**Alltagsessen**

Pizza

Teig (frei nach Heidi):

ca. 250 g Mehl

100 g Margarine

1 Teel. Salz

1 Teel. Essig

1/8 l Wasser

Alles zusammen verkneten. Dabei solange Mehl hinzutun, bis Teig geschmeidig und gut auseinanderziehbar. Teig wenn möglich noch eine Zeit lang im Kühlschrank aufbewahren, dadurch wird Konsistenz besser.

Belag:

aus ein bis zwei Tomatenkonserven, Tomatenmark, verschiedenen Gewürzen und Knoblauch Pampe herstellen, ausgerollten Teig damit bestreichen. Weiterer Belag mit Salami, Sardellen o.ä.

Quiche Lorraine

125 g Mehl

80 g Butter

1 Ei

1 Teel. Backpulver

150 g gek. Schinken

250 g geriebener Käse

2 Eigelb

1/8 l saure Sahne

Salz, Paprika

Fett für die Form

Aus Mehl, Salz, Ei, Butter und Backpulver rasch einen geschmeidigen Mürbteig kneten, 1 h im Kühlschrank ruhen lassen. auf bestäubtem Brett dünn ausrollen und in eine gefettete Form legen. Mit dem in Streifen geschnittenen Schinken belegen, mit Käsemasse übergießen und im vorgeheizten Ofen bei 180°C 25 min backen. Noch heiß in Stücke geschnitten servieren.

Käsemasse: Geriebenen Käse mit Eigelb und der sauren Sahne verquirlen und mit Paprika würzen.

Calzone mit Spinat

Teig: Füllung:

500 g Mehl 1 kg Spinat

30 g (1 Würfel Hefe) 1 Zwiebel

1/4 l lauwarmes Wasser 2 Knoblauchzehen

1 Teel. Salz 4 EL Olivenöl

1 Ei 1 Teel. Salz

2 EL Öl schwarzer Pfeffer

200 g gekochter Schinken

100 g Fontina oder Butterkäse

50 g schwarze Oliven

1 EL Kapern

zum Bestreichen ein Eigelb

Mehl in eine Schüssel sieben, in die Mitte eine Vertiefung drücken, die Hefe hineinbröckeln, mit Wasser auflösen. Den Vorteig mit etwas Mehl bestäuben, mit einem Tuch zugedeckt an einem warmen Ort ca. 15 min gehen lassen. Salz, Ei und Öl zugeben und zu einem glatten Hefeteig schlagen. Zugedeckt nochmals 15-20 min gehen lassen.

Den Spinat verlesen und waschen. In Salzwasser etwa 5 min kochen, dann Wasser abgießen. Den Spinat abkühlen lassen und grob hacken. Die Zwiebel kleinschneiden, Knoblauch durch die Presse drücken. Das Olivenöl in einer großen Kasserole erhitzen, Zwiebel und Knoblauch glasig dünsten, gehackten Spinat zufügen und mit Salz und Pfeffer würzen. Schinken und Fontina in kleine Würfel schneiden, Oliven entkernen und kleinschneiden, mit den Kapern unter den Spinat mischen. Teig auf bemehlter Unterlage zu doppelter Backblechgröße auswalzen. Mit einer Hälfte das Blech belegen, andere überstehen lassen. Teig mit einer Gabel mehrmals einstechen. Spinatfülle auf dem Blech verteilen, am Rand einen Streifen freilassen, diesen mit Eigelb bestreichen, die zweite Teighälfte überklappen und den Rand gut andrücken. 10-20 min gehen lassen. Calzone mit Eigelb bestreichen und im vorgeheizten Ofen bei 220°C 25-30 min backen.

Käsespatzen

500 g Mehl

3/8 l Wasser

Salz

4 Eier

Zutaten mischen, durch Spätzlehobel in kochendes Salzwasser drücken. Mit 200 g geriebenem Emmentaler schichtweise in Auflaufform geben. Darüber geröstete Zwiebelringe verteilen.

Grendardiermarsch

200 g Nudeln

500 g Kartoffeln

1 Zwiebel

100 g Fett

Salz, Paprika

Geschälte Kartoffeln in kleine Würfel schneiden, in Salzwasser gar kochen, Zwiebel in Fett rösten, Paprika, Kartoffeln und Nudeln beimengen. Gut umrühren, bei schwacher Hitze 10 min rösten, salzen.

Tortellini

650 g Tortellini

20 g Butter

100 g frische Champignons

100 g gek. Schinken

1/2 l süße Sahne

150 g Parmesan

Tortellini 15 min in Salzwasser oder Brühe kochen. Butter zerlaufen lassen, Pilze und Schinken kleinschneiden und andünsten, Sahne dazugeben und ca. 100 g Parmesan. Gut verrühren, 3 ‑ 4 min aufkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuß abschmecken. Tortellini in ein Sieb geben und sie dann in der Sahnesoße ziehen lassen, servieren und mit dem restlichen Käse bestreuen.

oder:

650 g Tortellini

20 g Butter

1/2 l süße Sahne

250 g geschälte Tomaten

100 g geriebener Parmesan

Tortellini 10 min in Salzwasser oder Fleischbrühe kochen. Inzwischen in einer Pfanne die Butter zerlaufen lassen, die geschälten Tomaten dazugeben, mit einer Gabel zerdrücken und bei geschlossener Pfanne 5 min aufkochen lassen. Die gekochten Tortellini in ein Sieb gießen und sie dann in die Pfanne mit Soße geben, in die man in der Zwischenzeit die süße Sahne hineinrührt und sie mit Salz und Pfeffer abschmeckt. Umrühren, Servieren und mit Parmesan bestreuen.

