Italienische Frikadellen aus dem Klee-TV

Manch einer nennt sie auch Buletten, Fleischpflanzerln oder Fleischlaberln….

Laut Frank gibt es in Deutschland 1.000.000 unterschiedliche Frikadellenrezepte und nur ein einziges für “italienische” Frikadellen. Und genau dieses eine seltene Rezept hat Frank uns heute verraten



Zutaten:
500 gr. gemischt halb Schwein, halb Rind für die Fleischwolffanatiker, bitte das gewürfelte Fleisch knapp ne halbe Stunde vor Beginn im Gefrierschrank auf einem Tablett leicht anfrosten lassen.

Oder 500gr. gemischtes Hack
1 rote Zwiebel
1 Brötchen vom Vortag, in etwas Wasser eingeweicht
1Ei
1TL Salz
40 gr Getrocknete Tomaten (softe Snacktomaten, ersatzweise getrocknete Tomaten in Öl, dann das Öl abtropfen lassen
40 gr Oliven (ich hab grüne genommen)
0,5 TL Majoran getrocknet
0,5 TL Basilikum getrocknet
50 gr. Parmesan
1 Knoblauchzehe
60 ml trockenen Weißwein (im Klee-TV machte Herr Klee das mit

Rotwein)
ggf. Paniermehl

Zubereitung:
Fleisch durch den Fleischwolf wolfen.

Dann Multi mit Messer aufsetzen: Knoblauchzehe ins offene Messer werfen (das wünsche ich ja meinem schlimmsten Feind nicht, der Frank macht das ohne mit der Wimper zu zucken).
Tomaten, Oliven ebenfalls hinterher werfen.
Dann die Zwiebel ebenso reinwerfen, jetzt aber nicht mehr lange rühren, damit die Zwiebel nicht bitter wird.
Im Multi dann das Messer entfernen und die Scheibe Nr. 1 einsetzen und den Käse mit dazu reiben.

Alles in Kessel zusammen mit Fleisch, restlichen Zutaten (Ei, Wein, ausgedrücktes Brötchen, Gewürze….) geben und mit K-Haken kurz mischen.

In Pfanne etwas Fett erhitzen und von beiden Seiten herausbraten.

Tacos



Heute kommt ein Rezept zur Fertigstellung von Tacos, es geht so schnell, dass es fast schon als Fastfood durchgeht, aber wirklich köstlicher Fastfood!

Bei den Zutaten seid ihr komplett frei und flexibel, es ist nur ein Vorschlag.
Wer keine Lust hat z.B. die Salsa selbst zu machen, kauft sich einfach eine fertige Salsa im Supermarkt. Nur die Guacamole, die ist dank Kenwood eine Sache von ein paar Minuten, die solltet ihr einfach in der Kenwood probieren, ihr werdet sie danach nie wieder fertig kaufen.

Zutaten:
4 – 5 Tacoshells pro Person
500 gr. Hackfleisch (ich finde Rind passt am besten)
1 Tomate klein gewürfelt
Zum Würzen von Hackfleisch: Salz,Pfeffer, getrocknete zerbröselte Chillischote, alternativ geht auch die Gewürzmischung, die in der Tacoshellpackung manchmal enthalten ist.

Für den Salat:
Dose Mais
1 rote Paprika, klein gewürfelt (wer größere Mengen macht, kann den Würfler verwenden, auch für die folgenden Zutaten)
1 Tomate klein gewürfelt

1/2 rote Zwiebel klein gewürfelt
Saft aus halber Limette
Olivenöl
1 TL Zucker

Für die Guacamole
1 Avocado (beim Kauf achten, dass sie leicht weich sind und nicht zu hart)f
1 Knoblauchzehe
Saft aus halber Limette
Salz/Pfeffer
Creme Fraiche, geht auch light

Für die Salsa (Rezept von Nina!) – Achtung die Salsa ist das einzige, was etwas Vorlauf braucht, die könnt ihr gerne auch schon einen Tag vorher machen
1 Dose stückige Tomaten
2 Spitzpaprika
1 Zwiebel
1 Chili oder Chilipulver
Zitronensaft einer halben Zitrone
Etwas Salz
2 EL Zucker
Etwas Rapsöl

1 halber Kopf Salat

Gouda zum Raspeln

Alternativ auch 1 Becher Creme fraiche, Salz, Pfeffer und frische Kräuter.

