



Das Lieblingsrezepte- Kochbuch



Rindsrouladen, Apfelrotkohl und selbstgemachte Semmelknödel

für 3 Personen

3 Rindsrouladen

3 Scheiben Dörrfleisch oder Bacon-Streifen

5 saure Gurken

2 Zwiebeln, Salz, Pfeffer, Senf und Bratensaftwürfel

Die Rindsrouladen salzen, pfeffern und eine Seite mit Senf bestreichen. Eine Scheibe Dörrfleisch auf die Senfseite legen und dazu eine geteilte saure Gurke. Die Roulade einrollen und mit einem Metallspieß schließen.

Die Rouladen in heißem Fett kurz anbraten, die geschnittenen Zwiebeln dazugeben, dann mit Wasser aufgießen und die Bratensaftwürfel und Senf begeben (je nach Geschmack 1-2 EL, und die restlichen sauren Gurken in Scheiben schneiden und der Soße beifügen und 1 1/2 Stunde kochen. Die Soße mit Gustin eindicken und noch einmal abschmecken.

Apfelrotkohl

Den tiefgefrorenen Apfelrotkohl in einen Topf geben und nach Anweisung dünsten.

Semmelknödel (reicht für 4-5 Personen)

500 g Mehl

300 ml Selterswasser

1 Ei, Salz

1 Pck. Backpulver

2 Semmeln in Würfel schneiden, rösten und mit in den Teig geben (das kann man noch dazugeben, muss aber nicht sein)

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und mit den Knethaken verrühren. Dann auf eine bemehlte Fläche geben und den Teig gut durchkneten. Dann 2 längliche Knödel formen und den Laib mit Mehl glattstreichen. Inzwischen Wasser kochen, Salz dazugeben und dann die Knödel in das kochende Salzwasser legen. Evtl. nach 10 Minuten die Knödel mit einem Kochlöffel vom Topfboden lösen. Die Knödel müssen 1/2 Stunden kochen und zwischendurch mal im Kochwasser gedreht werden.

Dann herausnehmen und mit einem scharfen Messer in 2 cm dicke Scheiben schneiden.

Tipp: Sollten nach dem Essen noch Knödelreste vorhanden sein, kann man diese einfrieren. Dann auftauen und im Kartoffeldämpfer wieder aufwärmen.

Hähnchenschenkel, Kartoffeln

für 2 Personen

2 große Hähnchenschenkel, aufgetaut

300 g Zwiebeln in Zwiebelringe schneiden

Gewürze

2 große Hähnchenschenkel in eine kleine Bratform legen, mit Salz, Pfeffer, Paprika würzen. Dann herausnehmen und in den Gewürzsud im Bräter die Zwiebelringe legen. Mit Wasser auffüllen, bis die Zwiebelringe bedeckt sind. Dann die Hähnchenschenkel darauflegen und ein wenig Öl über die Hähnchenschenkel gießen.

Dann bei 180 Grad Umluft 1 1/4 Stunden im Backofen braten.

Die Hähnchenschenkel auf einem Teller anrichten und die gebratenen, gewürzten Zwiebeln. Von dem Sud etwas über die Salzkartoffeln geben.

Arme Ritter

für 3 Personen

6-8 alte Semmeln

1/2 L Milch

2 Eier

70 g Zucker

Salz, Zimt

Die Zutaten verrühren. Dann werden die Semmeln in fingerdicke Scheiben geschnitten und in diese Flüssigkeit getaucht, dann in Semmelbröseln gewendet und in heißem Fett ausgebacken.

Oder, eine Semmelscheibe mit Pflaumenmus bestreichen und mit einer weiteren abdecken. Dann erst in die Flüssigkeit tauchen und ausbacken.

Schnitzel Hawaii und Kartoffeln mit Kräuterbutter

für 2 Personen

2 Schnitzel

Salz, Pfeffer

Mehl, 1 Ei, Semmelbrösel,

1 Dose Ananasscheiben (in ein Sieb legen, damit die Scheiben etwas abtrocknen)

Sandwichkäse, Kräuterbutter

Die Schnitzel würzen, klopfen und in Mehl, Ei und Semmelbröseln wenden. In heißem Öl ausbacken.

Dann je nach Größe des Schnitzels 1 oder 2 Scheiben Ananas darauf legen, dann wird der Sandwichkäse auf die Ananasscheiben gelegt und ab in den Backofen. Bei 140 Grad kurz backen bis der Käse verläuft.

Die Kartoffeln ganz kochen und erst auf dem Teller in Scheiben schneiden. Die Kräuterbutter dünn aufschneiden und zwischen die Kartoffelscheiben geben.

Warme Spargelröllchen mit Zitronen-Buttersauce, Kartoffeln

2 Gläser Spargelstangen - je nachdem wieviel Spargel in einem Glas ist - (in ein Sieb geben, damit der Spargel etwas abtrocknet)

2 Pck. Kochschinken

Sandwichkäse

Zitronen-Buttersauce von Maggi (nach Anweisung zubereiten)

Butter oder Sanella

In eine Scheibe Kochschinken wird eine oder zwei Spargelstangen gewickelt. Wenn ich 12 Röllchen habe, dann nehme ich ein Backblech, lege Backpapier darauf und setze immer 3 Spargelröllchen zusammen. 2 unten und eins lege ich oben drauf. Nun lege ich eine Sandwichkäsescheibe oben drüber und stelle das Blech in den Backofen bei 140 Grad, bis der Käse zerschmolzen ist und die Spargelröllchen warm sind.

Dann serviere ich das Dreigestirn mit den Kartoffeln und gebe die Zitronenbuttersauce über die Kartoffeln. Dann ist ja noch für jeden ein Dreigestirn auf dem Backblech.