Székler Gulasch

400 g Schweinegulasch

500 g Sauerkraut

1 Zwiebel

Fett

Salz, Kümmel, Paprika

1 Tomate

1 grüne Paprikaschote

Mehl

1/8 l saure Sahne

Gehackte Zwiebel in Fett goldbraun anbraten. Salz, Kümmel, 1 Teel. Paprika, geviertelte Tomate und zerkleinerte Paprikaschoten beigeben, das gewürzte Fleisch zugeben, etwas Wasser aufgießen, leise weiterdünsten. Das Sauerkraut mit 1/2 Tasse Wasser gar kochen, Kraut und Gulasch mischen, etwas Mehl mit d. sauren Rahm verrühren, darüber gießen und noch einige Minuten erhitzen.

Bei Zubereitung mit Schnellkochtopf Kraut und Fleisch gleichzeitig in den Topf geben.

Gefüllte Paprikaschoten

8-10 große Paprikaschoten

2 EL Fett

1 kleine Zwiebel

4 EL Reis

500 g gemischtes Hackfleisch

Salz, Pfeffer, Paprika

1 Dose Tomatenmark

2 EL Zucker

1 EL Mehl

Gehackte Zwiebel dünsten, Reis beifügen, Wasser aufgießen bis es 2-3 cm über dem Reis steht, leise kochen lassen, bis der Reis halbgar ist. Hackfleisch, Salz, Pfeffer und 1-2 EL Wasser zugeben, alles gut vermengen. Paprikaschoten waschen, aushöhlen, Fleischmasse locker hineinfüllen, Tomatenmark mit 1/4 l Wasser verdünnen, etwas Salz und Zucker beifügen, die Schoten in einen großen Topf stellen, mit Tomatensoße übergießen, auf kleiner Flamme weiterschmoren, herausnehmen. Aus Fett und Mehl Einbrenne machen, in die Tomatensoße schütten, aufkochen lassen, Schoten noch 10 min darin ziehen lassen.

Zubereitung im Dampftopf: gefüllte Schoten im Dampftopf garen; (5 min ab Ventil oben, dann ausschalten und auf der Platte stehen lassen bis Ventil heruntergeht); Inzwischen Tomatensoße herstellen. Gegarte Paprika hineinsetzen und noch etwas ziehen lassen.

Gulaschsuppe

500 g Gulasch

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 Paprikaschote

2 Tomaten

500 g Kartoffeln

2-3 Karotten

1 Scheibe Sellerie

Salz, 1/2 Teel. Kümmel

2 Teel. Paprika

Die gewiegte Zwiebel in Fett andünsten, roten Paprika und zerdrückten Knoblauch in das in Würfel geschnittene Fleisch geben. Zugedeckt so lange dünsten, bis Fleischsaft fast verkocht ist. Kümmel, kleingeschnittenes Grünzeug, in Scheiben geschnittene Paprikaschote und Tomate zugeben, salzen, mit Wasser aufgießen, daß alles bedeckt ist. Wenn die Fleischwürfel halbgar sind, geschälte, in gewürfelte Kartoffeln zugeben und Wasser zugeben. Zugedeckt so lange dünsten, bis Fleisch und Kartoffeln ganz weich sind.

Lecsó

3 Pfund grüne Paprika

3 Tomaten

1 EL Fett

1 gehackte Zwiebel

Salz, Paprika

4 Eier

375 g Fleischwurst

Paprika entkernen, in Streifen schneiden, enthäutete Tomaten vierteln. Zwiebel in Fett andünsten, Paprika zugeben, salzen, 15 min dünsten, Paprikapulver zugeben, Tomaten und Zucker zugeben, dünsten. Zum Schluß kleingeschnittene Fleischwurst und/oder verquirlte Eier zugeben. Garzeit ca. 1 h.

Serbische Bohnensuppe

500 g weiße Bohnen, eingeweicht

30 g Fett

2 Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

250 g Wammerl (roh geräuchert)

1/2 l Wasser

je 1 Teel. Paprika süß und scharf

2 Pepperoni, feingehackt

Wammerl in Fett und Zwiebeln andünsten, eingeweichte Bohnen dazugeben, Flüssigkeit, würzen, im Dampftopf 20-25 min garen.

Ratatouille (Mama)

3 Paprika, 3 Auberginen (geschält)

3 Zucchini (auch Gurke möglich)

4 Tomaten

3 EL Öl

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

Salz, Pfeffer, Paprika

Gemüse kleinschneiden, dünsten. Dazu Brot oder Reis

Ratatouille (Kochen - die junge Schule)

3 Paprikaschoten (ca. 600 g)

400 g Auberginen

300 g Zucchini

4 Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

4 Tomaten

1 Bund Petersilie

1 Stiel Basilikum

Öl, Salz, Pfeffer

Paprikaschoten in Streifen schneiden, Zwiebeln und Knoblauch fein würfeln. Tomaten abziehen, vierteln. Auberginen waschen, Stiel und Blattkranz abschneiden. Quer in Scheiben schneiden. Thymianblättchen und Basilikumblättchen vom Stiel zupfen. Zucchini- und Auberginenscheiben in heißem Öl anbraten. Zwiebel- und Knoblauchwürfel kurz mitbraten. Paprikastreifen und Tomatenviertel dazugeben. Getrockneten Thymian einstreuen, umrühren, etwa 25 min dünsten bis Gemüse weich ist. Salzen und pfeffern. Noch 5 min kochen, dann Kräuter untermischen.

