgrave

Käse-Crepes 2 Ei M

Teig

150 g Mehl

Salz

1/4 l Milch

2 Eier

3 Ei flüssige Butter

Tomatenmasse

50 g Frühstücksspeck

2 Zwiebeln

300 g Tomatenpüree

Salz

Zucker

Pfeffer

500 g Tomaten

1 Bund Basilikum

40 g Butterschmalz

Käsesoße

40 g Butter

40 g Mehl

1/4 l Brühe

Sonstige

Salz

Pfeffer

Muskat

150 g Goudakäse, gerieben

Aus den angegebenen Zutaten einen Pfannkuchenteig bereiten und 20 Minuten quellen lassen.

Speck und Zwiebeln in kleine Würfel schneiden. Speck auslassen Zwiebeln hinzufügen und glasig dünsten. Tomatenpüree dazugeben, ankochen und unter Rühren 10 Minuten fortkochen. Mit Salz, Zucker

und Pfeffer abschmecken.

Tomaten überbrühen, abziehen, entkernen und in Streifen schneiden, Basilikumblättchen abzupfen und beides hinzufügen.

Butterschmalz in einer kleinen Pfanne erhitzen und acht Crêpes darin backen. Crêpes mit der Tomatenmasse bestreichen, aufrollen und in eine gefettete Auflaufform legen.

Butter schmelzen, Mehl darin andünsten, Brühe angießen und aufkochen.

Soße mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken, 2/3 des Käses unterrühren. Käsesoße über die Crêpes gießen und restlichen Käse darüberstreuen. Form in den vorgeheizten Backofen setzen.

E: Mitte. T: 200°C / 25 bis 30 Minuten.

Scheveninger Käse Eier 4 Ei M

12 dünne Scheiben durchwachsener geräucherter Speck

4 dicke Scheiben junger Gouda

4 Eier

200 g Sahne

Salz

Pfeffer

1 Bund Schnittlauch

Speckscheiben auf den Boden einer flachen Auflaufform legen, und darauf die Käsescheiben. Eier aufschlagen und nebeneinander auf den Käse gleiten lassen. Sahne mit Salz und Pfeffer verquirlen, über die Eier gießen. Im Backofen garen, bis die Eier gestockt sind.

Schaltung:

200 - 220°, 2. Schiebeleiste v.u.

170 - 190°, Umluftbackofen

30 - 35 Minuten

Die Käse-Eier mit Schnittlauchröllchen bestreuen. Dazu schmecken Reis und ein Salat.

86 g Eiweiß, 198 g Fett, 17 g Kohlenhydrate, 9673 kJ, 2309 kcal.

Zubereitungszeit

40 Minuten

Norwegen FI

Lammbraten

Rezept aus Norwegen

Zutaten für 6 Portionen

2.5 kg Lammschlegel

Salz und Pfeffer aus der Mühle
4 Stiel/e Rosmarin, frisch oder 2 TL getrockneter
3 Knoblauchzehe(n)
1 Zwiebel(n)
3 Karotte(n)
1 Liter Wasser

Für die Sauce:

4 EL Mehl (in kaltem Wasser ausgerührt)
2 EL Wein, rot oder Johannisbeersaft
1 TL Sojasauce
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Lammschlegel mit Salz und Pfeffer gut einreiben. Knoblauch in kleine Stücke schneiden, kleine "Taschen" in das Fleisch schneiden und Knoblauch und Rosmarin hineinstecken (oder mit getrocknetem Rosmarin einreiben). Zwiebel in 4 Teile teilen, Karotten in kleine Stücke schneiden und in den Bräter legen, den Schlegel dazutun, ein Fleischthermometer einstecken und darauf achten, dass das Thermometer den Knochen nicht berührt. Das Wasser dazugießen.

Bei 125°C 2-3 Stunden braten, wenn das Thermometer 70°C zeigt, ist das Fleisch rosa, wenn es 76°C zeigt, ist der Braten "durch".

Braten herausnehmen, in Folie einpacken und 15 Minuten ruhen lassen, eher er geschnitten wird, während dessen die Sauce machen:

Bratfond ablösen, Mehl mit wenig Wasser verrühren und dazurühren, Rotwein und Sojasauce einrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Dazu passen Kartoffelecken, Kartoffelgratin, gebratene Champignons, Karotten etc..

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

27.12.06 karianne

Weihnachtliche Schweinerippen á la Norwegen

Julerippe med spro svor

Zutaten für 4 Portionen

2 kg Rippchen vom Schwein

2 TL Salz
½ TL Pfeffer
200 ml Wasser

Zubereitung

Die Knochen der Rippe durchtrennen, dann die Schwarte rautenförmig einschneiden. 1-2 Tage vor dem Zubereiten mit Salz und Pfeffer einreiben, darauf achten, dass auch genug in die Ritzen kommt. Dann mit Alufolie abdecken und kühl stellen.

Auf eine Fettpfanne legen, einen Teller unter die Rippe schieben, damit das Fett auslaufen kann. Dann 200 ml Wasser auf die Fettpfanne geben und diese mit Alufolie abdecken.

Den Ofen auf 230° C heizen und die Rippe in die Mitte des Ofens schieben. 45 Minuten braten und dann die Folie entfernen und die Temperatur auf 200° C runter setzen. Dann noch mal 1-1 1/2 Stunden bei dünner Rippe und 2-2 1/2 Stunden bei dicker Rippe weiter braten. Dann aus dem Ofen nehmen und 20 Minuten ruhen lassen.

Haaper det smaker bra!

Das ist ein Teil eines norwegischen Weihnachtsessens. Dazu reicht man Rotkohl, Sauerkraut, Apfelmus, Preiselbeerkompott.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

24.07.04 Monikah

Österreich FI

Krähen - Suppe

Spezialität aus Krähen, Elstern oder Eichelhähern (in Österreich jagdbares Wild)

Zutaten für 4 Portionen

2 Stück Wild (Krähen), küchenfertig

30 ml Öl

Pfeffer

Salz

Suppengrün

2 Zwiebel(n), ungeschält

1 Lorbeerblätter

1 EL Senfkörner

10 Körner Pfeffer, weiß

Sherry

30 g Möhre(n), in feine Streifen geschnitten

30 g Lauch, in feine Streifen geschnitten

30 g Sellerie, in feine Streifen geschnitten

Zubereitung

Brustfilets auslösen, in Streifen schneiden, pfeffern und salzen. Keulen abtrennen und halbieren. Sichtbares Fett entfernen. Knochen zerkleinern. Keulen und Knochen 2 Std. in Salzwasser wässern.

Auf ein Sieb geben und gut abtropfen lassen. In der Pfanne das Öl erhitzen, die Brustfiletstreifen ca. 3-4 Min. braten. Mit dem Schaumlöffel herausheben, auf Alufolie legen und einschlagen. Im gleichen Fett Knochen und Keulenstücke scharf anbraten. Bratensatz mit etwas Wasser lösen. Zusammen mit den Knochen in den Schnellkochtopf geben. Suppengrün, Zwiebeln und Gewürze zufügen und mit heißem Wasser bedecken. Bei Garstufe II 15 Min. kochen.

In Streifen geschnittenes Gemüse in kochendem Salzwasser kurz garen, herausnehmen und zur Seite stellen. Brühe durch ein mit einem Tuch ausgelegtes Haarsieb gießen, entfetten. Nochmals erwärmen. Mit Pfeffer, Salz und Sherry abschmecken. Brustfiletstreifen und das Gemüse hineingeben und servieren.

Tipp: Das Brustfleisch nur bei jungen Krähen so verwenden. Bei älteren Tieren empfiehlt es sich, die Vögel ganz zu kochen, das Fleisch von den Knochen abzulösen und erkaltet mit Ei und Sahne im Mixer zu pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen, Klößchen formen, separat in Wasser garen und als Suppeneinlage verwenden.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

22.04.02 Seide

Maronensuppe M

Zutaten für 5 Portionen

½ kg Marone(n)

100 g Zwiebel(n), gewürfelt

100 g Speck

150 g Schinken (Hirschschenken)

1 Liter Gemüsebrühe

200 ml Sahne

Nelke(n)

Lorbeerblätter

½ Stange/n Zimt

Zubereitung

Das Rezept stammt von einem Koch aus Kaprun (Österreich).

Die Maronen müssen zunächst gekocht werden, damit man die Kastanien besser schälen kann (10 min)

TIP: nicht alle Maronen gleichzeitig aus dem Wasser nehmen und abkühlen lassen, denn im abgekühlten Zustand lässt sich die Haut zwischen Schale und der Marone nicht mehr abziehen. Diese Arbeit ist der aufwendigste Teil, aber es lohnt sich.

Die Zwiebeln mit dem mageren Speck andünsten. Die geschälten Maronen kocht man ca. 30 min in einer Gemüsebrühe (1l), gibt eine halbe Zimtstange, Nelken Lorbeer und die gedünsteten Zwiebeln/Speck hinzu. Danach passiert man Maronen, Speck, Zwiebeln (natürlich haben wir zuvor die Zimtstange, die Nelken und Lorbeerblätter herausgenommen). Zum Eindicken geben wir die Sahne hinzu - falls einem die Suppe dann noch nicht sämig genug sein sollte, empfehlen wir eine Mehlschwitze. Kurz vor dem Servieren gibt man ein wenig in dünne Streifen geschnittenen Hirschschinken hinzu - wobei ich gestehen muss, dass es fast unmöglich ist einen solchen zu bekommen. Wildschweinschinken ist aber auch Spitze - er sollte halt etwas Saftig sein.

Die Suppe ist ein wahres Gedicht und war für mich die zweite sinnvolle Verwendungsmöglichkeit einer Kastanie. Wobei als Taschenwärmer - an einem kalten Wintertag - eine geröstet Marone auch etwas tolles ist.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

01.05.03 Tomperser

Schnelle Wirsing - Käsesauce zu Spaghetti M

Zutaten für 2 Portionen

1 Pck. Wirsing, TK (Kohl in Österreich)

150 g Blauschimmelkäse (Gorgonzola)

1 EL Crème fraiche

1 Zehe/n Knoblauch

Salz und Pfeffer, schwarzer

1 Prise Muskat

250 g Nudeln (Vollkorn - Spaghetti)

Zubereitung

(Vollkorn) Spaghetti in Salzwasser aufsetzen.

Währenddessen das Päckchen Tiefkühl Wirsing (in Österreich heißt es Kohl) in einem Topf auftauen lassen, Gorgonzola o. Blauschimmelkäse reinbröckeln (man kann auch Schmelzkäse nehmen), Crème fraiche einrühren, mit Salz Pfeffer und Muskat abschmecken, fertig.

Sollte, die Wirsingsauce zu fest geraten, mit etwas Wasser oder Gemüsebrühe verdünnen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
11.12.02 Tankerkönigin

Schnitzel nach Wiener Art 2 Ei

eingeknoferlt

Zutaten für 6 Portionen

6 Schweineschnitzel (Schopfschnitzel ohne Knochen)

4 Zehe/n Knoblauch

Salz

2 Ei(er)

5 EL Mehl

Semmelbrösel, (sehr fein gerieben)

½ Liter Fett zum Frittieren

Schnitzel mit zerdrücktem Knoblauch fest einreiben und einsalzen, am besten morgens, dann das Fleisch übereinander stapeln, leicht drücken, mit Folie abdecken und ca. 3 Stunden beizen lassen.

Dann durch Mehl, Eier (mit Salz u. einem Schuss Sodawasser absprudeln) und Bröseln (sehr feine, damit wird die Panier weicher u besser), und langsam rausbacken.

Dazu Salat nach Wunsch, bei uns in Österreich natürlich ein Erdäpfelsalat und Petersilienkartoffel oder Erbsenreis dazu servieren.

Ur lecker gschmackig!

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

29.06.05 linda33

Sterz / Polenta

Maismehl-Gericht aus der bäuerlichen Küche

Zutaten für 4 Portionen

500 g Maismehl

400 g Wasser

etwas Grieß, Weizengrieß

1 EL Öl (Oliven)

1 Becher Grieben

Zubereitung

Ähnliche Gerichte wie diese waren jahrhundertlang die tägliche Nahrung der ärmeren europäischen Bevölkerung: Grobes Mehl, mit Wasser zu ei-

nem Brei verkocht. Wer Glück hatte, konnte sich dazu ein wenig Gemüse oder etwas Schweinefett leisten. Vor dem Aufkommen von Maismehl ("Polenta", "Türkensterz") verwendete man Roggen, Gerste, Hafer, Weizen und andere Getreide.

Erklärung zu Grieben: Grammeln: Der Speck vom Schwein wird zerkleinert und erhitzt ("ausgelassen"), um das Schmalz zu gewinnen. Am Boden setzen sich dann die knusprigen Gewebereste ab, die Grammeln bzw. "Grieben". Diese schmecken toll, wenn man sie mit Salz und Pfeffer verfeinert.

Tipp meines Großvaters: Polenta und Sterz wird cremiger, wenn man etwas bis zu 1/5 des Maismehls durch Weizengrieß ersetzt oder etwas feines Polenta-Mehl dazu nimmt.

Italienische Polenta:

2 1/2 Teile gesalzenes Wasser zum Kochen bringen, ein wenig Olivenöl ins Wasser geben, 2 Teile grobes Polenta-Mehl hinzufügen, noch mal kräftig umrühren und warmstellen. Immer wieder umrühren, damit sich eine glatte, breiige Masse bildet.

Die Polenta kann man z.B. mit dem Schaber in eine gefettete Kuchenform drücken und bei Tisch aufschneiden. Diese Polentascheiben kann man auch z.B. in Butter anbraten und mit Käse servieren.

Steirischer Sterz:

2 1/2 Teile gesalzenes Wasser zum Kochen bringen, ein wenig Grammelschmalz (Österreich) bzw. Griebenschmalz (Bayern) ins Wasser geben. 2 Teile grobes Sterz-Mehl (ist ziemlich das gleiche wie Polenta-Mehl) ins kochende Wasser geben, noch mal kräftig umrühren und warmstellen. Nicht mehr umrühren, damit die Masse grobkörnig und bröckelig bleibt.

Vor dem Servieren Griebenschmalz in einer Pfanne erhitzen, bis die Grammeln knusprig werden. Vorsicht - wenn Grammeln zu heiß werden, können sie platzen, dann spritzt brandheißes Fett weg!

Sterz in einer Schüssel anrichten und mit Griebenschmalz übergießen. Am besten schmeckt Sterz mit viel Grieben und wenig Schmalz. Ist der Sterz bereits kalt, kann man Grieben in der Pfanne erwärmen, das flüssige Schmalz weggießen und den Sterz anbraten.

Alternative: Grammelschmalz ganz weglassen und Sterz in einer Schüssel mit Buttermilch oder Joghurt servieren. (Und mein Großvater frühstückt seit Jahren Milchkafee mit Sterz drin.)

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

09.11.01

Surbraten, Surschnitzel

Österreichische Spezialität

Zutaten für 6 Portionen

- 1 kg Schweinefleisch, im ganzen
- 2 Zwiebel(n), fein gehackt
- 10 Wacholderbeeren, im Mörser zerstoßen
- 2 Zehe/n Knoblauch, gepresst
- 1 Liter Wasser
- 2 EL Salz

Zubereitung

Reibe das ganze Bratenstück mit Zwiebel, Knoblauch und Wacholderbeeren rundum ein.

Koche das Wasser im Topf mit Salz zusammen auf, dann erkalten lassen. Fleisch mit Zwiebeln, Knoblauch und Wacholder in eine Backofenform geben. Leere das erkalte Salzwater darauf. Drücke das Fleisch mit schweren Gegenstand in der Form platt.

Lassen das Fleisch nun 3 Wochen in der Salzlake liegen. Drehe es während dieser Zeit ab und zu um!

Danach...

Nimm das Fleischstück aus der Lake, spüle es mit kaltem Wasser gut ab.

BACKROHR:

Backe es in einem gefetteten Bräter bei 200°C ca. 90 Min, bis es ein knuspriger Braten geworden. Fertig.

INFO: SURFLEISCH: Gepökelttes Schweinefleisch. (Durch Einsalzen haltbar gemacht). Es hat primär jedoch den Effekt, dass das Fleisch ein rötliches Aussehen bekommt und zudem sehr mürbe und weich am Teller mundet.

Variante: Schneide aus dem gesurrten Fleischstück Schnitzel, plattiere, würze mit Salz & Pfeffer und paniere diese. Backe jene in Butaris heraus. Auch eine Delikatesse in Österreich.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

20.10.04 www.kirchenweb.at/kochrezepte

Wiener Rahmbraten mit Pilzen M

Schmandbraten, Sauerrahmbraten, Sahnebraten, Österreich

Zutaten für 4 Portionen

- 1 kg Kalbsbraten (Nuss)
- 60 g Butterschmalz
- 4 Schalotte(n)
- ¼ Liter Wein, weiß, trocken (Riesling)

250 g Schmand

80 g Schinkenspeck

400 g Pilze, z.B. Pfifferlinge oder Champignons

Salz und Pfeffer

Petersilie, frisch gehackt

Das Fleisch mit Salz und Pfeffer einreiben.

40 g Butterschmalz in einem Schmortopf erhitzen und das Fleisch darin rundum scharf anbraten. Schalotten zufügen und kurz mitbraten. Riesling zugießen. Alles ca. 50 Min. schmoren.

Das Fleisch herausnehmen und warm stellen.

Schmand in den Bratenfond einrühren und mit Salz abschmecken.

Den klein gewürfelten Speck in einer Pfanne in 20g Butterschmalz anbraten. Die geputzten Pilze zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. In der Pfanne 15 Min. dünsten.

Den Kalbsbraten in Scheiben tranchieren und auf einer Platte anrichten.

Mit der Sauce begießen, die Pilze rundum an der Platte begeben und mit frisch gehackter Petersilie bestreuen.

Als Beilage reicht man Serviettenknödel oder Röstkartoffeln.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

09.03.06 hexe234

Zwiebelpfanne a la Österreich M

Zutaten für 4 Portionen

600 g Schweinefleisch (Nacktenkarbonade)

150 g Nudeln (Spiralnudeln)

4 große Zwiebel(n)

2 Stange/n Lauch

250 ml Brühe

100 ml süße Sahne

2 EL Öl

Salz und Pfeffer

1 Prise Paprikapulver, rosenscharf

Zubereitung

Die Nudeln kochen sie ca. 8 Minuten in Salzwasser nicht ganz gar. Dann geben sie sie in ein Sieb und schrecken sie unter fließend kaltem Wasser gründlich ab. Braten sie die Nudeln in heißer Butter unter mehrfachem Wenden an und stellen sie sie dann beiseite. Die gepellten und halbierten

Zwiebeln sowie das Hellgrüne und Weiße vom Lauch schneiden sie quer in Scheiben, die Nackenkarbonadeen gut in 2-cm-breite Streifen.

In einer Pfanne braten sie zuerst die Karbonadestreifen unter ständigen Wenden in heißem Öl knusprig braun. Dann reduzieren sie die Hitze, gießen das überschüssige Fett ab, fügen die Butter, die Zwiebel- und Lauchscheiben zu und schmoren unter ständigem Rühren weiter, bis die Zwiebeln leicht bräunen. Nun würzen sie mit Salz, Pfeffer und einer kleinen Prise Rosenpaprika und löschen mit der Brühe ab. Wenden sie alles ein paar Mal und lassen sie die Brühe ganz verkochen. Erst dann geben sie die Sahne dazu und lassen diese nochmals ein bisschen einkochen.

Mischen sie zum Schluss die gebratenen Nudeln darunter und erwärmen sie wieder.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

25.10.05 staldi

Polen FI

Polnisches Fleischgericht

Zutaten für 2 Portionen

1 Fleisch (Beinscheibe)

1 Zwiebel(n)

1 Bund Suppengrün

Mehl

250 ml Rinderbrühe

Salz

Pfeffer

Zubereitung

Beinscheibe und Suppengrün mit Wasser bedecken und ca. eine halbe Std. köcheln lassen. Wenn das Fleisch gar ist, rausnehmen und etwas abkühlen lassen. Dann das Fleisch abpulen, in etwas Butterschmalz anrösten, Mehl drüber streuen und mit der Brühe aufgießen. Mit Salz, Pfeffer und evtl. etwas Maggie würzen. Dazu am besten Kartoffeln servieren. Der Name kommt daher, dass das Rezept von meinem Ur-ur-Großvater aus Polen stammt!

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

15.04.03 cosmopolitan

Schmorkohl mit Schweinebraten und Kartoffeln M

Dieses Gericht stammt aus Ostpreußen und ist heute in Polen bekannt.

Zutaten für 2 Portionen

500 g Schweinefleisch (Schweinehals empfohlen)

700 g Weißkohl

300 g Kartoffeln

etwas Majoran, gerebelt

1 Becher Crème fraîche oder Schmand

1 m.-große Zwiebel(n)

1 m.-große Karotte(n)

etwas Saucenbinder für dunkle Soßen

etwas Petersilie

Salz und Pfeffer

etwas Butterschmalz

etwas Schweineschmalz

Zubereitung

Das Schweinefleisch in etwas Butterschmalz kräftig von allen Seiten anbraten. Nach dem Anbraten mit Salz, Pfeffer und Majoran einreiben. Den Braten in einen Römertopf geben, bis ein bisschen mehr zur Hälfte mit Wasser füllen. Die Zwiebel vierteln, die Karotte in ca. 4 Stücke schneiden und zugeben. Den Deckel auflegen und im vorgeheizten Backofen ca. 90 Min. garen. Währenddessen den Weißkohl schneiden, das Schweineschmalz in einem Edelstahltopf erhitzen. Den geschnittenen Weißkohl zugeben und ca. 1 Stunde garen. Dabei ständig rühren. Den Kohl warmstellen. Jetzt werden die Kartoffeln zubereitet. Die Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden, in leicht gesalzenem Wasser kochen. Das Wasser abschütten, die Kartoffeln mit etwas Petersilie würzen. Den Braten herausnehmen, in Scheiben schneiden. Den Fond durch ein Sieb in einen kleinen Topf geben und erhitzen. Die Crème fraîche (oder Schmand hinzufügen) Bei Bedarf die Soße mit etwas Soßenbinder für dunkle Soßen andicken. Das Fleisch auf eine Platte anrichten, den Kohl und die Kartoffeln in einer Schüssel anrichten. Die Soße in eine Saucierette geben und ebenfalls anrichten. Heiß servieren.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 40 Minuten

27.05.01 unbekannt

Portugal FI

Alse in Dachziegeln

Sável na Telha

Zutaten für 6 Portionen

2 kg Fisch (Alse)

Pfeffer, weißer oder Cayennepfeffer

Salz

3 Zwiebel(n)

1 EL Paprikapulver, edelsüß

1 Bund Petersilie

200 g Speck

2 EL Butter

2 EL Butter

1 Zitrone(n), Saft davon

Zubereitung

Die Fische säubern, waschen und gut abtrocknen. Mit etwas Pfeffer und Salz würzen.

In einem Mixer die in Stücke geschnittenen Zwiebeln mit Paprika, Petersilie und etwas Wasser pürieren. Die Fische innen und außen mit dieser Mischung einreiben.

Den Speck in nicht allzu dicke Scheiben schneiden. Eine feuerfeste Form mit der Hälfte der Speckscheiben auslegen. Die Fische darauf legen und mit den restlichen Speckscheiben belegen. Im vorgeheizten Ofen bei 220° goldbraun braten.

