Rinderrouladen

Oftmals sind die alten, traditionellen Rezepte aus Oma´s Küche eben doch die Besten !

Rinderrouladen gehören eindeutig dazu.



<u>Für 4 Portionen :</u>

4 Rinderrouladen (aus der Keule)

8 Scheiben durchwachsenen Speck (Frühstücksspeck)

4 kleine Gewürzgurken, in kleine Würfelchen geschnitten

2 mittelgroße Zwiebeln, in kleine Würfelchen geschnitten

1 Knoblauchzehe, ein kleine Würfelchen geschnitten

2 EL Tomatenmark

1 Scheibe Schwarzbrot, zerbröselt

1 EL Rübenkraut

500 ml Brühe (z.B. aus Brühwürfel oder gekörnter Brühe)

scharfer (Löwen-) Senf

Salz, Pfeffer

Butterschmalz

_____

evtl. 1 Prise Zucker

evtl. etwas Speisestärke (Mondamin)

evtl. etwas Sahne

Das Fleisch waschen, trocknen und nebeneinander ausgebreitet hinlegen.



Je de Roulade dünn mit Senf bestreichen und frischen Pfeffer aus der Mühle darüber verteilen. Jeweils zwei dünne Scheiben Speck auflegen.



Auf das untere Viertel jeweils einen TL gewürfelte Zwiebeln und Gurken geben.



Da

s untere Ende des Fleisches dann über die Gurken-Zwiebel-Füllung legen, die Seiten jeweils darüber klappen und alles eng zu einer Roulade zusammenrollen.



Mit einer Bratenschnur (Reihgarn oder Rouladenklammer) zusammenbinden.

Erst nach dem Garen wieder entfernen.



Butterschmalz in einem Bräter erhitzen und die Rouladen von allen Seiten kräftig anbraten.

Die restlichen Zwiebelwürfel und Knoblauch zufügen und andünsten.

Tomatenmark dazugeben und kurz mit anrösten lassen.

Das zerbröselte Schwarzbrot und das Rübenkraut hineingeben.

Mit Brühe ablöschen.

Zugedeckt ca. 50 – 70 Minuten schmoren lassen.



Die Sauce abschmecken z.B. mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker oder gekörnter Brühe.

Nach Belieben die Sauce durch ein Sieb passieren, mit einem Schuß Sahne verfeinern oder mit etwas Speisestärke andicken. Wer statt der natürlichen rötlichen Farbe lieber eine dunkelbraune Sauce haben möchte, rührt noch etwas Zuckerkulör hinein.

Vor dem Servieren unbedingt die Bratenschnur, etc. entfernen.

Die Rouladen lassen sich zusammen mit der Sauce sehr gut einfrieren.

Dazu passen Salzkartoffeln, Knödel, Spätzle oder kurze Nudeln und Salat.

Druckversion : Rinderrouladen

Schweinefilet mit Bresso-Sauce

Thermomix

Dieses Gericht benötigt zwar 45 Minuten aber dafür kocht es sich fast von selbst und läßt genügend Zeit für andere Dinge.



Für 4 Portionen :

ca. 600 gr Schweinefilet für 8 – 10 Medaillons

1 – 2 EL Butter

2 Zwiebeln, in Ringe geschnitten

8 – 10 Scheiben Frühstücksspeck

1 – 2 El scharfer Senf

200 g Schlagsahne

150 g Kräuterfrischkäse (Bresso)

60 gr Sahne-Schmelzkäse

1 EL eingelegter grüner Pfeffer

frisch gemahlener Pfeffer

1/2 TL Salz

Den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen.

Eine Auflaufform mit etwas Butter ausfetten und die Zwiebelringe darin verteilen.

Das Schweinefilet waschen, gut trocken tupfen und in möglichst gleich große Medaillons schneiden. Jedes Medaillon mit einer Scheibe Frühstücksspeck umwickeln und von beiden Seiten mit Senf einstreichen.

Medaillons auf die Zwiebeln legen und mit jeweils einem Butterflöckchen belegen. Pfeffer darüber mahlen.

30 Minuten im Ofen braten lassen.

In der Zwischenzeit die Sauce zubereiten. Entweder traditionell im Kochtopf oder im Thermomix.

Dafür die Sahne mit dem Kräuterfrischkäse, Schmelzkäse, grünem Pfeffer und Salz in den Mixtopf geben und ***8 Minuten / 100 °C / Stufe 3*** kochen.

Die Sauce über das Fleisch geben und weitere 10 Minuten im Ofen weiter braten lassen.

Als Beilage passt ein frischer Salat (z.B. mit Balsamico-Honig-Senf-Dressing).

Ebenso wie Spätzle, Nudeln oder Baguette.