Alternativ: Ggf. eine Dose Kidneybohnen

Zubereitung:
Die Salsa braucht am längsten, daher mit dieser beginnen, ggf. auch schon am Tag zuvor. Wenn es schnell gehen soll, tut es auch eine Salsa aus dem Supermarkt. Das Rezept zur Salsa findet ihr hier.

Etwas Olivenöl in Pfanne erhitzen, Hackfleisch zugeben, ein paar Minuten krümelig braten, ein paar Löffel von der Salsa und eine in kleine Würfel geschnittene Tomate zum Hackfleisch geben, mit Salz/Pfeffer/Chilli würzen.

Salatkopf waschen und die ganzen Blätter auf eine Platte legen und auf den Tisch stellen.

Wer Kidneybohnen besorgt hat: Einfach die Bohnen in ein Schüsselchen füllen und auf den Tisch stellen.

Alle Zutaten für den Paprika-Mais-Salat vermischen und auch anrichten.

Gouda raspeln. Ich hatte auch schon keinen Gouda am Stück und nur ein paar Scheiben. Der Muti schafft auch das. Einfach die grobe Raspel nehmen und durchlassen. Käse in Schälchen füllen und dann den Multi (ohne ihn extra zu reinigen) für die Guacamole benutzen.







Für die Guacamole alle Zutaten in Multi mit Messer geben und rühren bis alles püriert ist. Ggf. noch abschmecken, fertig und nur noch umfüllen.



Die Tacoshells nun ca 3 Minuten im Backofen bei 180 Grad O/u erhitzen, das geht auch gut auf einem Stahlblech oder so. Fertig.

Nun alles zusammen auf den Tisch stellen und jeder nimmt sich von den Zutaten, die er mag und füllt sie sich in seine Tacos. Am besten unten ein Salatplatt, dann von dem Hackfleisch, dann was man mag und oben mit Salsa und Guacamole abschliessen.

Wer mag kann zum Schluss noch frische kleingeschnittene Kräuter, z.B. Petersilie drüber streuen.





Und auch Silvia Angermann hat Tacos gemacht, hier ihre Variation: Die cc hat den Käse geraffelt, den Eisbergsalat geschnetzelt und die Guacamole gerührt. Das Hackfleisch habe ich old school zubereitet, frei nach Georgette Dee. Wein – und du schläfst allein. (Vielleicht liegt’s auch am Knoblauch 🙂) Gekauft waren die Salsa und die Tacos.











Katsu Sando Japanisches Sandwich mit paniertem Schweineschnitzel





Rezept und Fotos zur Verfügung gestellt von Karsten Remeisch

Katsu Sando
Japanisches Sandwich mit paniertem Schweineschnitzel
(für 4 Katsu Sando / 2 Personen)

Tankatsu Sauce (ergibt ca. 700ml)
- 2 Zwiebeln (grob gewürfelt)
- 2 säuerliche Birnen (gewürfelt)
- 4 Knoblauchzehen (gewürfelt)
- 4 Flaschentomaten (gewürfelt)
- 150ml Sake
- 50ml Sojasauce
- 100g Zucker
- 1EL Tomatenmark
- 3 EL Reisessig
- 1 Lorbeerblatt
- Salz
- Je 1 Prise Zimt/Muskat/Pfeffer

• Pflanzenöl

Krautsalat
• 300g Rotkohl (fein gehobelt)
• 1 EL Mirin (süßer Reiswein)
• 1 EL Reisessig
• 1 EL Pflanzenöl
• Salz

