

Mehr als nur Fastfood: Provolone Burger mit Preiselbeeren

Hallo ihr Naschkatzen!

Heute gibt es auf dem Blog den Auftakt zu einer kleinen Burger-Woche!

Starten wird sie mit dem Provolone-Burger aus der [Burger-Bibel](#), die ich euch am Wochenende vorstellen werde. Soviel sei schon mal verraten: Es wird lecker werden und ein Gewinnspiel wird es auch noch geben!! =)



Provolone ist ein italienischer Hartkäse aus Norditalien, der gute Schmelzeigenschaften besitzt. Es ist manchmal etwas schwierig, ihn zu finden, aber eine gute Käsetheke in einem Supermarkt oder ein italienischer *supermercato* sollten ihn da haben.

Als Salat haben wir Pflücksalat genommen, der war gerade da und passte auch sehr gut. Die Preiselbeeren haben wir gekauft, allerdings im Biosupermarkt, da waren sie nicht so sehr gesüßt wie die konventionelle Preiselbeerkonfitüre.

Die Buns habe ich selbst gebacken nach dem Rezept aus dem Buch

und ich muss euch sagen, ich war restlos begeistert! Weich, fluffig, perfekte goldbraune Kruste... Probiert es einfach aus, sonst schwärme ich hier noch Stunden... =)



Ich habe mich diesmal penibel ans Rezept gehalten, was ich ja meistens nicht tue. So sind sie dann wirklich genauso perfekt geworden, wie sie beschrieben wurden. Wir waren zu zweit, aber ich habe die ganze Menge gebacken und wir haben am nächsten Tag noch mal Burger gemacht. Man kann die Brötchen sicher auch einfrieren und aufgetaut kurz auftoasten, wenn man sich schon die Mühe macht, welche zu backen.

Für 8 perfekte Burger- Buns:

330 g Mehl Type 550
15 g Zucker
1 Ei
5 g Salz
 $\frac{1}{2}$ Würfel Frischhefe (21 g) oder
1 Packung Trockenhefe (7 g)
180 g Milch (mind. 3,5 % Fettanteil)
40 g Butter
Schuss Olivenöl

Zum Bestreichen der Buns:

1 Ei
50 ml Wasser

Prise Salz

1. 70 Prozent des Mehls (230 g), Zucker, Ei und Salz verrühren. Die Hefe in warmer (nicht heißer!) Milch auflösen. Butter erhitzen und zur Mehlmischung schütten. Den Hefevorteig ebenfalls dazugeben und das Ganze mit einem Schneebesen verrühren.
2. Teig in der Küchenmaschine 10 Min. kneten. Währenddessen den Rest des Mehls portionsweise dazugeben. (Die Teigzubereitung geht auch per Hand, ohne Küchenmaschine dauert das aber mehr als $\frac{1}{2}$ Std. und ist ziemlich anstrengend.) Der Teig ist fertig, sobald er weich, elastisch und leicht klebrig ist. Er sollte nicht an den Fingern kleben bleiben.
3. Den Teig mit etwas Olivenöl bestreichen, mit Frischhaltefolie abdecken und an einem warmen Ort mindestens 1 Std. lang gehen lassen, bis er das *doppelte* Volumen hat. Im Sommer die Teigschüssel dazu in die Sonne stellen, im Winter in den Ofen bei 40 °C Ober- und Unterhitze und die Klappe etwas geöffnet lassen (Kochlöffel in die Tür klemmen).
4. Den Teig auf einer leicht bemehlten und trockenen Arbeitsplatte ausrollen und mit den Händen zu einem Rechteck zurechtziehen.
5. In 8 gleich große Stücke teilen und runde, flache Buns daraus formen. Die Buns auf einem mit Silikon-Backmatte oder Backpapier ausgelegten Backblech gleichmäßig anordnen, mit etwas Mehl bestäuben und nochmals mit den Fingern etwas platt drücken.
6. Backblech mit Frischhaltefolie bedecken und Teiglinge 1 weitere Std. ruhen lassen, bis sie etwa doppelt so groß sind.
7. Ofen auf 200 °C vorheizen. In einer kleinen Schüssel Ei mit Wasser und Salz verquirlen und mit einem Pinsel die obere Hälfte der Buns mit der Eimischung bestreichen. So werden die Buns schön goldgelb. Wer mag, kann sie mit Sesamsamen bestreuen.

