

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Profi: Schwein

2023

86 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 1. Januar 2024.

Inhalt

| | |
|--|----|
| Kasseler mit Rösti-Kruste | 1 |
| Spätzle-Auflauf mit Rosenkohl und Kasseler | 1 |
| Gefüllte Schweine-Filets mit Parmaschinken | 2 |
| Schnitzel-Pfanne | 2 |
| Amsterdamer Fleischtopf | 3 |
| Gyros - für Spieß oder Pfanne | 3 |
| Grünkohl mit Kasseler | 4 |
| Deutscher Döner | 4 |
| Bayrischer Krusten-Braten mit Sauerkraut | 5 |
| Schweine-Nacken Toskana, gefüllt | 6 |
| Geschmorte Schweinebäckchen | 7 |
| Schweine-Gulasch mit Bier | 8 |
| Szegediner Gulasch mit Kartoffel-Nudeln | 9 |
| Steirisches Ofenbrätl | 10 |
| Schaschlik mit Schaschlik-Soße | 10 |
| Schweine-Bauch gepökelt, sous-vide gegart | 11 |
| Gyros vom Drehspieß | 12 |
| Schweine-Nacken-Braten mit Pilzen und Käsesoße | 13 |
| Spanferkel-Rollbraten mit Bier-Soße | 14 |
| Krustenbraten | 15 |
| Auflauf griechisch | 16 |
| Schweine-Nacken Toskana gefüllt | 17 |
| Schweine-Filet im Blätterteig | 17 |
| Schweine-Rollbraten gefüllt | 18 |
| Party-Filet | 19 |

| | |
|---|----|
| Schweine-Filet-Medaillons im Speckmantel | 19 |
| Pulled Eisbein mit Krautsalat und Kartoffel-Chips | 20 |
| Kassler vom Iberico-Schwein | 21 |
| Gyros-Auflauf | 22 |
| Maiskolben mit Tomatensalsa und Schnitzel | 23 |
| One-Pot aus dem Reiskocher mit Schweine-Nacken | 24 |
| Gefüllte Spießrollbraten vom Kasseler | 25 |
| Brauhaus-Gulasch | 25 |
| Kleine Schweine-Schnitzel mit Zwetschgen-Haselnuss-Soße | 26 |
| Fränkisches Schäufele | 27 |
| Schweine-Filets gegrillt Barbecue-Style | 28 |
| Saftiges Porchetta vom Drehspieß | 29 |
| Karree vom Schwein vom Drehspieß | 29 |
| Schweine-Rücken vom Drehspieß | 29 |
| Gemüse-Schaschlik vom Drehspieß | 30 |
| Kasseler vom Drehspieß | 30 |
| Schweine-Nacken gegrillt mit Zwiebeln, Miso-Mayonnaise | 30 |
| Asia-Schweinebauch mit zweierlei Blumenkohl | 31 |
| Rosenkohl-Kasseler-Auflauf | 32 |
| Schweinebauch aus dem Ofen, knusprig | 32 |
| Schweinshaxe bayrisch | 33 |
| Knuspriges Schnitzel Caprese Style | 33 |
| Gyros aus der Pfanne mit griechischem Salat | 34 |
| Kasseler Hawaii mit Röstzwiebel-Reis und Curryschaum | 35 |
| Schweinebauch mit Guacamole | 36 |
| Schweine-Kotelett vom Grill mit Teriyaki-Marinade | 36 |
| Rosenkohl-Kasseler-Auflauf | 37 |
| Rollbraten gegrillt oder im Backofen | 37 |
| Schweine-Filets gegrillt | 38 |
| Schweine-Filet sous vide mit Honig-Limetten-Vinaigrette | 38 |
| Szegediner Gulasch | 39 |
| Marinierte Schweine-Koteletts vom Grill | 39 |

| | |
|---|----|
| Filettopf | 40 |
| Schweine-Braten mit Krautsalat | 41 |
| Gefüllter Schweine-Nacken Toskana | 42 |
| Kotelett mit Honig-Zwiebeln | 42 |
| Gyros-Toast | 43 |
| Spargel-Lasagne mit Schweine-Filet | 44 |
| Leipziger Allerlei mit Schnitzelchen | 46 |
| Nackensteaks auf dem Blech | 47 |
| Filettopf | 47 |
| Schweine-Rückensteaks Tessiner Art mit Tomaten, Käse | 48 |
| Schnitzel in Ei-Hülle mit Tomaten-Soße | 49 |
| Ofen-Geschnetztes mit Spätzle | 50 |
| Porchetta | 50 |
| Kasseler Rippchen mit Lauch | 51 |
| Spareribs | 51 |
| Schweine-Braten | 52 |
| Schweine-Filet mit Bacon in Curry-Sahne | 53 |
| Jäger-Kasseler vom Blech | 53 |
| Ofen-Geschnetztes mit Spätzle | 54 |
| Rippchen mit würziger Marinade | 54 |
| Schnitzel Wiener Art mit Krautsalat | 55 |
| Cordon bleu, Kartoffel-Sellerie-Stampf, Feld-Salat | 56 |
| Schweine-Koteletts mit Topinambur-Chips und Spinat | 57 |
| Schweinefleisch im Wok | 58 |
| Cornflakes-Cordon-bleu mit grünem Salat | 59 |
| Rosenkohl-Auflauf mit Kassler | 60 |
| Bauern-Schnitzel, Petersilien-Kartoffeln, Preiselbeeren | 61 |
| Gyros-Auflauf | 62 |
| Gyros-Braten vom Grill | 62 |

Index **63**

Gefüllte Schweine-Filets mit Parmaschinken

Für 4 Portionen

| | | |
|---------------------------|------------------|---------------|
| 2 Schweinefilets | 1 Bund Basilikum | 3 EL Parmesan |
| 10 Scheiben Parmaschinken | 2 EL Olivenöl | |

Für das Pesto:

| | | |
|----------------------------|---------------------|-----------------|
| 200 g getrockn. Öl-Tomaten | 5 EL Olivenöl | 1 Knoblauchzehe |
| 1 Prise Oregano | 5 Blätter Basilikum | Salz, Pfeffer |

Pesto:

Die getrockneten Tomaten mit 5 EL Öl pürieren und mit Pfeffer, gehacktem Knoblauch, klein geschnittenem Basilikum und dem Oregano nach Geschmack würzen. In einem luftdicht verschlossenen Gefäß hält sich die Paste im Kühlschrank ca. zwei Wochen.

Schweinefilets:

Die Schweinefilets der Länge nach auf- aber nicht durchschneiden. Das Fleisch salzen und pfeffern und entlang des Schnittes mit Basilikumblättern auslegen.

Parmesan und Pesto vermischen und auf den Basilikumblättern verteilen.

Die Schweinefilets wieder in Form drücken, mit Parmaschinken umwickeln und mit Olivenöl bestreichen. In eine Auflaufform legen und im vorgeheizten Backofen bei 190 °C Ober-/Unterhitze ca. 30 Minuten braten. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und 10 Minuten ruhen lassen.

Das Fleisch in Scheiben schneiden und auf einem Teller anrichten.

Dazu passen Rosmarinkartoffeln.

NN am 15. Dezember 2023

Schnitzel-Pfanne

Für 12 Portionen

| | | |
|----------------------------|-----------------------|------------------------------------|
| 12 große Schweineschnitzel | Salz, Pfeffer, Butter | 12 Scheiben Käse |
| 1 kg Champignons | 3 Zwiebeln | 250 g Bacon |
| 4 Stangen Porree | 750 ml Schlagsahne | 250 g Schmand |
| Paprikapulver, edelsüß | Curry | 2 Pck. Jägersauce, (Fertigprodukt) |

Schnitzel waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Fettpfanne des Backofens einfetten, die rohen Schnitzel nebeneinander hineinlegen und auf jedes Schnitzel eine Scheibe Chesterkäse legen. Pilze putzen, mit Küchenkrepp abreiben und in Scheiben schneiden. Zwiebeln abziehen und würfeln, Speck würfeln. Speck, Zwiebeln und Champignons in einer Pfanne anbraten, mit Pfeffer würzen, anschließend über die Schnitzel verteilen. Porree putzen, waschen, das Grün entfernen und nur das Weiße in Ringe schneiden, auch auf den Schnitzeln verteilen. Sahne und Schmand verrühren, mit Salz, Pfeffer, Paprika, Curry würzen. Jägersauce in die kalte Sahne einrühren und über die Schnitzel in der Fettpfanne gießen.

Das Ganze abgedeckt 24 Stunden ziehen lassen. Am nächsten Tag die Schnitzelpfanne im Backofen bei 180°C etwa 90 Minuten garen.

Dazu passt Rohkostsalat, Reis oder Baguette.

NN am 13. Dezember 2023

Amsterdamer Fleischtopf

Für 4 Portionen

| | | |
|--------------------|----------------------|---------------------|
| 250 g Bandnudeln | 150 g Käse, gerieben | 500 g Schweinefilet |
| 100 g Kochschinken | 40 g Butter | 1 Becher Sahne |
| 125 ml Brühe | Salz, Pfeffer | Majoran |
| Wein, weiß | | |

Nudeln kochen, abschrecken und mit 50 g Käse mischen. In eine Auflaufform geben. Schweinefilet in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden und mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen. Butter erhitzen, Fleisch darin von beiden Seiten anbraten, aus der Pfanne nehmen und auf die Nudeln legen. Bratensatz mit der Brühe und Sahne aufgießen. Die Soße etwas einkochen lassen und mit Salz, Pfeffer, Majoran und einem Schuss Weißwein kräftig abschmecken und über das Fleisch geben. Schinken in Streifen schneiden und darauf legen. Geriebenen Käse darüber streuen. Im Backofen bei 200 °C ca. 20 Minuten überbacken.

NN am 13. Dezember 2023

Gyros - für Spieß oder Pfanne

Für 6 Portionen

| | | |
|---------------------|---------------------------|-----------------------------|
| 250 ml Olivenöl | 3 EL Oregano | 1 EL Thymian |
| 1 EL Rosmarin | 1 EL Petersilie | 1 EL Paprikapulver |
| 1 EL, gestr. Zucker | 1 EL, gestr. Salz | 1 EL, gestr. Cayennepfeffer |
| 1 Msp. Chilipulver | 2 Knoblauchzehen, gehackt | 1 kleine Zwiebel, gewürfelt |
| 1 TL, gestr. Muskat | 1 EL, gestr. Pfeffer | Zitronensaft |
| 2 kg Schweinenacken | | |

Alle Zutaten, außer dem Fleisch, miteinander vermengen.

Das Fleisch in dünne Scheiben für den Gyrogrill schneiden. Für die Pfanne in kleine Stücke schneiden.

Das Fleisch nun in die Marinade einlegen und für mindestens 24 Std. im Kühlschrank abgedeckt ziehen lassen.

Nun am Spieß aufspießen und grillen, oder in der Pfanne braten bis es gar ist.

Mit Weißkrautsalat und Tzatziki servieren.

NN am 12. Dezember 2023

Grünkohl mit Kasseler

Für 4 Personen:

| | | |
|---------------------------------------|---------------------------|--------------------------------|
| 1 $\frac{1}{2}$ kg geputzter Grünkohl | 4 Zwiebeln | 500 g ausgel. Kasselerkotelett |
| 50 g Schweineschmalz | 2 EL Schweineschmalz | 800 g kl. festk. Kartoffeln |
| 4 Kohlwürste (à 100 g) | 4 Bremer Pinkel (à 100 g) | Salz, Pfeffer |
| 2 EL Zucker | gemahlener Piment | 2 EL Senf |
| 4 EL Haferflocken | | |

Grünkohl waschen und portionsweise kurz in kochendem Wasser blanchieren. Kohl auf ein Sieb gießen, etwas abkühlen lassen und grob hacken. Zwiebeln schälen und würfeln. Fleisch in Scheiben schneiden. 50 g Schweineschmalz in einem Topf erhitzen. Kasseler darin ca. 1 Minute von jeder Seite braten, herausnehmen.

Zwiebeln im Bratfett andünsten. Kohl und 500 ml Wasser dazugeben, aufkochen. Kasseler wieder dazugeben und zugedeckt ca. 1 Stunde schmoren.

Inzwischen Kartoffeln waschen und ca. 20 Minuten in kochendem Wasser garen. Ca. 30 Minuten vor Ende der Garzeit Kohlwürste und Pinkel zum Grünkohl geben. Kartoffeln abgießen, abschrecken und pellen. 2 EL Schmalz in einer Pfanne erhitzen. Kartoffeln darin unter Wenden goldbraun braten, dabei mit Salz würzen.

Zucker darüberstreuen und karamellisieren lassen.

3 Kasseler und Würste aus dem Grünkohl nehmen und warm halten. Grünkohl mit Salz, Piment, Pfeffer und Senf abschmecken, Haferflocken unterrühren. Grünkohl und Kartoffeln auf Tellern anrichten.

NN am 07. Dezember 2023

Deutscher Döner

Für 2 Personen:

| | | |
|----------------------|-----------------------|----------------------|
| 2 Brötchen | 3 EL Butter | 4 EL Sauerkraut |
| 50 ml Apfelsaft | 150 g griech. Joghurt | 1/4 Gurke |
| 3 Knoblauchzehen | 1 Msp. Gewürzsalz | 1 Msp. Fleischgewürz |
| 300 g Schweinenacken | 2 rote Zwiebeln | 4 EL Bratöl |

Schrippen aufschneiden und mit den Schnittflächen nach unten in 2 EL zerlassener Butter goldbraun anbraten.

1 EL Butter in einem Topf zerlassen. Sauerkraut dazugeben, vermengen und anschließend Apfelsaft zufügen. Sauerkraut bei niedriger Hitze unter gelegentlichem Rühren ca. 7 Minuten leicht köcheln lassen.

In der Zwischenzeit griechischen Joghurt in eine Schüssel geben.

Gurke grob und 2 Knoblauchzehen fein dazureiben. Mit Gewürzsalz würzen und zu einem Dip verrühren.

Brötchen aus der Pfanne nehmen und beiseitelegen.

Schweinenacken quer in feine Scheiben und 1 Zwiebel in feine Streifen schneiden. Übrige Knoblauchzehe mit der Messerklinge andrücken und fein hacken. Fleisch, Zwiebel und Knoblauch zusammen in eine Schüssel geben, gut vermengen und großzügig mit Fleischgewürz würzen. Bratöl zufügen und nochmals gut vermengen. Das Fleisch in der Brötchen-Pfanne von allen Seiten ca. 8 Minuten scharf anbraten.

Steffen Henssler am 07. Dezember 2023

Bayrischer Krusten-Braten mit Sauerkraut

Für 6 Portionen

| | | |
|----------------------|--------------|-----------------|
| 1 ½ kg Schweinebauch | 4 TL Salz | 1 TL Pfeffer |
| 1 TL Paprikapulver | 1 TL Kümmel | 6 Nelken |
| 1 Knoblauchzehe | 2 Zwiebeln | 1 große Karotte |
| 1/8 Sellerieknolle | 200 ml Brühe | |

Für das Sauerkraut:

| | | |
|-------------------------|---------------------|-------------------|
| 750 g mildes Sauerkraut | 1 kleine Kartoffel | 1 Zwiebel |
| 100 ml Brühe | 1 TL, gestr. Kümmel | 6 Wacholderbeeren |
| 2 Lorbeerblätter | Saucenbinder | |

Den Schweinebauch unter kaltem Wasser abspülen und trocken tupfen. Dann den Schweinebauch mit der Schwartenseite nach unten in einen Bräter legen, heißes Wasser angießen, so dass 1 cm der Schwarte unter Wasser liegt. Das Ganze eine 1/2 Stunde ziehen lassen.

Die Zwiebeln würfeln, die Karotten und den Sellerie grob würfeln.

Salz, Pfeffer, Paprika und Kümmel in einer kleinen Schüssel vermengen.

Den Schweinebauch nach einer halben Stunde aus dem Wasser nehmen und die Schwarte rautenförmig einschneiden, nicht ins Fleisch.

Den Braten mit Knoblauch einreiben, mit der Gewürzmischung kräftig würzen; die Schwarte mit den 6 Nelken spicken.

Den leeren Bräter auf den Herd stellen, Gemüse und etwas Kümmel darin anschwitzen. Nun den fertig gewürzten Schweinebauch in den Bräter legen. Keine Flüssigkeit zugießen. Dann alles für gut 1 Stunde in den vorgeheizten Backofen (180°C Ober-/Unterhitze) schieben.

Während dieser Zeit die Schwarte immer wieder mit Salzwasser begießen. Nach Ablauf der Zeit, wenn das Gemüse Farbe angenommen hat und angeröstet ist, ca. 200 ml Brühe angießen. Die Temperatur auf gut 200°C einstellen und das Fleisch 40 Minuten braten. Das Begießen der Schwarte nicht vergessen.

Je nach gewünschtem Bräunungsgrad während der letzten 20 Minuten die Temperatur auf 220 - 230°C erhöhen und mit Salzwasser bepinseln, bis die Schwarte krosse Blasen wirft.

Kurz vor Ende der Bratzeit die Soße in einen Topf abseihen.

Eventuell während des Bratens Malz- oder Schwarzbier in die Soße geben. Zum Schluss noch mit etwas dunklem Soßenbinder binden.

Für das Sauerkraut eine Zwiebel im Topf glasig anschwitzen und mit 100 ml Brühe ablöschen.

Das Sauerkraut mit Kümmel, Lorbeerblättern und Wacholderbeeren in einen Topf geben.

Die Kartoffel schälen, würfeln und in den Topf geben; evt. etwas Zucker hinzufügen, je nach Säuregrad des Krautes.

Das Ganze ca. 1 Stunde leicht köcheln lassen.

NN am 04. Dezember 2023

Schweine-Nacken Toskana, gefüllt

Für 6 Personen:

| | | |
|---------------------|-------------------|------------------|
| 2 kg Schweinenacken | 2 Hand Basilikum | 20 g Pinienkerne |
| 100 g Parmesan | 2 Zehen Knoblauch | 2 EL Olivenöl |
| 3 Stk Mozzarella | 1 Fleischtomate | 3 Hände Rucola |
| 1 TL Salz | 1 TL Pfeffer | |

Basilikumblätter, Parmesan, Knoblauch, Öl und Pinienkerne bereitlegen.

Die Pinienkerne in der Pfanne anrösten, dabei häufig schwenken.

Wenn die Pinienkerne leicht angeröstet sind, zurück in eine Schale geben.

Knoblauch mit den Pinienkernen zu einer festen Masse pürieren, Basilikum hinzufügen und weiter pürieren. Ein paar Blätter vom Basilikum für später aufheben. Olivenöl hinzugeben, untermixen, Parmesan hinzugeben, mixen. Das Pesto ist nun fertig.

Den Backofen auf 180°C Umluft vorheizen:

Die Mozzarella und die Tomate in 5 mm dicke Scheiben schneiden.

Den Schweinenacken längs flächig 1-2cm dick so aufschneiden, dass eine Fläche entsteht.

Auf dieser Fläche das Pesto verstreichen und danach großzügig mit Rucola belegen; darauf die Tomatenscheiben betten; darauf folgen die Mozzarellascheiben. Nun kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Belegen mit Basilikum-Blättern beenden.

Nun den belegten Nacken unter Druck einrollen und die Rolle mit Küchengarn fixieren.

Den Braten in einem Bräter mit Deckel in den Backofen schieben und ca. 90 min. garen. Danach auf einem Rost mit Unterschale 30 min. grillen.

NN am 04. Dezember 2023

Geschmorte Schweinebäckchen

Für 4 Personen

Für das Fleisch:

| | | |
|----------------------|--------------------------------|-------------------------------|
| 3 Zwiebeln | 2 Knoblauchzehen | $\frac{1}{4}$ Knollensellerie |
| 4 Möhren | 8 Schweinebäckchen | Salz |
| 2 EL Butterschmalz | 2 EL Tomatenmark | 2 EL Honig |
| 400 ml Rotwein | 400 ml Rinderbrühe | 2 Stangen Zitronengras |
| 40 g frischer Ingwer | 3 Lorbeerblätter | 2 Sternanis |
| 1 Stange Zimt | $\frac{1}{2}$ TL Pfefferkörner | 100 ml Sojasauce |
| Pfeffer | Speisestärke | |

Für die Kokospolenta:

| | | |
|-----------------|------------------|-------------------|
| 1 Knoblauchzehe | 3 Zweige Thymian | 400 ml Kokosmilch |
| 100 ml Wasser | Salz | 125 g Maisgrieß |
| 1 EL Butter | 70 g Parmesan | Pfeffer |

Für das Fleisch Zwiebeln und Knoblauch abziehen und würfeln.

Sellerie schälen, waschen und in Stückchen schneiden. Möhren putzen, schälen und nach Belieben halbieren oder würfeln. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Schweinebäckchen kurz kalt abbrausen, gründlich trocken tupfen und mit Salz würzen.

In einem Schmortopf das Butterschmalz erhitzen. Die Bäckchen darin von beiden Seiten anbraten. Fleisch aus dem Topf nehmen, warm halten.

Zwiebeln und Knoblauch ins Bratfett geben und unter Rühren anbraten. Gemüse zugeben und ebenfalls anrösten.

Tomatenmark und Honig zugeben und unter wenden mitrösten.

