



.  
meinem pelzgesichtigem Dieb  
.

## Meine Rezepte

### Barbara Fricke

Dies ist ein Kochbuch für alle meine Freunde. Stets und ständig auf der Suche nach einem sinnvollen und schönem Geburtstagsgeschenk, an dem der **B**eschenkte auch Freude hat, habe ich mich entschlossen, dieses Buch zu gestalten.

Die Rezepte stammen allesamt von mir, sind mehrfach ausprobiert und wurden meinen Gästen angeboten. Oft kam dann die Frage nach dem Rezept...

Zuerst fiel mir die Antwort recht schwer. ... schütte hiervon 1x, nimm eine Hand davon, und einen Löffel davon- du musst aber diesen Löffel nehmen, sonst passt es nicht..., bis ich mich entschlossen habe, mal alles nach zu wiegen und und nachvollziehbare Maße zu dokumentieren.

Ich bemühe mich, Rezepte zu erfassen, die einfach nachzukochen sind.

Für Gutes Gelingen meiner Rezepte ist es außerordentlich wichtig, nur frische Zutaten von höchster Qualität zu verwenden. Bei sehr frischem Gemüse kann man sehr sparsam mit Salz umgehen.

Wenn man im Besitz eines Dampfgareres ist, kann man in den meisten Fällen beim Gemüse auf Salz komplett verzichten.

Ich ziehe frisches Fleisch dem tiefgekühlten vor, wobei ich peinlich genau darauf achte, dass Rindfleisch zum Beispiel gut abgehangen ist, Geflügel und Schwein zum Beispiel sehr frisch sind.

Gewürze verwende ich nicht zu sparsam und auch in sehr hoher Qualität. Ich kaufe diese meist beim Gewürzhändler, bzw. benutze die frische Variante, wie zum Beispiel bei Ingwer, Kräutern, Knoblauch. Alle gemahlene Gewürze versuche ich im Stück zu bekommen und mahle sie frisch, wie zum Beispiel Pfeffer, Muskat, Tonka.

Ansonsten halte ich es mit Salvador Dali: Ich habe einen sehr einfachen Geschmack... Ich nehme EINFACH immer nur von allem das Beste.

Kochen kann ein Fest der Sinne werden, wenn man einige Dinge dabei beachtet. Man

sollte sich den Arbeitsplatz so gestalten, dass man gern in seiner Küche arbeitet. Dazu ist es nicht unbedingt erforderlich, dass man stolzer Besitzer einer Super- Luxus- Küche ist, **wie ich heute**, das arbeiten in der Küche muss einfach Spaß machen. Man sollte sich gut überlegen, wo man welche Geräte benötigt, wie man seinen Arbeitsplatz sinnvoll gestaltet. Das geht auch mit einfachen Mitteln. Ich habe immer schon gern gekocht und hatte oft wirklich nur sehr bescheidene Mittel zur Verfügung.

Über einen Zeitraum von mehr als einem halben Jahr hatte ich als einziges Mittel eine Kochplatte, einen Wasserkocher und einen Holzkohlegrill. Und auch damit war ich in der Lage, eine Gesellschaft von 25 Personen mit einem kalt- warmen Buffet zu bekochen! (Danke an all meine Freunde, **die auch in dieser Zeit zu mir gehalten haben!!!**)

Wenn man sich zum Beispiel sein Schneidebrett immer griffbereit legt und sich mal ein richtig gutes Messer zulegt, dann macht das arbeiten gleich doppelt so viel Spaß. Gutes Werkzeug ist das A und O.

Manchmal schauen meine Freunde ein wenig merkwürdig, wenn ich zum Geburtstag soetwas wie ein gutes Olivenholz- Schneidebrett oder ein gutes Messer verschenke, oder gar einen Wezstahl mit Diamantbeschichtung oder ähnliches... Nachdem ich dann die Handhabung erklärt habe, und den Grund für mein Geschenk, wissen sie es zu schätzen.

In meinem Haushalt ist dann noch zusätzlich kochen unter erschwerten Bedingungen angesagt: Ich habe eine weiße pelzgesichtige Küchenhilfe, die jederzeit bereit ist, einem die Rouladen oder das Rinderfilet, auch das frische Gemüse wie Champignons, Paprika, Gurken oder Obst wie Honigmelonen direkt von der Arbeitsplatte zu stehlen. Auch macht er nicht halt vor gekochtem Broccoli und Kartoffeln.

Nicht nur aus diesem Grunde muss man bei manchen Rezepten den Gemüse- oder Fleischdieb gleich mit einplanen...Sollten die Herrschaften im Pelzmantel einmal außer Haus sein, erleichtert es einem auch die Arbeit, wenn man vorsorgt und gleich genügend Fleisch in den Katzenteller/ Hundeteller gibt..., das erspart einem grüne Augen über dem Filet und torpedoartige Angriffe auf der Arbeitsplatte.

Da ich schon von einigen Gourmet- Hausgenossen im Freundeskreis gesehen und gehört habe, rate ich die Rezepte gut einzuhalten, ganz besonders die Mengenangaben und die Reihenfolge!... Das vermeidet Stress und (mit) beleidigte(n) Katzen!

Bei der Zusammenstellung der Rezepte war mir mein pelzgesichtiger Hausgenosse König Dali I. von Katz vom Maschende zu Adenstedt, (Herr von Katz), oder kurz:

Dicker, selbstverständlich gern behilflich. Außerordentlich gern lag er schnurrend auf der Tastatur und verhinderte, dass ich irgendwelche Rezepte eingeben konnte, die nicht in seinem Sinne waren.

Allerdings sind die Rezepte auch für „Nicht- Katzen- Halter“ geeignet. Die Wenigen Personen, die kein Haustier haben, lassen einfach den Katzen- Zoll aus dem Rezept weg.

Ich wünsche Euch allen viel Spaß beim **n**achkochen!

---

Anmerkung des Co-Autoren:

Ich, Dali, Coautor dieses Buches habe nun auch noch ein paar Anmerkungen:

Zunächst einmal teile ich Euch den Grund für mein Mitwirken an diesem Buch mit. Es ist für uns Kater und Katzen oft sehr schwierig, uns verständlich zu machen. Ich habe sehr lange gebraucht, bis meine Menschen die einfachsten Dinge verstanden haben. Deshalb fühle ich mich verpflichtet, mein Wissen weiterzugeben.

Liebe Leser und Nachkocher, ich als Lebensmittelsachverständiger mit Fachbereich Rindfleisch, Geflügel und Fisch rate ihnen dazu, nicht unbedingt alles zu befolgen, was meine Menschin Ihnen schreibt. Zum Beispiel besteht sie bei Rindfleisch immer auf „gut abgehangen“- Ich sage Ihnen, das ist nahezu ungenießbar! Wenn Sie es denn doch nicht lassen können, auf ihren Rat zu hören, dann tun sie das wenigstens ihrer Katze nicht an.

Natürlich können Katzen auch mal etwas aus der Dose essen, aber würden Sie 365 Tage im Jahr Ravioli und Erbsensuppe aus der Dose im Wechsel mögen? Deshalb denken Sie bitte bei jedem Einkauf an ihren Kater/ Ihre Katze, und wenn es sein muss auch an Hund, Kaninchen (lecker!) oder Maus (lecker!)! Leider haben wir Katzen nicht so viel Mäuse, dass wir selbst einkaufen können, sonst würden wir das auch gern tun.

Das waren die wichtigsten Informationen, die einem ein Kater vorab geben kann. Auch ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Nachkochen.