8. Die Buns nun auf der mittleren Schiene bei 200 °C Ober-/Unterhitze für 12 Min. in den Backofen geben.

Voilà! Nach etwas über 2 Std. hast du ausgezeichnete Burger-Buns, die denen im Supermarkt um Welten überlegen sind.

Für 1 Burger:

160 g Rindfleisch zum Wolfen oder Rinderhack

1 Bun/ Burgerbrötchen

1-2 Scheiben Provolone-Käse

Salat (Lollo Rosso, Lollo Biondo, Rucola oder Frisée)

$\frac{1}{2}$ Handvoll Preiselbeeren

1 EL Zucker

Alternativ: Preiselbeeren aus dem Glas

Das Rindfleisch wolfen oder das Hackfleisch zu 160 g schweren Patties formen.

Bis zur gewünschten Garstufe in einer Pfanne braten (ich habe die Pfanne stark erhitzt und sie dann auf mittlere Hitze gestellt, sobald das Fleisch drin war. Sollen die Patties (fast) durch werden, brauchen sie einige Minuten auf jeder Seite.)

Jedes Patty mit reichlich Provolone belegen, solange es noch heiß ist.

Für das **Kompott** die Preiselbeeren mit etwas Wasser zum Kochen bringen und 1 EL Zucker zufügen. Alles ein wenig ziehen lassen.

Anrichten: Brötchen durchschneiden, Patty mit Käse darauf, darüber die Preiselbeersoße und darauf Salat.

Gleich genießen! [nurkochen]



Ich hoffe, ihr habt jetzt auch Lust auf Burger bekommen und vor allem auf das tolle Buch. Was es so besonders macht, erfahrt ihr am Sonntag! =)
Habt einen schönen Start ins Wochenende, hoffentlich wird es sonnig!
Eure Judith ♥

Vegetarische Grünkern-Ćevapčići vom Grill



Ich hoffe, ihr habt schöne Ostertage verlebt! Wir hatten ganz entspannte, um nicht zu sagen faule Tage voller guter Mahlzeiten.

Immerhin schafften Naschkater und ich es drei Mal, joggen zu gehen und die Pfälzer Landluft und natürlich die Bewegung taten sehr gut. Überall blühen gerade die Sträucher – ich glaube, es sind meist wilde Mirabellen – und es duftet nach den Blüten und nach Frühling. Findet ihr das auch so wunderbar, wenn die Natur langsam erwacht und es überall anfängt zu grünen und zu duften? Ich spüre da regelrecht, wie ich nach dem langen dunklen Winter ebenfalls aufblühe und wieder viel mehr Energie habe. =) Am Ostersonntag haben wir das erste Mal für dieses Jahr den Grill angeworfen. Es gab – passend zu Ostern – Lammsteaks, aber auch etwas Vegetarisches für meine Ma. Die Grünkern-Ćevapčići hat sie in ihrem „Vegetarisch für Genießer“ von GU entdeckt und ich glaube, sie war froh, dass ich da war und ihr die „Teigarbeit“ abnahm, denn das Formen ging am besten mit der Hand und sie mag Teig nicht so und kann mit ihm nicht gut umgehen, sei es bei Kuchen oder Grillgut.



Wir haben die Ćevapčići dann vor dem Fleisch auf den Grill gelegt. So bekamen sie schöne Grillstreifen. Danach kam das Lamm, denn die Ćevapčići sollten seinen Geschmack nicht annehmen. Dazu gab es grünen Salat, den bunten Nudelsalat aus Farfalle (Schmetterlingsnudeln) und fruchtigen Bio-Tomatenketchup, den wir mit selbst gemachter Chilisoße meines Pas zu Chiliketchup aufpeppen.

Für 4 Personen:

- 1 Zwiebel
- 4 Knoblauchzehen
- 2 EL Olivenöl
- 130 g Grünkernschrot
- 2 getrocknete Chilischoten
- je 2 TL Thymian, Oregano, Kreuzkümmel, Koriander
- 220 ml Gemüsebrühe
- 2 EL Paprika, edelsüß
- 4-6 gehäufte EL Hirseflocken (ca.60-70g)
- 2 Eier
- 2 EL Mehl

Zwiebel und Knoblauch schälen, sehr fein würfeln und in einem Topf in dem Olivenöl andünsten. Dann den Grünkernschrot 5 Minuten mitdünsten. Die Chilischote mit den 4 Gewürzen in einem Mörser zerstoßen. Alles zum Grünkern geben und die Brühe

angießen. Das Paprikapulver einrühren und alles aufkochen lassen. Dann bei schwacher Hitze 5 Minuten zugedeckt quellen lassen.

