

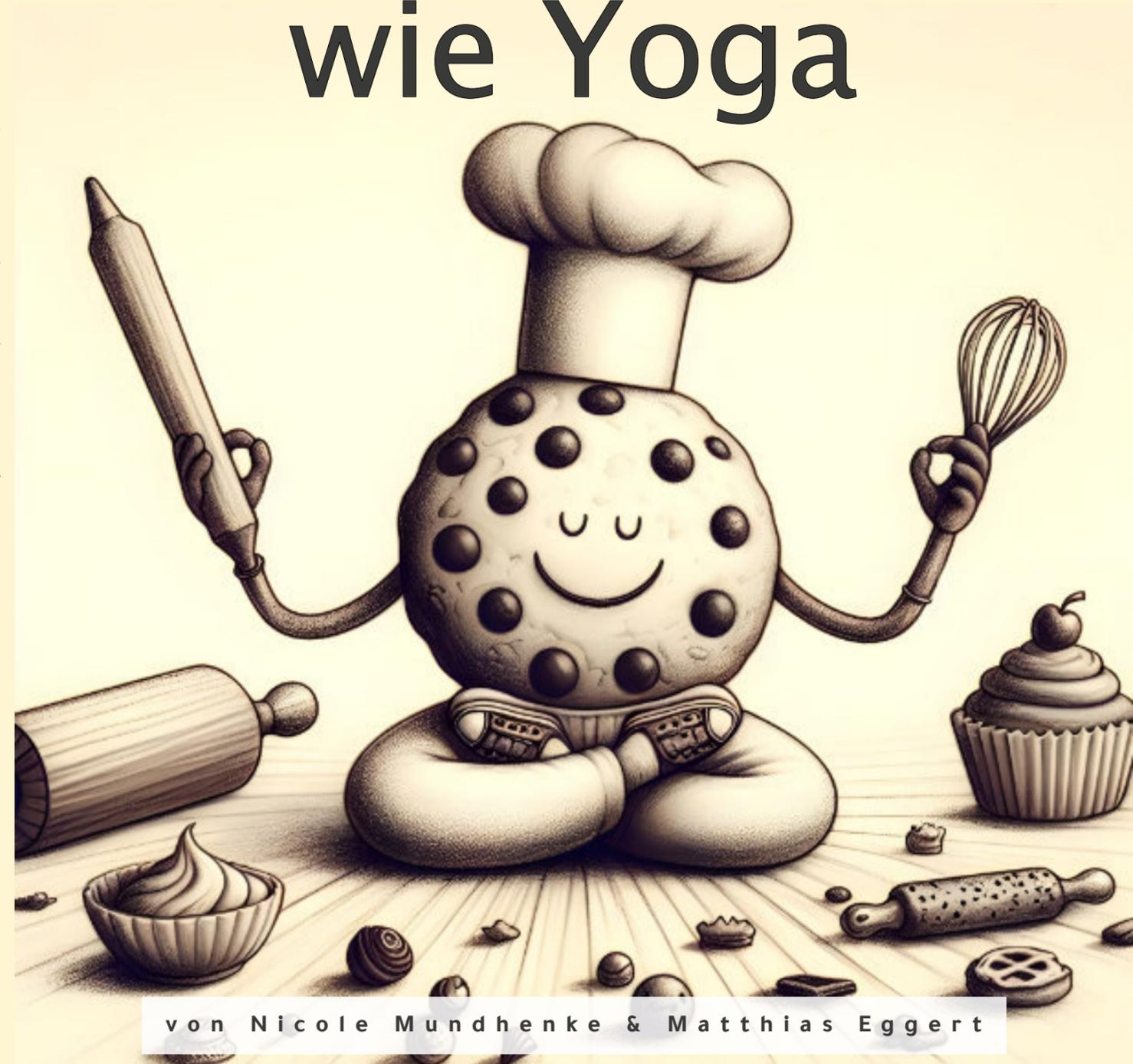


Kochen und Backen sind wie Yoga

von Nicole Mundhenke & Matthias Eggert

Kochen und Backen sind wie Yoga

Kochen und Backen sind wie Yoga



von Nicole Mundhenke & Matthias Eggert

Zum Buch

Hast du schon einmal gespürt, wie das Kneten von Teig oder der Duft von frisch gebackenem Brot dich beruhigt? Wie das Geräusch eines brodelnden Topfes oder das leise Rascheln von Mehl in der Schüssel dich für einen Moment aus der Hektik des Alltags entführt? Backen und Kochen sind weit mehr als nur ein Mittel, um satt zu werden - sie sind wie Yoga: eine Möglichkeit, Körper und Geist etwas Gutes zu tun.

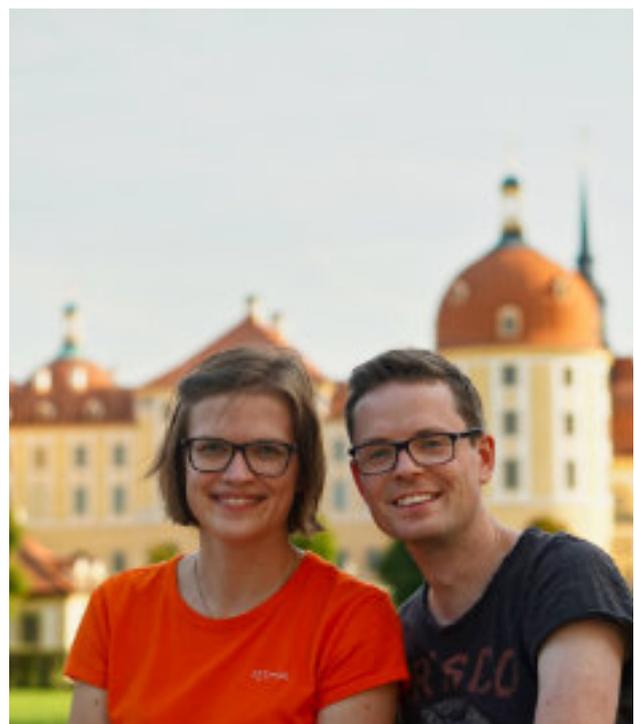
Wie beim Yoga geht es auch beim Kochen um Balance und Achtsamkeit. Die Balance zwischen süß und salzig, zwischen den richtigen Gewürzen und Texturen, zwischen Anspannung und Loslassen. Ein Rezept gibt die Richtung vor, aber die Freiheit, eigene Akzente zu setzen, macht jedes Gericht einzigartig. Beim Backen und Kochen geht es darum, die kleinen Details bewusst wahrzunehmen.