## Inhaltsverzeichnis

### Vorspeisen

Balsamico-Schweinefilet.....	8
Vorspeisenteller Flugentenbrust.....	9
Bruschetta.....	10
Vorspeisenteller mit Artischocken und Balsamicofilet.....	11
Vorspeisenteller mit Chilihähnchen.....	12
Champignonsalat mit Balsamico.....	13

### Suppen

Flädlesuppe.....	14
Norddeutsche Hochzeitssuppe.....	15
Geflügel-Creme-Suppe mit Curry.....	16
Tomatencremesuppe mit Feta.....	17
Kürbiscremesuppe.....	18
Paprika-Cremesuppe.....	19
Asiatische Gemüsesuppe mit Ente.....	20

### Eintöpfe

Tomaten-Eintopf.....	21
Linsen-Eintopf.....	22
Toscanischer Bohnentopf.....	23

### Pasta und Spätzle

Kräuterspätzle.....	24
Ingwerspätzle.....	25
Tortellinauflauf.....	26
Spinat-Lachs-Lasagne.....	27
Nudelaufauf mit Champignons.....	28

## Fleischgerichte

Stallhasenrücken Hubertus.....	30
Stallhasenrücken Hubertus.....	31
Hähnchenbrust an Walnußsauce.....	32
Scharfe Paprika-Hähnchenbrust.....	33
Kaninchenrückenbraten.....	34
Rouladenbraten.....	35
Rouladen mit Tomaten und Hirschschinken.....	37
Klassische Mini-Rouladen.....	38
FrISChe Flugente mit Honig-Senf-Balsamico-Kruste.....	39
Flugentenbrust im Feigensud.....	40
Jungschweinrücken.....	41
Schmorbraten in Rotwein-Senf-Marinade.....	42

## Gemüsekekuchen und Pizza

Spinatkuchen.....	43
Pfannen- Pizza.....	44
Flammkuchen mit Schinken und Lauch.....	45

## Fischgerichte

Seehecht an Zucchini-Lauch-Gemüse mit Zitronen-Kräutersoße.....	46
Pangasius-Filet.....	47
Gemischter Fischteller.....	48

## Nachspeisen

Zitronen-Mascarpone-Creme.....	51
Schoko-Zimt-Pudding.....	52
Schokonudeln.....	53
Südfrüchtecocktail.....	54



## Balsamico-Schweinefilet

Zutaten für 10 Portion(en)	700 g	Schweinefilet	1 TL	Salz
	1 TL	Rosmarin	3 Msp	Pfeffer
	1 TL	Petersilie	100 ml	Balsamico
	1 TL	Basilikum	100 g	Hähnchenbrustfilet

### Zubereitung von Balsamico-Schweinefilet

*Das Hähnchenbrustfilet in der Pfanne braten und in Würfel schneiden und direkt in den Katzennapf geben- dann kann man sich in Ruhe dem Schweinefilet widmen!*

Die gehackten Kräuter und Salz und Pfeffer mischen. Das Filet darin wenden und im Ofen bei 200 °C ca. 22 Minuten braten.

Filet erkalten lassen, mit der Maschine in dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben schichtweise in eine Schale legen, jede Schicht großzügig mit Balsamico beträufeln. Mindestens 2 Stunden ziehen lassen.

Das Filet ist "genau richtig", wenn es auf den Druck mit einer Gabel leicht nachgibt. Da jeder Ofen anders backt, kann man nicht ganz genau sagen, ob es nun 22, 20 oder gar 25 Minuten im Ofen garen muss... Also am besten ausprobieren! Wichtig ist, dass man das Filet nicht trocken brät, es sollte eventuell noch leicht rosa sein in der Mitte. Man kann diese Vorspeise auch am Tag zuvor zubereiten. Ich lege meistens 1 kleines Stück getoastetes Weißbrot auf den Teller, einige Basilikumblätter, eine Tomatenrose und 3 bis 4 Scheiben Filet, je nach Größe.





## Vorspeisenteller Flugentenbrust

Zutaten für 4 Portionen	1	kleine Flugentenbrustfilet
	2	mittlere Strauchtomaten
	2 TL	Balsamicoessig
Schwierigkeitsgrad: leicht	8 Stk.	Basilikumblätter
Zubereitungszeit: 20 min	4	große Champignons

Die geräucherte Flugentenbrust in der Pfanne von beiden Seiten, zuerst auf der Hautseite je 5 Minuten braten. Fleisch etwas abkühlen lassen und in der Zwischenzeit die braunen Champignons in Scheiben schneiden und im restlichen Flugentenfett von beiden Seiten braten.

Entenbrust in dünne Scheiben schneiden und auf den Tellern fächerartig anrichten. Die Champignonscheiben dazulegen und die Tomaten achteln und je 2 Achtel mit auf den Teller geben.

Kurz vor dem Servieren mit der Pipette den Aceto Balsamico von hoher Qualität über alles träufeln. Jeden Teller mit einem großen Basilikumblatt bzw. kleinen Basilikumzweig und einer Tomate garnieren.



## Bruschetta

Zutaten für 4 Portionen	8	Scheiben Baguette	40 g	Parmesan
	60 g	Pinienkerne	2 große	Knoblauchzehen
	10 EL	Olivenöl	1 kleine	Schalotte
	1 Bund	Basilikum	1 Prise	Pfeffer
	4 mittlere	Tomaten	1 Prise	Salz

Pinienkerne mit dem Pürierstab zerkleinern, Basilikumblätter dazugeben, 2 bis 3 EL Öl dazugeben. Alles mit dem Pürierstab noch einmal durcharbeiten, zum Schluss den Parmesan dazugeben.

Tomaten fein würfeln, Schalotte fein würfeln und mischen, mit Pfeffer und Salz würzen.

Den Knoblauch fein würfeln und im heißen Olivenöl braun braten. Knoblauchwürfel aus der Pfanne nehmen und die Brotscheiben darin braten. Jeweils 4 Brotscheiben auf einen Teller legen und davon je 2 mit Pesto und 2 mit Tomaten belegen.



## Vorspeisenteller mit Artischocken und Balsamicofilet

Zutaten für 2 Portionen	2 kleine	Artischocken
	1 l	Wasser
	8 Scheibe(n)	Balsamicofilet
	2 EL	Cocktailsauce
Schwierigkeitsgrad: leicht	1 Prise(n)	Salz
Zubereitungszeit: 30 min	50 g	<i>schieres Rinderhackfleisch</i>

### ***Zubereitung von Vorspeisenteller mit Artischocken und Balsamicofilet***

*Zunächst sollte man die 50g Rinderhackfleisch in den Katzennapf geben, dann kann man wirklich in Ruhe den Vorspeisenteller zubereiten.*

Artischocken in Salzwasser kochen. Auf dem Teller mit dem Balsamico-Filet und der CocktailsöÙe zusammen anrichten.



## Vorspeiseteller mit Chilihähnchen

Zutaten für 2 Portionen	3 kleine	Hähnchenbrustfilets	0,25 Stk.	Salatgurke
	2 EL	Chilischoten	0,25 Stange(n)	Lauch
Schwierigkeitsgrad: leicht	1 Prise(n)	Salz	1 mittlere	Zwiebel
Zubereitungszeit: 15 min	2 mittlere	Tomaten frisch	2 EL	Balsamicodressing

### **Zubereitung von Vorspeiseteller mit Chilihähnchen**

*1 x Hähnchenbrust ungewürzt braten, kleinschneiden und in den Katzennapf geben!*

2 x Hähnchenbrust 2 Stunden mit den gehackten Chilischoten im Kühlschrank ziehen lassen. Danach mit etwas Salz bestreuen und in der Pfanne braten.

In der Zwischenzeit Tomaten achteln, Lauch in Ringe schneiden, Gurke würfeln und rote Zwiebel in Ringe schneiden. Das Gemüse auf 2 Teller verteilen.

Die Hähnchenbrust etwas auskühlen lassen, in Scheiben schneiden und auf den Salat geben. Zum Schluss jeweils 1 EL Balsamicodressing darüber verteilen.



## Champignonsalat mit Balsamico

Z

utaten für 6 Portionen	500 g	Champignons	1 Prise(n)	Salz
	1 Bund	Lauchzwiebeln	30 ml	Balsamico-Essig
Schwierigkeitsgrad: leicht	3 EL	Petersilie	2 EL	Kürbiskernöl
Zubereitungszeit: 15 min	1 Prise(n)	Pfeffer schwarz	2 EL	Rapsöl

### **Zubereitung von Champignonsalat mit Balsamico**

Champignons in Scheiben schneiden und im Rapsöl anbraten, dann mit Balsamico aufgießen und 5 Minuten mit Deckel bei abgestellter Flamme ziehen lassen. Die Lauchzwiebeln in Stücke von ca. 0,5 cm schneiden, unter die Champignons mischen, das Kürbiskernöl dazugeben und mit gehackter Petersilie, Salz und Pfeffer aus der Mühle kräftig abschmecken.

Anmerkung und Kochtipps für Champignonsalat mit Balsamico

Eignet sich sowohl als Vorspeise als auch als Beilage.



