

Bratkartoffeln

Zutaten:

festkochende Kartoffeln
durchwachsener Speck, gewürfelt
Zwiebeln, gewürfelt
Salz
Pfeffer
Paprika

Rohe Kartoffeln schälen, mit einem feuchten Tuch abreiben und gleichmäßig würfeln.

Öl in der Pfanne erhitzen, der Boden soll bedeckt sein.

Wenn sich an einem in die Pfanne gegebenen Kartoffelwürfel rundherum kleine Bläschen zeigen, so viele Kartoffeln in die Pfanne geben, dass der Boden gerade bedeckt ist. Würfel erst wenden, wenn sie sich vom Boden lösen und braun sind. Sind die Kartoffeln rundherum braun, die Speckwürfel dazugeben und mitbraten. Zum Schluss die Zwiebelwürfel zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen.

- ➔ Das Gargut nimmt aus der Pfanne nur so viel Fett auf wie es braucht, um kross zu werden. Hat man zu viel Fett in die Pfanne gegeben, so bleibt dieses in ihr zurück und hat auf das Gargut keinen Einfluss.



Zwiebel-Käse-Pfannkuchen

Zutaten:

Teig für 2 Pfannkuchen

1 Zwiebel, gewürfelt

250 g geriebener Käse

Öl

Pfeffer

Salz

Pfannkuchen backen und warmstellen.

Etwas Öl in der Pfanne erhitzen und die Zwiebelwürfel darin bräunen. Käse zugeben und schmelzen.

Mit Pfeffer und Paprika würzen.

Pfannkuchen damit füllen und aufrollen.

In die Pfanne geben, mit Käse bestreuen und kurz im Ofen überbacken.



Tofu-Burger

Zutaten:

300 g Tofu

1 Zwiebel, gewürfelt

1/2 Bund Petersilie, gehackt

Öl

2 Esslöffel Sojasauce

1 Ei

2 Esslöffel Sesam

2 Esslöffel Parmesan

weißer Pfeffer

Zwiebelwürfel in etwas Öl braun braten. Tofu mit der Gabel zerdrücken und mit allen Zutaten zu einem Teig verarbeiten. Abschmecken, zu flachen Frikadellen formen und von beiden Seiten braun braten.



Chinakohl-Pfanne

Zutaten:

150 g Cabanossi, sehr klein gewürfelt

1 Zwiebel, gewürfelt

1 Teelöffel Öl

250 g Chinakohl, sehr fein geschnitten

2 Teelöffel Sojasauce

Paprika, Pfeffer, Kräutersalz

1 Esslöffel Crème fraîche

Die Cabanossi in dem Öl rösten, Zwiebelwürfel zugeben und alles kross rösten.

Chinakohl in die Pfanne geben und unter ständigem Rühren garen, würzen.

Zum Schluss Crème fraîche zugeben, verrühren und servieren.



Grünkern-Küchlein

Zutaten:

250 g Grünkern-Schrot

knapp 1 Ltr. Wasser oder Fleischbrühe

2 - 3 Brötchen

1 - 2 Eier

1 Esslöffel gedämpfte Zwiebeln und Petersilie

50 g Rauchfleisch

Salz, Pfeffer, Muskat

Grünkohl mit Fleischbrühe zu einem dicken Brei kochen, Rauchfleisch, Zwiebeln und Petersilie dämpfen, Brötchen in Wasser einweichen und zerzupfen. Alles, samt Eiern und Gewürzen, der Masse zugeben und kaltstellen.