Dann die Hirseflocken einrühren, vom Herd nehmen und 10 Minuten abkühlen lassen.

Die Eier und das Mehl unter die abgekühlte Masse mischen und sie mit Salz und Pfeffer würzen. Mit feuchten Händen fingerlange Würstchen formen. Im Rezept steht, man kann sie in einem Teller mit Öl noch gleichmäßig rund drehen; das habe ich weggelassen, weil ich fand, sie sehen schon gleichmäßig genug aus.

Die Ćevapčići in einer heißen Grillpfanne oder auf dem Grill bei mittlerer Hitze 12-15 Minuten rundum grillen. Das erste Mal nach 5-6 Minuten wenden, wenn sie fest geworden sind.

TIPP: Die Ćevapčići sind toll für ein Picknick, denn sie schmecken auch kalt! Gut vorstellen kann ich mir dazu auch einen Joghurtdipp oder ein Zaziki.

Ansonsten passt ein Salat perfekt dazu. [nurkochen]



Man kann diese Ćevapčići sicher auch als kleine Taler backen, dann hat man Grünkernbratlinge. Generell sind sie recht pikant, wer es also nicht so gerne scharf mag, sollte die Chili weglassen und vielleicht etwas weniger Paprika nehmen. =)

Habt eine genussvolle Zeit (auch nach Ostern),
eure Judith

2 in 1: Guten-Morgen-Brötchen aus Dinkel und Buttermilch & ein Abend-Burger mit Champignon, Käse und Preiselbeeren



Hallo

ihr Lieben,

diese Woche war es etwas ruhiger hier auf dem Blog, aber ich möchte euch zum Schluss der Woche doch noch mit einem neuen Rezept versorgen. Gestern habe ich Frühstücksbrötchen gebacken. Schon länger wollte ich mal diese Über-Nacht-Geschichte ausprobieren, bei der man Brotteig abends

zubereitet und nachts im Kühlschrank gehen lässt. So kann man morgens direkt die Brötchen in den Ofen schieben.

Der Auslöser war meine Buttermilch, deren Datum überschritten war – sie musste also weg. Da kam das Rezept aus meinem GU Basic Baking gerade recht.

Und da wir gerade ein bisschen im Burger-Fieber sind (darüber bald mehr!), gibt es noch eine kleine Idee für ein Abendbrot, beziehungsweise ein Abendbrötchen: Burger mit gebratenem Pilz, Käse und Preiselbeeren.



Für

10 Brötchen:

450 g Dinkelmehl

1 TL Salz

$\frac{1}{2}$ Würfel frische Hefe oder 1 Packung Trockenhefe

250 g Buttermilch

evtl. etwas Wasser oder Milch

1-2 EL Milch zum Bepinseln

(Mohn, Sesam, ? zum Bestreuen)

Mehl mit Salz in einer Schüssel mischen. Die Hefe zerkrümeln und in der Buttermilch verrühren. Zum Mehl geben und alles gründlich verkneten. Falls nötig noch einen Schuss Milch oder Wasser zugeben, falls der Teig zu trocken ist.

Teig in der Schüssel mit einem Küchentuch abdecken und über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Am nächsten Morgen ein Blech mit Backpapier belegen.
Den Teig noch mal durch kneten, in 10 gleich große Stücke teilen und zu runden Brötchen rollen. Auf dem Blech leicht flachdrücken und noch einmal 15 Minuten gehen lassen.
Den Ofen auf 200 °C bzw. Umluft 180 °C vorheizen, die Brötchen einmal oder über Kreuz einschneiden, mit der Milch bepinseln und nach Belieben zum Beispiel mit Mohn oder Sesam bestreuen.
30 Minuten backen, bis sie aufgegangen und goldbraun sind.[nurkochen]



Nach dem Backen gilt: Noch warm aufreißen, Butter drauf, Augen schließen – und genießen!