## Flädlesuppe

Zutaten für 6 Personen	500 g	Hähnchenbrust mit Knochen	60 g	Mehl
	1 Bund	Suppengemüse	1 Stk.	Ei
	3 Prise(n)	Salz	1 Msp	Backpulver
	1 Zweig(e)	Liebstöckel	10 ml	Milch
	2 l	Wasser		
Schwierigkeitsgrad: leicht	1 Packung(en)	Eierstich. oder		
Zubereitungszeit: 30 min		Suppeneinlage (Haushalt)		

### **Zubereitung von Flädlesuppe**

Aus Ei, Salz, Backpulver und Milch (eventuell etwas mehr Milch) einen Teig herstellen und daraus einen dünnen Pfannkuchen backen und auskühlen lassen.

Die Hühnerbrust mit dem Suppengemüse und dem Liebstöckelzweig etwa 40 Minuten kochen. Die Haut abzeihen, den Knochen entfernen und die Brust in ca 1,5 cm große Würfel schneiden.

Brühe durch ein Sieb geben. Vom Pfannkuchen feine Streifen schneiden, gewürfeltes Hühnerfleisch (zur Hälfte freiwillig der Katze geben!) und Eierstich in die gesiebte Brühe geben. Mit etwas Salz abschmecken.

Anmerkung und Kochtipps für Flädlesuppe:

Eierstich kann man gut vorbereiten und auch einige Wochen einfrieren.



## Norddeutsche Hochzeitssuppe

Zutaten für 8 Portionen	750 g	Rindfleisch	16 EL	Vollmilch
	150 g	Nudeln	2 TL	Salz
	1 Stange	Lauchstange	300 g	Spargelspitzen
	300 g	Rinderhackfleisch	1 Zweig(e)	Liebstöckel
	3 Stk.	Möhren	2 EL	Petersilie
Schwierigkeitsgrad: leicht	8 Stk.	Eier	1 Prise(n)	Pfeffer
Zubereitungszeit: 65 min	1 kleine	Sellerieknolle	1 Prise(n)	Muskatnuss

### ***Zubereitung von Norddeutsche Hochzeitssuppe***

Das Rindfleisch zusammen mit Möhren, Lauch, Sellerie und dem Liebstöckelzweig in Salzwasser etwa 80 Minuten bei mittlerer Hitze kochen lassen.

In der Zwischenzeit Nudeln kochen und in ein Sieb geben, mit Wasser übergießen. Spargel in ca. ein cm große Stücke schneiden und kochen.

Hackfleisch würzen, mit Pfeffer und etwas Salz zu kleinen Klößchen formen und ebenfalls kochen. Eierstich zubereiten, aus den Eiern, Muskatnuss, etwas Salz und der Milch.

Eierstich in einen guten Gefrierbeutel, geben, zuklammern und in einen Topf mit Wasser hängen, zum garziehen. Alternativ in eine gefettete Form geben und im Wasserbad garen. Eierstich in Würfel schneiden.

Nach der Garzeit die Brühe durch ein feines Sieb geben, Nudeln, Eierstich, Klößchen und Spargel dazugeben, eventuell noch mit etwas Salz nachwürzen. Nochmals kurz erhitzen, direkt vor dem Servieren die gehackte Petersilie überstreuen.



## Geflügel-Creme-Suppe mit Curry

Zutaten für 9 Portionen	600 g	Putenbrustfilet	0,5 kleine	Paprikaschote, rot
	100 ml	Sahne	1 Prise	Chilipulver
	1 l	Wasser	1,5 EL	Mehl
	100 g	Karotten	2 EL	Öl
	1 TL	Curry	1 EL	Gemüsebrühepulver
Schwierigkeitsgrad: leicht	0,5 TL	Kurkuma	1 Prise	Pfeffer
Zubereitungszeit: 30 Min	2 cm	Ingwerwurzel	100g	Putenbrust für die Katz

### **Zubereitung von Geflügel-Creme-Suppe mit Curry**

*100g Putenbrust garen und in den Katzennapf geben!*

Geflügelbrust in ca. ein cm große Würfel schneiden, in Öl anbraten. Mit Wasser aufgießen, die Minikarotten dazugeben und ca. 15 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die Paprika fein würfeln, kurz vor Ende der Garzeit dazugeben.

Das Mehl mit 50 ml Wasser anrühren, zur Suppe geben und aufkochen. Die Sahne unterziehen, mit allen Gewürzen kräftig abschmecken.





## Tomatencremesuppe mit Feta

Zutaten für 4 Portionen	1 kg	Tomaten	1 TL	Mehl
	100 ml	Wasser	7 Zweige	Petersilie
	100 g	Schmand	2 Prisen	Pfeffer
Schwierigkeitsgrad: leicht	1 mittlere	Zwiebel	2 TL	Gemüsebrühepulve
Zubereitungszeit: 20 Min	200 g	Feta	30 ml	Öl

### ***Zubereitung von Tomatencremesuppe mit Feta***

Zwiebel putzen, in Würfel schneiden und in Öl goldgelb braten. In der Zeit die Tomaten putzen, vom Stielansatz befreien und würfeln. Tomaten und das Wasser zu den Zwiebeln geben und etwa 10 Minuten köcheln lassen.

In der Zeit den Feta in ca. 1 cm große Würfel schneiden und die Petersilie hacken. Wenn die Tomaten gar sind, alles mit einem Pürierstab zerkleinern, bzw. wenn kein Pürierstab vorhanden ist, die Tomatenmasse durch ein Sieb streichen, um die festen Schalenreste und die Kerne zu entfernen.

Den Schmand unterrühren, mit Gemüsebrühe und Pfeffer kräftig abschmecken. (Vorsichtig mit der Gemüsebrühe, Feta ist auch salzig!) Zum Schluss die Fetawürfel und die Petersilie unterheben. Noch kurz erwärmen, aber nicht mehr kochen lassen.

*Glück gehabt! Vegetarisch, das Pelzgesicht fordert keinen Zoll.*



## Kürbiscremesuppe

Zutaten für 4 Portionen	300 ml	Kokosmilch	2 cm	Ingwerwurzel
	4 Stk.	Orangen, unbehandelt	3 Msp	Pfeffer, weiß
1 kg Kürbisfleisch	1 TL	Currypulver	500 ml	Wasser
1 Bund Suppengemüse	1 TL	Salz	1 Zweige	Liebstöckel
10 cl Sherry, trocken	3 Msp	Chilipulver	3 Msp	Korianderpulver

### **Zubereitung von Kürbiscremesuppe**

Kürbis putzen und waschen. Suppengemüse putzen und waschen und beides grob würfeln. Liebstöckelzweig dazugeben. Zugedeckt im Wasser etwa 25 Minuten köcheln lassen (der Kürbis und das Gemüse müssen weich sein, die Garzeiten sind je nach Kürbissorte unterschiedlich). Eventuell noch etwas Wasser nachgeben. Nach der Garzeit den Liebstöckelzweig entfernen.

In der Zwischenzeit Schalen von 2 Orangen abraspeln (in feinen Streifen), alle Orangen auspressen. Das Gemüse mit dem Pürierstab zusammen pürieren. Orangensaft, Kokosmilch und Sherry dazugeben, mit den Gewürzen abschmecken.

*Auch eine katzenunfreundliche Suppe!*



## Paprika-Cremesuppe

Zutaten für 4 Portionen	4 mittlere Paprikaschoten	2 EL	Portwein
	0,25 Bund Suppengemüse	1 TL	Paprikapulver
	200 g Sahne	500 ml	Wasser
	4 EL Erdnussöl	2 EL	Gemüsebrühepulver
	1 Prise Pfeffer	1 Prisen	Salz

### **Zubereitung von Paprika-Cremesuppe**

Suppengemüse putzen und mit dem Pürierstab zerkleinern. Paprika putzen und würfeln. Öl in der Pfanne oder einem großen Topf erhitzen, Suppengemüse und Paprika dazugeben und anbraten. Das Ganze mit Wasser ablöschen und 10 Minuten köcheln lassen.

Sahne zugeben und mit dem Pürierstab zerkleinern. Mit Pfeffer, Salz, Paprika und Gemüsebrühepulver abschmecken und servieren.

Man kann direkt vor dem Servieren noch einen Teelöffel geschlagene Sahne und gebratene Paprikawürfel daraufgeben.