Sandwiches (Katsu Sando)
• 8 sehr dünne Schnitzel (Rücken/Lachs) à 50g
• 1 Ei
• Sahne
• Mehl
• Panko (jap. Paniermehl)
• 8 große Scheiben Toastbrot
• grober Senf
• Pflanzenöl
• Salatblätter (optional)

Zubereitung

Tonkatsu-Sauce:

Das Koch-Rührelement einsetzen und 3-4 EL Öl auf 160° erhitzen. Den Rührintervall auf 30 Sekunden einstellen. Die Zwiebel leicht braun anschwitzen, dann den Knoblauch kurz mitbraten. Birnen und Tomaten zugeben und ebenfalls kurz anbraten.
Mit 400 ml Wasser ablöschen, Sake, Sojasauce und Zucker zugeben. Aufkochen lassen und die Temperatur auf 100°C einstellen. Bei geöffnetem Deckel mindesten eine halbe köcheln lassen. Das Koch-Rührelement entfernen und durch das Flexi-Rührelement einsetzen.
Das Lorbeerblatt entfernen und die Sauce mit einem Pürierstab so fein wie möglich pürieren. Ohne Druck durch ein Sieb streichen und weitere 10-20 Minuten bei 100°C köcheln lassen, bis die Sauce schön cremig ist. Dabei dauerhaft rühren lassen

Mit Salz, Pfeffer, Zimt und Muskat würzen und abschmecken.
In ein sauberes Glas mit Schraubverschluss umfüllen und abkühlen lassen.

Krautsalat:

Den Rotkohl je nach Größe in 4-8 Spalten schneiden und den Strunk entfernen. Im Multi / Schnitzelwerk / Trommelraffel mit der Schneidscheibe in feine Streifen hobeln.
Für die Katsu Sando reichen 2-3 Handvoll Rotkohl, den Rest anderweitig verwenden. Mit Mirin, Reisessig und etwas Salz würzen und mit den Händen (Handschuhe?) kräftig durchkneten. Dadurch wird der Kohl zarter und nimmt die Aromen besser auf. Ein wenig ziehen lassen und dann das Öl einarbeiten. Je länger der Kohl zieht, desto besser.

Katsu Sando

Die Schnitzel zwischen Frischhaltefolie legen und hauchdünn plattieren. Je 2 Schnitzel aufeinanderlegen und mehlieren. Das Ei mit 1-2 EL Sahne mit etwas Salz und Pfeffer würzen und grob verrühren. Die Schnitzel darin wenden und anschließend im Pankomehl panieren. Für eine dickere Panierung einfach wiederholen. Die Schnitzel in heißem Öl goldbraun ausbacken und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.
Die Toastscheiben entrinden, und vier davon mit grobkörnigem Senf bestreichen. Die optionalen Salatblätter darauflegen, dann eine Schicht Krautsalat und abschließend die Schnitzel darauf verteilen. Die restlichen Toastscheiben großzügig mit der Tonkatsu-Sause bestreichen und als Deckel auflegen.
Schmeckt warm und kalt.

Die Sauce hält sich wochenlang im Kühlschrank und passt hervorragend zu Schwein und Geflügel.
Falls der Kohlkopf zu groß war, kann man daraus einen haltbaren (eingekochten) Rotkohlsalat machen, der sich ohne Aufwand, zu gekochtem Rotkohl weiterverarbeiten lässt.
Das ursprüngliche Rezept stammt aus dem Buch „Auf die Hand“

von Stevan Paul. Ich habe individuelle Änderungen der Zutaten vorgenommen und es an die CC(G) angepasst.

Wer mag, tauscht die Birnen gegen Äpfel und den Rotkohl gegen Weiß/Spitzkohl um näher am „Original“ zu sein.