Butter zerlaufen lassen, mit Zitronensaft und etwas Salz würzen. Zum Fisch reichen.

Varianten:

Statt der Alse kann Dorsch oder Seehecht genommen werden.

Die Butter zusätzlich mit Kapern würzen.

In Portugal wird der Fisch zwischen zwei Dachziegeln direkt auf Holzkohle gebraten. Die Ziegel haben die Form eines Zylinders, der der Länge nach aufgeschnitten ist.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

20.11.06 Heimwerkerkönig

Chili - Zimt - Kaninchen

Zutaten für Portionen

1 Kaninchen, küchenfertig, ca. 1,5 kg

1 Stück Knollensellerie, ca.100 g

2 Möhre(n)

3 Chilischote(n), eingelegte rote

1 Lorbeerblatt

½ TL Zimt

½ TL Salz

Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

1 TL Oregano, getr.

¼ Liter Wein, rot, trockener

½ TL Wacholderbeeren

5 Gewürznelken

3 Knoblauchzehe(n)

2 kleine Zwiebel(n)

Olivenöl

Zubereitung

Kaninchen waschen, häuten, vom Fett befreien und zerlegen. Ich habe die Keulen u. Läufe vom Rückenteil getrennt und dann den Rest in kleine Portionen zerteilt.

Kaninchenteile in eine feuerfeste Form geben, mit Salz, Pfeffer und Zimt würzen. Mit dem Rotwein übergießen (ich war da etwas großzügig).

Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden, Wacholderbeeren, Nelken und Chili dazugeben und das ganze abgedeckt über Nacht im Kühlschrank marinieren.

Am nächsten Tag habe ich das Kaninchen vormittags schon 1 Stunde im Backofen bei 180 Grad mit Alufolie abgedeckt- geschmort und konnte es (aus Zeitgründen) aber erst am nächsten Abend zu Ende schmoren.

Dazu den Sellerie in hauchdünne Scheiben, die Möhren einmal halbieren, dann in Streifen schneiden, Zwiebeln in Viertel, den getrockneten Oregano (ich hatte ganze Zweige aus Portugal) auf dem Kaninchen verteilen und 1 Lorbeerblatt dazu geben. Nach Belieben kann man noch ein paar Tropfen gutes Olivenöl darüber träufeln. Das Kaninchen noch mal 1 Stunde abgedeckt im Backofen bei ca. 150 Grad zu Ende garen.

Die Kombination Chili-Zimt ist super lecker und das Kaninchen durch die, "unfreiwillige" Zeitverzögerung , butterzart geworden.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

11.07.06 gabriele46

Hähnchen in Tomatensauce M

Zutaten für 4 Portionen

1 Hähnchen (Brathähnchen)

2 Schalotte(n)
3 Zehe/n Knoblauch
250 g Champignons

1.5 Liter Hühnerbrühe

½ Liter Wein, weiß, trocken

250 ml Sahne

Öl (Olivenöl)
Butterschmalz
Salz
Pfeffer, schwarz gemahlen
Paprikapulver, edelsüß

Zubereitung

Hähnchen in vier Teile teilen und in einer Mischung aus Butterschmalz und Olivenöl anbraten, salzen und pfeffern. Gehackte Zwiebeln und Knoblauchzehen hinzugeben mit ½ l Hühnerbrühe begießen und schmoren lassen.

Inzwischen die Tomaten enthäuten und entkernen und in kleine Stücke schneiden. In etwas Öl anschwitzen, pfeffern, salzen und mit etwas Hühnerbrühe ablöschen. Masse kurz anpürieren und mit der restlichen Hühnerbrühe und dem Weißwein ablöschen, gut verrühren, dann das Ganze über die Hähnchenteile geben und weiter schmoren lassen. Die Champignons, wenn nötig, putzen und vierteln und in Butterschmalz kurz anbraten und zu dem Hähnchen geben, danach die Sahne zufügen, alles gut verrühren und aufkochen lassen. Mit süßem Paprika abschmecken.

Manche Leute geben noch fast gar gekochte Kartoffeln mit in den Topf und lassen sie am Ende noch mal kurz mitgaren. Dann sehr kräftig salzen.

Die Hähnchenteile rausfischen und auf gewärmten Tellern servieren. Als Beilage passen Bouillonkartoffeln oder Nudeln. Sauce gibt es genug.

Weinempfehlung:

Rosé aus der Provence oder auch ein nicht zu trockener Vino Verde aus Portugal

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 30 Minuten

17.05.02 Susa_

Hähnchen Piri Piri

Gegessen in Portugal / Algarve - einfach lecker

Zutaten für 4 Portionen

1/8 Liter Olivenöl
1 EL Paprikapulver, edelsüßes

3 Chilischote(n) (Piri), alternativ andere kleine Chilischoten
1 Hähnchen (ca. 1,2 kg) oder fertig zerlegte Hähnchenteile
1 kg Kartoffeln
Meersalz, grobes
Salz und Pfeffer
Petersilie, gehackte

Zubereitung

Für das Würzöl 6 EL vom Olivenöl, Paprikapulver und 1 TL Salz miteinander verrühren.

Piri Piri-Schoten (gibt es eingelegt im Supermarkt) bzw. andere Chilischoten putzen. Der Länge nach einritzen und die Kerne entfernen. Schoten waschen, trockentupfen, fein hacken und unter das Öl rühren.

Hähnchen waschen, trockentupfen und in 12-14 Stücke teilen: Flügel und Keulen abtrennen, Brust vom Rücken trennen und beides zerteilen (oder eben fertig zerteile Hähnchenteile oder nur Keulen kaufen). Teile der Haut nach oben auf die Fettpfanne legen und mit dem Würzöl bestreichen.

Hähnchenteile im heißen Backofen (Ober-/Unterhitze: 200°C, Umluft: 180°C, Gas: Stufe 3) ca. 30 bis 35 Minuten braten. Dabei von Zeit zu Zeit mit dem Würzöl bestreichen.

Inzwischen Kartoffeln schälen. Dann waschen und in grobe Spalten oder Stifte schneiden. Restliches Öl in einer großen, gusseisernen Pfanne erhitzen. Die Kartoffeln darin unter Wenden ca. 15 Minuten braten. Mit grobem Salz und Pfeffer würzen.

Mit den Hähnchenteilen anrichten und evtl. garnieren.

Dazu schmeckt Weißbrot und ein gemischter Salat.

Tipp: Man kann die einzelnen Hähnchenteile auch gut auf den Grill legen. So wurde uns das Essen damals am Strand zubereitet. Einfach lecker.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

24.01.07 Nicky0

Lammragout aus Portugal

Zutaten für 4 Portionen

800 g Lammfleisch, in mittelgroße Würfel geschnitten

100 g Zwiebel(n), (Gemüsezwiebeln)

100 g Paprikaschote(n)

100 g Zucchini

100 g Möhre(n), blanchierte

5 große Tomate(n), in mittelgroße Würfel geschnitten

5 Knoblauchzehe(n), in Scheiben

125 ml Wein, rot

125 ml Malzbier

500 ml Gemüsebrühe oder Fleischbrühe

Salz und Pfeffer

1 kl. Dose/n Tomatenmark

1 EL Rohrzucker

Koriander

Kurkuma

Thymian

Paprikapulver

Zubereitung

Das Lammfleisch mit etwas Öl in einem ausreichend großen Topf scharf anbraten, mit Koriander, Kurkuma, Thymian, Pfeffer und Paprika würzen, Tomatenmark hinzugeben und nochmals gut durchschmoren.

Mit der Hälfte des Rotweins ablöschen und kochen lassen, bis das Fleisch wieder anfängt zu schmoren (rösten). Mit der anderen Hälfte des Rotweins wiederholen. Anschließend mit dem Malzbier ablöschen und bei kleiner Flamme kochen lassen.

Gleichzeitig in einem zweiten Topf das Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln glasig dünsten. Kurz, bevor die Zwiebeln anfangen, Farbe zu bekommen, mit dem Zucker bestreuen und bei kleiner Flamme weiterdünsten, bis die Zwiebeln sich zersetzen. Die Möhren und die Paprika sowie die Zucchini und die Tomaten je nach Garpunkt nach und nach hinzugeben und mitdünsten. Mit 1/3 der Brühe ablöschen und 5 Minuten kochen lassen. Danach das Gemüse zum Fleisch hinzugeben und mit dem Rest der Brühe auffüllen. Das Ganze bei mittlerer Hitze ca. 30 bis 45 Minuten je nach Gargrad des Fleisches weitergaren. Sollte die Brühe nicht kräftig genug sein, mit Salz und Pfeffer nachschmecken. Kurz vor Ende der Garzeit Knoblauchscheiben unterrühren.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

28.09.06 Heimwerkerkönig

Portugiesischer Rinderbraten mit Zimt

Zutaten für 4 Portionen

800 g Rinderbraten

4 TL Zimt

4 EL Essig (Obstessig)

4 Tasse/n Wasser

4 Knoblauchzehe(n)

4 m.-große Zwiebel(n)

4 Möhre(n)

4 TL Tomatenmark oder

8 EL Tomate(n), (Dose) wenn kein Tomatenmark da ist
8 Kartoffeln

Zubereitung

Wasser, Obstessig, Knoblauch und Zimt mischen, das Fleisch damit begießen und über Nacht im Kühlschrank stehen lassen.
Fleisch und Marinade in einen Kochtopf füllen und eine Stunde kochen; geviertelte Kartoffeln, Zwiebel, Möhre zufügen und weitere 30 Minuten kochen; Tomaten und Tomatenmark vermischen und in den Topf geben; nochmals aufkochen.

In Portugal gibt man noch 100 g in Scheiben geschnittene „Chouriço“-Wurst dazu, das ist hauchdünn geschnittene Zervelatwurst.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
28.12.06 Heimwerkerkönig

Rumänien FI

Bojarensuppe

Zutaten für 4 Portionen

400 g Rindfleisch, (Rinderkochfleisch), nicht zu fettes

Kräutersalz
100 g Möhre(n)
100 g Kohlrabi
200 g Sellerie
100 g Porree
100 g Zwiebel(n)
Öl (Olivenöl)
etwas Kräuterbutter
2 Liter Brühe
100 g Kartoffeln
1 Prise Muskat
Dill, gehackter
Suppengrün

Zubereitung

Das Fleisch waschen, mit kaltem Wasser und ein wenig grob geschnittenem Suppengrün ansetzen, etwas Salz hinzufügen und zu einer kräftigen Brühe kochen.

Das Fleisch herausnehmen, in Würfel schneiden (beim Fleisch sollte schon Knochen dran sein, natürlich, wie es bei Suppenfleisch ist, auch Fett, je-

doch nicht zu viel). Die Brühe durch ein Küchentuch seihen. Das Gemüse einschließlich der Zwiebel in Scheiben schneiden, man kann es auch würfeln, mit ein wenig Olivenöl, ein bisschen Kräuterbutter dazugeben, anschwitzen, ohne Farbe nehmen zu lassen, mit der Brühe auffüllen. In Scheiben geschnittene, bzw. auch die gewürfelte, Kartoffeln dazugeben (trägt auch ein wenig zur Bindung der Suppe bei), zum Schluss das gewürfelte Fleisch, nachwürzen und mit einer Prise Muskat abschmecken und mit frisch gehacktem Dill bestreuen und servieren.

Beim Nachwürzen, nehme ich immer ein Kräutersalz. Nach Geschmack damit würzen.

PS : Ein Bojar ist bzw. war ein Angehöriger des hohen Adels im zaristischen Russland und im alten Rumänien.

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

08.03.04 abillig1

Gefüllte Eier 6 Ei

6 Portionen

6 Eier (hartgekocht)

5 El Zitronensaft

3 El Olivenöl

Mineralwasser nach Bedarf (etwa 5 El)

Salz

125 g sehr gute Kalbsleberwurst

1 Frühlingszwiebel, feingehackt

1/2 Bund glatte Petersilie, feingehackt

1/2 Bund Dill, fein gehackt

Pfeffer aus der Mühle

6 schwarze Oliven ohne Stein

Eier pellen, halbieren, Eigelb vorsichtig herausdrücken, mit einer Gabel zerdrücken, mit Zitronensaft, Olivenöl und Mineralwasser tropfenweise zu einer dickflüssigen Sauce verrühren, die Sauce mit Salz würzen.

Kalbsleberwurst aus der Pelle lösen und mit einer Gabel zerdrücken, die Kräutermischung (etwas zum Garnieren zurückbehalten) gut untermischen. Mit Pfeffer und eventuell mit Salz würzen. Die Mischung in die Eihälften streichen. Die Eiersauce auf eine Platte gießen, die Eihälften mit der Schnittfläche nach unten hineinlegen, mit Olivenhälften garnieren. Mit den zurückbehaltenen Kräutern bestreuen.

Gefülltes Kraut 1 Ei M

Sarmale (Rumänien)

Zutaten für 6 Portionen

1 Weißkohl, sauer eingelegt

150 g Speck (Räucherspeck)

2 Lorbeerblatt

3 EL Tomatenmark

Für die Füllung:

1 Zwiebel(n)

2 Zehe/n Knoblauch

600 g Hackfleisch

1 Ei(er)

4 EL Reis

1 TL Paprikapulver

Salz und Pfeffer

Für die Sauce:

1 Zwiebel(n)

2 EL Mehl

2 EL Öl

1 TL Paprikapulver

125 ml saure Sahne

Zubereitung

Blätter vom Kohlkopf ablösen, dicken Blattrippen flach schneiden. Etwa 14-16 der größeren Blätter zum Füllen beiseite legen, die übrigen Blätter fein schneiden.

Für die Füllung Zwiebel fein hacken und in Öl rösten. Das Hackfleisch mit Ei, Reis, gerösteter Zwiebel, feingehacktem Knoblauch, Paprikapulver, Salz und Pfeffer mischen und auf den Krautblättern verteilen. Zuerst das Blatt aufrollen, dann seitlich einschlagen.

Das feingeschnittene Kraut auf den Boden des Topfes geben. Darüber die Krautrollen schichten. Räucherspeck, Tomatenmark und Lorbeerblatt zugeben. Mit heißem Wasser bedecken und 1,5 Stunden kochen lassen.

Feingehackte Zwiebel in Öl rösten, Mehl darübersteuben, kurz mitrösten und Paprikapulver zugeben. Mit Krautbrühe ablöschen, unter das Kraut mischen und noch einmal aufkochen lassen. Saure Sahne dazureichen.

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

05.04.06 gluci

18.04.2006 08:56Kommentar von Chocolat
Hilfreicher Kommentar:

habe gestern die "sarmale" gekocht und all meine Gäste waren begeistert!
Einfach das perfekte Rezept wenn man besuch bekommt. Habe schon ein paar mal versucht sarmale zu kochen, doch erst jetzt sind sie so richtig gelungen dank deines Rezepts! DANKE !

*** Als Beilage serviert man in Rumänien "Mamaliga"(Polentamaisbrei).
probiere es mal aus,
schmeckt lecker :-) !!!

Klausenburger

Eintopfgericht oder Auflauf aus Rumänien

Zutaten für 6 Portionen

500 g Hackfleisch, gemischt

1 große Zwiebel(n)

750 g Sauerkraut, mildes

300 g Reis oder 2 Kochbeutel

1 Zehe/n Knoblauch

Zubereitung

Zwiebel klein schneiden und in Öl glasig anbraten. Einen Esslöffel davon beiseite nehmen (man braucht sie erst später wieder). Anschließend das Hackfleisch dazugeben, leicht anbraten, salzen und pfeffern. Eine kleine zerdrückte Knoblauchzehe und eine Tasse Wasser dazugeben. Das Ganze nun 10 Min. dünsten lassen.

Den Reis (man kann auch zwei Kochbeutel nehmen) in kochendes Wasser geben und 5min(!!!!!) im Wasser quellen lassen (er soll NICHT weich werden), anschließend den Reis aus dem Wasser nehmen und leicht abkühlen lassen.

Eine längliche hohe Auflaufform mit Butter einstreichen und auf dem Boden die beiseite gelegten Zwiebeln verteilen. Eine 0,5 cm Lage Kraut, eine Lage Hackfleisch, eine Lage (oder ein Kochbeutel) Reis; eine Lage Kraut, wieder Hackfleisch, eine Lage Reis (oder den zweiten Kochbeutel)und ein letztes mal Kraut darüber geben.

Die Schüssel, in der das Hackfleisch gedünstet wurde mit einer Tasse Wasser ausspülen und dieses über die oberste Lage Kraut schütten.

Mit Alufolie abdecken und bei 200°C 25-30 min garen.

Wenn der Reis weich ist, dann ist der Auflauf fertig!

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

06.03.03 Sunny*

Rumänischer Bohneneintopf

200 g weiße Bohnen
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe

150 g durchwachsener Speck

Salz

1 El getrockneter Thymian, (evtl. mehr)
400 g grüne Bohnen
3 Zweige Bohnenkraut

1/4 l Rinderbrühe

1 Tl Zitronensaft
Pfeffer

Weißer Bohnen waschen und über Nacht in einem halben Liter Wasser einweichen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Speck in Würfel schneiden und in einem Topf auslassen. Zwiebel und Knoblauch hinzufügen und andünsten. Weiße Bohnen mit dem Einweichwasser zugeben, mit Salz und Thymian würzen und zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 90 Minuten garen. In der Zwischenzeit grüne Bohnen putzen und waschen. 15 Minuten vor Ende der Garzeit grüne Bohnen und Bohnenkraut zugeben sowie Brühe und Zitronensaft angießen. Erneut mit Salz, Pfeffer und Thymian abschmecken, in Tellern anrichten und nach Wunsch mit Porreestreifen bestreut servieren.

Rumänischer Hühnertopf

1 kg Brathähnchen

1 Zwiebel
250 g Karotten
150 g Sellerie

500 ml Hühnerbrühe

Salz

Pfeffer, schwarz, a.d.M.
225 g Erbsen, (Dose)
450 g Weiße Bohnen, (Dose)
2 El Mehl

Einen Tontopf 15 Minuten in kaltes Wasser legen.

Das Brathähnchen vierteln und in den Tontopf legen. Die Karotten und

den Sellerie putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden, die Zwiebel zerkleinern und alles zum Hähnchen in den Topf geben, mit Hühnerbrühe auffüllen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Tontopf zugedeckt in den kalten Ofen schieben und das Ganze bei 225 Grad etwa 60 Minuten garen.

Dann die Erbsen und die weißen Bohnen gut abtropfen lassen und ebenfalls in den Topf geben. Das Mehl in etwas kaltem Wasser anrühren und dazugeben. Das Ganze weitere 15 Minuten im Ofen garen lassen.

Saure Fleischlößchensuppe, Rumänien 2 Ei

Ciorba de Perisoare

Zutaten für 8 Portionen

500 g Hackfleisch, halb und halb

- 1 Scheibe/n Brot, grau oder weiß
- 2 EL Reis
- 2 Zwiebel(n), fein gehackt
- 4 Möhre(n), grob geraspelt
- 2 Wurzel/n Petersilie
- 2 Blätter Weißkohl

2 Ei(er)

- 1 Sellerie
- 3 Tomate(n), geschält
- ½ Paprikaschote(n)
- 2 Liter Wasser
- 500 ml Suppe (saure Krautsuppe)
- 1 EL Dill, gehackt
- 1 EL Petersilie, frisch gehackt

Zubereitung

Reis 30 Minuten in Wasser einweichen. Dann waschen, sieben und mit dem Brot, 2 Eiern und 1 Zwiebeln zu einer glatten Masse vermengen. Gut kneten, mit Salz und Pfeffer würzen und nussgroße Klößchen formen. Öl erhitzen. Darin die Möhren, die 2. Zwiebel und das restliche Gemüse, ebenfalls klein geschnitten, ca. 10 Minuten unter Rühren anbraten. Dann das kalte Wasser, Dill und Paprikapulver dazu. 1,5 Stunden schwach kochen lassen.

Danach die Klößchen in der Suppe einkochen, mit der Krautsuppe den Säuregrad einstellen und alles aufkochen. Eigelb mit etwas kaltem Wasser verquirlen, Creme fraîche dazu und in die Suppe geben. Gut umrühren. Vor dem Servieren noch die Petersilie dazugeben.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
25.10.05 hawekrauss

Schweden FI

Kohl - Pudding 1 Ei M

schwedische Variante der Kohlroulade

Zutaten für 4 Portionen

½ Liter Milchreis

1.5 kg Weißkohl

1.5 Liter Wasser, gesalzenes

25 ml Sirup

1 EL Soja

500 g Hackfleisch, gemischtes oder Rinderhack

½ EL Salz

1 großes Ei(er)

½ TL Thymian

30 ml Milch

Majoran od. Oregano

Zubereitung

Den Ofen auf 250° C vorheizen.

Den Kohl in Spalte teilen, den Stock wegschneiden und den Kohl in kleine Stücke schneiden. Das Wasser in einem großen Topf aufkochen, salzen, den Kohl hineinlegen und ca. 5 Minuten kochen lassen. Das Kochwasser wegschütten und den noch warmen Kohl mit Sirup und Soja vermischen. Das Hackfleisch zunächst mit Salz, anschließend mit dem Milchreis, Eiern, Pfeffer und klein gekrümelten Kräutern vermischen. Die Masse mit Milch versetzen, sodass es ein recht loser Hackbrei wird.

Die Hälfte des Kohls in eine Auflaufform geben. Den Hackbrei gleichmäßig darauf verteilen und mit der zweiten Hälfte Kohl anschließend bedecken. Die Form auf mittlerer Schiene in den vorgeheizten Ofen stellen, die Wärme auf 200° C senken und den Kohlpudding ca. 1 Stunde lang backen. Dazu passen hervorragend ganz schlicht und ergreifend gekochte Kartoffeln.

Noch ein paar Tipps am Rande:

Vom Soja, Sirup und den Kräutern kann man ruhig auch etwas mehr verwenden als angegeben.

Da in Schweden - wo das Rezept herkommt - alle Butter- und Margarine-sorten grundsätzlich gesalzen sind, hierzulande lieber etwas großzügiger als zu knapp mit dem Salz verfahren.

Bisweilen habe ich 2 kleine Eier statt eines großen genommen - geht auch ganz prima, das Hack wird dann bloß etwas fester beim Backen.

Kohlpudding lässt sich auch hervorragend einfrieren und im (Mikrowellen-)Ofen aufwärmen

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

13.06.03 Maria30

21.03.2004 12:37Kommentar von Eisbein

Das Rezept würde ich gern ausprobieren, aber:

- wie verstehe ich '1/2 Liter' Milchreis (fertig? salzig? süß? fest?)
- was für ein Sirup?
- Soja: Soße?

es gibt dich hoffentlich noch Maria30

Gruß, Eisbein.

04.08.2004 19:45Kommentar von Kunigunde125

@ Eisbein

Der Milchreis muss fertig sein. Die Schweden machen ihn normalerweise salzig. Sirup ist ein Produkt, was es nur in Schweden (vielleicht auch noch in anderen skandinavischen Ländern) in der Form existiert. Aber ich habe gehört, dass sich Zuckerrübensirup, Ahornsirup oder auch Honig auch dafür verwenden lassen. Letzteres wird dem Ganzen aber einen besonderen Geschmack geben und ist damit vielleicht weniger für Herzhaftes geeignet ??. Mit Soja ist natürlich Sojasauce gemeint.

Hoffe ich konnte dir weiterhelfen, wenn auch leicht verspätet.

