

# Herzhafte Kartoffel-Muffins mit Mozzarella, Parmesan und Speck auf Winter-Salat



Bei uns startet das kulinarische Jahr mit etwas Herzhaftem. Meine un-süße Phase scheint anzudauern, denn wenn ich mal etwas Süßes nasche, dann ist es wirklich sehr wenig. Aber Herzhaftes steht weiterhin hoch im Kurs und da ich unbedingt ein Rezept aus meiner neuen Kochbuchliebe „[Gefühle, für die es Rezepte gibt](#)“ ausprobieren wollte, kam die Idee für „Pikanten Kartoffelkuchen“ genau richtig.

Natürlich habe ich das Rezept wieder abgewandelt. Da

Naschkater es ja nie erwarten kann, seine „Qualitätskontrolle“ zu machen, kam mir die Idee, Muffins statt eines großen Kuchens zu backen – dann kann man gleich probieren und hat trotzdem noch Foto-Modelle übrig.

Statt Kochschinken in die Kartoffelmasse zu geben, nahm ich Frühstücksspeck und legte damit die Muffinmulden aus. Das ergab eine herrlich salzig-würzige Hülle für die Kartoffel-Käse-Masse. Und da ich dann zu spät merkte, dass zu wenig Eier da sind, habe ich die Mengen auch etwas variiert, aber das klappte genauso gut.



Meine Masse ergab 15 Muffins, ich habe also noch Kartoffelmix in 3 Silikonförmchen gefüllt und separat gebacken. Die gefettete Form sollte man laut Rezept mit Bröseln ausstreuen und das macht tatsächlich Sinn, mir ist die Masse am Boden nämlich ein wenig festgebacken.

Natürlich könnt ihr auch mehr Speck nehmen und den Boden der Mulden auch noch mit einem Stück davon auslegen.

### **Für 15 Stück:**

900 g mehligkochende Kartoffeln  
1 Kugel Mozzarella  
50 g Parmesan  
 $\frac{1}{2}$  Bund glatte Petersilie  
2–3 Eier  
Chilipulver (nach Belieben und Geschmack)  
Butter zum Einfetten  
Semmelbrösel zum Ausstreuen  
2 Packungen Frühstücksspeck  
Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

### **Salat für 2 Personen:**

einige große Blätter Zuckerhut  
 $\frac{1}{2}$  kleiner Radicchio  
1 Apfel  
2 Champignons  
Condimento bianco  
Apfelessig  
Olivenöl  
1 Stück Meerrettichstange, geschält  
Salatkräuter  
Kräutersalz, schwarzer Pfeffer

Die Kartoffeln schälen und je nach Größe halbieren oder dritteln. In einem großen Topf mit Wasser gar kochen, abgießen und abdampfen lassen.

In der Zwischenzeit den Mozzarella in kleine Stücke zupfen, den Parmesan fein reiben und die Petersilie fein hacken und alles bereit stellen.

Die Form einfetten und austreuen. Den Ofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kartoffeln mit einem Stampfer grob zerdrücken und mit den beiden Käsesorten und der Petersilie vermischen. Die Masse nach Geschmack mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken und dann die Eier untermischen.

Den Speck sanft in die Länge ziehen, damit er die gesamte Mulde auskleiden kann. Dann die Seiten der Formen (und nach Belieben den Boden) damit auslegen. Die Kartoffel-Käse-Masse hineinfüllen. Die Muffins auf mittlerer Schiene 35 Minuten backen.

Für den Salat alles waschen, trocknen und die Blätter in feine Streifen schneiden. Die Pilze in feine Scheiben und den Apfel in kleine Stücke beliebiger Form schneiden.

Alles in eine Schüssel geben und mit Essig, Öl und Gewürzen nach Geschmack anmachen. Zum Schluss etwas frischen Meerrettich darüber reiben.



Meerrettich über dem Salat mag ich zurzeit super gerne, das gibt einen tollen Extra-Kick und ist außerdem total gesund, vor allem in der Erkältungszeit. Wer bei seiner Schärfe empfindlich ist, sollte sich mit der Menge vorsichtig herantasten.