Das Fleisch wieder zurück in den Topf geben. Rotwein und Brühe angießen.

Zitronengras putzen, die äußeren evtl. angetrockneten Blätter ablösen. Zitronengras in grobe Stücke schneiden. Ingwer schälen und fein würfeln. Ingwer, Zitronengras, Lorbeer, Sternanis, Zimt und Pfefferkörner in den Fond rühren.

Sojasauce unter den Fond rühren.

Den Topf zugedeckt in den Backofen schieben. Die Bäckchen ca. 2 Stunden schmoren.

Etwa 30 Minuten vor Ende der Schmorzeit für die Polenta Knoblauch schälen und andrücken.

Thymian abbrausen und trocken schütteln.

Kokosmilch, 100 ml Wasser, etwas Salz, Knoblauchzehe und Thymian in einen Topf geben und aufkochen.

Knoblauch und Thymian wieder aus der Mischung entfernen.

Grieß unter ständigem Rühren einrieseln lassen. Nochmals aufkochen und dann den Topf vom Herd nehmen und die Polenta ausquellen lassen.

Sobald die Bäckchen weich geschmort sind, das Fleisch aus der Sauce heben, warm halten.

Schmorfond durch ein Sieb in einen Topf passieren.

Den Fond etwas einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Fond nach Belieben mit etwas in kaltem Wasser angerührter Stärke abbinden.

Bäckchen nochmals einlegen und kurz ziehen lassen Butter und Parmesan unter die Polenta rühren. Polenta mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Bäckchen, Polenta und Sauce anrichten.

Antonina Müller am 28. November 2023

Schweine-Gulasch mit Bier

Für 4 Portionen

| | | |
|--------------------------|---------------------|-----------------------------|
| 500 g Schweine-Gulasch | 2 EL Butterschmalz | $\frac{1}{2}$ TL Senf |
| 1 EL Tomatenmark | 1 El Ajvar, mild | 1 große Zwiebeln gehackt |
| 1 Knoblauchzehe gepresst | 1 Karotte, gerieben | 200 ml Bier |
| 600 ml Gemüsebrühe | Salz und Pfeffer | 1 TL Paprikapulver, edelsüß |
| 1 EL Crème-fraîche | Saucenbinder | |

Das Butterschmalz in einer tiefen Pfanne erhitzen. Das Gulasch mit Butterschmalz scharf anbraten und mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.

Wenn das Fleisch eine Farbe angenommen hat und das Wasser verdampft ist, gehackte Zwiebel, gepresste Knoblauchzehe, geriebene Karotte, Senf, Ajvar und das Tomatenmark hinzugeben und kurz weiterbraten.

Anschließend mit dem Bier ablöschen und einkochen lassen. Mit der Gemüsebrühe auffüllen und mit Deckel 1 Stunde köcheln lassen.

Etwa 5 min. vor Ende der Garzeit die Crème fraîche einrühren und nach Bedarf mit etwas Soßenbinder andicken. Vor dem Servieren nochmals abschmecken.

Als Beilage passen z. B. Spätzle, Reis, Kartoffelbrei, Salzkartoffeln.

NN am 26. November 2023

Szegediner Gulasch mit Kartoffel-Nudeln

Für 4 Personen

Für die Kartoffelnudeln:

| | | |
|----------------------------|---------------|------------|
| 500 g Kartoffeln, mehligk. | 1/2 TL Kümmel | Salz |
| 250 g Weizenmehl (405) | 1 Ei | Muskatnuss |
| 2 EL Butterschmalz | | |

Für das Gulasch:

| | | |
|-----------------------------|----------------------------|---------------------|
| 500 g Sauerkraut | 600 g Schweineschulter | Salz |
| Pfeffer | 1 Zwiebel | 1 Knoblauchzehe |
| 5 EL Butterschmalz | 1 EL Tomatenmark | 1 TL Kümmelsamen |
| 1 EL Paprikapulver, edelsüß | 1 TL Paprikapulver, scharf | 500 ml Fleischbrühe |
| 1 EL Mehl | 1 Lorbeerblatt | 3 Pimentkörner |
| 2 Wacholderkörner | 1 Bund glatte Petersilie | 150 g saure Sahne |

Am Vortag die Kartoffeln waschen und in Salzwasser mit den Kümmelsamen ca. 20 Minuten garkochen. Dann Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und schälen.

Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse drücken und abkühlen lassen. Kartoffeln abgedeckt kaltstellen.

Am folgenden Tag für das Gulasch Sauerkraut in ein Sieb geben, kurz mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen.

Die Schweineschulter parieren, trockentupfen und in ca. 3 cm große Stücke schneiden.

Die Fleischwürfel mit Salz und Pfeffer würzen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen. Zwiebel in feine Würfel schneiden, Knoblauch hacken.

Butterschmalz in einem Bräter erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin anbraten.

Tomatenmark und Kümmel zugeben und anrösten.

Fleisch und Sauerkraut in Wechsel in den Bräter einschichten. Beide Paprikasorten jeweils darüber stäuben.

Etwa 375 ml Brühe oder Wasser zugeben. Nach Belieben Mehl darüber stäuben.

Lorbeerblatt, Piment, Wacholderkörner, Salz und Pfeffer ebenfalls zugeben. Das Gulasch zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 2,5 Stunden schmoren.

Inzwischen die Kartoffeln, Mehl und Ei in eine große Schüssel geben, mit etwas Muskatnuss und Salz würzen und mit den Knethaken des Handrührers oder in der Küchenmaschine kurz zu einem glatten Teig kneten.

Teig auf die leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, vierteln und jeweils zu 2 cm dicken Rollen formen. Rollen in 2 cm dicke Stücke schneiden, zwischen den Händen zu länglichen dicken Nudeln / Würstchen formen und auf ein bemehltes Blech legen.

In einem Topf reichlich Salzwasser aufkochen und die Kartoffelrollen ins kochende Wasser geben. Temperatur reduzieren und die Kartoffelrollen bei milder Hitze gar ziehen lassen.

Die Kartoffelnudeln sind gar, wenn sie an der Oberfläche schwimmen. Kartoffelnudeln mit einer Schaumkelle herausheben, abschrecken und abtropfen lassen.

Die Kartoffelnudeln zum Servieren in einer Pfanne in heißem Butterschmalz leicht anbraten und eventuell leicht salzen.

Petersilie abrausen, trockenschütteln, Blättchen abzupfen und nicht zu fein hacken Gulasch vor dem Servieren nochmal abschmecken und jeweils mit einem Klecks saurer Sahne und Petersilie bestreut anrichten. Die Kartoffelnudeln dazu reichen.

Rainer Klutsch am 23. November 2023

Steirisches Ofenbrätl

Für 4 Portionen

| | | |
|-------------------------------------|------------------|------------------|
| 4 Scheiben Schweinebauch, 2 cm dick | 4 Knoblauchzehen | 3 Möhren |
| 1 Petersilie-Wurzel | 200 g Sellerie | 1 EL Tomatenmark |
| Salz | 1 Zwiebel | 8 Kartoffeln |
| Brühe, gekörnt | Öl | Petersilie |

Gemüse und Kartoffeln in grobe Würfel schneiden und mit der geviertelten Zwiebel in etwas Fett anrösten, Tomatenmark mitrösten und mit 3 EL Wasser ablöschen. Mit Wasser aufgießen, bis das Gemüse halb bedeckt ist, mit etwas Brühepulver würzen.

Das Bauchfleisch mit Salz und Knoblauch einreiben und auf das Gemüse legen. Im Backofen bei 170 Grad braten, bis das Fleisch weich ist. Anrichten und mit gehackter Petersilie bestreuen.

NN am 22. November 2023

Schaschlik mit Schaschlik-Soße

Für 4 Portionen

| | | |
|-----------------------|-------------------------------|------------------------|
| 500 g Schweinefleisch | 300 g Schinkenspeck, am Stück | 3 Paprikaschoten, bunt |
| 3 Zwiebeln | 2 Pck. Tomaten, passiert | 3 EL Honig |
| 3 TL Kreuzkümmel | Salz, Pfeffer | Currypulver |
| Knoblauchgranulat | Paprikapulver, edelsüß | 3 EL Öl |
| 150 ml Fleischbrühe | | |

Schweinefleisch, Schinkenspeck, Zwiebeln und Paprikaschoten in nicht zu kleine Würfel schneiden. Alles abwechselnd auf Spieße stecken, gut andrücken. Am Ende des Spießes am besten Fleisch oder Schinkenspeck verwenden, dann hält es besser.

In einer Pfanne die Spieße in Öl kräftig anbraten und herausnehmen.

Die übrig gebliebenen Zwiebeln, Schinkenspeck und Paprika in kleinere Würfel schneiden und in der gleichen Pfanne kurz anbraten und 10 Minuten dünsten. Mit der Fleischbrühe ablöschen und in einen größeren Topf umfüllen. Die passierten Tomaten hinzufügen und mit Currypulver kräftig würzen. Mit dem Honig und den restlichen Gewürzen nach Geschmack abschmecken.

Dann ca. 10 Minuten etwas reduzieren und die Schaschlik-Spieße hinzugeben. 90 Minuten auf kleinster Stufe köcheln lassen.

Dazu passen Pommes oder Reis.

NN am 21. November 2023

Schweine-Bauch gepökelt, sous-vide gegart

Für 2 Portionen:

| | | |
|----------------------------------|-------------------------|------------------------|
| 500 g Schweinebauch ohne Knochen | 30 g Nitritpökelsalz | 15 g Zucker, brauner |
| 1 Lorbeerblatt | 10 Wacholderbeeren | 10 Pfefferkörner |
| 3 Gewürznelken | 2 EL Senf, mittelscharf | Pfeffer, grob gemahlen |

In einem Topf 300 ml Wasser mit Pökelsalz und braunem Zucker zu einer Pökellake aufkochen. Die Pökellake abkühlen lassen und das Fleisch mit einer Pökelspritze impfen.

Die Wacholderbeeren und die Pfefferkörner zerdrücken und mit dem Lorbeerblatt und den Nelken zur restlichen Lake geben. Den Schweinebauch mit der Pökellake in einen Gefrierbeutel geben, fest verschließen und 12 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

Das Fleisch entnehmen, abwaschen, abtrocknen, mit Pfeffer würzen und mit Senf bestreichen. Den Schweinebauch vakuumieren und 24 Stunden bei 65 Grad im Wasserbad garen.

Nach beendeter Garzeit das Fleisch aus dem Vakuumbbeutel nehmen, die Schwarte rautenförmig einschneiden und unter dem Grill im Backofen knusprig braten.

Den Schweinebauch in Scheiben schneiden und mit Sauerkraut und Kartoffelpüree servieren.

NN am 19. November 2023

Gyros vom Drehspieß

Für 10 Personen:

| | | |
|--------------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| 2 kg Schweinenacken | 2 EL Knoblauchpulver | 2 EL getrock. Oregano |
| 1 TL gemahl. Schwarzer Pfeffer | 1 TL gemahl. Weißer Pfeffer | 2 EL edelsüßes Paprikapulver |
| 1.5 EL Salz | Zwiebeln, Salat | |

Ein perfektes Gyros sollte möglichst am vertikalen Drehspieß zubereitet werden. Mittlerweile gibt es kleine Exemplare für zu Hause. Durch die Rotation und das gleichmäßige Grillen bildet sich an der äußeren Fleischschicht eine knusprige Kruste. Sie wird nach und nach in dünne Scheiben geschnitten und frisch serviert.

Für die Zubereitung benötigt man durchwachsenes Schweinefleisch aus der Schulter oder dem Nacken. Das Fett im Fleisch ist wichtig, da es dem Gyros Geschmack und Saftigkeit gibt.

Das Fleisch in dünne und gleichmäßig große Scheiben schneiden. Die Trockengewürze gegebenenfalls mörsern oder mahlen und miteinander vermengen. Je nach Geschmack kann man die Mengen der einzelnen Gewürze erhöhen, reduzieren oder zum Beispiel mit Kreuzkümmel, rotem Pfeffer, Thymian oder Majoran ergänzen.

Die erste Fleischscheibe von beiden Seiten würzen, dann auf die Arbeitsfläche legen. Nach und nach die weiteren Fleischscheiben darauflegen und jeweils mit 1 Prise Gewürzmischung bestreuen. Die geschichteten Fleischscheiben immer wieder etwas andrücken und formen, sodass ein runder und gleichmäßig breiter Turm entsteht.

Den Fleischturm mittig aufspießen und hochkant an den Grill stellen. Das geschichtete Fleisch etwa 30 bis 45 Minuten grillen und rotieren lassen, bis die äußere Schicht gar und knusprig ist. Die gegarte Schicht mit einem scharfen Messer dünn abschneiden und sofort servieren.

Etwa 10-15 Minuten warten, bis die nächste Schicht gar und knusprig ist. Das Gyros-Fleisch immer frisch servieren, da es schnell an Geschmack und Konsistenz verliert.

Servieren:

Das frisch geschnittene Gyrosfleisch mit etwas getrocknetem Oregano, Zwiebeln und Salat bestreuen. Dazu passen Tomaten-Reis oder andere Beilagen. Man kann Gyros auch klassisch in gerösteten Teigtaschen (Pita) anrichten. Dafür die Pitabrote aufschneiden, zur Tasche drehen und mit Fleisch, Salat, Zaziki oder anderen Zutaten füllen.

Rainer Sass am 13. November 2023

Schweine-Nacken-Braten mit Pilzen und Käsesoße

Für 6 Personen:

| | | |
|---------------------------|------------------------|--------------------------|
| 2 kg Schweinenackenbraten | 500 g Champignons | 300 g Camembert |
| 250 g Schlagsahne | 250 g Sahneschmelzkäse | 250 ml Wasser |
| 1/2 Bund Petersilie | Rapsöl | Paprikapulver geräuchert |
| Salz, Pfeffer | | |

Am Vortag:

Den Backofen auf 200 °C Ober/Unterhitze vorheizen.

Das Fleisch abwaschen, trocken tupfen und von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen.

Den so vorbereiteten Braten in ein tiefes Blech legen und 2,5 - 3 Stunden im Backofen garen.

Die Pilze in Scheiben schneiden, in einer Pfanne mit Öl kurz anbraten, mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

Vom Camembert die Rinde abschneiden und in grobe Würfel schneiden; gleiches mit dem Schmelzkäse.

Wasser aufkochen, Camembert und Schmelzkäse hinzugeben, leicht köcheln lassen und schön rühren.

Sobald der Käse geschmolzen ist, gibt die Sahne hinzugeben, aufkochen lassen und mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver würzen. Abschließend die Pilze einrühren und vom Hwerd nehmen.

Den fertigen Braten aus dem Backofen mehren und etwas ruhen lassen.

Danachden Braten in 1,5 cm dicke Scheiben schneiden und leicht übereinander (schräg) übereinander (schräg) in eine Auflaufform schichten. Darüber die Pilzsoße geben und über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Am Tag selbst:

Den Braten 2-3 Stunden vor dem Essen aus dem Kühlschrank holen und langsam warm werden lassen.

Den Backofen auf 180 °C Ober/Unterhitze aufheizen und den Braten für 35-40 Minuten (Kerntemperatur 70 Grad sein) im Ofen garen.

Die Petersilie waschen, hacken und vor dem Servieren drüber streuen.

Zum Braten Gnocchi, Nudeln, Brot oder ähnliches reichen.

NN am 10. November 2023

Spanferkel-Rollbraten mit Bier-Soße

Für 4 Personen:

| | | |
|------------------------------|---------------|-----------------|
| 1,5 kg Spanferkel-Rollbraten | Salz, Pfeffer | Kümmel gemahlen |
| Liebstockelsamen | Senf, Öl | |

Biersoße:

| | | |
|--------------------------|----------------------|-------------------|
| 1 Zwiebel | 2 Knoblauchzehen | 1/2 Möhre |
| 1 Tl Puderzucker | 1 EL Tomatenmark | 1 EL Senf |
| 100 ml dunkles Starkbier | 1/3 L Rinderbouillon | Salz, Pfeffer, Öl |
| Kümmel, Lorbeerblatt | | |

Salz, Pfeffer, Kümmel, Liebstockelsamen, Senf, etwas Öl mischen und den Spanferkel-Rollbraten damit bestreichen. Einige Stunden einziehen lassen.

Braten auf ein Gitter in einen Bräter setzen und bei 80° 3 Stunden braten lassen.

Anschließend die Ofentemperatur auf 120° erhöhen und 45 min. braten lassen (Kerntemperatur des Fleisches sollte 85° betragen.) Zum Schluss den Braten mit Salzwasser bestreichen und kurz unter den Grill schieben.

Biersoße:

Zwiebel, Möhre würfeln, Knoblauch in Scheiben schneiden und im Öl glasig anbraten.

Puderzucker karamelisieren lassen und Tomatenmark einrühren und etwas rösten lassen. Mit Bier aufgießen. Etwas Bouillon dazugeben und alles einreduzieren lassen. Nach und nach die Bouillon dazugießen. Nach ca. 1 Std. die Gewürze dazugeben (Salz, Pfeffer, Kümmel, Lorbeerblatt und Senf. Auf ganz kleiner Flamme weiterköcheln lassen. Zum Schluss das Lorbeerblatt entfernen und die Soße mit dem Pürierstab pürieren. Auf diese Weise wird die Soße sähmig, ohne Stärke oder Mehl hinzuzugeben.

Als Beilage Bratkartoffeln und Sauerkraut reichen.

NN am 06. November 2023

Krustenbraten

Für 4 Personen:

| | | |
|---------------------------|-------------------------|--------------------------|
| 1,3 kg Schweinebauch | 1/2 L Gemüsebrühe | Wurzelgemüse nach Saison |
| 1/2 L Rotwein trocken | 2 kl. Dosen Tomatenmark | 2 Knoblauchzehen |
| 4 Stk. Ingwerscheiben 5mm | 1 Lorbeerblatt | Zitronenschale |
| Salz, Pfeffer | Kümmel, Majoran | |

Ofen auf 130 °C vorheizen (Ober/Unterhitze).

Einen Bräter gut 3cm hoch mit Gemüsebrühe füllen. Den Schweinebauch ungesalzen auf der Schwartenseite hineinlegen und für 1,5 Std. in den vorgeheizten Ofen ohne Deckel schieben.

Nach einer Stunde in einem Topf das klein geschnittene Wurzelgemüse erhitzen, mit Rotwein, Tomatenmark vermischen.

Nach den 1,5 Std. den Bauch herausnehmen und den Ofen auf 160 °C hochdrehen. Die nun weiche Schwarte rauten- oder würfelförmig einschneiden, dabei nicht das Fleisch verletzen.

Darauf achten, dass die Fettschwarte an den Seiten sauber eingeritzt ist, damit sich der Braten nicht wölbt.

Braten kurz beiseite legen.

Das Wurzelgemüse vom separaten Topf unter den Bratensaft im Bräter rühren und den Schweinebauch mit der eingeritzten Schwarte nach oben für weitere 1,5 Std. garen.

Nach den nun vergangenen 3 Std. Garzeit den Braten kurz herausnehmen. Die Soße aus dem Bräter in einen Topf umfüllen. Den Ofen auf Grill einstellen mit 3/4-Hitze / Stufe 7-8.

Die Schwarte mit dunklem Bier bestreichen, salzen, mit Kümmel bestreuen, etwas Soße in den Bräter füllen, den Braten hineinlegen, unter den Grill schieben und je nach gebildeter Kruste 15-20 Minuten grillen.

Die umgefüllte Soße mit Kümmel, Majoran, Knoblauch, Ingwerscheiben, Lorbeerblatt, Zitronenschale, Salz, Pfeffer würzen und je nach Konsistenz mit Mondamin andicken.

Max. 10 Minuten ziehen lassen, damit die Gewürze verkochen.

NN am 06. November 2023

Auflauf griechisch

Für 2-4 Personen:

| | | |
|---------------------------|---------------------------|-------------------------|
| 1 Knoblauchzehe | 150 g Tomaten | 500 g Schweinenacken |
| 2 EL Olivenöl | 0,5 TL Zimt | Oregano, getrocknet |
| 1 Lorbeerblatt | 125 ml Weißwein | 600 g Kartoffeln |
| 250 g Champignons, frisch | 6 Stängel Staudensellerie | 300 g Gemüsezwiebeln |
| 3 Stängel Minze | 0,5 Bund Dill | 0,5 Bund Petersilie |
| 125 ml Wasser | 1 Prise Würzmischung | 125 ml Milch, 1,5% Fett |
| 1 Päck. Würzmischung | 100 g Emmentaler | 3 Eier |

Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze (170°C Umluft) vorheizen.

Knoblauchzehe schälen und durchpressen.

Tomaten waschen, den Blütenansatz entfernen und in Würfel schneiden. Schweinenacken waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden.

In einem Topf Olivenöl heiß werden lassen und die Fleischwürfel darin anbraten. Tomaten und Knoblauch zugeben. Mit Zimt, Oregano, Lorbeerblatt und MAGGI Würzmischung 1 würzen. Weißwein zugießen und zugedeckt ca. 45 Min. bei geringer Wärmezufuhr schmoren.