*Schon wieder nix für die Katz!/- denken Sie... Ich, der Co- Autor liebe rote Paprika!*



## Asiatische Gemüsesuppe mit Ente

Zutaten für 4 Portionen

100 g	Entenfleisch	1 Zehe	Knoblauch
1 mittlere	Paprikaschote	3 cm	Ingwerwurzel
1 mittlere	Möhre	600 ml	Wasser
1 kleine	Zwiebel	50 ml	Sojasoße
3 große	Champignons	1 EL	Speisestärke
0,5 kleine	Zucchini	1 Prise(n)	Chiliflocken
0,5 Stange	Porree	1 Prise(n)	Korianderpulver
1 EL	Reisessig	1 Prise(n)	Curcuma
50 g	Bratfett	<i>100 g Entenfleisch für die Katz</i>	

### Zubereitung von Asiatische Gemüsesuppe mit Ente

*Zuerst das Fleisch für die Katz braten und würfeln, dann direkt in den Katzennapf geben!*

Alles Gemüse, bis auf den Porree, fein würfeln. Die Möhre, die rote Zwiebel und den ganz fein gewürfelten chinesischen Knoblauch im Bratfett leicht braun anbraten, dann die vornehmlich gelbe Paprika, den frischen Zucchini und die braunen Champignons dazugeben, kurz schmoren lassen, den in Ringe geschnittenen Lauch und das fein gewürfelte, bereits gebratene Entenfleisch dazugeben.

Die Speisestärke mit Wasser anrühren, den Rest Wasser und die Sojasoße sowie den Reisessig zum Gemüse geben. Kurz aufkochen lassen, Ingwer reiben, die Suppe mit allen Gewürzen kräftig abschmecken und mit der angerührten Speisestärke binden.

Man kann diese Suppe gut aus Resten von einer gebratenen Ente zubereiten.



## Tomaten-Eintopf

Zutaten für 4 Portionen	1,2 kg	Tomaten	100 g	Feta
	4 Stk.	Krakauer	100 g	Champignons
	200 g	Kasselerkotelett	1 Stk.	Paprikaschote, rot
	1 mittlere	Zwiebel	100 g	Zucchini
	30 g	Öl	0,5 TL	Paprikapulver
	1 Prise(n)	Pfeffer	1 Prise(n)	Salz

### ***Zubereitung von Tomaten-Eintopf***

Tomaten würfeln und in etwas Wasser köcheln lassen, pürieren. Kasseler, Zwiebel und Gemüse würfeln. Wurst in Scheiben schneiden, Feta ebenfalls würfeln.

Zwiebeln, Gemüse, Fleisch und Wurst anbraten, zum Tomatenpüree geben und mit den Gewürzen kräftig abschmecken.

Vor dem Servieren den Feta zugeben.

Anmerkung und Kochtipps für Tomaten-Eintopf

Der Tomateneintopf ist sozusagen ein Resteverwerter. Man kann fast alle Gemüsereste verwerten. Statt dem Kotelett kann man auch Bauchspeck verwenden, statt der Krakauer auch Bockwurst, Mettenden oder Brägenwurst.

*Anmerkung des Co- Autoren: Champignons! Wenn es kein Fleisch für mich gibt, dann klau ich eben die...*



## Linsen-Eintopf

Zutaten für 4 Portionen	300 g	Linsen	100 g	Bauchspeck
	1 Bund	Suppengemüse	500 g	Kasslerkotelett
	1 Zweig(e)	Liebstöckel	2 Stk.	Krakauer
	2 l	Wasser	100 g	Rinderhack
	5 mittlere	Kartoffeln		

### ***Zubereitung von Linsen-Eintopf***

Rinderhack auf den Katzennapf legen, dann kann man in Ruhe alles Fleisch schneiden!

Braune Linsen über Nacht in 800 ml Wasser einweichen, dann durch ein Sieb geben. Kasslerkotelett mit Suppengemüse, Liebstöckel in dem restlichen Wasser gar kochen.

Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und gar kochen. Bauchspeck würfeln und kross braten. Krakauer Würstchen in Scheiben schneiden und dazugeben.

Kassler aus der Brühe nehmen, vom Knochen auslösen und in Würfel schneiden. Die Brühe durch ein Sieb geben und die Linsen in die Brühe geben und gar kochen.

Das Suppengemüse in mundgerechte Stücke schneiden und zum Schluss mit dem Speck, Fleisch, Krakauer und Kartoffeln zur Brühe geben.



## Toscanischer Bohnentopf

Zutaten für 4 Portionen	500 g	Bohnen, grün
	500 g	Zwiebeln
	500 g	Tomaten
	500 g	Bauchspeck, geräuchert
	1 Prise(n)	Pfeffer
	1 Zweig(e)	Rosmarin
	50 g	Schweineschmalz

### ***Zubereitung von Toscanischer Bohnentopf***

Bohnen waschen, putzen und in ca. 4 cm große Stücke schneiden. Zwiebeln schälen, achteln. Speck in ca. 0,5 cm Würfel schneiden, Tomaten vierteln, Stielansatz entfernen. Speck im Fett anbraten, nach ca. 3 Minuten Zwiebeln dazugeben, nach weiteren 3 bis 5 Minuten Bohnen dazu, nach weiteren 8 Minuten die Tomaten dazu.

Den Rosmarinzweig im ganzen mit in den Topf geben, alles zusammen 40 Minuten schmoren lassen, zwischendurch öfter umrühren, damit nichts anbrennt. Sollte die Flüssigkeit nicht ausreichen, etwas Wasser zugeben. Zum Schluss den Rosmarinzweig entfernen.

dazu passen Pellkartoffeln oder Baguette.

*Anmerkung des Co- Autoren: Entweder, verdammt, da wird noch eine Rinderroulade mit in das Rezept aufgenommen, oder ich esse den Bauchspeck! Und- das ist Schweinefleisch!!! Das darf ich nicht, sagt meine Menschin.*



## Kräuterspätzle

Zutaten für 4 Portionen	300 g	Mehl
	3 mittlere	Eier
	2 EL	Kräutermischung
	4 Prise(n)	Salz

### ***Zubereitung von Kräuterspätzle***

Mehl, Eier, Salz und Kräuter zu einem glatten Teig verarbeiten, einige Minuten stehen lassen und in kochendes Wasser schaben. Spätzle 2 bis 3 Minuten kochen lassen und aus dem Wasser nehmen.

Anmerkung und Kochtipps für Kräuterspätzle

Mit Käse überbacken, ein leckeres günstiges Hauptgericht.





## Ingwerspätzle

Zutaten für 4 Portionen	300 g	Mehl
	3 cm	Ingwerwurzel
	3 Stk.	Eier
	4 Prise(n)	Salz

### ***Zubereitung von Ingwerspätzle***

Ingwerwurzel reiben. Dann aus allen Zutaten einen glatten Teig bereiten. Den Teig einige Minuten stehen lassen, danach in kochendes Wasser schaben. Spätzle 2 bis 3 Minuten kochen lassen und aus dem Wasser nehmen.

Anmerkung und Kochtipps für Ingwerspätzle

Wenn die Spätzle gar sind, steigen sie im Topf nach oben.

*Schon das 2. Rezept ohne Fleisch und Fisch. Ich als Kater rate Ihnen, ein Schollenfilet mit einzukaufen und dieses in Würfel zu schneiden und ihrer Katze in den Napf zu geben.*



## Tortelliniauflauf

Zutaten für 5 Portionen	500 g	Tortellini	1 Prise	Oregano (Wilder Majoran) Gewürz
	300 g	Rinderhack	1 mittlere	Zwiebel
	100 g	Rinderhack	3 EL	Öl
	0,5 l	Tomaten Konserve	200 g	Reibekäse
		1 Prise(n)		Pfeffer schwarz
		1 Prise(n)		Salz

### **Zubereitung von Tortelliniauflauf**

*100g Rinderhack in den Katzennapf geben, dann kann man sich in Ruhe dem Auflauf widmen.*

Tortellini kurz vorgaren, in eine Auflaufform geben.

Zwiebel hacken und im Öl anbraten. Das Hackfleisch dazugeben und mit den passierten Tomaten ablöschen. Mit den Gewürzen abschmecken und über die Tortellini geben.

Mit Käse bestreuen und ca. 35 Minuten im Backofen bei 190 °C überbacken.