Doch anders als beim Yoga bleibt das Ergebnis deiner Bemühungen nicht nur ein inneres Gefühl - es wird sichtbar, greifbar und vor allem genussvoll essbar. Ein perfekt aufgegangenes Brot, das nach frischer Hefe duftet, ein goldbraun gebackener Kuchen, der Kindheits Erinnerungen weckt, oder ein liebevoll angerichteter Teller, der nicht nur satt, sondern glücklich macht. Jedes Gericht ist ein kleines Kunstwerk, das nicht nur einem selbst Freude bereitet, sondern auch ein Geschenk für andere sein kann. Denn Essen verbindet Menschen, schafft Erinnerungen und erzählt Geschichten - vielleicht auf die ursprünglichste und intimste Art.

Dieses Buch lädt dich ein, den Zauber des Kochens mit unseren Lieblingsrezepten neu zu entdecken und dich auf eine genussvolle Reise zu begeben.

Also Schürze um, tief durchatmen und los geht's. Denn wie beim Yoga gilt auch hier: Es geht nicht um Perfektion, sondern um die Freude am Tun.

Willkommen bei deiner neuen täglichen Routine mit uns: Fast wie Yoga, nur leckerer.



Frühstück	6
American Pancakes	8
Eiersalat	9
Bananenbrot	10
English Breakfast	12
Schokocroissants	14
Mandel-Marzipan-Hörnchen	16
Klassiker	18
Münchner Schnitzel	20
Käsesuppe	22
Paprika-Chili-Suppe	23
Chili con Carne	24
Soljanka	26
Frikadellen	27
Shakshuka	28
Käsespätzle	29
Kassler mit Grünkohl	30
Senfeier	32
Königsberger Klopse	34
Wurstgulasch	36
Nudelpfanne	37
Fast Food	38
Sandwich	40
Schwaben-Mac	42
Wraps	43
Flammkuchen-Pizza	44
Brizza (Brezel-Pizza)	45

Fish & Chips	46
Burger	48
Currywurst	50

Mediterran 52

Pesto Rosso	54
Panierter Schafskäse	56
Rumpsteak Greek-Style	57
Bolognese	58
Spaghetti mit Räucherlachs	60
Griechischer Hirsetopf	61
Gyros Überbacken	62
Falafel und Bulgursalat	64
Bifteki	66
Mediterranes Ofengemüse	68
Bruschetta	70

Asiatisch 72

Chicken Tikka Masala	74
Butter Chicken	76
Pekingsuppe	78
Ramen mit Pak Choi	80
Asia Nudeln	81
Glasnudelsalat	82
Karadla Igguru	84

Kaffeeklatsch 86

Waffeln	88
Quarkbuchteln	89

Pasteis de Nata	90
Gebrannte Mandeln	92
Kaiserschmarrn	94
Amerikaner	96
Streuselkuchen	98
Guglhupf	100
Zimtschnecken	102
Mohnkuchen	104
Rhabarbertaler	105
Nussecken	106
New York Cheesecake	108
Gewürzkuchen	110
Limettenkuchen	112
Schokoladentarte	114
Brookies	116
Whities	117

Plätzchen 118

Zimtschneckenplätzchen	120
Himbeerkekse	122
Heidesand	124
Eisenbahner	125
Lebkuchen	126
Zitronenkekse	128
Vanillekipferl	130
Zimtsterne	132
Spekulatius	134
Donutkekse	136
Schwarz-Weiß-Herzen	138
Erdnussbutterplätzchen	139
Wiener Herzen	140

Hörnchenplätzchen	142
Linzer Augen	144
Karamellkekse	146
Marmeladenkekse	148

Grundrezepte 150

Lemoncurd	152
1-2-3-Mürbeteig	153
Glühweingelee	154
Fetacreme	155

Eigene Ideen 156

_____	158
_____	159
_____	160
_____	161
_____	162
_____	163
_____	164
_____	165
_____	166
_____	167
_____	168
_____	169
_____	170
_____	171
_____	172
_____	173
_____	174
_____	175
_____	176
_____	177
_____	178
_____	179
_____	180





Frühstück

»Frühstücken wie ein Kaiser, Mittagessen wie ein König
und Abendessen wie ein Bettler.«

Der Morgen bricht an, begleitet vom verführerischen Duft von frischem Kaffee und knusprigem Speck. Es ist Frühstückszeit - der Startschuss für einen neuen Tag voller Möglichkeiten und Geschmackserlebnisse. Frühstück kann so viel mehr sein als nur eine Mahlzeit: ein Moment der Entspannung, des Genusses und der Gemeinschaft. Auch wenn es im stressigen Alltag oft schnell und einfach gehen soll. Hier können wir uns Zeit nehmen, um uns für den Tag zu stärken. Die Vielfalt des Frühstücks ist faszinierend - von herzhaften Eierspeisen und saftigen Würstchen über fluffige Pfannkuchen und süßes Obst bis hin zu den Lieblings-Cerials gibt es unzählige Möglichkeiten, in den Tag zu starten. Ob herzhaft oder süß, das Frühstück bietet für jeden Geschmack etwas.



American Pancakes



Zubereitung
5 Minuten



Koch-/Backzeit
10 Minuten



Gesamtzeit
15 Minuten



Portionen
2



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

150 g	Dinkelvollkornmehl	1 TL	Backpulver
2	Eier (M)	1 Pck.	Vanillezucker
150 ml	Buttermilch	1 EL	ÖL
1	Prise Salz		

Zubereitung

1. Eier trennen und Eigelb mit Mehl, Backpulver, Vanillezucker, Salz und Buttermilch in einer Schüssel zu einem dickflüssigen Teig verrühren.
2. Das Eiweiß steif schlagen und unter den Teig heben, so dass eine cremige Masse entsteht. Sollte der Teig zu fest sein, etwas Buttermilch unterrühren.
3. Öl in einer Pfanne erhitzen und den Teig portionsweise in die Pfanne geben.
4. Auf jeder Seite 2-3 Minuten goldbraun backen.



Eiersalat



Zubereitung
10 Minuten



Koch-/Backzeit
10 Minuten



Gesamtzeit
20 Minuten



Portionen
1



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

- 4 Eier
- 3 Cornichons
- 2 EL Naturjoghurt
- 1 EL Senf
- Pfeffer
- Salz
- Schnittlauch
- Estragon

Zubereitung

1. Die Eier ca. 8-10 Minuten kochen.
2. Cornichons in Stücke schneiden.
3. Eier abkühlen lassen, pellen und ebenfalls in kleine Stücke schneiden.
4. Eier und Cornichons mit Naturjoghurt und Senf verrühren und nach Belieben mit Gewürzen und Kräutern abschmecken.