Kartoffeln waschen, schälen und in Viertel schneiden. Champignons putzen und in Viertel schneiden. Staudensellerie putzen, waschen und in Scheiben schneiden. Gemüsezwiebel schälen und in Ringe schneiden. Gemüse nach 20 Min. der Garzeit zum Fleisch geben und mitschmoren.

Minze, Dill und Petersilie waschen und klein schneiden. Die Fleisch-Gemüse-Mischung zur Hälfte in eine Auflaufform geben. Kräuter darüber streuen und die restliche Mischung darüber verteilen.

In einem Topf Wasser und Milch zum Kochen bringen und Würzmischung mit dem Schneebesen einrühren. Unter Rühren aufkochen und bei geringer Wärmezufuhr kochen. Dabei gelegentlich umrühren.

Emmentaler reiben, in der Soße schmelzen und die Soße etwas abkühlen lassen. Eier unterrühren. Die Soße über den Auflauf gießen und im Backofen ca.

40 Min. backen.

NN am 06. November 2023

Schweine-Nacken Toskana gefüllt

Für 6 Personen:

| | | |
|---------------------|----------------------|------------------|
| 2 kg Schweinenacken | 2 Hände Basilikum | 20 g Pinienkerne |
| 100 g Parmesan | 2 Knoblauchzehen | 2 EL Oliven-Öl |
| 3 Stk. Mozzarella | 1 Stk. Fleischtomate | 3 Hände Rucola |
| 1 TL Salz | 1 TL Pfeffer | |

Pesto:

Die Pinienkerne in einer Pfanne anrösten; wenn sie leicht angeröstet sind, in eine Schale geben. Mit einem Pürierstab Knoblauch und Pinienkerne mixen bis eine feste Masse entstanden ist. Basilikum hinzufügen und ebenfalls durchmischen. Ein paar Basilikum-Blätter aufheben. Olivenöl hinzugeben und nochmals mixen. Schließlich den Parmesan hinzufügen und vermischen.

Braten:

Den Grill auf 200°C bzw. Backofen vorheizen.

Mozzarella und Fleischtomate in 5 mm dicke Scheiben schneiden.

Den Schweinenacken seitlich unten einschneiden, sodass ein Stück weiter aufklappen kann; dabei nicht durchschneiden. Es soll eine 1-2 cm dicke Fleisch-Scheibe entstehen, worauf die Füllung verteilt wird.

Das Pesto auf der Fleisch-Scheibe verstreichen; dabei am Ende etwas frei lassen. Die Füllung großzügig mit Rucola bedecken. Auf den Rucola die Tomatenscheiben legen, darauf die Mozzarellascheiben, mit Salz, Pfeffer würzen und den Belag mit Basilikumblättern abschließen.

Nun die so belegte Fleisch-Scheibe unter Druck zusammenrollen und den Braten mit Küchengarn fixieren.

Den Braten in den indirekten Bereich des Grills legen, eine Schale darunter stellen und bei geschlossenem Deckel 2 Stunden grillen.

Nach dem Herausnehmen den Braten ca. 5 Minuten ruhen lassen.

NN am 02. November 2023

Schweine-Filet im Blätterteig

Für 4 Personen

| | | |
|--------------------|---------------------|------------------------|
| 1 Pck. Blätterteig | 500 g Schweinefilet | Bacon (zum Einwickeln) |
| 1 Eigelb | Salz, Pfeffer, Öl | |

Das Schweinefilet mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Bratpfanne mit wenig Öl anbraten. Den Teig ausrollen und den Speck darauf verteilen (auf die Länge des Filets achten...). Das Filet auf den Speck legen und im Teig einrollen.

Falls man zuviel Teig hat, kann man diesen abschneiden und als Deko verwenden. Zum Schluss den Teig mit dem Eigelb bestreichen. Das Filet kommt 30-40 Minuten in den Ofen bei 200°C. Dazu passt z. B. eine Champignon-Rahm-Soße

NN am 27. Oktober 2023

Schweine-Rollbraten gefüllt

Für 10 Personen:

Für den marinierten Schweinebauch:

| | | |
|-----------------------------------|-----------------------------|-------------------|
| 1 halben Schweinebauch (ca. 5 kg) | 6 Knoblauchzehen, zerdrückt | 30 g Fenchelsamen |
| 30 g Wacholderbeeren | 30 g Pfefferkörner | 60 g Thymian |
| 3 Lorbeerblätter | 4 l Wasser | |

Für die Gnocchimasse:

| | | |
|-----------------------------|--------------------|-------------|
| 500 g Kartoffeln (mehligk.) | 100 g Mehl (405er) | 100 g Grieß |
| 3 Eigelb | Salz, Pfeffer | |

Außerdem:

| | | |
|-----------------|--------------------------|------------------------|
| 4 rote Zwiebeln | 1 kg Schweinehackfleisch | Spicknadel, Bratschnur |
|-----------------|--------------------------|------------------------|

Kräutermischung:

| | | |
|---------------------------|-----------------------|----------------------|
| 4 gehackte Knoblauchzehen | 30 g Rosmarin gehackt | 30 g Thymian gehackt |
| 20 g Salbei gehackt | grobes Meersalz | |

Die Zwiebeln in Streifen schneiden und mit Essig marinieren.

Zum kochenden Wasser folgende Gewürze hinzufügen: Knoblauch, Fenchelsamen, Wacholderbeeren, Lorbeerblätter, Pfefferkörner und Thymian; alles 10 Minuten kochen und dann auf Raumtemperatur abkühlen.

Den Schweinebauch auf der Fettseite mit einem scharfen Messer so einschneiden, dass 2cm-große Quadrate entstehen, sodann in die Marinade legen und für 24 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Für die Gnocchi-Masse die Kartoffeln mit Schale kochen, ausdampfen lassen und noch warm durch eine Kartoffelpresse drücken. Zu der Masse Mehl, Grieß, Eigelb, Salz und Pfeffer hinzufügen und alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig für eine Stunde ruhen lassen und dann in einen Spritzbeutel füllen.

Den Schweinebauch aus der Marinade nehmen und trocken tupfen. Auf der Fleischseite Salz und die Kräutermischung ein massieren.

Das Hackfleisch auf dem Schweinebauch verteilen, fest andrücken, rote Zwiebeln darauf verteilen und die Gnocchi-Masse in länglicher Form auf das Hackfleisch spritzen.

Den Schweinebauch mit beiden Händen zusammendrücken, ihn in eine Kastenform legen, die beiden Enden mit Spicknadel und Bratschnur zusammennähen.

Den so vorbereiteten Schweinebauch aus der Kastenform nehmen, auf einen Grillrost legen und ihn bei 180 °C Ober- und Unterhitze für 4 Stunden im Ofen garen.

NN am 27. Oktober 2023

Party-Filet

Für 4 Portionen:

| | | |
|---------------------|----------------|--------------|
| 500 g Schweinefilet | 1/2 TL Paprika | 1/2 TL Salz |
| Pfeffer | 12 Sch. Bacon | 200 cl Sahne |
| 1 1/2 EL Ketchup | 1 EL Cognac | Pfeffer |

Fleisch in 12 gleich dicke Medaillons schneiden; diese beidseitig mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen, mit Speck umwickeln, nebeneinander in eine gefettete, ca. 2 Liter grosse Form stellen. Ca. 25 Min. in der unteren Hälfte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens braten. Die Sahne steif schlagen, mit Ketchup, Cognac und Pfeffer mischen, auf dem Fleisch verteilen, anrichten.

NN am 23. Oktober 2023

Schweine-Filet-Medaillons im Speckmantel

Für 4 Personen:

| | | |
|---------------------|----------------------|------------------------|
| 600 g Schweinefilet | 12-15 Scheiben Bacon | 250 g Schlagsahne, 30% |
| 200 g Crème-fraiche | 20 g Tomatenmark | 15 g Petersilie |
| 1-2 EL Dijonsenf | 2-3 TL Currypulver | 1 Prise Zucker |
| Salz, Pfeffer | | |

Das Fleisch ca. 20-30 Minuten vor Start aus dem Kühlschrank holen und falls vom Metzger nicht erledigt weitestgehend von Sehnen und Fett befreien (parieren). Den Backofen auf 180°C Umluft vorheizen.

Das Schweinefilet in ca. 2-3 cm dicke Scheiben (Medaillons) schneiden und leicht mit der Hand platt drücken, mit Salz und Pfeffer beidseitig würzen sowie von allen Seiten mit einem Kochpinsel dünn mit insgesamt 1-2 EL Senf bestreichen.

Jedes Schweinefilet-Medaillon nun mit einer Scheibe Bacon umwickeln und mit der Nahtstelle nach unten in die Auflaufform legen. Die Form vorher nicht einfetten.

In eine Schüssel 250 g Sahne, 200 g Crème fraîche, 20 g Tomatenmark, 2-3 TL Currypulver, 1 gute Prise Zucker, Salz und Pfeffer geben. Die 15 g Petersilie waschen, abtrocknen, mit Stielen klein schneiden und hinzufügen. Alles mit einem Schneebesen glatt rühren.

Die Curry-Sahne-Mischung über die Medaillons gießen, die Auflaufform auf die zweite Schiene von unten in den heißen Backofen schieben und für ca. 20 Minuten ohne Abdeckung garen.

Als Beilage passt Nudeln, Reis, Kartoffel-Beilagen oder einfach nur Baguette.

NN am 22. Oktober 2023

Pulled Eisbein mit Krautsalat und Kartoffel-Chips

Für 4 Personen

Für das Fleisch:

| | | |
|------------------------|-----------------|-------------------|
| 1 kg Eisbein, gepökelt | 2 Zwiebeln | 2 Lorbeerblätter |
| 2 Gewürznelken | 1 Knoblauchzehe | 1 Bund Suppengrün |
| 10 Pfefferkörner | Pflanzenöl | Salz, Pfeffer |

Für den Krautsalat:

| | | |
|----------------|---------|-------------|
| 600 g Weißkohl | Salz | 2 EL Kümmel |
| 1 Bio-Limette | Pfeffer | 3 EL Rapsöl |

Für die Chips:

| | | |
|---------------------------|--------------------|------|
| 2 Kartoffeln, festkochend | 250 g Frittierfett | Salz |
|---------------------------|--------------------|------|

Für die Senfcreme:

| | | |
|--------------------------|------------------------|--------------------|
| 2 Schalotten | 4 EL Rapsöl | 100 ml Eisbeinfond |
| 3 EL mittelscharfer Senf | 20 ml weißer Balsamico | Salz, Pfeffer |

Das Eisbein in einen großen Topf geben, mit kaltem Wasser bedecken und langsam zum Kochen bringen.

In der Zwischenzeit die Zwiebeln abziehen und jeweils mit einem Lorbeerblatt und einer Gewürznelke spicken.

Die Knoblauchzehe abziehen. Das Suppengrün putzen, waschen und grob zerkleinern.

Nach dem Aufkochen des Wassers, den dabei entstandenen Schaum entfernen.

Das Suppengemüse, die gespickten Zwiebeln, Knoblauchzehe und angedrückte Pfefferkörner zum Eisbein in den Topf geben. Das Eisbein ca. 2 Stunden leicht köchelnd weichkochen. Es ist weich, wenn sich das Fleisch leicht vom Knochen lösen lässt.

In der Zwischenzeit für den Krautsalat vom Weißkohl äußere, eventuell angetrocknete Hüllblätter entfernen. Den Kohl vierteln, den harten Strunk entfernen und die Kohlviertel in sehr feine Streifen schneiden oder hobeln.

Die Kohlstreifen in eine Schüssel geben, leicht salzen, mit der Hand gut durchkneten und ca. 1 Stunde ziehen lassen.

Anschließend die Kohlstreifen kurz kalt abbrausen und gut abtropfen lassen oder trockenschleudern.

Kümmel in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten.

Die Limette heiß waschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben. Limette halbieren und den Saft auspressen.

Weißkohlstreifen mit Salz, Pfeffer, Öl, angerösteten Kümmel, Limettensaft und -abrieb würzen, abschmecken und beiseitestellen.

Für die Chips die Kartoffeln waschen, schälen und mit dem Gemüsehobel in hauchdünne Scheiben schneiden.

Die Kartoffelscheiben 10 Minuten in lauwarmes Wasser legen, dann abgießen und auf einem sauberen Küchentuch sehr gut abtrocknen.

In einem hohen Topf das Frittierfett gut erhitzen. Die Kartoffelscheiben darin portionsweise goldgelb frittieren, mit einer Siebkelle herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen.

Sobald das Eisbein weichgekocht ist, aus dem Topf nehmen. Knochen und Schwarte entfernen und das Fleisch klein zupfen.

Vom Kochfond 100 ml abnehmen, durch ein Sieb geben und für die Senfcreme beiseitestellen.

Für die Senfcreme die Schalotten abziehen und fein würfeln.

In einer Pfanne 1 EL Rapsöl erhitzen und die Schalotten darin goldgelb anschwitzen.

Eisbeifond mit Senf und restlichem Öl vermischen, die angeschwitzten Schalotten und Balsamico untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Vor dem Anrichten, das gezupfte Fleisch in einer Pfanne in etwas heißem Öl kurz scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das gezupfte Fleisch zusammen mit dem Weißkrautsalat anrichten. Die Senfcreme darüber träufeln. Mit Kartoffelchips garniert servieren.

Jörg Sackmann am 17. Oktober 2023

Kassler vom Iberico-Schwein

Für 4 Personen:

| | | |
|-----------------------------|-------------------------|----------------|
| 2 kg Iberico-Schweinerücken | 400 ml Wasser | 34 g Pökelsalz |
| 4 Stk. Lorbeerblätter | 12 Stk. Wacholderbeeren | |

Die Lende sauber parieren. Dabei kann Fett nach Belieben am Fleisch gelassen werden, die Silberhaut komplett entfernen.

Das Wasser mit dem Pökelsalz und den Gewürzen kurz aufkochen. 20 Minuten köcheln lassen, dann vom Herd nehmen.

Die erkaltete Lake absieben und mit einer Pökelspritze aufziehen. Etwa alle 2cm bis zur Mitte in das Fleisch einstechen. Beim Herausziehen langsam die Lake in das Fleisch drücken. Die Lake sollte vollständig eingespritzt werden.

Das Fleisch in einen verschließbaren Beutel geben und die Luft herauslassen. Überschüssige Lake wird mit in den Beutel gegeben. Man kann das auch mit einem Vakuuierer machen.

Dabei aber aufpassen, den Absaugvorgang rechtzeitig zu unterbrechen, damit die Flüssigkeit nicht aus dem Beutel gesogen wird.

Das Fleisch für 3-4 Tage im Kühlschrank durchpökeln lassen. Täglich wenden.

Am Ende der Pökzeit das Fleisch aus dem Beutel nehmen und mit lauwarmem Wasser abwaschen, gründlich trockentupfen und offen auf einen Rost für einen Tag in den Kühlschrank legen.

Das Fleisch aus dem Kühlschrank nehmen und auf Umgebungstemperatur kommen lassen.

Das verhindert, dass sich später im Räucherofen Kondensat auf dem Fleisch absetzt (wird dann sauer).

Den Räucherofen auf 70°C einregeln und Räuchermehl hinzugeben.

Sobald die Rauchentwicklung gestartet ist, das Fleisch in den Räucherofen legen und bis zu einer Kerntemperatur von 65°C garen.

Nach dem Räuchern das Fleisch für 10 Minuten ruhen lassen, erst dann anschneiden. Der Kassler ist sofort verzehrfähig.

Zum Kassler vom Iberischen Schwein passen Rum-Rosinen-Sauerkraut und Kartoffeln. Ein guter Senf rundet den Geschmack ab.

NN am 13. Oktober 2023

Gyros- Auflauf

Für 4 Portionen

| | | |
|-------------------------|--------------------------|----------------------|
| 500 g Schweineschnitzel | 2 Paprikaschoten, rote | 1 Dose Champignons |
| 1 Becher Sahne | 1 Becher Schmand | 100 g Käse, gerieben |
| 2 Knoblauchzehen | Salz, Pfeffer, schwarzer | Öl |

Die Paprikaschoten entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Champignons abtropfen lassen. Das Fleisch in Streifen schneiden und in einer beschichteten Pfanne anbraten, evt. etwas Öl zugeben. Dann die Paprikawürfel zufügen und ebenfalls anbraten. Das Fleisch und die Pilze mischen und in eine Auflaufform geben.

Die Sahne und den Schmand verrühren, die Knoblauchzehen dazupressen, mit Salz und Pfeffer würzen. Über das Fleisch geben und mit dem Käse bestreuen.

Bei 200 Grad ca. 30 Minuten abgedeckt garen, dann noch ca. 15 Minuten offen überbacken.

Dazu passt Reis und Krautsalat.

NN am 06. Oktober 2023

Maiskolben mit Tomatensalsa und Schnitzel

Für 4 Personen:

Für die Maiskolben:

| | | |
|-----------------------|------------------|-----------------------------|
| 4 Maiskolben | 2 Knoblauchzehen | 1 EL Paprikapulver, edelsüß |
| Kreuzkümmel, gemahlen | Salz | Pfeffer |
| 5 EL Butter, weich | | |

Für die Tomatensalsa:

| | | |
|------------------------|----------------|--------------------|
| 4 Tomaten, mittelgroß | 1 Zwiebel, rot | 0,5 Bund Koriander |
| 3 EL Balsamessig, hell | Chilipulver | Salz |
| Pfeffer | Zucker | 4 EL Olivenöl |

Für die Schnitzel:

| | | |
|--------------------------|----------------|---------|
| 4 Schnitzel, vom Schwein | Salz | Pfeffer |
| Paprikapulver | 1 Ei (Größe M) | Mehl |
| 4 EL Butterschmalz | | |

Den vorgegarten Mais in Viertel schneiden. Ungegarten Mais vorab in Wasser (evtl. mit 0,5 TL Zucker) ca. 10-15 Minuten vorgaren. Herausnehmen, kalt abbrausen und abtropfen lassen.

Knoblauch abziehen und durch eine Presse drücken. Mit Paprika, Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer und weicher Butter verrühren.

Maiskolbenviertel damit bestreichen und ca. 10-15 Minuten marinieren (wer möchte, kann die Maiskolben auch schon am Vorabend marinieren).

Inzwischen die Tomaten abbrausen, trockenreiben und fein würfeln. Zwiebeln abziehen, ebenfalls fein würfeln (Zwiebelwürfel nach Belieben mit heißem Wasser überbrühen und abtropfen lassen).

Koriander fein schneiden.

Essig, Chilipulver, Salz, Pfeffer, Zucker und Öl verquirlen, mit Zwiebeln und Tomaten mischen und marinieren.

Die Maiskolben entweder im Backofen bei 190 Grad Ober- und Unterhitze, auf der mittleren Schiene ca. 30 Minuten backen, dabei ab und zu wenden. Alternativ in der Heißluftfritteuse ca. 15-20 Minuten oder auf dem Grill oder in der Pfanne ebenfalls ca. 15-20 Minuten garen.

Die Schnitzel flachklopfen. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen.

Mehl auf einen flachen Teller streuen. Schnitzel in Mehl wenden.

Butterschmalz portionsweise erhitzen. Schnitzel darin von beiden Seiten (je nach Dicke) ca. 2-4 Minuten braten.

Tomatensalsa mit Koriander mischen und erneut abschmecken. Salsa mit Mais sowie den Schnitzeln anrichten und servieren.

Tipp: Vegetarier lassen die Schnitzel einfach weg oder braten dazu z.B. marinierten Tofu.

Martin Gehrlein am 26. September 2023

One-Pot aus dem Reiskocher mit Schweine-Nacken

Für 2 Personen:

| | | |
|-----------------------|----------------------|----------------------|
| 2 Tassen Jasminreis | 300 g Schweinenacken | 2 EL brauner Zucker |
| 3 EL Sojasauce | 1 EL Würzöl Sesam | 1 Msp. Wokgewürz |
| 3 Frühlingszwiebeln | 1 Spitzpaprika | 1 Msp. Gewürzsalz |
| 1 Knoblauchzehe | 60 ml Teriyakisauce | 2-3 EL Crème-fraîche |
| 1/2 Bund Schnittlauch | 2 EL Sesam | |

Reis in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben, ca. 30 Sekunden darin waschen und anschließend in einem Sieb abgießen und abtropfen lassen.

In der Zwischenzeit den Schweinenacken in Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben.

Das Fleisch mit Zucker, 2 EL Sojasauce, Sesamöl und Wokgewürz marinieren, beiseitestellen und ca. 10 Minuten in der Marinade ziehen lassen.

Frühlingszwiebeln in größere Stücke schneiden.

Spitzpaprika vierteln, entkernen und in Rauten schneiden.

Reis und 2 Tassen Wasser in den Topf vom Reiskocher geben und mit Gewürzsalz und Wokgewürz würzen. Frühlingszwiebeln, Paprika und eine angedrückte Knoblauchzehe hinzufügen und mit dem Reis vermengen. Den marinierten Schweinenacken gleichmäßig auf Reis und Gemüse verteilen und nochmals mit Wokgewürz und 1 EL Sojasauce nachwürzen. Alles ca. 20-25 Minuten im Reiskocher kochen.

Kurz vor Ende der Garzeit Teriyakisauce in einer Pfanne erhitzen. Teriyakisauce mit Gewürzsalz würzen und mit Crème fraîche verrühren.

