

TAPAS – FLEISCHBÄLLCHEN IM KAPERNMANTEL

TAPAS – FLEISCHBÄLLCHEN IM KAPERNMANTEL

Fleischbällchen gibt es öfters mal als Tapas - ich habe es mir hier wirklich einfach gemacht und Wurstbällchen gezaubert die ich in Petersilie und Kapern gerollt habe und die dann ganz pflegeleicht im Ofen gebacken wurden. Es sind also sozusagen Fleischbällchen im Kapernmantel. Sehr saftig und sehr lecker!



Zutaten für 12 Bällchen:

3 frische, grobe Bratwürste (von der Fleischtheke)

3 TL Kapern

1 kleines Bund Petersilie

Olivenöl

Pfeffer & Salz

Zubereitung:

Ich befreie die Würste vorsichtig aus dem Darm. Die Petersilie und die Kapern werden fein gehackt.



Jede Wurst in 4 Teile schneiden und zu Bällchen rollen. Die werden dann rundherum in dem Mix aus Petersilie und Kapern gewälzt.



In eine Auflaufform setzen und mit Olivenöl beträufeln. Mit Pfeffer und Salz würzen und für 15 Minuten bei 180°C (Umluft) garen.



Die fertigen Bällchen aus dem Ofen holen und in einem passenden Schälchen anrichten.

Da kann nix schief gehen!



Tapas
Fleischbällchen im
Kapernmantel

www.katha-kocht.de



ZIEGENKÄSE-SARDELLEN PIZZA

Ziegenkäse-Sardellen Pizza

Vor einiger Zeit hatte Bessere Hälfte in der Pizzeria eine Pizza mit Kapern, Sardellen und Schafskäse. Grundsätzlich eine schöne Kombination - leider nur so salzig, dass sowohl Wasser als auch Wein in kürzester Zeit ausgetrunken waren. Ich hatte probiert und fand es auch extrem salzig. Grundsätzlich aber eine schöne Sache und so habe ich hier auch Sardellen und Kapern, aber anstelle von Schafskäse lieber Ziegenkäse auf die Pizza gegeben. Da kann man auch das Glas

Rotwein wirklich genießen.



Zutaten für 1 Pizza (2 Personen):

Für den Teig:

210g Mehl

40g Hartweizengries

21g frische Hefe

1/2 TL Salz

1 TL brauner Zucker

180ml Wasser

Für den Belag:

300g Pizzatomen

Pfeffer & Salz

2-3 Zweige Thymian

1 TL Paprikapulver

2 Schalotten

8 Sardellenfilets

3 TL Kapern

150g Ziegenfrischkäse, hier Selles-sur-cher Käse (Ziegenkäse im Aschemantel)

Zubereitung:

Die Sache mit dem Teig läuft so wie immer, ich gebe Mehl, Gries, Salz und Zucker in eine Schüssel, löse die Hefe im lauwarmen Wasser und rühre das Hefe-Wasser mit dem Handrührgerät langsam unter. So lange weiterkneten bis ein glatter Teigklops entstanden ist der nicht mehr all zu sehr an der Schüssel klebt und das Ganze für 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.



Dann wird der Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche ausgerollt und auf ein Pizzablech gezogen. Die Pizzatomen mit Pfeffer, Salz und Paprikapulver würzen. Den Thymian von den Stängeln streifen,

etwas klein hacken und ebenfalls dazu geben. Die Sauce gleichmäßig auf der Pizza verteilen.

Mit Sardellen und Kapern belegen. Die Schalotten in sehr feine Ringe schneiden und ebenfalls auf der Pizza platzieren.



Den Backofen auf 200°C vorheizen.

Den Ziegenkäse über die Pizza „bröseln“. Da es ein Frischkäse ist lässt es sich glaube ich nicht vermeiden, dass er auch an den Fingern klebt. Ist aber nicht schlimm, der ist nämlich lecker!



Die Pizza für 25-35 Minuten in den Ofen schieben. Ich habe die Pizzafunktion in meinem neuen Herd ausprobiert, da war die Pizza in 25 Minuten fix und fertig – bei Ober- und Unterhitze waren es immer 35 Minuten. Da müsst ihr einfach ab und an per Sichtkontrolle schauen wie es um die Pizza steht.