Ich wünsche euch ein frohes, gesundes und vor allem genussvolles Jahr!

Macht es euch schön und lasst es euch gut gehen!

Eure Judith

---

**Herzhaft belegtes Brot mit  
Pilzen, Ei & Speck**



Heute habe ich nach dem Joggen mal wieder beim Fairteiler vorbeigeschaut und ein schönes Baguette darin gefunden. Da ich selten Eier oder Speck da habe, beides aber gerade im Kühlschrank liegt, war es Zeit, die herzhafteste Bratstulle, die ich letztes Jahr während unseres Urlaubs in Brandenburg an der Havel drei Mal gefrühstückt hatte, neu zu interpretieren.

Die Bratstulle gab es in einem Café bei unserem Hotel um die Ecke und bestand aus einer dicken Scheibe gerösteten Brots, gebratener Paprika, frischem Rucola, Spiegelei, Speck, Parmesanspänen und Kernen. Das Ganze war so herzhaft und köstlich, dass ich es unbedingt mal kopieren wollte.

Heute gab es eine andere Version mit saisonaleren Zutaten, die ich außerdem gerade da hatte. Grundsätzlich finde ich, sollte man dem belegten Brot ruhig etwas mehr Aufmerksamkeit gönnen – vor allem in der deutschen Brotnation! Man kann da so kreativ sein – und das Auge isst ja auch mit!

Also macht doch mal ein besonderes Brot zum Frühstück oder Abendessen. Belegt es möglichst bunt mit frischen Zutaten

(eventuell einmal in der Pfanne geschwenkt, damit sie nicht mehr roh sind). Packt drauf, was euch schmeckt oder was gerade da ist und dekoriert alles mit ein paar Kernen, Kresse, Sprossen, Wildkräutern,...



**Für 1 herzhaftes Brot:**

1 großes Stück Baguette (oder eine Scheibe Bauernbrot)

Etwas Butter oder Margarine

Etwas Harissapaste

3 Champignons

3 Scheiben Speck

1 Ei

Etwas Zucchini oder Gurke, spiralisiert

Pecorino oder Parmesan, gehobelt

Salz, Pfeffer

Kresse

Das Baguette aufschneiden (pro Portion braucht man nur Unter- oder Oberseite) und auf dem Toaster oder in der Pfanne rösten und abkühlen lassen. Dann mit ein wenig Butter oder Margarine und einigen Tropfen Harissapaste bestreichen.

Den Speck in einer beschichteten Pfanne knusprig braten, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Falls viel Fett in der Pfanne ist, etwas abgießen und dann die Pilze hineingeben und kurz anbraten. Ebenfalls herausnehmen und auf einem großen Teller parken, die Zucchini spiralen kurz in der Pfanne schwenken, damit sie nicht mehr ganz roh sind, ebenfalls auf den Teller geben und das Spiegelei braten (nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen).

Die Zucchini auf dem Brot verteilen (alternativ ist auch Rucola super!) und dann die Pilze und den Speck darüber verteilen. Das Ei und die Speckstreifen daraufsetzen. Einige Pecorinhobel daraufstreuen und das Brot mit Kresse garnieren.

Ich hoffe, ihr habt jetzt auch Lust, euch ein buntes, herzhaftes Brot zu „basteln“ und würde mich freuen, wenn ihr Bilder davon macht! Ihr könnt mich gerne bei [instagram](#) verlinken ([naschkatze.s\\_kuechenglueck](#)) oder auch bei [facebook](#). Über Mails oder Kommentare freue ich mich natürlich ebenfalls.

Ich wünsche euch einen entspannten und genussvollen Sonntag!

Eure Judith

---

# Zwiebelkuchen mit Apfel



Seit einigen Wochen ist er da, der neue Wein. Seine Namen sind ja je nach Region sehr unterschiedlich, aber ich glaube meistens wird er zusammen mit Zwiebelkuchen genossen.

Auch von Zwiebelkuchen gibt es so viele Rezepte wie Bäcker und sicher haben viele ihre Familienrezepte.