Bananenbrot



Zubereitung
10 Minuten



Koch-/Backzeit
45 Minuten



Gesamtzeit
55 Minuten



Portionen
1



Schwierigkeit
einfach



Zutaten

280 g	Bananen
50 g	Öl
2	Eier (L)
200 g	Dinkelmehl
5 g	Backpulver
1 TL	Zimt
1	Prise Salz

Topping

½	Banane
1-2 EL	Schokodrops

Zubereitung

1. Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Bananen mit einer Gabel zerdrücken.
3. Alle anderen Zutaten hinzufügen und zu einem glatten Teig verrühren.
4. Den Teig in eine gefettete und bemehlte (Silikon-)Form füllen und mit Bananen und Schokodrops belegen.
5. Ca. 40-45 Minuten backen.

Tipp: 50 g Mehl können durch 50 g Proteinpulver ersetzt werden.





English Breakfast



Zubereitung
10 Minuten



Koch-/Backzeit
45 Minuten



Gesamtzeit
55 Minuten



Portionen
4



Schwierigkeit
einfach



Zutaten

- 8 Bratwürste
- 8 Sch. Bacon (geräuchert)
- 8 Eier (M)
- 4 Sch. Blutwurst (Black Pudding)
- 1 Dose Bohnen (Baked Beans)
- 2 Tomaten (halbiert)
- 8 Champignons (frisch, groß)
- 4 Sch. Toastbrot (alt)
- 8 Sch. Toastbrot (frisch, getoastet)
- Öl
- Butter
- Orangensaft
- HP-Sauce

Zubereitung

1. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Würstchen bei mittlerer Hitze 12 bis 15 Minuten goldbraun braten. Aus der Pfanne nehmen und warm halten. Den Speck in derselben Pfanne bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten 4-5 Minuten knusprig braten. Aus der Pfanne nehmen und warm halten.

2. Black Pudding in der Pfanne bei Mittelhitze von beiden Seiten 1½-2 Minuten leicht anbraten, aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Die Champignons mit etwas Öl beträufeln, salzen und pfeffern. Mit den Tomaten (Schnittseite nach unten) in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze 2 Minuten braten, dann wenden und weitere 3-4 Minuten braten.

3. In der Zwischenzeit das alte Toastbrot auf beiden Seiten mit Butter bestreichen, zu Dreiecken halbieren und in einer sehr großen Pfanne auf einer Seite ca. 3 Minuten bei Mittelhitze anbraten. Dann wenden und die Eier (neben, nicht auf) dazugeben. Weitere 3-4 Minuten bei schwacher Hitze braten, bis die Eier gar sind, das Eigelb aber noch flüssig ist.

4. In den letzten 4 Minuten die Baked Beans unter gelegentlichem Rühren leicht erhitzen, aber nicht kochen lassen.

5. Alle Zutaten auf vorgewärmten Tellern anrichten. Die Spiegeleier obenauf setzen.

Tipp: Mit frisch geröstetem Toast und Butter, HP-Sauce, Orangensaft und Tee servieren.



Schokocroissants



Zubereitung
10 Minuten



Koch-/Backzeit
20 Minuten



Gesamtzeit
30 Minuten



Portionen
1



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

- 1 Rolle Blätterteig
- 6 Kinderriegel (groß)
- 1 Eigelb
- 50 g Zartbitterkuvertüre

Zubereitung

- 1.** Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und ein Lochblech mit Dauerbackfolie auslegen.
- 2.** Den Blätterteig ausrollen und die Kinderriegel an den Längsseiten an den Rand legen. Den Teig zwischen den Riegeln in Streifen schneiden und von beiden Seiten um die Riegel rollen, bis sie sich in der Mitte treffen. Die Croissants mit der geschlossenen Seite nach oben mit genügend Abstand auf das Backblech legen und mit Eigelb bestreichen. Die Croissants im vorgeheizten Backofen bei 180 °C Ober-/Unterhitze ca. 20-25 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen.
- 3.** Schmelze die Kuvertüre im Wasserbad oder in der Mikrowelle. Verteile die flüssige Kuvertüre auf den Croissants und lasse sie fest werden.





Mandel-Marzipan- Hörnchen





Zubereitung
20 Minuten



Koch-/Backzeit
15 Minuten



Gesamtzeit
2 Std., 5 Min.



Portionen
16



Schwierigkeit
mittel

Zutaten

Hefeteig

½ Würfel Hefe
60 g Zucker
40 g Wasser (warm)
500 g Mehl
2 Eigelb
1 TL Salz
210 g Milch (warm)
80 g Butter (weich)

Füllung

200 g Marzipanrohmasse

Zum Bestreichen und Bestreuen

1 Ei
2 EL Milch
100 g Mandeln (gehobelt)

Dekoration

20 g süßer Schnee oder
Glitzerschnee

Zubereitung

1. Hefeteig

Die Hefe mit dem Zucker und dem Wasser verrühren. Mehl, Eigelb, Salz, Milch und zum Schluss die Butter zugeben und in ca. 8-10 Minuten zu einem geschmeidigen, weichen Hefeteig kneten. An einem warmen Ort zugedeckt ca. 60 Minuten gehen lassen.

2. Marzipanhörnchen füllen

Schneide den Teig in zwei Hälften und forme jede Hälfte zu einer Kugel. Rolle die Kugeln auf einer Silikonmatte mit ganz wenig Mehl zu Kreisen von ca. 35 cm Durchmesser aus. Teile die Kreise (z.B. mit einem Tortenteiler) in 8 gleich große Dreiecke.

3. Marzipan vorbereiten

Schneide das Marzipan in 16 gleich große Stücke, forme diese zu länglichen Hörnchen und lege jeweils eine Marzipanrolle auf ein Teigdreieck. Die Hörnchen aufrollen und auf Backpapier legen. Zugedeckt nochmals 30 Minuten gehen lassen.

4. Fertigstellung

Den Backofen auf 180 °C Heißluft oder 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Ei mit der Milch verrühren und die Hörnchen damit bestreichen. Mit den Mandelblättchen bestreuen.

5. Backen

Die Hörnchen im vorgeheizten Backofen gleichzeitig bei Heißluft oder nacheinander bei Ober-/Unterhitze ca. 13-15 Minuten goldbraun backen.

Warm oder kalt mit süßem Schnee oder Glitzerschnee bestreut servieren.