Man sollte vorher überlegen, wie viele Spargelröllchen man gern essen möchte.

Tipp: Sollten Spargelröllchen übrigbleiben, schmecken sie auch noch zum Abendbrot.

Spinat-Lachs-Bandnudeln-Auflauf

für 3 Personen

1 Pck. Lachs (am Vortag im Kühlschrank auftauen)

1 Pck. Blattspinat mit Gorgonzola

1 süße Sahne

1 saure Sahne

1 Zitrone oder flüssigen Zitronensaft

150 g Bandnudeln (6 Min. bißfest vorkochen)

Gouda-Auflaufkäse

Salz, Pfeffer, Knoblauchpulver, Muskat, Fondor

Die bißfesten Bandnudeln in eine Auflaufform geben.

Den Blattspinat in einen Topf geben und kurz aufkochen, 1 Be Schlagsahne, 1 Be saure Sahne dazugeben, Salz, Pfeffer, Knoblauch, Muskat und Fondor abschmecken, kurz 1/4 Std. köcheln und dann über die Bandnudeln geben.

Den Lach mit Zitrone beträufeln, salzen und pfeffern und dann in kleine Stücke schneiden.

Die Lachsstückchen zu den Bandnudeln geben und alles gut durchmengen.

Mit Gouda-Käse bestreuen und 40-50 Min. im Backofen bei 170/180 Grad Umluft garen.

Lachs-Broccoli-Nudel-Auflauf

für 3 Personen

1 Pck. Lachs (am Vortag im Kühlschrank auftauen)

125 g Nudeln

250 g Broccoli-Röschen, tiefgefroren

150 g geriebenen Gouda

125 g Creme fraiche

250 g süße Sahne

125 ml Milch
Pfeffer, Salz
Zitronensaft

Die Nudeln werden erst bißfest vorgekocht und dann in eine Auflaufform gegeben.

Den Lachs mit Zitrone beträufeln, salzen und pfeffern und dann in kleine Stückchen schneiden und zu den Nudeln geben.

Den tiefgefrorenen Broccoli in ein Sieb geben und kurz mit heißem Wasser abspülen und dann zu den Nudeln geben.

Crème fraîche, süße Sahne, Milch in einen Topf geben, salzen, pfeffern, verrühren, aufkochen und dann über die Nudeln geben. Gut durchrühren.

Gouda über die Nudeln verteilen und 40-50 Min. bei 170/180 Grad Umluft im Backofen garen.

Bandnudeln mit Schinken und Erbsen

für 3 Personen

1 Pck. Bacon-Würfel, ausbacken, vom Fett trennen und in die Auflaufform geben

150 g Bandnudeln (vorher bißfest kochen und 10 EL Nudelwasser aufheben) und nur die Nudeln in eine Auflaufform geben

1 Pck. Kochschinken, in Würfel schneiden

2 Zwiebeln, klein schneiden und in

40 g Butter kurz anbraten

1 große Dose Erbsen und Karotten dazugeben

Salz, Pfeffer und Muskat, damit würzen

den geschnittenen Schinken dazugeben.

geriebener Goudakäse

1 Pck. Frischkäse und 10 EL Nudelkochwasser in einem Topf anrühren

1 BE süße Sahne dazugeben und alles verrühren

Nun diese Soße über die Erbsen und Karotten und Zwiebeln und Schinken geben und kurz aufkochen lassen.

Das wird jetzt über die Bandnudeln gegeben und vermengt. Dann kommt noch geriebener Gouda drüber und nun 1/2 Std. in den heißen Backofen bei 160 Grad Umluft.

Zwiebelsuppe mit Käsetoast

für 3 Personen

Zwiebeln (pro Person 250 g Zwiebeln)

Toastbrot

Sandwichkäse

Rinderbrühe von Maggi

Sanella

Mehl

750 g Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden und in
40 g Butter goldbraun rösten

2 gehäufte EL Mehl darüberstreuen und kurz mit anbräunen
1,2 L Wasser auffüllen
und 2 gehäufte EL Rinderbrühe von Maggi einrühren
und 1/4 Std. köcheln

Weißbrote toasten mit 1 Scheibe Sandwichkäse belegen und im Backofen kurz
überbacken bis der Käse geschmolzen ist.
(pro Person 3-4 Scheiben)

Gulaschsuppe und Brötchen

für 4 Personen

500 Rindfleisch oder Schweinefleisch, würzen und anbraten

Gewürze: Salz, Pfeffer, Paprika, Oregano, Kümmel, Ingwer, Piment und Muskat

3 große Zwiebeln, schneiden und dazugeben, kochen und dann mit Wasser auffüllen

2 Soßenwürfel von Maggi

1 mittlere Dose Tomaten gestückelt und
3 Kartoffeln gewürfelt dazugeben
200 g Suppengemüse dazugeben und kochen
mit Knoblauch und Gewürzen nochmals abschmecken
Gustin oder Mondamin anrühren und die Suppe damit eindicken.

Pichelsteiner Eintopf und dazu Brötchen

für 4 Personen

400 g Schweinefleisch in kleine Würfel schneiden oder Gulasch kaufen und die Fleischstückchen noch einmal teilen
2 Zwiebeln, Salz und Pfeffer
Fleisch würzen, Zwiebeln schneiden und zum Fleisch geben und 3/4 Std. in einer Pfanne braten.

In einem weiteren Topf

40 g Sanella
2 EL Mehl, eine Mehlschwitze zubereiten
mit 1 1/2 L Wasser ablöschen und das angebratene Fleisch dazugeben
2 EL Rinderbrühe von Maggi dazugeben
300 g Suppengemüse dazugeben
300 g Kartoffel, schälen und in Scheiben schneiden und dazugeben
300 g eingefrorene grüne Bohnen dazugeben und alles garen.