Im Herbst essen wir in meiner Familie alle gerne Zwiebelkuchen und trinken Federweißen (wie er bei uns in der Pfalz heißt) dazu. Aber ein klassisches Rezept zum Selbermachen haben wir dafür nicht. Überhaupt erinnere ich mich nur an ein einziges Mal, als Ma und ich einen Zwiebelkuchen zusammen gebacken haben. Backen war einfach nicht ihr Ding. Als ich älter wurde, war immer ich für „alles mit Teig“ zuständig.

Dieses Rezept stammt schon wieder aus einem von Omas alten

Backbüchern. Der Titel lautet witzigerweise „Das neue Kochbuch“ und hinten ist ein Logo mit „Rewe“ zu sehen. Vielleicht ist es der Vorläufer der heutigen Supermarktkette? Ich habe keine Ahnung. Fest steht, dass das Zwiebelkuchenrezept absolut empfehlenswert ist!



Natürlich habe ich es wieder ein bisschen abgewandelt und sehr präzise war das Rezept manchmal auch nicht. „8 große Zwiebeln“ fand ich mäßig hilfreich und „den Kuchen bei guter Hitze

backen“ ebenfalls. Hier habe ich – zum Glück mit Erfolg – ausprobiert bzw. geschätzt. Für den Teig habe ich Margarine statt Schweineschmalz genommen. In der Füllung ist noch ein Klecks Crème fraîche gelandet statt nur Saure Sahne, außerdem eine Prise Kurkuma für die schöne gelbe Farbe – und zwei säuerliche Äpfel eigener Ernte. Das gibt dem recht süßen Zwiebelkuchen einen kleinen Kick und etwas Frische. Wer es klassisch mag, lässt Kurkuma und Apfel weg.

**Für eine Form mit 28 cm Durchmesser:**

70 g Margarine (oder Schweineschmalz)  
250 g Dinkelmehl Type 63  
1 gestr. TL Salz  
Ca. 1/8 l Wasser  
½ Päckchen Backpulver  
1 kg Gemüsezwiebeln  
2 Schuss/Esslöffel Öl/Schmalz/Margarine/Butter  
60 g Speck, fein gewürfelt  
1–2 säuerliche Äpfel  
200 g Saure Sahne  
50 g Crème fraîche  
30 g Speisestärke  
2 Eier  
2 TL Kümmelsamen  
1 gestr. TL Salz  
½ TL Kurkuma  
Pfeffer nach Belieben

Für die Füllung die Zwiebeln schälen und je nach Größe in halbe oder viertel Ringe schneiden. Mit etwas Öl oder Fett in einer großen Pfanne andünsten, bis die Zwiebeln nicht mehr roh sind. Alles etwas abkühlen lassen.

Den Apfel waschen, entkernen und in kleine Stücke oder Stifte schneiden. Die Stärke mit der Sauren Sahne und der Crème fraîche glatt rühren, die Eier und die Gewürze unterrühren.

Für den Teig das Fett schaumig rühren, dann die anderen Zutaten nach und nach dazu geben und zu einem glatten Teig

kneten. Eventuell braucht man nicht das ganze Wasser.

Den Teig zu einem Kreis ausrollen und eine gefettete Kuchen- oder Springform damit auslegen, einen Rand hochziehen.

Den Ofen auf 175 °C vorheizen.

Die Eiermischung mit den Zwiebeln und dem Apfel vermischen und alles auf dem Teig verteilen. Die Speckwürfel darüber streuen und alles glatt streichen.

Den Zwiebelkuchen 30–45 Minuten backen, bis die Oberfläche leicht goldbraun ist. Abkühlen lassen und dann aus der Form lösen.



Zurzeit strahlt der Himmel ja noch in schönstem Blau und man kann wunderbar draußen sitzen und die Sonne genießen. So lasse ich mir Herbst gefallen!

Also, nutzt dieses wunderbare Wetter und genießt ein Stück Zwiebelkuchen mit neuem Wein auf der Terrasse oder bei einem Picknick in der Sonne!