Paprikagemüse

250 g grüne Paprika

250 g Zwiebeln

250 g Tomaten

250 g Champignons

Salz, Pfeffer, Paprika

3 EL saure Sahne

Petersilie

Gemüse kleinschneiden und dünsten.

Kartoffelsuppe (Köstlich Kochen jeden Tag)

300 g Rindfleisch

2 EL Öl

2 Zwiebeln

1 Schächtelchen klare Fleischsuppe

500 g Kartoffeln

2 Paprikaschoten

1 kleine Stange Porree

Pfeffer, Salz

1/2 Bund Petersilie

evtl. 2 EL Sahne

Das Fleisch in 1 cm große Würfel schneiden. Das Öl im Topf erhitzen, Fleisch darin anbraten. Zwiebel schälen und würfeln. Zum Fleisch geben, kurz dünsten, dann 1 l heißes Wasser und die Fleischsuppenwürfel hinzufügen. Zum Kochen bringen, den Topf schließen und alles ca. 40 min (Dampftopf 20 min) kochen. Kartoffeln schälen, waschen und in Würfel oder Scheiben schneiden. Die Paprikaschoten aufschneiden und das Kerngehäuse herauslösen. Den Porree putzen, Paprika und Porree waschen. Die Paprika in Streifen, den Porree in Scheiben schneiden. Die Zutaten in den Topf geben, nochmals zum Kochen bringen und etwa 15-20 min (Dampftopf 5-6 min) gar kochen. Die Suppe mit Salz, Pfeffer u. evtl. Sahne abschmecken. Feingehackte Petersilie vor dem Anrichten beigeben.

Linseneintopf mit Kochmettwurst (Kochen - die junge Schule)

500 g Linsen

100 geräucherter durchwachsener Speck

2 Zwiebeln

3 Möhren

1/4 Sellerieknolle

700 g Kartoffeln

1 l Wasser

4 kleine geräucherte Kochmettwürste

1 Bund Schnittlauch

1 Bund Petersilie

Salz, Pfeffer

Speck in Scheiben schneiden, Zwiebeln fein würfeln. Möhren, Sellerie, Kartoffeln schälen und waschen. Möhren in Stifte schneiden, Sellerie würfeln. Linsen mit kaltem Wasser säubern, abtropfen lassen. Speck im Topf ausbraten. Zwiebelwürfel dazugeben und mit dem Speck goldbraun braten. Möhrenstifte und Kartoffelwürfel dazugeben. Selleriewürfel ebenfalls kurz mitbraten. Abgetropfte Linsen zu dem Gemüse geben. 1 l Wasser zugießen, umrühren und zum Kochen bringen. Kochmettwürste einlegen. Topf zudecken. Bei geringer Hitze ca. 1 h köcheln. Am Schluß kleingeschnittene Petersilie und Schnittlauch unterrühren. Mit Dampftopf wird Garzeit erheblich verkürzt (ca. 20 min).

Serbisches Reisfleisch (Kochen - die junge Schule)

500 g Schweinefleisch

Öl

3 Zwiebeln

1 Knoblauchzehe

40 g Tomatenmark

3/4 l Wasser

1 Brühwürfel

2 Teel. getrockeneter Thymian

Paprikapulver

150 g Langkornreis

2 Paprikaschoten

1 frische Chilisschote

3 Tomaten

Salz, Pfeffer

Fleisch schneiden, Zwiebel und Knoblauchzehe würfeln, Paprikaschoten in Streifen schneiden, Chilischote kleinschneiden. Tomaten abziehen, halbieren. Öl erhitzen, Fleisch darin kräftig anbraten. Weiterbraten bis sich Bratensatz bildet. Zwiebel- und Knoblauchwürfel zugeben, kurz mitbraten. Mit Wasser Bratensatz ablösen, Brühwürfel zugeben. Thymian, Paprika und Tomatenmark unterrühren. Gemüse zugeben, salzen, pfeffern. Aufkochen und den Reis einstreuen. Ca. 1 h köcheln lassen.

Schweinebauch mit Möhren (Köstlich kochen jeden Tag)

500 g frischer Schweinebauch

Pfeffer, Thymian, Salz

Öl

250 g Zwiebeln

500 g Möhren

500 g Kartoffeln

1/8 -1/4 l Fleischbrühe

1/2 Bund Petersilie

Vom Schweinebauch die dicke Schwarte abschneiden. Das Fleisch in 1/2 cm dicke Scheiben oder 1 cm große Würfel schneiden. Das Öl erhitzen und Fleisch bei starker Wärmezufuhr ca. 15 min anbraten. In der Zwischenzeit die Zwiebeln schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Die Möhren und Kartoffeln schälen, waschen und in Scheiben oder Würfel schneiden. Das Gemüse über dem Fleisch verteilen. Alles zum Kochen bringen, nur bei Bedarf etwas heiße Fleischbrühe dazugießen. Den Topf schließen und auf kleine Stufe schalten. Das Gericht ca. 20 ‑ 25 min gar schmoren. Petersilie hacken und darüberstreuen.