LG

Kunigunde125

Köttbullar 1 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

400 g Hackfleisch, gemischtes

4 EL Semmelbrösel

1 EL Kartoffelmehl

½ TL Salz

1 Ei(er)

125 ml Milch

1 Zwiebel(n), feingehackt
Pfeffer

Zubereitung

Milch, Semmelbrösel und Kartoffelmehl vermischen und ca. 10 Min. stehen lassen. Dann Hackfleisch, Ei, Salz, Pfeffer und die Zwiebelwürfel zugeben. Alles gut vermischen (sollte die Masse zu trocken sein, noch einen Schuss Milch hinzugeben).

Mit befeuchteten Händen kleine Kugeln von 3-4 cm Durchmesser formen und in etwas Öl oder Margarine anbraten.

In Schweden wird dazu Kartoffelbrei mit Preiselbeergelee gereicht oder aber einfach Rote Beete Salat.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

16.05.06 pinkes_girl

Smörgastorta 3 Ei M

ein Rezept aus Schweden

Zutaten für 8 Portionen
12 Scheibe/n Toastbrot

250 g Quark, Magerstufe
350 g Mayonnaise

300 ml Schlagsahne

1 Dose/n Thunfisch

300 g Schinken, gekocht

500 g Krabben, geschält

3 Ei(er), hartgekocht

1 Bund Dill

Schlagsahne steif schlagen und danach mit dem Quark und der Mayonnaise vermengen. Diese Masse in drei Teile teilen. Einen Teil mit klein geschnittenen Thunfisch in einer Schüssel verrühren.

Den anderen Teil mit klein geschnittenem gekochten Schinken in einer Schüssel verrühren. Den 3. Teil benötigen wir zum Bestreichen. Eine Scheibe des Toastbrotes mit der Masse aus Teil 1 bestreichen, darauf eine Toastbrotscheibe legen und diese mit der Masse aus Teil 2 bestreichen, dann wieder eine Scheibe Toastbrot. Diese Torte wird nun mit dem 3. Teil

der Sahne bestrichen (auch an den Seiten). Diese wird nun in den Kühlschrank bis zum Servieren gestellt. Den 4. Punkt wiederholen wir, bis alle Toastbrotsscheiben aufgebraucht sind.

Kurz vor dem Servieren garnieren wir diese mit Krabben, dem gehackten Dill und die Viertel geschnittenen hartgekochten Eiern.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

09.10.01 Peter Anders

Slowenien FI

Spanien FI

Eintopf

Bohneneintopf, Asturische Art

Zutaten:

500 g getrocknete, große, weiße Bohnen

50 g Jamon Serrano, in Streifen geschnitten

200 g roher Speck oder Schweinebauch

1 Zwiebel, halbiert

6 Knoblauchzehen, halbiert

1 Lorbeerblatt

2 TL milder Paprika

1 Messerspitze reiner Safran

200 g Chorizo (Paprikawurst)

200 g geräucherte Blutwurst)

Salz, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Bohnen über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Abgießen und in einen großen Topf mit schwerem Boden geben. Jamon serrano, Speck oder Schweinebauch, Zwiebel, Knoblauch und Lorbeerblatt hinzufügen und mit reichlich kaltem Wasser aufgießen. Alles bei starker Hitze zum Kochen bringen, Temperatur reduzieren, den Topf bedecken und 2 1/2 Stunden unter gelegentlichem Umrühren köcheln lassen.

Nach einer Stunde Kochzeit Paprika und Safran unterrühren und die Würste dazugeben. Nach Ende der Garzeit sollten die Bohnen weich sein, aber nicht auseinanderfallen. Zwiebelstücke und Lorbeerblatt entfernen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Vor dem Servieren Würste und Speck in dicke Scheiben schneiden und auf die Bohnen legen.

Ergibt 4 Portionen

Eintopfgerichte

Bohneneintopf

Zutaten:

200 g getrocknete, große, weiße Bohnen

1 Zwiebel, gehackt

1 ganze Knoblauchknolle, gesäubert, jedoch nicht in Zehen zerteilt und geschält

2 El Schweineschmalz (oder ein Stück geräucherten Speck)

1 Lorbeerblatt

1 Tl scharfer Paprika (je nach Geschmack darf es auch mehr sein)

2 große, feste Kartoffeln, geschält, gewürfelt

100 g Rundkornreis

Salz

Zubereitung:

Die Bohnen über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Wasser abgießen und die Bohnen in einen großen, schweren Topf geben. Zwiebel, ungeschälte Knoblauchknolle, Schweineschmalz (oder Speck), Lorbeerblatt und scharfen Paprika dazugeben. Mit kaltem Wasser aufgießen, bis alles großzügig bedeckt ist. Bei starker Hitze zum Kochen bringen. Den Topf bedecken, die Hitze reduzieren und die Bohnen 1 1/4 Stunden köcheln lassen. Anschließend die Kartoffeln und den Reis zugeben, mit Salz abschmecken, den Topf wieder zudecken und nochmals 20 Minuten kochen. Nach Bedarf etwas mehr Wasser zugießen.

Vor dem Servieren Knoblauch und Lorbeerblatt entfernen.

Dieses Gericht wird auch als Beilage zu Schinken oder gebratenem Fleisch gereicht.

Ergibt 4 Portionen

Gemüse Eintopf, Navarrische Art

Dieses Gericht kann man auf verschiedene Arten zubereiten. Manchmal wird das Gemüse in Mehl gewendet und in Fett ausgebacken, bevor es mit den anderen Zutaten vermengt wird; in anderen Rezepten wird das Gemüse mit Weißwein, Zimt, Zitrone gewürzt und mit gekochten- oder pochierten Eiern garniert. Das folgende Rezept ist einfach zuzubereiten und kann als Appetitanreger oder Beilage zu einem Hauptgericht serviert werden.

Zutaten:

2 El Schweineschmalz

150 g jamon Serrano, in dünne Streifen geschnitten
6 Frühlingszwiebeln, in ca. 2,5 cm lange Stücke geschnitten
2 Knoblauchzehen, fein gehackt
150 g junge, dicke Bohnen
150 g junge Erbsen
2 Petersilienzweige

1/4 l Rinderbrühe

400 g kleine, neue Kartoffeln
4 gekochte Artischockenherzen (frisch, tiefgekühlt oder aus der Dose)
150 g junge, grüne Bohnen
12 Spargelspitzen
50 g gehackter grüner Salat oder Spinat
Salz

Zubereitung:

Das Schweineschmalz in einer gusseisernen Kasserolle erhitzen und den Schinken darin kurz anbraten. Zwiebelstücke und Knoblauch dazugeben und zwei Minuten mitbraten. Dicke Bohnen und Erbsen unterrühren und zwei Minuten mitdünsten. Die Petersilie und die Rinderbrühe dazugeben und die Zutaten bei starker Hitze zum Kochen bringen. Hitze reduzieren, die Kasserolle bedecken und das Gemüse 30 Min. lang köcheln lassen. Unterdessen die Kartoffeln unter kaltem Wasser abbürsten. Die Artischocken vierteln.

Nachdem das Gemüse 30 Min. geköchelt hat, die Kartoffeln, Artischocken, grünen Bohnen, Spargelspitzen und den gehackten grünen Salat oder Spinat dazugeben, mit Salz würzen und weitere 20 Min. köcheln lassen.

Vor dem Servieren die Petersilienzweige entfernen und das Gericht bei Bedarf mit Salz würzen. Heiß servieren.

Ergibt 4-6 Portionen

Lammeintopf a la Leonesa 2 Ei

Zutaten:

3 El Olivenöl

1 mittelgroße Zwiebel, gehackt

1 Knoblauchzehe, gehackt

500 g Lammshulter, in ca. 2,5 cm große Würfel geschnitten

250 g Kartoffeln, geschält und in Würfel geschnitten

150 g Möhren, in dünne Scheiben geschnitten

100 g grüne Bohnen, halbiert

100 grüne Erbsen (frisch oder tiefgekühlt)

1 El Semmelbrösel

400 ml Fleischbrühe

Salz, Pfeffer

2 hartgekochte Eier, in dünne Scheiben geschnitten (Garnitur)

4 gekochte Spargelstangen (Garnitur)

Zubereitung:

Das Olivenöl in einer großen Gusseisernen Kasserolle erhitzen und die Zwiebel und den Knoblauch darin glasig dünsten. Die Lammwürfel zugeben und von allen Seiten gut anbräunen. Kartoffeln, Mohrrüben, grüne Bohnen und Erbsen dazugeben und ein bis zwei Minuten mitbraten. Die Semmelbrösel darüber streuen und gut umrühren. Mit der Fleischbrühe ablöschen, und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zutaten zum Kochen bringen, Hitze reduzieren, den Topf bedecken und unter gelegentlichem Rühren 30 Minuten köcheln lassen.

Mit den Eischeiben und den Spargelstangen garnieren.

Heiß servieren.

Ergibt 4 Portionen

Schäfer Eintopf nach Art von la Mancha

Zutaten:

Eintopf:

1 Huhn (ca. 800 g) in 8 Stücke geschnitten

2 Rebhühner (je ca. 500 g), in Stücke geschnitten

Salz

5 El Olivenöl

100 g Rohschinken, in dünne Streifen geschnitten

1 große Zwiebel, grobgehackt

2-3 Knoblauchzehen, in dünne Scheiben geschnitten

2 Tomaten, geschält, entkernt, feingehackt

2 Lorbeerblätter

1/4 l Weißwein

1 l Rinder- oder Hühnerbrühe

je 1/2 TL Zimt, Rosmarin, Thymian

frisch gemahlener Pfeffer

Fladen:

400 g Mehl

1 TL Salz

200-250 ml Wasser

Zubereitung:

Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Für die Fladen das Mehl, Salz und Wasser in einer großen Schüssel vermischen und solange kneten, bis sich ein elastischer Teig ergibt. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche sehr dünn (ca. 1 mm) ausrollen. In 3-4 gleichgroße Stücke schneiden, auf leicht eingeölte Backbleche legen und in 20 Minuten knusprig backen. Die Fladen aus dem Ofen nehmen und zum Auskühlen beiseite stellen.

Die Hühner- und Rebhühnerstücke mit Salz einreiben. Olivenöl in einer großen, tiefen Bratpfanne oder einer gusseisernen Kasserolle erhitzen und die Geflügelteile darin von allen Seiten goldbraun anbraten. Schinken, Zwiebel und Knoblauch zugeben und zwei Minuten mitbraten. Dann die Tomaten und die Lorbeerblätter kurz anbraten und mit Wein und Brühe ablöschen. Mit Zimt, Rosmarin, Thymian und Pfeffer würzen. Zum Kochen bringen und zugedeckt bei niedriger Hitze 30 Minuten köcheln lassen. Einen oder zwei der Fladen in kleine Stücke brechen und in den Eintopf geben. Noch weitere 5-10 Minuten kochen lassen, bis die Fladenstücke aufgeweicht sind. Die restlichen Fladen separat zum Auftunken dazu reichen.

Heiß servieren.

Ergibt 6 Portionen

Schweineschulter mit Steckrübenkraut

Zutaten:

600 g gepökelte Schweineschulter (oder Schinken)
250 g Schweineohren und/oder -backen
1 Schweinefuß, halbiert
1 kg Steckrübenkraut (oder Grünkohl), grobgehackt
400 g Chorizo (Paprikawurst)
500 g festkochende Kartoffeln, geschält
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Das eingesalzene Fleisch 24 Stunden in kaltem Wasser ziehen lassen. Dabei das Wasser mehrere Male erneuern. Am nächsten Tag das Schweineohr, die Schweinebacken und den Fuß waschen und zusammen mit der Schweineschulter (oder dem Schinken) in einen großen Kochtopf geben. Mit kaltem Wasser aufgießen, zum Kochen bringen, den Topf zudecken und 1 -2 Stunden bei reduzierter Hitze köcheln lassen. Dabei den Schaum mehrere Male abschöpfen.

Das Steckrübenkraut (oder den Grünkohl) zwei Minuten in kochendem Wasser blanchieren. Dann gründlich abtropfen lassen und das Kraut in den Kochtopf zu dem Schweinefleisch geben. Bei Bedarf mit etwas Wasser zusätzlich aufgießen. Die Chorizo dazugeben, die Zutaten zum Kochen bringen und 15 Minuten bedeckt köcheln lassen. Die großen Kartoffeln vierteln, die kleineren ganz lassen und zu den anderen Zutaten geben. Abermals alles zum Kochen bringen, den Topf zudecken und weitere 30 Minuten kochen lassen. Abschmecken und bei Bedarf mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Mit einer Schaumkelle die Gemüse aus dem Topf heben und auf einer Servierplatte anrichten. Das Fleisch und die Wurst in mundgerechte Stücke schneiden und darüber legen. Heiß servieren.

Spanische Bauernsuppe

Zutaten (für 6-8 Personen)

250 gr. Rindfleisch

250 gr. Hammelfleisch

4 El. Speiseöl

1 Zwiebel

Salz, Pfeffer, Basilikum, Thymian

Saft einer ausgepressten Knoblauchzehe

2 L. Wasser

200 gr. Kartoffeln

200 gr. Möhren

2 Stangen Porree

300 gr. tiefgekühlte Erbsen

1 paar grobe Mettwurstchen

100 gr. rohen Schinken

Würfel Instant- Fleischbrühe
gehackte Petersilie

Zubereitung:

Das Fleisch klein schneiden und in heißem Öl anbraten. Die feingeschnittene Zwiebel mitdünsten. Mit Salz, Pfeffer, Thymian Basilikum würzen und mit dem Wasser ablöschen. Knoblauchsft und Instand- Fleischbrühe dazugeben. Aufkochen und ca. 30 Min. köcheln lassen. Dann die Kartoffeln und Möhren sowie den in Ringe geschnittenen Lauch zugeben und nochmals 30 Min. kochen lassen. 10 Min. vor Ende der Garzeit die Erbsen und zum Schluss die kleingeschnittenen Wurstchen und den Schinken in die Suppe geben. Mit viel Petersilie bestreuen und mit Bauernbrot servieren.

Weißkohlsuppe

Zutaten:

2 Tl Salz

1 kg Weißkohl

4 El Olivenöl

2 mittelgroße Zwiebeln, gehackt

2 Knoblauchzehen, in feine Scheiben geschnitten

50 g Paprikawurst in dünne Scheiben geschnitten

1 l Rinderbrühe

200 g mehliges Kartoffeln, geschält und kleingewürfelt

Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Wasser mit 2 Teelöffeln Salz in einem großen Topf zum Kochen bringen. Den Weißkohl vierteln und 5 Minuten im kochenden Wasser blanchieren, Wasser abgießen und den Weißkohl abtropfen lassen, den Strunk entfernen und die Blätter in dünne Streifen schneiden.

Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und damit Zwiebeln und Knoblauch weich braten. Chorizo und Weißkohlstreifen hinzufügen und kurz mitdämpfen. Rinderbrühe und Kartoffelwürfel dazugeben und mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Alles bei starker Temperatur zum Kochen bringen, dann Hitze reduzieren und 30 Minuten bedeckt kochen lassen.

Abschmecken und, wenn nötig, mit Salz und Pfeffer nachwürzen. Heiß servieren.

Ergibt 4 Portionen

Gemischt

Fleischtaschen 2 Ei M

Zutaten:

Teig:

200 g Mehl/glatt

Salz

150 g Quark

150 g Butter

1 Tl Zitronensaft

1 Ei zum Bestreichen

FÜLLE:

250 g Hackfleisch

1 Esslöffel Öl

1 Zwiebel/feingehackt

2 Zehen Knoblauch/zerdrückt

2 Tomaten/blanchiert/entkernt/gehackt

1 Peperoni/entkernt/feingehackt

1 Esslöffel Oliven/feingehackt

10 dag Champignons/blättrig geschnitten

1/8 l Weißwein

Salz

Pfeffer
Thymian
1 Ei/hartgekocht

Zubereitung:

Einen Quark-Mürbteig zubereiten, 20 Minuten rasten lassen. Fülle: Öl erhitzen, Hackfleisch darin anbraten, die übrigen Zutaten (Zwiebeln, Knoblauch, Tomaten, Pfefferoni, Oliven und Champignons) dazugeben, durchdünsten, mit Mehl stauben, mit Weißwein aufgießen, salzen, würzen, noch 10 Minuten dünsten, das gehackte Ei darunter mischen, auskühlen lassen. Den Teig messerrückendick ausrollen, 8 cm große Quadrate schneiden, in der Mitte mit Fülle belegen, die Ränder mit Ei bestreichen, zu einem Dreieck zusammenschlagen, auf ein Backblech legen, mit Ei bestreichen, goldbraun backen.

Paella

6 - 10 Ei Olivenöl
1 große rote Paprikaschote, geputzt und in Streifen geschnitten
1 Huhn, in Stücke geschnitten
400 g Schweinefleisch (Schweinerippchen in Stücke gehackt) oder Gulasch
400 g Kaninchen in Stücke gehackt (kann man auch weglassen und dafür vom anderen Fleisch mehr nehmen)
400 g grüne Bohnen putzen und in ca. 5 cm lange Stücke schneiden oder tiefgekühlt
200 g dicke weiße Bohnen tiefgefroren oder Getrocknete einen Tag wässern wenn man Artischocken dazunimmt, wird die Paella schwarz (gewollt)
2 - 6 Knoblauchzehen, grob gehackt (je nachdem, wie gerne man Knoblauch hat)
1 Ei gehackte Petersilie
200 g feingehacktes Tomatenfleisch oder ersatzweise 2 Ei Tomatenmark
400 g Rundkornreis
1 TL reiner Safran
1 l kochendes Wasser - besser Hühnerbrühe, leicht gesalzen
1 Zitrone, geviertelt
2 TL Meersalz

Das Olivenöl in einer Paellapfanne (oder einer großen Bratpfanne mit ca. 30 cm Durchmesser) erhitzen, das Salz hinzugeben (spritz dann nicht so) und die Paprikastreifen darin anbraten. Die Paprikastreifen wieder herausnehmen. Fleisch in die Pfanne geben und auf allen Seiten anbraten. Die Bohnen zufügen und mitbraten lassen.

Dann den Knoblauch, die Petersilie und die Tomaten unterrühren. Den Safran in der Brühe auflösen (geht auch ohne) und in die Pfanne gießen.

Alles gut vermengen und ca. 5 Min. garen. Nun den Reis dazugeben, alles gut vermischen, das Fleisch schön verteilen. Es muss nun so viel Flüssigkeit in der Pfanne sein, dass alles gut bedeckt ist. Nun darf nicht mehr umgerührt werden!!! Je nach Beschaffenheit des Reises nun noch 10 bis 20 Min. köcheln lassen. Nun die Paprikaschoten in Sternform oben auflegen und weitere 5 Min. garen. Die Pfanne vom Herd nehmen und 5 bis 20 Min ruhen lassen. Mit den Zitronenvierteln ausgarnieren (wird dann über die Paella geträufelt).

Wenn man gerne Langusten, Hummerkrabben oder Muscheln mag, kann man pro Person 2 Stück mit den Paprika anbraten, heraus nehmen und wieder mit den Paprikastreifen auflegen.

Hier auf dem Lande wird die Paella mit Weinbergsschnecken zubereitet.

Noch ein Tipp: Wenn man die Paella auf der Herdplatte zubereitet, ist es besser, man kocht den Reis vor. Da man nicht mehr rühren soll, bleibt er außen am Pfannenrand gerne hart, während innen alles matschig wird! Die Garzeit verringert sich dann.

Wenn man getrocknete Bohnen verwendet, den Reis erst reintun, wenn die schon so gut wie weich sind.

Im Grunde kann man jedes Gemüse nehmen. Die Menge des Gemüses kann variieren. Auch kann mehr Reis genommen werden, wenn gute Esser dabei sind. Die Spanier rechnen pro Person 100 g Reis. Ich nehme nur 50 bis 70 g.

Ergibt ca. 5 bis 7 Portionen

Pikante Fleischpastete 1 Ei

Zutaten:

15 g Hefe
1/10 l lauwarmes Wasser
200 g Mehl
2/10 l Wasser
1 TL Salz

250 g Schweineschmalz
300 g Mehl

Füllung:

4 El Olivenöl
2 Knoblauchzehen, gehackt
250 g Lammfleisch, in dünne Streifen geschnitten

100 g jamon Serrano, in dünne Streifen geschnitten
100 g Paprikawurstchen, gehäutet und fein gewürfelt
2 rote Paprikaschoten, abgezogen, entkernt, in dünne Streifen geschnitten
Salz, Pfeffer
1 Ei, verquirlt

Zubereitung:

Am Vortag in einer Schüssel die Hefe in 1/10 l lauwarmem Wasser auflösen. 200 g Mehl unterrühren und gut durchkneten. Mit einem feuchten Tuch bedeckt über Nacht bei Zimmertemperatur gehen lassen.

Am nächsten Tag 2/10 l Wasser mit dem Salz, dem Schweineschmalz und 300 g Mehl unter den Vorteig arbeiten und kneten, bis der Teig glatt und elastisch ist. Mit einem Tuch bedeckt an einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen.

Für die Füllung in einer Bratpfanne das Olivenöl erhitzen, den Knoblauch goldbraun braten und herausnehmen. Lammfleisch, jamon serrano und Chorizo im Öl anbräunen. Paprikastreifen dazugeben, leicht mit Salz und Pfeffer würzen und bei niedriger Hitze ca. 15 Minuten zugedeckt köcheln lassen. Vom Herd nehmen und auskühlen lassen.

Backofen auf 220 °C vorheizen. Den Teig halbieren und zwei dünne Rechtecke ausrollen. Den Teigboden auf ein gefettetes Backblech legen, mit der Füllung belegen (2-3 cm Rand frei lassen) und mit dem anderen Teigstück bedecken. Mit einer Gabel die Ränder festdrücken. Überstehenden Teig wegschneiden und nach Belieben Garnituren für die empanada ausschneiden. Die Pastete garnieren, mit Ei bestreichen und im vorgeheizten Ofen 30 Minuten backen. Nach Belieben heiß oder abgekühlt servieren.

Ergibt 8 Portionen als Vorspeise oder 4 Portionen als Hauptgericht

Schweineschulter mit Steckrübenkraut

Zutaten:

600 g gepökelte Schweineschulter (oder Schinken)
250 g Schweineohren und/oder -backen
1 Schweinefuß, halbiert
1 kg Steckrübenkraut (oder Grünkohl), grobgehackt

400 g Chorizo (Paprikawurst)
500 g festkochende Kartoffeln, geschält
Salz,

Pfeffer

Zubereitung:

Das eingesalzene Fleisch 24 Stunden in kaltem Wasser ziehen lassen. Dabei das Wasser mehrere Male erneuern. Am nächsten Tag das Schweineohr, die Schweinebacken und den Fuß waschen und zusammen mit der Schweineschulter (oder dem Schinken) in einen großen Kochtopf geben. Mit kaltem Wasser aufgießen, zum Kochen bringen, den Topf zudecken und 1 -2 Stunden bei reduzierter Hitze köcheln lassen. Dabei den Schaum mehrere Male abschöpfen.