Zubehör: Multizerkleinerer oder Schnitzelwerk oder Trommelraffel, Koch-Rührelement mit Rührhilfeclip, Flexi-Rührelement, Pürierstab



Blumenkohlauflauf





Für 2-4 Personen

Zutaten:
1 Blumenkohl

1 Zwiebel
500 gr. Hackfleisch
30 gr. Butter
30 gr. Mehl
50-100 gr. Sahne, kann auch fettreduziert oder Milch sein
Etwas geriebener Käse oder 2 Scheiben Käse
Salz/Pfeffer/ein paar frische Kräuter
Etwas Öl zu Anbraten

Zubereitung:
Blumenkohl putzen, in Röschen schneiden. Großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und Blumenkohl 15 Minuten kochen. Abgiessen (Wenn man mag ca. einen viertel Liter Abtropfwasser vom Blumenkohl zurückhalten und später für die Bechamel verwenden) und zur Seite stellen.

Zwiebel kleinschneiden. Etwas Öl in Kessel geben, Kochrührelement einsetzen, 140 Grad, kontinuierlich rühren, Zwiebel zugeben und Zwiebeln anschwitzen.
Hackfleisch zugeben. 140 Grad lassen (bzw. bei Gourmet auch auf 160 Grad erhöhen), Rührintervall mit kleinen Pausen und Hackfleisch krümelig braten. Mit Salz/Pfeffer würzen. Zur Seite stellen.

In zweiter Schüssel Kochwasser, Butter, Mehl füllen, Flexi einsetzen, ca. 120 Grad und ohne pause rühren lassen Nachdem es kocht auch Sahne und etwas Käse zugeben. Ein paar MInuten rühren lassen, bis die Sauce von der Konsistenz etwas dicker ist. Mit Salz/Pfeffer würzen.





Dann in zwei Auflaufformen erst das Hackfleisch einfüllen, dann den Blumenkohl drauflegen und zum Schluss die Bechamel darüber geben.





Ca. 20 Minuten/Ober-Unterhitze/200 Grad, bis der Blumenkohl etwas Farbe annimmt.

Wärend der Auflauf im Ofen ist, die zwei Kochschüsseln und den Topf in die Spülmaschine geben und alles ist wieder aufgeräumt -)

Lammlachse an Sahne-Zoodles



Rezept und Fotos von Dagmar Möller

Dieses Rezept und mehr gibt es auch hier: http://toepfle-und-deckele.de/

Zutaten für eine Portion:

Zutaten:
1 mittelgroße Zucchini
1 TL Olivenöl
70 ml Sahne
1 TL Gemüsepaste
5-6 schwarze entsteinte Oliven
etwas Piment d‘Espelette
schwarzer Pfeffer, Salz
1 Spritzer Zitronensaft
1 Prise Xucker (alternativ Zucker)
2 Kirschpaprika mit Frischkäsefüllung (optional)
10 g Parmesan (gerieben)
1 Ziegenkäsetaler mit Bacon (optional)

180 g Lammlachse (ggf. am Vortag mit Kräutern mariniert)
1 TL Ghee
1 Zweig Rosmarin
1 Soloknoblauch
Kräuterbutter

Zubereitung:
Lammlachse in einer heißen Grillpfanne mit Ghee, Knoblauch und Rosmarin anbraten. Ziegenkäsetaler mit anbraten. Bei 130 Grad im Backofen fertig garen lassen. Garstufe nach Gusto. Ggf. warm halten.

In der Zwischenzeit die Zucchini mit dem Spaghetti-Spiralizer schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl kurz anbraten. Mit Zucker karamellisieren und mit Sahne ablöschen. Würzen, Oliven und Tomatenpaprika zufügen und ein paar Minuten garen. Zucchini sollen noch bissfest sein.

