Gefüllte Mini-Bifteki

Bifteki sind die griechische Variante der deutschen Frikadellen – oftmals jedoch mit Minze und Oregano verfeinert, manchmal mit Feta oder Tomaten gefüllt. Für mich ist es jedoch ein himmelweiter Unterschied. Denn die Gewürze verleihen den kleinen Fleischbällchen eine mediterrane Leichtigkeit und sorgen für noch mehr Geschmack.

Kassler

Rosa. Saftig. Mit einer schönen Kruste. Kassler das perfekte Fleisch für deftige Gerichte und harmoniert exzellent mit Sauerkraut, Klößen, Grünkohl, Kartoffeln und Knödeln. Angebraten und dann im Ofen mit Gewürzen geschmort, entwickelt das Fleisch ein herrliches Aroma. Das Beste: Kassler macht sich fast von selbst. Nach einer kurzen Vorbereitungszeit ist alles was du brauchst, etwas Geduld.

Warmer Birnen-Salat

Weiche Birnen, warmer Ahornsirup und krosser Speck. Muss ich noch mehr sagen? Dieser Salat entführt euch in neue Geschmackswelten, eignet sich optimal als edle Vorspeise und verführt dazu, auch den letzten Tropfen vom Teller zu schlecken.

Wirsing-Gemüse nach Omas Art

Wirsing-Gemüse nach Omas Art konnte ich schon als Kind nicht widerstehen. Und auch Jahre später liebe es noch: Wirsing mit Kartoffeln und Speck – ein heiß geliebter Klassiker meiner Kindheit. Du suchst ein anderes Wirsing-Rezept? Dann probier‘ meinen Rahmwirsing.

Polnisches Bigos mit Sauerkraut und Pilzen

Manchmal muss einfach etwas deftiges auf den Tisch. Und da gibt es wohl kaum eine bessere Kombination als Sauerkraut, Fleisch, Würstchen und jeder Menge Zwiebeln – kurz gesagt: Ein gutes polnisches Bigos, wie es noch bei Oma auf den Tisch kam. Nach diesem Kraut-Eintopf hat jeder ein wohliges Gefühl im Bauch. Wir machen immer gleich eine riesige Portion, um das Bigos auf Vorrat einzukochen, du kannst es aber auch einfrieren oder einfach weniger machen.

Knusprig paniertes Schnitzel

mit Jägersauce

Wer liebte es nicht, als wir noch klein waren? Ein saftig gebratenes Schnitzel in knuspriger Panade – am liebsten mit einer selbstgemachten Jägersauce! Und so gibt es köstliche Jägerschnitzel ab sofort nicht mehr nur im Gasthaus, sondern jetzt auch in euren eigenen vier Wänden.

Zutaten (4 Portionen): 700 Gramm Schnitzelfleisch | 2 Eier | 120 Gramm Mehl | 200 Gramm Paniermehl | 1 Zitrone | 500 Gramm Champignons | 4 rote Zwiebeln | 3 Teelöffel Paprikapulver | Salz | Pfeffer | 100 Milliliter Weißwein | 200 Milliliter Sahne | 1 Handvoll frisch gehackter Petersilie | 2 Esslöffel Tomatenmark | 75 Gramm Butter

Zubereitung (45 Minuten): 1) Zwiebeln schälen und fein hacken. 2) Champignons putzen und in Scheiben schneiden. 3) Petersilie waschen, trocknen und fein hacken. 4) Zwiebeln in Butter braten, bis sie glasig sind. 5) Tomatenmark hinzugeben, kurz untermengen und anschließend mit Weißwein ablöschen. 6) Sahne und Petersilie hinzugeben und mit zwei Esslöffeln Mehl abbinden. 7) Alles mit Paprikapulver (ca 3 Teelöffel) sowie Salz (ca. 3 Teelöffel) und Pfeffer (ca. 1 Teelöffel) abschmecken und auf kleiner Flamme köcheln lassen. 8) Schnitzelfleisch in 4 gleichmäßige Scheiben schneiden und platt klopfen. 7) Schnitzel salzen und pfeffer sowie anschließend mehlieren. 8) Verquilrt die Eier und zieht die mehlierten Schnitzel durch die Masse um sie anschließend direkt zu panieren. 9) Lasst die Butter in einer heißen Pfanne schmelzen und backt die Schnitzel darin von beiden Seiten goldbraun. 10) Schnitzel mit frischen Zitrone und Jägersauce servieren.

Jetzt noch mehr Gerichte mit Champignons oder gleiche alle Pilzgerichte entdecken!

Nährwerte/Portion: 880 Kalorien | 46,3 Gramm Fett | 71,2 Gramm

Kohlenhydrate | 73,1 Gramm Eiweiß

Maki-Sushi mit Chicken Teriyaki und Erdnussbutter

Die wohl bekannteste Sushi-Art ist die des Maki-Sushis – der gerollten Variante bei der die Füllung von Reis und einem Nori-Blatt umhült wird. Die Füllung besteht in der Regel aus drei Komponenten. Und die muss nicht immer Fisch enthalten. Heute zeige ich euch meine Lieblingsvariante mit Chicken Teryjaki, Erdnussbutter und Gurken. Verfeinert wird das ganze mit Hot Sauce und etwas Wasabi. Wer möchte kann sich auch eine der klassicheren Kombinationen mit Zutaten wie wie Lachs, Surimini, Avocado oder Paprika versuchen. Ihr seid die Mix-Meister: Probiert aus, was euch gefällt und gestaltet jede Rolle anders, bis ihr EUER Lieblingsrezept habt.

Zutaten (2 Personen): 200 Gramm fertig vorbereiten Sushi-Reis mit Sushi-Zu (250 Gramm Sushi-Reis | 50 Milliliter Reisessig | 1 Esslöffel Zucker | 1 Esslöffel Salz oder 2 Esslöffel Sojasauce) | Wasabi | 200 Gramm Hühner-Filet | 1/4 Gurke | ca. 3 Esslöffel Erdnussbutter | 2 EL Hot Sauce aus dem Asia-Laden | 6 Esslöffel Teriyaki-Sauce | 1 Prise Salz | 1 Prise Pfeffer | 1 Esslöffel Sesamöl | 6 halbe Nori-Blätter

Zubereitung (mit Reisvorbereitung 20 Minuten; ohne 70 Minuten): 1) Sushi-Reis sehr gründlich waschen, bis dass Wasser klar bleibt und sich nicht mehr weißlich verfärbt. Die Stärke rauszuspülen ist wichtig, damit der Reis nicht zu sehr klebt. 2) Sushi-Reis nach Packungsanleitung kochen. 3) In der Zeit Reisessig kurz mit dem Zucker und der Sojasauce aufkochen. 4) Sushi-Zu über den Reis geben, kurz unter mengen

und dann abgedeckt 20 Minuten ruhen lassen.

5) Hühner-Filet waschen, trocken tupfen und in schmale Streifen schneiden. 6) Dann mit Salz und Pfeffer würzen, in Sesamöl scharf anbraten, aus der Pfanne nehmen und abgedeckt ruhen lassen. 7) Gurke mit Schale in schmale Sticks schneiden und die Kerne entfernen. 8) Reis auf dem Nori Blatt drapieren, Hühnchen, Gurke, Erdnussbutter und darauf plazieren sowie das Ganze einrollen und in sechs Stück Maki-Sushi zerteilen (Anleitung: So rollst du dein Sushi richtig).