**Hinweis:** Bei Zubereitung im Dampftopf wird der Schweinebauch zunächst kräftig angebraten, dann bei geschlossenem Topf 10 min gegart. Das vorbereitete Gemüse dazugeben und in 4 ‑ 6 min fertiggaren.

Pfeffertopf (Köstlich Kochen jeden Tag)

500 g Rindfleisch

Öl

2 Zwiebeln

1 TL Salz

1/2 Teel. Pfeffer

1 kg Chinakohl

3 mittelgroße Kartoffeln

3 kleine Pepperoni

1-2 Teel. Instantbrühe

1 EL Tomatenmark

Pfeffer, Salz

Das Fleisch kalt abspülen und mit Küchenkrepp abtrocknen. Fett und Sehen abschneiden, in 1 cm große Würfel schneiden. Fleischwürfel ca. 10 min kräftig anbrauten. Die Zwiebeln schälen, in große Würfel schneiden und zum Fleisch geben. 1 Tasse Wasser dazugießen, den Topf schließen, das Fleisch bei geringer Hitze ca. 30 min fast gar schmoren (im Dampftopf 10 min). In der Zwischenzeit das Gemüse vorbereiten. Chinakohl bzw. Wirsing von harten Blättern und Strunk befreien, kleinschneiden. Kartoffeln schälen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Beides auf das Fleisch geben. Die entkernten Pepperoni, 3/4 l heißes Wasser, die Brühe und das Tomatenmark zufügen. Alles bei starker Wärmezufuhr zum Kochen bringen, dann den Topf schließen. Den Pfeffertopf in weiteren 15-20 min (Dampftopf 5-10 min) gar schmoren. Mit Thymian, frisch gemahlenem Pfeffer und Salz nachwürzen.

Würzige Eierpfanne

500 g Porree

1 Zwiebel

125 g frische Champignons

2 Tomaten

75 g Frühstücksspeck

4 Eier

4 EL Dosenmilch

Salz, Pfeffer, Paprika

80 g Gouda oder Emmentaler

Porree in dünne Ringe schneiden. Zwiebel würfeln, Champignons putzen waschen und in Scheiben schneiden. Tomaten achteln. Speckscheiben ausbraten und aus der Pfanne nehmen. Zwiebel und Porre dünsten, Pilze und Tomaten zugeben, Eier mit Dosenmilch, Salz, Pfeffer, Paprika und Käsewürfeln verquirlen und über das Gemüse gießen. Stocken lassen. Die Speckscheiben darauflegen.

Fleischkäse in Ausbackteig

4 fingerdicke Scheiben Leberkäs

Fett zum Braten

1 Tasse helles Bier

3 Eier

250 g Mehl

Salz

Teig aus Mehl, Eiern, Bier und Salz herstellen, zu glattem dickflüssigem Teig. Fleischkäsescheiben in den Teig tauchen und möglichst schwimmend in heißem Fett ausbacken. Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Dazu Kartoffelsalat und grüner Salat.

Schinken in Bierteig

4 Scheiben Schinken in 1 cm dicken Scheiben

250 g Mehl

3 Eier

helles Bier

Salz

Fett

Herstellung wie oben.

Auberginen delikat

2 große Auberginen

1 Zwiebel

150 g Wammerl

3 Tomaten

1 EL gem. Kräuter

Salz, Pfeffer, Paprika

1/2 - 1 Tasse gek. Reis

4 Scheiben Käse

Auberginen waschen, aushöhlen. Fleisch klein schneiden, andünsten, Wammerl ausbraten, Masse wieder in die Auberginen einfüllen, mit Käse bedecken, im Backofen überbacken.

Auberginen Moussaka

4 EL Öl

4 Zwiebeln

2 Auberginen

4 Tomaten

Salz, Pfeffer

250 g Schweinehack

5 Scheiben Wammerl

125 g Quark

2 Eigelb

evtl. Milch

Salz, Pfeffer, Paprika, Muskat

Schnittlauch

Gemüse kleinschneiden, dünsten, in Auflaufform füllen, Wammerl darüberlegen, Quark-Ei-Masse darübergießen, im Backofen überbacken.

Zucchini neapolitanisch (Das Beste aus italienischer Küche)

4 große Zucchini (800 g)

Füllung:

2 kleine Zwiebeln

Öl

250 g Rinderhack

150 g gek. Schinken

1 Bund Petersilie

1 Ei

30 g geriebener Parmesan

Salz, Pfeffer

4 EL Tomatenketchup

8 EL Sahne, Tabasco

Zucchini waschen, längs halbieren, Stengelansätze herausschneiden. Mit einem Teelöffel das Fruchtfleisch herausschaben und in eine Schüssel geben. Für die Füllung Zwiebeln schälen, fein hacken, in Öl anbraten. Rindergehacktes dazugeben und unter rühren noch etwa 5 min braten. Schinken fein würfeln, Petersilie abbrausen, trockentupfen und hacken. Alles mit Ei und Käse zum Fruchtfleisch geben. Gut mischen, mit Salz, Pfeffer und Kerbel würzen. In die Zucchini füllen. Feuerfeste Form buttern, Zucchini hineinsetzen. Tomatenketchup und Sahne verrühren, mit Tabasco würzen. über die Zucchini gießen. Butter in Flöckchen daraufsetzen. Bei 200°C 20 min backen.