Zoodles anrichten, Fleisch aufschneiden, Parmesan zufügen. Kräuterbutter aufs Fleisch… 😉

Rahmkartoffeln mit Gemüse und Ofenfrikadelle



Foto und Rezept zur Verfügung gestellt von Karsten Remeisch

Für 4 Portionen:

Zutaten:
Rahmkartoffeln
• 600 g festkochende Kartoffeln (in 1cm Würfel)
• 1 Kohlrabi (in 1cm Würfel)
• 1-2 Karotte(n) (in 1cm Würfel)
• 200 g junge Erbsen (frisch oder TK)
• 2 Schalotten (in feinen Scheiben)
• 100 ml weißer Burgunder (alternativ Gemüsebrühe und weißer Balsamico
• 400 ml Sahne
• 1-2 EL Crème fraîche
• 2 Handvoll frisch geriebener Parmesan
• Muskat
• 1-2 Frühlingszwiebeln

Ofenfrikadelle
• 500 g Hackfleisch nach Wahl

• 2-3 Eier
• 3 Schalotten (sehr fein gewürfelt)
• 1 Knoblauchzehe (sehr fein gewürfelt)
• 1 EL frisch gehackte Petersilie
• 2 Handvoll frisch geriebener Parmesan
• 150 ml Milch
• Semmelbrösel
• Butter

Zubereitung:

Rahmkartoffeln

Zutaten putzen.
Kartoffeln, Kohlrabi und Karotte mit dem Wüfelschneider würfeln.

Temperatur auf 120°C einstellen und Rührstufe 2 (10 Sek.) wählen, Kochrührelement einsetzen. Die Schalotten mit etwas Butter anschwitzen bis sie glasig sind. Mit dem Weißwein ablöschen und etwas einkochen lassen.

Kartoffelwürfel zufügen, mit der Hälfte der Sahne angießen und die Temperatur auf 100°C reduzieren. Es sollte leicht vor sich hin köcheln.

Nach ca. 10 Minuten, Kohlrabi, Karottenwürfel und die restliche Sahne ebenfalls zugeben.

Wenn die Kartoffeln gar sind, die Erbsen zugeben und für 3 Minuten mitköcheln.

Zum Schluss die Crème fraîche und den Parmesan unterheben. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken.

Ofenfrikadellen

Den Backofen auf 220°C vorheizen.

Die Schalottenwürfel zusammen mit den Knoblauchwürfeln in

etwas Butter andünsten, ohne dass sie Farbe nehmen. Vom Herd nehmen und beiseite stellen.

Das Hackfleisch mit Eiern, Milch, Parmesan, Petersilie und den Schalotten gründlich von Hand vermischen (oder mit K-Haken). Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Semmelbrösel einarbeiten und 8 Frikadellen formen.

Auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech 20 Minuten backen.

In Schüsseln servieren und mit fein geschnittener Frühlingszwiebel garnieren.

Chili con carne



Foto und Rezept von Sylvia Hofmann

Zutaten:
500 g Rinderhack
3 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
1 Dosen Tomatenstücke
2 Paprikaschoten
100 ml passierte Tomaten
1 EL Tomatenmark
1 TL Sambal Olek
1/2 Dose Mais

1 Dose Kidneybohnen
1 Dose Chilibohnen
1 EL Olivenöl
1 TL Salz
1 TL Gemüsebrühe
1 ½ EL Oregano
½ TL Majoran
½ TL Kreuzkümmel
½ TL Paprika süß
½ TL Paprika scharf
¼ TL Zimt
1 Prise Zucker
Pfeffer

Zubereitung:

Auf 140° aufheizen. Zwiebeln 2 min. bei Intervall 0 mit Kochrührelement anbraten.Hackfleisch dazugeben und 5 min bei Intervall 0 anbraten. Nach 2 min. Knoblauch dazugeben.

Tomatenstücke, Paprika, passierte Tomaten, Tomatenmark und Sambal Olek hinzugeben und weitere 5 min. bei Intervall 0 kochen. Nun alle Gewürze dazu und 3 min. köcheln lassen.