Gleichmäßige Küchlein formen, in Weckmehl wenden und in heißem Fett ausbacken



Dampfnudeln

Zutaten:

500 g Mehl

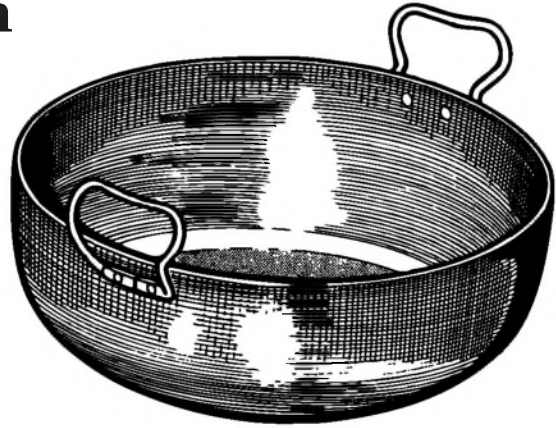
1 Packung Hefe

1 Teelöffel Zucker

Salz

1 Ei

3/8 Ltr. Milch



Zum Garen:

150 g Butterfett

1/2 Ltr. Milch

1 Becher (0,2 Ltr.) Sauerrahm

1 Prise Zucker

Pfannenbräter

Ø 32 cm, 6 Ltr. Inhalt

Stellen Sie das Mehl bereits am Vortag an einen warmen Platz. In eine weite Schüssel wird das Mehl eingesiebt, in der Mitte eine Grube gelassen, die Hefe eingebröselt, 1 Teelöffel Zucker darüber verstreut und mit etwa 1/2 Tasse lauwarmen Milch verrührt.

Dieses „Dämpferl“ muss nun zugedeckt ca. 20 Minuten gehen. Danach geben Sie rund ums Mehl eine gute Prise Salz hinzu, schlagen ein Ei zum „Dämpferl“ hinzu und rühren das Ganze mit etwa 3/8 Ltr. Milch zusammen. Schlagen Sie den Teig gut und kräftig durch (er sollte nicht zu weich sein) und lassen Sie dann den Teig an einem warmen Platz eine Stunde lang zugedeckt gehen.

Anschließend heben Sie mit einem Esslöffel ca. 12 Teignudeln heraus, formen daraus schöne „Weckerl“ auf einem Brett und legen sie auf ein bemehltes Tuch.

Die Nudeln müssen jetzt nochmals zugedeckt 1/2 Stunde gehen. Achten Sie gut darauf, dass im Raum keine Zugluft entsteht und er gleichmäßig warm temperiert ist.

Richten Sie zwischenteilig den „Nudeltopf“ her, und lassen Sie darin Fett, Milch, Sauerrahm und eine Prise Zucker im Topf erhitzen; setzen Sie dann die gegangenen Nudeln locker ein. Bei kleinster Flamme müssen die Dampfnudeln nun eine Stunde lang zugedeckt köcheln. *Sie sollten für die Dampfnudeln immer den gleichen Topf benutzen, der nach Gebrauch nicht gewaschen, sondern nur gut ausgeputzt werden soll.*

Gegen Ende der Garzeit horchen Sie an dem noch geschlossenen Topf, ob die eingebrachte Flüssigkeit noch kocht oder ob das Ganze schon anfängt zu „bruzzeln“. Den erst dann bekommen die Nudeln schöne mittelbraune Rändchen, und der Herd kann abgeschaltet werden. Jetzt müssen die Nudeln noch zehn Minuten stehen; erst dann können sie abgedeckt und serviert werden. Sollten Sie danach die Dampfnudeln nochmals zudecken wollen, müssen Sie das Dampfwater am Deckel abwischen, damit keine Tropfen in die Nudelpfanne fallen.

Wenn Sie sich genau an die beschriebenen Regeln beim „Dampfnudeln“ halten, sind wir ganz sicher, dass sie Ihnen bestens gelingen und Sie auch keinen „Schneider“ (zusammengesetzter Nudel, der nicht aufgeht) produzieren.

Im Haushalt von der Rierl-Oma gab's zu den Nudeln dann immer einen Gurkensalat oder eine Schwammerl-Soß', manchmal auch ein Zwetschgen- oder Heidelbeer-Kompott. Eine Vanille-Sauce, wie es sie heute vielfach gibt, hätte zur Zeit der Rierl-Oma (vorsichtig ausgedrückt) als etwas zu „norddeutsch“ gegolten.