Das Steckrübenkraut (oder den Grünkohl) zwei Minuten in kochendem Wasser blanchieren. Dann gründlich abtropfen lassen und das Kraut in den Kochtopf zu dem Schweinefleisch geben. Bei Bedarf mit etwas Wasser zusätzlich aufgießen. Die Chorizo dazugeben, die Zutaten zum Kochen bringen und 15 Minuten bedeckt köcheln lassen. Die großen Kartoffeln vierteln, die kleineren ganz lassen und zu den anderen Zutaten geben. Abermals alles zum Kochen bringen, den Topf zudecken und weitere 30 Minuten kochen lassen. Abschmecken und bei Bedarf mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Mit einer Schaumkelle die Gemüse aus dem Topf heben und auf einer Servierplatte anrichten. Das Fleisch und die Wurst in mundgerechte Stücke schneiden und darüber legen. Heiß servieren.

Ergibt 4 Portionen

Spaghetti mit Sahne Soße M

500 g. Spaghetti
2 El. Olivenöl

250 g. Chorizo, in Scheiben

1 Bund. Frühlingszwiebeln, in Röllchen
1- 2 Chilis, fein gehackt
2 - 3 Paprika, geröstet/in streifen
1bn.petersile,gehackt
4 - 5 Knoblauchzehen, fein gehackt

220 ml. Sahne

salz
Pfeffer
200 g. Schafkäse, gerieben
Spaghetti molto al dente kochen.

Olivenöl, in einer Pfanne erhitzen,
Chorizo darin, bei schwacher / mäßiger Hitze,
ca. 7-9 min. braten.
die nächsten 3 Zutaten dazu tun u.
2 min mit braten.
Knoblauch u. Petersilie zugeben, anbraten,
mit Sahne aufgießen und kurz auf kochen lassen.
Spaghetti gründlich abtropfen lassen,
in die Soße geben und 1 - 2 min, darin ziehen lassen.
mit Salz u. Pfeffer abschmecken.
mit Schafkäse bestreut servieren

Spanische Pizza M

17 Min.

Stehzeit: keine

Für 3-4 Personen

1 Hefeteig für Pizzas

Für den Belag

1 Dose Tomaten, abgetropft und gehackt (etwa 425 g)

1 Zwiebel, gehackt

1 El Tomatenmark

1 El Mehl

1 El getrockneter Oregano

Salz

Pfeffer

75 g Edamer, in Scheiben

100 g Salami oder Chorizo- Wurst ohne Pelle, in Scheiben

50 g gefüllte Oliven, in Scheiben

4 El geriebener Parmesan

1. Einen großen oder drei kleine Pizzaböden vorbacken. Tomaten, Zwiebel, Tomatenmark, Mehl, Oregano, Salz und Pfeffer mit einem Schneebesen verrühren und 5-6 Min. bei 100% garen, einmal umrühren.

2. Auf 50% herunterschalten und alles noch 6-8 Min. weitergaren, dabei zweimal umrühren. Die Masse bis auf einen 2 cm breiten Rand auf dem Boden verteilen.

3. Cheddar, Salami, Oliven und Parmesan darauf verteilen. Alles 3-4 Min. bei 100% fertig backen.

Spanische- Kräcker M

3 Min.

Stehzeit: keine

Ergibt 36 Stück

150 g gekochtes Hühnerfleisch, sehr fein gewürfelt

100 g gekochter Schinken, fein gehackt

100 g Käse, z. B. Gouda, gerieben

2 El gehackte Frühlingszwiebel oder Staudensellerie

10 Tropfen Tabasco

36 knusprige Kräcker

1. Die Zutaten für den Kräckerbelag gut mischen, vorsichtig mit Tabasco abschmecken und für 30 Min. in den Kühlschrank stellen.

2. Die Kräcker mit der Masse bestreichen. jeweils 12 Stück auf einem Teller mit Küchentrepp ausgelegten 1-2 Min. bei 100% erhitzen, bis der Käse schmilzt und die Kräcker heiß sind. Mit den übrigen Kräckern genauso verfahren. Warm servieren.

Spanischer Reis

Zutaten:

40 g Fett

2 Zwiebeln

375 g Hackfleisch

1 Paprikaschote

250 g Reis

1 Dose Tomaten

Salz.

Pfeffer

Paprika

Thymian

1 kl. Dose Pilze

1/4 Dose Erbsen

Zwiebeln schneiden, Paprika in Scheiben schneiden
Zwiebeln in Fett andünsten.
Hackfleisch zugeben und braun anbraten. Paprikaschote,
Reis, die Brühe und die Tomaten zugeben und würzen (Deckel aufsetzen)
nach der Garzeit von ca.15 bis 20 Minuten
Pilze und Erbsen zugeben

Spanisches Brot 1 Eigelb M

Für den Teig:

250 g Weizen-Vollkornmehl
250 g Weizenmehl
1 Päckchen Trocken-Backhefe
1 TI Zucker
2 TI Salz

etwa 250 ml lauwarme Milch

Für die Füllung:

500 g Hähnchenbrustfilet oder Putenschnitzel

25 g Margarine
1 kleine Zwiebel
1 kleine grüne Paprika
4 Tomaten (ersatzweise auch passierte Tomaten aus der Dose oder Tetra-Pack!)

100 g roher Schinken

Pfeffer, frisch gemahlen
Oregano
Majoran
Thymian
Knoblauchsatz

1 Eigelb

1 EI Milch

Mehl und Hefe mischen. Zucker, Salz und Milch hinzufügen. Alles zu einem glatten Teig verarbeiten, gehen lassen. Hähnchen oder Pute von beiden Seiten anbraten, etwas abkühlen lassen und klein würfeln. Zwiebel, Paprika und Schinken und evtl. auch Tomaten (falls frisch) klein würfeln. Zuerst die Zwiebel-, Paprika- und Schinkenwürfel in dem Bratfett gut andünsten, dann die Tomatenwürfel hinzufügen, so

lange mitdünsten lassen. bis keine Flüssigkeit mehr vorhanden ist. Kräftig würzen und das Fleisch zu dem Gemüse geben. Nochmals abschmecken und kalt stellen. Den gegangenen Teig mit Mehl bestäuben, durchkneten, zu einem Rechteck (40 x 32 cm) ausrollen. Die Füllung gleichmäßig darauf verteilen. Den Teig von der längeren Seite her aufrollen, auf ein gefettetes Backblech legen, nochmals gehen lassen. Eigelb und Milch verquirlen und die Rolle damit bestreichen.

Ober-/Unterhitze: 220-225 C
Heißluft: ca. 190 C
Backzeit: ca. 50-60 Minuten

Spiegeleier spanische Art 1 oder 2 Eier pro Person

Zutaten

Für 6 Personen:

1 oder 2 Eier pro Person
300 g Erbsen
3 Piquillo- Paprikaschoten
300 g Kartoffeln
1 große Zwiebel
1-2 Knoblauchzehen

6 Scheiben Teruel- Schinken

6 Scheiben Chorizo

1/2 kg frische Tomaten oder aus der Dose
kaltgepresstes Olivenöl
Salz

Die Kartoffeln in kleine Stücke schneiden, in einer Pfanne mit etwas Öl braten, herausnehmen und aufbewahren. Die Zwiebel und den Knoblauch klein hacken und in dem gleichen Öl schmoren. Die Tomaten dazugeben und 5 Minuten anbraten. Danach die Erbsen zufügen und 5 Minuten auf kleiner Flamme unter ständigem Umrühren mit einem Holzlöffel schmoren. Die kleingeschnittenen Piquillo- Paprikaschoten und die Bratkartoffeln zugeben, das Ganze vermischen und 10 Minuten auf kleiner Flamme kochen lassen. Etwas salzen und ab und zu umrühren.

Die Mischung in sechs kleine feuerfeste Schälchen verteilen und je 1-2 Eier zutun. Neben die Eier je eine Chorizoscheibe und eine Schinkenscheibe legen.

Danach ca. 5 Minuten in den vorgeheizten Backofen stellen (hohe Temperatur) bis die Eier stocken.

Tortillas mit Paprikagemüse M

Menge: 4 Port.

Je 2 rote und gelbe Paprikaschoten (700 g),

200 Gramm Schnittkäse mit Kümmel im Stück,

300 Gramm Gemischte Hackfleisch,

20 Gramm Butterschmalz,

3 Teel. Gewürzmischung für Tacos,

1 Dose/n Maiskörner,

3 Essl. Asia Chili-Sauce aus der Flasche,

Salz,

Sambal Oelek,

1 Pack. Tortilla-Fladen (8 Stück)

Backofen auf 250 Grad vorheizen. Paprikaschoten putzen, waschen, in Streifen schneiden. Käse grob raspeln. Hack im heißen Fett kräftig anbraten, dabei zerkrümeln. Würzen. Paprika zugeben, ca. 5 Min. dünsten.

Abgetropfte Maiskörner zufügen, abschmecken. 2/3 vom Käse unterheben.

Gemüse auf die Tortillafladen verteilen, aufrollen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, mit restlichem Käse bestreuen. Circa 5 Min. überbacken.

Hähnchen

Enchiladas Sauce - schnell, ohne Tomaten M

Zutaten:

3 El Öl

2 gr. gehackte Zwiebeln

3 Knoblauchzehen, zerdrückt

1 Tl getrockneter Oregano

1 Tl Kreuzkümmel

1/4 Tl Zimt

Salz,

Pfeffer,

Prise Zucker

2 Tl Mehl

5 El Chilipulver

1 l Hühnerbrühe (Fond, Instant oder selbstgekocht)

25 g Zartbitterschokolade, feinst gerieben

Zubereitung

Öl erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin bei kleiner Hitze weich dünsten, Gewürze zugeben und einige weitere Minuten unter Rühren dünsten. Mehl und Chilipulver auf die Zwiebelmasse geben und durchrühren, dann die Brühe angießen, dabei kräftigiterrühren. Soße bis zur gewünschten Konsistenz einkochen, zuletzt die Schokolade einrühren und schmelzen lassen.

Frikadellen 2 Ei

Zutaten für 4 Portionen:

1 altbackenes Brötchen
1 Zwiebel
10 gefüllte grüne Oliven

2 Eier

500 g gemischtes Hackfleisch

je 1 Messerspitze weißer Pfeffer und Knoblauchpulver
1 TL Salz
2 Ei Öl
1 Tomate

4 kaperngefüllte Sardellenringe

1/8l trockener Rotwein

2 Ei Tomatenmark
1 Tasse Curryketchup
1/2 TL getrockneter Oregano

Als Beilage empfiehlt sich Kartoffelpüree

Vorbereitung: Brötchen in kleine Stücke brechen, mit kaltem Wasser übergießen und etwa 15 Minuten einweichen. Zwiebel schälen und mit den Oliven klein würfeln. Brötchen ausdrücken und mit den Zwiebelwürfeln, den Oliven, den Eiern, dem Hackfleisch und den Gewürzen vermengen. Aus dem Fleischteig 4 gleich große Frikadellen formen. Tomate waschen, abtrocknen und in 4 dicke Scheiben schneiden.
Zubereitung: Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Und die Frikadellen von beiden Seiten braun anbraten, die Hitze zurückschalten und bei schwacher

Hitze in insgesamt 15 Minuten gar braten. Danach auf einer vorgewärmten Platte warm halten.

Tomatenscheiben in der Pfanne von beiden Seiten anbraten und mit den Sardellenringen auf die Frikadellen legen.

Bratenfond in der Pfanne mit dem Rotwein lösen. Tomatenmark mit dem Ketchup und dem Oregano verrühren, unter die Rotweinsauce mischen, alles einmal aufkochen lassen und noch einmal kräftig mit Salz und weißem Pfeffer abschmecken. Frikadellen mit der Sauce umgießen.

Geschmortes Hähnchen

Zutaten:

1 Brathuhn

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

rote Paprikaschote

2 Kartoffeln

250 g Tomaten

1 Lorbeerblatt

Salz

schwarzer Pfeffer

Curry

Paprikapulver

Olivenöl

Hähnchen zerlegen und mit Salz, Pfeffer, Curry und Paprikapulver einreiben.

Tomaten mit heißem Wasser überbrühen, enthäuten und in kleine Stücke schneiden.

Paprika waschen und in mundgerechte Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und grob hacken. Kartoffeln schälen und klein würfeln. Etwas Öl in einem Bräter erhitzen, darin die Fleischteile scharf anbraten, wieder herausnehmen und zur Seite legen.

Tomaten, Paprika, Zwiebeln, Knoblauch und Kartoffeln in den Topf geben, andünsten und mit Salz und Pfeffer würzen. Lorbeerblatt hinzufügen. Das Gemüse an den Rand des Topfes schieben, in die Mitte noch etwas Öl gießen und das Fleisch hineinlegen. Das Gericht zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 45 Min. garen.

Reichen Sie frisches Baguette dazu.

Hähnchenpfanne

Zutaten:

5 Hähnchenschlegel

1 Hähnchenbrust

1 gelbe Paprikaschote
400 g Zucchini
1 kg Tomaten
Salz, Pfeffer
6 El Olivenöl
2 El Mehl
15 Schalotten

200 g Serrano Schinken

1 Zweig Rosmarin
2 Zweige Thymian
2 Lorbeerblätter
1/4 l Weißwein
100 g grüne, mit Mandeln gefüllte Oliven

Zubereitung:

Hähnchen waschen, trocken tupfen, Brust vierteln, mit Salz und Pfeffer einreiben und in Mehl wenden.

4 El Öl in einem Bräter erhitzen, Fleisch anbraten, warm stellen. Paprika achteln, Zucchini in große Stücke schneiden. Tomaten überbrühen, häuten, vierteln und entkernen. Schalotten schälen, Schinken würfeln. Schalotten im restlichen Öl anbraten. Schinken, Gewürze, Lorbeerblätter dazugeben, 5 Min. braten.

Hähnchenteile wieder dazugeben, Wein angießen, im Ofen bei 200 10 Min. garen. Gemüse und Oliven dazugeben, weitere 30 Min. schmoren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Huhn in Ei-Mandelsauce 2 Eigelb

Zutaten:

4 El Olivenöl
1 großes Huhn oder eine Poularde (ca. 1,5 kg), in 8 Stücke geschnitten
1 Zwiebel, feingehackt
2 Knoblauchzehen, feingehackt
2 El gehackte Petersilie

1 Ei Mehl
200 ml Weißwein

200 ml Hühnerbrühe

1 Messerspitze gemahlene Muskatnuss
1 Messerspitze reines Safran
1 Lorbeerblatt
Salz, weißer Pfeffer
50 g Mandeln, blanchiert, gemahlen

2 hartgekochte Eidotter

Zubereitung:

Das Olivenöl in einer großen, gusseisernen Kasserolle erhitzen und die Hühnerstücke darin von allen Seiten goldbraun anbraten. Die Zwiebel, den Knoblauch und die Petersilie dazugeben und solange mitbraten lassen, bis die Zwiebeln weich sind. Das Mehl darüber stäuben und unter ständigem Umrühren kurz anbraten lassen. Mit Weißwein und Hühnerbrühe ablöschen und Muskat, Safran und Lorbeerblatt dazugeben. Gut umrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Kochen bringen, die Hitze reduzieren und das Gericht 30 Minuten köcheln lassen.

Die Hühnerstücke auf eine Platte geben und im Ofen warm halten. Die gemahlenden Mandeln und die Eidotter zusammen verdrücken. Die Sauce aus der Kasserolle durch ein Sieb in einen Topf passieren und die Mandelmischung unterrühren. Die Sauce unter ständigem Rühren zum Kochen bringen und kurz einkochen lassen. Abschmecken und bei Bedarf mit Salz und Pfeffer nachwürzen. Über die Hühnerstücke schöpfen und sofort servieren.

Ergibt 4 Portionen

Hähnchen an Zitronensoße

Zutaten für 4 Pers.:

4 Hühnerbrustfilets

1/4 l Weißwein

Saft einer Zitrone abgeriebene Schale von einer halben Zitrone

2 El Olivenöl

1 Knoblauchzehe

2 El Kapern

Salz () und Pfeffer

In einem Mörser die geschälte Knoblauchzehe mit dem ausgepressten Zitronensaft, der Zitronenschale, Salz und Pfeffer zerdrücken, mit dem Weißwein vermischen.

Hühnerbrust mit Salz und Pfeffer würzen, im heißen Olivenöl von beiden Seiten goldbraun braten. Den Mörserinhalt darüber gießen, bei wenig Hitze etwas reduzieren. Die Kapern in der Soße nur warm werden lassen. Hühnchen mit Zitronenscheiben anrichten.

Hühnerbrüstchen in Orangensauce

Zutaten:

2 große, saftige Orangen

4 Hühnerbrüstchen, ohne Knochen und Haut

Salz, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

3 El Olivenöl oder Butter

50-100 ml Hühnerbrühe

1 El gehackte, frische Minze

1 Prise Muskatnuss

4 kleine, frische Pfefferminzzweige als Garnitur

Zubereitung:

Die Schale einer halben Orange fein reiben. Beide Orangen schälen und das Fruchtfleisch hacken, den Saft auffangen. Das Fruchtfleisch, den Orangensaft und die geriebene Schale in eine kleine Schüssel geben und beiseite stellen.

Die Hühnerbrüstchen mit Salz und Pfeffer einreiben. Das Olivenöl oder die Butter in einer mittelgroßen Bratpfanne erhitzen und die Hühnerbrüstchen auf beiden Seiten bei mäßiger Hitze goldbraun braten. Mit einer Schaumkelle aus dem Öl fischen und warm halten.

Die Orangenmischung in das restliche Öl in der Pfanne gießen und bei mäßiger Hitze unter ständigem Rühren 10 Minuten kochen. Durch ein Sieb streichen, wieder in die Pfanne geben und mit Hühnerbrühe aufgießen. Die gehackte Minze unterrühren und mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen. Die Hühnerbrüstchen in die Sauce geben und bei mäßiger Hitze 5 Minuten auf jeder Seite dünsten lassen. Mit frischen Pfefferminzzweiglein garnieren und heiß servieren.

Ergibt 4 Portionen

Kalte Avocadosuppe M

Für 4 Pers.:

2 weiche Avocados
Saft einer halben Limette
1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe

1/2 l Hühnerbrühe

1 Becher Sauerrahm oder etwas Creme fraiche,

Olivenöl
Salz, weißer Pfeffer, Chili oder Cayenne,
1 Korianderzweig

Olivenöl nicht zu stark erhitzen, fein gehackte Zwiebel und Knoblauch darin andünsten, ohne dass sie Farbe nehmen. Mit der Hühnerbrühe ablöschen, 5 Min. kochen, dann vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Avocados halbieren. Eine Hälfte in Klarsichtfolie luftdicht einwickeln und beiseite legen. Die übrigen Hälften schälen und klein schneiden. Zur Brühe geben, mit dem Mixstab pürieren. Mit Limettensaft und Sauerrahm verrühren, abgedeckt eine Stunde kühl stellen. Suppe mit Chili oder Cayennepulver und frisch gemahlenem weißem Pfeffer pikant abschmecken. Restliche Avocadohälfte in Scheiben schneiden, Suppe mit Avocadoscheiben und Korianderblättchen anrichten.

Tipp: Diese raffinierte Vorspeise lässt sich gut vorbereiten.

Mandelhähnchen 2 Ei

Menge: 4 Port.

1 küchenfertiges Hähnchen (ca. 1,25 kg),
Salz,
weißer Pfeffer,
300 Gramm Zwiebeln,
2 Knoblauch,

200 Gramm roher Schinken,
4 Essl. Öl,
2 Essl. Mehl,
1/4 Liter trockener Weißwein,
2 Lorbeerblätter,
1 Msp. Safranpulver,

2 Eier,

40 Gramm Mandeln,
1 Bund Petersilie

Hähnchen waschen, trocken tupfen und in 8 Teile zerlegen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebeln und Knoblauch schälen und würfeln. Schinken in feine Streifen schneiden. Öl in einem Bräter erhitzen. Hähnchenteile darin rundherum anbraten. Hähnchen herausnehmen. Zwiebeln, Knoblauch und Schinken im Bratfett dünsten. Mehl darüber stäuben, anschwitzen und mit Wein und 1/8-1/4 l Wasser ablöschen. Alles unter Rühren aufkochen lassen. Die Hähnchenteile wieder in den Topf geben. Lorbeer und Safran zugeben. Zugedeckt ca. 45 Min. schmoren. Eier in 10 Min. hart kochen. Kalt abschrecken und schälen. Eigelb herauslösen und zerdrücken. Mandeln überbrühen und die Haut abziehen. Mandeln fein mahlen. Petersilie waschen und hacken. Hähnchenteile herausnehmen und warm stellen. Eigelb, Mandeln und Petersilie in die Soße einrühren. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Hähnchen mit Mandelsoße begießen. Dazu Salat und Reis oder Brot servieren.

Spanische Hühnerbrüste

Zutaten für 4 Personen:

4 Hühnerbrüste

5 Tomaten

1 kleine Zwiebel

1 gelber Paprika

250 g Champignons

16 Oliven

1-2 Zehen Knoblauch

1/8 l Rotwein

Salz,

Pfeffer

Paprikapulver

Olivenöl

Champignons putzen, blättrig schneiden. Paprika waschen, vom Kerngehäuse befreien, in feine Streifen schneiden. Zwiebel schälen und fein schneiden. Hühnerbrüste salzen, pfeffern, mit wenig Paprikapulver einreiben. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen, Hühnerbrüste rundum rasch anbraten. Danach wieder herausnehmen und warm stellen. Tomaten am Strunk kreuzweise einschneiden, für einige Sekunden in kochendes Wasser legen. Herausnehmen, mit kaltem Wasser abschrecken, Haut abschälen, Fruchtfleisch würfelig schneiden. Im Bratenrückstand der Hühnerbrüs-

te Zwiebel durchrösten. Danach blättrig geschnittene Champignons und die Paprikastreifen zugeben. Alles durchrösten lassen. Tomatenwürfel in die Pfanne geben. Mit Rotwein ablöschen. Oliven entkernen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Hühnerbrüste wieder in die Pfanne geben. Knoblauch schälen, pressen und begeben. Alles etwas dünsten lassen. Hühnerbrüste mit der Sauce auf Tellern anrichten.
Als Beilage passt Reis und ein Salat.
Getränk: Sekt

Spanischer Reissalat

Zutaten :

200 g Brühreis;
etwa 280 g Erbsen (aus der Dose);

1/2 gebratenes Hähnchen;

etwa 120 g Tomatenpaprika (aus dem Glas);
6-8 spanische Oliven (mit Paprika gefüllt);
2 El Olivenöl;
1 El Weinessig;
4 El Flüssigkeit von den Tomatenpaprika);
2-3 El Gemüsewasser von den Erbsen;
Salz;
Pfeffer;
Zucker;
Cayennepfeffer;
etwas getrockneter Estragon;
1 Liter Salzwasser.

Zubereitung :

Salzwasser zum Kochen bringen. Brühreis waschen, hineingeben, zum Kochen bringen, in etwa 20 Min. ausquellen lassen. Den garen Reis auf ein Sieb geben, mit kaltem Wasser übergießen, gut abtropfen lassen. Erbsen abtropfen lassen, das Gemüsewasser (2-3 El) auffangen. Hähnchen von den Knochen befreien, das Fleisch in Würfel schneiden. Tomatenpaprika abtropfen lassen, die Flüssigkeit (4 El) auffangen, die Tomatenpaprika in feine Streifen schneiden. Oliven in Scheiben schneiden. Für die Salatsauce Öl, Essig, Tomatenpaprikaflüssigkeit, Erbsenwasser verrühren, mit Salz, Pfeffer, Zucker und Cayennepfeffer abschmecken, nach Belieben etwas Estragon unterrühren. Mit den Salatzutaten vermengen, durchziehen lassen. den Salat evtl. noch einmal abschmecken.

