

Thursday, August 30. 2007

### **China-Restaurant Fung Wah [München]**

Nachtrag: Leider leider hat das Fung Wah im Mai 2010 zu gemacht. Die lieben Betreiber sind wohl in Rente gegangen und die Kinder wollten das Restaurant nicht übernehmen. Ein schöner Ort um richtig lecker zu essen weniger in München ;-(

Stilvoll eingerichtetes chinesisches Restaurant mit Terrasse und Sushi-Bar im Herz von Bogenhausen, gegenüber vom Prinzregententheater. Bisher waren alle probierten Gerichte der umfangreichen Speisekarte sehr lecker. Die Preise sind Bogenhausen-gemäß (mittlere Preisklasse sozusagen). Mittagsmens gibts ab 6,70 €,.

Schon probiert:

Eierreis mit Krabben und Gemüse

Satayspieße mit Erdnuss-Sauce, Sojasprossen und Reis

Rind nach Peking-Art

Ente in Erdnuss-Sauce

Ente in Kokos-Sauce

Frühlingsrolle (Dazu gibts die einzige süß-sauer Sauce (mit Ananas und Pilzen), die ich richtig suchtbringend finde! Und ich kann süß-sauer normal nicht leiden.)

Beilagensuppe mit Fleisch und Gemüse (eine Wucht!)

China-Restaurant Fung Wah

Prinzregentenplatz 11

81657 München

Tel.: 089-4705705

Posted by orange in restaurants getestet at 07:27

Friday, August 24. 2007

### **Amaretto-Kirsch-Muffins**

1 grosses Glas Sauerkirschen  
75 g dunkle Schokolade, gehackt  
300 g Mehl  
3 TL Backpulver  
½ TL Natron  
½ TL Salz  
150 g Butter  
75 g Zucker  
75 g Kuvertüre oder Schokolade, klein gehackt  
2 Eier  
100 ml Milch  
150 ml Amaretto  
50 g gemahlene Haselnüsse

Butter zum Form ausfetten

Backofen auf vorheizen auf 190°C. Muffinblech mit Butter einfetten.

Kirschen in einem Sieb abtropfen lassen. Mehl mit Backpulver, Natron und Salz in einer Schüssel vermischen. In einer separaten Schüssel Eier, Butter und Zucker schaumig schlagen.

Den Amaretto, die Milch, die gehackte Schokolade und die gemahlene Haselnüsse nach und nach mit in die Schüssel geben.

Mehlgemisch und Kirschen mit hinein schütten und unterrühren.

Teig in die Formchen füllen und ca. 20 - 25 Minuten backen. Stäbchenprobe machen.

~~~  
orange: Grundrezept von chefkoch. Hab etwas mehr Amaretto rein getan und andere Nüsse. Seeehr lecker!!!  
Schmeckt auch mit anderen Likören sehr lecker, z.B. Batida de Coco und Kokosraspeln statt Haselnüssen!  
~~~

Posted by orange in kuchen+muffins at 14:09

Thursday, August 23. 2007

## **Spezial Chili con carne**

Texanisches Chili-Rezept erspürht bei chefkoch und inzwischen schon sehr oft nachgekocht!

Zuerst fragt man sich, ob das schmecken kann: Kakao, Kaffee, Bier... Aber genau diese Zutaten machen das Chili richtig schön wärzig herb, ohne dass eine davon unangenehm raussticht. Laut dem chefkoch-Schreiber, bei dem ich das Rezept gelesen habe, hat es wohl bei einem Chili-Contest in Texas einmal den ersten Platz belegt. Mit Recht, wie ich finde! :-). Diese Zutatenkombination schmeckt übrigens auch lecker mit veganem Hackfleisch. Dann muß man das Chili aber nicht ganz so lang kochen.