Eure Judith

---

## Goldene Bratkartoffeln mit Birnen-Lauch-Gemüse und Speck



Kennt ihr das, wenn ihr abends spazieren geht und dabei ein wenig in die Leben anderer Leute eintaucht? Ich liebe es, durch langsam dunkler werdende Straßen zu schlendern und schöne Gärten zu bewundern. Dabei stelle ich mir vor, wie die Leute sie am Tag wohl nutzen, freue mich über schöne Blumen und beneide die Besitzer ein wenig um Gemüsebeete oder Obstbäume, mit denen sie sich so wunderbar selbst mit frischen Genüssen versorgen können.

Wenn es dunkler wird, kann man so gut durch die Fenster in die erleuchteten Wohnungen schauen. Wie sind die Leute eingerichtet? Hier hängt eine tolle Lampe an der Decke. Da

wird viel gelesen, die Wände sind voller Bücherregale. Aus dem nächsten Haus erklingt Musik. Und von dort drüben riecht es ganz wunderbar herzhafte – ein schönes Abendessen wird gekocht. Bratkartoffeln und irgendetwas Gemüsige... Mhmm. Oft fühle ich mich bei solchen Spaziergängen nicht nur zu Einrichtung und Farbgebung der Wohnung inspiriert, sondern auch zu Gerichten, die ich meine erschnuppert zu haben und die ich lange nicht mehr gemacht habe.

So ging es mir mit diesen Bratkartoffeln. Eine einfache und geniale Resteverwertung, wenn mal etwas übrig bleibt. Und sie passen toll zu ebenso einfachen Gemüsegerichten oder auch nur einem würzigen Kräuterquark.

Ich verwende ja selten Speck oder überhaupt Fleisch in meiner Küche. Aber für dieses Gericht hatte ich mal wieder Lust auf mageren Speck, denn er gibt ja eine tolle Würze.

Nun ist ja auch wieder Birnenzeit und somit passt dieses unkomplizierte Gericht wunderbar zu schon etwas kühleren Abenden, an denen man den Herbst nahen fühlt.

## **2 Portionen:**

1 Stange Lauch

1 kleines Päckchen mageren Speck, fein gewürfelt

1-2 Birnen

50 ml Gemüsebrühe

Pfeffer, (Salz)

Etwas geriebenen Parmesan

Kalte Pellkartoffeln

Butterschmalz oder neutrales Bratöl, zum Beispiel Raps

Salz, Pfeffer

Die Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden.

Eine Pfanne heiß werden lassen. Die Speckwürfel darin knusprig braten lassen, dann aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen.

Dann das Fett hinein geben, schmelzen lassen und die

Kartoffelscheiben gleichmäßig verteilen, so dass sie sich möglichst wenig überschneiden. Langsam bei mittlerer Hitze braten lassen, bis sie goldbraun und knusprig sind, einmal wenden.

In dieser Zeit den Lauch waschen, in grobe Stücke schneiden und in einem flachen Topf mit etwas Gemüsebrühe dünsten. Die Birne waschen, vierteln und das Gehäuse entfernen. Die Viertel noch einmal dritteln, so dass Spalten entstehen. Dann gleich zum Lauch geben und mitdünsten. Ist das Gemüse weich, aber noch leicht knackig, den Speck dazu geben und den Herd abdrehen. Wer mag, gibt noch einen Schuss Sahne oder Sojasahne dazu. Ansonsten mit Pfeffer und (vorsichtig!) mit Salz abschmecken.

Die Bratkartoffeln auf einem Teller anrichten und in die Mitte das Gemüse geben.

Mit etwas Parmesan bestreuen und schmecken lassen.  
=) [nurkochen]



Genie

ßt die Sommertage, die lauen Abende und die saisonalen Zutaten für herzhaft-seelenschmeichler!