## Spinat-Lachs-Lasagne

Zutaten für 4 Portionen	500 g	Spinat	3 Prise(n)	Muskatnuss
	200 g	Räucherlachsscheiben	2 EL	Gemüsebrühepulver
	100 g	Lachsfilet	200 ml	Wasser
	200 ml	Sahne	250 g	Gouda
	1 große	Zwiebel	150 g	Lasagneblätter
	2 Zehe(n)	Knoblauch	3 EL	Öl

### Zubereitung von Spinat-Lachs-Lasagne

*100g Lachsfilet in Würfel schneiden und die Katze damit ruhigstellen.*

Zwiebeln und Knoblauch würfeln und in Öl goldbraun braten. Den gewaschenen Spinat dazugeben und mit Sahne und Wasser aufgießen. Mit Muskatnuss und Gemüsebrühepulver würzen und 6 Minuten kochen lassen.

In eine Auflaufform schichtweise Spinat-Mischung, Lasagneblätter, Spinatmischung, Wildlachs, Lasagneblätter, Spinatmischung, Lachs, Lasagneblätter, Spinatmischung und geriebenen Käse hineinfüllen. Im Backofen bei 200 °C ca. 30 Minuten backen.



## Nudelaufwurf mit Champignons

Zutaten für 4 Portionen	150 g	Farfalle	1 EL	Speisestärke
	300 g	Champignons	30 g	Butter
	1 kleine	Zwiebel	3 Prise(n)	Pfeffer
	2 EL	Schmand	3 Prise(n)	Salz
	100 ml	Sahne	1 EL	Gemüsebrühepulver
	100 ml	Wasser	100 g	Emmentaler

### ***Zubereitung von Nudelaufwurf mit Champignons***

Zwiebel würfeln und Champignons vierteln, bzw. große in Scheiben schneiden. Pilze und Zwiebeln zusammen im Topf schmoren. Nach etwa 8 Minuten Schmand, Wasser und Sahne zugeben und mit Salz, Gemüsebrühepulver und Pfeffer würzen.

Speisestärke mit etwas Wasser anrühren, dazugeben und einmal kurz aufkochen lassen.

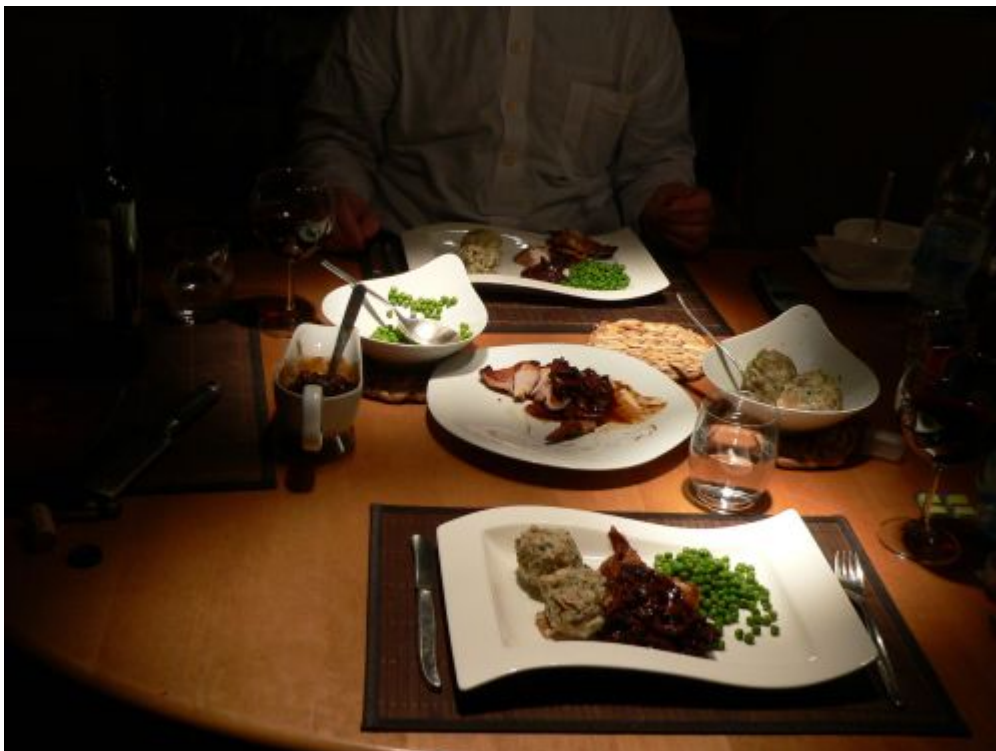
Schichtweise die ungekochten Farfalle und die Pilzsoße in eine Auflaufform geben, mit geriebenem Emmentaler bestreuen und bei 180 °C ca. 35 Minuten überbacken.

*Anmerkung vom Co- Autoren: Das mit den Champignons hatten wir schon!*





**Stallhasenrücken Hubertus**



## Stallhasenrücken Hubertus

Zutaten für 2 Portionen	2 x 100g	Hähnchenherzen	1 Bund	Suppengemüse
	1 kleine	Stallhasenrücken	1 EL	Pfeffer
	1 l	Buttermilch	1 EL	Salz
	1 mittlere	Zwiebel	2 EL	Mehl
	1 große	Möhre	1 l	Wasser
	1 Blatt	Lorbeer	200 g	Champignons, braun
	3 Stk.	Wacholderbeeren	100 g	Pfifferlinge
	2 Stk.	Gewürznelken	2 EL	Crème fraîche
	1 EL	Senf	2 EL	Öl
	10 ml	Rotwein, trocken	2 Scheibe(n)	Räucherschinken

### **Zubereitung von Stallhasenrücken Hubertus**

*100g Hähnchenherz in kleine Stücke schneiden und in den Katzennapf geben.*

Aus Buttermilch, Senf, Rotwein, Lorbeerblatt, Wacholderbeeren, Nelken, Möhre und Zwiebel eine Marinade herstellen und den Stallhasenrücken 2 Tage darin einlegen.

*100g Hähnchenherz in Würfel schneiden und die Katze damit von der Arbeitsplatte fern halten.*

Fleisch aus der Marinade nehmen, abspülen und mit Pfeffer und Salz würzen. Das Suppengemüse putzen und zerkleinern. Öl in der Pfanne erhitzen, den Hasenrücken in das heiße Öl legen und das Suppengemüse außen um den Rücken legen. In der Zwischenzeit die Pilze in einer Pfanne schmoren.

Fleisch von beiden Seiten kräftig anbraten, mit einem Teil des Wassers übergießen, über die Fleischseite die Schinkenstreifen legen und mit Deckel in den Backofen geben. Etwa 30 Minuten bei 180 °C im Backofen lassen, dann herausnehmen und die Schinkenstreifen entfernen. Auf dem Herd noch einmal kurz den Sud einreduzieren lassen.

Fleisch aus der Pfanne nehmen, die Knochen auslösen und im Backofen oder Wärmeschrank warmstellen. Mehl mit etwas Wasser anrühren. Suppengemüse und Bratenansatz durch ein Sieb streichen, mit dem restlichen Wasser aufgießen und mit Mehl binden.

Die geschmorten Pilze dazugeben und über dem Stallhasenrücken verteilen.



## Hähnchenbrust an Walnußsauce

Zutaten für 4 Portionen	500 g	Hähnchenbrustfilet	100 ml	Milch
	100 g	Hähnchenbrustfilet	1,5 EL	Speisestärke
	100 g	Walnüsse	1 Prise	Salz
	2 EL	Rohrzucker	1 Prise	Pfeffer
	200 g	Sahne	10 ml	Limettensaft

### ***Zubereitung von Hähnchenbrust an Walnußsauce***

*100g Hähnchenbrustfilet garen, in Würfel schneiden und an das Pelzgesicht verfüttern.*

Hähnchenfilet grillen oder braten, mit Pfeffer und Salz würzen und mit Limettensaft beträufeln.

In der Pfanne die Walnüsse rösten.

Im Topf den Zucker schmelzen, Sahne dazugeben, Speisestärke mit Milch anrühren und damit die Sauce binden. Die gerösteten Walnüsse dazugeben.

Zusammen mit dem Fleisch servieren.





## Scharfe Paprika-Hähnchenbrust

Zutaten für 4 Portionen	4 mittlere Hähnchenbrustfilets
	1 kleines Hähnchenbrustfilet
	1 Glas Paprikapaste
	2 EL Öl

### ***Zubereitung von Scharfe Paprika-Hähnchenbrust***

*1 Hähnchenbrustfilets in Stücke schneiden und braten, die Hälfte sofort der Katze geben.*

4 Hähnchenfilets in Paprikapaste einlegen und mindestens 2 Stunden, am besten über Nacht, ziehen lassen.

Die andere Hälfte der Hähnchenbrust dem Pelzgesicht überlassen.