Schnittlauch in kurze Stifte schneiden.

One-Pot vorm Servieren mit Sesam und Schnittlauch garnieren und Teriyakicrème dazureichen.

Steffen Henssler am 21. September 2023

Gefüllte Spießrollbraten vom Kasseler

Für 10 Personen:

| | | |
|-------------------------------------|--------------------------|---------------------|
| 3 Gemüsezwiebeln (à 350 g) | 6 EL Olivenöl | 3 TL Edelsüßpaprika |
| Salz, Pfeffer | 1 Bund Suppengrün | 4 Zwiebeln |
| 2 $\frac{1}{2}$ kg Kasselerkotelett | 3 EL mittelscharfer Senf | 2 EL Mehl |
| 4-5 EL Worcestersoße | | |

Das Kasseler-Kotelett zu Rouladen-Scheiben aufschneiden.

Für die Füllung Gemüsezwiebeln schälen, grob würfeln.

4 EL Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Zwiebeln darin ca. 15 Minuten glasig dünsten. Paprika darüberstäuben und kurz anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Herausnehmen und abkühlen lassen.

Suppengrün putzen, waschen und grob würfeln. Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Fleischscheibe waschen und trocken tupfen. Gedünstete Zwiebeln gleichmäßig darauf verteilen und eng zu einer Roulade aufrollen. Mit Küchengarn in Form binden.

Senf und 2 EL Öl verrühren. Braten rundherum damit bestreichen. Suppengrün und Zwiebelspalten auf einer Fettpfanne verteilen, Braten daraufsetzen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 150°C/Umluft, 125°C/Gas) ca. 2 Stunden braten. Nach ca. 114 Stunden der Bratzeit mit 1 l Wasser ablöschen und zu Ende braten.

Braten von der Fettpfanne nehmen und warm stellen.

Schmorfond durch ein Sieb in einen Topf gießen, aufkochen.

Mehl und 4 EL Wasser glatt rühren, in den Fond rühren, aufkochen und ca. 3 Minuten köcheln. Soße mit Worcestersoße, Salz und Pfeffer abschmecken. Braten anrichten. Dazu schmecken Speckbrötchen.

NN am 21. September 2023

Brauhaus-Gulasch

Für 4 Personen:

| | | |
|-----------------------|-----------------------------|---------------------------|
| 500 g Schweinegulasch | 2 EL Butterschmalz | $\frac{1}{2}$ TL Senf |
| 1 EL Tomatenmark | 1 große Zwiebel, gehackt | 1 Knoblauchzehe, gepresst |
| 1 Karotte, gerieben | 200 ml Bier | 600 ml Gemüsebrühe |
| Salz, Pfeffer | 1 TL Paprikapulver, edelsüß | 1 EL Crème-fraîche |
| Saucenbinder | | |

Das Butterschmalz in einer tiefen Pfanne erhitzen. Das Gulasch im Butterschmalz scharf anbraten und mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.

Wenn das Fleisch Farbe angenommen hat und das Wasser verdampft ist, die gehackte Zwiebel, die gepresste Knoblauchzehe und die geriebene Karotte sowie den Senf und das Tomatenmark dazugeben und kurz weiterbraten.

Anschließend mit dem Bier ablöschen und einkochen lassen. Mit der Gemüsebrühe auffüllen und mit Deckel ca. 1 Stunde köcheln lassen (bei Verwendung eines Schnellkochtopfes ca. 35 min).

Etwa 5 min. vor Ende der Garzeit die Crème fraîche einrühren und nach Bedarf mit etwas Soßenbinder andicken. Vor dem Servieren nochmal abschmecken.

Als Beilage passen Spätzle, Reis, Kartoffelbrei oder Salzkartoffeln.

NN am 12. September 2023

Kleine Schweine-Schnitzel mit Zwetschgen-Haselnuss-Soße

Für 4 Personen:

Für die Schnitzel:

| | | |
|---------------|----------------|----------------------------|
| Salz | Chilipulver | Kreuzkümmel, gemahlen |
| Korianderkorn | Pfefferkörnern | Muskatnuss |
| Rohrzucker | Sauerteigbrot | Butter |
| Schweinelende | Pflanzenöl | Hartkäse, 8 Monate gereift |

Für die Sauce:

| | | |
|----------------------|--------------------------|-------------------------|
| 80 g Haselnusskerne | 300 g frische Zwetschgen | 100 g getrock. Pflaumen |
| 1 Orange | 2 rote Zwiebeln | 60 ml Olivenöl |
| 1 EL Rohrzucker | 3 EL dunkler Balsamico | 100 ml dunkler Portwein |
| 200 ml Geflügelbrühe | | |

Salz, Chilipulver, Kreuzkümmel, Koriander, Pfefferkörner, Muskat und Zucker im Mörser zu einem fein Gewürzsalz zerstoßen.

Das Sauerteigbrot in etwa 1 cm große Würfel schneiden.

In einer Pfanne Butter erhitzen und die Brotwürfel darin knusprig anbraten, anschließend auf Küchentrepp abtropfen lassen.

Die Schweinelende parieren (Fett und Sehnen ablösen) und in 12 dünne Scheiben schneiden, diese dünn plattieren.

Für die Sauce die Haselnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, dann etwas abkühlen und grob hacken.

Die Zwetschgen abwaschen, abtrocknen, halbieren, Steine entfernen und die Fruchthälften jeweils in dünne Streifen schneiden.

Die getrockneten Pflaumen ebenfalls in Streifen schneiden.

Die Orange heiß abwaschen, abtrocknen und etwas Schale dünn abreiben. Anschließend die übrige Schale mit einem Messer so abschneiden, dass keine weiße Haut mehr am Fruchtfleisch haftet. Die Orangenfilets mit einem Messer zwischen den Trennwänden herausschneiden.

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.

In einer tiefen Pfanne die Hälfte vom Olivenöl erhitzen, die Zwiebelstreifen darin ca. 1 Minute anschwitzen.

Rohrzucker darüber streuen und karamellisieren lassen. Mit Balsamico ablöschen und diesen fast vollständig einkochen lassen.

Dann die Zwetschgen- und Pflaumenstreifen, Orangenfilets und -schale zugeben und Portwein angießen. Diesen um etwas mehr als die Hälfte einkochen lassen.

Die Geflügelbrühe zugeben und die Sauce noch ein paar Minuten leicht köcheln lassen.

In der Zwischenzeit in einer möglichst großen Pfanne etwas Öl erhitzen und die Fleischscheiben darin kurz von beiden Seiten braten und mit dem Gewürzsalz würzen. (Nur so viel Scheiben auf einmal braten, wie in die Pfanne passen. Restliche Scheiben nach und nach braten, die gebratenen Fleischscheiben auf einen Teller geben.) Restliches Olivenöl unter die Sauce rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken (falls noch etwas vom Gewürzsalz übrig ist, kann auch damit abgeschmeckt werden) und die gehackten Nüsse untermischen.

Jeweils 3 kleine Schnitzel auf einem Teller anrichten, Zwetschgensauce darüber geben und geröstete Brotwürfel darüber streuen. Zuletzt etwas Hartkäse darüber hobeln und servieren.

Jörg Sackmann am 05. September 2023

Fränkisches Schäufole

Für 4 Portionen:

| | | |
|------------------------------|-------------------------|----------------------|
| 1 ½ kg Schweineschulter, roh | 1 Suppengrün | 2 Zwiebeln |
| 4 Nelken | 2 Knoblauchzehe(n) | 1 TL Kümmel |
| ½ TL Pfeffer, schwarzer | ½ TL Majoran, getrockn. | 1 Msp. Muskat |
| 1 Zweig Rosmarin | 1 L Fleischbrühe | 200 ml Bier, kräftig |
| 1 TL Salz | 2 Lorbeerblätter | |

Das Gericht hat in Franken (insbesondere Mittel- und Oberfranken) eine sehr alte Tradition als Sonntags- oder Festtagsessen. Die regionale Tradition spiegelt sich nicht nur in der Zubereitung wieder, sondern auch in der Form, wie das Fleischstück beschaffen ist. Nicht überall findet man einen Metzger, der weiß, was gemeint ist und wie man den Knochen mit Fleisch richtig zuschlägt.

Vorbereitung am Vortag:

Schäufole waschen und gut trocken tupfen. Die Schwarte mit einem sehr scharfen Messer (auch Teppichbodenmesser) in kleine Quadrate einschneiden. Je kleiner, desto besser (ca. 1 x 1 cm oder kleiner) - das gibt eine besonders knusprige Kruste mit vielen kleinen „Crackern“. Kann man schon beim Metzger machen lassen - aber klein sollen sie sein. Tief in die Schwarte schneiden, aber nicht bis in das Fleisch.

Kümmel im Mörser zerreiben, bis auf Nelken, Salz, Lorbeerblätter und Rosmarin alle weiteren Gewürze und eine Zehe Knoblauch zugeben. Alles im Mörser zu einer Würzpaste reiben. Außer auf der Schwarte (ätherische Öle aus Gewürzen, Knoblauch usw. lassen sie zäh werden) das Fleisch damit einreiben und es abgedeckt über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen.

Vorbereitung am Kochtag:

Den Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Liter Fleischbrühe zubereiten (nicht zu kräftig, eher dünn). Die Fleischbrühe über die ganze Bratzeit heiß halten - sie wird nach und nach zum Aufgießen benötigt. Ein Liter ist reichlich bemessen, den Rest braucht man evtl. zum Abschmecken der Soße.

Während der Ofen vorwärmt und die Brühe aufkocht, schon mal das Suppengrün waschen, putzen und in grobe Würfel schneiden (die Möhren z.B. nur längs vierteln). Von der Petersilie brauchen wir nur die Köpfchen. Vom Lauch auch nur das Innere der Stange nehmen, ein 10 cm großes Stück reicht. Zwiebeln mit je 2 Nelken spicken.

Das Schäufole jetzt erst salzen und in einen flachen Bräter oder die Bratschale des Ofen legen. Zur Not tut es auch eine ofenfeste, große Pfanne. Das Suppengrün, Lorbeer, Rosmarin und eine bis auf die Innenschale geschälte ganze Knoblauchzehe dazu. Alles mit der heißen Brühe soweit übergießen, dass das Suppengrün nicht ganz bedeckt ist. Dann sofort in den vorgeheizten Ofen auf die unterste Schiene geben. Das Schäufole darf nicht zu nah an die Oberhitze, sonst verbrennt die Schwarte.

Nach 10 Minuten die Temperatur auf 150 °C reduzieren (ist nicht NT, aber hat sich bewährt). Ca. alle 30 - 45 Minuten das Schäufole mit dem Bratensaft aus dem Bräter übergießen. Darauf achten, daß nicht zu viel Flüssigkeit verdampft und Suppengemüse und Soße anbrennen. Bei Bedarf etwas heiße Fleischbrühe nachgießen, aber nur soviel, dass das Suppengrün nicht ganz bedeckt ist. Ca. 45 Minuten vor Ende der Bratzeit das Schäufole mit etwas Bier übergießen, 15 Minuten später noch einmal. Wer kein Bier möchte, kann auch etwas kochendes Wasser mit einer Prise Salz darin nehmen - fördert auch die Krustenbildung, falls überhaupt erforderlich. Je nach Fleischqualität sollte das Schäufole nach ca. 4 Stunden fertig sein, im Zweifelsfall lieber länger, dann es wird nicht so schnell trocken.

Test:

Ein dünnes, elastisches Messer nehmen und ein kleines Stück zwischen Fleisch und Knochen entlangfahren. Das sollte leicht gehen. Beim Tranchieren muss einem dann das saftige Fleisch geradezu entgegen fallen.

Nach Ende der Bratzeit das Schäufile in Alufolie packen und warm stellen.

Die Sauce durch ein Sieb in einen Topf abgießen. Suppengrün und Zwiebeln (evtl. ohne die Knoblauchzehe) durch das Sieb streichen.

Schäufel Sauce bleibt „natur“ und wird normalerweise nicht gebunden oder mit Sahne oder Sauerrahm verfeinert. Bei Bedarf mit restlicher Fleischbrühe und/oder etwas Bier (aber vorsichtig!) ergänzen, evtl. mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Sauce kurz ankochen.

Das Schäufile längs in Scheiben aufschneiden (das zarteste Stück ist an der Knochenunterseite). Beim Anrichten die Kruste saucenfrei halten.

Beilagen:

Rohe Klöß´ („Kartoffelknödel“), Sauerkraut und/oder ein gemischter Salat.

Anmerkung:

Traditionsgemäß isst der Franke eigentlich ein Schäufile selber, keine Scheiben davon. Es wird dann ein auf 1/2 - 1/4 geteiltes Schäufile mit Knochen serviert. Dies setzt natürlich voraus, dass man das Fleisch vom Metzger so zu kaufen bekommt.

Wenn man statt einem großen Familienschäufile 4 „kleine“ macht, reduziert sich die Bratzeit auf etwa 2,5 bis 3 Stunden.

NN am 05. September 2023

Schweine-Filets gegrillt Barbecue-Style

Für 4 Personen:

| | | |
|------------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| 2 Schweinefilets | 1 Gewürznelke, zerstoßen | 1 El geräuch. Paprikapulver |
| 1 Tl Fenchelsamen, zerstoßen | 1/2 Tl Kreuzkümmel | 3 Knoblauchzehen, gepresst |
| 1 Zitrone, Abrieb, Saft | 5 El Balsamico-Essig | 150 ml Ketchup |
| 1 El Thymianblättchen | | |

Aus den Zutaten eine Marinade verrühren.

Die Hälfte zur Seite stellen.

Die Lenden säubern, von Sehnen befreien und in einen großen Gefrierbeutel legen.

Die Marinade hineingeben, verschließen und gut durchkneten. Ab damit in den Kühlschrank.

Das Fleisch eine gute halbe Stunde vor dem Grillen aus dem Kühlschrank nehmen.

Auf dem heißen Grill 15-20 Minuten garen. Beim Wenden mit der Marinade bestreichen.

Bei 64° Grad Kerntemperatur ist die Schweinelende noch zart rosa.

Fleisch vom Grill nehmen und auf einer Platte mit Alufolie 5 Minuten ruhen lassen.

NN am 01. September 2023

Saftiges Porchetta vom Drehspieß

1,5-2 kg Schweinebauch 200 g Pesto, rot 10 Stiele Basilikum
Fenchelsaat Salz, Pfeffer

Den Schweinebauch zuerst auf halber Höhe horizontal einschneiden, aber nicht komplett, sondern nur bis ca. 5 cm vor dem Rand. Das Fleisch dann aufklappen und die Hälfte, die nicht über der Schwarte liegt, mit Pesto einstreichen. Außerdem kommen etwas Fenchelsaat und die Blätter des Basilikums darauf. Die andere Seite würzt du dezent mit Salz und Pfeffer. Dann rollst du den Braten fest auf, sodass die Schwarte außen liegt. Den Braten mit Garn fest binden, sodass er nicht aufgehen kann. Die Außenseite würzt du leicht mit etwas Salz.

Den Grill auf 180 °C indirekte Hitze vorheizen und den Rollbraten auf den Drehspieß stecken. Achtung: Wenn du mit einem Heckbrenner arbeitest, dann achte darauf, dass der Braten nicht länger ist als der Brenner. Nun lässt du deine Porchetta etwa zwei Stunden lang grillen.

Tipp:

Damit das Fleisch nicht zu trocken wird, kannst du es gelegentlich beschöpfen. Dazu stellst du eine Edelstahlwanne mit Wasser unter, in die auch das Fett tropft. So erhält das Wasser mit der Zeit ausreichend Aromen, um den Braten nicht zu verwässern. Das Fleisch ist gar, wenn es eine Kerntemperatur von etwa 73 °C erreicht hat. Die verfolgst du am besten mit einem drahtlosen Thermometer.

NN am 29. August 2023

Karree vom Schwein vom Drehspieß

1,5 kg Schweine-Karree Senf 1 TL Zwiebelpulver
1 TL Paprikapulver 1 TL schwarzer Pfeffer ½ TL Kümmelsaat

Das Schweinekarree dünn mit Senf bestreichen. Die Gewürze gut vermischen und auf dem Fleisch verteilen, die Knochen dabei aussparen. Das Karree dann auf den Drehspieß schieben.

Den Grill auf 180 °C vorheizen oder einen Heckbrenner verwenden. Das Karree bis zur Kerntemperatur von 65 °C grillen.

NN am 29. August 2023

Schweine-Rücken vom Drehspieß

1 kg Schweinerücken 1,5 TL Paprikapulver ½ TL Zwiebelpulver
½ TL Senfpulver ½ Pfeffer, gemahlen 1 TL Salz
Olivenöl

Den Schweinerücken ganz dünn mit Öl einstreichen und die vermischten Gewürze einmassieren. Den Grill auf indirekt 190 °C vorheizen und den Schweinerücken auf den Spieß schieben. Am besten noch ein drahtloses Fleischthermometer mit einstecken. So lange grillen, bis die Kerntemperatur 65 °C erreicht hat, fertig.

NN am 29. August 2023

Gemüse-Schaschlik vom Drehspieß

1 kg Schweine-Nacken 4 Zwiebeln 2 Paprika
Salz, Pfeffer

Für das Schaschlik schneidest du zuerst das Fleisch in acht bis zehn Portionen und würzt gut mit Salz und Pfeffer. Wenn du magst, kannst du das Fleisch vorher noch 12 Stunden in Ketchup einlegen.

Als Nächstes halbiert du die Paprika und schälst die Zwiebeln. Schon kannst du alles auf die Spieße für den Drehspieß stecken, immer abwechselnd Fleisch und Gemüse. Gegrillt wird bei einer Temperatur von 160 °C indirekt. Der XXL-Spieß ist nach etwa 30-45 Minuten gar.

NN am 29. August 2023

Kasseler vom Drehspieß

1 kg Kasseler Nacken 1 EL Senf Pfeffer, geschrotet
1 kg Sauerkraut 2 Lorbeerblätter Pfefferkörner
Wacholderbeeren 2 EL Butter 100 mL Weißwein

Das Stück Kasseler auf den Drehspieß schieben und gut fixieren. Mit etwas Senf bestreichen und leicht pfeffern.

Den Grill auf 160 °C vorheizen. Kasseler nie zu heiß grillen, da es gepökelt ist. Kasseler mit Drehspieß befestigen.

Sauerkraut mit Lorbeer, Pfeffer und den Wacholderbeeren in einen Topf geben. Weißwein angießen und etwas Butter darüber verteilen. Den Topf unter das Kasseler stellen.

Alles zusammen 45-60 Minuten grillen, dabei gelegentlich das Sauerkraut umrühren. Wenn es zu trocken wird oder anbrennt, gibst du etwas Weißwein zu.

NN am 29. August 2023

Schweine-Nacken gegrillt mit Zwiebeln, Miso-Mayonnaise

Für 4 Personen:

1 rote Zwiebeln 2 Zweige Koriander 150 g Sushi-Mayonnaise
20 g Misopaste 800 g Schweine-Nacken Salz

Die Zwiebel schälen und in sehr feine Ringe schneiden Den Koriander abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.

Aus Sushi-Mayonnaise und Misopaste eine homogene Mayonnaise rühren. (Am besten in eine Squeeze Flasche (Quetschflasche) füllen.) Das Fleischstück salzen und auf dem heißen Grill (ca. 230 Grad) bei direkter Hitze ca. 3 Minuten (oder in der heißen Grillpfanne) von jeder Seite anbraten.

Dann das Fleisch auf die indirekte Zone des Grills legen (alternativ im Backofen bei 100-150 Grad Ober-/Unterhitze) und ein paar Minuten nachziehen lassen, die Kerntemperatur vom Fleisch sollte ca. 60 Grad betragen.

Anschließend das Fleisch vom Grill nehmen und 1-2 Minuten ziehen lassen.

Fleisch in Tranchen schneiden, auf Teller oder eine große Platte geben und reichlich Miso-Mayonnaise dekorativ darüber träufeln. Zwiebelringe und gezupften Koriander darauf verteilen und alles servieren. Dazu nach Belieben Baguette reichen.

Heiko Brath am 17. August 2023

Asia-Schweinebauch mit zweierlei Blumenkohl

Für 4 Personen:

Für die flüssige Marinade:

| | | |
|----------------------|-----------------|-------------------|
| 80 ml milde Sojasoße | 50 ml Apfelsaft | 2 Sternanis |
| 1 TL Koriandersaat | 1 EL Honig | 2 Zehen Knoblauch |
| 1 Stück Ingwer | 1 Chilischote | 1 Bund Koriander |

Für die trockene Marinade (Rub):

| | | |
|--------------------------|-----------------|------------------|
| 2.5 EL getrock. Zwiebeln | 1 EL Rohrzucker | 1 EL grobes Salz |
| 1 TL süßes Paprikapulver | Baharat | 1 Zehe Knoblauch |
| 1 Stück Ingwer | | |

Für Fleisch und Blumenkohl:

| | | |
|-----------------------------|-----------------|---------------|
| 500 g durchw. Schweinebauch | 1 kg Blumenkohl | 1 Zwiebel |
| 1 Zehe Knoblauch | Olivenöl | Honig |
| 1 Chilischote | Zitronensaft | Salz, Pfeffer |

Für die flüssige Marinade: Sojasoße, Apfelsaft, Sternanis, Koriandersaat und Honig in einen kleinen Topf geben. Knoblauch schälen, andrücken, Chilischote, Ingwer in grobe Stücke schneiden. Korianderblätter grob schneiden, für die Garnitur beiseitestellen. Die Stiele grob schneiden, mit Knoblauch, Chili, Ingwer in den Topf geben. Alles kräftig aufkochen.