Klassiker

»Die Küche ist der Ort, an dem die Kindheitserinnerungen schmecken.«

In der Welt der deftigen Küche gibt es eine Fülle von klassischen Gerichten, die uns an die liebevolle Zubereitung von Mama und Oma erinnern. Von herzhaften Eintöpfen bis zu würzigen Braten - diese zeitlosen Rezepte sind wie ein warmes Willkommen in unserer Erinnerung, ein Fest für den Gaumen und eine Hommage an die traditionelle Küche. Ein einfacher Bissen kann uns an die gemütlichen Sonntagsessen erinnern. Es sind nicht nur die Geschmacksrichtungen, die uns an diese besonderen Momente erinnern, sondern auch die Gefühle von Wärme, Zuneigung und Verbundenheit, die uns bei jedem Bissen begleiten. Diese klassischen Gerichte sind wie eine Umarmung auf dem Teller, die uns das Gefühl gibt, zu Hause zu sein, wo auch immer wir sind.



Münchner Schnitzel



Zubereitung
15 Minuten



Koch-/Backzeit
10 Minuten



Gesamtzeit
25 Minuten



Portionen
2



Schwierigkeit
einfach



Zutaten

2	Schweineschnitzel (aus der Oberschale)		Mehl (zum Bestäuben)
2 EL	Senf (süß)	1	Ei
2 EL	Meerrettich	2 EL	Sahne
	Salz	3 EL	Semmelbrösel
	Pfeffer	3 EL	Butterschmalz

Zubereitung

1. Das Fleisch trocken tupfen und 5 mm dick klopfen. Salzen und pfeffern.

2. Senf und Meerrettich verrühren und die Schnitzel damit bestreichen.

3. Das Ei mit der Sahne verquirlen, die Schnitzel darin wenden und panieren.

4. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Schnitzel bei mittlerer Hitze braten.

5. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit einer Beilage nach Wahl servieren.

Tipp: Als Beilage eignen sich Bratkartoffeln oder Kartoffelsalat.



Käsesuppe



Zubereitung
20 Minuten



Koch-/Backzeit
20 Minuten



Gesamtzeit
40 Minuten



Portionen
6



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

1 ¼ l	Brühe	200 g	Sahneschmelzkäse
500 g	Hackfleisch	400 g	Kräuterschmelzkäse
3	Zwiebeln	1 Dose	Champignons
2 St.	Porree		Öl (zum Braten)

Zubereitung

1. Porree waschen und in Ringe schneiden.
2. Brühe zubereiten, 1 Porree zugeben und kurz aufkochen lassen. Nach und nach den Schmelzkäse einrühren.
3. Zwiebeln schneiden und in Öl andünsten. Restlichen Porree, Hackfleisch und Champignons zugeben und mitdünsten.
4. Den Pfanneninhalt in die Suppe geben und gut durchziehen lassen.

Tipp: schmeckt auch vegetarisch





Paprika-Chili-Suppe



Zubereitung
10 Minuten



Koch-/Backzeit
20 Minuten



Gesamtzeit
30 Minuten



Portionen
2



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

1 Pck.	Tomaten (passiert)	½ l	Gemüsebrühe
2	Paprika (rot)	2	Chilischoten (klein)
1	Zwiebel		Salz
2 Zehen	Knoblauch		Basilikum (Zum Garnieren)

Zubereitung

1. Gemüse putzen und grob zerkleinern.
2. Mit den restlichen Zutaten in einen Topf geben und 20 Minuten kochen lassen.
3. Pürieren und nochmals aufkochen lassen.
4. Mit Basilikum garnieren.



Chili con Carne





Zubereitung
10 Minuten



Koch-/Backzeit
1 Stunde



Gesamtzeit
1 Std., 10 Min.



Portionen
3



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

1	Gemüsezwiebel	6 EL	Tomatenmark
1	Paprika (grün)	1	Chilischote (rot, scharf)
1 Zehe	Knoblauch	1 TL	Basilikum
4 EL	Öl	1 TL	Cayennepfeffer
500 g	Rinderhackfleisch	1 TL	Zucker
1 Dose	Kidneybohnen (250 g Einwaage)	3 TL	Paprikapulver (rosenscharf)
1 Dose	Mais (150 g Einwaage)		Salz
4	Tomaten		

Zubereitung

1. Die Zwiebel fein würfeln, die Knoblauchzehe fein hacken, die Paprika und die Tomaten würfeln. Die Kidneybohnen in ein Sieb geben und abspülen. Die Chilischote aufschneiden, entkernen und in feine Streifen schneiden.

2. Das Öl in einer großen Pfanne oder einem Topf erhitzen und das Hackfleisch darin scharf anbraten, bis es grau und krümelig ist.

3. Die gehackte Zwiebel, die Paprikaschote und die Knoblauchzehe zum Fleisch geben und anbraten, bis das Fleisch leicht gebräunt ist.

4. Die Kidneybohnen, den Mais mit dem Maissaft aus der Dose, das Tomatenmark und die gewürfelten Tomaten mit etwas Wasser zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten dünsten.

5. Anschließend die Chilischote mit den anderen Gewürzen zugeben und alles unter ständigem Rühren ca. 10 Minuten offen köcheln lassen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

6. Chili mit Salz abschmecken und heiß servieren.

Tipp: Dazu passt Weißbrot oder Ciabatta.





Soljanka



Zubereitung
40 Minuten



Koch-/Backzeit
20 Minuten



Gesamtzeit
60 Minuten



Portionen
4



Schwierigkeit
einfach



Zutaten

½ kg	Wurst (Schinken, Salami, Lyoner, etc. in Streifen)
2 gr.	Zwiebeln
1 Glas	Paprika (eingelegt)
3 gr.	Gurken (saure)
½ Tube	Tomatenmark Tomatenketchup
1 EL	Fleischbrühe Salz Pfeffer
1½ Zehen	Knoblauch Petersilie Paprikapulver

Zubereitung

1. Wurst, Zwiebel und Gurken in Streifen schneiden. Alles in einen großen Topf geben, mit Salz und Pfeffer würzen, anbraten, Tomatenmark und Ketchup zugeben, unter Rühren kurz dünsten.
2. Den gepressten Knoblauch dazugeben. Mit Fleischbrühe abschmecken und mit ca. 1½-2 l Wasser auffüllen. Dann die Paprikaschoten zugeben. Man kann auch Gurken- oder Paprikasud verwenden, dann aber weniger Wasser nehmen. 20 Minuten köcheln lassen und kräftig abschmecken.
3. Die Soljanka über Nacht ziehen lassen, damit sich der Geschmack entfalten kann.



Frikadellen



Zubereitung
25 Minuten



Koch-/Backzeit
20 Minuten



Gesamtzeit
45 Minuten



Portionen
4



Schwierigkeit
einfach

Zubereitung

1. Das Brötchen in Wasser einweichen.
2. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden.
3. Das Ei, die Zwiebel und die Gewürze zur Hackmasse dazugeben und vermengen.
4. Die Brötchenmasse sehr gut ausdrücken, zur Hackmasse geben und wieder gut vermengen.
5. Jetzt gleichmäßige, nicht zu kleine Bällchen formen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche flach drücken. Wer mag, kann sie in Semmelbrösel wenden.
6. Margarine erhitzen, die Frikadellen einlegen und scharf anbraten.