Ich finde, es gibt nichts Köstlicheres als frisch gebackenes Brot oder Brötchen mit Butter, die in die noch warme Krume hinein schmilzt... Mhmmm.



Und wer mittags oder abends noch welche übrig hat, kann sich einen ganz schnellen Snack damit zaubern:

Für 1 kleinen Pilzburger:

- 1 riesigen Champignon oder anderen großen Pilz
- Salz, Pfeffer
- 1 Scheibe Käse, z.B. Gouda
- etwas Salat
- 1-2 TL Preiselbeeren

Den Pilzhut abschneiden und falls er sehr groß ist, quer halbieren. Dann in einer (Grill)Pfanne auf beiden Seiten anbraten – solange, bis er den persönlichen „Garpunkt“ erreicht hat. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Käse darüber legen, sodass er schmilzt und beides aufs Brötchen setzen. Preiselbeeren und etwas Salat darüber geben.

Guten Appetit!



Start
et gut in die neue Woche und kocht oder backt euch was
Leckeres!
Eure Judith

Vegetarische Lasagne mit Blumenkohlhack und Cottage cheese (Kooperation)

Ich wurde mal wieder von „Resten“ inspiriert. Ein halber Blumenkohl, Lasagneplatten und eine Packung [Hüttenkäse Kräuter](#) (eine neue Sorte von [Gervais](#)) wurden zu einer schnellen, herzhaft-vegetarischen Lasagne.



Ihr denkt, Lasagne zu machen braucht so viel Zeit? Dieses Rezept hier geht superschnell! Statt Bechamel, die man ja erst kochen muss, nehme ich gerne einen leichteren Ersatz, wie Ricotta (leider nicht der günstigste) oder Hüttenkäse. Jetzt gibt es sogar schon eine neue, fertig gewürzte leckere Sorte mit Kräutern. Eine Bolognesesauce muss man auch nicht zubereiten, denn auch Gemüsehack schmeckt lecker, und geht rasend schnell.



Für diese Lasagne gilt also:
 Ein paar Zutaten zusammenrühren, zwei Gemüse schnippeln und alles schichten. Fertig! =)
 Überzeugt euch doch einfach selbst.

TIPP: Ihr könnt natürlich den Blumenkohl auch durch Brokkoli, Romanesco oder bunten Blumenkohl ersetzen, das gibt einen tollen Farbeffekt.

Für 2-4 Personen:

1 kleiner Blumenkohl
8-10 Lasagneplatten
1 Dose Tomaten in Stücken
Salz, Pfeffer
(1 Knoblauchzehe)
 $\frac{1}{2}$ Bund Frühlingszwiebeln
1 Packung Gervais Hüttenkäse Kräuter
ca. 10 EL Milch
1-2 EL Paprikawürzpaste
150 g geriebener Gouda (oder anderer Käse)

Den Blumenkohl waschen und vierteln. Den Strunk entfernen und die Viertel mit einem großen Messer fein hacken. Am besten tut man so, als wolle man den Kohl in feine Scheiben schneiden, er zerbröckelt dann von selbst zu „Hack“.

Das Gemüse in einen Topf mit etwas Wasser geben (der Boden sollte gerade bedeckt sein) und bissfest dünsten. Das Weiße der Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden und zum Schluss auf dem Blumenkohl noch kurz mitdämpfen.

In der Zwischenzeit die Dosentomaten in ein Schüsselchen geben, mit Salz und Pfeffer sowie der Paprikapaste würzen und alles gut verrühren.

Den Hüttenkäse ebenfalls in ein Schüsselchen leeren, pfeffern und das fein geschnittene Grün der Frühlingszwiebeln dazu geben. 5-6 EL Milch unterrühren, so dass der Hüttenkäse flüssiger wird. (Nach Belieben noch die Knoblauchzehe hinein pressen.)

Nun den Ofen auf 180 °C vorheizen und in einer Auflaufform alle Zutaten schichten. Dabei mit einer Tomatenschicht beginnen, darauf Platten legen und nun in beliebiger, wechselnder Reihenfolge schichten – die Lasagneplatten sollten nur immer von Soße umgeben sein.

Mit einer Schicht Platten abschließen. Diese mit 2-4 EL Milch begießen und diese gleichmäßig verteilen, sodass überall Feuchtigkeit ist. Dann den geriebenen Käse darüber streuen und die Lasagne ca. 30 Minuten backen.