Nun noch die abgetropften Kidneybohnen, Chilibohnen und den Mais dazugeben. Temperatur auf 85° runterstellen, Rührintervall 9 und das ganze 4 Stunden weiterköcheln lassen.

Vor dem Servieren nochmal abschmecken.

Indisches Butter Chicken



Rezept von hier https://slowcooker.de/2013/aus-dem-crockpot-indisches-butter-huhn/ und von Gisela M. leicht verändert und auf CC abgewandelt

Ein “Butter Chicken” ist für mich immer etwas ganz Besonderes. Erinnert es mich doch an die guten alten Zeiten. Vor ca. 20 Jahren trat ich eine neue Stelle an und der Buchhalter raunte mir zu, ich möge auf mich aufpassen, in der Firma würde etwas nicht stimmen. Soviel Butter könnte kein Mensch der Welt verbrauchen…..
Im Laufe der Zeit merkte ich dann, dass neben dem Büro ein indisches Restaurant war und das Tagesgericht war immer “Butter Chicken” – Sobald es etwas zu besprechen gab, hat der Chef zum Mittagsessen beim Inder geladen und auf den Bewirtungsbelegen stand halt immer nur “Butter”

Zutaten:
Etwas Butter zum Anbraten
2 Zwiebeln kleingeschnitten
2 Knoblauchzehen, zerdrückt
1 Essl. Currypulver (je nach Gusto mild oder scharf)
1-2 Teel. Currypaste, rot oder gelb (habe ich weggelassen, da spontan nicht verfügbar)
1 Teel. Kurkuma
1 Essl. Garam Masala bzw. wenn nicht vorhanden Gewürzmischung “Butter Chicken”
800 Gramm Hühnerbrustfilet,klein geschnitten oder Geschnetzeltes
1 Stück Ingwer, 2 cm, geschält und gerieben

1 Teel. Salz
Getrocknete Chilischote ,etwas zerbröselt
1 Döschen Tomatenmark (70 g)
1 Dose Kokosmilch (400 ml)
2 Essl. Joghurt
2 Essl. Butter
Zur Deko: 1 Lauchzwiebel in Scheiben geschnitten

Zubereitung:
Butter zum Anbraten in Kessel geben, Temperatur 140 Grad. Kochrührelement einsetzen und kleingeschnittene Zwiebeln mit den indischen Gewürzen anrösten.

Alle restlichen Zutaten ausser dem Fleisch mit einer Gabel Gabel grob vermixen. Fleisch in Hühnerbrustfilet zu den Zwiebeln geben und restliche Zutaten darübergießen, Auch die Butter ungeschmolzen daraufgeben.

Dann in der Gourmet den Slowcookermodus anschalten. Bei High 3,5 Stunden einstellen, bei LOW 7 Stunden.
(Wer keine Gourmet hat: High = ca. 90-95 Grad/Low ca. 75-85 Grad)
Rührintervallstufe hatte ich 9, d.h. nach 5 Minuten wird kurz gerührt.
Und den Spritzschutz nicht vergessen aufzusetzen.

Zum Schluss nochmal nachträglich abschmecken und mit Reis servieren und Frühlingszwiebeln bestreuen. Köstlich <3



Tipp: Beim nächsten Mal würde ich die Mengen auf das 1,5 fache erhöhen. Das müsste in der CC auch gehen und dann kann man es ja eingefrieren für schlechte Zeiten.

Mousaka alla Giselle



Fotos Gisela M.

