

Ceviche aus Pilzen mit Himbeeren



Heute gibt es ein ganz besonderes und leichtes Mittagessen im Hause Naschkatze. Gestern bekam meine Sammlung ein neues Kochbuch (Vegan-Klischee ade! Das Kochbuch), das ich euch in den nächsten Wochen vorstellen werde.

Darin gab es ein Rezept für veganes Ceviche und ich bekam sofort Lust, es auszuprobieren!

Wer Fisch mag, sollte dieses peruanische Gericht unbedingt mal essen! Da mein Naschkater ja seit einiger Zeit pflanzlich lebt und wir neulich (in der Prä-Corona-Ära) bei Freunden in Wiesbaden peruanisch essen waren, probierte er dort die vegane Version mit Pilzen, die wir alle köstlich fanden.

Natürlich hatte ich nicht alle Zutaten im Haus, manche mochte ich aber sowieso nicht (Koriander, Stangensellerie), also wandelte ich es ganz schön ab und machte mein eigenes Ding.

Heraus kam eine super leckere Variante ohne Fisch, die optisch sogar ziemlich gut ans Original herankommt, wie ich finde.



Habt ihr schon mal Ceviche probiert? Mögt ihr roh marinierten

Fisch? Ich liebe ja Sushi und somit auch Ceviche, aber wer sich mit der rohen Zutat nicht anfreunden kann, bekommt mit dieser Pilzvariante einen schönen Eindruck von den Aromen des Gerichts.

Für 2 Personen:

- 280 g Kräuterseitlinge (oder große Champignons)
- 1 rote Zwiebel, in hauchdünne Spalten geschnitten
- 1 Handvoll hauchdünns geschnittener Fenchel (am besten die Stangen)
- 2 EL Himbeeren (frisch oder TK)
- Sauce:
 - Saft von $\frac{1}{2}$ Zitrone & $\frac{1}{2}$ Orange
 - 2 Stiele glatte Petersilie, gehackt
 - 1 Prise Chiliflocken
 - 1 EL Olivenöl
 - 2 TL Sojasauce
- Etwas Abrieb von Orangen- und Zitronenschale

Die Pilze putzen und mit den Fingern in grobe Stücke zerreißen, so dass es aussieht wie Fischstücke. Eine große Pfanne erhitzen und die Pilzstücke hinein geben. Mit einem Topfdeckel nach unten drücken und 30 Sekunden anbraten lassen, dann wenden und ebenfalls 30 Sekunden garen.

Alle Zutaten für die Sauce in einer Schüssel verrühren.

In einer Schüssel Pilze, Zwiebel, Fenchel und die Sauce vermengen und den Zitrusabrieb darüber geben. Alles eine Weile ziehen lassen.

Nach Belieben mit etwas grünem Salat garniert auf Teller verteilen, die Himbeeren dekorativ darüber geben und etwas Brot dazu reichen.



Sicherlich probieren viele von euch zurzeit etwas Neues aus und kochen viel zusammen. Vielleicht inspiriert euch diese herzhafte Nascherei ja, kulinarisch mal nach Peru zu reisen. =)

Bleibt gesund und munter und habt ein genussvolles Wochenende!
Eure Judith

Dinkel-Vollkorn-Walnuss-Brot



Liebt ihr auch den Geruch von frisch gebackenem Brot? Gestern Abend hatte ich endlich mal wieder Muse, ein neues Brotrezept auszuprobieren und habe dieses wunderbare Dinkel-Vollkorn-Walnuss-Brot gebacken. Der nussig-warme Duft, als es aus dem Ofen kam, und die knusprige Kruste machten mich so gierig auf den ersten Bissen, dass ich mir fast die Finger verbrannte.



Heute gab es also nach Wochen mal wieder frisches Brot zum Frühstück. In letzter Zeit dominierte bei uns Porridge oder Toastbrot. Die Kruste ist heute zwar nicht mehr knusprig, aber dafür ist das Brot wunderbar fluffig und dabei nicht zu

trocken und nicht zu feucht. Wenn man es auftoastet, was wir mit Brot oft sogar an Tag 2 schon machen, ist es perfekt für ein ausgedehntes Wochenend-Frühstück.

Das Dinkel-Vollkornmehl habe ich wie immer frisch gemahlen. Das Rezept funktioniert aber genauso gut mit gekauftem Vollkornmehl. Es schmeckt dann vielleicht etwas weniger nussig.



