

# Piroggen mit Blaubeeren

Samtig. Zart. Fruchtig. Piroggen mit Blaubeeren sind einfach ein Gedicht. Dank der polnischen Seiten meiner Familie kenne ich Pierogi schon lange. Die Variante mit Blaubeeren aber habe ich das erste Mal in einer Milchbar in Warschau probiert. Und mich direkt in sie verliebt. So herrlich weich und cremig. Diese herrlich fruchtige Füllung. Ich kann euch nur ans Herz legen, es selbst einmal auszuprobieren.

---

## Schnelle Tomatensauce

atensauce aus ganzen Tomaten haben, mache ich daher eine aus passierten Tomaten. Etwas Salz, Zucker, Knoblauch sowie frisches Basilikum und schon hast du eine Soße gezaubert, die schmeckt als wäre sie von italienischen Omis in der Toskana gekocht worden.

---

## Fasolakia

Einfach aber aromatisch. Fasolakia ist in griechischer Eintopf aus grünen Bohnen und Kartoffeln in Tomatensauce, lässt sich super vorbereiten, ist vegan und schmeckt sogar kalt. Damit ist es für uns das perfekte Sommergericht für heißte Tage.

---

# Zitronen-Sauce

feinen Säure, vermag sie es, deine Gerichte perfekt zu akzentuieren. Und dank der Béchamel-Basis ist sie dabei extra cremig. So passt sie zum Beispiel perfekt zu Meeresfrüchten und Fisch wie rosa gebratenem Lachsfilet.

---

# Cremiges Kohlrabi-Gemüse

Klassisch. Mild. Cremig. Kohlrabigemüse ist ein Gericht der deutschen Küche und zählt zur Hausmannskost. Meist wird es in einer sämigen, weißen Sauce auf Béchamel-Basis gereicht. Auch ich mache Kohlrabi-Gemüse nach Omas Art mit einer Mehlschwitze, die mit dem Gemüsesud aromatisiert wird. Traditionell zu Schweinefilet, Frikadellen und Rinderrouladen mit dunkler Sauce gereicht, essen wir das Gericht besonders gerne als vegetarische bzw. vegane Version mit Salzkartoffeln oder Klößen.

---

# Riesenbohnen in Tomatensauce

Ein Gericht, das ich sowohl in der Türkei als auch in Griechenland besonders gerne bestellt habe, sind Riesenbohnen in Tomatensauce. Seit ich gelernt habe, wie einfach diese Köstlichkeit zuzubereiten ist, gibt es sie bei uns regelmäßig. Lass auch du dich verzaubern von diesem klassischen Gericht der Mittelmeerküche. Ich verspreche dir, dein Gaumen wird begeistert sein.

---

# Käsebrötchen

Wer liebt sie nicht? Käsebrötchen sind einfach zu köstlich, um wahr zu sein. Weil Käsebrötchen aus der Bäckerei mit oft zu ölig und pappig schmecken, hab ich irgendwann beschlossen meine eigenen zu backen: Luftig. Fluffig. Mit einer krossen Käsekruste. Das Ergebnis? Beim gemeinsamen Frühstück, sind diese Brötchen so begehrt, dass sie meist als erstes vergriffen sind.

---

# Piroggen mit Kartoffel-Füllung

Deftig und doch zart. Außen knusprig, innen cremig weich. Piroggen mit Kartoffel-Füllung sind ein wahrer Genuss. In eine authentisch polnische Pierogi-Füllung gehören dazu aber unbedingt noch körniger Frischkäse bzw. Hüttenkäse und Zwiebeln. So liebte mein polnischer Freund sie als Kind und so liebt er sie noch heute. Obwohl Pierogi mit Kartoffelfüllung auch einfach gekocht gegessen werden können, empfehle ich unbedingt, sie anzubraten. Denn erst so entfalten sie ihren vollen Geschmack.

---

# Speckbrötchen

Außen knusprig, innen weich und gespickt mit jeder Menge Speck. Diese Brötchen sind perfekt für eine Brotzeit, dein Partybuffet oder einfach Zwischendurch. Denn durch den Speck und die Zwiebeln werden diese Speckbrötchen besonders würzig, schmecken bereits mit einer einfachen Schicht Butter und etwas grobem Salz einfach himmlisch.

---

# Koriander-Minz-Chutney

Erfrischend. Würzig. Leicht scharf. Koriander-Minz-Chutney ist ein klassisch indischer Dip. Oft wird er zum Beispiel zu Samosas gereicht. Wer es etwas cremig mag, kann (veganen) Joghurt zum Chutney geben und so eine besonders sämige Sauce zaubern. Beide Varianten schmecken köstlich.

---

# Feine Erbsensuppe

Frisch. Knallgrün. Cremig. Erbsensuppe ist erfrischend und wärmend zugleich, begeistert mit feinen Aromen und ihrer spektakulären Farbe. Ein Hauch von Minze verleiht der sonst oft deftigen Suppe eine leichte Note. Das Beste aber ist die kurze Zubereitungszeit: denn diese Erbsensuppe steht in nur 15 Minuten fertig auf dem Tisch.

---

# Schnelles Wokgemüse

Schnell. Knackig. Aromatisch. Mit Wokgemüse zauberst du in wenigen Minuten ein gesundes Gericht auf den Tisch. Was in die Pfanne kommt, entscheidest du selbst. So kannst du aus zahlreichen Gemüsesorten wählen. Meine Lieblingskombination: Rosenkohl, Stangenbohnen, Pak Choi und Paprika.