Zutaten

1	Brötchen
1	Zwiebel
1	Ei
500 g	Hackfleisch (gemischt)
1 TL	Salz
1 TL	Senf
1 TL	Majoran
1 TL	Paprikapulver
viel	Pfeffer
2 TL	Petersilie
n. B.	Knoblauch
Evtl.	Semmelbrösel (zum Wenden)
	Margarine (zum Braten)





Shakshuka



Zubereitung
5 Minuten



Koch-/Backzeit
10 Minuten



Gesamtzeit
15 Minuten



Portionen
2



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

1	Chilischote (rot)
2	Spitzpaprika (rot)
500 g	Tomaten (stückige)
4	Eier
½ Bund	Petersilie (glatt)
2	Zwiebeln
1 Zehe	Knoblauch
4 EL	Olivenöl
1 EL	Tomatenmark
1 EL	Paprikapulver
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

1. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln in feine Streifen schneiden, Knoblauch fein reiben. Chilischote mit Kernen in Ringe schneiden. Paprikaschoten putzen und in feine Ringe schneiden.
2. Olivenöl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch, Chili und Paprika bei starker Hitze ca. 1 Minute anbraten. Tomatenmark und Paprikapulver zugeben und ca. 1 Minute mitdünsten. Tomatenstücke zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und einmal aufkochen lassen. Eier verquirlen und in die kochende Soße einrühren. Shakshuka im heißen Ofen bei ca. 180 °C für 8 Minuten backen.
3. Das fertige Shakshuka wird mit Petersilie bestreut.



Käsespätzle



Zubereitung
2 Minuten



Koch-/Backzeit
10 Minuten



Gesamtzeit
12 Minuten



Portionen
2



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

100 g	Emmentaler
100 g	Gruyère
½ Bund	Schnittlauch
1 Pck.	Spätzle (frisch, 400 g)
4 EL	Röstzwiebeln
2	Zwiebeln
2 EL	Butter
	Salz
	Pfeffer

Zubereitung

1. Die Zwiebeln schälen und in feine Streifen schneiden. Butter in einer Bratpfanne erhitzen. Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten hellbraun dünsten.
2. Spätzle in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen.
3. Eine halbe Kelle Nudelkochwasser zu den Zwiebeln in die Pfanne geben. Spätzle abgießen, abtropfen lassen und mit dem geriebenen Käse in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die fertigen Spätzle mit Röstzwiebeln und Schnittlauch bestreuen.





Kassler mit Grünkohl



Zubereitung
30 Minuten



Koch-/Backzeit
3 Stunden



Gesamtzeit
15 Std., 30 Min.



Portionen
4



Schwierigkeit
mittel



Zutaten

1200 g	Grünkohl (tiefgekühlt)	½ l	Fleischbrühe	4	Kasslerkoteletts
2	Zwiebeln		(doppelt konzentriert)		Haferflocken
25 g	Butter	4	Mettenden		Salz
1 EL	Senf	250 g	Speck		Pfeffer

Zubereitung

1. Die Butter in einem großen Topf erhitzen und die fein gewürfelten Zwiebeln darin andünsten. Den gefrorenen Grünkohl zugeben und mit 325 ml heißer Brühe aufgießen. Den Topf schließen und den Grünkohl bei schwacher Hitze etwa eine halbe Stunde auftauen lassen.

2. Speck und 2-3 eingestochene Mettenden zum Grünkohl geben. Den Topf schließen und auf kleiner Flamme 2 Stunden weiterkochen lassen. Den Grünkohl ab und zu umrühren, damit nichts anbrennt. Die Kasslerkoteletts nicht zum Kohl geben. Sie werden durch die lange Garzeit trocken und hart. Nach 2 Stunden den Speck und die Mettwurstchen aus dem Wirsing herausnehmen und beiseite stellen.

3. Salzen, pfeffern, Senf und eventuell einen zerbröckelten Brühwürfel unter den Kohl mischen. Eventuell noch etwas Brühe nachgießen und abschmecken. Den Topf mit nicht ganz geschlossenem Deckel zum Abkühlen an einen kühlen Ort stellen.

4. Am nächsten Tag den Kohl erneut erhitzen und dabei gelegentlich umrühren. Wahrscheinlich ist die Konsistenz des Kohls etwas zu flüssig, also Haferflocken unterrühren und kurz mitkochen. Wie viel, ob 2 oder 3 Esslöffel voll, muss jeder für sich selbst entscheiden. Wenn der Kohl fertig ist, sollte er eine sämige, aber nicht zu dünne Konsistenz haben.

5. Fleisch und Würste in einen Topf geben und mit Brühe auffüllen, bis alles bedeckt ist. Erhitzen und ziehen lassen, aber nicht kochen. Eventuell die Würste anstechen, damit das überschüssige Fett abläuft. Auch die Kasslerkoteletts auf diese Weise erhitzen.

Pro Person eine Mettwurst und ein Stück Speck oder Kassler.

Beilagen: Salz- und/oder Bratkartoffeln.