Für 1 Kastenbrot:

$\frac{1}{2}$ Packung Trockenhefe
2 EL Ahornsirup oder 1 EL Zucker
300 g Dinkelmehl Type 630
200 g Dinkel-Vollkornmehl
2 TL Salz
2 EL Olivenöl
65 g Walnusskerne

Hefe und Sirup/Zucker mit 120 ml lauwarmem Wasser verrühren und 5 Minuten stehen lassen. Dann beide Mehlsorten, Salz, Olivenöl, 240 ml lauwarmes Wasser und die Nüsse in eine Schüssel geben und mit der Hefemischung zu einem Teig verkneten. Der Teig ist nicht so fest, dass man ihn zu einem Laib formen könnte, aber das ist nicht schlimm.

Die Schüssel mit einem Tuch abdecken und den Teig 45 Minuten gehen lassen, dann kurz kneten, in die Kastenform geben und abgedeckt noch einmal 30 Minuten gehen lassen.

Den Ofen auf 190 °C vorheizen und das Brot ca. 30 Minuten backen, bis es goldbraun ist. Aus der Form stürzen und auf einem Gitter abkühlen lassen.



Gleich werde ich mal auf den Markt schlendern und frisches Grünzeug fürs Wochenende kaufen. Ich hoffe, ihr habt genauso wunderschönes Sonnenwetter wie wir hier und wünsche euch genussvolle Tage!

Tagliatelle mit Grünkohlpesto und Kurkuma-Zitronen-Schaum (Werbung)



Letzt
es Wochenende gab es leider kein neues Rezept für euch. Von Freitag bis heute war ich mit einer Freundin in Radolfzell am Bodensee und habe es mir in einem Wellness-Resort gut gehen lassen – mit herrlicher Saunalandschaft und traumhaftem Essen! Zwar hatte ich meinen Laptop dabei, leider konnte ich mich aber auf dem Blog nicht einloggen und somit auch nichts bloggen.

Nun geht es wieder und ich nutze den Urlaubstag nach der Heimkehr um endlich dieses leckere Pastarezept mit euch zu teilen. Der Herbst ist ja immer auch Kohl-Saison und da ist der Grünkohl definitiv mein Favorit! Nicht nur als leichte Knabberei in Form von [selbstgemachten Grünkohlchips](#), sondern auch als Pesto für eine feine Pasta.

Schon länger wollte ich mal wieder Pasta selbst machen (ich schulde euch auch noch einen Bericht von unserem Pastakurs in Süditalien samt Rezept!) und da kam die Anfrage für eine Kooperation gerade recht. Bei [Andronaco](#) – einem italienischen Online-Shop – durfte ich eine riesige Bestellung aufgeben, um die Produkte zu testen und darüber zu berichten. Also stöberte ich mich durchs Angebot und war ehrlich begeistert. So viele Sorten Olivenöl, Wein, Mehle für Pasta, Pizza und Co. Und vieles mehr! Ich fühlte mich wie im Urlaub, nur dass ich diesmal online durch den Markt spazierte und die Auswahl einfach noch viel größer war.

Neben zahlreichen Pastasorten, auch glutenfreien, bestellte ich Olivenöle, Tomatenpassata, Risottoreis und original italienische Mehle und Hartweizengrieße. Sicher gibt es hier in der nächsten Zeit noch ein paar italienische Leckereien mit Zutaten von meiner Großbestellung. Heute aber erstmal selbstgemachte Tagliatelle mit Pesto und gelbem Schaum – ein herbstliches Farbenspiel auf dem Teller! =)



Für 2-4 Personen:

Pesto:

100 g Grünkohl, blanchiert und abgeschreckt
2 Knoblauchzehen, blanchiert
6 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

Kurkuma-Zitronen-Schaum:

50 g Schmand
5 EL Milch
2 gestr. TL Kurkuma, gemahlen
1 Stück Zitronenschale
1 große Prise Salz

Pasta:

300 g Mehl Tipo 00 (oder Dinkelmehl 630)
200 g Hartweizengrieß
Wasser

Servieren:

50 g Pinienkerne, goldbraun geröstet
Pecorino, gehobelt

Pesto:

Den Grünkohl waschen und alles Grün vom Strunk schneiden. Das Blattgrün grob in Stücke schneiden. Wasser mit den zwei Knoblauchzehen in einem großen Topf zum Kochen bringen und den Kohl darin ca. 1 Minute blanchieren, dann in Eiswasser oder kaltem Wasser abschrecken. Den Kohl abtropfen lassen, leicht ausdrücken und mit dem Öl, etwas Salz und Pfeffer pürieren. Das Pesto beiseitestellen.