Zutaten:
600 gr Auberginen
grobes Salz
Öl
600 gr. Kartoffeln (wer keine Kartoffeln in der Mousaka will, erhöht die Auberginenmenge entsprechend)
600 gr. Hackfleisch Rind
2 Zwiebeln
3 Knoblauchzehen
1 Bund Petersilie
4 EL Tomatenmark
0,5 TL Pfeffer
1 TL Paprika
Thymian/Oregano frisch oder getrocknet
1 TL Salz

ca. 100 gr. Paniermehl bzw. 1-1,5 alte Brötchen die z. B. mit Trommelraffel zerkleinert wurden.
Bechamel:
30 gr. Butter
30 gr. Mehl
250 ml Brühe
200 ml Milch
Salz/Pfeffer/Muskatnuss
1 Eigelb

ein paar Butterflöckchen

Zubereitung:
Auberginen waschen, in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Von beiden Seiten mit grobem Salz bestreuen und ca. 1-2 Stunden in geschlossenem Behälter lagern, damit Wasser gezogen wird. Dann das Salz abspülen, die Auberginenscheiben auswringen und in Grillpfanne von beiden Seiten mit wenig Öl herausbraten (Anmerkung: Normalerweise macht man das mit sehr viel mehr Öl, aber ich wollte es nicht so gehaltvoll).

Kartoffeln im Multizerkleinerer (grobe Scheibe) in Scheiben schneiden. Entweder in Pfanne mit Öl ca. 10 Minuten anbraten oder meine Variante: Scheiben erst etwas wässern und dann in Heissluftfriteusse mit ein paar Spritzern Öl für ca. 12 Minuten/200 Grad geben (auch das ist eine leichtere Variante).

Etwas Öl in Pfanne geben, Hackfleisch ca. 8 Minuten scharf anbraten. Zwiebeln und Knoblauchzehen klein schneiden, mit dazugeben und mitbraten.

Tomatenmark mit etwas Wasser verrühren, Gewürze und kleingeschnittene Petersilie zugeben, ebenso Hälfte vom Paniermehl. Alles ins Hackfleisch geben und weitere 5 Minuten braten.

Zutaten für Bechamel (Butter, Mehl, Brühe, Milch) in Kessel geben, Flexi einsetzen, Temperatur ca. 110 Grad, 5 Minuten kontinuierlich rühren lassen, Salz/Pfeffer/Muskatnuss zugeben.

Temperatur abschalten und in der Zeit weiter rühren lassen. Wenn Temperatur nur noch knapp 80 Grad beträgt, das Eigelb zum legieren zugeben und noch etwas weiter (ohne Temperatur) rühren lassen.

Nun schichten: 1/3 Auberginen/Kartoffeln, dann Hackfleisch, dann Auberginen/Kartoffeln etc. – Zum Schluss mit Bechamelsauce, dann Paniermehl, ggf. 50 gr. Käse und dann noch Butterflocken abschließen.
(Anmerkung: Falls Auberginenhasser in der Familien sind, kann man auch einen Teil nur mit Kartoffen und Hackfleisch schichten).



180 Grad/O-U/45 Minuten backen.

Tikka Masala – indisches Butterhendel



Foto und Rezept zur Verfügung gestellt von Linda Peter

Zutaten:
2 Zwiebel, feinst gehackt
750 g Hühnerbrustfilet gewürfelt
2 Knoblauchzehen, zerdrückt
1 Dose gehackte Tomaten
1 Stück Ingwer, 2 cm, geschält und gerieben
1 Essl. Currypulver
1-2 Teel. Currypaste
1 Teel. Kurkuma
1 Essl. Garam Masala (Gewürz)
Kreuzkümmel
Salz
2 EL Tomatenmark
1 Dose Kokosmilch (400 ml)
2 Essl. Joghurt

Zubereitung:
Etwas Öl in Kessel geben, Zwiebel anbraten (Kochrührelement, 140 ‘Grad), Fleisch dazu anbraten, ebenso den Knoblauch und Tomatenmark dazu geben und mit anrösten (Temperatur auf 120 Grad stellen), die ganzen Gewürze dazu und mit der Kokosmilch ablöschen und aufköcheln lassen, dann auf 90 Grad zurückdrehen. Tomaten dazu geben und 2 EL Joghurt. Alles köcheln, ca. 20-30 Minuten.

Abschmecken und mit Reis servieren. Binden war nicht nötig, aber wenns sein müsste mit Stärke binden.