Quelle : Thermomix Rezeptwelt

Druckversion : Schweinefilet mit Bresso-Sauce

Malzbiergulasch – aus dem Thermomix

Auf der Suche nach einem vollwertigen Gericht – welches sich quasi von alleine kocht – bin ich in dem Buch „Das Beste aus unseren internationalen Rezeptwelten“ schnell fündig geworden.

Dieser Gulasch steht in einer Stunde fix und fertig auf dem Tisch.



Für 6 Portionen :

200 g Zwiebeln, geschält, halbiert

1 Knoblauchzehe

30 g Öl (z.B. Sonnenblumenöl)

800 g – 1.000 g Rinderbraten oder Rinderhüfte, in ca. 2 x 3 cm große Würfel geschnitten

1 TL Salz

etwas frisch gemahlener Pfeffer

etwas Cayenne-Pfeffer

1 TL Paprika edelsüß

500 g Malzbier (ich hatte nur 330 g, den Rest mit Pils aufgefüllt)

80 g Tomatenmark

100 g Ajvar, scharf

2 geh. TL gekörnte Brühe

1 gestr. EL feine Speisestärke (Mondamin)

Zwiebeln und Knoblauch in den Mixtopf geben. ***6 Sek. / Stufe 5*** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

Das Öl dazugeben und ***3 Min. / Varoma / Stufe 1*** andünsten.

Fleisch zufügen und ***10 Min. / Varoma / Linkslauf / Sanftrührstufe*** garen lassen.

Alle übrigen Zutaten – bis auf die Speisestärke – mit in den Mixtopf geben und ***45 Min. / 100°C / Linkslauf / Sanftrührstufe*** kochen lassen. Anstelle des Meßbechers nur den Gareinsatz auf den Mixtopfdeckel stellen.

3 Minuten vor Ende der Garzeit die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser verrühren und in den Mixtopf geben.

In der Zwischenzeit die Beilagen (z.B. Salat, Nudeln, Brot, Knödel) vorbereiten.



Das Fleisch war

wunderbar zart und die Sauce hat sogar dem kleinsten Genießer geschmeckt.

Am nächsten Tag haben die aufgewärmten Reste fast noch besser geschmeckt. Von daher läßt sich dieses Gericht auch sehr gut vorbereiten.

Quelle : Thermomix Rezeptwelt + Buch

Bandnudeln mit Lachs und Frühlingszwiebeln in Weißweinsauce

Dieses Gericht ist schnell zubereitet und auch für Gäste gut geeignet.

Für ca. 4 Portionen :

4 kleine Lachsfilets, in ca. 1 cm große Würfel geschnitten



1 Bund Frühlingszwiebeln, in Ringe geschnitten, weiß und grün getrennt

200 ml trockenen Weißwein

400 ml Sahne

2 TL gekörnte Brühe

1/2 Zitrone, den Saft davon

Salz, Pfeffer, eine Prise Zucker

etwas Butterschmalz

rosa Pfefferbeeren

500 gr Bandnudeln

Butterschmalz in einer Pfanne zergehen lassen. Den weißen Teil der Frühlingszwiebeln andünsten. Die Fischwürfel dazugeben und anbraten.

Mit Weißwein ablöschen, gekörnte Brühe einrühren und etwas einkochen lassen. Mit Sahne aufgießen und wieder etwas reduzieren lassen.

Mit Salz, frisch gemahlenem Pfeffer, Zucker und Zitronensaft abschmecken.

Den grünen Teil der Frühlingszwiebeln unterheben.

In der Zwischenzeit die Bandnudeln nach Packungsanleitung bißfest garen.

Nudeln und Sauce zusammen anrichten und mit rosa Pfefferbeeren bestreuen.



Tipp :

Ich habe immer tiefgefrorene Lachsfilets vorrätig, die ich auch gefroren in Würfel schneide und die Pfanne gebe.

Teriyaki Hähnchenfilet auf gebratenen Nudeln



Für 4 Portionen :

2 doppelte Hähnchenbrüste

1 Flasche Teriyakisauce (250 ml, z.B. von Kikkoman mit geröstetem Knoblauch)

1 Chilischote, in feine Streifen geschnitten (alternativ : Chiliflocken)

1 TL Sesamöl

1 Stück frischen Ingwer, geschält, in sehr feine Würfel geschnitten

1 – 2 Knoblauchzehen, geschält, in sehr feine Würfel geschnitten

3 – 4 Frühlingszwiebeln, in Ringe geschnitten, weiß und grün getrennt

etwas Gemüse : z. B. eine Möhre in Scheiben geschnitten, kleine Brokkoliröschen

1 Packung Mie Nudeln (250 gr)

nach Belieben süß, scharfe Chilisauce für Hühnchen

Hähnchenbrüste waschen, trocknen und teilen. Jedes Filet einmal längs durchschneiden. Die 8 Filetstreifen in eine verschließbare Box legen und ca. 1/3 der Teriyakisauce dazugeben. Die Chilischote bzw. Flocken zufügen und mit den Händen alles gut miteinander vermengen. Box verschließen und mindestens 1 Stunde marinieren lassen – besser über Nacht !