Linsensuppe mit Frankfurter Würstchen

für 2 Personen

1 Dose Linsen
Zwiebel, Butter, Mehl, Baconwürfel, Suppengemüse
Salz und Maggi
Baconwürfel
2 Paar Frankfurter Würstchen

20 g Butter

und 15 g Mehl eine Mehlschwitze zubereiten

mit 1 1/4 L Wasser ablöschen

400 g Linsen mit dem Einkochwasser dazugeben

300 g Suppengemüse dazugeben

die Baconwürfel erst in einer Pfanne ausbraten, vom Fett trennen und zu der Suppe geben.

Mit Salz und Maggi abschmecken und alles kochen.

Wenn die Suppe fast fertig ist, die Frankfurter Würstchen in heißes Wasser legen und garen.

Rindfleischsuppe, Brötchen

für 4 Personen

500 g Rindfleisch, in Salzwasser 2 Std. kochen, dann in kleine Würfel schneiden

Buchstabennudeln

pro Person 2 Brötchen

Die Fleischwürfel wieder in den Suppentopf geben, Buchstabennudeln dazugeben, soviel Maggi zum Würzen nehmen, bis die Suppe gut danach schmeckt. Dann ein weiteres Mal kochen bis die Nudeln gar sind.

Kartoffelsuppe mit Rindswürstchen

für 4 Personen

40 - 60 g Sanella

1 Zwiebel, darin andünsten

dann Mehl dazugeben und eine Mehlschwitze zubereiten

mit 1 1/4 L Wasser auffüllen

1-2 gestr. EL Suppengewürz dazugeben

700 g Kartoffel schälen und in Scheiben schneiden und in die Suppe geben.

250 g tiefgefrorenes Suppengemüse dazugeben

1/2 Std. kochen

4 Rindswürstchen in heißes Wasser geben und kurz garen

Hessische Speckpfannkuchen

für 3 Personen

3 Eier, 1/4 L Milch, 1 Prise Salz, 1 TL Zucker verrühren und dann
250 g Mehl dazugeben und 3 Minuten rühren (gibt 13 Pfannkuchen)

vorher: 1 mittelgr. Zwiebel schälen und schneiden, 1 große Tomate würfeln, salzen,
pfeffern, etwas Oregano und Basilikum darüber und unterheben. Dann die Tomate
zu den Zwiebeln geben und 2 Min. mitdünsten. Dann etwas abkühlen lassen.

In einer separaten Pfanne 100 g Bacon-Würfel ausbacken und erkalten lassen. Die
Bacon-Würfel und die Zwiebel mit der Tomate unter den vorbereiteten Teig rühren.

Dann in heißem Fett in der Pfanne kleine Pfannkuchen backen.
Dazu schmecken Schinkenröllchen.

Pilzragout mit Rösties

für 2 Personen

125 g Bacon-Würfel ausbacken und vom Fett trennen

1 Gl. Champignons oder frische Champignons

3 große Zwiebeln (ca. 400 g) in Streifen schneiden und in der Pfanne anbräunen,
dann die Champignons und Bacon-Würfel dazugeben.

1 Beutel Rahm-Champignons v. Maggi nach Anweisung einrühren.

1 Beutel Rösties (450 g) bei 180 Grad Umluft im Backofen 1/2 Std. backen.

Zwiebelkuchen

für 3-4 Personen

Pizzateig gekauft, reicht für 1 Backblech oder selbst gemacht

500 g Mehl, 25 g Hefe, 1/4 L Milch, 70 g Sanella, 1 Prise Salz, 2 Eier

750 g Zwiebeln klein schneiden und glasig dünsten

125 g Bacon-Würfel anbraten und vom Fett trennen

3 Eier, 3 saure Sahne 450 g, 1/2 TL Pfeffer, gehäuft, 2 TL Salz, gehäuft, 1 TL Kümmel glattgestrichen

Alles mit dem Rührgerät kurz verrühren und die fertig ausgebratenen Schinkenwürfel und die glasig angebratenen Zwiebeln dazugeben und verrühren und auf dem Teig verteilen.

Bei 170 Grad, Backofen vorgeheizt, ca. 25 Min. backen.

Hot-Dog und böhmischer Blattsalat

für 2 Personen

4 lange, dickere Fleisch-Würstchen

50 g Goudascheiben

4 Brötchen

50 g Bacon-Streifen (Schinkenspeck) kurz in der Pfanne anbraten
oder rohen Schinken nehmen

Tomatenketchup

Den Gouda in schmale Streifen schneiden.

Die Würstchen längs einschneiden mit Käsestreifen füllen und dann mit den vorgebackenen Bacon-Streifen umwickeln.

Die Würstchen unter Wenden im Backofen etwa 8 Min. backen, bis der Käse geschmolzen und der Speck schön knusprig ist.

Die Brötchen aufschneiden und die Würstchen hineinlegen. Nach Geschmack mit Tomatenketchup oder Senf bestreichen.

Böhmischer Blattsalat

1 grünen Salat, zerpflücken und waschen, die Blattrippchen bleiben im Salat

200 g Wasser, 6 g Salz, 60 g Zucker, 60 g Essig, 1 EL Öl zusammenmischen und rühren bis sich der gesamte Zucker aufgelöst hat.

125 g Speckwürfel, ausgelassen und vom Fett getrennt, zum Schluss auf den Salat geben.

Eierfrikadellen, Kartoffelbrei und grüner Salat

für 3-4 Personen

2 Brötchen vom Vortag in Wasser einweichen oder Weckmehl nehmen

3 hart gek. Eier

2 rohe Eier

Zwiebel, Salz, Pfeffer, Paprika oder Steakgewürz

Weckmehl zum Panieren

3 hartgekochte Eier klein schneiden, 2 rohe Eier, 2 eingeweichte Brötchen, Zwiebel, Gewürze zu einem Teig vermengen. Sollte der Teig zu feucht sein, Weckmehl dazugeben.