Ich wünsche euch eine genussvolle Zeit,  
eure Judith

---

# Heimaturlaub in der Pfalz und Nudeln mit Sauerkrautrahm (von Tim Mälzer)



Diese Woche habe ich das erste Mal seit meinem Umzug meine Pfälzer Heimat besucht. Kennt ihr dieses Gefühl, an einem Ort oder Fleckchen Erde einfach angekommen zu sein? Ich fühle mich ja in meiner neuen Stadt sehr zu Hause und finde, Heimat ist vor allem Herzenssache und mit Menschen verbunden, nicht mit Orten. Natürlich sind in der Pfalz meine Familie und viele Freunde und Bekannte, sie wird also allein deswegen für immer meine Heimat bleiben. Aber auch mit der Region fühle ich mich unglaublich verbunden und ich finde sie sooo schöön. Wann immer ich dort bin und über die Rheinebene in Richtung Haardt und Pfälzer Wald blicke, geht mir einfach das Herz auf.



Umso mehr habe ich also meine Woche dort genossen, denn im Sommer ist es natürlich am allerschönsten. Da blüht der Garten meiner Eltern, die Rosen duften, man kann im Hof essen, Schildkröte Maxl ist voller Energie im Garten unterwegs und grast oder besser „kleet“ auf der Wiese (Klee ist neben Salat und Löwenzahn sein Lieblingsessen) und man kommt sich vor, wie in einem kleinen friedlichen Paradies.



Ich war mal wieder im nahen Akazienwald laufen, am kleinen Bach entlang und über Wiesen, wo bunte Bienenkästen fleißig mit Honig gefüllt werden. Ich war mit meiner Ma abends spazieren, zu meiner Lieblingsbrücke mit Blick Richtung Hügel, wo eine

Weide mit Pferden und Ziegen am Wegrand liegt. An einer Stelle stehen prächtige Kirschbäume und ich pflückte uns ein paar und hatte Glück, denn keine hatte einen Wurm. Auf den Feldern wachsen Kohl, Getreide, Bohnen und Kartoffeln und oft riecht es meilenweit nach dem Gemüse, das an diesem Tag geerntet wird und man bekommt Appetit auf etwas Herzhaftes oder Inspiration für eine kommende Mahlzeit.



Natürlich darf beim Heimatbesuch gutes Essen nicht fehlen und in der Pfalz genieße ich dann immer gerne ein ordentliches Sauerkrautgericht. Neulich hatte mein Pa im Fernsehen Tim Mälzer gesehen und sich das Rezept für Pasta mit Sauerkrautrahm ausgedruckt, weil ihm schon beim Zuschauen das Wasser im Mund zusammen lief. Eher selten, dass wir Fleisch essen, aber Speck gibt es bei uns zuhause nie. Außer diese Woche, da hatten wir extra welchen besorgt und dieses Rezept nachgekocht.

Es ist ein einfaches, bodenständiges Gericht mit wenigen Zutaten, aber dafür sehr herzhaft und würzig. Uns hat es ganz wunderbar geschmeckt.

**Zutaten (für 3-4 Portionen):**

100 g (durchwachsener) Speck (in Scheiben)

2 Zwiebeln

500 g Sauerkraut

250 g kurze Nudeln  
Salz und Pfeffer  
4 EL Olivenöl  
1 EL Butter  
1/2 EL Zucker  
100 ml Brühe  
200 ml Sahne  
1 Bund glatte Petersilie  
1 TL Kümmelsaat

Speck in Streifen schneiden, Zwiebel in halbe Ringe schneiden. Sauerkraut sehr gut ausdrücken. Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen. Inzwischen den Speck mit zwei Esslöffeln Olivenöl in einer Pfanne hellbraun braten, Zwiebel hinzugeben und zwei Minuten mit braten. Alles aus der Pfanne nehmen.

Zwei Esslöffel Olivenöl in die Pfanne geben und das Sauerkraut anbraten. Butter und Zucker untermischen und bei mittlerer Hitze hellbraun rösten. Brühe und Sahne hinzu gießen und aufkochen. Zwiebel-Speck-Mischung zufügen.

Petersilienblättchen abzupfen und fein hacken. Soße mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen, Petersilie untermischen. Nudeln abgießen, abtropfen lassen und unter die Soße mischen. [nurkochen]



erweile hat mich der Alltag wieder und der Sommer ist seit dem Wochenende ja auch wieder zurückgekehrt. Also auf nach draußen, die Sonne genießen!

Habt einen genussvollen Sonntag!

Eure Judith