Ravioli-Gemüse-Auflauf (Köstlich kochen jeden Tag)

(für 4 Personen zu wenig)

500 g Brokkoli oder Bohnen

1/8 l Wasser

1 Teel. Salz

1 Dose Ravioli

4-6 Scheiben Gouda

Das Gemüse waschen und gut abtropfen lassen. In der Kasserolle Wasser, Salz und Butter aufkochen. Das Gemüse zerkleinern und in das kochende Wasser geben und etwa 6 min kochen. In der Zwischenzeit die Ravioli gleichmäßig in der Auflaufform verteilen. Den Backofen vorheizen (220°C). Das Gemüse gleichmäßig über die Ravioli verteilen. Die Käsescheiben darauf legen. Den Auflauf ca. 20 goldbraun überbacken.

Kartoffelgratin

1250 g Kartoffeln

1 Teel. Butter oder Margarine

50 - 100 g geräucherter oder gekochter Schinken

1/4 l Milch

1/2 l süße Sahne

100 g Hartkäse

Salz, Pfeffer, Muskat

Kartoffeln schälen, in Scheiben schneiden, kurz kochen (so daß sie nicht ganz durch sind). Schinken in Streifen schneiden. Käse grob raspeln. Feuerfeste Form einfetten, eine Schicht Kartoffelscheiben dachziegelartig hineinlegen. Mit Salz u. Pfeffer würzen. Schinkenstreifen darauflegen, dann wieder Kartoffeln. Milch-Sahne-Mischung gewürzt mit Salz, Pfeffer, Muskat darübergießen. Geriebenen Käse darüber verteilen. Im Backofen goldbraun backen.

Nudelauflauf (Kochen - die junge Schule)

2 EL Butter oder Margarine

3 EL Mehl

1/4 l kalte Milch

1 Zweig frischer Thymian

1 Zwiebel

1 Lorbeerblatt

50 g Käse

250 g Nudeln

500 g Hackfleisch

6 Tomaten

Salz, Pfeffer

Nudeln bißfest kochen, Zwiebeln würfeln, Tomaten abziehen, Käse fein raspeln. Mehl in heißes Fett einrühren. Milch zugießen und unter ständigem Rühren aufkochen. Thymian, Hälfte der Zwiebelwürfel und Lorbeerblatt zugeben. 15 min bei geringer Hitze köcheln lassen. Soße abseihen. Feingeraspelten Käse darunterrühren. Backofen auf 225°C vorheizen. Eine Schicht Nudeln in feuerfeste Form geben. Dann tomaten, Hack, restliche Zwiebeln aufschichten, würzen. Käsesoße darübergießen. In etwa 45 min goldgelb backen.

Kartoffel-Lauch-Auflauf (Köstlich kochen jeden Tag)

500 g Kartoffeln, 500 g Lauch

1/4 l Wasser

1 Teel. Instantbrühe

1 Teel. Butter

50 g gek. od. roher Schinken

1 Ei,

1/4 l Milch

Pfeffer, Salz, Muskat

50 g geriebener Käse

Die Kartoffeln waschen, schälen und in dünne Scheiben schneiden. Wasser und Brühe zum kochen bringen, die Kartoffelscheiben hineingeben und 5 min kochen lassen. Die Auflaufform mit Butter ausfetten. Den Backofen vorheizen (Heißluft 160-180°C). Die Kartoffelscheiben aus dem Wasser nehmen und in der Auflaufform gleichmäßig verteilen. Während die Kartoffeln kochen, den Lauch putzen und waschen. Die Lauchstangen in 2 cm lange Stücke schneiden, in die Brühe geben und 3-5 min kochen. Unterdessen den Schinken in Würfel schneiden und über die Kartoffeln verteilen. In einer Schüssel Ei, Milch, Pfeffer, Salz, Muskat miteinander verquirlen. Das Lauchgemüse in die Auflaufform geben. Mit der Eimilch übergießen und mit geriebenem Käse bestreuen. Ca. 20 min überbacken.

Gefüllte Eier

8 Eier

4 Semmeln

Milch

Fett

Salz, Petersilie

Sauerrahm

Eier hart kochen, quer durchschneiden, Eigelb herausnehmen, mit eingeweichten Semmeln, Salz, in Fett gedünsteter Petersilie zu einer Masse verarbeiten. Damit die Eier füllen. Glasform ausfetten, restliche Eimasse einfüllen, gefüllte Eier daraufsetzen, mit Sauerrahm begießen, im Backofen schwach durchbacken, 20 min.

Lammhack-Kuchen mit Ratatouille

350g Lammhackfleisch

2 Zwiebeln

1 Ei

80g Magerquark

1/2 unbehandelte Zitrone

2 EL Semmelbrösel

Salz, Pfeffer, Paprika

1 kleine Aubergine

2 EL Öl

1 Bund Basilikum

1 rote Paprika

1 Zucchini

Lammhack mit einer gewürfelten Zwiebel, Ei, Quark, abgeriebener Zitronenschale und Semmelbröseln zu einem Hackteig verarbeiten. Mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken. Auberginenwürfel salzen und mit Öl 5 Minuten dünsten. Hackteig in eine Form geben und glattstreichen. Gehacktes Basilikum, Paprika- und Zucchiniwürfel mit den Auberginenwürfeln vermischen und auf den Hackteig geben. Mit Zwiebelringen belegen. Im Backofen bei 200° etwa 40 min backen (Mikrowelle 600 Watt, 10 min)..