Die fertige Pizza aus dem Ofen holen...



... und in Stücken schneiden.



Auf einem Teller oder Brettchen servieren. Perfekt – salzig, aber weit entfernt von versalzen. So schmeckt das schon ganz anders.

Greift zu!



KAPERN-ZIEGENKÄSE MUFFINS

Kapern-Ziegenkäse Muffins

So ein Muffinblech hat 12 Plätze und da brauchten die Blutwurstmuffins noch etwas Gesellschaft. Im Vergleich zu den recht bodenständigen Blutwurstmuffins waren diese kleinen Küchlein eher mediterran ausgerichtet – ein schöner Kontrast!



Zutaten für 6 Muffins:

120g Mehl

1 TL Backpulver

1 rote Paprika

1 Ei

50g Butter

100g Ziegenfrischkäse

3 TL Kapern

1/2 Bund Petersilie

100g Schmand

1/2 TL Knoblauchpulver

Pfeffer & Salz

Zubereitung:

Ich gebe Mehl, Ei, Backpulver, Schmand, Salz und Pfeffer, Knoblauchpulver und die geschmolzene Butter in eine ausreichend große Schüssel. Die Kapern und die Petersilie klein hacken und die Paprika in kleine Würfel schneiden. Zusammen mit dem Ziegenfrischkäse untermengen. Den Teig auf die 6 Muffinförmchen verteilen und das Blech für 25 Minuten bei 180°C Umluft in den Ofen schieben.



Die fertigen Muffins aus dem Ofen holen, etwas abkühlen lassen – sie passen wunderbar zu einem schönen Salat oder einem schnellen Abendessen. Außerdem kann man sie am nächsten Tag wunderbar als Mittagssnack mitnehmen.

Greift zu!



TAPAS – SCHAFSKÄSE MIT KAPERN UND PAPRIKA

TAPAS – SCHAFSKÄSE MIT KAPERN UND PAPRIKA

Man kann Schafskäse einlegen oder auch ganz flott kurz vor dem Essen vorbereiten und einfach etwas mutiger würzen. Bei mir kommt er diesmal als Schafskäse mit Kapern und Paprika auf den Tisch. Normalerweise würde ich eine mittelscharfe Chili zum Würzen verwenden, da ich aber einen schärfe-sensiblen Gast erwarte schneide ich einfach etwas Spitzpaprika in sehr feine Würfel. Mit Knoblauch und Olivenöl abrunden – schon haben wir kalte Tapas die die hungrigen Gäste naschen können während ich noch den Rest zubereite.



ZUTATEN FÜR EIN SCHÄLCHEN:

200g Schafskäse

6 EL Olivenöl

10g Kapern

1/2 rote Spitzpaprika oder eine Chili

1 Knoblauchzehe

Pfeffer

1/2 TL getrockneten Oregano

ZUBEREITUNG:

Ich schneide den Schafskäse in Würfel und gebe die leicht zerdrückten Kapern dazu. Die Paprika sehr fein hacken und zusammen mit dem Oregano und einer guten Prise frisch gemahlenem Pfeffer über den Käse geben. Die Knoblauchzehe pressen und mit dem Öl vermischen. Über den Käse geben und 20-30 Minuten bei Zimmertemperatur ziehen lassen.

Fertig!

So lässt sich am Tresen die Zeit überbrücken... unbedingt Holzspieße dazu stellen!





Tapas
Schafskäse mit Kapern
und Paprika

www.katha-kocht.de



THUNFISCH-KAPERN PASTA

THUNFISCH-KAPERN PASTA

Freitag Abend und es soll schnell gehen - keine Lust mehr einkaufen zu gehen und viele bunte Dinge in der Speisekammer. Ich schnappe mit eine Dose Thunfisch, ein Glas Kapern, die Spaghetti - da lässt sich was draus machen!



Zutaten für 2 Personen:

150g Spaghetti

Salz & Pfeffer

Olivenöl

20-30g Pecorino

1/2 Zwiebel

4 Sardellenfilets

3 EL Kapern (10g)

1 große Knoblauchzehe

1 kleine rote Chili

einige Blätter Basilikum

etwas Fleur de sel

Zubereitung:

Ich setze einen Topf Salzwasser für die Spaghetti auf und schneide die Zwiebel in kleine Würfel. In Olivenöl glasig anschwitzen und die klein geschnittenen Sardellenfilets dazu geben.