30 ml Öl  
2 Zwiebeln, fein gewürfelt  
3 Knoblauchzehen, zerdrückt  
500 g Rinderhack  
500 g fein gewürfeltes Rindsgulasch  
1 große Dose Tomaten, etwas zerkleinert  
250 ml Dunkelbier  
200 ml starker Kaffee (Tip: wenn ich zu faul bin, Kaffee zu kochen, ersetze ich diesen und den Kakao mit ein paar Stückchen Bitterschokolade!)  
1 EL ungesüßtes Kakaopulver  
2 kleine Dosen Tomatenmark  
200 ml Brühe  
1,5 EL Chilipulver  
1,5 EL brauner Zucker  
1/2 TL Oregano  
1 EL Kreuzkümmel  
Salz und Pfeffer  
3 Chilischoten, fein gehackt  
3 Dosen Kidneybohnen, abgegossen+gewaschen  
1/2 TL Korianderpulver

In einem großen Topf das Öl erhitzen und die Zwiebeln, Knoblauch, Fleischwürfel und das Hackfleisch ca. zehn Minuten schön unter Rühren anbraten, bis alles etwas bräune bekommt. Alle restlichen Zutaten, bis auf die Bohnen, mit in den Topf geben. Testen, ob es noch von einem Gewürz mehr sein darf. Es empfiehlt sich, am Anfang weniger Chilischote bzw. -pulver hinein zu geben und sich dann mit der Zeit zu steigern. Besser als wenn es einem zu scharf wird :-)

Auf niedriger Flamme vor sich hin köcheln lassen. Öfter mal umrühren.

Nach 1,5 Stunden die Bohnen untermengen und das Ganze nochmal 30 Minuten garen. Falls das Chili zu dickflüssig wird, weitere Brühe oder Bier angießen.

Schmeckt uns am besten mit frischem Baguette, einem großen Klecks Schmand und viel geriebenem Käse über.

Posted by orange in fleisch at 07:31

Monday, August 20. 2007

### **Schnelles Schokobrot ohne Ei**

500 g Mehl  
1 Msp. Salz  
1 Pkt. Backpulver  
250 g Zucker  
70 g Kakaopulver (dunkles, ungezuckertes)  
½ Liter Milch  
Fett für die Form  
nach Belieben noch eine Hand voll grob zerbröckelter Walnusskerne

Sämtliche Zutaten verrühren (ohne Klümpchen!). In eine gefettete Form geben und bei 200° 50-60min backen. Das Brot schmeckt gut warm, aber auch ausgekühlt an den folgenden Tagen mit Butter bestrichen.

~~~

orange: Kann sein, daß das Brot nach dem Backen eine etwas harte Kruste hat. Bei mir war das zumindest so. Dann einfach nachdem es ein bisschen abgekühlt ist aus der Backform stürzen, in Alufolie einpacken und ein halbes Stündchen warten. Dann wird es lecker weich :-)

Eine prima Abwechslung für ein Frühstücksbrot, nicht allzu süß und schön schokoladig. Hat in etwa eine Konsistenz wie Honigkuchen (den man im Reformhaus kaufen kann), ist aber weniger süß. Und es dauert nur 10 Minuten, um den Teig zu machen.

Schmeckt lecker mit Butter drauf. Mein Liebster hats auch mit Käse probiert. Ob das so pervers schmeckt wie es sich anhört, muß er selber schreiben \*g\*

~~~

Posted by orange in kuchen+muffins at 19:00

Sunday, August 19. 2007

## **Quarkteig-Rolle mit Spinat-Gorgonzola-Füllung**

Teig:

125 g Quark  
2 Eier  
4 EL Öl, 1 TL Salz  
250 g Mehl, 1 Pck. Backpulver

Füllung:

3/4 Pckg. TK-Spinat  
1 Zwiebel oder 3 mittelgrosse Schalotten, fein gehackt  
2 Eier  
1 grosses Stück Gorgonzola

Aus den ersten sechs Zutaten einen Teig herstellen und mit reichlich Mehl zu einem Rechteck ausrollen (Der Teig klebt etwas). Eventuell auf einem eingemehlten Küchentuch ausrollen, dann geht das einrollen nachher leichter.

Spinat mit Zwiebel kurz in etwas Öl dünsten und auskühlen lassen. Reichlich Gorgonzola untermischen. Bei der Dosierung des Gorgonzola einfach probieren, wann die Masse genug Würze hat. Ich hab leider nicht geschaut, wie viel unser Gorgonzola-Eck gewogen hat. 2 Eier mit der Masse vermengen. Diese Füllung auf den ausgerollten Teig streichen (nicht ganz bis zu den Rändern!) und zur Rolle formen.