Hackfleisch-Pastete

500g gemischtes Hackfleisch

30g Butterschmalz

150g braune Champignons

2 Zwiebeln

1 rote Paprikaschote

3 Eier

1 Topf Koriander

Salz, Pfeffer

2 EL Chilisoße

1 Paket Tiefkühlblätterteig

Mehl

Semmelbrösel

2 EL Milch

Fett für das Blech

Fleisch in heißem Fett krümelig braun braten. Gehackte Champignons. Zwiebel- und Paprikawürfel zugeben. Flüssigkeit verdampfen lassen. zwei Eier und gehackte Korianderblätter unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Chilisoße würzen. Aufgetauten Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem Rechteck ausrollen und mit Semmelbrösel bestreuen. Fleischmasse darauf verteilen und längs aufrollen. Pastete mit Teigresten garnieren. Restliches Ei und Milch verrühren und die Pastete damit bestreichen. Mit der Nahtstelle nach unten auf ein gefettetes Backblech legen. (Dies gestaltet sich schwierig; es ist zu empfehlen, die Füllerei schon auf dem Blech durchzuführen, denn ein Transport der Pastete ist ohne Unglück nicht möglich). In den auf 200° vorgeheizten Ofen geben und ca. 30 min backen.

Kartoffel-Gemüse-Auflauf

ca. 8 mittelgroße Kartoffeln

3 große Zucchini

3 Paprikaschoten

4 Tomaten

200g gek. Schinken

ca. 100 g Käse

1/8 l saure Sahne

1/8 l Milch

Kartoffeln schälen und nicht ganz fertig kochen, Zucchini in Scheiben schneiden und andünsten. Kartoffeln in Scheiben schneiden, etwa mit der Hälfte davon gebutterte Form auslegen. Salzen, pfeffern, gedünstete Zucchini darauf verteilen. Währenddessen in Streifen geschnittene Paprika andünsten. Wieder eine Schicht Kartoffeln auf die Zucchini geben, salzen, pfeffern, dann folgen Paprika, in Scheiben geschnittene Tomaten und der in Streifen geschnittene Schinken. Saure Sahne und Milch vermischen, würzen und darübergießen. Käse reiben und darüberstreuen. Ca. 20 min bei 200° backen.

Rosenkohlpfanne

300g Hackfleisch

1 Paket TK-Rosenkohl

1 große Zwiebel

Tomatenmark

Butter oder Margarine

Salz, Pfeffer, Paprika

Fett in einer Pfanne erhitzen, die kleingehackte Zwiebel darin andünsten, das Hackfleisch mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen, zur Zwiebel geben, anrösten. Tomatenmark mit etwas Wasser verrühren und darübergießen. Den auftgetauten Rosenkohl dazugeben und das Ganze bei kleiner Hitze heiß werden lassen.

Bei Zubereitung mit frischem Rosenkohl, den Rosenkohl separat im Schnellkochtopf garen und dann vorgehen wie oben.

Versunkene Eier

1,5 kg Kartoffeln

gut 1/4 l Milch

35 g Butter

8 Eier

100 g geriebener Parmesan

100g gek. Vorderschinken

2 EL Semmelbrösel, Salz, Pfeffer, Schnittlauch

Kartoffeln schälen und kochen. Durch Kartoffelpresse drücken und mit heißer Milch glattrühren. 30 g Butter, 2 verquirlte Eigelb und 50 g Parmesan unter den Kartoffelbrei rühren. Salzen, pfeffern und zum Schluß Schnee von 2 Eiweiß unterziehen. In eine gefettete Auflaufform füllen. 6 Vertiefungen hineindrücken und die aufgeschlagenen Eier hineingleiten lassen. Restlichen Käse und Semmelbrösel darüberstreuen. Im heißen Ofen bei 200° 30 min. backen. Inzwischen Schinkenwürfel in Öl anbraten und am Schluß mit den Schnittlauchröllchen über den Auflauf streuen. (1 Std. 30 min.). Dazu: Salat.

Pikante Zucchini mit Würstchen

4 Wiener Würstchen

Fett

1 kg Zucchini

200 g Frischkäse mit Kräutern

Salz, Pfeffer

Fett in einem Topf erhitzen, in dünne Scheiben geschnittene Würstchen hineingeben, anbraten. Zucchini waschen, in ca. 2 cm große Würfel schneiden und zu den Würstchen geben. Alles in geschlossenem Topf auf kleiner Flamme in ca. 20 min. gar dünsten. Zum Schluß den Frischkäse unterrühren und das Gemüse evtl. mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dazu Reis oder Kartoffeln.

Kaiserpastete

1 Paket TK-Blätterteig

200 g Schinken

200 g Goudakäse

1 Apfel

50 g Salami

4-5 Tomaten

Schnittlauch, Oregano

Eiweiß, Eigelb

Blätterteig auswellen. 3 Platten belegen mit in Scheiben geschnittenem Schinken, geschn. Käse, in Schzeigben geschn. Apfel, Salami, Tomaten, Oregano, Schnittlauch, Schinken. Ränder mit Eiweiß bestreichen, Kanten frei lassen. Teigplatten darauflegen, mit Teigresten verzieren, mit Eigelb bestreichen. Blech naß machen, 30 min. bei 220° backen.