Die Spaghetti in das kochende Wasser geben, umrühren und kochen lassen bis sie al dente sind.

Die Chili in dünne Ringe schneiden und den Knoblauch fein hacken. Beides zu den Zwiebeln geben. Mit Pfeffer würzen und sobald die Zwiebeln etwas Farbe bekommen darf auch der Thunfisch in den Topf. Die Kapern untermengen und die Hitze ausstellen. Das hätten wir.



Die Nudeln abgießen und zurück in den Topf befördern. Mit reichlich Olivenöl glasieren und mit einer Prise Fleur de sel abschmecken. Die Pasta auf die Teller verteilen und den Pecorino darüber reiben. Dann wird der Thunfisch-Mix auf der Pasta angerichtet.

Schnell noch mit etwas Basilikum dekorieren.

Essen ist fertig!



MEDITERRANER NUDELSALAT MIT SARDELLEN UND KAPERN

MEDITERRANER NUDELSALAT MIT SARDELLEN UND KAPERN

Ich mag keine Kapern - dachte ich... ich mochte sie halt als Kind nicht so gerne... aber wenn ich bedenke, dass ich gerade meinen letzten B-day in den 20ern hatte, dann ist das wohl schon eine Weile her. Jedenfalls habe ich irgendwann mal ein kleines Glas gekauft (20g) und das war zum Glück ewig haltbar. Als ich mir jetzt einen frischen Salat mit Sardellen basteln wollte kamen mir die Kapern auf jeden Fall gerade recht. Frisches Basilikum, getrocknete Tomaten, Sardellen, Oliven und Kapern haben ihm eine tolle, frische Note verliehen. Ein toller mediterraner Nudelsalat mit Sardellen und Kapern!



ZUTATEN FÜR 6-8 PERSONEN:

500g Spiirelli

1 große Hand voll grüne Oliven, ohne Stein

1 große Hand voll schwarze Oliven, ohne Stein

1 Prise Chiliflocken

10 Sardellenfilets (optional + 1 TL von dem Öl)

20g Kapern (Abtropfgewicht) = ca. 1 EL

1 Bund Basilikum

2 Frühlingszwiebeln

8 getrocknete, in Öl eingelegte Tomaten + 4 EL von dem Öl

1 Hand voll frische Kirschtomaten (optional)

6 EL Olivenöl

Pfeffer & Salz

1 Zitrone

2 Knoblauchzehen

ZUBEREITUNG:

Die Spirelli in Salzwasser kochen bis sie al dente sind. Abgießen und zum Abkühlen beiseite stellen.

Die Oliven in Scheiben schneiden und in eine große Schüssel geben. Die Sardellenfilets fein hacken. Die Kapern abgießen und beides zusammen mit den Chiliflocken ebenfalls in die Schüssel gegeben. Die Tomatenscheiben würfeln und mit etwas von dem Öl beifügen, die Frühlingszwiebeln in Röllchen schneiden und auch in die Schüssel geben. Den Knoblauch pressen, einrühren und das Ganze kurz ziehen lassen.

Die abgekühlten Nudeln unter fließend kaltem Wasser wieder auflockern – sie lösen sich in Sekundenschnelle voneinander, das ist echt toll – ich hab das mal bei Steffen Hensler gesehen.

Die Nudeln zu dem bunten Mix in die Schüssel geben, gut umrühren und das Olivenöl darüber geben. Das Basilikum fein hacken und optional die Kirschtomaten halbieren. Beides unter den Nudelsalat mit Sardellen und Kapern heben. Den Nudelsalat mit Pfeffer und Salz würzen, wieder gut umrühren und mit Zitronensaft abschmecken.

Wenn möglich solltet ihr dem Salat jetzt 1 Stündchen Zeit geben, ihn ziehen lassen und ihn dann noch mal abschmecken.

Dazu vielleicht ein schönes Stück Fleisch vom Grill... sehr lecker.

