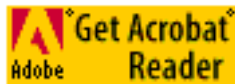


Rezept der Woche

Aufgrund der vielen Zugriffe und Reaktionen, haben wir uns entschlossen diese Seiten zum Download anzubieten. Am Ende jeder Seite finden Sie einen Downloadhinweis. Zum Betrachten und eventuellen Ausdrucken dieser Seiten benötigen Sie den Adobe Acrobat Reader, den Sie kostenlos auf vielen Computer Zeitschriften CD-Rom´s finden oder [hier](#) Downloaden können. Viel Spaß und guten Appetit beim Nachkochen.



Würzige Leberpfanne mit Paprikasalat

Zutaten:

1 rote und 1 grüne Paprikaschote
1 hartgekochtes Ei
600 g Kalbs- oder Schweineleber
2 Zwiebeln
1 Bund Schnittlauch
2 EL Weinessig
1 EL Öl
1 TL Senf
1 gestr. TL Salz
1 TL getr. Majoran
1/2 TL Rosmarin
1 TL Paprikapulver mild
Bratfett



Zubereitung:

Die Paprikaschoten putzen und in Streifen schneiden. 1/4 l kochendes Wasser über die Paprikastreifen gießen, kurz stehen lassen und dann in einem Sieb abtropfen lassen.

Essig, Öl, Senf, Schnittlauch und 1/2 TL Salz miteinander verrühren. Das Ei schälen und klein schneiden und in die Salatsauce mischen. Die Paprikastreifen unterheben und zugedeckt ziehen lassen.

Die Leber unter fließendem kaltem Wasser abspülen, häuten und in dünne Scheibchen schneiden. Zwiebel schälen und in Ringe schneiden.

Die Leberscheibchen mit dem Majoran, dem Rosmarin und dem Paprikapulver würzen. Fett in der Pfanne erhitzen und die Leber mit den Zwiebelringen unter ständigem Umwenden ca. 6 bis 7 Minuten darin braten. Zuletzt salzen.

Sauerkrautsalat

Zutaten:

300g Sauerkraut
2 süßsäuerliche Äpfel
einige Tropfen Zitronensaft
200 g mageren gekochten Schinken
1 Becher saure Sahne
1/2 Bund Petersilie
Salz, weißer Pfeffer, 1 Prise Zucker, Cayennepfeffer
4 EL gehackte Haselnuskerne



Zubereitung:

Das Sauerkraut je nach Bedarf und Säure unter fließendem Wasser waschen, gut abtropfen lassen, grob zerschneiden und in eine Schüssel geben.

Die Äpfel waschen, Trockentupfen, vierteln, entkernen und in Stifte schneiden. Mit Zitrone beträufeln und unter das Sauerkraut mischen.

Den gekochten Schinken in Streifen schneiden und ebenfalls unterheben.

Für das Dressing die saure Sahne Glattrühren, die feingehackte Petersilie untermischen.

Das Dressing mit Salz, Pfeffer, Zucker und Cayennepfeffer kräftig abschmecken und den Salat damit anmachen.

Den Sauerkrautsalat anrichten, mit den gehackten Haselnuskernen bestreuen und servieren.

Spinat mit Hackfleisch und Joghurt

Zutaten:

2 Zwiebeln
1 Knoblauchzehe
4 EL Öl
400g Rinderhack
300ml Wasser
1 1/2 Würfel Klare Fleischsuppe
3 Packungen Blattspinat gefroren à 300g
60g Langkornreis
1 TL Paprikapulver
Cayennepfeffer
1 Becher Sahnejoghurt



Zubereitung:

Zwiebeln schälen und fein würfeln. Knoblauch zerdrücken. In heißem Öl anbraten, Hackfleisch zugeben und mitbraten.

Wasser zufügen und aufkochen. Die Brühwürfel darin auflösen.

Blattspinat antauen und klein schneiden. Mit dem Reis zum Hackfleisch geben und zugedeckt 20 Minuten bei geringer Hitze garen. Mit Paprika und Cayennepfeffer würzen. Sahnejoghurt salzen und pfeffern und dazu reichen

Fleischsalat mit Spargel

Zutaten:

150 g Vollmilch-Joghurt
2 EL Mayonnaise
1 EL mittelscharfer Senf
1 TL geriebener Meerrettich
1/2 TL Zucker
Salz, Pfeffer, Schnittlauch
250 g Fleischwurst
1 Zwiebel
1 Apfel
2 Tomaten
250 g gekochter Spargel
2 hartgekochte Eier
Petersilie



Zubereitung:

Joghurt in die Salatschüssel geben, dazu Mayonnaise, Senf und Gewürze. Die Sauce abschmecken, feingeschnittenen Schnittlauch zufügen.

Fleischwurst und Zwiebel abziehen. Apfel und Tomate vierteln und entkernen. Alles in Streifen schneiden, auch den Spargel. Gleich in die Salatsauce geben und mischen.

Fleischsalat abschmecken. Vor dem Servieren kurz durchmischen und anrichten.

Zum Garnieren Eier schälen und vierteln. Auf dem Salat verteilen und mit Petersilie garnieren.

Kartoffel-Gratin mit Käse

Zutaten:

1 kg Kartoffeln
1/ TL Salz
1 Prise Pfeffer
150g
Sahne.Schmelzkäse
1/4 l Sahne
1/8 l Milch
1 Prise Muskat
1 EL Butter
100g geriebener Gouda
oder Emmentaler
1 EL gehackte Petersilie



Zubereitung:

Kartoffeln schälen, waschen, in dünne Scheiben schneiden, trockentupfen. Auflaufform einfetten, die Scheiben schuppenartig einlegen. Mit Salz und Pfeffer bestreuen.