Öl in der Pfanne erhitzen und die Hähnchenbrustfilets darin braten.

Anmerkung und Kochtipps für Scharfe Paprika-Hähnchenbrust

Achtung, ist wirklich sehr scharf.



## Kaninchenrückenbraten

Zutaten für 6 Portionen	1,5 l	Buttermilch	3 EL	Öl
	1 Blatt	Lorbeer	4 TL	Traubengelee
	2 mittlere	Zwiebeln	4 Stk.	Birnenhälften
	1 große	Möhre	1 l	Wasser
	2 mittlere	Knoblauchzehen	3 EL	Speisestärke
	4 Prisen	Pfeffer	1 EL	Rotwein, trocken
800 g Kaninchenrücken	2 x 100 g	Hähnchenleber	4 Prisen	Salz

### **Zubereitung von Kaninchenrückenbraten**

*1x 100 g Hähnchenleber direkt in den Katzennapf geben.*

Kaninchenrücken 2 Tage in Buttermilch und Rotwein mit Lorbeerblatt einlegen.

Nun die 2. Portion Hähnchenleber in den Katzennapf geben.

Fleisch aus der Beize nehmen, abspülen und mit Salz und Pfeffer würzen. Im Bräter auf der Herdplatte mit zerkleinertem Knoblauch, Zwiebel, Möhre scharf anbraten. Mit etwas Wasser aufgießen und 30 Minuten im Backofen bei 190 °C mit Deckel garen. Nach 30 Minuten den Deckel abnehmen, Wasser aufgießen, das Fleisch umdrehen und weitere 20 Minuten ohne Deckel garen.

Das Fleisch aus dem Sud nehmen, vom Knochen auslösen und tranchieren. Den Sud aus dem Bräter mit dem restlichen Wasser ablöschen, durch ein Sieb in einen Topf geben und mit angerührter Stärke binden. Eventuell noch Rotwein, Pfeffer und Salz zugeben, je nach Geschmack.

In die erwärmten Dosenbirnenhälften das Gelee füllen und mit auf die Fleischplatte geben.



## Rouladenbraten

Zutaten für 4 Portionen	100 g	Rindergulasch	1 Prise	Pfeffer
	3 große	Rinderrouladen	1 Prise	Salz
	300 g	Schweinehackfleisch	2 EL	Mehl
	2 mittlere	Zwiebeln	1 Stk.	Küchenband
	3 mittlere	Gewürzgurken	400 ml	Wasser
	4 EL	Senf	3 EL	Öl

### ***Zubereitung von Rouladenbraten***

*Zuerst das Gulasch in kleine Stücke schneiden und der bereits sehnsüchtig wartenden Katze zuführen.*

Rinderrouladen längs legen, sodass jeweils 1 cm auf der unteren Roulade liegt. Rote Zwiebeln fein hacken, Gewürzgurken würfeln, Hackfleisch mit Pfeffer und Salz würzen, Zwiebeln und Gewürzgurken untermischen. Die Roulade mit dem groben Senf bestreichen, Hackfleischmischung daraufgeben und zusammenrollen. Mit Küchenband fixieren. Die Roulade in erhitztem Öl von allen Seiten anbraten. Das Wasser dazugeben und weiterschmoren. Nach etwa 65 Minuten Roulade aus dem Fond nehmen und den Fond mit dem angerührten Mehl binden. Eventuell noch ein bisschen Wasser zugeben.



Rouladen mit Tomaten und Hirschschinken



## Rouladen mit Tomaten und Hirschschenken

Zutaten für 3 Portionen	3 große	Rindsrouladen	3 EL	Senf
	6 Scheibe	Bacon	1 Prise	Pfeffer
	9 Scheibe	Hirschschenken	1 Prise	Salz
	3 mittlere	Tomaten	1 EL	Mehl
	3 mittlere	Gewürzgurken	500 ml	Wasser
	1 mittlere	Zwiebel	1 mittlere	Roulade

### **Zubereitung von Rouladen mit Tomaten und Hirschschenken**

*Zuerst die mittlere Roulade in kleine Streifen schneiden und roh an die Katze füttern. Dann ist die freundliche Küchenhilfe satt und versucht gar nicht erst, auf die Arbeitsplatte zu springen!*

Rouladen auf der Arbeitsfläche ausbreiten, Gurken längs in Scheiben schneiden, Tomaten achteln, Zwiebeln halbieren und in Scheiben schneiden.

Auf die Rouladen zuerst Senf streichen, danach mit dem Bacon belegen. Auf den Bacon im Wechsel Gurkenscheiben, Tomatenachtel und Zwiebelscheiben legen. Auf das Gemüse den Hirschschenken legen und alles zusammenrollen und mit Küchenband umwickeln.

Die Rouladen im heißen Öl von allen Seiten anbraten und zwischendurch mit etwas Wasser aufgießen.

Rouladen etwa 60 Minuten im geschlossenen Topf schmoren lassen. Zum Schluss die Rouladen aus dem Fond nehmen, das Band entfernen und heiß legen.

Den Rest Wasser aufgießen und den Fond damit ablöschen und durch ein Sieb geben. Das Mehl mit etwas Wasser anrühren und in den Fond geben. Eventuell noch etwas Wasser zugeben.

*Anmerkung vom Co- Autor: Denken Sie bitte daran, dass die Roulade für die Katze auf gar keinen Fall gut abgegangen sein sollte. Katzen lieben frisches Fleisch.*



## Klassische Mini-Rouladen

Zutaten für 4 Portionen)	4 Stk.	Rinderrouladen	8 Scheiben	Bauchspeck
	8 Stk.	Cornichons	2 EL	Butterschmalz
	2 mittlere	Zwiebeln	50 ml	Rotwein, trocken
	1 Prise	Pfeffer	400 ml	Wasser
	4 TL	Dijon-Senf, grobkörnig	2 EL	Mehl
	<i>1 frische! Rinderroulade</i>			

### **Zubereitung von Klassische Mini-Rouladen**

*Die frische Roulade würfeln und die Katze damit fernhalten.*

4 Rouladen vom Fleischer schneiden lassen und in der Mitte teilen. Die Rouladen jeweils mit 0,5 TL Senf bestreichen und pfeffern. An den Anfang ein Cornichon legen. Zwiebel in dünne Scheiben schneiden. Jeweils 1 Scheibe Bauchspeck, 2 Scheiben Zwiebel auf die Roulade legen. Aufrollen und mit Küchenband bzw. Zwirn umwickeln.

Im Butterschmalz kräftig von allen Seiten anbraten. Nach und nach das Wasser aufgießen. Ca. 1 Stunde schmoren lassen. Zum Schluss den Rotwein zugeben. Das Mehl mit etwas Wasser anrühren und die Sauce damit binden.

Die Garzeit variiert je nach Fleisch. Manchmal ist das Fleisch nach 60 Minuten gar, manchmal braucht es etwas länger. Einfach mal die Probe mit dem Messer machen.

Mini-Rouladen sind eigentlich per Zufall entstanden, weil der Fleischer mir nicht das richtige Fleisch geschnitten hatte. Heut mache ich die Rouladen nur noch klein, sie sind dann viel würziger.



## **Frische Flugente mit Honig-Senf-Balsamico-Kruste**

Zutaten für 6 Portionen	1 Stk.	Flugente
	100g	Entenleber(alternativ: 100g Flugente)
	1 TL	Tannenhonig
	1 TL	Dijon-Senf
	2 TL	Balsamicoessig, mild

### ***Zubereitung von Frische Flugente mit Honig-Senf-Balsamico-Kruste***

*Zuerst die Entenleber für die Katze zubereiten!*

Flugente ungewürzt im Backofen bei 150 °C ca. 80 Minuten garen. Etwas abkühlen lassen, vom Brustbein ausgehend entbeinen, so dass die Ente in einem Stück bleibt. (Erfordert etwas Übung).

Ente mit der Fleischseite in die Pfanne legen und die Hautseite mit einer Mischung aus Honig, Senf und mildem Balsamicoessig bestreichen. Das Ganze mindestens 3 Stunden ziehen lassen, vor dem Servieren etwa 25 Minuten bei 200 °C im Backofen kross braten.