Kurkuma-Zitronen-Schaum:

Den Schmand, die Milch, den Kurkuma und das Stück Zitronenschale in einen Mixbecher geben und fein pürieren. Mit Salz und nach Belieben etwas Zitronensaft abschmecken. Den Schaum beiseitestellen und vor dem Servieren (nach Belieben leicht erwärmt) noch einmal aufschäumen.

Pasta:

Mehl und Grieß vermischen und nach und nach so viel Wasser zufügen, dass sich alles zu einem glatten Teig verkneten lässt. Der Teig sollte fest und nicht zu trocken, aber auf

keinen Fall feucht sein. Den Teig kurz ruhen lassen und dann in Portionen durch die Pastamaschine drehen, bis die gewünschte Dicke erreicht ist. Jede Teigbahn leicht mit Mehl oder Grieß bestäuben, damit nichts klebt. Einen großen Topf mit Wasser zum Kochen bringen, das Wasser salzen.

Die Teigbahnen durch den Aufsatz für Tagliatelle drehen und die Nudeln direkt ins kochende Wasser geben. (Oder auf Trockengestelle hängen und eine Weile trocknen lassen. Dabei darauf achten, dass die Nudeln voneinander getrennt hängen, damit sie nicht zusammen kleben.) Einige Minuten kochen, bis die Pasta al dente ist, dann mit einem Schaumlöffel herausholen und in einer großen Pfanne mit dem Pesto und eventuell einem Schuss Nudelwasser vermischen.

Servieren:

Die Pasta auf Teller verteilen. Den Schaum darum herum verteilen und jede Portion großzügig mit Pecorinohobeln und gerösteten Pinienkernen bestreuen.

Wer die Pasta nicht selbst machen möchte, kann natürlich auch beliebige Tagliatelle verwenden.

Ich hoffe, ihr habt jetzt Lust auf Pasta und Grünkohl und mögt dieses Rezept genauso gern wie Naschkater und ich!

Habt eine genussvolle Woche!

Eure Judith

Beitrag enthält unbezahlte, beauftragte Werbung in Form von Verlinkung eines Online-Shops.

Pesto-Mozzarella in carrozza mit Tomatensalat



Bei solchen Temperaturen, wie sie gerade herrschen, hat man ja nicht sonderlich viel Hunger – zumindest mir geht es netterweise so. Das heißt, ich habe mal weniger Lust aufs Naschen, somit also vor allem auf Süßes – gut für die Bikinifigur. Und doppelt gut, denn ich komme nicht auf die irrsinnige Idee, bei dieser Hitze den Ofen anzuwerfen...

Irgendwann kommt dann aber auch mal der Hunger auf und da die Woche mal wieder viel zu wenige Tage und die Tage viel zu wenige Stunden haben (ihr kennt das sicher...), darf es gerne schnell gehen. Schmecken soll es natürlich auch und schön herzhaft sein. Am besten mit Salat dabei.



Da
kam ein Gericht meiner Ma gerade recht. Diese Version des

„Mozzarella in carrozza“ hat sie früher oft gemacht und wir alle haben es geliebt. Der Tomatensalat mit seiner frischen Säure ist dazu ein Muss – ohne schmeckt es nicht mal halb so gut, finde ich!

Der Mozzarella in carrozza ist ein italienischer Klassiker. Carrozza ist die Kutsche, der Mozzarella kommt also in der Kutsche daher – warum auch immer. Auf jeden Fall schmeckt das gebratene Käsesandwich, die Italiener wissen einfach, was sie kulinarisch tun. Und mit diesem unkomplizierten Rezept werdet ihr hoffentlich auch bald ein neues Lieblingsgericht haben.

Für 2 Personen:

Sandwich:

4-8 Scheiben Sandwich-Toast (oder normalen Toast)

1-2 Packungen Mozzarella

1 Gläschen Pesto

2 kleine Eier (1 Ei für 2 große Sandwich-Toasts)

$\frac{1}{2}$ Becher Sahne

Olivenöl

Tomatensalat:

Reife Tomaten (unterschiedliche Größe und Farbe)

Condimento bianco

Olivenöl

1 kleine rote Zwiebel

Frischer Basilikum

Salz, Pfeffer

Die Eier mit der Sahne in einer flachen Schale, in die man die Toastscheiben legen kann, verquirlen.