Apfel-Maisgrieß-Auflauf

Zutaten:

175 g Maisgrieß (Polenta)

175 g Sahnequark

350 g Mineralwasser

1 Teelöffel Zimt

60 d Zucker

2 Esslöffel Öl

400 g Äpfel

70 g Rosinen

Maisgrieß, Quark, Mineralwasser, Zimt und Zucker in einer Schüssel gründlich verrühren und 1/2 Stunde quellen lassen.

Pfanne einölen, den sehr weichen Teig hineingeben. Äpfel und Rosinen darüber verteilen und unterrühren.

Mit Deckel auf Stufe 1 ca. 45 bis 50 Minuten von unten braun backen.



Pfannen-Pommes

Zutaten:

festkochende Kartoffeln

Öl

Salz

Rohe Kartoffeln schälen, mit einem feuchten Tuch abreiben und gleichmäßige Stäbchen schneiden.

Öl in der Pfanne erhitzen, der Boden sollte bedeckt sein.

Wenn sich an einem in die Pfanne gegebenen Kartoffel-Stäbchen rundum kleine Bläschen zeigen, so viele Stäbchen in die Pfanne geben, dass der Boden gerade bedeckt ist.

Kartoffel-Stäbchen erst wenden, wenn sie sich vom Boden lösen und braun sind.

Rundherum kross backen, salzen und sofort servieren.



Eier-Pfannkuchen „Pizza“

Zutaten (für 1 Pfannkuchen):

65g Weizen-Vollkornmehl

1 Ei

60g Wasser

60g Milch

1 Prise Kräutersalz

Zum Belegen:

Tomaten, Käse, Salami, Pfeffer, Pizzagewürz

Aus den Zutaten einen Teig rühren und 10 Minuten quellen lassen.

In einer Pfanne mit Fett den Pfannkuchen auf einer Seite braun backen, wenden, auf kleinste Hitze zurückstellen. Pfannkuchen belegen und zum Schluss mit Käse bestreuen.

Deckel auflegen; der Pfannkuchen ist fertig, sobald der Käse geschmolzen ist.

➤ Wird Mehl Typ 405 verwendet, benötigt man etwas weniger Flüssigkeit.



Reispfanne

Zutaten:

6 Esslöffel Reis, gekocht

1 Zwiebel, gewürfelt

5 Esslöffel TK-Erbsen

1/2 Messerspitze Sambal Olek oder Tabasco

1/4 Teelöffel Paprika, rot

1 Teelöffel Sojasauce

1 Prise Gemüsebrühe-Extrakt

Pfeffer

Salz

1 Teelöffel Butter

Öl in dem Pfannen-Bräter erhitzen. Einige Reiskörner in die Pfanne geben. Bilden sich rundum Bläschen, den restlichen Reis zugeben. Wenden, sobald sich die Körner vom Boden lösen und hellbraun gebacken sind. Zwiebelwürfel zugeben und mitbraten bis sie glasig sind. Erbsen zugeben, Hitze abschalten und unter Rühren die Erbsen garen. Mit Gewürzen abschmecken (Vorsicht bei Sambal Olek oder Tabasco!), Butter zugeben, schmelzen lassen, umrühren und servieren.

- Schmeckt besonders gut mit Käse überbacken. Statt mit Erbsen ggf. mit Mungobohnen-Keimen zubereiten.



Nudeln, gebraten

Zutaten:

Nudeln, abgekocht

5 Esslöffel geriebener Käse

Öl

Salz

Pfeffer

Öl in der Pfanne erhitzen.

Wenn sich an einer in die Pfanne gegebenen Nudel rundum Bläschen zeigen, so viele Nudeln in die Pfanne geben, dass der Boden gerade bedeckt ist.

Erst dann wenden, wenn sich die Nudeln vom Boden lösen und rundherum braun gebacken sind.

Käse darüberstreuen, schmelzen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Sofort servieren.