Spanisches Hähnchen

Zutaten:

2 kleine Hähnchen

Salz

Pfeffer

Curry

Paprikapulver

4 Knoblauchzehen

4 Zwiebeln

4 Kartoffeln

1 rote Paprikaschote

500 g Tomaten

6 El Öl

Zubereitung:

Hähnchen abbrausen, trocken tupfen, in je 4 Teile zerlegen. Mit Salz, Pfeffer, Curry und Paprikapulver würzen. Knoblauch, Zwiebeln pellen, hacken. Kartoffeln schälen, waschen, würfeln. Paprika putzen, abbrausen, entkernen, grob würfeln. Tomaten von den Stielansätzen befreien, kreuzweise einschneiden, mit kochendem Wasser überbrühen und häuten. Das Fruchtfleisch würfeln. Die Hähnchenteile in 4 El Öl auf jeder Seite anbraten, herausnehmen und beiseite stellen. Gemüse im Bratfett andünsten, 2 El Öl zufügen. Würzen, an den Topfrand schieben. Hähnchenteile in die Mitte legen. Bei geschlossenem Deckel und mittlerer Hitze ca. 45 Minuten schmoren.

Spinat-Hähnchen-Omelett 3 Ei M

Zutaten für 2-3 Personen

500 g Spinat

200 g Hähnchenfilet

2 El. Olivenöl

Pfeffer

2 Knoblauchzehen

1 Zwiebel

500 g Möhren

3 Eier (Gr. M)

100 ml Milch

geriebene Muskatnuss

40 g Greyerzer-Käse

Zubereitung

1. Spinat in Salzwasser kurz blanchieren, abtropfen lassen. Das Filet in 1 Esslöffel Öl ca. 10 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen. Knoblauch und Zwiebel fein hacken. Möhren in dünne Scheiben hobeln.

2. Knoblauch und Zwiebel mit übrigem Öl im Bratfett andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. 100 ml Wasser zugießen. Ca. 5 Minuten dünsten.

3. Eier und Milch verquirlen. 1 Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Filet in Scheiben schneiden. Spinat mit den Möhren mischen. Filet darauf legen. Eiermilch gleichmäßig darüber verteilen. Mit geriebenem Käse bestreuen. Bei schwacher Hitze ca. 15 Minuten stocken lassen. Die letzten 5 Minuten zugedeckt garen.

Zubereitungszeit ca. 1 Stunde

Pro Portion ca. 380 kcal, E 32g, F 23g, KH 10 g

Kaninchen

Kaninchen

Zutaten für 4 Pers.:

4 große Kaninchenstücke

2 El Olivenöl

1 oder 2 zerdrückte Knoblauchzehen

2 mittlere fein geschnittene Zwiebeln

1 grüne und 1 rote Paprikaschote geputzt und in b Streifen geschnitten),

4 mittelgroße Tomaten , gehäutet, ohne Kerne und zerkleinert),

50 g Schinken , in kleine Würfel geschnitten),

1 TI Paprika, süß

1/2 getrocknete Chilischote, gehackt

5 El Brandy,

12 schwarze Oliven ohne Stein

Salz, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Kaninchenteile mit Salz und Pfeffer einreiben und in einer großen Pfanne in Olivenöl goldbraun braten. Knoblauch zugeben, alles zusammen ein paar Mal wenden und in eine braune Tonform mit Deckel füllen.

Nun Paprikaschoten und Zwiebeln zum Bratfett in die Pfanne geben (wenn nötig, noch etwas Öl zugießen) und auf kleinem Feuer braten; dabei häufig umrühren. Wenn dieses " weich ist, Tomaten, Schinken, Paprikapulver und Chili dazugeben Gut umrühren, Cognac und danach Oliven zufügen, etwa drei Minuten bei niedriger Hitze köcheln lassen, anschließend das Ganze zum Kaninchen in den Topf geben und gut umrühren.

5 El Wasser dazu, einen gut schließenden Deckel drauf und das Kaninchen gemächlich bei kleiner Hitze ungefähr 45 Min. schmoren lassen. Falls nötig, noch etwas Wasser nachgießen. Wenn das Fleisch weich ist, mit Salz und Pfeffer abschmecken und das Kaninchengericht im Tontopf servieren.

Kaninchen A la Rioja

Zutaten für sechs Portionen:

1 Kaninchen (2 bis 2,5 kg)

Salz, weißer Pfeffer,
5 El Olivenöl,
1 Zwiebel,
125 g Jamon Serrano

1/4 l Wildfond

350 ml Rioja Crianza

1 Zweig Rosmarin,
1 Knoblauchzehe
150 g Champignons
300 g Tomaten
50 g schwarze Oliven
25 g Mehl

Zubereitung:

Kaninchen in acht Stücke teilen, waschen, mit Küchentuch trocknen und mit Salz und Pfeffer würzen. In einem Schmortopf drei El Öl erhitzen, Kaninchen darin von allen Seiten anbraten. Zwiebeln schälen und würfeln, Speck ebenfalls in Würfel schneiden. Beides zum Fleisch geben und einige Minuten mitbraten. Mit Wildfond und Rotwein ablöschen. Rosmarinzweig und den geschälten, zerkleinerten Knoblauch dazugeben. Kaninchen zuge-

deckt etwa 40 Min. schmoren lassen. In der Zwischenzeit Champignons putzen und vierteln. In 2EL Öl kräftig anbraten. Tomaten kurz in kochendes Wasser tauchen, Haut abziehen, halbieren und Kerne entfernen. Fruchtfleisch in Stücke schneiden. Oliven waschen und abtropfen lassen. Fleisch aus dem Topf nehmen. Sauce mit Mehl binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Champignons, Tomaten, Oliven und Fleisch hineingeben und alles noch weitere fünf bis zehn Min. garen. Dazu schmeckt knuspriges Bauernbrot und ein Glas Rioja.

Kaninchen süß-sauer

Zutaten für 4 bis 6 Pers.:

1 Kaninchen von 1,8 kg (vom Metzger zerteilen lassen),

200 g geräucherten Speck

250 g Schalotten

3 Knoblauchzehen

1/2 l trockener Weißwein

100 g Rosinen

250 g getrocknete Pflaumen

2 Zweige Thymian

3 El Mehl

2 El Balsamessig

2 El Olivenöl

Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle eine Prise Zucker

Zubereitung:

Kaninchenteile kalt abspülen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer einreiben. Speck ohne Schwarte in Streifen schneiden. Schalotten und Knoblauch schälen.

Olivenöl in einem Bräter erhitzen, Kaninchenteile Portionsweise rundum goldbraun anbraten. Schalotten und Knoblauch zufügen und mitbraten. Mit Mehl bestäuben und mit Weißwein ablöschen. Den Thymian einlegen und das Kaninchen bei mittlerer Hitze zugedeckt 30 Min. schmoren.

Rosinen und Pflaumen dazugeben bei kleiner Hitze weitere 20 Min. garen. Soße mit Balsamessig, und einer Prise Zucker abschmecken.

Dazu schmecken Kartoffelplätzchen und ein kräftiger Weißwein aus Katalonien

Kaninchen-Gemüse-Spieß

Zutaten für 4 Pers.:

2 Kaninchenrücken

4 Kirschtomaten

1 kleine Zucchini

4 Champignons

2 geschälte Knoblauchzehen

100 ml Rotwein

100 g Speck

50 ml Essig

Szechuan-Pfeffer ersatzweise schwarzer Pfeffer),

Paprika, süß

Oliven

Salz Kräuter wie Rosmarin Thymian Petersilie , Salbei (salvia), Oregano

Lorbeerblatt Kurkuma

Zubereitung:

Vom Metzger aus dem Kaninchenrücken die zwei Filets auslösen lassen. Szechuan-Pfeffer, Paprika, Kurkuma und die vorher fein gehackten Kräuter miteinander vermischen.

Das Fleisch in der Mischung wenden und in einer Marinade aus Wein, Essig, Olivenöl und zerdrücktem Knoblauch 24 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

Kaninchenfilets abtropfen lassen, in Speckscheiben wickeln, dann in zwei Zentimeter dicke Stücke schneiden.

Das Gemüse waschen und putzen, gegebenenfalls zerkleinern. Salzen und abwechselnd mit dem Fleisch auf Spieße stecken Vorzugsweise auf dem Rost oder der typischen heißen Metallplatte, braten.

Paella

6 - 10 El Olivenöl

1 große rote Paprikaschote, geputzt und in Streifen geschnitten

1 Huhn, in Stücke geschnitten

400 g Schweinefleisch (Schweinerippchen in Stücke gehackt) oder Gulasch

400 g Kaninchen in Stücke gehackt (kann man auch weglassen und dafür vom anderen Fleisch mehr nehmen)
400 g grüne Bohnen putzen und in ca. 5 cm lange Stücke schneiden oder tiefgekühlt
200 g dicke weiße Bohnen tiefgefroren oder Getrocknete einen Tag wässern wenn man Artischocken dazunimmt, wird die Paella schwarz (gewollt)
2 - 6 Knoblauchzehen, grob gehackt (je nachdem, wie gerne man Knoblauch hat)
1 Ei gehackte Petersilie
200 g feingehacktes Tomatenfleisch oder ersatzweise 2 Ei Tomatenmark
400 g Rundkornreis
1 TL reiner Safran
1 l kochendes Wasser - besser Hühnerbrühe, leicht gesalzen
1 Zitrone, geviertelt
2 TL Meersalz

Das Olivenöl in einer Paellapfanne (oder einer großen Bratpfanne mit ca. 30 cm Durchmesser) erhitzen, das Salz hinzugeben (spritz dann nicht so) und die Paprikastreifen darin anbraten. Die Paprikastreifen wieder herausnehmen. Fleisch in die Pfanne geben und auf allen Seiten anbraten. Die Bohnen zufügen und mitbraten lassen.

Dann den Knoblauch, die Petersilie und die Tomaten unterrühren. Den Safran in der Brühe auflösen (geht auch ohne) und in die Pfanne gießen. Alles gut vermengen und ca. 5 Min. garen. Nun den Reis dazugeben, alles gut vermischen, das Fleisch schön verteilen. Es muss nun so viel Flüssigkeit in der Pfanne sein, dass alles gut bedeckt ist. Nun darf nicht mehr umgerührt werden!!! Je nach Beschaffenheit des Reises nun noch 10 bis 20 Min. köcheln lassen. Nun die Paprikaschoten in Sternform oben auflegen und weitere 5 Min. garen. Die Pfanne vom Herd nehmen und 5 bis 20 Min ruhen lassen. Mit den Zitronenvierteln ausgarnieren (wird dann über die Paella geträufelt).

Wenn man gerne Langusten, Hummerkrabben oder Muscheln mag, kann man pro Person 2 Stück mit den Paprika anbraten, heraus nehmen und wieder mit den Paprikastreifen auflegen.

Hier auf dem Lande wird die Paella mit Weinbergschnecken zubereitet.

Noch ein Tipp: Wenn man die Paella auf der Herdplatte zubereitet, ist es besser, man kocht den Reis vor. Da man nicht mehr rühren soll, bleibt er außen am Pfannenrand gerne hart, während innen alles matschig wird! Die Garzeit verringert sich dann.

Wenn man getrocknete Bohnen verwendet, den Reis erst reintun, wenn die schon so gut wie weich sind.

Im Grunde kann man jedes Gemüse nehmen. Die Menge des Gemüses kann variieren. Auch kann mehr Reis genommen werden, wenn gute Esser dabei sind. Die Spanier rechnen pro Person 100 g Reis. Ich nehme nur 50 bis 70 g.

Ergibt ca. 5 bis 7 Portionen

Spanisches Kaninchen

Zutaten :

1 Kaninchen (frisch schmeckt besser)

Salz,

weißer Pfeffer,

1 Gemüsezwiebel ,

4 Tomaten,

je 2 rote u. grüne Paprika,

6 El Olivenöl,

1 El Scharfer Paprikapulver,

100 ml Fleischbrühe (Instant, wenn nichts anderes da ist),

4 Scheiben Toast- o. Weißbrot,

2 Knoblauchzehen(kann auch mehr sein)

Kaninchen in 6 Teilen zerlegen o. zerlegen lassen

Zwiebel schälen, halbieren u. in feine Streifen schneiden

Tomaten abziehen(am besten mit heißen Wasser abbrühen) Stielansatz entfernen u. würfeln

Paprika waschen, viertel, in Streifen schneiden

2 El Öl in Schmortopf erhitzen u. Kaninchenteile bei mittlere Hitze rundum braun anbraten

Zwiebelscheiben u. Paprikapulver zugeben u. kurz mitbraten

die Hälfte Tomatenwürfel u. Paprikastreifen untermischen

Fleischbrühe zugießen u. den Bratensatz damit ablösen

alles einmal aufkochen lassen, zugedeckt bei schwache Hitze 45 Min. garen u. mit Salz u. Pfeffer abschmecken

Weißbrot (Toast) in 4 El Öl auf beiden Seite goldgelb braten

Knoblauch abziehen, zerdrücken u. mit den restlichen Tomatenwürfel mischen

Knoblauch-Tomatenmischung mit Salz u. Pfeffer würzen, auf die Brotscheiben verteilen u. zum Karnickel reichen

Zubereitung 1,5 Std

Thymian-Kaninchen

Zutaten für 4 bis 6 Pers.:

1 Kaninchen von 1,5 kg,
600 g kleine Bundmöhren
300 g kleine Schalotten
300 ml Rosado,
300 ml Geflügelfond , aus dem Glas, mit Umluft braucht man 600 ml),
70 ml Olivenöl
1 Bund Thymian Salz (), Pfeffer ,
3 bis 4 Lorbeerblätter 5 bis 6 Wacholderbeeren

Zubereitung:

Kaninchen in acht Teile schneiden: Vorder- und Hinterläufe abtrennen, Rücken in vier Stücke schneiden. Rückenteile, an denen die Bauchlappen hängen, mit Küchengarn zusammenbinden. Kaninchenteile mit Salz und Pfeffer würzen und in einen großen Bräter geben. Fleisch mit Olivenöl begießen und im vorgeheizten Ofen bei 200 (Gas Stufe 3, Umluft 180) auf der zweiten Einschubleiste von unten 1 1/2 Stunden offen braten.

In der Zwischenzeit Schalotten schälen die Bundmöhren putzen, dabei etwas von dem Grün stehen lassen. Schalotten, Möhren, Lorbeerblätter und Wacholderbeeren nach etwa 30 Min. Garzeit rund um das Fleisch legen. Fleischstücke und Gemüse alle 10 Min. bis zum Ende der Garzeit mit Wein und Geflügelfond begießen.

Die Thymianblätter abzupfen und zum Schluss über das Kaninchen streuen.

Dazu passen kleine Röstkartoffeln oder Weißbrot.
Lamm

Lamm

Gebratenes Lammfleisch mit Zitrone

Zutaten:

800 g Lammschulter
100 ml Olivenöl
2 mittelgroße Zwiebeln, gehackt
4 Knoblauchzehen, halbiert
20 grobzerstoßene schwarze Pfefferkörner, Salz
1 TL süßer Paprika

Saft einer Zitrone
2 El gehackte Petersilie

Zubereitung:

Das Lammfleisch in Würfel schneiden. Olivenöl in einer großen, schweren Bratpfanne erhitzen und das Fleisch darin auf allen Seiten anbraten. Sobald das Fleisch etwas gebräunt ist, Zwiebeln und Knoblauch hinzufügen und mitbraten. Salz, grobzerstoßene Pfefferkörner, Paprika, Zitronensaft und Petersilie unterrühren. Bei reduzierter Hitze 30 Minuten zugedeckt köcheln lassen. (Sollte sich das Gericht zu sehr einkochen, etwas Wasser zugeben.)

Heiß servieren.

Geschmortes Lamm mit Paprikaschoten

Zutaten:

750 g Lammschulter

2 El Schweineschmalz

100 g magerer Speck oder Schinken, in feine Streifen geschnitten
2 mittelgroße Zwiebeln, gehackt
3 rote Paprikaschoten, geschält, entkernt und der Länge nach in breite Streifen geschnitten
500 g Tomaten, geschält, entkernt, gehackt
1 El milder Paprika
Salz, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
1 Messerspitze reiner Safran (nach Wahl)
1 Lorbeerblatt
1-2 El Petersilie, gehackt (Garnitur)

Zubereitung:

Das Lamm in Würfel schneiden. Schweineschmalz in einer großen Gusseisenpfanne erhitzen und darin Speck oder Schinken gar, aber nicht kross braten. Das Lammfleisch hinzufügen und auf allen Seiten anbraten. Anschließend mit einer Schaumkelle herausnehmen und beiseite stellen,

Zwiebeln und Knoblauch im restlichen Fett glasig dünsten. Paprikastreifen und gehackte Tomaten hinzufügen und gut umrühren. Das Fleisch wieder in die Pfanne zurückgeben und mit Paprika, Salz, Pfeffer und Safran wür-

zen, Gut umrühren, damit sich alles gleichmäßig vermischt. Lorbeerblatt hinzufügen.

Temperatur reduzieren und das Gericht teilbedeckt, bei gelegentlichem Umrühren, 1 Stunde schwach kochen lassen. Sollte die Sauce zu sehr einkochen, etwas Wasser hinzugeben. Mit Petersilie garnieren und heiß servieren.

Ergibt 4 Portionen

Lammkoteletts,

Navarrische Art

Zutaten:

2 El Olivenöl

2 El Schweineschmalz

12 kleine Lammkoteletts

Salz, Pfeffer

100 g jamon Serrano, in kleine Würfel geschnitten

1 Zwiebel, feingehackt

500 g Tomaten, enthäutet, entkernt, gehackt

100 g Chorizo (Paprikawurst), in dünne Rädchen geschnitten

Zubereitung:

Das Olivenöl mit dem Schweineschmalz in einer großen Bratpfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen. Die Lammkoteletts auf beiden Seiten kurz anbraten lassen (ca. zwei Minuten auf jeder Seite). Die Koteletts in eine große, flache Kasserolle schichten und mit Salz und Pfeffer bestreuen. Beiseite stellen.

Jamon Serrano und gehackte Zwiebel in die Bratpfanne zu dem restlichen Öl geben und die Zwiebeln darin glasig dünsten. Tomaten hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und bei niedriger Temperatur ohne Deckel 5 Minuten köcheln lassen. Dann die Tomaten-Schinken-Mischung gleichmäßig über die Lammkoteletts verteilen.

Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C 15 Minuten backen. Die Chorizo-Stücke gleichmäßig auf die Lammkoteletts legen, die Temperatur auf 180°C reduzieren und solange backen - ca. 10 Minuten -, bis das Fett der Chorizo zu schmelzen beginnt.

Heiß servieren.

Ergibt 4 Portionen

Lammragout mit Paprika und Chili

Zutaten:

700 g Lamm, ohne Knochen

4 El Olivenöl

4 Knoblauchzehen

2 rote Paprikaschoten, enthäutet, entkernt, in dünne Streifen geschnitten

2 Tomaten, enthäutet, entkernt, gewürfelt

1 Tl scharfes Paprikapulver

1 Tl mildes Paprikapulver

200 ml Rotwein

100 ml Wasser

1 Lorbeerblatt

1 kleine getrocknete Chilischote, feingehackt

0,5 Tl Kreuzkümmel

Salz

2 El Olivenöl

1 Lammleber

1 Tl schwarze Pfefferkörner

1 Gewürznelke

2 Tl Semmelbrösel, mit etwas Wasser eingeweicht

Zubereitung:

Fleisch in ca. 2 cm große Würfel schneiden. In einer schweren, gusseisernen Kasserolle das Olivenöl erhitzen und 2 Knoblauchzehen darin auf allen Seiten anbräunen, dann aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Die Lammwürfel in das Fett geben und auf allen Seiten anbraten. Paprika und Tomaten zugeben und 1 bis 2 Minuten mitbraten. Mit scharfem und mildem Paprika würzen und kurz weiterbraten. Mit Wein und Wasser ablöschen und Chilischote, Kreuzkümmel und Lorbeerblatt zugeben. Gut umrühren und mit Salz würzen. Zum Kochen bringen und zugedeckt je nach Fleischqualität 30-60 Minuten bei niedriger Hitze weich kochen.

2 Esslöffel Olivenöl in einer kleinen Bratpfanne erhitzen und die Leber von allen Seiten anbräunen. Anschließend in einem Mixer, einer Küchenmaschine oder einem Mörser mit den zwei gebratenen und den zwei rohen Knoblauchzehen, den Pfefferkörnern, der Gewürznelke und den eingeweichten Semmelbröseln zu einer glatten Paste pürieren. Diese unter den

Lammeintopf rühren und weitere 10 bis 15 Minuten köcheln lassen. Vor dem Servieren das Lorbeerblatt und die Nelke entfernen. Heiß servieren.

Ergibt 4 Portionen

Rindfleisch

Fleischbällchen 2 Ei

Zutaten:

4-6 Portionen

1 große Zwiebel

6 El Olivenöl

5 cl trockener Sherry Fino

750 g Fleischtomaten

1 Lorbeerblatt

1/8 l Gemüsebrühe

600 g Rinderhack

2 Knoblauchzehen

1 Bund glatte Petersilie

2 Eier

3 El Paniermehl

Salz

Pfeffer

Paprikapulver, scharf

Zwiebel schälen und fein hacken. 2 El Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin bei schwacher Hitze weich dünsten. Mit Sherry ablöschen. Tomaten überbrühen, häuten, quer halbieren und entkernen. Das Fruchtfleisch klein hacken, in den Topf geben und das Lorbeerblatt zugeben. Brühe aufgießen, langsam aufkochen und zugedeckt etwa 30 Min. köcheln lassen.

Inzwischen Hackfleisch in eine Schüssel füllen. Knoblauch dazupressen. Petersilie waschen, trocken schütteln, abzupfen, fein hacken und die Hälfte davon mit den Eiern und dem Paniermehl zugeben. Alles gut durchmischen und mit Salz, Pfeffer und scharfem Paprikapulver kräftig würzen. Aus dem Fleischteig ca. 20 Bällchen formen. Das restliche Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und die Bällchen darin bei mittlerer Hitze rundum braun braten. Die Tomatensauce mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver kräftig würzen. Die

Hackfleischbällchen in die Sauce legen und weitere 10 Minuten bei schwacher Hitze ziehen lassen. Mit der restlichen Petersilie bestreuen und mit Weißbrot servieren.

Fricco nach Spanischer Art M

Zutaten:

750 g Rindfleisch aus der Nuss

75 ml Olivenöl

2 Zwiebeln

4 Knoblauchzehen

1 kg Kartoffeln

2 Stangen Lauch

200 ml Creme fraiche

Salz

schwarzer Pfeffer

1 Rinderfond

Für die Form:

1 Ei Butter

Zubereitung:

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Das Öl in einem Topf erhitzen, und die Fleischwürfel darin von allen Seiten anbraten, herausnehmen und beiseite stellen. Die Zwiebeln schälen und vierteln. Die Knoblauchzehen und die Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. Den Lauch putzen, waschen und in Ringe schneiden. Die Zwiebeln, Knoblauch, Kartoffeln und Lauch nacheinander in dem Öl andünsten. Eine Auflaufform mit der Butter einfetten, das Gemüse mit dem Fleisch und einem Teil der Creme fraiche lagenweise einschichten. Jede Lage mit Salz und Pfeffer würzen. Den Fond darüber gießen, und die Form mit Alufolie abdecken. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C ungefähr 90 Minuten garen, nach 60 Minuten die Folie abnehmen und die restliche Creme fraiche darüber gießen.