Für die trockene Marinade (Rub): Getrocknete Zwiebeln, Zucker, grobes Salz, Paprikapulver und Baharat in einer Schale vermischen. Knoblauch und Ingwer fein würfeln, dazugeben und alles gut vermengen.

Für Fleisch und Blumenkohl: Damit der Schweinebauch eine schön knusprige Kruste bekommt und das Fleisch zart wird, wird er vor dem Grillen/Braten in einem Wasserbad vorgegart. Dazu das Fleisch pur und mit der Schwarte nach unten in eine Auflaufform geben, die Auflaufform etwa zwei Finger breit mit Wasser füllen und den Schweinebauch etwa 1 Stunde im Ofen bei 120 Grad auf der unteren Schiene vorgaren.

Die eine Hälfte des Blumenkohls in grobe Röschen zerkleinern und in einem geschlossenen Topf in gesalzenem Wasser etwa 15-20 Minuten dämpfen, bis er weich ist.

Den rohen Blumenkohl in grobe Röschen teilen. Zwiebel schälen und fein würfeln, Knoblauch schälen und in dünne Scheibchen schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Blumenkohl-Röschen darin etwa 6 Minuten anbraten. Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und kurz anrösten. Mit Salz und etwas Honig würzen. Zum Schluss die Chili fein würfeln und dazugeben.

Den gekochten Blumenkohl abgießen und mit Honig, Olivenöl, Pfeffer und 1 Spritzer Zitrone würzen. Mit einem Mixstab pürieren und warmhalten.

Den gegarten Schweinebauch aus dem Ofen nehmen und mit der Schwarte nach oben auf ein Brett legen. Die Haut sollte weich sein. Kurz etwas abkühlen lassen. Dann die Schwarte kreuzförmig einschneiden. Das Fleisch zusätzlich vorsichtig etwa 3 cm tief in mehrere Stücke anschneiden, nicht durchschneiden, das Bauchstück sollte ganz bleiben. Vorsichtig rundum in der Trockenmarinade wälzen. Anschließend mit der Schwarte nach unten in einer vorgeheizten (Grill-)Pfanne rundum knusprig braten.

Das fertige Fleisch in eine hohe Schale geben und die Soja-Marinade durch ein Sieb darübergießen. Den Schweinebauch darin wenden und kurz durchziehen lassen.

Anrichten: Etwas Blumenkohl-Püree auf die Teller streichen und das geschnittene Fleisch darauflegen. Den angebratenen Blumenkohl drumherum arrangieren und je 1 Löffel Soja-Marinade über alles tröpfeln. Mit frisch geschnittenem Koriander garnieren.

Tarik Rose am 06. August 2023

Rosenkohl-Kasseler-Auflauf

Für 4 Portionen

4 Scheiben Kasseler 1 kg Rosenkohl 200 g Schmelzkäse
¼ Liter Milch 1 m.-große Zwiebel Butterschmalz
Salz, Pfeffer

Den Rosenkohl putzen und kurz in Salzwasser vorgaren. Das Kasseler in etwas Butterschmalz leicht anbraten, dann aus der Pfanne nehmen. Die Zwiebel in kleine Würfel schneiden und im verbliebenen Bratfett andünsten.

Aus dem Schmelzkäse und der Milch eine Sauce zubereiten. Mit Salz (wenig!) und Pfeffer abschmecken.

Den Rosenkohl in eine Auflaufform geben, die Kasseler Scheiben dachziegelartig auf den Kohl legen. Die Zwiebelwürfel auf dem Kasseler verteilen. Darüber die Sauce geben.

Ca. 20 Minuten bei 150 °C Umluft im Ofen überbacken.

Dazu passt Kartoffelpüree oder Baguette.

NN am 28. Juli 2023

Schweinebauch aus dem Ofen, knusprig

Für 4 Portionen

800 g Schweinebraten (Bauch) 1 Zwiebel 5 Gewürznelken
3 Lorbeerblätter 2 EL Honig, flüssig 330 ml Bier (Pils)
2 EL Sojasauce 1 TL Thymian, gehackt 1 TL Rosmarin, gehackt
Salz und Pfeffer

Schweinebauch kalt abspülen und in einen Topf mit kaltem Wasser geben. Die Zwiebel pellen, mit den Nelken und Lorbeerblättern spicken und zu dem Schweinebauch geben. Das Wasser zum Kochen bringen und bei mittlerer Hitze ca. 40 Minuten kochen. Den Schweinebauch herausnehmen und die Haut mit einem scharfen Messer rautenförmig einritzen.

Honig, Bier, Sojasauce mit dem Thymian und Rosmarin aufkochen.

Den Schweinebauch mit der Haut nach oben auf's Blech geben und im vorgeheizten Ofen bei ca. 220°C (keine Umluft!, Gas Stufe 3-4) ca. 40 Minuten garen. Dabei des öfteren mit der Bier-Glasur bestreichen. Anschließend herausnehmen, 5 Minuten ruhen lassen und dünn geschnitten servieren.

Schmeckt auch hervorragend kalt am Tag danach.

Tipp:

Anstelle von Pils darf auch Altbier genommen werden, jedoch kein Weizen oder ähnliches.

NN am 20. Juli 2023

Schweinshaxe bayrisch

Für 4 Portionen

| | | |
|---------------------|--------------|-------------|
| 1 ½ kg Schweinshaxe | 2 TL Salz | ½ TL Kümmel |
| 1 Knoblauchzehe | ½ TL Pfeffer | 1 Zwiebel |
| 2 EL Öl | 300 ml Brühe | 200 ml Bier |
| evtl. Saucenbinder | | |

Die Schweinshaxe abrausen und trocken tupfen. Mit einem Messer die Haut rautenförmig einschneiden. Dabei nicht die Fettschicht durchtrennen, sonst wird die Haxe beim Braten trocken. Salz, Kümmel, gehackten Knoblauch und Pfeffer mischen und in einem Mörser zerstoßen. Die Haxe mit der Gewürzmischung einreiben.

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen.

Die Zwiebel abziehen und in grobe Stücke teilen. Das Öl in einem Bräter erhitzen und die Haxe darin rundum kurz und scharf anbraten. Die Zwiebelstücke dazugeben, kurz angehen lassen, mit der Brühe ablöschen und den Bräter in den Ofen geben. Ca. 2,5 Stunden braten lassen. Dabei immer wieder wenden und mit Brühe und dann mit Bier begießen. Der Bräter soll immer etwas Flüssigkeit am Boden haben. Kurz vor Ende der Garzeit Temperatur auf 230 Grad erhöhen und knusprig braten.

Die Haxe herausnehmen und warm stellen. Bratenfond durch ein Sieb gießen, evtl. etwas binden und nachwürzen. Zu der gebratenen Schweinshaxe servieren.

NN am 20. Juli 2023

Knuspriges Schnitzel Caprese Style

Für 2 Personen:

| | | |
|---------------------|-------------------|--------------------|
| 1 Tomate | 1 Msp. Salz | 1 Mozzarellakugel |
| 2 Schweineschnitzel | 1 Msp. Gewürzsalz | 8 Basilikumblätter |
| 1 Msp. ital. Gewürz | 100 g Mehl | 2 Eier |
| 200 g Panko | 6 EL Olivenöl | 2 EL Butter |

Den Stielansatz der Tomate entfernen und die Tomate auf der gegenüberliegenden Seite kreuzweise einschneiden. Die Tomate 10 Sekunden in kochendes Salzwasser geben und anschließend in kaltem Wasser abschrecken. Dann die Haut mit einem kleinen Messer von der Tomate abziehen. Tomate vierteln und entkernen. Mozzarella in Scheiben schneiden.

Die Schnitzel mit einem Fleischhammer beidseitig plattieren und mit Gewürzsalz würzen. Mozzarella und Tomatenviertel mittig im Wechsel auf ein Schnitzel legen, drumherum Platz lassen. Caprese mit Basilikumblättern und Italian Gewürz bestreuen. Das belegte Schnitzel mit dem unbelegten verschließen und den Rand rundherum vorsichtig mit dem Fleischhammer festklopfen.

Das verschlossene Schnitzel beidseitig erst in Mehl, dann in Ei und zum Schluss in Panko wenden. Das panierte Schnitzel bei mittlerer Hitze von jeder Seite ca.

4 Minuten in Olivenöl knusprig braten. Butter zum Schnitzel in die Pfanne geben und ca. 1 Minute weiterbraten. Dabei das Schnitzel in der Pfanne immer wieder mit der zerlassenen Butter beträufeln und zwischendurch wenden.

Das Schnitzel auf einem Küchentuch abtropfen lassen und dann servieren.

Steffen Henssler am 20. Juli 2023

Gyros aus der Pfanne mit griechischem Salat

Für 4 Personen:

| | | |
|------------------|-------------------------|------------------------------------|
| 2 rote Zwiebeln | 6 EL Olivenöl | 350 g Schweinefleisch (Oberschale) |
| Salz | 2 Stängel Oregano | 2 Stängel Majoran |
| 1 Zweig Rosmarin | 1 Knoblauchzehe | 1 Salatgurke |
| 2 Fleischtomaten | 60 g grüne Oliven | 2 Lauchzwiebeln |
| 1 Bio-Zitrone | 150 g fester Schafskäse | 1 Prise Zucker |

Für das Pfannengyros die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und die Zwiebelstreifen darin anschwitzen, anschließend aus der Pfanne nehmen.

Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen.

Oregano, Majoran und Rosmarin abbrausen, trocken schütteln. Vom Oregano und Majoran die Blättchen abstreifen und fein schneiden.

Knoblauch schälen und fein schneiden.

In der Zwiebelpfanne etwas Olivenöl erhitzen und das Fleisch portionsweise anbraten. Rosmarinweig zum Fleisch in die Pfanne geben, 2/3 vom gehackten Majoran und Oregano sowie Knoblauch zugeben. Danach die Pfanne zur Seite stellen und die Zwiebelstreifen darauf geben.

Für den Salat die Gurke waschen, schälen und in Stücke schneiden.

Die Tomaten waschen und in Stücke schneiden, die Oliven grob hacken.

Die Lauchzwiebeln waschen, trocknen und kleinschneiden.

Die Zitrone heiß abwaschen und trockenreiben. Etwas Schale abreiben und den Saft auspressen.

Den Schafskäse in Würfel schneiden.

Tomaten und Gurken in eine Schüssel geben, mit Salz und Zucker würzen, grob gehackte Oliven und fein geschnittenen Zwiebellauch zugeben.

Aus Zitronenschale, -saft, und etwa 3 EL Olivenöl ein Dressing rühren und mit den Tomaten und Gurken vermengen.

Zuletzt den gewürfelten Schafskäse daruntermischen.

Das Fleisch in der Pfanne kurz vor dem Servieren durchmischen und auf vorgewärmte Teller geben. Den Salat dazu reichen. Dazu Fladenbrot oder Baguette servieren.

Rainer Klutsch am 13. Juli 2023

Kasseler Hawaii mit Röstzwiebel-Reis und Curryschaum

Für 4 Personen:

| | | |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------|
| 4 Sch. mageres Kasseler | 4 Sch. frische Ananas | 8 Sch. Höhlenkäse |
| 300 g Langkorn-Reis | 8 EL Röstzwiebeln | 4 Eier |
| 4 cl Weißwein | 2 Spritzer weißer Balsamico | 1-2 TL Madras-Curry-Pulver |
| Salz | 1 Prise Zucker | 1 EL Butterschmalz |
| 2 TL Butter | | |

Ofen auf Grillfunktion vorheizen.

Wasser zum Kochen bringen, salzen und den Reis darin bissfest garen, abgießen und zur Seite stellen.

Von einer Ananas zwei Scheiben abschneiden, Schale entfernen und Strunk ausstechen oder ausschneiden.

In einer Grillpfanne mit Butterschmalz die Kasseler Scheiben von beiden Seiten kurz anbraten und anschließend auf ein Blech mit Backpapier legen.

Die Ananasscheiben und den Käse darauf platzieren und im Ofen für wenige Minuten gratinieren (Richtzeit: ca. 10 Min.) Den Reis mit etwas Butter und 2/3 der Röstzwiebeln zurück in den Topf geben und erwärmen.

Den Weißwein zusammen mit Curry, einem Spritzer weißen Balsamico und einer Prise Salz und Zucker in eine Rührschüssel geben und im Wasserbad erhitzen. Die Eier trennen, die Eigelbe zum Weißwein geben und mit dem Schneebesen zu einer schaumigen Creme rühren.

Kasseler mit Reis auf Tellern anrichten, mit dem Curryschaum nappieren und den restlichen Röstzwiebeln und Petersilie garnieren.

Tipp:

Gepökelttes Fleisch sollte aus gesundheitlichen Gründen nicht angebraten werden.

Das Kasseler also nur kochen und dann im Ofen mit dem Käse gratinieren.

Björn Freitag am 08. Juli 2023

Schweinebauch mit Guacamole

Für 2 Personen:

| | | |
|----------------------------------|----------------------|---------------------------|
| 600 g Schweinebauch mit Schwarte | 1 Schalotte | 20 schwarze Pfefferkörner |
| 3 Lorbeerblätter | 1 Msp. Fleischgewürz | 2-3 EL Salz |
| 1-2 Avocados | 1 Limette | 1 grüne Peperoni |
| 1/2 rote Chilischote | 1/2 rote Zwiebel | 1/2 Bund Koriander |

2 L Wasser in einem Topf zum Kochen bringen.

Schweinebauch in 6-7 dünne Tranchen schneiden.

Schalotte vierteln.

Pfefferkörner, Lorbeerblätter, Fleischgewürz, Salz und Schalotte ins kochende Wasser geben. Schweinebauch ins Gewürz-Wasser geben und mit geschlossenem Deckel ca. 25 Minuten darin köcheln.

Währenddessen für die Guacamole die Avocado halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale lösen. Das Fruchtfleisch in eine Schüssel geben und mit Limettensaft beträufeln.

Peperoni und Chili mit Kernen in feine Ringe schneiden.

Rote Zwiebel klein würfeln und Koriander grob hacken.

Alles zum Avocado-Fruchtfleisch in die Schüssel geben.

Mit Avocado Topping würzen und mit einem Mörser zerstoßen oder mit einer Gabel zerquetschen.

Den Schweinebauch aus dem Wasser schöpfen, auf Küchentüchern gut abtropfen lassen und mit weiteren Küchentüchern zusätzlich trocken tupfen.

Steffen Henssler am 04. Juli 2023

Schweine-Kotelett vom Grill mit Teriyaki-Marinade

Für 2 Personen:

| | | |
|---------------------|--------------------|----------------------|
| 2 Schweinekoteletts | 2 EL Bratöl-Butter | 2 EL Barbecue-Gewürz |
| 4 EL Teriyaki-Sauce | Barbecue | |

Schweinekoteletts von beiden Seiten mit Öl einpinseln und dann großzügig mit Barbecue-Gewürz würzen, ebenfalls von beiden Seiten.

Die Koteletts auf den heißen Grill legen und ca. 5 Min.

von beiden Seiten grillen. Koteletts auf dem Grill großzügig mit Teriyaki-Sauce einpinseln, wenden und die andere Seite ebenfalls einpinseln. Die Koteletts nach ca. 1 Minute zurückwenden und nochmals von der anderen Seite ca. 1 Minute grillen.

Steffen Henssler am 22. Juni 2023

Rosenkohl-Kasseler-Auflauf

Für 3 Personen:

| | | |
|-------------------------|-----------------------|-----------------------------|
| 500 g Kartoffeln | 500 g Rosenkohl | Salz |
| 400 g Kasseler-Kotelett | 1 EL Öl | 30 g Butter |
| 30 g Mehl | $\frac{1}{4}$ l Milch | $\frac{1}{4}$ l Gemüsebrühe |
| 150 g Käse (Gorgonzola) | Pfeffer | 20 g Haselnusskerne |

Kartoffeln waschen und in kochendem Wasser ca. 20 Minuten garen. Rosenkohl putzen, waschen und in kochendem Salzwasser 15-20 Minuten garen. Kasseler waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Fleisch darin ca. 3 Minuten braten. Fett in einem Topf schmelzen. Mehl darin anschwitzen. Milch und Brühe unter Rühren zugießen. Käse in Würfel schneiden. Die Hälfte des Käses in die Soße rühren.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nüsse grob hacken. Kartoffeln und Rosenkohl abgießen. Kartoffeln abschrecken, pellen und in dicke Scheiben schneiden. Kartoffeln, Rosenkohl und Kasseler in eine Auflaufform geben.

Soße darübergießen. Restlichen Käse und Nüsse darauf verteilen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C) ca. 10 Minuten überbacken.

NN am 19. Juni 2023

Rollbraten gegrillt oder im Backofen

Für 6 Personen:

| | | |
|-----------------------|-----------------------|--------------|
| 2,5 kg Schweinenacken | 200 g Kochschinken | 200 g Salami |
| Grillgewürz | 400 g geriebener Käse | 3 EL Senf |
| Gewürzgurken-Scheiben | | |

Den Kochschinken und die Salami in dünne Scheiben schneiden. Den Schweinenacken so aufschneiden, dass eine große Roulade entsteht.

Auf der Innenseite mit Grillgewürz bestreuen; weiter mit Senf, Käse, Kochschinken, Gurkenscheiben, mehr Käse, Salami belegen und mit etwas Grillgewürz abschließen.

Beim Füllen ist zu beachten, dass der Braten nur zu 75% von innen nach außen gefüllt wird, da sich beim Zusammenrollen die Füllung nach außen drückt.

Den Braten fest zu einer Roulade aufrollen und mit Küchengarnt umschließen.

Den Braten bei 170-180°C indirekter Hitze grillen bis er eine Kerntemperatur von 74°C hat. Dabei den Rollbraten in den ersten 45 Minuten räuchern.

Vor dem Anschneiden sollte der Braten etwa 20 Minuten ruhen.

Wenn man auf das Räuchern verzichtet, gelingt der Braten auch im Backofen, falls man einen gusseisernen Bratbehälter mit gusseisernem Deckel verwendet.

NN am 15. Juni 2023

Schweine-Filets gegrillt

Für 4 Personen:

8 Scheiben Schweinefilet 1 Bio-Zitrone 1 EL Chiliflocken
3 EL Olivenöl Salz, Pfeffer

Schweinefilets in eine Schale legen. Zitrone waschen, die Schale mit einem Ziseliierer abziehen und die feinen Streifen leicht hacken. Zitronenschale mit Olivenöl, Salz und Chiliflocken zu den Schweinefilets geben und alles gut vermengen. Das Fleisch mindestens 30 Minuten marinieren. Anschließend grillen oder in einer Pfanne braten.

Das Fleisch schmeckt gut mit gegrillter Ananas oder als Beilage zu einem Eintopf.

grillen Fleisch Schwein

Rainer Sass am 11. Juni 2023

Schweine-Filet sous vide mit Honig-Limetten-Vinaigrette

Für 4 Personen:

1 Schweinefilet (ca. 700 g) 250 ml Öl Öl
2 Limetten, Abrieb und Saft 3 EL Honig 2 TL Dijon-Senf
2 TL frisch gehackter Ingwer 3 TL gehackte Minze Salz, schwarzer Pfeffer

Das Wasserbad auf 55°C (medium-rare) oder 60°C (medium) vorwärmen. Das Schweinefilet im Ganzen vakuumieren.

Den Vakuumbbeutel für ca. 120 Minuten in das Wasserbad legen.

Die Teller vorwärmen.

Limettensaft und -Abrieb, Honig, Senf und Ingwer in der Küchenmaschine mixen und dabei langsam das Öl hinzufügen; in eine Schüssel geben, die Minze hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Vakuumbbeutel aus dem Wasserbad nehmen und den Inhalt entnemen. Das Filet abtrocknen und mit Öl einreiben; danach salzen und pfeffern.

Das Fleisch scharf von allen Seiten anbraten, pro Seite ca. 1 min.

Das Filet in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden und auf den vorgewärmten Tellern anrichten.

Die Filets mit der zimmerwarmen Vinaigrette servieren.

NN am 11. Juni 2023

Szegediner Gulasch

Für 6 Personen:

| | | |
|--------------------------|-------------------------------|-----------------------------|
| 1 kg mageres Nackenstück | 4 Zwiebeln | 4 Knoblauchzehen |
| 4 EL Schweineschmalz | 2 EL Tomatenmark | 600 g Sauerkraut |
| 1 rote Paprikaschote | 1 l Fleischbrühe | 1 TL Mehl |
| 200 g Schmand | 100 ml Wasser | Salz, Pfeffer |
| 1 TL Kümmel | 1/2 EL scharfes Paprikapulver | 1/2 EL edels. Paprikapulver |
| 1 Lorbeerblatt | 100 g Crème-fraîche | Kräuter |

Den Kümmel hacken. Das Fleisch damit und mit Salz, Pfeffer kräftig würzen. .

Zwiebeln, Knoblauchzehen schälen und in dünne Scheiben schneiden. .