Hähnchenfilet rundherum in einer beschichteten Pfanne anbraten und zum Warmhalten in den Ofen stellen. 80°C Ober- /Unterhitze.

Die Nudeln nach Packungsangabe zubereiten.

In der Zwischenzeit eine Pfanne (oder den Wok) mit dem Sesamöl bepinseln. Den weißen Teil der Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer anbraten. Möhren und Brokkoli zufügen.

Die abgetropften Nudeln (vorher mit der Schere am Besten ein paarmal zerschneiden) in die Pfanne geben und kurz mit braten lassen.

Alles mit Teriyakisauce ablöschen eventuell mit etwas Salz und frischem Pfeffer abschmecken. Den grünen Teil der Frühlingszwiebeln unterheben. Bei geschlossenem Deckel etwas ziehen lassen – Gemüse sollte aber knackig bleiben.

Mit der Chilisauce zusammen servieren.



Putengeschnetzeltes in Weißwein-Rahm-Sauce

Im Handumdrehen steht dieses leckere Gericht fix und fertig auf dem Tisch.



Fü

r ca. 4 Portionen :

500 gr Putenbrust, in mundgerechte Würfel geschnitten

3 – 4 Frühlingswiebeln, in Ringe geschnitten, grün und weiß getrennt

1 EL Mehl

1 guten Schuß Weißwein

2 TL gekörnte Brühe

300 ml Sahne

Salz, Pfeffer, einige Spritzer Zitronensaft

etwas Butterschmalz

Butterschmalz in einer Pfanne zergehen lassen. Den weißen Teil der Frühlingszwiebeln andünsten. Die Putenwürfel dazugeben und anbraten. Salzen und pfeffern.

Das Mehl darüber stäuben. Mit Weißwein ablöschen, gekörnte Brühe zufügen und gut verrühren. Etwas einkochen lassen.

Sahne angießen und wieder etwas einkochen lassen.

Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

In der Zwischenzeit lassen sich schon die Beilagen zubereiten. Bei uns gab es Nudeln und Salat.

Spaghetti mit Salbeibutter

Ein einfaches und schnelles aber dennoch sehr leckeres Gericht.



Für 4 Portionen :

125 gr Butter

15 – 20 große, frische Salbeiblätter, in feine Streifen geschnitten

1 Knoblauchzehe, geschält, halbiert

Fleur de Sel

500 gr Spaghetti

250 ml Nudelwasser auffangen

frisch geriebener Parmesan

Die Butter in einer großen Pfanne erwärmen. Die halbierte Knoblauchzehe und die Salbeistreifen zufügen und bei kleiner Hitze in der Butter ziehen lassen. Mit Salz abschmecken.

In der Zwischenzeit die Spaghetti nach Packungsangabe bißfest garen. Nudeln abschütten und dabei 250 ml Nudelwasser auffangen.

Die Nudeln sofort in die Pfanne zur Salbeibutter geben gut vermengen. Nudelwasser dazugeben und kurz köcheln lassen bis die Sauce etwas sämig wird.

Alles nochmals gut vermengen und mit Parmesan bestreut servieren.

Die Knoblauchzehe vorher entfernen !

Risotto mit grünem Spargel

Das Grundrezept für Risotto habe ich im Laufe der Jahre auf unseren Geschmack abgestimmt. Durch das Hinzufügen von weiteren Zutaten ergibt sich immer wieder ein neues Gericht.



Für 2 Portionen :

etwas Butterschmalz

250 gr. Risotto (oder Paella) Reis

2 Schalotten (oder eine Zwiebel), fein gewürfelt

1 Knoblauchzehe, fein gehackt

ca. 200 ml Weißwein, trocken

1 Liter Brühe

ein Stück Parmesan, frisch gerieben

ein Stück Butter

_____

1 Bund grünen Spargel, in ca. 1 cm breite Streifen geschnitten

Grundrezept:

Brühe (z.B. Wasser mit 4 TL gekörnte Brühe aufkochen lassen) in einem kleinem Topf erwärmen und warm halten.

In einer beschichteten Pfanne etwas Butterschmalz erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin anschwitzen lassen. Den Reis zufügen und unter Rühren glasig werden lassen.

Mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen.

Etwas heiße Brühe nachfüllen und wieder einkochen lassen. Sobald die Flüssigkeit

verkocht ist wieder etwas nachfüllen. Dabei wird das Risotto immer wieder umgerührt.

Der Vorgang wird so lange wiederholt, bis der Reis bißfest gegart ist.
Wahrscheinlich wird etwas Brühe übrigbleiben.