Senfeier



Zubereitung
10 Minuten



Koch-/Backzeit
15 Minuten



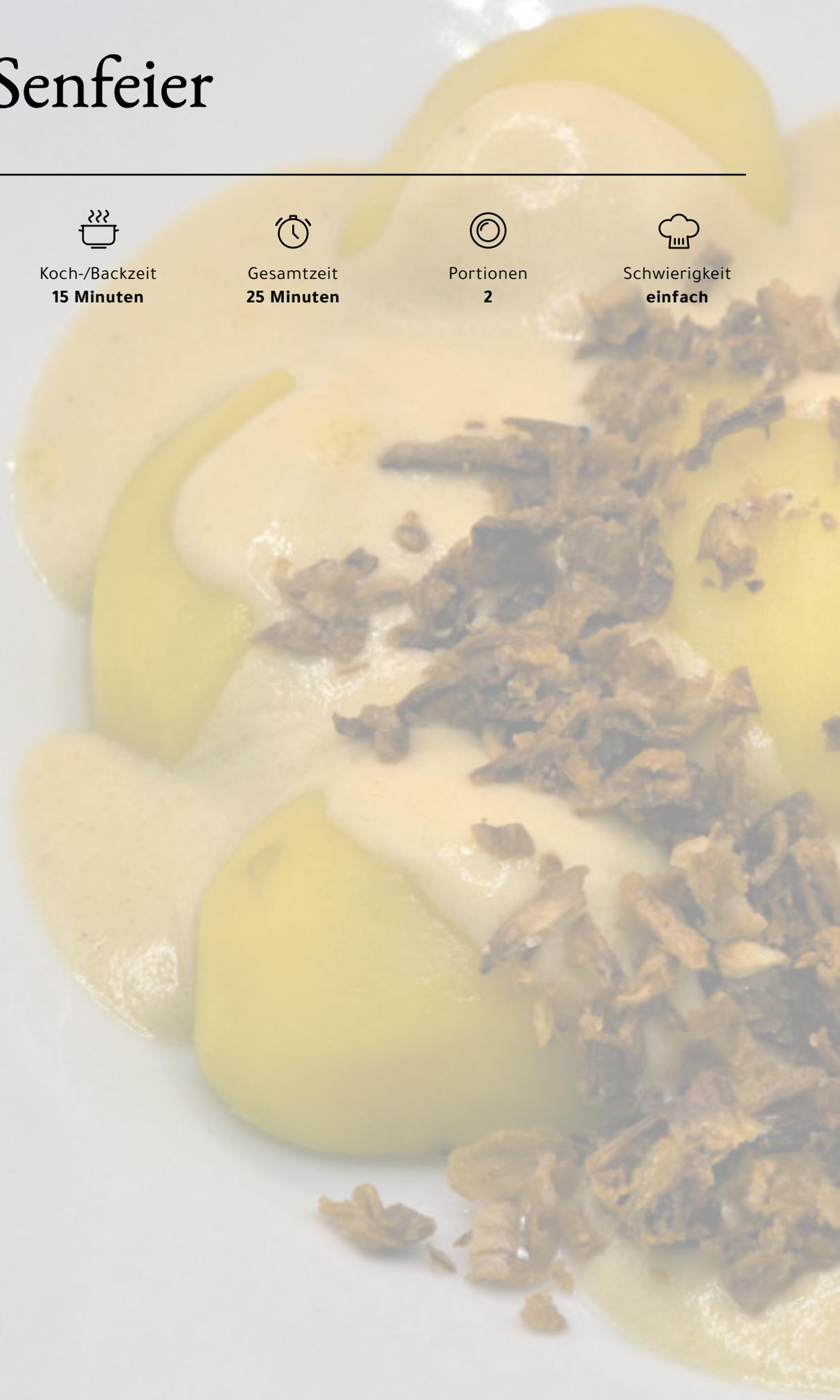
Gesamtzeit
25 Minuten



Portionen
2



Schwierigkeit
einfach



Zutaten

4 Eier
30 g Butter
1 EL Mehl
½ l Milch
5 EL Senf
Salz
Pfeffer

Zubereitung

1. Die Eier hart kochen.

2. In der Zwischenzeit aus Butter und Mehl eine Mehlschwitze herstellen. Die Milch nach und nach unter kräftigem Rühren zugeben, damit nichts anbrennt. Den Topf vom Herd nehmen. Senf und Soße verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Die Eier schälen, halbieren und mit der Soße servieren.

Tip: Man kann natürlich auch scharfen Senf für die Soße verwenden und mit Röstzwiebeln servieren.

Dazu passen Reis oder Kartoffeln.



Königsberger Klopse





Zubereitung
40 Minuten



Koch-/Backzeit
40 Minuten



Gesamtzeit
1 Std., 20 Min.



Portionen
4



Schwierigkeit
mittel

Zutaten

800 g Hackfleisch (gemischt)
1 Ei
50 g Semmelbrösel
1 EL Senf
Salz
Pfeffer
1 l Gemüsebrühe
1 Lorbeerblatt
40 g Butter
30 g Mehl
50 ml Weißwein
200 ml Sahne
1 EL Kapern
1 EL Kapernflüssigkeit
1 EL Zitronenschale
1 EL Zitronensaft
Zucker
½ Bund Petersilie (glatt)

Zubereitung

1. Hackfleisch, Ei, Paniermehl, Senf, Salz und Pfeffer mischen. Daraus 12 Frikadellen formen. Die Brühe mit dem Lorbeer aufkochen, die Klöße hineingeben und bei mittlerer Hitze 20 Minuten ziehen lassen.
2. Butter zerlassen, Mehl einstreuen, anrösten und mit Wein und 600 ml Brühe ablöschen. Sahne zugießen und 6-8 Minuten offen kochen lassen.
3. Kapern, Kapernflüssigkeit, Zitronenschale und -saft zugeben. Mit Salz, einer Prise Zucker und Pfeffer abschmecken.
4. Die Klöße in der Soße anrichten und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Beilagen: Salzkartoffeln



Wurstgulasch



Zubereitung
15 Minuten

Zutaten



Koch-/Backzeit
10 Minuten

500 g	Knackwurst	1 Becher	Crème fraîche
	Öl	3 TL	Gulaschgewürz
2	Zwiebeln (mittelgroß)	1 Msp.	Peperoni
1	Paprika (rot)	100 g	Champignons
1 EL	Tomatenmark		Salz
1 Zehe	Knoblauch		Pfeffer
1 TL	Senf (mittelscharf)		



Gesamtzeit
25 Minuten



Portionen
3



Schwierigkeit
einfach



Zubereitung

1. Die Wurst in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Zwiebel schälen und würfeln. Paprikaschote putzen und würfeln, Champignons putzen und würfeln (wenn frisch), sonst gehackte Champignons aus der Dose verwenden, 1 Knoblauchzehe fein würfeln.
2. Wurst in einer Pfanne mit Öl anbraten, herausnehmen und beiseite stellen. In derselben Pfanne Zwiebeln, Paprika, Champignons und Knoblauchzehe anschwitzen und mit 375 ml Wasser auffüllen.
3. Tomatenmark, Senf und Gulaschgewürz unterrühren und die Wurstwürfel wieder zum Gemüse geben. Zum Schluss eine Messerspitze Peperoni und die Crème fraîche zugeben. Kurz aufkochen lassen, abschmecken.



Nudelpfanne



Zubereitung
10 Minuten



Koch-/Backzeit
20 Minuten



Gesamtzeit
30 Minuten



Portionen
2



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

6 Sch.	Kochschinken		Zitronensaft
1	Zwiebel	240 g	Nudeln (gekocht)
1 TL	Butter	1 EL	Käse (gerieben)
200 g	Champignons	4 TL	Milch
	Salz		Petersilie
	Pfeffer		

Zubereitung

1. Schinken und Zwiebel würfeln. Butter in einer Pfanne erhitzen, Schinken und Zwiebeln darin anbraten. Die geschnittenen Champignons hinzufügen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

2. Bei schwacher Hitze etwas ziehen lassen, dann die Nudeln dazugeben. Mit geriebenem Käse und gehackter Petersilie bestreuen. Mit Milch übergießen und zugedeckt erwärmen, bis der Käse geschmolzen ist.