In einem Schmortopf Schmalz erhitzen, Zwiebeln darin glasig andünsten. .

Beide Paprikapulver einrühren, sofort mit Wasser ablöschen; einkochen lassen, Fleisch hinzufügen und 10 Min. anbraten.

Knoblauch, Lorbeerblatt, Tomatenmark und etwas Fleischbrühe hinzufügen. Zugedeckt bei schwacher Hitze 40 Min. schmoren lassen. Öfter umrühren und Brühe nachgießen.

Paprikaschote putzen, waschen, klein würfeln, Sauerkraut untermengen. Mit restlicher Fleischbrühe bedecken und 30 Min. köcheln lassen. .

Schmand, Mehl verquirlen und unter das Gulasch rühren. .

Im offenen Topf noch 15 Min. ziehen lassen. Anschließend servieren, mit Crème fraîche und Kräutern toppen.

NN am 09. Juni 2023

Marinierte Schweine-Koteletts vom Grill

Für 2 Personen:

| | | |
|-------------------|------------------|---------------------|
| 1 Limette | 2 Knoblauchzehen | 6 EL Joghurt |
| 2-3 EL Grill | Marinade | 2 Schweinekoteletts |
| 1 Msp. Gewürzsalz | | |

Von der Limette die Schale in eine Schüssel fein abreiben. Knoblauch fein darüberreiben. Limette auspressen und Saft zugeben. Joghurt unterrühren. Grill- Marinade unterrühren. Koteletts darin wenden und mit der Marinade in einen großen Gefrierbeutel füllen. Luft herausstreichen, Beutel verschließen und Koteletts 3-4 Stunden, am besten über Nacht, kalt stellen.

Fleisch aus der Marinade nehmen. Mit Gewürzsalz würzen. Koteletts auf dem heißen Grill mit geschlossenem Deckel von beiden Seiten ca. 8 Minuten grillen.

Steffen Henssler am 08. Juni 2023

Filettopf

Für 4 Personen:

| | | |
|--------------------------|----------------------------|---------------------|
| 1 kg Schweinefilet | 100 g Katenschinken | 2 m.-große Zwiebeln |
| 1 Knoblauchzehe | 500 g Champignons | 200 ml Fleischbrühe |
| 200 g Schmand | 200 ml Sahne | 1 TL Senf |
| 1 EL Tomatenmark, 3-fach | 1 Bund Petersilie, gehackt | 1 EL Öl |
| 1 EL Butter | Salz, Pfeffer | |

Den Schinken und Knoblauch fein würfeln.

Vom Schweinefilet die weiße Haut entfernen. Das Öl mit der Butter erhitzen, nicht zu heiß werden lassen. Das Fleisch mit Salz, Pfeffer würzen und in ca. 10 min. von allen Seiten braten. Es soll innen rosa sein. Dann herausnehmen und auf einem Teller (damit der Fleischsaft aufgefangen wird) erkalten lassen.

Im Bratfett Zwiebeln, Knoblauch und Schinken gut bräunen.

Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Champignons mitbraten. Dann mit Brühe ablöschen, Sahne, Schmand und den ausgetretenen Fleischsaft zugeben. Die Soße mit Salz, Pfeffer, Tomatenmark und Senf kräftig abschmecken. Sollte sie zu flüssig sein, etwas Speisestärke in wenig kaltem Wasser anrühren und unter Rühren zur kochenden Soße bis zur gewünschten Konsistenz geben. Soße abkühlen lassen.

Das kalte Fleisch in 1 cm breite Scheiben und dann in Streifen schneiden, in die Soße geben, die Petersilie dazu und durchrühren, kühl stellen.

Am nächsten Tag das Gericht auf kleiner Flamme erwärmen, nicht mehr kochen. So bleibt das Fleisch rosa.

Die Soße nochmals abschmecken.

Dazu schmeckt Baguette, aber auch Spätzle und Salat.

NN am 07. Juni 2023

Schweine-Braten mit Krautsalat

Für 6 Personen:

Für den Schweinebraten:

| | | |
|---------------------------------|--------------------------|-----------------------|
| 2 kg Schweinebauch mit Schwarte | 1 Zitrone | Salz |
| Pfeffer | 0,5 TL gemahlener Kümmel | Wasser |
| 1 kg Schweineknochen | 1 Möhre | 100 g Knollensellerie |
| 1 Stange Lauch | 500 ml dunkles Bier | Speisestärke |

Für den Krautsalat:

| | | |
|---------------------|---------------------|-----------------|
| 2 Schalotten | 30 g geräuch. Speck | 800 g Weißkraut |
| 4 EL Sonnenblumenöl | 2 EL Weinessig | Salz |
| Pfeffer | 1 Prise Kümmel | |

Für den Schweinebraten am Vortag das Fleisch kalt waschen, gründlich trocken tupfen. Von der Zitrone den Saft auspressen.

Mit einer Fleischgabel in die Schwarte Löcher einstechen, dann die Schwarte mit Zitronensaft und kräftig mit Salz einreiben. Das Fleischstück auf einen großen, tiefen Teller oder in eine Auflaufform geben und abgedeckt über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen.

Am folgenden Tag den Schweinebraten trocken tupfen. Mit Salz, Pfeffer und dem Kümmel würzen und mit der Schwartenseite nach unten in einen Bräter legen. So viel Wasser angießen, dass die Schwarte in der Flüssigkeit liegt.

Zugedeckt den Braten so 1 Stunde auf dem Herd köcheln lassen, damit die Schwarte weich wird. Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Knochen kalt abwaschen, abtropfen lassen und auf ein Backblech geben. Im heißen Backofen ca. 45 Minuten unter gelegentlichem Wenden rösten.

Dann die Knochen aus dem Ofen nehmen. Die Backofentemperatur auf 180 Grad Ober- und Unterhitze reduzieren.

Möhre, Sellerie und Lauch putzen, bzw. schälen, waschen und in Stücke schneiden.

Schweinebraten aus dem Bräter nehmen, mit der Schwarte nach oben auf ein Arbeitsbrett legen. Die Schwarte mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden.

Den Braten mit der Schwartenseite nach oben wieder in den Bräter setzen. Das Gemüse und gerösteten Knochen darum verteilen.

Den Schweinebraten weitere ca. 1,5 Stunden im Ofen zugedeckt garen. Währenddessen nach und nach das Bier über den Braten gießen.

Inzwischen für den Krautsalat Schalotten schälen und fein schneiden. Speck fein würfeln. Weißkraut putzen, den harten Strunk entfernen und das Kraut fein schneiden oder hobeln.

In einer Pfanne in 1 TL Sonnenblumenöl Speck und Schalotten anbraten. Aus der Pfanne nehmen und mit dem Weißkraut vermischen. Mit Essig, restlichem Öl, Salz, Pfeffer und Kümmel abschmecken und ziehen lassen.

Zwischendurch öfter gut durchmischen.

Den fertigen Braten aus dem Ofen nehmen. Das Ofengitter auf ein Backblech setzen. Den Braten mit der Schwarte nach oben daraufsetzen und im heißen Ofen so lange weiter rösten, bis die Kruste schön kross ist.

Den Schmorfond aus dem Bräter durch ein feines Sieb in einem Topf passieren. Fond aufkochen und würzig abschmecken. Evtl. etwas Stärke mit 1 EL Wasser anrühren und die Sauce damit binden.

Den Braten aufschneiden, die Sauce angießen und mit dem Krautsalat servieren.

Martin Gehrlein am 01. Juni 23

Gefüllter Schweine-Nacken Toskana

Für 6 Personen:

| | | |
|---------------------|----------------------|-------------------|
| 2 kg Schweinenacken | 2 Handvoll Basilikum | 20 g Pinienkerne |
| 100 g Parmesan | 2 Knoblauchzehen | 2 EL Oliven-Öl |
| 3 Mozzarella | 1 Fleischtomate | 3 Handvoll Rucola |
| 1 TL Salz | 1 TL Pfeffer | |

Pasta:

Die Pinienkerne in der Pfanne kurz anrösten; dabei die Pinienkerne oft schwenken. Nach dem Anrösten die Kerne in eine Schale geben und mit Knoblauch zu einer festen Masse pürieren. Danach Basilikum hinzufügen und durchmischen; ein paar Basilikum-Blätter zurücklegen. Olivenöl hinzufügen, unterrühren und den Parmesan hinzufügen.

Braten:

Den Grill 200°C indirekte Hitze vorheizen.

Die Mozzarella in 5 mm dicke Scheiben schneiden.

Die Fleischtomate in 5 mm Scheiben schneiden.

Den Schweine-Nacken seitlich unten einschneiden, dabei mehrmals ein Stück weiter aufklappen und darauf achten, dass das Fleisch nicht durchgeschnitten wird. Dabei entsteht eine Fläche auf der die Füllung ausgebreitet wird.

Das Pesto auf dem Schweine-Nacken verstreichen und am Ende etwas Luft lassen. Rucola großzügig auf dem Pesto verteilen, darauf die Tomaten-Scheiben, danach die Mozzarella-Scheiben, mit Salz, Pfeffer würzen und mit ein paar Basilikum-Blättern abschließen.

Einrollen:

Das Ganze unter Druck einrollen und den Braten mit Küchengarn zusammenbinden.

Den Braten in den indirekten Bereich des Grills legen und eine Auffang-Schale darunter stellen; bei geschlossenem Deckel für ca. 2 Stunden und 200° garen lassen.

NN am 01. Juni 2023

Kotelett mit Honig-Zwiebeln

Für 2 Portionen

| | | |
|-------------|------------------|---------------|
| 2 Koteletts | 1 große Zwiebeln | 2 EL Butter |
| 3 EL Honig | Salz, Pfeffer | Paprikapulver |

Die Koteletts mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen und in einer Pfanne braten. Sie dann aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

Die Zwiebel halbieren und in Ringe schneiden. Die Butter in die Pfanne geben und zerlaufen lassen. Die Zwiebelringe dazugeben und etwas weich werden lassen, den Honig einrühren.

Die Koteletts zu den Honig-Zwiebeln geben und servieren.

Dazu z. B. Bratkartoffeln und Salat reichen.

NN am 31. Mai 2023

Gyros-Toast

Für 2 Personen:

| | | |
|-------------------------------|-----------------------------|-----------------|
| 250 g Schweinefilet | 1 EL Gyros-Gewürzmischung | 2 EL Pflanzenöl |
| 4 Scheiben Sandwich-Toastbrot | 2 Tomaten | Salz, Pfeffer |
| 80 g griech. Joghurt | 2 EL heller Balsamico-Essig | |

Das Schweinefilet fein schnetzeln und mit der Gyros-Gewürzmischung vermengen. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und das Fleisch darin scharf und unter gelegentlichem Rühren anbraten. Vom Herd nehmen und abgedeckt kurz ruhen lassen.

Die Brotscheiben toasten.

Tomaten waschen, die Stielansätze wegschneiden, Tomaten würfeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Statt hellem Toastbrot kann man auch Roggen- oder Dinkel-Toastbrot verwenden.

Joghurt mit Essig glattrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Gyros-Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und auf den Toastbrotscheiben verteilen.

Tomaten darübergeben und mit dem Joghurt beträufeln.

Christian Henze am 12. Mai 2023

Spargel-Lasagne mit Schweine-Filet

Für 4 Personen

Für den Nudelteig:

| | | |
|----------------------|------|-------------|
| 250 g Hartweizenmehl | 1 Ei | 3 Eigelb |
| 2 EL Olivenöl | Salz | 1 EL Wasser |

Für das Fleisch:

| | | |
|----------------------------|--------------------|---------------------------|
| 1/2 Bio-Orange | 3 Stängel Estragon | 1 EL grober scharfer Senf |
| 2 EL Olivenöl | 1 TL Kaffeesatz | 1 Prise brauner Zucker |
| Salz | Pfeffer | 600 g Schweinefilet |
| 150 g dünne Speck-Scheiben | | |

Für den Sugo:

| | | |
|------------------------|------------------|----------------------|
| 1 Zwiebel | 2 Knoblauchzehen | 80 g Staudensellerie |
| 3 Stängel Estragon | 2 EL Olivenöl | 2 EL Tomatenmark |
| 500 g stückige Tomaten | 1 TL Zucker | 150 ml Wasser |
| Salz | Pfeffer | |

Für den Spargel:

| | | |
|-----------------|----------------------|----------------|
| 6 Lauchzwiebeln | 600 g weißer Spargel | 150 g Parmesan |
| 80 g Butter | Salz | Pfeffer |
| 2 EL Balsamico | 20 ml Ahornsirup | |

Für den Nudelteig Mehl, Ei, Eigelbe, 1 EL Öl, eine Prise Salz und Wasser in eine Schüssel geben zu einem glatten Teig kneten. Ist der Teig zu fest, noch etwas Wasser zugeben. Den Teig abgedeckt etwa 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Für das Fleisch die Orange heiß abwaschen, abtrocknen und ca. 1 TL Schale fein abreiben.

Estragon abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.

Groben Senf mit Olivenöl, Kaffeesatz, abgeriebener Orangenschale und Estragon in einer Schüssel zu einer Marinade verrühren, mit braunem Zucker, Salz und Pfeffer würzen.

Das Schweinefilet mit der Marinade rundum bestreichen, dann mit den Speckscheiben umwickeln.

Abgedeckt das vorbereitete Schweinefilet 30 Minuten kalt stellen.

In der Zwischenzeit für den Tomatensugo Zwiebel und Knoblauch schälen. Zwiebel fein schneiden, Knoblauch andrücken.

Staudensellerie putzen, waschen und in feine Würfel schneiden.

Estragon abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.

Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel darin glasig anschwitzen.

Knoblauch und Staudensellerie zugeben und kurz mitandünsten. Dann das Tomatenmark unterrühren und kurz mitdünsten.

Die stückigen Tomaten, Estragon und Zucker zugeben und ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Dann mit dem Wasser ablöschen und die Sauce ca. 30 Minuten offen leicht köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Eine Pfanne erhitzen und das vorbereitete Fleisch darin von allen Seiten anbraten.

Dann das Fleisch in eine Auflaufform geben, den entstanden Bratensatz darüber gießen und im vorgeheizten Ofen ca. 8-10 Minuten garen.

Den Backofen ausschalten, die Backofentür etwas öffnen und das Fleisch in der Restwärme ca. 30 Minuten ruhen lassen.

Den vorbereiteten Nudelteig mit der Nudelmaschine oder mit einem Rollholz dünn ausrollen und mit einem Teigschneider 10 x 6 cm große Lasagneblätter ausschneiden.

Die Teigblätter in kochendem Salzwasser bissfest garen. Abbeißen, abtropfen lassen, mit Öl beträufeln und warm halten.

Lauchzwiebeln putzen, waschen und in ca. 6 cm lange Stücke schneiden.

Spargel schälen und die eventuell holzigen oder angetrockneten Enden abschneiden.

Spargel schräg in je 3 Stücke schneiden. Dicke Stangen der Länge nach halbieren.

Käse in feine breite Späne hobeln.

In einer großen Pfanne die Butter erhitzen und die Spargelstücke darin langsam anbraten, die Lauchzwiebeln zugeben und leicht schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Balsamico und Ahornsirup ablöschen.

Das gegarte Schweinefilet in dünne Scheiben aufschneiden.

Auf den Tellern im Wechsel nach und nach Lasagne-Blätter und Spargel-Zwiebellauch-Gemüse mit Fleischscheiben, Tomatensugo und Käse aufschichten. Mit einem Nudelblatt abschließen. Etwas Tomatensugo darauf geben und mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreut servieren.

Jörg Sackmann am 09. Mai 2023

Leipziger Allerlei mit Schnitzelchen

Für 4 Personen:

Für das Gemüse:

| | | |
|----------------------|-----------------------|-------------------------|
| 2 Schalotten | 400 g Spargel, grün | 8 Karotten |
| 4 Mairübchen | 80 g Kräuterseitlinge | 50 g Butter oder Rapsöl |
| 30 g Mehl (Type 405) | 500 ml Gemüsebrühe | 50 ml Weißwein |
| 200 g Sahne | 300 g Erbsen, TK | Salz |
| Pfeffer | 1 Bund Kerbel | |

Für die Schnitzelchen:

| | | |
|----------------------------|-------------------|--------------------|
| 6 EL Weizenmehl (Type 405) | 8 EL Semmelbrösel | 2 Eier (Größe M) |
| 8 Schnitzel, (à ca. 70 g) | Salz, Pfeffer | 6 EL Butterschmalz |

Schalotten abziehen und fein würfeln. Spargel, Karotten, Mairübchen putzen bzw. schälen, abrausen und trockentupfen. Das Gemüse in gleich große Stücke schneiden. Kräuterseitlinge putzen und evtl. kleinschneiden.

Butter oder Öl (bis auf 1 EL) in einem Topf oder einer tiefen Pfanne erhitzen. Spargel, Karotten und Mairübchen darin nacheinander ca. 2-3 Minuten andünsten.

Übriges Butterschmalz ebenfalls erhitzen. Schalotten darin goldgelb andünsten. Pilze zugeben und weitere ca. 2-3 Minuten anbraten.

Das Gemüse mit Mehl bestäuben und gut verrühren. Brühe, Wein und Sahne nach und nach zugeben und einköcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 7-8 Minuten (je nach Geschmack) bissfest garen. Pilze und Erbsen (tiefgekühlt) ebenfalls zugeben und mitgaren.

Inzwischen für die Schnitzelchen Mehl und Semmelbrösel jeweils auf einen flachen Teller geben, Eier mit einer Gabel verschlagen und auf einen tiefen Teller geben.

Zum Braten 20 g Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Nacheinander 4 Schnitzelchen auf beiden Seiten mit Pfeffer und Salz würzen, in Mehl, Ei und Semmelbröseln panieren und im heißen Butterschmalz auf jeder Seite 2-3 Minuten braten und evtl. warmstellen und entfetten.

Restliche Schnitzel ebenso panieren, braten und warmstellen.

Kerbel (oder Koriander) abrausen, trockenschütteln und fein schneiden. Das Gemüse erneut abschmecken und mit dem Kerbel bestreuen.

Schnitzel mit dem Gemüse anrichten und sofort servieren. Dazu passen Salz- oder Bratkartoffeln. Tipp: Wer frische Morcheln findet oder günstig einkaufen kann, sollte Morcheln, statt der Kräuterseitlinge nehmen. Die Saison ist kurz und die feinen Pilze überzeugen mit einem feinen nussigen Aroma.

Martin Gehrlein am 09. Mai 2023

Nackensteaks auf dem Blech

Für 10 Portionen:

10 Nackensteaks 10 TL Senf, scharf 8 Zwiebeln
20 Sch, Speck, durchwachs. Salz, Pfeffer

Die Nackensteaks mit Salz und Pfeffer würzen und auf ein Backblech legen, dick mit Senf bestreichen und einige Stunden durchziehen lassen.

Die Zwiebeln schälen und in ganz dünne Scheiben schneiden, das geht am besten mit einem Gurkenhobel. Die Nackensteaks dick mit den Zwiebeln belegen und mit den Speckscheiben bedecken. Das Backblech vollständig mit Alufolie abdecken.

Jetzt das Backblech in den auf 180°C (Heißluft) vorgeheizten Ofen schieben und die Steaks ca. 90 Minuten garen. Evtl. die letzten 10 Minuten ohne Alufolie, damit der Speck schön kross wird. Herausnehmen und das Blech auf einen Rost stellen. Die Nackensteaks sofort servieren! Dazu gibt es Kartoffelgratin oder Bratkartoffeln. Mit einem frischen Salat ist es ein komplettes Partyessen.

NN am 08. Mai 2023

Filettopf

Für 6 Portionen:

| | | |
|--------------------------------|-----------------------|----------------------------|
| 1 kg Schweinefilet | 1 EL Öl | 1 EL Butter |
| Salz, Pfeffer | 2 Zwiebeln, gewürfelt | 1 Knoblauchzehe, gewürfelt |
| 100 g Katenschinken, gewürfelt | 500 g Champignons | 200 ml Fleischbrühe |
| 200 ml Sahne | 200 g Schmand | 1 EL Tomatenmark |
| 1 TL Senf | Speisestärke, | 3 El Petersilie |

Vom Schweinefilet die weiße Haut entfernen. Das Öl mit der Butter erhitzen, nicht zu heiß werden lassen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 10 Minuten von allen Seiten braten. Es soll innen noch rosa sein. Dann herausnehmen und auf einem Teller (damit der Fleischsaft aufgefangen wird) erkalten lassen.

Im Bratfett Zwiebeln, Knoblauch und Schinken gut bräunen. Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden und mitbraten.

Dann mit Brühe ablöschen und Sahne und Crème fraîche oder Schmand und den ausgetretenen Fleischsaft zugeben. Die Soße mit Salz, Pfeffer, Tomatenmark und Senf kräftig abschmecken.

Sollte sie zu flüssig sein, etwas Speisestärke in wenig kaltem Wasser anrühren und unter Rühren zur kochenden Soße geben, bis zur gewünschten Konsistenz. Die Soße abkühlen lassen.

Das kalte Fleisch in 1 cm breite Scheiben schneiden und dann in Streifen. Dann in die Soße geben, die Petersilie dazu und durchrühren, kühl stellen.

