Buntes Brot mit Pute, Radieschen, Pilzen, Zucchini und Pesto

Ihr habt es sicher schon bemerkt: letztes Wochenende blieb bei mir die Küche kalt – ich war nämlich unterwegs. Seit Jahren trifft sich unser Mädel-Quartett einmal im Jahr in einer Stadt „irgendwie in der Mitte“ unserer Wohnorte, das ist meist Heidelberg. So auch dieses Jahr. Von Freitag bis Sonntag war ich also in meiner Unistadt, bin auf alten Pfaden gewandelt, habe in meinem Lieblings-Falafel-Laden gegessen (Mahmoud´s), bin auf den Turm der Heiliggeistkirche gestiefelt (sehr zu empfehlen – großartige Sicht auf die ganze Stadt und das Schloss!), habe im Marstall wie in alten Zeiten einen Cappuccino getrunken und neue Bars entdeckt (Café Bar Friedrich) und alte, schlicht vergessene wiederentdeckt (Bent

Bar – geniale Drinks! Wenn ihr Gin mögt, probiert den Spicy Rosmary!).
Da kamen viele Erinnerungen hoch und hin und wieder wurde ich ein wenig sentimental – was war das schön damals! =)

Natürlich kam ich leider nicht dazu, am Wochenende etwas zu kochen oder zu backen. Dafür war ich dann aber Anfang der Woche nach der Arbeit kreativ und habe Naschkater aus vorhandenen Resten dieses bunte Abendbrot gezaubert – als Vorspeise, denn eigentlich gab es Flammkuchen mit Buchweizenmehl, Birne, Spinat und Champignons. Das Rezept dafür verrate ich euch nächste Woche. ;)

Wir haben uns ein Brot geteilt, wenn man für jeden Esser eine große Scheibe belegt, ist das eine wunderbare kleine Mahlzeit. Natürlich kann man hier auch wieder variieren, je nachdem,

welches Fleisch man mag (oder welchen Ersatz man dafür bevorzugt) und welche Gemüse im Haus sind. Habt keine Scheu, auszuprobieren und packt das Brot schön voll, damit es ja keine flache, langweilige Stulle wird!

Für 2 Personen:

2 große Scheiben Bauernbrot
200 g Pute/Hähnchen/Rind; Tofu/Seitan/…
100 g Zucchini, spiralisiert
100 g Radieschengrün/Spinat (oder Mix von beidem)
20 g Öl + etwas mehr zum Braten
Einige Radieschen
2 große Champignons
Salz, Pfeffer

Das Brot kurz bei mittlerer Hitze in die Pfanne legen und von beiden Seiten goldbraun anrösten. Aufgestellt abkühlen lassen.
Etwas Öl in die Pfanne geben und das Putenfleisch darin langsam auf beiden Seiten anbraten, bis es gar und goldbraun ist.
In der Zwischenzeit die Radieschen und die Pilze putzen, das Radieschengrün waschen. Das Grün mit dem Öl, Salz und Pfeffer pürieren und das Pesto beiseitestellen.
Die Radieschen in Scheiben schneiden. Die Pilze ebenfalls in Scheiben schneiden und neben dem Fleisch auf beiden Seiten braun braten. Wenn das Fleisch gar ist, mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen und kurz ruhen lassen. Die Zucchinispiralen kurz in die heiße Pfanne geben und einige Minuten unter Rühren erhitzen, bis sie nicht mehr ganz roh sind, dann mit der Hälfte des Pestos vermischen.
Das Fleisch in Streifen schneiden.
Nun das Brot zusammenbauen. Je eine Scheibe auf einen Teller legen, die Zucchinispiralen daraufgeben und dann Fleisch, Pilze und Radieschen darauf verteilen. Zum Schluss noch Kleckse des Pestos darüber geben und nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen.

Ich hoffe, ihr habt nun Lust, auch mal ein buntes (Abend-)Brot zu zaubern und wünsche euch viel Spaß beim Kreativsein und Genießen!

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
½ 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