Kleine Bratlinge formen, in Weckmehl wälzen und wie Frikadellen in Fett oder Öl backen.

Dazu reicht man Kartoffelbrei siehe Seite 28 und grünen Salat.

Den Kartoffelbrei mit gerösteten Zwiebelringen garnieren.

Rühreier, Tomaten, Zwiebeln und Bacon-Streifen, Kartoffeln

2 Pck. Bacon-Streifen knusprig ausbacken und auf einem Teller abkühlen lassen

200 g Zwiebel, schneiden und in Öl rösten

3 Tomaten in Würfel schneiden, salzen, pfeffern und etwas Oregano drangeben und zum Schluss zu den Zwiebeln geben und kurz mitdünsten.

10 Eier, aufschlagen, salzen, pfeffern und in die Pfanne mit dem Bacon-Fett geben und rühren.

Kartoffeln kochen

Auf dem Teller die heißen Kartoffeln garnieren und obendrauf die kalten Bacon-Streifchen legen, das Rührei auf dem Teller portionieren und auch die Zwiebel mit den Tomaten.

Bauchfleisch, Kassler mit Sauerkraut, Salzkartoffeln

für 3 Personen

1 Dose Sauerkraut

600 g Bauchfleisch

4 Scheiben Kassler

Sauerkraut in einen großen Topf geben, Wasser dazu, Bauchfleisch in die Brühe legen und eine 3/4 Stunde kochen, dann die 4 Scheiben Kassler dazugeben und eine weitere 3/4 Std. kochen.

Kartoffeln kochen

Tipp: Sollte Sauerkraut und Fleisch übrigbleiben, dann gibt es in der kommenden Woche noch einmal Szegediner Gulasch oder Hess. Krautsuppe. Man hebt hier alles auf. Die gesamte Sauerkrautbrühe, das Sauerkraut sowie das restliche Fleisch, welches in kleinere Stücke geschnitten wird. Dann kommt alles für zwei Tage in den Kühlschrank oder es wird erst einmal eingefroren.

Szegediner Gulasch und Kartoffeln

für 3-4 Personen

500 g Schweinefleisch, würzen und mit der Zwiebel anbraten

Salz, etwas Kümmel, Paprika

1 gr. Zwiebel

100 g Bacon-Speckwürfel ausbraten, vom Fett trennen und zum Gulasch geben

200 g Sauerkraut mit der Brühe vom Vortag, restl. Fleisch dazugeben
1 saure Sahne zum Schluss unterrühren
Gustin mit Wasser anrühren und damit die Soße binden

Hessische Sauerkrautsuppe

Vom Vortag Sauerkraut und Sauerkrautbrühe und restliches Fleisch aufheben

2 Pack. Bacon-Würfel ausbacken

1 Zwiebel schneiden und kurz dazugeben

alles aus dem Fett nehmen und in einem Suppentopf geben und 2 EL Fett dazugeben,

1 EL Mehl darüberstreuen und verrühren, dann mit Wasser oder Sauerkrautbrühe auffüllen, nun das restliche Sauerkraut (einen Suppenteller voll) dazugeben

400 g Kartoffeln schälen und klein schneiden, dazugeben

den Kassler und das restliche Bauchfleisch vom Vortag kleinschneiden und dazugeben

mit saurer Sahne, Salz, Pfeffer und Maggi würzen

Italienische Hähnchenschenkel und Bratkartoffeln

für 3-4 Personen

4 Hähnchenschenkel

3 Zwiebeln

1 Zehe Knoblauch

Zimt, Ingwer

1 kl. Dose Champignons

1 kl. Dose Ananasstückchen

1 Dose Oregano-Pizzasauce

Hähnchenschenkel salzen, pfeffern, in einen Bräter legen und im Backofen bei 180 Grad Umluft eine 3/4 Stunde backen.

Soße: 1 Zwiebel kurz andünsten und mit etwas Wasser löschen, etwas Zimt und eine Prise Ingwer und eine Dose Oregano-Pizzasauce und den geriebenen Knoblauch dazugeben und ca. 10 Min. köcheln. 1/2 Dose Ananas und zum Schluss noch die Champignons in die Soße geben.

Die Hähnchenschenkel im Bräter lassen und die Soße darüber geben und im Backofen bei 160 Grad 20 Min. überbacken.

Puten-Spargel-Eintopf und Reis

pro Person ein Putenschnitzel, die gewürzten Putenschnitzel in einen Bräter legen und im Backofen 1 Std. vorbacken

1 Tüte Spargelcremesuppe, evtl. auch zwei Tüten

Die Suppe nach Anweisung kochen.

Pro Pers. ca. 1 Be süße Sahne

Die Suppe vom Herd nehmen und die süße Sahne einrühren. Die fertig gebratenen Putenschnitzel im Bräter lassen.

Pro Person ca. 100-150 g Spargelstücke aus dem Glas

Die Spargelstücke mit in den Bräter legen. Die fertig gekochte Suppe darüber gießen und Pizzastreukäse obendrüber geben.

3/4 Stunde bei 180 Grad Umluft im Backofen überbacken.

Maultaschen in Tomatensoße

für 3 Personen

12 Maultaschen in

1 L Fleischbrühe 15 Min. kochen

40 g Speckwürfel/Zwiebel

Öl

250 g passierte Tomaten

2 EL Ketchup

Gustin

100 g Sahne

Salz, 1 TL Oregano

15

1 Pack. geriebener Emmentaler

Speck und Zwiebeln anbraten, Tomaten und Ketchup einrühren, aufkochen, 250 ml Fleischbrühe dazu gießen und aufkochen. Sahne dazugeben, evtl. mit Gustin eindicken, mit Salz, Oregano würzen.