Gefüllte Paprika

Zutaten:

350 g Rinderhackfleisch

4 große grüne Paprika; den Stielansatz entfernt und entkernt
1 Zwiebel; fein gehackt
3 Knoblauchzehen; zerdrückt
50 g grüne Oliven; mit Paprika gefüllt
50 g Kapern; fein gehackt
75 g Sultaninen
1 TL rote Chilischote; fein gehackt
250 ml Tomatenpüree, Salz

In einer Pfanne das Hackfleisch mit Zwiebel, Oliven, Kapern und Knoblauch anbraten, bis das Fleisch völlig gar ist. Die Sultaninen, Chilischote und Tomatenpüree dazugeben und mit Salz abschmecken. In der offenen Pfanne köcheln lassen, bis die Flüssigkeit fast verdampft ist.

Den Backofen auf 200 C vorheizen. Die Paprika mit der Hackfleischmasse füllen und in eine Auflaufform setzen. Eine halbe Tasse Wasser in die Form geben und die Paprika in etwa 1 Stunde fertig garen lassen.

Geschmorter Rinderbraten,

Asturische Art

Zutaten:

800 g Rindfleisch ohne Knochen (Kamm oder Schulterbraten)
Salz, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

4 EI Schweineschmalz

5 mittelgroße Zwiebeln, geviertelt
200 g Karotten, in dicke Scheiben geschnitten
200 g mittelgroße weiße Rüben, in dicke Scheiben geschnitten
100 g Sellerie, gewürfelt
100 g durchwachsener Speck, gewürfelt
Kalbsfuß (je nach Belieben)
Kräutersträußchen aus Petersilie, Thymian, Oregano, Rosmarin und Salbei
250 ml Rotwein
4 EI Rotweinessig

Zubereitung:

Das Rindfleisch mit Salz und Pfeffer würzen, In einer großen, gusseisernen Kasserolle das Schweineschmalz erhitzen und das Fleisch auf allen Seiten anbräunen lassen, Fleisch herausnehmen und beiseite stellen. Anschlie-

Beid die Zwiebeln, Karotten, weißen Rüben, Sellerie, Speck und eventuell den Kalbsfuß im Schmalz leicht anbraten. Rindfleisch und Kräutersträußchen in die Kasserolle geben und mit Rotwein und Weinessig aufgießen. Zum Kochen bringen, Temperatur reduzieren und das Fleisch ca. 1 1/2 Stunden zugedeckt weich schmoren lassen. Fleisch und Gemüse getrennt aus der Kasserolle heben und im Backofen bei niedriger Temperatur warm halten. Kräutersträußchen und Kalbsfuß entfernen. Die Flüssigkeit aus der Kasserolle durch ein Sieb in einen kleinen Kochtopf passieren und bei starker Hitze zu einer Sauce einkochen. Wenn nötig mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Fleisch in Scheiben schneiden und auf einer Platte anrichten. Die Sauce darüber gießen und das Gemüse um die Rindfleischscheiben legen.

Ergibt 4 Portionen

Rindfleischpfanne 1 Ei

Zutaten:

800 g Rindfleisch, feingehackt

2 El Olivenöl

200 g Speck, feingewürfelt

100 g jamon Serrano, feingewürfelt

1 Zwiebel, feingehackt

2 große Knoblauchzehen, feingehackt

1 El Paprikapulver (mild oder edelsüß)

200 g Tomaten, geschält, entkernt, gehackt

Salz

1 hartgekochtes Ei, gehackt (Garnitur)

wer scharf liebt, fügt eine kleine, getrocknete Chilischote oder Cayennepfeffer dazu

Zubereitung:

Das Olivenöl in einer großen Bratpfanne erhitzen und darin das feingehackte Rindfleisch, den Speck und den jamon Serrano solange braten lassen, bis das Rindfleisch leicht angebräunt ist. Die Zwiebel und den Knoblauch unterrühren, das Paprikapulver darüber stäuben und ca. eine Minute unter ständigem Rühren mitbraten. Dann die Tomaten in die Pfanne geben und mit genügend kaltem Wasser aufgießen (Zutaten sollten bedeckt sein). Mit Salz würzen und alles zum Kochen bringen. Hitze reduzieren und bedeckt bei niedriger Temperatur 30 Minuten köcheln lassen. Den De-

ckel vom Topf abnehmen und die Mischung eindicken lassen. Mit gehacktem Ei bestreut heiß servieren.

Ergibt 4 Portionen

Rindfleischpfanne 1 Ei

Zutaten:

800 g Rindfleisch, feingehackt

2 El Olivenöl

200 g Speck, feingewürfelt

100 g jamon Serrano, feingewürfelt

1 Zwiebel, feingehackt

2 große Knoblauchzehen, feingehackt

1 El Paprikapulver (mild oder edelsüß)

200 g Tomaten, geschält, entkernt, gehackt

Salz

1 hartgekochtes Ei, gehackt (Garnitur)

wer scharf liebt, fügt eine kleine, getrocknete Chilischote oder Cayennepfeffer dazu

Zubereitung:

Das Olivenöl in einer großen Bratpfanne erhitzen und darin das feingehackte Rindfleisch, den Speck und den jamon Serrano solange braten lassen, bis das Rindfleisch leicht angebräunt ist. Die Zwiebel und den Knoblauch unterrühren, das Paprikapulver darüber stäuben und ca. eine Minute unter ständigem Rühren mitbraten. Dann die Tomaten in die Pfanne geben und mit genügend kaltem Wasser aufgießen (Zutaten sollten bedeckt sein). Mit Salz würzen und alles zum Kochen bringen. Hitze reduzieren und bedeckt bei niedriger Temperatur 30 Minuten köcheln lassen. Den Deckel vom Topf abnehmen und die Mischung eindicken lassen. Mit gehacktem Ei bestreut heiß servieren.

Ergibt 4 Portionen

Schmorbraten

Für 6 Personen:

1 kg Rindfleisch (Bug),

Salz,

Pfeffer,

100 g durchwachsener Speck,

1 Esslöffel Öl,

2 Zwiebeln,

2 Knoblauchzehen,

600 g Fleischtomaten,

1 Lorbeerblatt,

1 Teelöffel Oregano,

1/4 Liter Fleischbrühe,

100 g mit Paprika gefüllte Oliven.

1. Das Fleisch salzen und pfeffern. Den Speck würfeln und in einem Bräter im heißen Öl ausbraten. Das Fleisch hineingeben und rundherum kräftig anbraten.

2. Zwiebeln und Knoblauch schälen, hacken, zufügen und glasig dünsten.

3. Die Tomaten überbrühen, häuten, entkernen und grob hacken. Zum Fleisch geben, salzen, pfeffern. Lorbeerblatt und Oregano zufügen. Alles im auf 180°C vorgeheizten Backofen 2 Stunden schmoren lassen. 30 Minuten vor Garzeitende die Oliven einstreuen.

Schwein

Artischockentörtchen 3 Ei M

Für 8 Förmchen von 10-12 cm Durchmesser

1 Portion Mürbeteig von

300 g Mehl

1 TL Salz

150 g Margarine oder Butter

1 Ei

4 EI Milch

Füllung:

2 EI Butter oder Margarine

2 Schalotten, fein gehackt

250 g Champignons, in Scheiben

300 g Artischockenböden
1 Ei Mehl

Guss:

200 ml Sahne

2 Eier

2 El trockener Vermouth
1 Bund Schnittlauch, geschnitten

2 Scheiben Schinken, in Streifen

2 El geriebener Käse

1 TL Salz
wenig Pfeffer und Paprika

Zubereitung: Schalotten und Champignons dämpfen, Artischocken in kleine Würfel schneiden und mitdämpfen. Mehl darüberstäuben. Sahne und Vermouth dazugeben, würzen, abkühlen lassen. Restliche Zutaten untermischen, in die Förmchen füllen und sofort backen.

Backen

ca. 20 Min. auf der untersten Rille des auf 200 ° vorgeheizten Ofens.

Bohnengemüse

Zutaten

500 g grüne Bohnen
Salz
1 Bund Bohnenkraut
1 Große Zwiebel
2 Knoblauchzehen
2 Fleischtomaten

1 dicke Scheibe gekochter Schinken

3 El Öl
frisch gemahlener Pfeffer

Die Bohnen waschen, putzen und je nach Größe halbieren oder in drei Teile schneiden.

1/2l Salzwasser aufkochen, die Bohnen und das gewaschene Bohnenkraut einlegen. Das Gemüse im geschlossenen Topf bei mittlerer Hitze etwa 12 min. garen. Dann die Bohnen abgießen und das Kraut entfernen.

Die Zwiebel und die Knoblauchzehen abziehen und hacken. Die Fleischtomaten waschen, quer halbieren und die Kerne und Stielansätze entfernen. Das Tomatenfleisch grob würfeln
Den Schinken in etwa 3 cm lange Streifen schneiden.
Das Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin andünsten und die Tomaten zugeben. Leicht salzen
Die abgetropften Bohnen und die Schinkenstreifen zugeben. Alles gut vermengen und mit Pfeffer würzen. Möglichst heiß servieren.

Engelshaar-Teigtaschen

Zutaten

Für die Füllung:

1 kg Kürbisfleisch
1 El Zimt
300 g Zucker

Für den Teig:

1 kg Mehl

1/4 kg Schweineschmalz

50 g Zucker
Hilfe!!!

Zuerst den Teig zubereiten, indem die Zutaten gut geknetet werden. Dann eine Stunde ruhen lassen. Kürbisfleisch in etwas Wasser kochen, pürieren und Zucker und Zimt dazu geben. Teig zu einem großen Quadrat ausrollen, dann mit einem Glas von ca. 10 cm Durchmesser Kreise ausstechen. Auf diese Kreise wird ein El der Füllung gegeben und die Ränder aufeinandergelegt und festgedrückt, so dass ein Halbkreis entsteht. Die Seiten werden mit einer Gabel eingedrückt. Die Trucha in heißem Fett braten, abkühlen lassen und verzehren.

Gebratener Schweinerücken in Milch M

Zutaten:

800 g Schweinerücken, ausgelöst
Salz
25 schwarze Pfefferkörner, grob zerstoßen

2 bis 4 El Schweineschmalz

2 El Brandy

1 l Kondensmilch, ungesüßt, leicht erhitzt

1 Knoblauchzehe, halbiert

Zubereitung:

Ofen auf 200 °C vorheizen. Das Fleisch mit Salz und den zerstoßenen Pfefferkörnern einreiben, In einer großen Kasserolle das Schweineschmalz auf dem Herd erhitzen und das Fleisch darin auf allen Seiten anbräunen. Mit Brandy flambieren. Die warme Milch darüber gießen, Knoblauch zufügen und mit Salz und den restlichen zerstoßenen Pfefferkörnern würzen.

Im vorgeheizten Backofen 40 bis 45 Minuten garen.

Das Fleisch auf eine Servierplatte geben und 10 Minuten ruhen lassen. Unterdessen die Sauce etwas einkochen und nach Bedarf mit Salz nachwürzen. Durch ein Sieb in eine Schüssel passieren und zum Fleisch reichen.

Ergibt 4 Portionen

Geröstete Brotwürfel

Zutaten:

200 g Weißbrot, 1-2 Tage alt, ohne Rinde

Wasser

2 TL mildes Paprikapulver

1/10 l Olivenöl

100 g geräucherter Speck, feingehackt

2 Knoblauchzehen, durch die Knoblauchpresse gepresst

1 kleine, getrocknete Chilischote, feingehackt

Salz

Zubereitung:

Brot in ca. 12 cm große Würfel schneiden und in eine flache Schüssel geben. Mit der Hand Wasser über das Brot träufeln, so dass alle Würfel benetzt, aber nicht durchweicht sind. Das Paprikapulver darüber stäuben und gut mischen. Eine Frischhaltefolie über die Schüssel geben und ca. 2 oder 3 Stunden ruhen lassen.

Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und darin den Speck bei mäßiger Hitze kross, aber nicht braun braten. Knoblauch und gehackte Chilischote dazugeben und eine Minute mitbraten lassen. Die Weißbrotwürfel dazugeben und unter ständigem Rühren knusprig und goldbraun braten. Heiß servieren.

Ergibt 4 Portionen als Hauptspeise oder 6-8 Portionen als Vorspeise

Kichererbsen in Vinaigrette

Zutaten:

400 g Kichererbsen

1 Schinkenknochen

1 Lorbeerblatt

1 Eidotter, hartgekocht

4 El Olivenöl

2 El Weinessig

1 Tomate, geschält, entkernt, feingewürfelt

1 Zwiebel, feingewürfelt

1 große Knoblauchzehe, durch die Knoblauchpresse gedrückt

1 El gehackte Petersilie

1 El Kapern

Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Kichererbsen über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Dann abgießen, mit dem Schinkenknochen und dem Lorbeerblatt in einen großen Kochtopf geben, mit genügend Wasser aufgießen und bei starker Hitze zum Kochen bringen. Hitze reduzieren und 1 Stunde köcheln lassen. Dabei einige Male umrühren und den Schaum abschöpfen.

Für die Marinade das Eigelb mit einer Gabel in einer großen Schüssel zerdrücken und mit dem Öl, dem Weinessig und etwas Kochflüssigkeit der Kichererbsen zusammenrühren. Tomaten, Zwiebel, Knoblauch, Petersilie und Kapern unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die gekochten Kichererbsen in einem Sieb gut abtropfen lassen, den Schinkenknochen und das Lorbeerblatt entfernen. Die heißen Kichererbsen zu der Marinade in die Schüssel füllen und sorgfältig vermischen. Die Kichererbsen in der Marinade auskühlen lassen und bei Zimmertemperatur servieren.

Ergibt 4-6 Portionen

Knoblauchsuppe 4 Ei

Zutaten:

6 El Olivenöl
4-6 Knoblauchzehen, in dünne Scheiben geschnitten
50 g Rohschinken, in dünne Streifen geschnitten (je nach Belieben)
3 Scheiben weißes Landbrot ohne Rinde, in Würfel geschnitten
1 El Paprikapulver
1 l kochendes Wasser oder Fleischbrühe
Salz

4 Eier

Zubereitung:

Das Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und den Knoblauch und (je nach Belieben) den Schinken darin kurz anbraten, ohne braun werden zu lassen. Die Brotwürfel dazugeben und goldbraun braten, Dann das Paprikapulver über die Zutaten in der Pfanne stäuben und gut umrühren. Mit dem kochenden Wasser oder der Brühe sofort ablöschen. Zum Kochen bringen und bei niedriger Hitze und unter gelegentlichem Umrühren ohne Deckel 10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz würzen.

Unterdessen die Eier leicht verschlagen und, nachdem die Suppe 10 Minuten gekocht hat, die Eier einrühren. Die Suppe nicht mehr kochen lassen, nur noch kurz ziehen, sonst gerinnen die Eier.

Weitere Variante: Die Suppe in vier feuerfeste Suppenschalen schöpfen, jedes Ei zuerst auf eine Untertasse gleiten lassen und dann vorsichtig in die Suppenschalen geben. Die Suppe 3 bis 4 Minuten im vorgeheizten Backofen bei 220 °C überbacken und anschließend sofort heiß servieren.

Ergibt 4 Portionen

Linsengericht nach Art von Burgos

Zutaten:

500 g Linsen
5 El Olivenöl

50 g geräucherter Speck, in dünne Streifen geschnitten
250 g Zwiebeln, gehackt
3 Knoblauchzehen, gehackt
1 Lorbeerblatt
2 Ei Mehl
300 g Tomaten, geschält, entkernt, gewürfelt
frische gemahlene Muskatnuss
Salz,
Pfeffer

Zubereitung:

Die Linsen in einen großen Kochtopf geben und mit soviel kaltem Wasser aufgießen, bis sie bedeckt sind. Zum Kochen bringen und bei mäßiger Hitze zugedeckt 20 Minuten köcheln lassen. Das Olivenöl in einem mittelgroßen Kochtopf erhitzen und den Speck weich, aber nicht braun braten. Dann Zwiebeln, Knoblauch und Lorbeerblatt dazugeben und die Zwiebeln goldbraun braten. Mit Mehl bestäuben und unter ständigem Umrühren kurz mitbraten lassen. Die Tomaten zufügen und unter ständigem Rühren zum Kochen bringen. Die Sauce zu den Linsen geben, mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken und zugedeckt 15 bis 20 Minuten gar kochen. Vor dem Servieren das Lorbeerblatt entfernen.

Ergibt 4-6 Portionen

Schmalzgebäck 1 Ei M

Zutaten:

1 Ei

3 Ei Milch

3 Ei Sonnenblumenöl

2 Ei Obstbranntwein oder Anislikör

150 g Mehl

80 g Schweineschmalz zum Ausbacken

1 Ei Zucker (Garnitur)

Zubereitung:

Das Ei mit der Milch, dem Öl und dem Obstbranntwein in einer Schüssel verschlagen. Nach und nach das Mehl zugeben, einarbeiten und kneten, bis sich ein glatter, nicht klebriger Teig ergibt. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen (1-2 mm). Mit einem scharfen Messer

Streifen von ca. 12 cm Länge und 1 cm Breite ausschneiden. Jeden Streifen zu einem lockeren Knoten formen.

Das Schweineschmalz in einer mittelgroßen Pfanne sehr heiß werden lassen und ein paar Teigknoten darin von beiden Seiten goldbraun ausbacken. Mit einer Schaumkelle herausfischen und auf Küchentrepp abtropfen lassen. Mit den restlichen Teigknoten genauso verfahren. Mit Puderzucker bestäuben.

Ergibt 40-50

Schweinebraten in der Kruste

Zutaten:

2 kg Schweinebraten mit Schwarte vom Metzger kreuzweise einschneiden lassen),

Salz

2 Zwiebeln

2 Möhren

frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung:

Schweinebraten mit Salz einreiben und in einen Bräter legen. Ein Achtelliter heißes Wasser zugießen. In den auf 250 Grad (Gas Stufe 5) heißen Ofen schieben und eine halbe Stunde braten.

Inzwischen Zwiebeln und Möhren schälen, das Gemüse grob zerkleinern und um den Braten herumlegen. Noch etwas Wasser nachgießen. Backofen auf 190 Grad (Gas Stufe 3) herschalten und den Schweinebraten zweieinhalb Stunden weiterbraten. Alle 30 Minuten eine halbe Tasse Wasser nachschütten.

Fleisch herausnehmen und den Bratfond absieben. Fett sorgfältig abschöpfen. Nun könnte man ja mit Bratenfond und Soßenbinder hantieren - oder die Soße einfach mit dem Stabmixer eindicken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schweinefilet an Pfirsichsoße

Zutaten:

600 g Schweinefilet

400 g rote Zwiebeln

1 1/2 Bund Thymian
Salz,
Pfeffer,
2 El Öl,
10 g Butter
1 El brauner Zucker
3 El Balsamessig
je 1/8 l Rotwein und Brühe
5 Pfirsiche
nach Wunsch Soßenbinder (Maizena)

Zubereitung:

Backofen auf 190 Grad vorheizen.

Zwiebeln abziehen, in Spalten schneiden. Thymian waschen, abtrocknen, Blättchen abzupfen. Schweinefilet würzen und im heißen Öl 10 Min. anbraten. Aus der Pfanne nehmen und in eine ofenfeste Form legen, mit Alufolie abdecken. Im Backofen auf der zweituntersten Schiene 15 Min. garen.

Zum Bratfett die Butter geben. Zwiebeln und Thymian darin anbraten. Mit Zucker bestreuen, unter Rühren etwas karamellisieren lassen. Mit Essig ablöschen, Rotwein und Brühe zugießen. 5 Min. ohne Deckel bei kleiner Hitze köcheln lassen.

Pfirsiche überbrühen, Haut abziehen, Fruchtfleisch in Spalten schneiden. Filet aus dem Ofen holen und kurz ruhen lassen. Pfirsiche zu den Zwiebeln geben, 3 Min. mitgaren, abschmecken. Fleisch in Scheiben schneiden und mit der Pfirsichsoße anrichten.

Schweinelende mit Kartoffelpüree überbacken M

Zutaten:

800 g Kartoffeln, geschält, in große Stücke geschnitten

6 El Milch

2 El Butter

Salz, frischgeriebener Muskat

1 El Schweineschmalz

2 Knoblauchzehen, halbiert

150 g Speck, feingewürfelt

8 Scheiben Schweinelende (ca. 600 g)

Salz, Pfeffer

1 rote Paprikaschote, geröstet, geschält, entkernt, in dünne Streifen geschnitten

Zubereitung:

Die Kartoffeln in Salzwasser weich kochen. Abgießen und durch eine Kartoffelpresse drücken oder in einer Küchenmaschine pürieren. Milch und Butter unterrühren und mit Salz und Muskat würzen.

Schweineschmalz in einer Bratpfanne erhitzen. Knoblauch und gewürfelten Speck solange braten, bis der Speck kross, aber nicht braun ist. Speck und Knoblauch mit einer Schaumkelle entfernen, den Knoblauch wegwerfen und den Speck aufheben. Im restlichen Öl die Fleischscheiben auf beiden Seiten anbräunen, mit Salz und Pfeffer würzen und aus der Pfanne heben. Das verbleibende Fett aufheben.

Backofen auf 200 °C vorheizen. Eine feuerfeste Form (ca. 22 x 18 x 8 cm) mit Butter einpinseln und die Hälfte der Schweinelendchen und des Specks in die Kasserolle geben. Das Kartoffelpüree gleichmäßig über den Lendchen verteilen und die zweite Hälfte des Specks und der Schweinelendchen darüber schichten. Mit roten Paprikastreifen garnieren und das restliche Bratfett darüber träufeln. 20 Minuten im Backofen überbacken. Heiß servieren.

Ergibt 4 Portionen

Schweinerücken im Salzmantel 1 Eiweiß

Zutaten:

1 kg Schweinerücken

2 kg grobes Meersalz

1 Eiweiß

Beilage:

4 Kartoffeln

1 Zwiebel

1 grüne Paprikaschote

Öl zum Frittieren

1 Knoblauchzehe

Salz

3 Ei Essig ,
6 Ei Öl

Zubereitung:

In eine längliche, feuerfeste Form eine 1 cm dicke Lage Salz geben. Das Fleisch drauflegen und völlig mit dem restlich Salz, das mit dem leicht angeschlagen Eiweiß vermischt wurde, bedecken. Wenn nötig etwas Wasser zufügen. Ungefähr Stunde im 175 Grad heißen Ofen backen

Salzkruste aufbrechen (wie einen Gips entfernen) und das Fleisch herausholen, anhaftendes Salz entfernen. Fleisch in dünne Scheiben schneiden und wie jeden Schweinebraten - kalt - oder heiß aus Ofen - servieren.

Der Braten ist so saftig, der braucht keine Soße. Man kann aber etwas Mayonnaise dazu reichen, z.B. mit Tunfisch aus der Dose, Sardellenfilet, Kapern und Essiggürkchen gemixt, oder einen mit Vinaigrette angemachten Salat.

Als Beilage eignen sich Kartoffeln "a la pobre" (nach Armenart): Kartoffeln in wenig Öl zusammen mit Zwiebelringen und Paprikastreifen braten. Auf Küchentrepp abtropfen lassen. Gehackten Knoblauch anbraten, mit Essig ablöschen und über die Kartoffeln geben.

