

Cannelloni ricotta e spinaci

Nudelröllchen mit einer cremigen Spinat-Ricotta-Füllung auf einem Bett aus Béchamel- und Tomatensauce. Das sind Cannelloni ricotta e spinaci. Die gefüllten Röhrennudeln sind ein klassisches Pasta-Gericht der italienischen Küche. Besonders saftig, besonders sättigend, besonders aromatisch. Diese gefüllten Nudeln sind Essen für die Seele.

Pekingsuppe

Scharf. Aromatisch. Reichhaltig. Chinesische Pekingsuppe entführt dich in fernöstliche Geschmackswelten. Klassischer Weise besteht die traditionelle Speise dabei aus einer kräftigen mit Essig gewürzten Brühe, einer Fleisch- sowie Gemüseeinlage und Eierstich. Besonders authentisch schmeckt für mich eine selbst angesetzte Hühnerbrühe mit Chinakohl, Sojasprossen, Bambussprossen und Hähnchenfleisch. Klingt verlockend? Dann wag dich an die vielleicht leckerste chinesische Suppe überhaupt.

Albondigas

Zart. Tomatig. Würzig. Albondigas sind spanische Fleischbällchen, die meist als Tapas gereicht werden. Ihren besonderen Geschmack erhalten die Hackbällchen durch eine Prise Kreuzkümmel. Dadurch dass die Hackbällchen in der Sauce garen, werden die sie nicht nur herrlich weich, sondern saugen

sich auch dem herrlichen Tomatenaroma voll.

Patatas bravas

Kleine Kartoffelwürfel, in Öl knusprig gebraten: Das sind Patatas bravas. Das spanische Tapas-Gericht wird meist mit einer scharfen Sauce oder Aioli serviert. Was auf keinen Fall fehlen darf: Paprikapulver, für die gewisse Schärfe.

Miso-Suppe

Authentische Miso-Suppe wie aus Japan, kannst du dir ganz einfach selber zubereiten. Alles was du brauchst, ist ein kräftiges Dashi (z. B. Katsuobushi aus Bonitoflocken), Seidentofu, getrocknete Wakame-Algen und Shiitake-Pilze und etwas Frühlingszwiebel. Das Ergebnis? Kräftige Aromen, wohltuende Wärme und natürlich ganz viel Umami.

Königsberger Klopse

Zarte Fleischklopse, cremige Sauce. Bereits der Duft der Königsberger Klopse erinnert an Omas Hausmannskost. Das Traditionsgericht mit Kapern, Sardellen und Béchamelsauce zergeht einem förmlich auf der Zunge. Das Raffinierte: Die Fleischklöße werden in einer leicht sauren Gewürzbrühe gegart,

was sie besonders zart und geschmackvoll macht.

Sellerieschnitzel

Knusprig, herzhaft und fein im Geschmack. Ich liebe das intensive Aroma von Sellerie. Deswegen kommt die Knolle bei uns relativ häufig auf den Tisch. Unsere vielleicht liebste Variante: Sellerieschnitzel. Gehüllt in eine knusprige Panade aus Ei und Paniermehl entfaltet das Gemüse sein ganzes Potential. Noch ein wenig Remoulade dazu und mehr braucht es nicht.



Sellerieschnitzel | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (5 Sellerieschnitzel): 1 kleine Knolle Sellerie (ca. 650 Gramm) | 1 Ei | 1 Esslöffel Mehl | 80 Gramm Paniermehl | 0,5 Teelöffel Salz | 80 Milliliter Olivenöl



Sellerieschnitzel | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (15 Minuten): 1. Holzige Enden der Sellerieknolle ab- und den Rest in circa ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden. 2. Schale entfernen. 3. Mehl mit Salz mischen. 4. Selleriescheiben erst in Mehl, dann in verquirltem Ei und anschließend in Paniermehl wenden. 5. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Selleriescheiben von beiden Seiten goldbraun anbraten.

Dazu passt hervorragend: [Remoulade](#)! Jetzt noch mehr [vegetarische Hauptgerichte](#) und [Rezepte mit Sellerie](#) entdecken!

Nährwerte/Schnitzel: 261 Kalorien | 3,1 Gramm Fett | 14,8 Gramm Kohlenhydrate | 5,2 Gramm Eiweiß

Börek mit Feta & Spinat

Frisch aus dem Ofen, herrlich duftend: Börek ist ein gefüllter Yufkateig, der in Form von kleinen Röllchen oder großen Schnecken serviert wird. Wir machen immer direkt eine große Portion, denn dieser herzhafteste Strudel ist ein Gericht, das man unbedingt teilen möchte. Perfekt für deine nächste Party oder zum nächsten Brunch.

Miesmuschel-Suppe

Raffiniert, fruchtig, aromatisch: In den kalten Monaten kommt bei uns des Öfteren eine mediterrane Miesmuschelsuppe auf den Tisch. Denn die wärmt nicht nur von Innen, sondern erinnert

uns mit ihrem intensiven Tomatengeschmack an wärmere Tage. Du kannst sie dabei als Auftakt eines Meeresfrüchte- bzw. Fischmenüs servieren (hierfür halbe Menge verwenden) oder sie mit einem Stück Weißbrot als Hauptgang reichen.

Mac and cheese

Pasta mit cremigem Käse, der Fäden zieht. Ein knuspriges Topping aus Ciabatta, Prosciutto und Kräutern. Kein Wunder, das so viele Amerikaner süchtig nach Macaroni and cheese sind. Den dieses Gericht hat Suchtpotential! Nachdem mir mein kanadischer Kollege Simon sein Rezept verraten hat, konnte ich gar nicht mehr aufhören, Mac 'n' cheese immer und immer wieder zu kochen, Zutaten zu verändern, andere Rezepte zu recherchieren und schließlich meine Lieblingsversion zu kreieren. Das Ergebnis: Jetzt gehören auch Zwiebeln, Knoblauch, Prosciutto zum Rezept, ich koche die Nudeln direkt in der Milch und setze auf eine Extraportion Kräuter.

Brathähnchen

Goldbraun. Knusprige Haut. Saftiges Fleisch. Ein gutes Brathähnchen ist ein kulinarisches Meisterwerk. Und dabei gar nicht schwer zuzubereiten. Hochwertiges Fleisch, ein paar Gewürze und eine aromatische Füllung sind alles, was du brauchst, um ein köstliches Brathuhn zuzubereiten. Und wer darüber hinaus die optimale Bratzeit kennt, kann sichergehen, ein perfektes Ergebnis zu erhalten. Inwiefern du dein Brathähnchen weiter verfeinerst, ist dir überlassen. Hier ist

schon mal mein Basis-Rezept für Brathähnchen aus dem Ofen.

Knoblauch-Garnelen

Frisch vom Markt, in die Pfanne: In Knoblauch-Öl geschwenkte Garnelen gehören zu den klassischen Tapas-Varianten. Hier steht der pure Geschmack der Meeresfrüchte im Fokus. Keine Gewürze, keine Sauce. Hier glänzt die Garnelen mit purem, intensivem Geschmack.