Lasst es euch schmecken!



GRIECHISCHER SCHWEINEROLLBRATEN MIT KARTOFFELSPALTEN UND SALAT

GRIECHISCHER SCHWEINEROLLBRATEN MIT KARTOFFELSPALTEN UND SALAT

Ein herzhafter, würziger Braten mit Kräutern, Knoblauch, einer intensiven tomatigen Sauce und Kartoffelspalten. Dazu ein griechischer Bauernsalat. Diesen Schweinerollbraten mit Kartoffelspalten werde ich sicher noch öfters kochen....



ZUTATEN FÜR 2-3 PERSONEN:

1kg Schweinerollbraten

10 Knoblauchzehen

4-5 Zweige Rosmarin

Zitronenpfeffer

Salz (Orange-Rosmarin mit Lavendel)

Cumin

Garam Masala (Gewürzmischung)

Frühlingszwiebeln

6 Kapernäpfel

250g getrocknete, in Öl eingelegte Tomaten

6 Schalotten

1/2L Brühe

Für die Kartoffeln:

7-8 Kartoffeln

6 Knoblauchzehen

2 Zwiebeln

2-3 Zweige Rosmarin

Pfeffer & Salz

1 TL Garam Masala

Olivenöl

ZUBEREITUNG:

Zuerst spicke ich den Braten rundherum mit Knoblauchzehen. Dazu schäle ich die Knoblauchzehen, halbiere die besonders großen und steche mit einem scharfen Messer rundherum kleine Taschen in den Braten die ich sofort mit einer Knoblauchzehe fülle.



Sobald der Braten rundherum gespickt ist schiebe ich ein paar Zweige Rosmarin mit unter das Netz.



Sobald der Braten also im Großen und Ganzen präpariert ist kann er gewürzt werden. Nebenbei heize ich den Ofen schon mal auf 180°C vor und stelle mir den Bräter zurecht.

Den Braten reibe ich jetzt außen mit einem winzigen Schluck Olivenöl ein. Dann werden Zitronenpfeffer, Garam Masala, Cumin und Gewürzsalz ordentlich einmassiert. Der Braten sollte jetzt von allen Seiten mit Gewürzen bedeckt sein. So gebe ich ihn mit den geschälten Schalotten, dem weißen Anteil der Frühlingszwiebeln und einem Schuss vom Öl aus dem Glas mit den getrockneten Tomaten in den Bräter und schiebe ihn in den vorgeheizten Ofen. Dort bleibt er für insgesamt 90 Minuten.



Nach ungefähr 20 Minuten gebe ich die Brühe dazu. In die Brühe kommen außerdem die Kapernäpfel und die grob zerteilten, getrockneten, eingelegten Tomaten.

Da der Ofen für die Kartoffeln etwas zu lau ist und ich nur den einen habe müssen die Kartoffelspalten hier etwas früher rein geschoben werden.

Ich wasche also die Kartoffeln, schneide sie in Spalten, lege ein paar Zweige Rosmarin dazu, gebe die geviertelten Zwiebeln und ein paar geschälte Knoblauchzehen mit auf das Blech. Das Ganze wird mit Olivenöl beträufelt, mit Pfeffer, Salz und etwas Garam Masala gewürzt. Das Blech mit den Kartoffelspalten kommt dann für eine Stunde auf der Schiene unter dem Bräter mit in den Ofen.

Nach 90 Minuten hole ich den Braten aus dem Ofen. Das ist die Chance für die Kartoffeln nochmal für 10 Minuten nach oben zu wandern und bei hoher Hitze etwas Farbe zu bekommen.

Den Braten lege ich auf ein großes Holzbrett. Hier darf er kurz ruhen bevor ich ihn in Scheiben schneide.



Auf der Herdplatte koche ich kurz die Sauce im Bräter auf und schmecke sie mit Pfeffer und Salz ab. Die Sauce darf für meinen Geschmack ruhig etwas eingekocht sein, wer es lieber etwas dünner mag kann noch einen Schluck Brühe dazugeben.

Zum Ende die Bratenscheiben mit Sauce und Kartoffelspalten anrichten. Dazu noch einen Salat auf den Tisch stellen.

Es ist angerichtet!