Auflaufform: Maultaschen einlegen und mit der fertigen Soße übergießen und geriebenen Käse bestreuen.

Im Backofen bei 180 Grad Umluft 3/4 Std. backen.

Putenbrust-Brokkoli-Auflauf

für 2-3 Personen

200 g Nudeln

1 B. tiefgefrorener Brokkoli

3 Putenschnitzel

100 g gerieb. Käse

250 ml Hühnerbrühe

1 Be süße Sahne

100 ml Milch

1 Zwiebel

2 EL Mehl

Basilikum, Salz, Pfeffer,

Öl

Nudeln bissfest vorkochen, Brokkoli mit heißem Wasser übergießen und abtropfen lassen

Putenschnitzel würzen und in der Pfanne fertig braten, Zwiebel würfeln, Putenschnitzel aus dem Fett nehmen und die Zwiebel darin dünsten. Mit Mehl bestäuben und kurz anschwitzen, mit Brühe und Sahne ablöschen und 5 Min. köcheln lassen.

Basilikum in die Soße geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Putenschnitzel in Streifen schneiden und in die Auflaufform geben, mit den Nudeln und den Brokkoli vermengen. Soße darüber gießen. Käse darüberstreuen.

Im Backofen bei 180 Grad Umluft 3/4 Std. garen.

Fleischwurstgulasch mit Nudeln

für 3 bis 4 Personen

1 Fleischwurst in kleine Würfel schneiden

3 Zwiebeln, würfeln

3 Bratensaftwürfel

4 EL Ketchup

Gustin

Öl

Öl in die Pfanne und die Fleischwurstwürfel und Zwiebeln kurz darin anbraten.

Mit ca. 1 L Wasser auffüllen, 3 Bratensaftwürfel dazugeben, aufkochen und mit 4 EL Ketchup abschmecken. Gustin anrühren und die Soße eindicken.

Russisches Gulasch mit Nudeln

für 3 Personen

500 g Rindergulasch, braten bis es weich ist

100 g Bacon-Würfel, anbraten und aus dem Fett nehmen

4 saure Gurken in Scheiben schneiden

2 EL Rotwein

1 Dose Tomatenmark

1 EL Sahne oder Dosenmilch

Pfeffer, Salz, Paprika

Öl in die Pfanne geben, das Rindfleisch dazugeben, würzen und kross anbraten, dann mit Wasser auffüllen 3 Bratensaftwürfel hinzugeben und kochen lassen. Aber immer wieder Wasser aufgießen. Nach 1 1/2 Std. die Bacon-Würfel, sauren Gurken in Scheiben geschnitten, Rotwein, Tomatenmark, Sahne dazugeben und abschmecken. Evtl. noch einen Bratensaftwürfel hinzugeben.

Blätterteig mit Hackfleischfüllung, grünen Salat

für 3 Personen

1 Pck. eingefr. Blätterteig 450 g sind 6 Blätterteigteile

300 g Schweinehackfleisch, würzen und mit

1 Zwiebel in der Pfanne braten

2 Tomaten

zum Schluss gewürfelte Tomatenstückchen kurz mit braten und dann das ganze etwas abkühlen lassen.

Den aufgetauten Blätterteig damit füllen, die Blätterteigtaschen zuklappen, mit einer Gabel ringsherum zudrücken und mit einem geschlagenen Ei einpinseln und dann

20 Min. im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Umluft backen.

Dazu evtl. eine Würzsoße zum Dippen.

Curry-Koteletts und Pommes

für 3 Personen

4 Koteletts

2-3 Äpfel

2-3 Zwiebeln

1 Pck. Sandwichkäse

100 g Butter

Salz, Pfeffer, Curry

Koteletts würzen und in Öl braten, dann in eine Auflaufform geben und Sandwichkäsescheiben darüberlegen, Zwiebel und Äpfel schälen, in Scheiben schneiden, kurz in Butter anbraten und neben die Koteletts legen.

Die Auflaufform in den Backofen schieben und die Koteletts überbacken bis der Käse geschmolzen ist.

Koteletts mit Ananas, Kartoffeln

für 3-4 Personen

4 Koteletts mit Salz, Pfeffer und Curry würzen

1 Gläschen Weinbrand, damit die die Koteletts beträufeln

1 Dose Ananasscheiben, jedes Kotelett mit einer Ananasscheibe belegen und auf eine Alufolie legen, diese verschließen und die Koteletts 1 Std. im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Umluft braten.

Paprika-Rahm-Schnitzel, Kartoffeln

für 3 Personen

3 Schnitzel, mit Salz und Pfeffer würzen

1/2 Std. i. d. Pfanne backen

3 Zwiebeln, geschnitten dazugeben und mit anbraten

mit 50 ml Wasser ablöschen und

1 kleines Glas Champignons und

1 rote Paprika geschnitten dazugeben.

250 ml süße Sahne in eine Schüssel geben

1 Beutel Paprika-Rahm Schnitzel v. Knorr in die Sahne einrühren und zu den Schnitzeln geben, das Ganze kurz aufkochen lassen und dann im Backofen bei 170 Grad eine 1/2 Std. backen.

Geschnetzeltes in Zigeunersoße, Spätzle

für 3 Personen

500 g Schweinegeschnetzeltes, salzen, pfeffern und mit

2 Zwiebeln in Öl anbraten

300 ml Wasser dazugeben und fertig garen.

Evtl. noch mit etwas Wasser auffüllen.

"Bunte Schnitzelpfanne v. Maggi" einrühren

2 Paprika geschnitten dazugeben und

100 ml süße Sahne

Das wird alles bei geringer Wärme noch eine 1/4 Std. gekocht.