**Anmerkung und Kochtipps für Frische Flugente mit Honig-Senf-Balsamico-Kruste**

Ich gare die Ente immer am Vorabend vor und gebe die Honig-Marinade bereits abends drauf. Ganz wichtig ist es, einen wirklich guten Balsamico-Essig zu verwenden. Er sollte nicht mehr als 5 % Säure haben.

Gegenbauer Balsamico bekommt man zum Beispiel direkt bei [Gegenbauer.at](http://Gegenbauer.at). Ich empfehle für diese Ente den golden Balsam oder James Balsam.



## Flugentenbrust im Feigensud

Zutaten für 2 Portionen	1 großes	Flugentenbrustfilet
	1 EL	Feigensenf
	1 EL	Feigenbalsamico
	1 TL	Pfefferkörner grün
	1 kleines	Flugentenbrustfilet für die Katz!

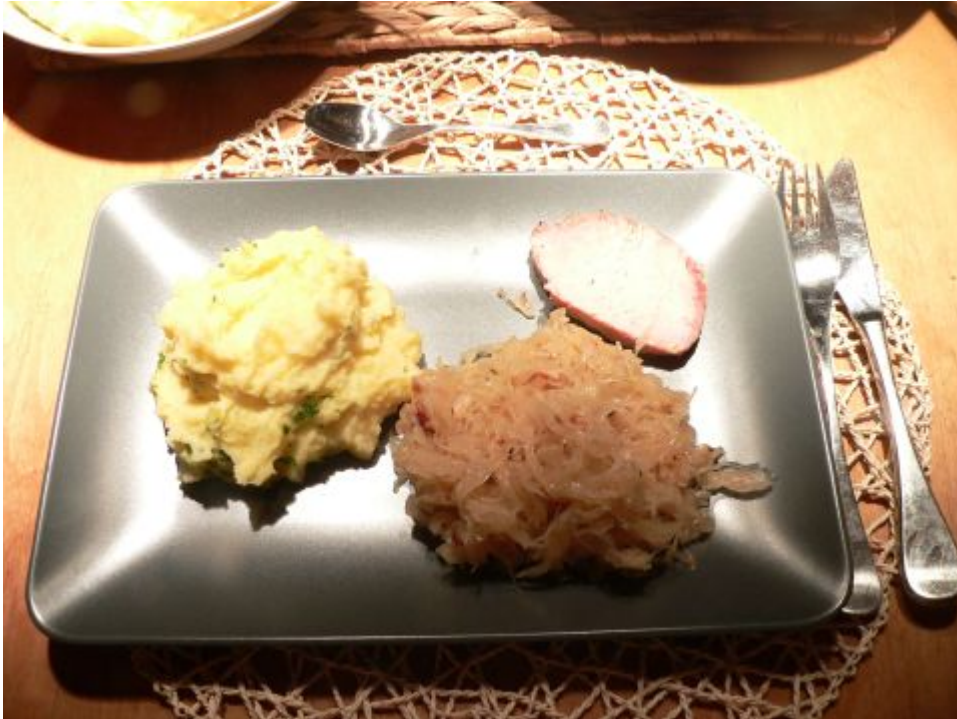
### **Zubereitung von Flugentenbrust im Feigensud**

*Das kleine Flugentenbrustfilet in der Pfanne von beiden Seiten braten und in Würfel schneiden. Wenn es ausgekühlt ist, kann man sich in aller Ruhe der Zubereitung der Flugentenbrust im Feigensud widmen.*

Aus Feigensenf, Feigenbalsamico und grünem Pfeffer eine Marinade herstellen und die Flugentenbrust darin mindestens 1 Stunde einlegen.

Die Flugentenbrust 20 Minuten bei 190 °C im Backofen garen.





## Jungschweinrücken

Zutaten für 6 Portionen  
1 kg Schweinerücken  
1 TL Pfefferkörner

### ***Zubereitung von Jungschweinrücken***

Den gepökelten Jungschweinrücken mit Schwarte im Dampfgarer 25 Minuten bei 100 °C, bzw. im Topf etwa 40 Minuten vorgaren. Die Schwarte längs und quer einschneiden und mit dem grob geschroteten Pfeffer bestreuen. Den Braten auf ein Backblech geben und bei 220 °C 30 Minuten im Backofen garen.

*Anmerkung des Co- Autoren: vergessen Sie ja nicht, beim einkaufen Ihre Katze zu berücksichtigen. Auch wenn mal in einem Rezept der Kater- Zoll vergessen wird, heißt das noch lange nicht, dass Sie uns Hausgenossen mit Dosenfutter abspeisen können. Wir erledigen unseren Job im Haus schließlich auch. Und dann kann man ja wohl ein anständiges Catering erwarten, oder?*



## Schmorbraten in Rotwein-Senf-Marinade

Zutaten für 4 Portionen	800 g	Rinderschmorbraten	3 EL	Öl
	100g	Rindfleisch für die Katz	2 mittlere	Zwiebeln
	1 l	Rotwein	1 Stk.	Möhre
	1 Blatt	Lorbeer	1 Prise	Pfeffer
	3 Stk.	Gewürznelken	1 Prise	Salz
	4 EL	Dijon-Senf		

*Wenn man in Ruhe den Schmorbraten einlegen möchte, sollte man zuerst der Katze das Rindfleisch in kleine Würfel schneiden und diese zur Verfügung stellen.*

### **Zubereitung von Schmorbraten in Rotwein-Senf-Marinade**

Aus trockenem Rotwein, Senf, Zwiebeln, Lorbeer, Nelken und Möhre eine Marinade herstellen. Den Rinderbraten 3 Tage darin einlegen. Nach 3 Tagen aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen und in heißem Öl von allen Seiten anbraten. Das Gemüse mit in den Topf geben und das Fleisch weiterschmoren. Zum Aufgießen den Rotweinsud benutzen.

Etwa 1,5 Stunden im Sud garen lassen. Das Fleisch aus dem Sud nehmen und den Sud mit dem Pürierstab zerkleinern. Die Soße ist durch das zugegebene Gemüse gleich gebunden, mit etwas Pfeffer und Salz abschmecken.



## Spinatkuchen

Zutaten für 6 Portionen	1 Beutel	Trockenhefe	2 EL	Öl	
	200 g	Schmand	1 Prise	Salz	
	3 mittlere	Eier	1 Prise	Pfeffer schwarz	
300 g	Mehl	500 g	Blattspinat frisch	1 Prise	Zucker weiß
180 ml	Milch	2 mittlere	Zwiebeln frisch	1 Prise	Muskatnuss

### **Zubereitung von Spinatkuchen**

Mehl, Milch und Trockenhefe in eine Schale geben, etwas Zucker darauf verteilen und zu einem Teig verarbeiten. Den Teig etwa 30 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

In der Zwischenzeit die Zwiebeln putzen und in Scheiben schneiden, im Öl anbraten, den Spinat dazugeben und 5 Minuten gar ziehen lassen. Den Teig ausrollen und in eine Auflaufform oder ein tiefes Blech geben, mit der Gabel einstechen und das Spinat - Zwiebelgemisch auf den Teig legen.

Eier und Schmand mischen, würzen und über den Spinatkuchen geben und im vorgeheizten Backofen 40 Minuten bei 190 °C backen.

*Co Autor: schon wieder so ein vegetarisches Gericht!!!*



## Pfannen- Pizza

Zutaten für 4 Portionen	300 g	Mehl	200 g	Tomaten
	180 ml	Wasser	200 g	Kochschinken
	1 Prise(n)	Zucker	200 g	Gouda
	1 Prise(n)	Salz	0,5 TL	Oregano
	0,5 Beutel	Trockenhefe	2 EL	Öl

### **Zubereitung von Pfannen- Pizza**

Aus Mehl, warmem Wasser, Trockenhefe und Zucker einen Hefeteig herstellen. Zum Schluss den Teig mit 1 Prise Salz würzen. Den Teig etwa 30 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen, dann in 4 Teile teilen und ausrollen. Den ausgerollten Teig in 4 gefettete ofenfeste Pfannen verteilen und mit der Gabel mehrfach einstechen.

Die Teigplatten belegen mit Kochschinken und Tomaten, Oregano darüberstreuen und mit Gouda bedecken.

Nochmals 30 Minuten gehen lassen und dann im Backofen bei 200° etwa 15 - 18 Minuten backen.