Streichkäse mit der Gabel zerdrücken, mit Sahne verquirlen. Milch dazugießen. Mit 1 Prise Salz und Muskat würzen. Über die Kartoffelscheiben gießen. Butterflöckchen aufsetzen. Geriebenen Käse überstreuen.

Im Ofen (220°) ca. 60 Minuten garen und überbacken. Die Kartoffel mit Pergamentpapier abdecken, wenn sie braun genug sind. Mit Petersilie bestreuen

Schnitzel mit Ananas

Zutaten:

- 4 Schweineschnitzel
- 1 TL scharfer Senf
- 1/4 TL Pfeffer
- 200g Ananas aus der Dose
- 4 Scheiben Edamer
- 1 Ei
- 1 TL Salz
- Mehl und Semmelbrösel



Zubereitung:

In jedes Schnitzel eine Tasche schneiden, mit Senf und Pfeffer ausreiben.

Gut abgetropfte Ananas und Käse in die Taschen füllen, die Öffnungen mit Holzstäbchen zustecken.

Ei mit Salz und 3 EL Wasser verquirlen. Schnitzel nacheinander in Mehl, Ei und Semmelbrösel wenden. Brösel fest andrücken.

Öl über guter Mittelhitze heiß werden lassen, Schnitzel pro Seite 1 Minute anbraten. Bei etwas gedrosselter Hitze in 10 Minuten goldbraun und knusprig braten, dabei öfter wenden.

Schnitzel anrichten, mit Zitronenscheiben und Petersilie garnieren.

Apfel - Rosinen - Kuchen

Zutaten:

125g Butter oder
Margarine
125g Zucker
1Päckchen
Vanillinzucker
1 Prise Salz
abgeriebene Schale
von einer 1/2 Zitrone
3 Eier
250g Mehl
1/2 Päckchen
Backpulver
1-2 EL Milch
75g Rosinen
2-3 EL Rum
400g Äpfel (z.B.
Elstar)
1 EL Puderzucker



Zubereitung:

Fett schaumig rühren, Zucker, Vanillinzucker, Salz und Zitronenschale unterrühren. Eier nach und nach zufügen. Mehl und Backpulver sieben und esslöffelweise unterrühren. Zum Schluss die Milch zufügen.

Rosinen mit Rum beträufeln und zugedeckt stehen lassen. Äpfel schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Äpfel in feine Stücke schneiden. Rosinen mit Rum und Apfelstückchen unter den Teig rühren. In eine gefettete Kastenform (25 cm Länge) füllen, Oberfläche glattstreichen. Im vorgeheizten Backofen (175°) ca. 70 Minuten backen. Teigoberfläche nach 20 Minuten der Länge nach einschneiden.

Kuchen vor dem Servieren mit Puderzucker bestäuben.

Schweinefleisch - Gemüse - Topf

Zutaten:

400g mageres
Schweinefleisch aus der
Schulter
4 Stangen Sellerie
2 Zwiebeln
3 EL Butter
Salz, Pfeffer, 2 EL
Sojasauce
1/4l Fleischbrühe (Instant)
300g Tiefkühlbohnen
50g halbierte Mandeln



Zubereitung:

Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden. Sellerie waschen, in feine Scheiben schneiden. Zwiebeln schälen und würfeln.

2 EL Butter erhitzen, Fleisch, Sellerie und Zwiebeln nacheinander bräunen. Salz, Pfeffer und Sojasauce zugeben. Mit Fleischbrühe auffüllen. Zudecken und 15 Minuten kochen lassen. Bohnen zugeben. Weitere 10 Minuten kochen.

1 EL Butter schmelzen, die Mandeln darin schwenken, bis sie hellbraun sind. Den Eintopf abschmecken, heiß servieren. Die Mandeln darauf verteilen.

Gyros mit Tsatsiki

Zutaten:

500g Schweine-
oder
Lammfleisch
5 EL Olivenöl
Gyros-
Gewürzsalz
1/2 Salatgurke
1 Knoblauchzehe
200g Dickmilch
100g
Sahnequark
2 EL Zitronensaft
Salz, schwarzer
Pfeffer
1/2
Gemüsezwiebel
1 EL gehackte
Petersilie



Zubereitung:

Fleisch mit einem scharfen Messer in dünne Streifen schneiden. 3 EL Olivenöl und etwas Gyros-Salz verrühren. Über das Fleisch gießen und ca. 3 Stunden ziehen lassen.

Gurke schälen, längs halbieren, entkernen und grob raspeln. Knoblauch schälen und fein hacken. Dickmilch, Quark, 1 EL Olivenöl, Knoblauch, Zitronensaft und Gurkenraspel verrühren. Tsatsiki mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken.

Fleisch abtropfen lassen, Öl dabei auffangen und in einer Pfanne erhitzen. Fleisch in 2 Portionen jeweils ca. 8 Minuten knusprig braun braten und herausnehmen.

Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Im Bratfett anbraten. Fleisch zugeben, erhitzen und mit Gyros-Salz und Pfeffer abschmecken.

Tsatsiki in einer Schale anrichten, Gyros mit Petersilie bestreuen.

| [weitere Rezepte](#) ➔

Haben Sie ein leckeres Rezept ? Schreiben Sie uns eine [E-Mail](#), wir veröffentlichen das Rezept auf dieser Seite.

Diese Seite können Sie ➔ [hier](#) als pdf-Datei(155 Kb) incl. Bilder Downloaden 