Dazu frische Spätzle oder Spätzle aus der Tüte.

Geschnetzeltes süßsauer, Reis

für 3 Personen

500 g Schweingeschnetzeltes, salzen, pfeffern mit

4 mittelgroßen Zwiebeln, geschnitten, alles anbraten

mit etwas Wasser auffüllen

1 Würfel Bratensaft = 2 Stück, dazugeben und aufkochen lassen

1 Glas Uncle Bens süß sauer mit Ananas dazugeben und kurz aufkochen lassen.

Dönergeschnetzeltes mit Fladenbrot und Weißkrautsalat

für 3 Personen

600-700 g Schweinegeschnetzeltes, salzen, pfeffern und mit

2 Zwiebeln, geschnitten alles in Öl in der Pfanne anbraten

immer mit etwas Wasser ablöschen.

Sahnesoße

1 Be saure Sahne

2 Be Joghurt

1 TL Salz, 1/2 TL Pfeffer

1 geh. EL Mayonnaise

1 TL Zitronensaft

1 kleine, halbe Zehe Knoblauch pressen

alles verrühren und kaltstellen.

1 Becher fertiges Weißkraut kaufen, in eine Schüssel geben und auf den Tisch stellen

6-7 Stück Kebab-Taschen im Toaster rösten, etwas abkühlen lassen und dann alles auf den Mittagstisch stellen sowie das Geschnietzelte und die Sahnesoße.

Bei Tisch kann sich jeder seinen Döner selbst gestalten.

Oben einschneiden und Weißkraut einfüllen, das Geschnietzelte obendrauf geben und zuletzt 1 oder 2 EL Sahnesoße.

Das kann sich jeder bei Tisch selbst herrichten.

Schweinsrouladen, Kartoffeln und Gemüse oder Feldsalat

für 3 Personen

3 dünne Schweinsrouladen beim Metzger schneiden lassen

salzen, pfeffern und alle 3 Rouladen mit je

1 Scheibe gek. Schinken und

1 Scheibe Sandwichkäse belegen

die Seiten der Rouladen einklappen, einrollen und mit einem Rouladennadel feststecken. Kurz mit einer geschnittenen Zwiebel in Öl in einer Pfanne anbraten.

Wasser auffüllen und 1 Std. köcheln.

Die "Pfeffersoße von Maggi" einrühren, aufkochen, fertig.

Panierte Wurstscheiben, Kartoffelbrei, Gemüse oder Endiviensalat

für 3 Personen

3 dicke Scheiben Bierschinken

in Mehl wälzen, in Ei und dann in Weckmehl wenden

Öl in eine Pfanne und die Wurstscheiben darin kurz goldgelb backen.

Kartoffelbrei siehe Seite 28

Österreichischer Endiviensalat

1 Zwiebel, 4 EL Öl, 3 EL Essig, Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker mischen und über den Salat geben.

Lachs, Kartoffeln und Bohnengemüse

für 3 Personen

2 Pck. Norweg. Lachs

den noch eingefrorenen Lachs salzen, pfeffern und mit ein wenig Zitronensaft beträufeln,

1 EL Öl auf ein Stück Alufolie geben, den Lachs darauflegen und die Alufolie schließen, die Folie nicht eng um den Fisch legen, so dass genügend Platz zum Garen ist.

Dann in den heißen Backofen stellen und bei 180 Grad Umluft eine 1/2 Std. garen.

Bohnengemüse

100 g Baconwürfel ausbacken und vom Fett trennen

1 große Zwiebel schälen, schneiden und in der Pfanne anbraten

500 tiefgefr. Brechbohnen

in ein Sieb geben und warm abspülen, abtropfen lassen

Den ausgelassenen Speck und die Zwiebel dünsten mit 200 ml Wasser ablöschen und die Bohnen dazugeben.

Salz, Pfeffer, Gemüsebrühe von Knorr dazugeben, ab und zu rühren bis die Bohnen gar sind. Dann den Sud mit etwas Gustin (mit Wasser anrühren) eindicken und kurz aufkochen lassen.

Spargelsuppe, Rindwurst

für 2 Personen

1 Gl. Spargelstücke, das Glas öffnen und das Spargelwasser in ein Gefäß gießen

40 g Butter, erhitzen und

2 EL Mehl darüberstreuen und kurz aufkochen, Spargelwasser dazugeben und Wasser, so dass es insgesamt 1 L Flüssigkeit ergibt.

1 Eigelb

2 EL Dosenmilch verrühren, Suppe damit legieren. Mit

Salz und Pfeffer und eine Prise Zucker würzen, Spargelabschnitte zur Suppe geben und Suppe noch einen Moment ziehen lassen, nicht mehr kochen.

1 EL Petersilie darüberstreuen

Rindswurst in heißes Wasser geben und garen.

Gebackener Blumenkohl, Kartoffelbrei

für 3 Personen

1 Beutel tiefgefrorener Blumenkohl

1-2 Eier

Weckmehl

Öl

Den tiefgefrorenen Blumenkohl in Salzwasser kurz kochen, so dass er noch bissfest ist. Dann in ein Sieb schütten und abkühlen lassen.

Die einzelnen Röschen nacheinander

erst in ein geschlagenes Ei geben und dann in Weckmehl wälzen.

Jetzt werden die panierten Röschen in Fett oder Öl goldgelb gebacken.