Kürbis- oder Zucchinigemüse

800 g gehobelter Kürbis

1 kl. Zwiebel

50 g Fett

50 g Mehl

0,2l saure Sahne

Salz, Zucker, Essig

Aus Fett und Mehl helle Einbrenne bereiten, die kleingeschnittene Zwiebel dazugeben, umrühren und etwas schmoren lassen. Den geschälten und entkernten Kürbis auf grober Reibe hobeln. Die Einbrenne aufgießen und glattrühren. Den gehobelten Kürbis unter Rühren zugeben. Mit Salz, Zucker und Essig süß-sauer abschmecken und noch ca. 10 min. auf kleiner Flamme köcheln lassen. Saure Sahne unterziehen.

Wirsingauflauf

1 kg Wirsing

100 g Reis

500 g Hackfleisch

Salz, Pfeffer

60 g Fett

Sauerrahm

Wirsing in breite Streifen schneiden, in Salzwasser garkochen, abseihen, abtropfen lassen. Gewiegte Zwiebel in Fett glasig dünsten, bis das Fleisch grau wird. Mit dem Reis verrühren. Form mit Fett bestreichen, Wirsing, Hackfleisch mit Reis lagenweise einschichten. Die oberste Schicht ist Wirsing. Mit zerlassenem Fett und saurem Rahm bestreichen und im Ofen goldgelb backen.

Flammkuchen mit Rahm

375 g Mehl 2 Becher Schmand

20 g Hefe 100 g geriebener Emmentaler

1/8-1/4 l lauwarmes Wasser Muskatnuß

Salz Pfeffer

2 EL Öl 200 g Zwiebeln

100 g Schinkenspeckwürfel

Aus den Zutaten links Hefeteig herstellen und 30 min zugedeckt an warmem Ort gehen lassen.

Rahm mit Käse verrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Zwiebeln in dünne Ringe schneiden. Schinkenspeck in einer Pfanne auslassen, Zwiebelringe hinzufügen und glasig dünsten. Teig nochmals kneten und auf großem gefettetem Backblech ausrollen. Rahm-Käse-Belag und dann die Zwiebel-Speckmischung darauf verteilen. Flammkuchen im vorgeheizten Ofen bei ca. 230°C ca. 10 min. backen.

Zeppeline

*Kartoffelteig: Fleischfüllung:*

3 kg frische Kartoffeln 1 kg gem. Hackfleisch

1 kg gekochte Kartoffeln Zwiebel

Salz 1 Ei

Pfeffer und Salz

*Specksoße:*

300g geräucherter Speck

Zwiebel

1 Becher Sahne

Pfeffer, Salz

Frische Kartoffeln abschälen und reiben. Dann gut abgießen. Stärke absetzten lassen und zu den zerkleinerten Kartoffeln geben.

gekochte Kartoffeln schälen und durch Kartoffelpresse drücken. Mit den rohen Kartoffeln mischen. Salz dazugeben und gut durchkneten. Teig soll nicht kleben.

Klöße formen und dann platt drücken (etwa handtellergroß), Fleischfüllung daraufgeben und ovale Klöße formen.

Klöße ca. 20 min kochen, dann mit Specksoße servieren.

Für die Hackfleischfüllung Zwiebel anbraten und zum Hackfleisch geben, Ei und Gewürze unterkneten.

Für die Soße Speckwürfel auslassen und geschnittene Zwiebel mitbraten. Sahne dazugeben und würzen.

TIP: wenn man nicht so viel Zeit hat, kann auch fertiger Kloßteig verwendet werden. Man braucht ca. 2 Packungen

Gemüsesuppe mit Würstchen

200 g Zwiebeln

1 Stange Porree

200 g gelbe Rüben

400 g Kartoffeln

30 g Butter oder Margarine

1 l Brühe

Salz, Pfeffer

100 g Schlagsahne

200 g Würstchen

1 Bund Schnittlauch

Zwiebelwürfel, Porreeringe, gelbe Rüben und Kartoffelwürfel in heißem Fett andünsten, Brühe zufügen, würzen, ca. 15 min. kochen lassen. Die Hälfte der Suppe mit Pürierstab pürieren. Zum Gemüse geben, Sahne zugießen und aufkochen, abschmecken. Würstchen in der Suppe erwärmen, mit Schnittlauch bestreut servieren.

Semmelsoße

1 Semmel pro Person

1 Knoblauchzehe

Salz, Fett, Zwiebeln, Fleischbrühe

Zwiebeln hacken, Semmeln in Würfel schneiden, mit Knoblauch in Fett andünsten, mit heißer Fleischbrühe aufgießen bis die Soße den richtigen Flüssigkeitsgrad hat.