Den Mozzarella in dünne Scheiben schneiden. Pesto in einen flachen Teller geben und die Mozzarellascheiben darin wälzen. Eine Scheibe Toast in die Eiermischung legen, Mozzarellascheiben darauf verteilen und einige Blätter frischen Basilikum auf den Käse legen. Eine zweite Toastscheibe darauf legen, andrücken und das Sandwich umdrehen, sodass die zweite Scheibe auch kurz in der Eiermasse liegt.

Eine Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und etwas Olivenöl hineingeben. Jedes Sandwich in der Pfanne von beiden Seiten goldbraun braten. Während eins brät, kann man die anderen vorbereiten und zwischendurch vielleicht sogar den Salat machen.

Für den Salat die Tomaten waschen, trocknen und je nach Größe halbieren, vierteln oder sechsteln. Die Zwiebel in feine Scheiben schneiden und dazugeben. Frische Basilikumblätter zerzupfen und zufügen. Alles mit dem Condimento, etwas Olivenöl, Salz und Pfeffer anmachen.

Die fertigen Mozzarella-Sandwichs mit dem Salat anrichten und
heiß servieren.



Das Gericht ist perfekt im Sommer, wenn es reife und

aromatische Tomaten gibt!
Viel Freude beim Nachkochen und Vernaschen!

Habt ein genussvolles Wochenende,
eure Judith

Flammkuchen mit Buchweizen, Spinat, Pilzen, Birne und Walnuss



Zurzeit hat ja Naschkater seine Experimentier-Phase in der Küche. Oft komme ich nach Hause und er hat irgendetwas Neues ausprobiert. Da stehen dann Smoothies im Kühlschrank oder

Dosen mit Energiekugeln. Ein Topf wartet auf dem Herd oder eine Auflaufform.

Finde ich super, denn dann muss ich mich mal nicht darum kümmern, was ich essen könnte. Zumal ich zurzeit so viel zu tun habe, dass Kochen und Experimentieren bei mir etwas kurz kommt.



Wenn ich an den Wochenenden mal nicht unterwegs bin, findet man mich aber natürlich in der Küche und da wir viel zu lange keinen Flammkuchen mehr hatten, habe ich ein neues Rezept

ausprobiert. Den Teig habe ich aus dem Buch „Pizza ohne Reue“ von Eva Fischer, beim Belag habe ich improvisiert, da wir weder Käse noch Schmand da hatten.

Ich muss sagen, durch die Hefeflocken wird die Sojamasse herrlich würzig und schmeckt auch leicht käsig. Zusammen mit den Zwiebeln, hat man dadurch direkt den typischen Flammkuchengeschmack, auf den dann noch frisches Gemüse und süßliche Birne oben drauf kommen – eine köstliche Kombination, wie wir finden.



Für 2 Flammkuchen:

Teig:

150 g Buchweizenmehl

150 g Dinkelmehl (Type 630)
1 TL Trockenhefe
20 g Öl
1 Prise Zucker
1 gestr. TL Salz
150 ml Wasser
Belag:
250 g Sojagurt
4 TL Hefeflocken
1 große Zwiebel
2 große Knoblauchzehen
Öl
Pfeffer, Salz
2-4 Handvoll frischer Spinat
2 große Champignons
1 Birne
Einige Walnüsse

Alle Zutaten für den Teig verkneten und zugedeckt 45 Minuten ruhen lassen. Der Teig geht nur leicht auf, nicht wie normale Hefeteige.

Für den Belag die Zwiebel schälen, würfeln und in wenig Öl andünsten. Den Knoblauch schälen, hacken und zur Zwiebel geben. Wenn beides braun zu werden beginnt, den Herd ausschalten, den Sojagurt und die Hefeflocken dazugeben und alles verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Pilze putzen und in Scheiben schneiden, den Spinat waschen, klein zupfen und in einem Topf kurz zusammenfallen lassen, dann mit Salz, Pfeffer und nach Belieben Muskatnuss würzen.

Die Birne waschen und in Scheiben schneiden. Die Walnüsse grob zerkleinern.

Den Ofen mit Blech auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Den Teig halbieren und auf einem Backpapier hauchdünn ausrollen. Wer mag, schneidet den Rand noch hübsch zu (zum Beispiel mit einem geriffelten Teigrad).

Die Hälfte der Sojamasse darauf verstreichen, dann mit Pilzen,

Spinat, Birne und Walnüssen belegen. Jeden Flammkuchen samt Backpapier auf ein Blech gleiten lassen und ca. 15-20 Minuten backen.



Nun scheint ja endlich der Sommer Einzug zu halten und ich hoffe, ihr genießt das Wochenende in vollen Zügen und habt genussvolle Tage!

Eure Judith