Kartoffelbrei siehe Seite 28

Griechischer Salat

für 3 Personen

1/2 Eisbergsalat in feine Streifen schneiden

1 gelbe und rote Paprika klein schneiden

1 Pck. Fetakäse in Würfel schneiden

6 Radieschen in Scheiben schneiden

6 Cherry-Tomaten in Scheiben schneiden, alles zusammen in eine große Schüssel geben

Salat-Marinade

3 EL Balsamico-Bianco (mild) Essig

2 Zwiebeln, schneiden

100 ml Apfelsaft

2 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer

dann die Marinade zusammenrühren und zum Salat geben und mischen, zwei gekochte Eier zum Dekorieren

Man kann auch dazu noch gebackene Bacon-Streifen essen und Baguette.

Omas Kartoffelsalat und heiße Fleischwurst

für 3-4 Personen, pro Person ca. 150-200 g Kartoffeln

450-600 g kleine Kartoffeln kochen

kurz abkühlen lassen, schälen und in Scheiben schneiden

Salz, Pfeffer und 1 TL Essig über die Kartoffelscheiben geben.

Etwas Öl, eine gehackte Zwiebel in eine Pfanne geben und

Bacon-Würfel erst in einer Pfanne ausbacken und vom Fett trennen.

Dann die Zwiebel in einer Pfanne glasig backen und dann die Bacon-Würfel dazugeben.

Dann 140 ml Wasser dazugeben und kurz aufkochen und umrühren.

Einen gehäuften TL Gustin in einer Tasse mit etwas Wasser anrühren und in die Pfanne geben und kurz aufkochen lassen und dann den gesamten Pfanneninhalt über die Kartoffelscheiben geben und alles gut vermengen.

Fleischwurstsalat zu Brot

1 Pck. Fleischwurststreifen kaufen oder eine Fleischwurst in Würfel schneiden

2 Zwiebeln und 4 saure Gurken klein schneiden

Salz, Pfeffer, etwas Essig

1 Be saure Sahne/ 1 Be Joghurt

4 geh. EL Mayonnaise

o d e r

Wurstsalat mit Käse

1 Pck. Wurststreifen
300 g Gouda, in Streifen schneiden
4 saure Gurken in Scheiben schneiden
2 Zwiebeln klein schneiden
1 TL Senf
Salz, Pfeffer, Essig Öl

Hawaii-Toast, grünen Salat

für 2-3 Personen
Toastbrot
1 grünen Salat
1 Dose Ananas
Scheiblettenkäse
1-2 Pck. gekochten Schinken
Cocktailkirschen

pro Person 2-3 Toasts
Toastbrot im Toaster bräunen
Butter darauf verstreichen
1 Scheibe gekochten Schinken darauflegen
1 Blatt Salat dazugeben
1 Scheibe Ananas obendrauf
1 Scheibe Käse obendrauf und zuletzt
1 Cocktailkirsche

Alle Toasts auf ein Backblech legen und dann für 2 Minuten bei 180 Grad Umluft in den Backofen bis der Käse zerläuft. Zum restlichen Salat eine Soße zubereiten.

Biskuitwaffeln mit süßer Sahne und roter Grütze

für 2-3 Personen (gibt 10 Waffeln)

4 Eier

65 g Margarine

125 g Zucker

4 EL warmes Wasser

1 Pck. Vanillezucker

4 Tropfen Backöl Zitrone

Alle Zutaten schaumig rühren.

Dann

100 g Mehl

100 g Gustin

3 gestr. TL Backpulver (ca. 9 g)

dazugeben und 3 Minuten rühren.

Waffeleisen aufheizen, fetten und eine kleine Schöpfkelle Teig auf dem Waffeleisen verteilen... backen usw.

Süße Sahne schlagen und einen EL auf der Waffel verteilen.

Rote Grütze auch auf der Waffel verteilen und evtl. mit einer weiteren Waffel zudecken.

Apfelpfannkuchen mit Zimt und Zucker

für 3 Personen

4 Eier

1/4 L Milch

1 EL Zucker, 1 Prise Salz

270 g Mehl

Alle Zutaten zusammen in eine Schüssel geben und rühren.

Dann (keine mehligten Äpfel nehmen)

5 Äpfel Pink Lady schälen und in kleine Würfel schneiden und zum angerührten Teig geben.

Den Teig mit einer Kelle in's heiße Öl oder Fett geben und von jeder Seite goldgelb backen.

Vor dem Verzehr mit Zucker und Zimt gemischt bestreuen oder Vanillesoße dazu reichen.

Sandwiches mit grünen Salat

1 großes amerikanisches Toastbrot

100 g Salami

100 g Kochschinken

1 Pck. Sandwichkäse

2 Tomaten

saure Gurken

Die Toastbrotsscheiben mit Salami od. Kochschinken belegen.

1 Scheibe Käse

1 Tomatenscheibe

und oder saure Gurkenscheiben

Das Ganze mit einer weiteren Scheibe Toastbrot belegen und in den Sandwich-Toaster geben. Den Sandwichtoaster zudrücken und wenn die Lampe erlischt, sind die Sandwiches fertig.

Pro Person 3-4 Sandwiches

Omas Leibgericht

für 3 Personen

700 g Rindfleisch in Suppenwürze kochen

dann herausnehmen und in dicke Scheiben schneiden und mit

Meerrettichsoße anrichten

Meerrettichsoße

Eine helle Soße herstellen, 1 EL Meerrettich dazugeben mit Salz und Zucker würzen und süßer Sahne abschmecken.

o d e r

Das Fleisch würzen in der Pfanne anbraten, mit Wasser ablöschen, Zwiebeln und Bratensaft dazugeben und 1 1/2 Stunden kochen. Dazu eine dunkle Soße zubereiten und mit Meerrettich würzen.