*Co- Autor: Kater mögen Kochschinken!!!*



## Flammkuchen mit Schinken und Lauch

Zutaten für 4 Portion(en)	300 g	Mehl
	180 g	Wasser
	3 Prisen	Salz
	3 EL	Öl
	300 g	Schmand
	200 g	Schinken
	1 kleine	Lauchstange

### ***Zubereitung von Flammkuchen mit Schinken und Lauch***

Aus Mehl, Wasser, Öl und Salz einen Teig herstellen, 30 Minuten ruhen lassen.

In der Zwischenzeit den Schinken fein würfeln, Lauch in dünne Scheiben schneiden. Teig dünn ausrollen, mit Schmand bestreichen, Schinken und Lauch darauf verteilen und im vorgeheizten Backofen 10 Minuten auf 220 °C backen.

Dazu schmeckt ein Federweißer.

*Anmerkung vom Co- Autor: Die Rezeptschreiberin hat mal wieder den Kater- Zoll vergessen, also, 100g gekochten Schinken für den Kater mit einplanen!*



## Seehecht an Zucchini-Lauch-Gemüse mit Zitronen-Kräutersoße

Zutaten für 2 Portionen	400 g	Seehecht-Filet	1 EL	Dill
	1,5 EL	Mehl	1 TL	Schnittlauch
	2 EL	Öl	1 EL	Gemüsebrühepulver
	1 Prise	Pfeffer	1 kleine	Zucchini frisch
	1 Prise	Salz	1 Stange	Lauch
	250 ml	Wasser	0,5 TL	Kräuter der Provence
	100 g	Schmand	1,5 EL	Butterschmalz
	0,5 Stk.	Zitrone	1 EL	Petersilie

### Zubereitung von Seehecht an Zucchini-Lauch-Gemüse mit Zitronen-Kräutersoße

*100g Seehecht gleich der Katze füttern!*

300g Seehecht mit Pfeffer und Salz würzen, in Mehl wenden und von beiden Seiten je 4 bis 5 Minuten im Öl braten. Dabei mehrmals wenden. Aus dem Öl und dem Mehl eine Mehlschwitze herstellen, dazu Öl in den Topf geben, erhitzen, das Mehl dazugeben und garen, nicht bräunen. Mit Wasser aufgießen, den Schmand dazugeben und unter ständigem Rühren gut aufkochen lassen.

Die Zitrone auspressen und den Saft nach Belieben dazugeben. Die gehackten Kräuter zugeben und mit Gemüsebrühe und Pfeffer kräftig abschmecken.

Zucchini und Lauch in Scheiben schneiden, im Butterschmalz bei geschlossenem Deckel dünsten. Mit Pfeffer, Salz, Kräutern der Provence abschmecken.



## Pangasius-Filet

Zutaten für 2 Portionen	100g	<i>Pangasiusfilet für die Zwangsabgabe</i>
	300 g	Pangasiusfilet
	2 Scheiben	Zitrone frisch
	1 Prise	Salz
	1 Prise	Pfeffer schwarz
	2 EL	Mehl
	5 EL	Öl

### **Zubereitung von Pangasius-Filet**

*zuerst die 100g Zwangsabgabe für die Katze zurechtschneiden, dann kann es weitergehen!*

Fischfilet mit Zitronensaft beträufeln, salzen, pfeffern und mit Mehl bestäuben.

Öl in der Pfanne heiß werden lassen und das Pangasius-Filet je Seite 3 Minuten braten.

*Anmerkung vom Co- Autoren: wir Katzen lieben frischen Fisch über alles! Seien Sie bitte nicht zu sparsam damit. Meine Menschin ist wahrscheinlich immer sehr auf meine Figur bedacht, deshalb gönnt sie mir immer recht wenig davon. Wenn Sie Ihrer Katze etwas Gutes tun wollen, dann kaufen Sie ruhig etwas mehr Pangasius. Ich habe mich hier in der Gegend umgehört- denmögen alle gern.*



## Gemischter Fischteller

Zutaten für 6 Portionen	400 g	Seehecht	1 EL	Gyrosgewürz
	200 g	Stremellachs	1 EL	Dill
	200 g	Thunfischfilet, geräuchert	4 Prisen	Pfeffer
	400 g	Thunfischsteaks	4 Prisen	Salz

### **Zubereitung von Gemischter Fischteller**

Das Seehechtfilet in Streifen schneiden und mit dem Gyrosgewürz würzen. Thunfischsteaks mit Pfeffer und Salz würzen. Aus dem Seehecht ein Fischgyros in der Pfanne bereiten, in einer weiteren Pfanne die Thunfischsteaks braten. Stremellachs und geräuchertes Thunfischfilet kurz in der Mikrowelle erwärmen. Seehecht aus der Pfanne nehmen und den Dill unterrühren. Alles auf einer Fischplatte anrichten.

*Anmerkung vom Co- Autoren: Die Rezeptschreiberin hat mal wieder die Katze vergessen. Und das bei einem Fischrezept! Unglaublich! Also- machen Sie es bitte besser. Etwas Thunfisch für die Katze mit besorgen und Stremellachs mögen Katzen auch! Vielleicht so 2 – 3 Scampis... Katzen mögen auch gemischte Fischteller!*







## Zitronen-Mascarpone-Creme

Zutaten für 6 Portionen	300 g	Mascarpone	5 Stk.	Löffelbiskuits
	60 g	Zucker	12 Scheiben	Zitrone
	2 mittlere	Eigelb	4 Blatt	Minze
	1 TL	Vanillezucker	50 ml	Zitronenlikör

### **Zubereitung von Zitronen-Mascarpone-Creme**

Eigelb mit Zucker und Vanillezucker zu einer cremigen Masse aufschlagen. Die Eimasse mit 10 ml Zitronenlikör und Mascarpone mischen. 4 Löffelbiskuits halbieren, mit 35ml Zitronenlikör übergießen und in 4 Schälchen verteilen. Ein Löffelbiskuit in Scheiben schneiden, mit 5 ml Zitronenlikör übergießen.

Mascarponecreme in einen Spritzbeutel geben und auf die Löffelbiskuits spritzen, mit Zitronenscheiben, Löffelbiskuitscheiben und Minzeblättern garnieren.

*Co- Autor: 1 TL Mascarpone für die Katze lassen!!!!*



## Schoko-Zimt-Pudding

Zutaten für 4 Portionen	0,5 l	Milch
	1 Packung	Schokoladenpuddingpulver
	3 EL	Rohrzucker
	1 Prise	Zimtpulver
	50 g	Schokolade gefüllt mit Sonstigem

### ***Zubereitung von Schoko-Zimt-Pudding***

Milch zusammen mit dem Zucker, Zimt und 40 g Schokolade zum Kochen bringen, das angerührte Puddingpulver unterrühren und noch einmal kurz aufkochen lassen. Pudding in 4 Schalen füllen, erkalten lassen und die restliche Schokolade darüber raspeln.

*Die Katzenportion Milch nicht vergessen!*



## Schokonudeln

Zutaten für 6 Portionen	500 g	Schokoladennudeln
	3 EL	Kakaopulver
	2 l	Wasser
	60 g	Butter

### **Zubereitung von Schokonudeln**

Kakao in das Wasser geben und zum Kochen bringen. Schokonudeln in das kochende Kakaowasser geben und etwa 8 Minuten bissfest garen. Nudeln durch ein Sieb geben und kurz abtropfen lassen. In der Zwischenzeit in der Pfanne die Butter erhitzen, die Nudeln darin schwenken und auf Teller verteilen.

Dazu sollte man Vanillesauce reichen



## Südfrüchtecocktail

Zutaten für 4 Portionen

1 mittlere	Mango frisch
2 große	Baumtomaten
1 Stk.	Limette frisch
1 Stk.	Kaki frisch
3 mittlere	Passionsfrüchte
4 EL	Rohrzucker
1 Stangen	Vanille

### *Zubereitung von Südfrüchtecocktail*

Limette pressen, alle anderen Früchte, bis auf die Passionsfrüchte in mundgerechte Stücke schneiden, die Passionsfrüchte durchschneiden und das Fruchtfleisch mit dem Löffel auskratzen.

Vanillestange mit dem Messer aufschneiden und das Mark auskratzen.

Alle Früchte mit dem Limettensaft, Vanillemark und Zucker mischen. Auf 4 Schalen verteilen.