Spanischer Paprikafladen mit Ziegenkäse 2 Ei

Für 20 Stücke

Zutaten:

Teig: 1 Würfel frische Hefe (42 g)
1/2 TI Zucker
600 g Weizenmehl (Type 550)

200 g Schweineschmalz

2 Eier

100 ml Weißwein oder Wasser
2 TI Jodsalz
Mehl zum Bearbeiten

Füllung:

4-5 rote Paprikaschoten
1 Gemüsezwiebel (400 g)
2 Ei Olivenöl
Fett für das Blech

100 g schwarze Oliven ohne Stein
5 kleine Ziegenfrischkäse (200 g)
einige Thymianstängel

Zubereitung

Für den Teig: Die Hefe und den Zucker in einer halben Tasse warmem Wasser auflösen. Mehl, Schweineschmalz und den Hefeansatz in einer Rührschüssel mit den Knethaken des Handrührers verkneten. Eier, Wein und Salz zugeben und alles zuerst mit dem Knethaken, dann mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten. Teig mit etwas Mehl bestäuben und zugedeckt an einem warmen Ort etwa 1 Stunde gehen lassen, bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat.

Für die Füllung: Die Paprika abspülen, halbieren, entkernen und mit der Haut nach oben unter dem vorgeheizten Grill rösten, bis die Haut an fast allen Stellen schwarz ist. Die Paprika herausnehmen, in eine Plastiktüte geben, verschließen und 5 Minuten ruhen lassen. Dann die Paprika herausnehmen und die Haut abziehen.

Die Gemüsezwiebel abziehen, in Stücke schneiden und kurz in Olivenöl dünsten.

Den Hefeteig auf der bemehlten Arbeitsfläche gut durchkneten und dünn ausrollen. Auf ein gefettetes Backblech legen, dabei einen Rand hochdrücken.

Die Paprika, die Zwiebeln, die Oliven, den zerbröckelten Ziegenfrischkäse und die Thymianstängel auf dem Teigboden verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 240 Grad, Umluft 220 Grad, Gas Stufe 6 etwa 20 Minuten backen. Den Fladen herausnehmen, etwas abkühlen lassen und in 20 gleichmäßige Stücke schneiden.

Nährwerte

pro Portion ca. 290 Kcal 18 g Fett

Tschechin + Slowakei FI

Böhmische Schinkenfleckerl 3 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

1 EL Salz

400 g Bandnudeln

300 g Schinken, gekochter

1 Zwiebel(n)

5 EL Butter

3 Ei(er)

1/8 ml saure Sahne

1 TL Salz

1 Msp. Muskat

1 Msp. Pfeffer, schwarzer

Butter für die Form

Zubereitung

3 l Wasser mit dem Salz zum Kochen bringen. Die Bandnudeln zerbrechen, in das kochende Salzwasser geben und in etwa 10 Min. garen; die Nudeln sollten bissfest sein. Dann abgießen, kurz mit kaltem Wasser überbrausen und abtropfen lassen.

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Eine feuerfeste Form mit Butter ausstreichen. Den Schinken würfeln, die Zwiebel schälen und hacken. 2 EL Butter in einer Pfanne zerlassen. Die Zwiebel darin goldgelb braten. Die Zwiebel und die Schinkenwürfel mit den Nudeln mischen. Die Eier mit der sauren Sahne, dem Salz (1 TL), dem Muskat und dem Pfeffer verquirlen. Die Schinkennudeln in die Form füllen und mit der Eiersahne übergießen. Den Auflauf im Backofen auf der mittleren Schiebeleiste 30 Minuten backen. Danach die restliche Butter in Flöckchen auf dem Nudelauflauf verteilen, mit Alufolie abdecken und die Schinkenfleckerl weitere 10 Minuten backen.

Das schmeckt dazu: Kopfsalat mit Tomaten und Kräutern.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

26.10.06 sorcerer30171

Böhmischer Gulasch M

Zutaten für 5 Portionen

1 kg Gulasch vom Rind

500 g Zwiebel(n)

2 EL Paprikapulver, scharf

2 EL Paprikapulver, mild

1 EL Salz

½ Liter Wein, rot, trocken

4 Chilischote(n), getrocknet

½ Liter Sahne

1 EL Kümmel

ÖL im Topf erhitzen, Fleisch scharf anbraten. Zwiebeln ganz fein hacken, zum Fleisch dazugeben. Salzen, und mit etwas Wasser aufgießen. Papri-

kapulver und feingehackte Chili dazugeben. Wer es mag, kann jetzt den Kümmel auch dazugeben. Jetzt runterkochen, bis das Wasser verdunstet ist. Vorsicht, nicht anbrennen lassen! Dann mit dem Rotwein ablöschen, und wieder runterkochen. Einen Tag stehen lassen, dann sind die Zwiebeln fast aufgelöst. Dann mit der Sahne auffüllen. Das ergibt eine herrlich sämige Soße.

Dazu passen natürlich am besten Semmelknödel, Nudeln aber auch.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

25.11.01 Miko

Bohnengulasch böhmische Art

Zutaten für 4 Portionen

300 g Bohnen, weiss

300 g Schweinefleisch

2 Zwiebel(n)

100 g Schmalz

30 g Mehl

½ TL Paprikapulver, edelsüß

Salz

Zubereitung

Die Bohnen in kaltem, ungesalzenem Wasser über Nacht einweichen. Dann Wasser nachfüllen und die Bohnen langsam und gleichmäßig 1-2 Stunden gar kochen lassen.

Das Fleisch in Würfel schneiden, salzen und zusammen mit gehackten Zwiebeln in Schmalz rösten. Dann etwas Wasser zugießen und zugedeckt gar dünsten.

Das Fleisch herausheben, den restlichen Sudsaft mit Mehl bestäuben, bräunen, mit etwas Wasser verdünnen und kurz aufkochen. Die Bohnen und das Fleisch untermischen.

Den Bohnengulasch mit Salz und Paprika abschmecken.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

05.04.01 Miguan

Brimsennudeln

Brimsen - slowakischer Schafskäse

Zutaten für 4 Portionen

500 g Nudeln, (Spiralen, Hörnchen, Penne oder ähnliches)

2 Zwiebel(n), geschnitten

200 g Speck, geräuchert, gewürfelt

250 g Schafskäse, slowakischer (Brimsen)

Salz

Pfeffer, frisch gemahlen

Petersilie

Zubereitung

Nudeln bissfest kochen. Speckwürfel mit den Zwiebeln in einer Pfanne (oder in der Mikrowelle) anrösten, bis die Zwiebeln glasig sind. Brimsen darauf bröseln und ansmelzen (er zieht lange Fäden). Mit Salz (fast nicht nötig), Pfeffer und Petersilie würzen. Nudeln anrichten und mit der Käsemasse übergießen. Mit Petersilie garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

13.08.04 sonina

Eingelegte Wurst auf tschechische Art

Utopence -

Zutaten für 5 Portionen

650 g Fleischwurst

1 Zwiebel(n)

Lorbeerblätter

Pfeffer, ganze Körner

400 ml Gurkenflüssigkeit

evtl. Öl

Die Fleischwurst und die Zwiebel in Scheiben schneiden. Schichtweise in ein Einmachglas (1,5 Liter) legen und zwischendurch jeweils ein paar Pfefferkörner und Lorbeerblätter hinzugeben.

Zum Schluss das Einmachglas mit dem Gurkenaufguss auffüllen, so dass alles bedeckt ist.

Im Kühlschrank ziehen lassen. Am besten schmeckt es uns, wenn es 3 Tage im Kühlschrank ziehen durfte.

Je nach Geschmack kann man vor dem Servieren auch Öl zugeben.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

06.07.06 sDorle

Im Rohr gebackenes Fleisch mit Gundeermaann 6 Ei M aus Tschechien

Zutaten für 4 Portionen

250 g Rindfleisch, gegart

200 g Schweinefleisch, gegart

200 g Kalbfleisch, gegart

6 Ei(er)

Salz und Pfeffer

4 Semmeln

2 EL Milch

2 EL Butter

2 EL Gundeermaann - Kraut, gehackt

2 EL Brennnesseln, gehackt

1 EL Schnittlauch

1 EL Petersilie, gehackt

Zubereitung

Das Fleisch und die Semmeln werden kleinwürfelig geschnitten, mit der Milch, der zerlassenen Butter und den verquirlten Eiern vermengt. Die feingehackten Kräuter unterarbeiten, pfeffern, salzen, und die Masse in eine ausgebutterte Auflaufform füllen, im vorgeheizten Ofen (E: 200°, G: 3) etwa 25 - 30 Min. backen. Diese traditionelle tschechische Osterspeise wird warm oder kalt serviert.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

04.05.02 Sonja*

Kartoffelnockerl mit slowakischem Schafskäse

Bryndzove halusky

Zutaten für 4 Portionen

250 g Kartoffeln, gekocht, noch heiß

1 kg Kartoffeln, roh

150 g Kartoffelmehl

Essig

250 g Schafskäse (Brimsen, ersatzweise anderen Schafs-Frischkäse)

1 große Zwiebel(n)

200 g Speck, gewürfelte

2 EL Öl oder Schmalz

Salz
Muskat

Zubereitung

Die rohen Kartoffeln in ein Tuch (mit Essigwasser getränkt) fein reiben und gut auspressen. Die gekochten Kartoffeln noch heiß pressen oder passieren und mit den rohen Kartoffeln gut vermischen, Kartoffelmehl zugeben und zu einem Teig kneten, mit Salz und Muskat würzen. Nockerl mit einem Teelöffel abstechen und in leicht wallendem Wasser 2-3 Minuten kochen, bis die Nockerl an der Oberfläche schwimmen. Abseihen. Die Zwiebel in Würfel schneiden und im Fett hellbraun anrösten, die Speckwürfel dazugeben. Die Nockerl in einer Schüssel anrichten, mit zerbröseltem Brimsen bestreuen, darüber die Zwiebel-Speckwürfel geben. Dazu passt grüner Salat, Chinakohl, Vogerlsalat oder Endiviensalat.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
26.10.06 sonina

Prager Saftbraten

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Rindfleisch, Lende oder Keule/Schulter
2 Zwiebel(n)
Wurzelwerk

100 g Schweineschmalz oder Butter

Zubereitung

Schweineschmalz oder Butter in einem Bräter schmelzen und - falls Butter - aufschäumen lassen. Das Fleisch pfeffern und salzen und von allen Seiten schnell anbraten. Herausnehmen, die feingehackten Zwiebeln und das grob geschnittene Wurzelgemüse ebenfalls im heißen Fett anbraten, ohne dass es dunkel wird. Das Fleisch zurückgeben, etwas Wasser dazugeben, den Bräter zudecken.

Lende insgesamt ca. 1 - 1 1/2 Stunden bei 160 Grad braten, Keule/Schulter insgesamt ca. 2 1/2 Stunden.

Nach 2 /3 der Bratzeit den Deckel abnehmen. Mit Wasser ablöschen und bei etwas höherer Hitze weiterbraten lassen. Die Sauce abseihen, einkochen und je nach Geschmack mit kalter Butter oder mit Mehl binden. Der Braten kann auch mit Rotwein aufgegossen und so verfeinert werden.

Wenn man das Fleisch vor dem Braten mit Speck abdeckt und eine fein geschnittene Paprikaschote mit in die Sauce gibt, ist es ein "Slowakischer Rinderbraten".

Dazu passen Böhmisches Knödel.

Zubereitungszeit: ca. 2 Std. 15 Minuten

07.11.05 Ingrid_R

Prager Suppentopf M

Zutaten für 4 Portionen

100 g Speck, geräuchert, durchwachsen

1 EL Öl

300 g Hackfleisch

4 Zwiebel(n)

1 Zehe/n Knoblauch

1 Stange/n Lauch

2 Paprikaschote(n)

2 Möhre(n)

400 g Kartoffeln

1 Liter Wasser

1.5 Würfel Fleischbrühe, klare

2 TL Paprikapulver

1 TL Kümmel

250 g Crème fraîche

Zubereitung

Speck würfeln, anbraten und aus Pfanne rausnehmen. Zwiebeln und Knoblauch würfeln und mit dem Hackfleisch anbraten. Gemüse in Steifen bzw. Scheiben schneiden, Kartoffeln würfeln. Alles, bis auf die Paprika, mit anbraten, Wasser zugeben und aufkochen. Brühwürfel darin auflösen, mit Paprikapulver und Kümmel würzen. Suppe ca. 10 Minuten garen, Paprika zufügen, weiter 10 bis 15 Minuten kochen, Crème fraîche unterrühren.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

28.02.05 mopsy

Pute mit böhmischer Füllung 4 Ei M

Zutaten für 6 Portionen

1 Pute

Salz

Für die Füllung:

150 g Butter

4 Ei(er)

4 Brötchen

500 ml Milch

Muskat

Salz

5 g Zucker

100 g Mandel(n), gehackt

100 g Rosinen

40 g Paniermehl

Zubereitung

Die Pute waschen und salzen. Brötchen in Milch einweichen. In einer Schüssel die Butter schaumig rühren, nach und nach 3 Eigelb und ein ganzes Ei zugeben. Die in Milch eingeweichten Brötchen ausdrücken und durch einen Durchschlag rühren. Muskat, die gehackten Mandeln, Salz, Zucker, Semmelmehl und Rosinen hinzufügen. Alles noch einmal gut durchmengen. Zum Schluss das steif geschlagene Eiweiß unterheben. Die Pute damit füllen. Füllmasse, die nicht mehr in die Pute passt, kann in einem separaten Tiegel mitgeschmort werden.

Je nach Größe der Pute, 1,5-2 Stunden in der Röhre braten, gelegentlich mit Bratensaft übergießen. Die Füllung wird dann nach dem Tranchieren zum Fleisch serviert.

Dazu passt am besten ein gut gekühlter halbtrockener Weißwein.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

12.06.05 HeiwieDD

Rührei auf slowakisch 6 Ei

wird in der Slowakei zum Frühstück gereicht

Zutaten für 4 Portionen

300 g Würstchen (Brühwurst mit Knoblauch)

1 große Zwiebel(n)

1 große Paprikaschote(n), grüne

3 Tomate(n), feste

3 Knoblauchzehe(n)

6 große Ei(er)

30 g Margarine zum Braten

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Margarine im Wok schmelzen. Die Wurst in Scheiben schneiden und kurz darin anbraten. Die Zwiebel großwürfelig schneiden und dazugeben. Alles umrühren. Paprikaschote entkernen, in Streifen schneiden und dazugeben. Erneut alles umrühren. Tomaten waschen, klein schneiden, dazugeben. Knoblauchzehen schälen, pressen, dazugeben. Alles umrühren. Die Masse leicht mit Salz und Pfeffer würzen und etwas schmoren lassen. Die Eier zugeben, gegebenenfalls noch einmal etwas salzen und durch ständiges Rühren das Ei stocken lassen. Heiß servieren.

Schmeckt am Besten mit würzigem Schwarzbrot, z.B. Kümmelbrot.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

16.05.06 Frankielein

Sauerkrautkaninchen M

Zutaten für 2 Portionen

Kaninchen - Teile (Läufe und andere Teile, die nicht gebraten werden sollen)

500 g Sauerkraut (am besten Spreewälder), oder frisch, roh

1 Becher saure Sahne

1 EL Paprika, edelsüß

1 kl. Glas Kapern

Salz und Pfeffer

1 große Zwiebel(n)

Öl

Knoblauch

4 Port. Nudeln (Spirelli)

Zubereitung

Die Kaninchenteile in kleinere Stücke zerteilen, anbraten. Am einfachsten geht es, wenn man die Teile dann herausnimmt und die Zwiebel im gleichen Fett anbrät. Dann kommt einfach das Sauerkraut darauf. Das Paprikapulver wird in der Sahne verrührt und dazugegeben. Die Kapern hinein, die Kaninchenteile natürlich auch und dann still vor sich hin kochen las-

sen, bis es gar ist. Ich mache immer soviel Flüssigkeit dazu, dass alles bedeckt ist.

In der Zwischenzeit Spirelli kochen und dann kann es schon gegessen werden. Am nächsten Tag schmeckt es meist noch besser, weil es dann schön durchgezogen ist. In Tschechien gibt es dazu Knödel.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

10.08.05 anna1

04.09.2005 20:06 Kommentar von suzzyi

Auch wenn das Rezept seltsam kling: es ist echt megalecker.

Ich habe des öfteren die Freude gehabt, es zu genießen. Wichtig ist, die Kapern nicht wegzulassen, die geben dem Ganzen den Extra- Pfiff. Und auch das Sauerkraut sollte ein wenig braten, bevor dann alles zusammen in den Topf kommt und aufgegossen wird.

Und zu Weihnachten bekomme ich hoffentlich wieder einen großen Teller voll...

suzzyi

Schweinefleisch mit Rauchfleisch und Kraut M

Deftiges aus Tschechien

Zutaten für 4 Portionen

400 g Schweinefleisch

200 g Rauchfleisch

60 g Schmalz

30 g Speck

2 Zwiebel(n)

1 Liter Brühe

250 g Sauerkraut

125 ml saure Sahne

2 EL Mehl

1 TL Paprikaschote(n)

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Schweinefleisch und Rauchfleisch in Würfel schneiden und in Schmalz, feingeschnittenem Speck und mit den gehackten Zwiebeln kräftig anbraten. Mit Brühe ablöschen und schmoren lassen. Kleingeschnittenes Sauerkraut zugeben und alles garen, bis es weich ist. Sahne zugießen und Mehl

darüber stäuben und aufkochen. Paprika zugeben und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Dazu passen Semmelknödel.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 30 Minuten

11.02.01

Tschechische Knoblauchsuppe M

Zutaten für 4 Portionen

1 Liter Brühe (Knochenbrühe, Geflügelbrühe oder Fertigbrühe)

4 Zehe/n Knoblauch

200 g Käse, gerieben

200 g Schinken, gewürfelt, gekocht

2 Scheibe/n Weißbrot, gewürfelt

Petersilie, gehackt

Zubereitung

Die Brühe aufkochen und den frischen, geschälten Knoblauch durch die Knoblauchpresse zur Brühe geben. Die Brühe kochendheiß servieren und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Dazu reicht man auf einem Extrateller gewürfelten Schinken, geriebenen Käse und die gerösteten Weißbrotwürfel.

Teilweise werden in der Brühe kleine Fadennudeln gereicht. Andere kochen fein geraspelte Möhren, Kartoffeln u.ä. mit.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

20.01.05 Schmidtskatze

Tschechische Sauerkrautsuppe M

Zelnacka

Zutaten für 4 Portionen

40 g Fett (Schweinefett)

1 Zwiebel(n)

1 Liter Brühe, vom Rind

300 g Sauerkraut

60 g Speck, durchwachsen

100 g Bratwurst, in kleine Stücke geschnitten oder Rauchfleisch

Paprikapulver
Salz und Pfeffer
Zitronensaft

saure Sahne

Zubereitung

Fett zerlassen und die gewürfelte Zwiebel darin glasig werden lassen, das Sauerkraut zugeben und kurz mit anrösten. Brühe aufgießen und köcheln lassen. In einer Pfanne den gewürfelten Speck auslassen, die Bratwurststücke zugeben und mitbraten lassen. Etwas Paprikapulver darüberstreuen und schnell alles in die Suppe geben.

Mit den Gewürzen abschmecken und evtl. je Teller einen Klecks saure Sahne auf die Suppe geben. Sehr heiß servieren.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
30.08.01 Sonja*

Wildsuppe

aus Böhmen

Zutaten für 4 Portionen

500 g Wildfleisch, ohne Knochen

200 g Backpflaumen
2 Zwiebel(n)

75 g Speck

1 EL Tomatenmark
1 EL Senf
1 EL Konfitüre, (Johannisbeer- oder Kirschkonfitüre)
125 ml Kondensmilch
1 Zitrone(n)

1 Glas Wein, rot

Salz und Pfeffer
Zucker
Wacholderbeeren

Zubereitung

Das in kleine Würfel geschnittene Wildfleisch gut waschen, abtrocknen, mit Salz und Pfeffer würzen und in dem ausgelassenen Speck zusammen mit den in grobe Würfel geschnittenen Zwiebeln anschwitzen. Wenn es ein wenig Farbe genommen hat, das Tomatenmark, ein paar zerdrückte Wacholderbeeren und etwas Zucker dazugeben, mit etwa 1 1/2 l Wasser oder Brühe auffüllen und langsam garen lassen. Die Kondensvollmilch mit dem Senf und der Konfitüre verrühren und an die Suppe geben, die dann nicht mehr kochen darf. Die Backpflaumen in Rotwein weichen lassen, dann mit Zitronensaft und etwas abgeriebener Zitronenschale dünsten und ohne Steine, aber mit dem Sud, als Einlage in die Suppe geben.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.
10.01.02 Sonja

Ungarn FI

Gänsekeulen auf Sauerkraut aus dem Römertopf

Rezept kommt aus Ungarn, von einer ungarischen Freundin
Zutaten für 4 Portionen

4 Keule(n) von der Gans

500 g Sauerkraut

100 g Speck, durchwachsen, in dünne Scheiben geschnitten

2 Zwiebel(n), fein geschnitten

10 Wacholderbeeren, leicht gequetscht

1 EL Paprikapulver, ungarisch edelsüß

250 ml Fleischbrühe

Salz und Pfeffer

Gänsekeulen mit Pfeffer, Salz und Paprika einreiben.

Den gewässerten Römertopf mit der Hälfte der Speckscheiben auslegen. Die Keulen und die Zwiebeln darauf geben. Die Zwischenräume mit Sauerkraut ausfüllen. Die Keulen müssen darin fest eingebettet sein. Die Wacholderbeeren in das Sauerkraut drücken. Brühe darüber gießen. Mit den restlichen Speckscheiben belegen. Deckel darauf. In den kalten Ofen schieben und ca. 2 Stunden bei 200° garen. Mehr Garzeit schadet nicht. Dazu passt Kartoffelpüree oder Kartoffelknödeln aus gekochten Kartoffeln.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
14.05.05 Herta

Geschichtete Kartoffeln 4 Ei M

Rakott krumppli

ein Rezept aus Ungarn

Zutaten für 5 Portionen

1.2 kg Kartoffeln

150 g Speck, geräuchert

4 Ei(er)

200 g Würste (Debrecziner)

etwas Butter, für die Form

400 ml Sauerrahm

etwas Milch, lauwarm

Zubereitung

Die Kartoffeln mit Schale kochen, ein wenig abkühlen lassen, schälen und in Scheiben schneiden. Den Speck klein würfeln und auslassen. Die Eier hart kochen, abkühlen lassen und ebenso wie die Wurst in Scheiben schneiden.

Eine feuerfeste Form mit etwas Butter einstreichen und mit einer der Hälfte der Kartoffelscheiben auslegen. Dann die Eier und die Wurstscheiben darauf schichten. Den Sauerrahm mit etwas Milch verrühren und die eine Hälfte darüber verteilen, dann die Speckgrießen darüber streuen. Die zweite Hälfte der Kartoffelscheiben darüber schichten, dann den Rest Sahne und das Speckfett darüber gießen.

Im vorgeheizten Backofen bei 200°C ca. 30-40 min goldbraun überbacken.

Mit einem Salat, oder ganz stilecht mit sauer eingelegtem Gemüse servieren.

