

IMMER WIEDER MONTAGS-REZEPT

27.11.23

Manfred Buchinger findet diesmal im Kühlschrank Zwiebel, Knoblauch und Speck. An fertigen Resten vom Wochenende gibt es Tomatensauce, Reis und Wiener Schnitzel, außerdem ist noch ein Teil vom Kürbis aus dem Garten da. Dort (genauer im Glashaus) findet sich auch frischer Lauch. Im Gewürzregal gibt es Kümmel und getrockneten Majoran.

Zubereitung: Speck, Zwiebel und Knoblauch schneiden. Den Speck in eine Pfanne, er liefert auch das Fett, in dem erst Zwiebel und Knoblauch und in der Folge der gewürfelte Kürbis geröstet werden. Schließlich noch den Lauch dazu geben. Danach wird mit der Tomatensauce und - bei Bedarf - zusätzlich Wasser aufgegossen. Der Kümmel wird mit einem scharfen Messer geschrotet, der Majoran zwischen den Händen zerrieben. Das verstärkt jeweils den Geschmack. Nach Verfügbarkeit, Lust und Laune kann das Gericht zusätzlich mit Muskatnuss, Curry, Ingwer und/oder (der Expertentipp vom Manfred Buchinger:) mit Sternanis und einem Schuss Orange verfeinert werden.

Mit dem Reis anrichten und die im Wasserdampf gewärmten Schnitzel dazu geben - fertig!