Am nächsten Tag das Gericht auf kleiner Flamme erhitzen, jedoch nicht mehr kochen. So bleibt das Fleisch rosa. Die Soße nochmals abschmecken.

Dazu schmeckt Baguette, aber auch Spätzle und Salat.

Tipp:

Sollte am Vortag zubereitet werden. Deshalb auch gut geeignet für Feste mit größerer Personenzahl.

NN am 08. Mai 2023

Schweine-Rückensteaks Tessiner Art mit Tomaten, Käse

Für 4 Portionen:

| | | |
|----------------------------|------------------|------------------------|
| 4 Rückensteaks vom Schwein | 4 Fleischtomaten | 200 g Käse, gerieben |
| Salz | Pfeffer | Paprikapulver, edelsüß |
| Schweineschmalz | | |

Tomaten mit kochendem Wasser kurz überbrühen, dann häuten, vierteln und die Kerne entfernen. Dann das Tomatenfleisch in Würfel schneiden, diese salzen, pfeffern und mit Paprikapulver bestreuen. Sachte umrühren und die Tomatenwürfel für etwa 1 Stunde marinieren.

Das Fleisch abspülen und trocken tupfen, dann von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer bestreuen. Fett in der Pfanne erhitzen und die Steaks von beiden Seiten braten, dann in eine feuerfeste Form geben. Tomatenwürfel gleichmäßig auf den Steaks verteilen.

Darauf dann den Gratinkäse ebenso gleichmäßig darüber streuen.

Form in den Backofen geben und kurz unter dem Grill gratinieren.

Steaks auf vorgewärmten Tellern anrichten und warm servieren.

Kroketten und Rohkost oder einen Salat je nach Saison dazu reichen.

NN am 08. Mai 2023

Schnitzel in Ei-Hülle mit Tomaten-Soße

Für 4 Personen

Für die Tomatensauce:

| | | |
|-----------------------|---------------|-----------------------|
| 30 g getrock. Tomaten | 2 Schalotten | 1 Knoblauchzehe |
| 500 g reife Tomaten | 2 EL Olivenöl | 1/2 TL brauner Zucker |
| Salz | Pfeffer | 2 Zweige Basilikum |

Für die Schnitzel:

| | | |
|--------------------|---------|----------------------------|
| 80 g Parmesan | 4 Eier | 8 Schweineschnitzel à 70 g |
| Salz | Pfeffer | 2 EL Mehl |
| 2 EL Butterschmalz | | |

Für die Tomatensauce die getrockneten Tomaten ca. 15 Minuten in kaltem Wasser einweichen. Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden.

Die frischen Tomaten waschen, abtrocknen, halbieren, den Stielansatz entfernen und die Kerne austreichen. Fruchtfleisch würfeln.

Eingeweichte getrocknete Tomaten abtropfen lassen und fein hacken.

In einem Topf Olivenöl erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin anschwitzen, mit Zucker bestreuen und karamellisieren lassen.

Getrocknete Tomaten und Tomatenwürfel zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 20 Minuten köcheln lassen.

Basilikum abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

Für die Schnitzel den Parmesan fein reiben. Die Eier verquirlen und geriebenen Parmesan untermischen.

Die Schnitzel plattieren.

Schnitzel mit Salz und Pfeffer würzen. Dann die Schnitzel im Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen und durch die Ei-Parmesan-Mischung ziehen.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Schnitzel darin goldgelb von beiden Seiten braten.

Die Tomatensauce abschmecken.

Schnitzel auf Teller geben, die Tomatensauce angießen, mit Basilikumblättchen garnieren. Dazu passen Spaghetti.

Rainer Klutsch am 20. April 2023

Ofen-Geschnetzeltes mit Spätzle

Für 4 Personen:

| | | |
|-------------------------------|---------------------------|--------------------------|
| 400 g fertige Spätzle | 250 g Pilze (Champignons) | 1 Bund Frühlingszwiebeln |
| 400 g Fleisch (Schweinefilet) | 2 EL Öl | Salz, Pfeffer |
| 1 TL edelsüßes Paprikapulver | 200 g Schmand | 100 g gerieb. Emmentaler |

Die Spätzle nach einem Rezept aus der Kategorie 'Beilagen' zubereiten.

Den Backofen auf 200°C vorheizen. Die Spätzle in einer Auflauf-Form verteilen. .

Die Champignons mit einem feuchten Tuch abreiben, putzen, nach Größe ganz lassen, halbieren oder vierteln. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in Ringe schneiden. Das Filet schnetzeln.

Das Öl in einer Pfanne stark erhitzen. Geschnetzeltes darin kurz anbraten, mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Die Pilze, die Frühlingszwiebeln und den Schmand einrühren. Die Mischung über die Spätzle verteilen, mit Käse bestreuen und im vorgeheizten Ofen. 20 min. backen.

NN am 14. April 2023

Porchetta

Für 5 Personen:

| | |
|-----------------------------------|--------------------------------|
| 2,5 kg Schweinebauch mit Schwarte | 2 EL Fenchelsamen |
| 3 EL feingehackter Rosmarin | 3 EL feingehackter Salbei |
| 8 Knoblauchzehen, fein gehackt | 2 Zitronen (Zesten abgerieben) |
| 80 ml trockenen Weißwein | |

(Anstelle des Schweinbauches eignet sich auch Spanferkel-Rollbraten).

Den Schweinbauch mit der Hautseite nach oben auf ein Brett legen. Die Längsseite sollte zu einem zeigen. Dann von rechts ca. bis zur Mitte mit einem sehr scharfen Messer die Haut entfernen. Die Haut auf der anderen Hälfte mit dem Messer in 1-2 cm Abstand vertikal einschneiden (Vorsichtig, man sollte dabei NICHT bis aufs Fleisch durchschneiden).

Kräuter, Zitronenzesten, Wein, Fenchelsamen und gehackten Knoblauch vermischen. Das Fleisch von beiden Seiten mit Salz einreiben und mit der Hautseite auf ein Brett legen. Die Füllung gleichmäßig auf der Innenseite verteilen und das Fleisch von der Seite ohne Haut wie eine Roulade aufrollen.

Das Fleisch mit Küchengarn in 2cm Abständen fest zubinden. Das Fleisch auf ein Abtropfgitter legen und diesen auf eine Fettpfanne setzen und unabgedeckt für mind. 12 Stunden in den Kühlschrank legen.

Das Fleisch eine Stunde vor dem Garen aus dem Kühlschrank nehmen, mit Küchenpapier trockentupfen.

Ofen auf 180C Ober/Unterhitze vorheizen und ein tiefes Backblech mit ca. 400 ml Wasser füllen, das Fleisch samt Gitter darauf setzen und ca. 3,5-4 Stunden garen bis es weich ist und die Kruste knusprig. Falls die Kruste noch nicht knusprig genug ist, kurz den Oberflächengrill zuschalten. (Wer einen gusseisernen Bräter hat, sollte diesen verwenden.)

Fleisch herausnehmen und ca. 30 Minuten ruhen lassen. Das Fett vom Fleischsud abschöpfen.

Wir haben ein Bund jünger Möhren, die beiden Zitronen und etwas Salbei in den Fleischsud auf das Backblech gegeben und nochmals ca. 20-30 Minuten im heißen Ofen garen lassen.

NN am 12. April 2023

Kasseler Rippchen mit Lauch

| | | |
|-----------------------------|------------------------|-------------------------|
| 1 kg dicke Kassler Rippchen | 2 Stangen Lauch | 4 weiße Zwiebeln |
| 1 l Gemüsebrühe | 1 Bund Majoran, frisch | 1 Schuss Sonnenblumenöl |
| 2 EL süßer Senf | 2 EL Stärke | 50 g Butter |
| Salz | Pfeffer | |

Den Majoran mit etwas Küchengarn zu einem festen Sträußchen binden.

Den Lauch putzen, an beiden Seiten etwas zuschneiden, der Länge nach halbieren, gut unter fließendem Wasser auswaschen, abtropfen lassen und Streifen, bzw. halbe Ringe schneiden.

Dann die Zwiebeln schälen, halbieren, ebenfalls in Streifen schneiden und in einem Bräter mit etwas Öl auf dem Herd hellbraun braten. Den Lauch zugeben und ebenfalls kurz mit anschwitzen. Anschließend die Rippchen in die Zwiebel-Lauch-Masse legen, mit Gemüsebrühe gut bedeckt auffüllen, einmal aufkochen lassen, den Majoran zugeben, den Bräter mit einem Deckel verschließen, in die mittlere Schiene des auf 180°C vorgeheizten Backofens schieben und ca. 1 Stunde weich schmoren.

Wenn die Rippchen weich sind, vorsichtig aus dem Bräter holen, den Majoran ebenfalls entfernen und das Gemüse auf dem Herd nochmals aufkochen. Anschließend, falls das Gemüse sehr suppig ist, mit etwas in kaltem Wasser angerührter Stärke leicht binden, die kalte Butter einrühren und mit Salz, Pfeffer und süßem Senf abschmecken.

Das Lauchgemüse auf den Tellern verteilen, die Rippchen darauf anrichten und mit Pellkartoffeln oder Rösti als Beilage servieren.

Alexander Herrmann am 12. April 2023

Spareribs

Für 6 Portionen:

Für die Rippchen:

| | | |
|------------------------------|--------------------|------------------|
| 1 Zwiebel | 1 Bund Suppengrün | 3 Lorbeerblätter |
| 1 Tl Pfefferkörner (schwarz) | 3 Schweinerippchen | Salz |

Für die Marinade:

| | | |
|------------------------------|-----------------------------|-------------------|
| 100 g Tomatenketchup | 50 g Ahornsirup | 4 El Essig |
| 2 El Olivenöl | 1 Tl Tomatenmark | 1 Tl Chiliflocken |
| 1 Tl Paprikapulver (edelsüß) | 1 Tl Paprikapulver (scharf) | 1 Tl Salz |
| 5 Knoblauchzehen | | |

In einem großen Topf Wasser zum Kochen bringen. Zwiebel mit Schale halbieren. Suppengrün putzen, in grobe Stücke schneiden. Alles mit Lorbeer und Pfefferkörnern ins kochende Wasser geben und leicht salzen. Rippchen zugeben und bei mittlerer Hitze zugedeckt anderthalb Stunden garen.

Für die Marinade die übrigen Zutaten fein pürieren.

Rippchen aus dem Kochwasser heben und abtropfen lassen, auf ein Blech legen, von beiden Seiten mit Marinade bepinseln und ca. 30 min. antrocknen lassen.

Rippchen auf den heißen Grillrost legen und von beiden Seiten 35 min. grillen.

Das Grillen gelingt auch in einem auf 200°C vorgeheizten Backofen.

Tim Mälzer am 04. April 2023

Schweine-Braten

Für 4 Portionen:

| | | |
|--------------------------|--------------------|-------------------|
| 800 g Schweinebauch | 500 ml Gemüsebrühe | 2 TL Puderzucker |
| 1 gehäuf. EL Tomatenmark | 125 ml Rotwein | 1 Zwiebel |
| 2 Stangen Sellerie | 2 Karotten | 2 TL Speisestärke |

Salz, Pfeffer

Gewürze nach Wahl (2 TL):

Kümmel, Majoran, Knoblauch, Ingwer, Koriander, Senfkörner

Den Schweinebauch uneingeritzt mit der Hautseite nach unten in ein tiefes Backblech legen, mit Brühe auffüllen und bei 130° C eine gute Stunde im Ofen garen.

Den Braten aus dem Ofen nehmen, die Schwarte mit einem scharfen Messer quer einritzen, so dass man später Scheiben vom Fleisch abtrennen kann.

Für den Soßenansatz Puderzucker in einen Topf geben und ihn leicht karamellisieren, Tomatenmark hinzufügen und unter Rühren anbräunen. Das Ganze mit Rotwein ablöschen und einreduzieren lassen. Die richtige Konsistenz ist erreicht, wenn die Flüssigkeit beim Hindurchfahren mit einem Holzlöffel nicht zusammenläuft.

Die Zwiebel, Karotten, Sellerie würfeln und in einer Pfanne anschwitzen. Das Gemüse und die Brühe, in der das Fleisch gegart hat, zum Soßenfond geben.

Den Soßenansatz zurück in das tiefe Backblech gießen und das Fleisch hineinlegen. Eine weitere Stunde bei 160° C garen.

Das Blech aus dem Ofen nehmen, den Braten aus der Soße nehmen, auf ein anderes Backblech legen und dieses für 15 Minuten bei Grillfunktion in den Ofen schieben. Dabei nicht die oberste Schiene wählen.

Während der Braten seine Kruste bekommt, die Soße passieren, sodass das Gemüse vom Sieb aufgefangen wird. Die Stärke mit etwas Wasser verrühren, zur Soße hinzugeben und zum Andicken zwei Minuten köcheln lassen.

Abschließend mit Gewürzen, Salz, Pfeffer abschmecken und kurz ziehen lassen, damit sich der Geschmack entfaltet.

NN-Empfehlung: Knödel und Sauerkraut mit Rum-Rosinen.

Alfons Schuhbeck am 02. April 2023

Schweine-Filet mit Bacon in Curry-Sahne

Für 4 Personen:

| | | |
|---------------------|----------------------|-------------------------------|
| 600 g Schweinefilet | 12-15 Scheiben Bacon | 250 ml Schlagsahne, mind. 30% |
| 200 g Crème-fraiche | 20 g Tomatenmark | 30 g Ajvar |
| 15 g Petersilie | 1-2 EL Senf | 2-3 TL Currypulver |
| 1 Prise Zucker | Salz, Pfeffer | |

Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Das Filet weitestgehend von Sehnen und Fett befreien (parieren), in ca. 2-3 cm dicke Scheiben (Medaillons) schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen sowie jeweils dünn mit Senf bestreichen. Jedes Schweinefilet-Medaillon nun mit einer Scheibe Bacon umwickeln und mit der 'Nahtstelle' nach unten in eine Auflaufform legen.

Wenn die Medaillons kleiner werden (z.B. von den Endstücken), die Speckscheibe halbieren bzw. kürzen.

In einer Schüssel die Sahne mit Crème fraiche, Curry, Ajvar, Tomatenmark und Petersilie glatt rühren, mit Cayennepfeffer, etwas Salz und einer Prise Zucker abschmecken.

Hinweis aus Erfahrung:

Bitte keine fettreduzierten Produkte verwenden; sie machen die Soße nicht sämiger und flocken unter Umständen aus.

Die Sahne-Mischung über die Medaillons geben und im heißen Ofen auf der zweiten Schiene von unten ca. 20-25 Minuten ohne Abdeckung garen.

Als Beilage passen sehr gut Nudeln, Reis, Kartoffel-Beilagen.

NN am 24. März 2023

Jäger-Kasseler vom Blech

Für 6 Personen:

| | | |
|------------------------------|--------------------------|-------------------|
| 1 kg Kasselerkotelett (ohne) | 2 EL Öl | 1 Stange Porree |
| 300 g Kirschtomaten | 400 g kleine Champignons | Salz, Pfeffer |
| 400 g Schlagsahne | 50 g Gouda | 250 g Basmatireis |
| 8 Stiele Oregano | | |

Fleisch trocken tupfen. Öl in einer Pfanne erhitzen, Kasseler darin rundherum anbraten.

Aus der Pfanne nehmen, in Scheiben schneiden und auf ein tiefes Blech legen.

Porree putzen, waschen, trocken reiben und in Ringe schneiden.

Tomaten waschen, trocken reiben und halbieren.

Pilze putzen und je nach Größe halbieren oder im Ganzen lassen.

Gemüse ins heiße Bratfett geben und 2-3 Minuten unter Wenden anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Sahne ablöschen. Aufkochen, anschließend Gemüse und Sahne-Soße auf dem Blech verteilen. Käse grob reiben und darüber streuen.

Im vorgeheizten Backofen (200 °C) 25 Minuten überbacken.

Inzwischen Reis in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen.

Oregano waschen, trocken schütteln und Blättchen von den Stielen zupfen.

Blech aus dem Ofen nehmen. Mit Oregano garnieren und mit Reis servieren.

NN am 24. März 2023

Ofen-Geschnetzeltes mit Spätzle

Für 4 Personen:

| | | |
|------------------------------|-------------------|--------------------------|
| 400 g Spätzle | 250 g Champignons | 1 Bund Frühlingszwiebeln |
| 400 g Schweinefilet | 2 EL Öl | Salz, Pfeffer |
| 1 TL edelsüßes Paprikapulver | 200 g Sahne | 100 g gerieb. Emmentaler |

Den Backofen auf 200° vorheizen. Die Spätzle in der Form verteilen. .

Die Champignons waschen oder mit einem feuchten Tuch abreiben, putzen und je nach Größe ganz lassen, halbieren oder vierteln. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in Ringe schneiden. Das Filet schnetzeln.

Das Öl in einer Pfanne stark erhitzen. Geschnetzeltes darin rundherum ganz kurz anbraten, mit Salz, Pfeffer und dem Paprikapulver würzen. Die Pilze und die Frühlingszwiebeln einrühren, die Sahne angießen. Die Mischung über die Spätzle geben.

Den Käse darüberstreuen. Alles im vorgeheizten Ofen (Mitte) ca. 20 Min. backen. .

NN am 15. März 2023

Rippchen mit würziger Marinade

Für 4 Personen:

Für die Rippchen:

| | | |
|------------------|-----------------------------|----------------|
| 1 kg Spareribs | 1 Zwiebel | 4 EL Zucker |
| 80 ml Apfelessig | 150 ml trockener Weißwein | 1 Sternanis |
| 1 Lorbeerblatt | 1 TL schwarze Pfefferkörner | 1 TL Senfsamen |

Für die Marinade:

| | | |
|-----------------------|--------------|--------------|
| 80 g Orangenmarmelade | Sojasauce | 1 EL Ketchup |
| 1 EL ChilisaUCE | 1 EL Sesamöl | Salz |

Garnitur:

| | |
|----------------|----------------|
| Thai-Basilikum | Limettenspalte |
|----------------|----------------|

Die Rippchen waschen, trocken tupfen und nach etwa allen 4 Rippen teilen.

Die Zwiebeln abziehen und grob würfeln. Zucker in einem großen Topf hell karamellisieren lassen, mit 1 Schuss Essig ablöschen. Etwas einkochen, bis sich der Zucker vollständig aufgelöst hat. Den Weißwein, den restlichen Apfelessig und 1 l Wasser dazugießen. Anis, Lorbeer, Pfeffer- und Senfkörner sowie Zwiebeln zugeben. Die Rippen in den Topf geben und ca. 40 Minuten simmern lassen.

Währenddessen die Orangenmarmelade in einem kleinen Topf mit 2 EL Wasser glatt rühren. Etwas einkochen lassen und durch ein Sieb passieren. Mit Ketchup, ChilisaUCE und Öl verrühren, mit Sojasauce abschmecken. Die Rippchen aus dem Sud nehmen, auskühlen lassen und mit der Marinade einstreichen. Abgedeckt über Nacht marinieren.

Denn Ofen auf 200°C vorheizen.

Die Rippchen in ca. 30 Minuten fertig backen. Nach Belieben mit Thai-Basilikum und Limetten garniert servieren.

NN am 15. März 2023

Schnitzel Wiener Art mit Krautsalat

Für 4 Personen:

Für den Krautsalat:

| | | |
|-------------------|--------------------|--------------------------|
| 600 g Weißkohl | Salz | 150 g Mayonnaise |
| 100 g saure Sahne | 1 EL scharfer Senf | 2 TL gerieb. Meerrettich |
| 2 Möhren | 1 Prise Zucker | Pfeffer |

Für die Schnitzel:

| | | |
|---------------------|---------------------------|-----------|
| 4 Schweineschnitzel | 300 g altback. Weizenbrot | 50 g Mehl |
| 3 Eier | Salz | Pfeffer |
| 350 g Butterschmalz | 1 Bio-Zitrone | |

Für den Salat vom Kohlkopf die äußeren unschönen Blätter entfernen, dann Kohl abbrausen und abtropfen lassen.

Den Kohlkopf halbieren, Strunk und dicke Blattrippen ausschneiden. Den Kohl in sehr feine Streifen hobeln oder schneiden.

Ca. 1 TL Salz und Kohlstreifen in einer Schüssel mischen. Mit Händen weich kneten, dann zugedeckt beiseite stellen und mindestens 30 Minuten ziehen lassen.

In der Zwischenzeit die Schnitzel trocken tupfen, mit einem aufgeschnittenem Gefrierbeutel belegen und mit einem Plattiereisen gleichmäßig etwa 3-4 mm dünn plattieren.

Die Schnitzel nebeneinander auf ein sauberes Geschirrtuch legen und fest einrollen. Schnitzelrolle in den Kühlschrank legen und ca. 30 Minuten ruhen lassen.

Möhren putzen, schälen und in feine Streifen/Stifte schneiden.

Für den Salat Mayonnaise, saure Sahne, Senf und Meerrettich glatt verrühren.

Die Kohlstreifen abtropfen lassen und gut ausdrücken. Möhren und Mayonnaise-Mischung mit den Weißkohlstreifen gründlich vermischen.

Den Salat mit Salz, etwas Zucker, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Für die Panade das Brot in einem Mixer sehr fein zerkleinern. Brotbrösel in ein Sieb geben und auf einen flachen Teller sieben.