Mit einem Messer 2 cm tiefe Schlitze schneiden (quer) und im vorgeheizten Backofen (180 Grad) für 30 bis 35 Minuten backen.

~~~

Bei uns ist der Teig beim einrollen etwas auseinander gefallen. Das hat dem ganzen aber keinen Abbruch getan, weil auch die Füllung durch das Ei beim Backen eine Bindung bekommt.

War absolut lecker und wir ham die ganze Rolle in kürzester Zeit aufgefuttert!

Dazu gab es einen großen Salat mit Radieserl, Tomaten, Paprika und Zwiebel in Essig-Öl-Dressing. Verfeinert wurde das ganze mit frischen Kräutern (Schnittlauch, Basilikum) und angeröstetem Salatkerne-Mix (Sonnenblumenkerne, Sojakerne, Pinienkerne)

~~~

Posted by orange in vegetarisch at 19:00

Saturday, August 18. 2007

### **Kaimug - Thai-Garkueche [Muenchen]**

Auf der erfolglosen Suche nach einer neuen Digicam, dass ich Euch wieder mit leckeren Essensbildern begluecken kann, sind wir hungrig durch die Sendlinger Strasse gelaufen.

Photo: muenchenwiki

Auf einmal kam uns ein leckerer Duft von Urlaub in die Nase und wir stellten fest, dass wir direkt vor dem Kamug, einem kleinen thailaendischem Imbiss stehen. Schnell war der Plan mit dem Burger verworfen und wir waelhten uns was zu essen aus.

Es gibt eine regulaere und eine Tageskarte. Innerhalb kurzer Zeit stand ein Green Thai Curry mit Huhn und eine Portion Satee-Spiesse mit Salat, Reis und Erdnuss-Sauce auf dem Tisch. Danach mussten es dann noch ein paar Kokosbaellchen als Dessert sein.

Fazit: Sehr leckeres Essen, schneller Service, gute Preise (siehe Website)! Da gehen wir sicher bald mal wieder hin.

KAIMUG - Thailaendische Garkueche  
Sendlinger Strasse 42  
80331 Muenchen

Posted by orange in restaurants getestet at 16:52

Thursday, August 16. 2007

### **Penang - Curry ~orange style~**

Für 2 Personen eines halb Fleisch essenden und halb teilzeitvegetarischen Haushalts ;-) Wer das Fleisch dem Tofu bevorzugt, nimmt einfach ein 2. Hähnchenbruststücken statt Tofuwürfeln. Wobei der Tofu eine nette Abwechslung darstellt.

1 Hähnchenbrust-Filet (ca. 250g)  
1/2 Block fester Tofu  
ca. 8 kleine, grüne Baby-Auberginen  
2 EL Penang-Currypaste (ohne Geschmacksverstärker)  
1 Dose Kokosmilch  
1 TL Erdnuss-Mus (oder Erdnussbutter)  
1 Hand voll ungesalzene Erdnüsse  
5 getrocknete Kaffirlimettenblätter  
2 EL Fischsauce  
2 EL brauner Zucker  
ca. 6 Stängel Thai-Frühlingszwiebeln  
1 mittelgroße Schalotte

Thai-Frühlingszwiebeln vorbereiten: das Grün in ca. 2cm lange Stücke, das Weiß in feine Ringe. Erdnüsse in einer Pfanne ohne Fett anrösten und klein hacken. Fleisch in Streifen, Tofu in Würfeln schneiden. Auberginen in mundgerechte Stücke teilen. Schalotte in dünne Halbringe schneiden.

Von der ungeschüttelten Kokosmilch die etwas festere Kokosmilch oben abnehmen und in einen Wok geben. Kurz aufkochen und dann die Currypaste damit gut vermengen, damit sie sich auflöst. Wenn sich vom kochen kleine Bläschen bilden und der Rand etwas dunkler wird, das Fleisch und die Schalottenringe dazu geben und gut umrühren. Etwa 3 Minuten anbraten, dann den Tofu und die Auberginen untermischen. Ein paar Minuten weiter braten, dann mit der restlichen Kokosmilch ablöschen. Die Kaffirlimettenblätter, die Fischsauce, den Zucker und die Erdnussbutter dazu geben und das Curry einkochen lassen, bis eine sämige Sauce entsteht und die Auberginen gar sind.