Möchte man auf den Speck verzichten, kann man stattdessen etwas zerlassene Butter verwenden.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

26.07.05 Sivi

Gulaschsuppe M

aus Ungarn

Zutaten für 4 Portionen

500 g Rindfleisch (Nuss)

50 g Schmalz

250 g Zwiebel(n)

3 Zehe/n Knoblauch

1 EL Mehl

1 Liter Fleischbrühe

1 Prise Salz

1 Prise Zucker

1 Prise Pfeffer

1 EL Paprikapulver, edelsüß

1 TL Paprikapulver, rosenscharf

1 TL Kümmel

1 TL Majoran

350 g Kartoffeln

1 Becher saure Sahne

Zubereitung

Rindfleisch in Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und klein schneiden. Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden.

Rindfleischwürfel in heißem Schmalz rundum anbraten. Zwiebeln und Knoblauch hinzufügen. Mehl darüber stäuben und verrühren. Gewürze hinzufügen, mit Fleischbrühe aufgießen und ca. 40 Minuten köcheln lassen. Kartoffeln hinzufügen und nochmals 25 Minuten kochen.

Saure Sahne getrennt servieren, kann dann nach Wunsch genommen werden.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

12.10.05 Rummelservices

Kesselgulasch á la Julius

Zutaten für 4 Portionen

500 g Rindfleisch

500 g Zwiebel(n)

100 g Öl

Salz

Pfeffer

Paprikapulver, edelsüß

1 Zehe/n Knoblauch

200 g Tomate(n)

100 g Möhre(n)

200 g Sellerie

500 g Kartoffeln
1.5 Liter Brühe
1 Glas Letscho

Zubereitung

Die in Scheiben geschnittene Zwiebel im heißen Öl ein wenig bräunlich anbraten, ich nehme natives Olivenöl. Das Fleisch, ich hole es immer von "meinen" Metzger im Stück, schneide es vorher in nicht zu große Würfel und vermenge es reichlich mit dem edelsüßen Paprika, Salz und Pfeffer nach Geschmack und auch den geschälten und zerquetschten Knoblauch dazu, gebe es dann zu den Zwiebeln, brate es an.

Die in Würfel geschnittenen Möhren, Sellerie, Kartoffeln und Tomaten hebe ich dann gerade in dieser Reihenfolge in Abständen, wegen des Gareffektes, unter. Dann mit der Brühe auffüllen und garen lassen. Mit den Gewürzen abschmecken, kurz vor Schluss den Letscho hinzufügen.

Bei der Garzeit immer am Fleisch probieren, so ca. 1 1/2 Std. braucht es schon.

PS : Julius Horvath, mein ungarischer Freund, ist schon lange verstorben. Ich habe von ihm viel gelernt. Was wir z.B. allgemein als Gulasch kennen, ist in Ungarn das Pörkölt, Schmorfleisch mit Paprikasoße. Der scharfe, sehr würzige Sud, spielt in der ungarischen Küche eine ganz besondere Rolle. Ich verwende deshalb auch beim Kesselgulasch auch noch ein wenig scharfen Paprika oder/und einen Spritzer Tabasco, eigentlich nicht Ungarn typisch - das muss jeder selber wissen.

Übrigens Kesselgulasch: Eine Spiritusflamme - über ihr hängt ein Kessel mit feurigen Zutaten in einem kunstschmiedeeisernen Ständer.

Größe des Kessels: So, wie die um ihn stehenden Personen appetitstillend an Nahrung benötigen - das noch mitten in der Pussta, der ungarischen Grassteppe - rund herum Pferdegeruch - das war doch was !

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
10.08.03 abillig1

Schmankerl aus Ungarn

Pfeffertokány

Zutaten für 4 Portionen

1 kg Rindfleisch

150 g Fett

300 g Zwiebel(n)

150 g Tomatenmark oder 5 Tomaten, geschält

Salz und Pfeffer

200 ml Wein, weiß

Zubereitung

Rindfleisch in längliche Streifen schneiden. Die feingehackten Zwiebeln im erhitzten Fett goldbraun dünsten. Die Tomaten und das vorbereitete Fleisch dazugeben, mit Salz und reichlich Pfeffer würzen und mit dem Weißwein aufgießen. Den Kochtopf zudecken und das Fleisch bei mäßiger Hitze gar dünsten.

Mit Reis servieren.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

25.01.06 kawabaer

Szegediner Fleisch mit Eiergraupen

Szegedi tarhonyás tús

- ein typisches ungarisches Gericht

Zutaten für 4 Portionen

600 g Schweinefleisch (Schulter)

1 große Zwiebel(n)

80 g Butterschmalz

1 TL Paprikapulver, mild oder rosenscharf, je nach Geschmack
Salz

2 Paprikaschote(n), rote

1 große Tomate(n)

250 g Graupen (Eiergraupen)

Wasser

Zubereitung

Das Fleisch in 2 cm große Würfel schneiden. Die Zwiebel fein hacken. Die Hälfte des Fetts erhitzen und die Zwiebel darin goldgelb rösten. Vom Herd nehmen, mit Paprikapulver bestreuen und mit 100 ml Wasser auffüllen.

Bei schwacher Hitze die Flüssigkeit verdunsten lassen. Dann das Fleisch zugeben, salzen und zugedeckt schmoren lassen. Bei Bedarf zwischendurch ein wenig Wasser nachgießen. Die ausgehöhlten Paprikaschoten und die Tomate längs in grobe Stücke teilen und zu dem halbgaren Fleisch geben. Die Eiergraupen im restlichen, erhitzten Fett unter ständigem Rühren goldgelb braten und zu dem fast garen Fleisch geben. Mit soviel warmem Wasser auffüllen, dass alles gut bedeckt ist. Gegebenenfalls nachsalzen und zugedeckt etwa 15 Minuten im vorgeheizten Backofen garen. Dazu frischen Salat der Saison oder eingelegte Gemüse reichen. Besonders gut passen Salzgurken, in Essig eingelegte Paprikaschoten oder Mixed Pickles. TIPP: Die Eiergraupen sind in Ungarn gerne gegessene kleine geriebene Eiernudeln. Ersatzweise kann man auch "Riebele" nehmen, die man bei uns als Suppeneinlage bekommt.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

17.07.05 Sivi

Topfen Fleckerl 4 Ei M

Turós Czusza aus Ungarn

Zutaten für 3 Portionen

500 g Mehl

4 Ei(er)

400 g Quark (Topfen)

300 g Schmand (Creme fraiche)

50 g Butter

1 EL Schweineschmalz

100 g Speck, geräuchert, (oder mehr)

etwas Salz

etwas Wasser

Zubereitung

Aus dem Mehl, Eiern, Wasser und Salz einen etwas festeren Teig kneten. Etwas ruhen lassen. In der Zwischenzeit Räucherspeck in Würfel schneiden und im Schmalz kross zu Grieben ausbraten. Teig anschließend dünn ausrollen und entweder in Bandnudel - Form schneiden oder in beliebig große Fleckchen zupfen (aufpassen, damit sie nicht zusammenkleben). Nudeln in Salzwasser kochen, kalt abschrecken und in die heiße Butter kippen, 3 - 4 Minuten darin schwenken und auf vorgewärmte Teller anrichten. Schmand mit etwas Wasser verrühren, damit es eine etwas flüssigere Konsistenz erhält (damit ähnelt es mehr dem ungarischen "Tejföl"). Quark über die heißen Butter-Nudeln verteilen, mit der Schmand-Wasser-Mischung übergießen, die Grieben darüber streuen und genießen!

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

16.05.02 Stegi

Ungarische Hirtensuppe

Zutaten für 4 Portionen

50 g Fett zum Braten

2 Zwiebel(n), auch 3

2 TL Paprikapulver, edelsüß, auch 3

250 g Rindfleisch, für Gulasch

1 EL Mehl

1 Glas Wein, rot

Salz

Pfeffer

Kümmel

Majoran

1 TL Tomatenmark, auch 2

2 Kartoffeln

1 Paprikaschote(n), grüne

Zubereitung

Das Bratfett in einem sauberen Bratgeschirr - muss nicht aus Ungarn sein - erhitzen. Die ohne Nagelverlust klein geschnittenen Zwiebeln darinnen goldgelb anschwitzen, mit dem Edelsüßpaprika bestreuen und mit 2 Essl. klarem Leitungswasser ablöschen. Das radikal klein gewürfelte Fleisch zugeben, radikal anschmoren, mit dem Mehl bestäuben und dann radikal mit dem Rotwein begießen. Etwas Salz, Pfeffer, Kümmel, Majoran und das abgelöfelte Tomatenmark weniger radikal - also sanft - dazugeben. 1 Liter klares Leitungswasser aufgießen und zugedeckt weich kochen. Dauert so 2 Stunden. Wenn Leitungswasser fehlt - nachgießen.

Inzwischen 2 geschälte, klein gewürfelte Kartoffeln in gesalzenem Salzwasser halbweich kochen und zusammen mit der vorbereiteten, fein geschnittenen Paprikafrucht in den letzten 15 Kochminuten zur fast fertigen Ungarischen Hirtensuppe geben. Dann wirklich, aber wirklich nur noch vor sich hin köcheln lassen!

Diese Gulaschsuppe kann auch aus nur magerem Schweinefleisch oder halb Rind, halb Schwein zubereitet werden. Statt dem Tomatenmark können auch einige kurz- und kleingeschnittene Tomaten mitkochen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

18.07.04 Benno50

Ungarische Sauerkrautsuppe M

Korhelyleves

Zutaten für 6 Portionen

2 Liter Sauerkraut - Saft (evtl. mit Wasser nach Bedarf verdünnt)

500 g Sauerkraut, frisches

400 g Würstchen (Debreziner)

30 g Schmalz

20 g Mehl

1 TL Paprikapulver, edelsüß

1 g Zwiebel(n), feingewürfelt
1 Bund Petersilie, gehackt

3 EL Crème fraiche oder Schmand

Salz
Pfeffer, frisch gemahlen

Zubereitung

Den Sauerkrautsaft evtl. nach Geschmack mit Wasser verdünnen (2 l gesamt). Das Sauerkraut zugeben und aufkochen.

Aus Schmalz und Mehl eine dünne braune Mehlschwitze herstellen, Paprikapulver und Zwiebelwürfel dazugeben. Die Hälfte der Würstchen in Scheiben schneiden und zusammen mit der Einbrenne in die Suppe geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und 20 Min köcheln lassen. Zum Schluss die restliche Wurst im Stück kurz mitkochen. Nochmals abschmecken und mit der Petersilie bestreuen.

Vor dem Servieren die Sahne auf der Suppe verteilen.

Hinweis: In Ungarn nennt man diese Suppe "Bummelsuppe", weil sie nach einer durchbummelten Nacht nicht nur gut schmeckt, sondern einem auch wieder auf die Beine und den Kater bekämpfen hilft.

Allerdings schmeckt sie auch ohne diese Voraussetzungen!

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
08.06.06 Gdaboss

Vereinigtes Königreich FI

Zypern FI

Bourgouri Pilaf

4 Portionen

1 Zwiebel
Tomatenmark
Petersilie
200 g Bulgur
1 Handvoll feine Nudeln
Olivenöl

1/4 l Fleischbrühe

1 Lorbeerblatt

Salz
Pfeffer

Öl in einen Kochtopf geben, die fein gehackte Zwiebel darin glasig dünsten, die in der Hand klein zerdrückten Fadennudeln nach und nach beifügen, dann den Bulgur und das Tomatenmark. Etwas anrösten lassen. Dann mit der Fleischbrühe ablöschen. Umrühren. Zudecken. 25 Minuten köcheln

Gebeiztes Schweinefleisch aus Zypern

Zutaten für 4 Portionen
1.5 EL Koriander, ganz

785 g Schweinefilet, in 2,5 cm große Würfel geschnitten

½ TL Pfeffer, schwarz, frisch gemahlen

1 EL Mehl

60 ml Olivenöl

1 große Zwiebel(n), dünn geschnitten

360 ml Wein, rot

240 ml Hühnerbrühe

1 TL Zucker

Zubereitung

Die Korianderkörner in einem Mörser zerstoßen. Das Fleisch, die Körner und den Pfeffer zusammenmengen und übernacht im Kühlschrank ziehen lassen.

Das Schweinefleisch mit dem Mehl überziehen, dabei gut durchmischen. Die Hälfte vom Mehl erhitzen und Portionsweise das Fleisch darin anbraten, 1-2 Min, oder bis es gebräunt ist. Beiseite stellen.

Das restliche Öl auf mittelstarker Hitze erhitzen und die Zwiebeln darin goldgelb anbraten, ca. 2-3 Min. Fleisch zugeben, den Wein anschütten, Brühe und Zucker begeben und abschmecken. Aufkochen, Flamme verkleinern und zugedeckt 1 Std. köcheln lassen.

Fleisch herausnehmen und warm stellen. Die Sauce bei starker Hitze 3-5 Min einkochen lassen, bis es reduziert ist und die Beschaffenheit leicht sämig ist. Über das Fleisch geben. Mit Reis servieren.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
06.12.04 Quargl

im Ofen gebackenes Lamm mit Zwiebeln

Ttawas

8 Portionen

1 1/2 kg Lamm ohne Knochen

2 kg Zwiebeln in Scheiben

1 kg Tomaten, kleingeschnitten

1 TI Kümmel

2 Kleine Stücke Zimt

2 TI Oregano

3 Lorbeerblätter

3 Tassen Öl

Salz

Pfeffer

Man schneidet das Lammfleisch in Würfel wie für Ragout. In einen Tontopf gibt man lagenweise zuerst Zwiebeln, dann Tomaten, dann Fleisch, dann wieder Zwiebeln bis der Topf voll ist. Auf jede Fleischschicht gibt man jeweils von den Gewürzen. Man gießt das Öl über das Ttawas, bewegt den Topf gut, so dass das Öl überall hinkommt, legt zum Schluss die Lorbeerblätter oben auf, gibt Oregano darüber und Pfeffer und verschließt den Topf entweder mit einem passenden Deckel oder mit Alufolie. Man kann zum Beispiel einen Römer-Topf für die Zubereitung des Ttawas verwenden.

Dann kommt der Topf für zwei Stunden in den sehr heißen Ofen.

Weinblätter in dunkler Sauce

6 Portion

400 g Frische Weinblätter entspricht etwa
70 Blätter

Für die Füllung

1 kg Hackfleisch vom Rind

125 g Zwiebeln fein gehackt

2 Eier

2 El Paniermehl

6 El Petersilie gehackt

4 El Minze gehackt

1 TI Anis gemahlen

Schwarzer Pfeffer

Salz

Für die Soße

125 g Zwiebeln gehackt
125 ml Fleischbrühe
200 ml Commandaria
5 El Kräftiger trockener Rotwein
150 g Tomatenmark
Pflanzenöl

Die Füllungszutaten gut vermengen.

Die Weinblätter gut abspülen, 5 Minuten in kochendheißem Wasser legen, damit sie weich und elastisch werden. Herausnehmen und abtropfen lassen.

Ein Blatt mit den Blattrippen nach oben auf die Arbeitsplatte legen. Auf die Mitte der Blattspitze gegenüber dem Stiel 1 Teelöffel Füllung geben. Die Blattspitze drüberrollen, die Blattseiten über der Füllung einschlagen und das Blatt um die Füllung in Richtung Stiel rollen.

So alle Blätter füllen und mit dem Stiel nach unten in eine feuerfeste Form legen. Es lassen sich mehrere Schichten übereinander stapeln. Oben einen Raum von etwa 2 cm Höhe freilassen.

Für die Sauce die Zwiebeln in etwas Öl anbraten. Mit der Brühe, dem Commandaria und dem Wein ablöschen. Pfeffern und salzen. Das Tomatenmark hinzufügen und unter ständigem Rühren kurz köcheln lassen.

Die Sauce über die Weinblätter geben und die geschlossene Form in den auf 200°C vorgeheizten Backofen stellen. 45 Minuten garen.

(*) Nur junge, ungespritzte Blätter nehmen, die noch nicht holzig sind. In Deutschland sind die im Juni und Juli erhältlichen Weinblätter am geeignetesten. Die frischen Blätter können auch durch in Salzlake eingelegte Weinblätter ersetzt werden: die Blätter müssen kurz heiß gewässert werden, weil sie sonst zu salzig sind. In diesem Fall auch Füllung und Sauce entsprechend sparsamer salzen.

(**) Commandaria: ein bernsteinfarbener bis dunkelroter Dessertwein, dessen samtiges, kandisartiger Aroma auf der Verwendung von gedörrten Trauben beruht. Ersatz: Marsala oder Madeira.

Lammfleisch

Arni kokkinisto

Für 4 Personen

800 g Lammfleisch

1/2 l guter Rotwein

3 große, gehackte Zwiebeln

4 gehackte Knoblauchzehen

1/2 Tl Thymian

1 Tl Stärkemehl

6 El Commandaria (ersatzweise Marsala oder Madeira)

Pflanzenöl

gemahlener, schwarzer Pfeffer

Salz

Das Fleisch in grobe Würfel schneiden und 4 Stunden in dem Wein marinieren.

Etwas Öl erhitzen. Das Fleisch gut abtropfen lassen und kräftig anbraten. Anschließend die Zwiebeln und den Knoblauch hinzufügen und weiterbraten.

Mit der Marinade ablöschen. Mit dem Thymian, Pfeffer und Salz würzen und köcheln lassen, bis das Fleisch gar ist (ca. 45 Minuten). Falls nötig,

Wasser nachgießen. Zum Schluss das Stärkemehl im Commandaria lösen und in die Sauce einrühren. Aufkochen und servieren.

Dazu passen hervorragend die im nächsten Rezept folgenden Ofenkartoffeln.

Noch ein paar Bemerkungen dazu: Der Knoblauch darf nicht dunkel gebraten werden dann wird er bitter! Wir haben als Rotwein einen Südpfälzer Spätburgunder verwendet. Commandaria ist ein Dessertwein, der aus gedörrten Trauben hergestellt wird.

Vorbereitungszeit 4 Stunden marinieren.

Lammfleisch aus dem Ofen

Kleftiko

6 Portionen

3 kg Lammfleisch

12 Große Kartoffeln

Butter

12 Lorbeerblätter

Salz

Zitronensaft

Butterbrotpapier

Zeitungspapier

Alufolie

Waschen Sie das geschnittene Fleisch, lassen Sie es abtropfen und beträufeln Sie es mit Zitronensaft. Die Kartoffeln werden geschält und halbiert. Zwischen die zwei Kartoffelhälften gibt man etwas Salz, ein Lorbeerblatt und ein Stück Fleisch. Das Ganze wird in ein leicht eingebuttertes Butterbrotpapier eingewickelt. Dieses wird mit Alufolie umwickelt. Dann kommt eine dicke Lage Zeitungspapier und zum Schluss wird die Kugel mit Alufolie umgeben.

Wenn alle Fleischstücke und Kartoffeln verpackt sind, schichtet man sie in den auf höchste Stufe vorgeheizten Backofen. Man schaltet auf 200 Grad und lässt das Kleftiko ca. 2 Stunden darin. (Krinos gibt die Kugeln in den sehr heiß vorgeheizten Brotbackofen, verschließt ihn luftdicht mit Lehm und lässt das Kleftiko ebenfalls 2 Stunden garen.) Dann werden die Kugeln heraus genommen, ausgepackt und Fleisch und Kartoffeln getrennt in Schüsseln angerichtet. Salat gibt es dazu.

Rindfleisch in Folie

Wodino se asimocharto

4 Portionen

4 Rindfleischstücke aus der Keule, je ca. 200 g

1 TI Zitronensaft

2 EI Butter

16 schwarze Oliven zerdrückt

2 Knoblauchzehen

1 sm Zwiebel fein gehackt

1 TI frische Minze gehackt

1 Prise Geriebene Orangenschale

4 Frühstücksspeckstreifen von mildem Speck

Pflanzenöl

Schwarzer Pfeffer

Den Zitronensaft mit der Butter, den Oliven, dem zerdrückten Knoblauch, der Zwiebel, der Minze, der Orangenschale und dem Pfeffer vermischen. Die Fleischstücke damit einreiben. Jeweils ein Streifen Speck um die Fleischstücke wickeln und mit Küchengarn befestigen.

Vier große Stücke Aluminiumfolie mit Öl einpinseln, jeweils ein Fleischstück auflegen und so schließen, dass kein Saft austreten kann.

Die Päckchen auf den Backofenrost legen und zwei Stunden bei 175 oC garen.

Schweinefleisch in Wein

Afelia

6 Portionen

1 1/2 kg Schweinefleisch (Hals oder Schulter)

2 El Koriandersamen gemahlen

1 c Rotwein, trocken

Salz

Pfeffer

Olivenöl

Fleisch in Ragout-Stücke schneiden, in ein Gefäß geben, dann den Wein hinzugeben und für etwa 5 bis 6 Stunden marinieren lassen. Dann wird das Fleisch aus der Marinade genommen und in Olivenöl angebraten. Nach einiger Zeit ist das Fett des Fleisches geschmolzen und man nimmt mit einem Schaumlöffel das angebratene Fleisch heraus um es in einen anderen Topf zu geben. Man würzt mit dem Koriandersamen und mit Salz und löscht mit Rotwein ab. Dann lässt man das Afelia zugedeckt ca. 1 Stunde köcheln.

Afelia schmeckt gut mit Reis oder Kartoffelbrei, am besten aber mit Bourgouri Pilaf.

Zyprische Roulade M

Wodino tilichto

4 Portionen

4 Rinderrouladen

1 md Zwiebel gehackt

5 schwarze Oliven zerdrückt

1 Prise Gewürznelke gemahlen

1 Prise Zimt gemahlen

1/2 El Stärkemehl

3 El Commandaria Ersatz: Marsala o. Madeira

Für die Füllung

300 g Hackfleisch vom Schwein

1 Zwiebel gehackt

2 Knoblauchzehen gehackt

2 Ei Petersilie gehackt
20 g Pinienkerne
20 g Korinthen
1 TI Koriandersamen gemahlen
1/4 TI Muskatnuss gemahlen
2 Ei Zitronensaft
1 Ei Weinbrand
4 Ei Commandaria

2 Ei Kondensmilch

2 TI Paniermehl
Schwarzer Pfeffer
Salz

Die Füllungszutaten gut vermengen.

Die Rouladen schwach salzen, mit der Füllung bestreichen und zusammenrollen. Mit Rouladenringen, Küchengarn oder Zahnstochern sicher verschließen.

Etwas Öl erhitzen und die Rouladen rundum anbraten. Die Zwiebel kurz mitbräunen. Mit so viel Wasser ablöschen, dass die Rouladen knapp bedeckt sind. Die Oliven hinzufügen, mit Nelke und Zimt würzen, zudecken und köcheln lassen, bis die Rouladen gar sind (etwa eine Stunde). Gelegentlich wenden.

Zum Schluss das Stärkemehl im Commandaria lösen und in die Sauce einrühren. Kurz aufkochen, mit Salz abschmecken.

Hinweis für Word

Die Sammlung ist mit **Verdana 12** geschrieben, wer eine kleinere Schriftgröße benutzt, bei dem stimmen die Seitenzahlenangaben nicht mehr, Sind aber weiterhin aktiv.

Der/die gehe bitte auf das jeweilige Verzeichnis ,
erst Inhaltsverzeichnis, dann Index,
mit der RECHTEN Maustaste

Felder aktualisieren / gesamtes Verzeichnis aktualisieren.
Dann speichern, O K.

Montag, 29. Januar 2007

Mit freundlichen Grüßen

Hans

www.Hans-joachim60.de