(zu gekochtem Rindfleisch)

Pizzataschen

Teig: Füllung:

425 g Mehl 200 g gek. Schinken

½ Teel. Salz 250 g Brokkoli

1 P. Trockenhefe 1 rote Paprikaschote

4 EL Olivenöl 125 g Mozzarella

Für den Teig:

Das Mehl mit dem Salz und der Trockenhefe vermischen. Das Öl und einen Viertelliter lauwarmes Wasser zugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig ca. 45 min an einem warnen Ort gehen lassen. Noch einmal kräftig durchkneten und in acht Portionen teilen. Jedes Teilstück auf wenig melh rund (20 cm) ausrollen

Für die Füllung:

Den Schinken in Streifen schneiden. Den Brokkoli in Röschen teilen und in Salzwasser eine Minute sprudelnd kochen. Abgießen und kalt abspülen. Die Paprikaschote putzen, entkernen und in Streifen schneiden. Den Mozzarella würfeln. Brokkoli, Paprika und Mozzarella vermengen, salzen und pfeffern. Etwas von der Füllung jeweils auf eine Hälfte des ausgerollten Teiges geben, die andere Hälfte darüberklappen und die Ränder gut festdrücken. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen und im vorgeheizten Ofen bei 250°C ca. 15 min backen, bis die Oberfläche schön braun ist.

Dazu schmeckt Zaziki

Bunter Zwiebeltopf

500 g Zwiebeln

2 EL Langkornreis

1 EL Instantbrühe

500 g Tomaten

500 g Paprikaschoten

1 Dose Corned beef (340g) oder anderes Fleisch

1 Teel. Paprika

½ Bund Petersilie

Öl zum Braten

Die Zwiebeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Das Fett in einen Topf geben und bei starker Wärmezufuhr erhitzen. Die Zwiebelscheiben darin anbraten. Den Langkornreis und die Brühe hinzufügen und zusammen 10 min dünsten. In der Zwischenzeit die Tomaten mit heißem Wasser überbrühen, häuten und in Scheiben schneiden. Die Paprikaschoten aufschneiden und die Kerngehäuse herauslösen. Die Paprikaschoten waschen, abtropfen lassen und in dünne Scheiben schneiden. Tomaten und Paprika in den Topf geben. 1/4l heißes Wasser dazugießen und das Gemüse schmoren bis die Reiskörner weich sind.

Das Fleisch in Würfel schneiden und unter das Gemüse mischen. Mit Paprika, Pfeffer und Salz würzen. Die Petersilie fein hacken und darüberstreuen.

Hühnereintopf mit Schwemmklößchen

1 kl. Suppenhuhn

Salz, Pfefferkörner, Pfeffer, Paprika

1 Lorbeerblatt

½ Sellerieknolle

4 Möhren

1 zarter Kohlrabi

1 kleine Stange Porree

Petersilie

Huhn über Nacht auftauen lassen. Das ausgenommene Huhn außen und innen waschen.

1 ½ l Wasser, Salz, Pfefferkörner und das Lorbeerblatt in den Topf geben. Bei starker Wärmestufe zum Kochen bringen. Das Huhn in den Topf geben, aufkochen, dann den Topf schließen und das Huhn 25-30 min kochen lassen ( im Schnellkochtopf entsprechend kürzer)

In der Zwischenzeit das Gemüse vorbereiten. Die Sellerieknolle, die Möhren und den Kohlrabi schälen, vom Porree die Wurzeln und festen Blattenden wegschneiden. Das Gemüse gut reinigen und in Würfel bzw. Scheiben schneiden und zum Huhn geben. Dann noch 10 min kochen lassen.

Huhn aus dem Topf nehmen, Fleisch von Knochen lösen und wieder zur Suppe geben. Schwemmklößchen dazugeben und Suppe abschmecken. Zum Schluß Petersilie darüberstreuen.

Schwemmklößchen

100 ml Milch

50 g Butter

60 g Mehl

2 Eier

Muskat, Pfeffer, Salz

Miclh und Butter in den Topf geben und aufkochen. Das Mehl hineingeben und rühren, bis sich ein Mehlkloß gebildet hat. Diesen in die Schüssel geben und sofort 1 Ei unterrühren. Das 2. Ei erst hinzufügen wenn wieder ein glatter Teig entstanden ist. Ebenfalls gut unterarbeiten. Die Masse mit Muskat, Pfeffer und Salz würzen und dann mit kleinen Löffeln Klößchen abstechen in die heiße Suppe geben und 5-8 Minuten bei kleinster Wärmestufe mitgaren.

Lasagne

Fleischsoße: Béchamelsoße:

500 g Hackfleisch 40 g Butter

1 kl. Dose Erbsen 50 g gek. Schinken

1 gr. Dose Tomaten 1 kl. Zwiebel

1 Zwiebel Mehl

Knoblauchzehe 1/4 l Fleischbrühe

ital. Gewürze 1/4 l Milch

Tomatenmark Salz, Pfeffer

Sahne

Reibekäse, Lasagnenudeln, Parmesan

Lasagnenudeln nach Vorschrift kochen.

Für die Fleischsoße Zwiebeln anbraten, Hackfleisch dazu, krümelig braun braten, dann zerdrückte Knoblauchzehe dazu. Tomaten und Erbsen zugeben, aufkochen. Abschmecken mit Gewürzen und Tomatenmark, etwas Sahne zugeben

Für die Béchamelsoße geschnittenen Schinken und Zwiebel in Butter anbraten, mit Mehl bestäuben. Unter Rühren Fleischbrühe und Milch dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Parmesan einrühren. 5 Minuten kochen lassen.

In gefettete Form folgendermaßen einschichten: Ragout, Nudeln, Béchamelsoße, noch zwei Mal wiederholen. Am Schluß mit geriebenem Käse dick bestreuen. Ca. 25 min bei 200°C backen.