Fast Food

»Ein Hamburger ist wie ein kleines Stückchen Glück zum Mitnehmen.«

In unserer schnelllebigen Welt ist Fast Food zu einem festen Bestandteil des modernen Lebensstils geworden. Ob unterwegs, in der Mittagspause oder einfach für den kleinen Hunger zwischendurch - die Vielfalt und der Geschmack von Fast Food haben ihren festen Platz gefunden. Fast Food bietet eine erstaunliche Bandbreite an Geschmacksrichtungen und Gerichten. Vom klassischen Hamburger über knusprige Pommes frites bis hin zu würzigen Tacos und saftigen Dönern - die schnellen Mahlzeiten sind nicht nur praktisch, sondern auch unglaublich vielseitig. Für jeden Geschmack und jede Vorliebe ist etwas dabei. Doch schnell bedeutet nicht minderwertig. Viele moderne Fast-Food-Konzepte legen zunehmend Wert auf Qualität, Frische und gesunde Zutaten. So entstehen kreative und nahrhafte Angebote, die den schnellen Hunger stillen und dabei lecker und hochwertig sind.



Sandwich (Thunfisch)



Zubereitung
30 Minuten



Koch-/Backzeit
20 Minuten



Gesamtzeit
50 Minuten



Portionen
6



Schwierigkeit
mittel

Zutaten

Brot

1	Hefe (Würfel)
100 ml	Wasser (lauwarm)
1 EL	Zuckerrübensirup
730 g	Mehl
300 g	Buttermilch
1	Ei
1	Eiweiß
2 TL	Salz
60 g	Butter

Zum Bestreichen und Bestreuen

	Backtrennspray
1	Eigelb
50 ml	Wasser
50 g	Parmesan
1 EL	Oregano
100 g	Butter (flüssig)

Thunfischcreme

1	Thunfisch (im Eigensaft, Dose)
5 EL	Frischkäse Kräuter
1	halbe Salatgurke Käse

Zubereitung

1. Die Hefe mit dem Wasser und dem Zuckerrübensirup mischen, zugedeckt 15 Minuten ruhen lassen.
2. Das Eigelb mit dem Wasser verrühren. Den Parmesankäse fein reiben und mit dem Oregano vermischen. Die Brote mit der Eigelbmischung bestreichen und mit der Käse-Kräuter-Mischung bestreuen. Das Backblech in den auf 200 °C vorgeheizten Ofen schieben und die Brote 15-20 Minuten backen. Eine Schüssel mit Wasser in den Ofen stellen. Nimm die Brote aus dem Ofen, sobald sie goldbraun sind. Sofort nach dem Backen mit flüssiger Butter bestreichen, mit einem Geschirrtuch abdecken und abkühlen lassen.
3. Den Thunfisch mit dem Frischkäse vermischen und nach Belieben mit Kräutern abschmecken. Das Brot aufschneiden, mit dem Thunfisch bestreichen und nach Belieben mit Käse belegen. Das Sandwich im Backofen bei 200 °C Grillfunktion ca. 4-5 Minuten überbacken (beobachten!) und mit Salat und Gurken oder einer Soße servieren.





Tipp: Wenn du die Sandwiches einfrieren möchtest, lass sie vollständig auskühlen, verpacke sie luftdicht und friere sie ein. Vor dem Verzehr auftauen lassen und einige Minuten im Ofen aufbacken. Das Brot kann entweder im Ganzen gebacken oder in Scheiben geschnitten, mit Fleisch, Fisch oder Käse belegt und überbacken werden.



Schwaben-Mac



Zubereitung
10 Minuten



Koch-/Backzeit
-



Gesamtzeit
10 Minuten



Portionen
1



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

1 gr.	Brötchen
1 Sch.	Leberkäse
1 Sch.	Käse
1	Spiegelei
	Gurkenscheiben
3 Sch.	Tomate
1 EL	Senf
1 EL	Mayo / Remoulade
etwas	Ketchup
	Röstzwiebeln

Zubereitung

Zuerst das Brötchen halbieren und die untere Hälfte mit Remoulade oder Mayonnaise bestreichen. Darauf kommt eine Scheibe Leberkäse, eine Scheibe Käse und Ketchup, sowie Senf. Nun den Leberkäse mit einem Spiegelei und mit Gurkenscheiben belegen.

Dazu kommen Tomatenscheiben und Röstzwiebeln. Die obere Brötchenhälfte nach Belieben mit Mayonnaise bestreichen.

Tipp: Statt Salatgurke kann auch Gewürzgurke verwendet werden.





Wraps



Zubereitung
20 Minuten



Koch-/Backzeit
-



Gesamtzeit
20 Minuten



Portionen
4



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

1 Pck.	Wraps	200 g	Tzatziki
1	Gurke		Salat
1 Pck.	Cherry Tomaten		Mais
200 g	Hirtenkäse		Kidneybohnen
150 g	Hähnchenstreifen		Paprika

Zubereitung

Tomaten waschen und vierteln. Salatgurke waschen und in Streifen schneiden. Die Paprikaschoten mit einem Messer von den Stielansätzen befreien, Kerne und Scheidewände sorgfältig entfernen. Die Paprikaschoten waschen und in gleichmäßige Stücke schneiden. Eisbergsalat waschen und in Streifen schneiden. Hirtenkäse in Stücke schneiden. Mais und Kidneybohnen abtropfen lassen.

Die Zutaten nach Belieben auf einem Wrap verteilen.



Flammkuchen-Pizza



Zubereitung
15 Minuten



Koch-/Backzeit
15 Minuten



Gesamtdauer
60 Minuten



Portionen
3-4



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

Teig:

500 g Mehl
½ Würfel Hefe (frisch)
5 EL Olivenöl
300 ml Wasser (lauwarm)
1 TL Salz

1 TL Zucker

Belag:

2 Becher Crème fraîche
400 g Schinkenwürfel

Zubereitung

Der Teig reicht für 3 oder 4 runde Pizzen oder ein Blech.

1. Alle Zutaten für den Teig in eine Schüssel geben und mindestens 5 Min. gut durchkneten. Den Teig ca. 30 Min. gehen lassen. Anschließend in 3 - 4 Portionen teilen, die jeweils zu Kugeln geformt werden.
2. Die Kugeln gleichmäßig ausrollen und mit Crème fraîche betreiben, Käse und Schinkenwürfel darauf verteilen.
3. Im Backofen (250 °C, ca. 10 - 15 Min.) backen.