Gebackener Leberkäse und Nudelsalat

Nudelsalat

300 g Nudeln kochen, mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen

300 g eingefr. Erbsen und Karotten oder aus der Dose dazugeben

2 Be saure Sahne dazugeben

2 geh. EL Mayonnaise dazugeben

Salz, Pfeffer, Essig, Öl würzen

3 dicke Scheiben Leberkäse in der Pfanne kurz braten

Indisches Schweinegulasch und Reis

für 3 Personen

500 g Schweinegulasch

3 gewürfelte Zwiebeln

1 TL Paprika, 1/2 TL Curry, Salz, Pfeffer damit das Gulasch würzen und dann alles in Öl oder Fett braten.

Nach einer 3/4 Stunde

1 Banane

1 Apfel

5 Scheiben Ananas alles klein geschnitten

1 Dose Tomatenmark zugeben

und weitere 10 Min. dünsten.

zum Schluss 1 Be süße Sahne zugeben und 10 Min. köcheln.

Gefüllte Paprika mit Tomatensoße, Reis

3-4 gelbe oder rote Paprika (schmecken besser als die grünen)
die Paprika waschen, Deckel abschneiden und die Paprika aushöhlen

Reis nach Anweisung kochen

500 g Hackfleisch würzen wie Hackbraten
dann werden die Paprikaschoten damit gefüllt und die abgeschnittenen
Paprikadeckel daraufgesetzt.

Dann wird eine Tomatensoße hergestellt (ohne Bindemittel) und die gefüllten Paprika
werden in diese Soße gestellt - sie sollten bis zur Hälfte in der Soße stehen und 45-
60 Min. auf der Herdplatte kochen.

Anschließend die Paprika herausnehmen und die Tomatensoße mit dem angerührten
Gustin binden.

Tomatensoße

1 Dose Tomatenmark

1/2 Tasse Olivenöl

2 Zwiebeln

Knoblauchgewürz, Basilikum, Thymian, Salz, Pfeffer

Gewürzbrühe

Olivenöl mit den Zwiebeln in einen Topf geben und kurz anbraten. Wasser, Gemüse-
oder Rinderbrühe dazugeben, Tomatenmark und Gewürze.

Das Gustin zum Andicken der Soße erst dazugeben, wenn die gefüllten Paprika
fertiggekocht sind und wieder herausgenommen werden können. Dann 1 geh. TL
Gustin mit Wasser anrühren und die Soße eindicken.

Panierter Rotbarsch oder Kabeljau, Spinat und Kartoffeln

für 3 Personen

3 Scheiben Fisch, würzen, in Mehl, Ei und Weckmehl wenden und dann in der Pfanne in Öl backen.

Tiefgefrorenen Spinat nach Anweisung kochen.

Salzkartoffeln zubereiten.

Kartoffelpuffer und Apfelbrei

1 Beutel Kartoffelpuffer tiefgefroren
nach Anweisung im Backofen zubereiten und
1 Glas Apfelbrei reicht für 3-4 Personen.
1-2 EL Apfelbrei auf einen Kartoffelpuffer geben.

Fischstäbchen, Kartoffelbrei und Gemüse oder mit Gurkensalat

für 3 Personen

1 Pck. Fischstäbchen (15 Stück) auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und im Backofen 1/2 Std. bei 180 Grad Umluft backen.

Kartoffelbrei zubereiten, Kartoffel kochen, stampfen, Milch dazugeben und dann pürieren, mit Salz abschmecken.

Gurkensalat auf böhmische Art

2 Gurken, schälen und mit der Hobel-Raspel in Scheiben reiben
salzen und pfeffern, 1 TL Kümmel dazu, stehen lassen und später das Gurkenwasser wegschütten.

1 Be saure Sahne, 2 EL Essig, 1 EL Öl, 2 TL Schnittlauch, eine kleingehackte Zwiebel verrühren, nochmal mit Salz und Pfeffer abschmecken und anschließend über die Gurken geben.

Gerichte	Seite
Apfelpfannkuchen	26
Arme Ritter	3
Bandnudeln mit Schinken und Erbsen	6
Bandnudeln-Auflauf Lachs-Broccoli	5
Bandnudeln-Auflauf Spinat-Lachs	5
Biskuitwaffeln	26
Blätterteig mit Hackfleischfüllung	18
Böhmischer Blattsalat	12
Dönergeschnetzeltes mit Fladenbrot	20
Eierfrikadellen	12
Fischstäbchen	30
Fleischwurstgulasch	17
Fleischwurstsalat	24
Gebackener Blumenkohl	23
Gebackener Leberkäse	28
Gefüllte Paprika	29
Gekochtes Rindfleisch nach Omas-Rezept	27
Geschnetzeltes in Zigeunersoße	19
Geschnetzeltes süßsauer	20
Goldbarsch, paniert	30
Griechischer Salat	23
Gulaschsuppe	7
Hähnchenschenkel	3
Hähnchenschenkel, ital.	14
Hawaii-Toast	25
Hessischer Speckpfannkuchen	10
Hot Dog	11
Indisches Schweinegulasch	28
Kartoffelpuffer mit Apfelbrei	30
Kartoffelsalat nach Omas Rezept	24
Kartoffelsuppe	9
Koteletts mit Ananas	19
Koteletts, Curry-	18
Lachs	22
Linsensuppe	8

Maultaschen	15
Panierte Wurstscheiben	21
Paprika-Rahm-Schnitzel	19
Pichelsteiner Eintopf	8
Pilzragout	10
Putenbrust-Brokkoli-Auflauf	16
Puter-Spargel-Eintopf	15
Rindfleischsuppe	9
Rindsrouladen	2
Rühreier	12
Russisches Gulasch	17
Sandwiches	27
Sauerkraut mit Bauchfleisch	13
Sauerkrautsuppe Hess.	14
Schnitzel Hawaii	4
Schweinsrouladen	21
Spargelröllchen	4
Spargelsuppe	22
Szegediner Gulasch	13
Wurstsalat mit Käse	25
Zwiebelkuchen	11
Zwiebelsuppe	7