

Kreative Küche – „nur“ eine Fotoserie

Ingeborg Becker-Textor (© 2021)

Nein, ich koche nicht nach Rezepten – ich lasse mich höchstens von ihnen inspirieren. In meiner Küche wird immer improvisiert, wobei ich z.B. auf mehr als 60 Gewürze im Küchenschrank, rund 20 Kräuter im Garten, eine große Auswahl von Lebensmitteln in der Speisekammer sowie ganz unterschiedliche, selbst gemachte Sugas, Curries und Chutneys im Keller zurückgreife. Gemüse und Salate kommen während der Saison weitgehend aus unserem Schrebergarten.

Da ich die Zutaten nicht abmesse bzw. wiege, kann ich nicht mit Rezepten dienen. So sollen die folgenden Fotos nur einen Eindruck von meiner kreativen Küche vermitteln. Lassen Sie sich von ihnen inspirieren und beginnen auch Sie zu experimentieren!

Gebratener Spargel mit Kräuter-Forellenfilet und Endiviensalat



Flammkuchen mit Spargel auf Apfelcurry



10-Kräuterquark auf Salatbett mit Himbeeren und Backerbsen



Bunter Karottensalat mit Bohnen und Salbei



Butterbrot mit Kapuzinerkresse und Rote-Beete-Käse-Salat



Sülze mit Kartoffelsalat, Rucola-Petersilien-Salat, Wildtomaten und Radieschen



Geräucherter Weller mit süß-saurem Gartengemüse, Bohnen- und Kartoffelsalat



Nudelsalat mit gelber Paprika, Fenchelkraut, Joghurt und Tomaten



Rumpsteak mit Polenta, süß-sauren Zucchini, Kräutern und Tomaten



Sülze mit lila Kartoffelsalat, Radieschen und Apfelsalat



Rumpsteak mit Kartoffel- und Bohnensalat, gebratenen Zucchini und Tomaten



Rumpsteak mit geschmorten Süßkartoffeln, Paprika und Gemüsemix



Lachsrolle mit Kartoffel-Endivien-Salat und Paprika-Tomaten-Salat



**Schweinefilet mit Schinken, gerösteter Petersilie mit Pinienkernen,
Kartoffel-Endivien-Salat und Gemüsechutney**



Arabischer Vorspeisenteller



Räucherfisch mit Kartoffelsalat und Rote-Beete-Apfel-Salat



Kalbsroulade mit Polenta, gerösteten Pinienkernen und Ratatouille



Forellenfilet mit gebratenem Spargel, geschmorten Radieschen und Süßkartoffeln



Fischfilet mit gerösteter Petersilie und Pinien, Kräuterpfannkuchen, Bohnen und Karotten



Flammkuchen mit geräucherter Lachsforelle, Tomatensugo und Apfel



Fischfilets auf Kartoffel-Gemüse-Bett



Filetsteaks mit Datteln, Pinienkernen, Rote-Beete-Kartoffel-Salat und Kräterquark



Knäckebröt – eine von vielen Varianten