Dann den frisch gerieben Parmesan Eßlöffelweise unterheben. Zwischendurch abschmecken, damit es nicht zu salzig wird.

Butterstückchen unterrühren bis das Risotto eine sämige Konsistenz hat.

---

variable Zutaten :

Eine große Schüssel mit kaltem Wasser und Eiswürfeln bereitstellen.

In der Zwischenzeit die Spargelstreifen in kochendes Salzwasser geben und ca. 1 – 2 Minuten blanchieren.Spargel sollte bißfest bleiben.

Anschließend in einem Sieb abgießen und sofort in das Eiswasser stellen zum Abschrecken. Herausnehmen.

Risotto mit den abgetropften Spargelstücken vermischen und sofort servieren.

Ich könnte als Hauptmahlzeit nur Risotto essen. Falls gewünscht passt aber auch ein gutes Stück Fleisch dazu.

TIPP :

Für ein Safranrisotto löse ich in der Brühe gemahlenen Safran auf und gebe auch noch Safranfäden dazu.

Für ein Pilzrisotto werden die Pilze in Scheiben geschnitten und in einer anderen Pfanne angebraten.

Für ein Kräuterrisotto einfach frisch gehackte Lieblingskräuter (z.B. Salbei) in etwas flüssiger Butter erwärmen.

Hackfleisch-Lauch-Topf

Ein einfaches, unkompliziertes Gericht, das komplett nur in einem Topf zubereitet wird.



Di
eser Eintopf läßt sich sehr gut auch in größeren Mengen vorbereiten und schmeckt aufgewärmt am nächsten Tag noch besser.

<u>Für 5 Portionen :</u>

1 KG Rindergehacktes

2 große Zwiebeln, in kleine Würfel geschnitten

200 gr Tomatenmark, 3-fach konzentriert

4 – 5 Kartoffeln, geschält, in ca. 1 cm große Würfel geschnitten

1 Stange Porree, nur den weißen Teil, in ca. 0,5 cm Große Ringe geschnitten

0,75 l Brühe (z.B. Wasser mit 3 geh. TL gekörnte Brühe aufkochen)

1 EL Sambal Oelek

2 EL Creme fraiche

2 Lorbeerblätter, einmal einreißen

2 Zehen Knoblauch, gepresst

Salz, Pfeffer, Olivenöl

Zwiebeln in Olivenöl andünsten. Rindergehacktes krümmelig braten, salzen, pfeffern.

Alles etwas zur Seite schieben und das Tomatenmark auf der freien Fläche anrösten.

Kartoffeln und Lauch zufügen. Alles gut miteinander vermengen. Lorbeerblätter dazugeben.

Mit der Brühe ablöschen und köcheln lassen, bis die Kartoffeln gar sind.

Sambal Oelek und Creme fraiche einrühren.

Mit Knoblauch, Salz und Pfeffer abschmecken.



Mit Brot servieren.

Quelle : chefkoch

Tomatensauce aus dem Ofen

Diese einfache aber leckere Tomatensauce ist ideal, um viele Tomaten auf einmal zu verarbeiten.



Für ca. 1 – 1,5 Liter :

2 KG Tomaten, geviertelt

6 Lorbeerblätter, etwas einreißen

2 TL Fleur de Sel

4 TL brauner Zucker

4 TL getrockneter Majoran

3 Knoblauchzehen, halbiert

Pfeffer

————————————-

zum Abschmecken nach dem Passieren :

1 TL gekörnte Brühe

Salz, Pfeffer, Zucker oder Honig

einen Schuß gutes Olivenöl

einen Schuß guten Balsamico-Essig

Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen

Tomaten, Lorbeerblätter, Knoblauch, Majoran, Zucker, Salz und Pfeffer in der Fettpfanne (tiefes Backblech) vermengen.

Für ca. 1,5 Stunden auf der mittleren Schiene backen lassen.

Nach der Hälfte der Zeit die Tomaten einmal umrühren / wenden.

Wenn die Tomaten etwas gebräunt und deutlich „verschrumpelt“ sind, herausnehmen.



vorher



```
nachher
```

Die Tomatenmasse und die entstandene Flüssigkeit durch eine Passiermühle in einen Topf drehen.



Die noch heiße Sauce mit gekörnter Brühe, Salz, Zucker/Honig, Olivenöl und Essig nach Belieben abschmecken.

Es ist eine schöne Basis-Tomatensauce, die auch so schon gut zu Nudeln passt.

Ich friere sie portionsweise ein und habe dann immer etwas, wenn es mal wieder schnell gehen muß. Die Sauce läßt sich dann auch sehr gut mit weiteren Zutaten aufpeppen.

Z.B. : krosse Speckwürfelchen, Chili, Frühlingszwiebeln, frische Kräuter, Sahne, Creme fraiche, etc.