Curry mit Reis servieren und die Erdnüsse darüber streuen. Wer mag noch ein wenig frischen, klein gehackten Koriander.

~~~

orange: Ein total einfach zu kochendes und wahnsinnig leckeres Curry!!! Der Tofu ist optional. Ich habe ihn für mich rein getan, als fleischlose Einlage. Man kann stattdessen auch einfach ein weiteres Hähnchenbrustfilet nehmen. Falls keine Thai-Auberginen aufzutreiben sind (Asiamarkt durchstreifen, es lohnt sich!), könnte ich mir auch Karottenstücke oder Süßkartoffelwürfel gut drin vorstellen. Die Thai-Frühlingszwiebeln (ebenfalls im Asia-Markt) sind dünner, zarter und feiner im Geschmack als normale Frühlingszwiebeln. Deshalb würde ich sie nicht mit den handelsüblichen ersetzen. Lieber ganz weg lassen wenn man sie nicht her bekommt.

~~~

Posted by orange in fleisch, thailand at 18:00

Tuesday, August 14. 2007

### **Update**

Skandal, jetzt hatte ich lang keine Zeit mehr zu schreiben und meine Cam hat auch den Geist aufgegeben :-(. Aber sobald ich dazu komme, Infos zum wunderschönen Berghotel

"Feuriger Tatzlwurm" in Oberaudorf

Posted by orange at 09:24

Thursday, August 9, 2007

### **Zucchinimuffins mit Feta, Oliven, getrockneten Tomaten und Pinienkernen**

1 mittelgroße Zucchini  
375 g Mehl (Dinkel-Vollkornmehl)  
1/2 Pckg. Backpulver  
2 Eier  
250 ml Milch  
80 ml Öl  
7 eingelegte, getrocknete Tomaten  
1 Hand voll schwarze Oliven ohne Kern  
150 g Feta-Käse, zerbröckelt  
3 EL Pinienkerne  
3 kleine getrocknete rote Chilis  
2 Zehen Knoblauch  
1 TL Salz  
Pfeffer

Backofen auf 180°C vorheizen.

Zucchini putzen, waschen und grob raspeln. Die Flüssigkeit aus den Raspeln rausdrücken. Wenig Öl in einer Pfanne erhitzen, 2 Zehen Knoblauch rein pressen, 3 Chilis zerbröckeln und die Zucchini damit kurz anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Oliven in Ringe schneiden, getrocknete Tomaten in Streifen. Feta mit der Hand oder Gabel zerdrücken und in einer Schüssel mit den Zucchini, Oliven und Tomaten und Pinienkernen vermengen. Muffinform fetten.

Eier trennen und das Eiweiß schaumig schlagen.

Mehl, Backpulver, Salz und Pfeffer in einer Schüssel mischen. In die Mitte eine Mulde drücken. Eigelb mit Milch und Öl mischen und in die Mulde gießen. Zu einem Teig verrühren. Die Zucchini-Masse dazugeben und gut vermengen. Dann vorsichtig den Eischnee unterheben und den Teig sofort in die Muffinform füllen. Ca. 25 - 30 Minuten goldgelb backen (Stäbchenprobe!). Muffins in der Form 5 Minuten auskühlen lassen und dann herauslösen. Lauwarm oder abgekühlt essen.

Posted by orange in backen, brot+deftiges, snacks/vorspeisen, vegetarisch at 18:00

Friday, August 3. 2007

## **Mongo'S Restaurant [München]**

Geräumiges Mongolisches Restaurant in der Münchner Innenstadt - wie geschaffen für hemmungslose Völlerei. (Bild geklaut von munich-info.de, weil mit Bildern ist so ein Eintrag einfach schöner :-)) Habt Dank.)

So funktioniert:

1. Nachdem man die Tagessuppe (bei uns eine Gemüse-Currysuppe mit Rindfleischstreifen und frische Brotscheiben) vertilgt hat, wählt man sich zuerst eine Sauce aus, z.B. Chili-Knoblauch, Malay Satay, Red Thai Curry, Kokos-Limette (um nur ein paar wenig zu nennen) oder die Überraschungssauce des Monats. Das wird dann auf einem Brettchen notiert.
2. Dieses Brettchen trägt man inkl. einer Schale zum Food-Bazar. Dort gibt es allerlei Bausteine um seine grenzenlose Koch-Kreativität auszuleben, wie Gemüse (z.B. China-Kohl, Mangold, Mais, allerlei Pilze, Paprika, Karotten uvm.), Tofu, Würziges (z.B. Chilistücke, Zwiebeln, Knofelscheiben, Ingwer uvm.), Kräuter, Nudeln (Glasnudeln, Reissnudeln, etc.), Fleisch (z.B. Zebra, Kaninchen, Springbock, Rind, Krokodil uvm.), Fisch und Meeresfrüchte (z.B. frischer Thunfisch, Garnelen uvm.), Körner (Kokosraspel, Sesam uvm.) und Gewürze.
3. Diese schmeißt man dann nach Wahl in sein Schälchen und stellt es auf dem Tablett mit dem "Saucen-Code" den fleissigen Wok-Schwingern zum braten hin. Serviert wird das Ganze dann mit Reis.
4. Nach jedem Gang kann man die Sauce auch wechseln und eine neue ausprobieren.
5. Wenn man noch nicht geplatzt ist, sollte man sich auch noch eine Nachspeise gönnen. Ich hab mir die Hälfte von dem in Teig gebackenen Vanilleeis mit frischen Früchten und Erdbeersauce von meinem Schatz unter den Nagel gerissen :-))

~~~

Mein Tip: (Ja, ich weigere mich, dieses Wort mit "pp" zu schreiben!) Man sollte öfter gehen und sich viele verschiedene kleine Kombinationen zusammen stellen. So werd ich das nächste Mal auch machen. Hatte nur ein Oneway-Schälchen und hab alles drauf geladen was gepasst hat \*g\* War auch sehr lecker, aber viele kleine unterschiedliche Gerichte sind sicher noch interessanter :-))

Der Service könnte noch ein bissl mehr auf Zack sein, passend zum Konzept. Aber werd da sicher mal wieder hin gehen!

Mit einem Preis von 21,90 EUR für all-u-can-eat und 15,90 EUR für One-Way find ich auch das Preis-Leistungs-Verhältnis echt in Ordnung. Man bedenke was allein ein paar frische Garnelen einzeln kosten. Zwischen 17:00 Uhr und 19:00 gibts Happy Hour für 13,90 EUR all-u-can-eat.

~~~

Mongo'S Restaurants  
Am Oberanger 28  
(Am St. Jakobs Platz)  
80331 München  
Tel: 089-23 22 58 00

Posted by orange in restaurants getestet at 19:00

Wednesday, August 1. 2007

## **Bulgursalat (TabulÄ©)**

200g Bulgur  
1 Bund FrÄ¼hlingzwiebeln  
1 GÄ¼rtner-Gurke  
2 (orange) Paprika  
1 Pckg. Cocktail-Tomaten (normale gehen auch)  
1/2 Petersilie  
1/2 Bund Minze  
1-2 Zitronen (Saft)  
1-2 TL KreuzkÄ¼mmel  
Salz, Pfeffer  
GemÄ¼sebrÄ¼hepulver  
nach Wunsch, klein gehackte Chili

Bulgur waschen und nach Packungsanweisung kochen, so dass er noch kernig ist. Etwas abkÄ¼hlen lassen.

Schnibbeln:

FrÄ¼hlingzwiebeln in dÄ¼nne Ringe, Gurke in kleine WÄ¼rfel (ohne Kerne), Paprika in kleine WÄ¼rfel, Tomaten in kleine WÄ¼rfel (ohne Kerne). Petersilie und Minze fein hacken. Zitrone auspressen.

Bulgur, GemÄ¼se und KrÄ¼uter in eine SchÄ¼ssel geben, Zitronensaft und Ä¼l zugeben und mit Salz und Pfeffer wÄ¼rzen. Evtl. noch eine klein gehackte Chili beimengen. KreuzkÄ¼mmel in einer Pfanne ohne Fett kurz anrÄ¼sten und dann unter den Salat mischen.

~~~

orange: Erfrischende Beilage, vor allem beim Grillen. Ich hab den Salat mit FetastÄ¼cken in ein aufgeschnittenes Ciabatta gefÄ¼llt. Lecker ist dazu sicher auch ein wenig Hummus (Kichererbsencreme) als Brotaufstrich.

~~~

Posted by orange in salate, snacks/vorspeisen at 16:00