Mehl auf einen großen flachen Teller geben. Eier in eine flache Schale aufschlagen.

Die aufgerollten Schnitzel wieder auswickeln, mit Salz und Pfeffer würzen und panieren. Dazu die Schnitzel zunächst einzeln, ohne Druck, im Mehl wenden. Überschüssiges Mehl sacht abklopfen. Dann durch das Ei ziehen, abtropfen lassen. Fleischscheiben zum Schluss in den Bröseln wenden.

Zum Braten das Butterschmalz in einer großen, tiefen Pfanne erhitzen. Mit einem Holzlöffelstiel die Fetttemperatur prüfen. Dazu Stiel ins heiße Butterschmalz halten. Bilden sich am Holz kleine Blasen, ist das Fett heiß genug. Die Schnitzel ins heiße Butterschmalz geben und durch Schwenken der Pfanne die Oberseite des Schnitzels mit heißem Butterschmalz überschwemmen. Schnitzel von beiden Seiten goldbraun braten.

Schnitzel auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen.

Zitrone heiß waschen, trockenreiben und in Spalten schneiden. Schnitzel auf Teller geben, Zitronenspalten dazulegen und den Krautsalat dazu reichen.

Rainer Klutsch am 15. Februar 2023

Cordon bleu, Kartoffel-Sellerie-Stampf, Feld-Salat

Für 2 Personen:

Für das Cordon bleu:

| | | |
|-------------------------------|---------------------------|---------------|
| 2 Nacken-Steaks (1,5 cm dick) | 4 dünne Sch. Kochschinken | 2 Sch. Käse |
| Salz, Pfeffer | 2 Eier | 200 ml Öl |
| Mehl | Panko-Brösel | Zitronen-Saft |

Für den Stampf:

| | | |
|----------------------------|---------------------------|-------------------|
| 200 g geschälte Kartoffeln | 200 g geschälter Sellerie | 100 g Schmand |
| 30 g Butter | Salz, Muskat | frisches Rosmarin |
| Petersilie | | |

Für den Salat:

| | | |
|----------------|--------------------------|---------------|
| 50 g Feldsalat | 15 g Radieschen-Sprossen | 1 TL Sesam-Öl |
| 1 TL Balsamico | 1 TL Ahorn-Sirup | |

Für das Cordon bleu:

Den Backofen auf 90°C vorheizen.

Die Steaks waagrecht aufschneiden, sodass 4 dünne Fleisch-Scheiben entstehen; diese zwischen Folie platt klopfen, beidseitig mit Salz und Pfeffer würzen.

Zwei Scheiben mit Kochschinken, Käse, Kochschinken belegen und mit einer Scheibe abdecken. Jedes Cordon bleu in Mehl wenden, mit einer Eier-Zitronensaft-Mischung überziehen und in Panko-Bröseln wenden. Den Eier-Rest für den Kartoffel-Stampf aufheben.

In einer 28cm-Pfanne Öl auf 160°C erhitzen, jedes Cordon bleu von beiden Seiten ca. 2-3 min. goldbraun braten und danach für 15 min. in den Backofen schieben.

Für den Stampf:

Ein Gewürz-Ei mit gehacktem Rosmarin füllen, in den Kochtopf legen, Kartoffeln und Sellerie grob gewürfelt hinzugeben, salzen und Wasser aufgießen.

Die Kochzeit von 14 min. beginnt, wenn das Wasser zu kochen beginnt.

Schmand, Butter, Muskat in einer Kasserolle verrühren, erwärmen und mit dem Eier-Rest stocken lassen.

Die Kartoffel-Sellerie-Mischung abgießen, abdampfen lassen, stampfen, die Schmand-Butter-Muskat-Eierrest-Mischung unterrühren; evt. salzen und pfeffern. Beim Servieren mit Petersilie garnieren.

Für den Salat:

Den Feldsalat, die Sprossen waschen, trocken tupfen, die unerwünschten Salat-Blättchen aussortieren und mischen.

Sesam-Öl, Balsamico, Ahorn-Sirup zu einer Marinade mischen und damit den Salat marinieren.

NN am 12. Februar 2023

Schweine-Koteletts mit Topinambur-Chips und Spinat

Für Fleisch und Chips:

| | | |
|--------------------------|--------------------------|------------------------------|
| 4 Schweinekoteletts | 250 ml salzarme Sojasoße | 250 ml naturtrüber Apfelsaft |
| 80 ml Apfel-Balsamessig | 2 Sternanis | 2 EL Honig |
| 4 Zehen junger Knoblauch | 0.5 Apfel | 0.5 Chili-Schote |
| 1 kl. Stück Ingwer | 6 Topinambur-Knollen | Kokosfett, Salz |
| 0.5 Bund Koriander | | |

Für den Spinat:

| | | |
|-----------------------|----------------------|------------------------|
| 2 rote Zwiebeln | 1 große Chili-Schote | 1 kleines Stück Ingwer |
| 4 Zehen Knoblauch | Olivenöl | 2 EL Sesam |
| 400 g frischer Spinat | 1 Bio-Zitrone | Sesamöl, Salz |

Für Fleisch und Chips:

Zunächst die Marinade ansetzen. Dafür Sojasoße, Apfelsaft, Sternanis und Honig in einen Topf geben. Ungeschälte Zehen und den Stiel des jungen Knoblauchs (oder statt des Stiels einige Zehen mehr), grob geschnittenen Apfel und die Chili dazugeben. Ingwer abschaben, in grobe Scheiben schneiden und ebenfalls dazugeben. Die Stiele des Korianders bis zur Hälfte abschneiden und hinzufügen.

Alles verrühren und zum Kochen bringen. Die Marinade etwa 20-30 Minuten lang einköcheln lassen und dabei gelegentlich umrühren.

Eine tiefe Pfanne zum Frittieren aufstellen und mit Frittieröl oder Kokosfett etwa 5 cm hoch füllen. Die Topinamburknollen waschen, in feine Scheiben schneiden und nach und nach im heißen Öl frittieren. Nicht zu viele Topinambur-Scheiben auf einmal in das Fett geben, sonst kleben die Chips zusammen. Die Chips beim Frittieren vorsichtig hin- und herbewegen und darauf achten, dass sie nicht zu dunkel werden. Nach etwa 1,5-2 Minuten sind sie fertig ausgebacken. Zum Entfetten auf Küchenpapier legen, mit etwas Salz würzen und trocknen lassen. Erst dann werden sie knusprig.

Die Koteletts salzen und in einer heißen Pfanne (am besten in einer Grillpfanne) in etwas Öl etwa 6 Minuten braten, dabei einmal wenden. Die Garzeit richtet sich nach der Dicke des Fleisches.

Die fertig gebratenen Koteletts in eine große, hitzebeständige Schale legen. Einige EL der Marinade über den fertigen Spinat geben, den Rest über das Fleisch gießen.

Zum Schluss den Koriander fein schneiden.

Für den Spinat:

Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. Chili halbieren, die Kerne entfernen und je nach Schärfe die halbe oder die ganze Chili in Würfel schneiden. Ingwer abschaben und in Würfel schneiden. Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden. Alle Zutaten in einem großen Topf in etwas Olivenöl anbraten. Die Hälfte der Sesamsaat dazugeben und anrösten. Dann den gewaschenen Spinat dazugeben, mit etwas frischem Zitronensaft, etwas Zitronenabrieb und 1 guten Prise Salz würzen. Wenn der Spinat zusammengefallen und heiß ist, vom Herd nehmen. Zum Schluss mit ein paar Tropfen Sesamöl und ein paar EL der Marinade würzen.

Anrichten:

Den Spinat mittig auf Teller geben und jeweils 1 Kotelett darauf platzieren. Das Fleisch mit etwas Sesam und Koriander bestreuen, zum Schluss die Chips auf die Koteletts legen.

Tarik Rose am 04. Februar 2023

Schweinefleisch im Wok

Für 4 Portionen

| | | |
|------------------------------|-------------------|-------------------------|
| 500 g Schweine-Minutensteaks | 2 Zwiebeln | 1 Knoblauchzehe |
| 8 EL Sojasoße | 250 g Basmatireis | Salz |
| 250 g Möhren | 2 Stangen Lauch | 1 Glas Bambusschößlinge |
| 0.5 Spitzkohl (klein) | 2 EL Rapsöl | 250 ml Gemüsebrühe |
| 3 EL Speisestärke | 1 TL Sambal-Oelek | 2 EL Sesam |

Fleisch in dünne Scheiben schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebel in feine Streifen schneiden, Knoblauch würfeln. Mit 4 EL Sojasoße mischen, Fleisch darin und kalt stellen.

Reis nach Packungsanweisung in Salzwasser garen.

In der Zwischenzeit Möhren schälen und in schräge Scheiben schneiden. Lauch putzen, waschen und in Ringe schneiden. Bambusschößlinge abgießen. Spitzkohl in dünne Streifen schneiden und waschen.

1 EL Öl im Wok erhitzen und das Gemüse darin ca. 5 Minuten anbraten. Fleisch zugeben und mit 4 EL Sojasoße und Brühe . Stärke mit etwas Wasser glattrühren, in den Wok geben und aufkochen lassen. Mit Sambal-Oelek abschmecken.

Reis dazu servieren und alles mit Sesam bestreuen.

NN am 18. Januar 2023

Cornflakes-Cordon-bleu mit grünem Salat

Für zwei Personen

Für das Cordon bleu:

| | | |
|-----------------------|-------------------------|------------------------------------|
| 300 g Schweinefilet | 100 g gewürfelter Speck | 1 Pack Cornflakes, natur, ungesüßt |
| 1 Schalotte | 1 Knoblauchzehe | 60 g Emmentaler oder Gruyère |
| 1-2 Eier | 50 ml Sahne | Mehl |
| 500 ml Sonnenblumenöl | Pfeffer | |

Für den Salat:

| | | |
|-------------------------|-------------------------|-----------------------------------|
| $\frac{1}{2}$ Kopfsalat | $\frac{1}{2}$ Schalotte | $\frac{1}{2}$ Zitrone, davon Saft |
| 25 ml Sahne | 25 ml Weißweinessig | $\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch |
| $\frac{1}{2}$ TL Senf | 25 ml Sonnenblumenöl | Salzflocken |

Für die Garnitur:

| | | |
|---------------------------|-------------|-----------------------------------|
| 1-2 EL gewürfelter Speck | 1 Schalotte | $\frac{1}{2}$ Zitrone, davon Saft |
| Einige Halme Schnittlauch | Salz | |

Für das Cordon bleu:

Das Schweinefilet in vier gleich große Scheiben schneiden und mit dem Handrücken plattdrücken. Alternativ das Fleisch mit einem Fleischklopper und zwei Frischhaltebeuteln handteller groß breit klopfen. Das Fleisch muss sehr dünn sein. Scheiben nebeneinander ausbreiten.

In einer Pfanne den Speck kurz anbraten und anschließend auf 2 Fleischscheiben verteilen. Auf den Speck den Käse geben, mit einer Prise Pfeffer würzen und mit einer der übrigen Fleischscheiben bedecken. Das Paket mit der Hand kräftig zusammendrücken und nun vorsichtig panieren. Dafür das Fleisch zuerst in Mehl, dann in Ei-Sahne-Mischung und zum Schluss in zerstoßenen Cornflakes panieren. Den Schritt Ei-Sahne und Cornflakes kann man wiederholen, wenn man etwas mehr Panier möchte.

Die Cordon-bleu-Pakete in Fett schwimmend ausbacken und nur gelegentlich wenden. Dabei eine halbierte Schalotte sowie eine angedrückte Knoblauchzehe als Aromaten in das Fett geben.

Für den Salat:

Schalotte abziehen und fein schneiden. Saft einer halben Zitrone auspressen. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden.

In einer Schüssel aus Weißweinessig, Öl, Sahne, Senf, Schnittlauch, Zitronensaft und Schalotte eine kräftige Salatsauce anrühren und diese mit Salz abschmecken. Mit dem Kopfsalat vermischen.

Für die Garnitur:

Schalotte abziehen und in sehr feine Streifen schneiden. Mit Salz und etwas Zitronensaft marinieren und ziehen lassen. Schnittlauch fein schneiden. Speckwürfel in einer Pfanne anbraten, Schnittlauch hinzugeben, kurz schwenken und mit den Zwiebeln zum Fleisch servieren.

Fabio Haebel am 17. Januar 2023

Rosenkohl- Auflauf mit Kassler

Für 4 Personen:

| | | |
|-----------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| 600 g Kassler | 2 EL Pflanzenöl | 800 g Rosenkohl |
| Salz | 300 g Kartoffeln, festk. | 1 Zwiebel |
| 1 EL Butter | 250 ml Milch | 50 g Sahne |
| 3 Eier | Pfeffer | Muskatnuss, frisch gerieben |
| 100 g Emmentaler oder Gouda | | |

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Das Kassler mit dem Öl bepinseln, in einen Bräter geben und im Ofen ca. 40 Minuten braten. Gelegentlich mit dem austretenden Saft bepinseln und falls nötig etwas Wasser zugießen.

Währenddessen Rosenkohlröschen putzen, dafür den Strunk abschneiden und die äußeren Blätter entfernen.

Anschließend Kohlröschen waschen und am Strunkende kreuzweise einschneiden.

Rosenkohlröschen in einem Topf mit kochendem Salzwasser ca. 3 Minuten blanchieren.

Anschließend in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen.

Die Kartoffeln waschen, schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden.

Zwiebel schälen und fein schneiden.

Eine Auflaufform mit Butter ausfetten.

Rosenkohl und Kartoffeln in der Auflaufform verteilen. Zwiebelwürfel darüber streuen.

Milch mit der Sahne und den Eiern verquirlen, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und über das Gemüse in der Form gießen.

Die Auflaufform ebenfalls zunächst für 20 Minuten in den Ofen geben.

Den Käse reiben, nach 20 Minuten über das Gemüse streuen und nochmals ca.10 Minuten garen, bis der Käse goldbraun und geschmolzen ist.

Das Kassler in Scheiben aufschneiden und mit dem Rosenkohl-Auflauf servieren.

Rainer Klutsch am 16. Januar 2023

Bauern-Schnitzel, Petersilien-Kartoffeln, Preiselbeeren

Für 4 Personen:

| | | |
|-----------------------------------|--------------------------|---------------------------|
| 600 g kleine festk. Kartoffeln | 1 Bund glatte Petersilie | 4 Schweineschnitzel |
| Salz | Pfeffer | 80 g Bergkäse in Scheiben |
| 4 EL Weizenmehl | 2 Eier | 3 EL Paniermehl |
| 3 EL gemahlene Haselnusskerne | 4 EL Butterschmalz | 2 EL Butter |
| 4 EL Preiselbeeren (aus dem Glas) | | |

Außerdem:

einige Holzspieße

Für die Petersilienkartoffeln die Kartoffeln schälen und in Salzwasser je nach Größe 20-25 Minuten garkochen.

Inzwischen die Petersilie abbrausen, trocken tupfen und fein schneiden.

Die Schnitzel am besten zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie legen und vorsichtig flachklopfen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Je eine Scheibe Käse auf das Fleisch legen, überklappen, sodass die Füllung gut umschlossen ist. Das offene Ende mit ein bis zwei Holzspießchen zusammenstecken.

Mehl auf einen Teller streuen, Eier in einem tiefen Teller verquirlen und das Paniermehl mit den Haselnüssen in einem zweiten tiefen Teller vermischen.

Die gefüllten Schnitzel zuerst im Mehl, dann im Ei wenden und zum Schluss in der Paniermehlmischung wälzen.

Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Die Schnitzel darin bei mittlerer Hitze auf jeder Seite etwa 4 Minuten goldbraun ausbacken.

Kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen. Holzspießchen aus dem Fleisch entfernen.

Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen. Butter in einer Pfanne zerlassen und die Kartoffeln darin durchschwenken. Zum Schluss die Petersilie darüberstreuen.

Auf jeden Teller ein Bauernschnitzel legen und einige Petersilienkartoffeln dazulegen. Dazu die Preiselbeeren servieren.

Christian Henze am 10. Januar 2023

Gyros- Auflauf

Für 4-6 Personen:

| | | |
|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
| 750 g Schweineschnitzel | 1 Gemüsezwiebel (300 g) | 1 1/2 EL Gyros-Gewürz |
| Olivenöl | 1 rote Paprikaschote | 400 g Champignons |
| 4 Stiele Thymian | 200 g Schmand | 125 g Schlagsahne |
| Salz, Pfeffer | 50 g Goudakäse | |

Fleisch waschen, trocken tupfen und in feine Streifen schneiden. Zwiebel schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Fleisch, Zwiebeln, Würzmischung und Olivenöl in einer großen Schüssel gut vermengen. Zugedeckt an einem kühlen Ort ca. 1 Stunde ziehen lassen.

Backofen auf 200 °C vorheizen.

Gyros portionsweise in einer Pfanne anbraten und gleichmäßig in einer Auflaufform verteilen. Paprika putzen, waschen und in Stücke schneiden. Champignons putzen und halbieren. Thymian waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen.

Champignons, Paprika und 3/4 des Thymians unter das Gyros mengen, 20 Minuten backen.

Währenddessen Schmand und Sahne verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen sowie Käse fein reiben.

Sahne-Mischung über den Gyros Auflauf geben, mit Käse bestreuen und weitere 25 Minuten backen. Fertigen Auflauf mit dem restlichen Thymian bestreuen.

Besonders gut schmecken zum Gyros-Braten weiße Brotsorten wie Baguette, Ciabatta oder Laugenbrezeln, aber auch Reis passt prima.

Das Fleisch lässt sich auch komplett im Backofen zubereiten. Dafür verteilt man die gewürzten Fleischstreifen roh auf einem Backblech, gart sie im vorgeheizten Ofen für etwa eine Stunde und fährt wie oben fort.

NN am 04. Januar 2023

Gyros-Braten vom Grill

| | | |
|-----------------------|---------------|------------------|
| 1,8 kg Schweinenacken | 500 g Joghurt | 2 Gemüsezwiebeln |
| 6 EL Gyros-Gewürz | | |

Aus dem Schweinenacken ca. 1 cm breite Steaks schneiden.

Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden.

In einer großen Schüssel Joghurt mit dem Gyros-Gewürz vermischen. Steaks, Zwiebeln hinzufügen, alles durchmischen und über Nacht durchziehen lassen.

Am nächsten Tag eine Kuchenform nehmen, mit Küchengarn auslegen und die Enden über die langen Seiten der Kuchenform ragen lassen, damit der Braten zusammengebunden werden kann.

Die marinierten Steaks in die Form schichten, zusammenbinden, auf den Grill stellen und bei 160°C grillen bis eine Kerntemperatur von 72°C erreicht ist (ca. 3 Stunden).

Den Braten an der kurzen Seite aufschneiden und servieren.

Tipp: Die Teller vorwärmen und alles auf eine Warmhaltegitter legen.

Vakuumiert und eingefroren bleibt Gyros lange haltbar.

NN am 04. Januar 2023

Index

- Auflauf, 1, 16, 22, 32, 37, 60, 62
Avocado, 36
- Bäckchen, 7
Bauch, 5, 10, 11, 15, 18, 31, 32, 36, 41, 50, 52
Blumenkohl, 31
Braten, 5, 13, 15, 18, 25, 32, 37, 41, 52, 62
- Cordon-bleu, 56, 59
- Eisbein-Haxe, 20, 33
Erbsen, 46
- Filet, 2, 3, 17, 19, 26, 28, 38, 40, 43, 44, 47, 53, 54, 59
Fleisch, 10, 27, 34, 37, 56, 58
- Geschnetzeltes, 50, 54
Grünkohl, 4
Gulasch, 8, 9, 25, 39
Gurke, 4, 34, 37
Gyros, 3, 12, 22, 34, 43, 62
- Iberico, 21
- Karree, 29
Kasseler, 1, 4, 25, 30, 32, 35, 37, 51, 53
Kotelett, 4, 25, 36, 37, 39, 42, 53, 57
Kraut, 20, 55
- Lasagne, 44
Lauch, 41, 51
- Möhren, 5, 7, 8, 10, 14, 25, 41, 46, 52, 55, 58
Medaillon, 19
- Nacken, 4, 6, 13, 16, 17, 24, 30, 37, 39, 42, 47, 56
Nudeln, 1, 44, 50, 54
- Paprika, 19, 22, 24, 30, 62
Pilze, 2, 13, 16, 22, 40, 46, 47, 50, 53, 54, 62
Porchetta, 29, 50
Porree, 2, 53
- Pulled-Pork, 20
- Rösti, 1
Rüben, 46
Rücken, 21, 29, 48
Radieschen, 56
Reis, 35, 53, 58
Rettich, 55
Rippchen, 51, 54
Rosenkohl, 1, 32, 37, 60
Rucola, 6, 17, 42
- Sauerkraut, 4, 5, 9, 30, 39
Schaschlik, 10, 30
Schnitzel, 2, 23, 26, 33, 46, 49, 55, 61
Schoten, 10, 22
Sellerie, 5, 7, 10, 16, 41, 44, 52, 56
Spanferkel, 14
Spargel, 44, 46
Spinat, 57
Spitzkohl, 58
Steak, 47, 48, 56, 58
- Topinambur, 57
- Weißkohl, 20, 41, 55