Gegen Ende schauen, dass sie nicht zu dunkel wird, sondern nur eine goldbraune Käsekruste bekommt.[nurkochen]



Wurde
t ihr inspiriert von dieser vegetarischen Variante? Ich hoffe,
ich konnte euch einmal mehr zeigen, wie schnell und einfach
man ein leckeres vegetarisches Essen zaubern kann!

Habt eine genussvolle (Mahl)Zeit!
Eure Judith



Pikantes ungarisches Weißkraut mit Paprika (vegan)



Diese
s herzhaft-fruchtige Gericht mögen wir in der Familie schon
seit Jahren. Es stammt aus dem Kochbuch „Kochvergnügen

vegetarisch“ von GU und ist wirklich unkompliziert. Der Kohl ist zurzeit ja Saisongemüse. Die Paprika dafür leider nicht – man muss halt Kompromisse machen. Zur Not lässt man die Paprika auch einfach weg.

Ich konnte mir beim ersten Mal nicht so vorstellen, dass Kraut mit Apfelsaft und Sahne schmecken soll – und dann noch zu Nudeln. Aber ja! Zu Pasta passt ja eh alles und die Kombination verschiedenster Aromen macht dieses Gericht zu etwas ganz besonders leckerem!



Die Fotos für diesen Beitrag sind neulich bei einem Heimaturlaub entstanden. Mein Naschkater war leider nicht dabei und kam gar nicht in den Genuss dieses Gerichts. Ich bin aber sicher, dass es ihm schmecken wird und will es demnächst mal für ihn kochen.

Unter der Woche ist es ja meist umgekehrt: Naschkater bekocht mich! Jahaa.

Ich habe das Glück, dass ich liebevoll versorgt werde, wenn ich ausgehungert von der Arbeit komme und ich betrachte das nicht als selbstverständlich, dann nicht erst noch kochen zu müssen.

Natürlich wärmen wir gerne etwas auf, wenn es die Gelegenheit gibt, denn Naschkater arbeitet ja auch – nur eben zuhause. Aber ich möchte doch hier mal lobend erwähnen, dass ich auch mal heimkomme und die Wohnung duftet nach unserem liebsten

Linsenragout ([Beluganese](#)) mit Minzjoghurt, nach [Pizza](#) oder herzhafter Pasta Puttanesca.

Im Gegenzug verwöhne ich mein Käterchen dann mit Na(s)chtischen in Form seines geliebten [veganen russischen Zupfkuchens](#) oder anderen Leckereien. =)



Wer kocht bei euch? Können eure Männer auch den Kochlöffel schwingen?

Oder lesen dies sogar Männer, die sich hier Inspiration holen? Das fände ich besonders großartig! =)

Hier jedenfalls mein liebstes Krautgericht!

Für 4 Personen:

- 1 kleiner Weißkohl (ca. 800g)
- 2 rote Paprikaschoten
- 1 rote Peperoni
- 4 EL Butterschmalz/Öl (vegan)
- 1 EL Paprikapulver, rosenscharf
- 2 EL Paprikapulver, edelsüß
- Salz
- Pfeffer, frisch gemahlen
- $\frac{1}{4}$ L Apfelsaft (alternativ heller Traubensaft)
- 4 EL Sahne (Pflanzensahne, vegan)

Den Kohl putzen, waschen, vierteln oder achtern und den Strunk

entfernen. In dünne Streifen hobeln oder schneiden.

Die Paprikaschoten waschen, Kerne und Zwischenwände entfernen und die Schote fein würfeln oder in feine, kurze Streifen schneiden. Die Peperoni waschen und fein hacken.

Das Fett in einem größeren Topf erhitzen, Paprika und Peperoni darin anbraten, mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Kohl und Apfelsaft dazugeben. Alles vermischen und zugedeckt 30-45 Minuten bei mittlerer Hitze gar dünsten. Mit der Sahne abschmecken.

Dazu passen Bandnudeln, Spirelli, Farfalle, Gnocchi oder auch Salzkartoffeln.[nurkochen]

Ich hoffe, dieses Rezept ist auch was für euch! Probiert es aus und ich freue mich über eure Meinung!

Habt eine genussvolle Restwoche,
eure Judith