Brizza (Brezel-Pizza)



Zubereitung
25 Minuten



Koch-/Backzeit
15 Minuten



Gesamtzeit
40 Minuten



Portionen
2



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

- 6 Laugenstangen
(tiefgekühlt)
- 200 g Weißwurst / Bratwurst
- 1 Pck. Kräuterfrischkäse
- Sauerkraut
- Süßer Senf
- Streukäse

Zubereitung

1. 3 tiefgekühlte Laugenstangen auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem Teig verkneten und zu einer runden Pizza formen.
2. Den Kräuterfrischkäse auf dem Teig verteilen. Die Pizza mit Wurstscheiben, süßem Senf und etwas Sauerkraut belegen und mit Käse bestreuen.
3. Im Backofen bei 200°C Umluft 12-15 Minuten backen.





Fish & Chips



Zubereitung
20 Minuten



Koch-/Backzeit
40 Minuten



Gesamtzeit
2 Stunden



Portionen
4



Schwierigkeit
mittel



Zutaten

165 g	Mehl (selbsttreibend)	1,3 kg	Kartoffeln (große),	Meersalz
½ TL	Salz		mehlig kochend	Pfeffer
½ TL	Backpulver	700 g	Kabeljaufilet	Essig, englischer
½ TL	Kurkuma	2 Liter	Pflanzenöl	
200 ml	Weißbier	2	Zitronen	

Zubereitung

1. 125 g Mehl mit Salz, Backpulver und Kurkuma in eine Schüssel sieben. In die Mitte eine Vertiefung drücken und nach und nach die Hälfte des Bieres mit einem Schneebesen zu einem festen Teig verrühren. Dann gibt man die andere Hälfte des Bieres hinzu. Die Schüssel abdecken und den Teig 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

2. In der Zwischenzeit schält man die Kartoffeln und schneidet sie in ca. 1,5 cm breite Streifen, so dass man dicke Chips erhält. Die Chips entweder in der Fritteuse oder in einer tiefen Pfanne mit ausreichend Öl (190 °C) vorfrittieren. Wenn sie gerade gar, aber noch nicht knusprig sind, herausnehmen und abkühlen lassen.

3. Den Fisch trocken tupfen und in 4 große oder viele kleine Stücke schneiden. Von allen Seiten mit Meersalz und Pfeffer würzen. Bis zur Zubereitung in den Kühlschrank legen.

4. Die vorfrittierten Chips bei 190°C fertig frittieren, bis sie außen knusprig sind. Im Ofen bei 50-60 °C warm halten.

5. Fisch und Teig aus dem Kühlschrank nehmen. Den Fisch mit dem restlichen Mehl gut bestäuben. Den Fisch in den Teig tauchen, so dass er vollständig bedeckt ist, und dann vorsichtig in das auf ca. 150 °C bis 160 °C erhitzte Öl legen. In ca. 4 Minuten goldbraun und knusprig frittieren. Mit Küchenpapier abtupfen und mit Chips, Zitronenscheiben und Essig servieren.

Tipp

Wer kein selbsttreibendes Mehl bekommt, mischt die benötigte Menge selbst: 158 g Mehl, 5 g Backpulver und 1 - 2 g Salz.

Am besten frittiert man den Fisch in einer Pfanne mit viel Öl, da der Teig im Frittierkorb festklebt. Wenn man kein Thermometer hat, um die Öltemperatur zu messen, gibt man einen Teelöffel Teig in das Öl. Blubbert der Teig heftig und wird innerhalb von 30 Sekunden goldbraun, ist das Öl genau richtig.



Burger



Zubereitung
30 Minuten



Koch-/Backzeit
10 Minuten



Gesamtzeit
40 Min.



Portionen
2



Schwierigkeit
mittel

Zutaten

- 300 g Rinderhackfleisch
- 2 große Brötchen, für Hamburger (Buns)
- 2 Zwiebel (rot)
- 1 Gemüsezwiebel
- 1 Gurke
- 1 Tomate
- 4 Sch. Bacon
- 2 Sch. Gouda
- 2 Blätter Eisbergsalat
- Ketchup
- Soße für Hamburger
- Tabasco
- Salz
- Pfeffer
- Paprikapulver

Zubereitung

1. Zunächst sollte man das Hackfleisch vorbereiten. Dazu zuerst die Speisezwiebel in feine Würfel schneiden und gut mit dem Hackfleisch verkneten. Anschließend nach eigenem Ermessen mit Salz, Pfeffer, Paprika, etc. kräftig würzen.

2. Anschließend das nun gut gewürzte Hackfleisch in zwei flache Pattys formen und mit Mehl auf beiden Seiten bestäuben.

3. Als nächstes die weiteren Zutaten vorbereiten. Die roten Zwiebeln in feine Würfel hacken, Tomate und Gurke schneiden, Salat waschen, Käse und Bacon herauslegen. Nun eine beschichtete Pfanne ohne Fett auf mittlerer Stufe heiß werden lassen und die geschnittenen Brötchen dort mit den Innenseiten hineinlegen und toasten lassen, bis die Unterseiten etwas braun gebacken sind.

4. Nun Butter in die Pfanne geben und die roten Zwiebeln bei mittlerer Hitze kurz anbraten. Eine Prise Zucker und Salz dazugeben.

5. Jetzt werden die Pattys bei hoher Hitze in die Pfanne mit etwas Sonnenblumenöl gegeben. Den Bacon an der Seite der Pfanne garen lassen.

6. Sind die Pattys so gut wie gar, den Käse drauflegen und ein paar Sekunden anschmelzen lassen. Zu diesem Zeitpunkt sollte man das untere Bun (Brötchen) schon mit allem belegt haben, was unter das Fleisch kommt.

Tipp: Den Bacon mit etwas Küchenpapier von triefendem Fett befreien.



Currywurst





Zubereitung
20 Minuten



Koch-/Backzeit
20 Minuten



Gesamtzeit
40 Minuten



Portionen
4



Schwierigkeit
leicht

Zutaten

2	Schalotten
5 EL	Pflanzenöl
1 EL	Rohrzucker
3 EL	Currypulver
1 EL	Tomatenmark
200 g	Tomatenketchup
100 ml	Orangensaft
1 TL	Weißweinessig
	Salz
	Pfeffer
4	Rindswürste

Zubereitung

1. Schalotten schälen, fein würfeln und in 2 EL Öl bei kleiner bis mittlerer Hitze goldgelb und weich dünsten. Mit Zucker und 2 EL Curry bestreuen und unter Rühren kurz mitdünsten, Tomatenmark zugeben und ebenfalls kurz mitdünsten.

2. Anschließend Ketchup und Orangensaft zugeben und gut verrühren. Alles unter Rühren aufkochen lassen und mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Soße offen bei kleiner Hitze 10 - 15 Minuten sämig einkochen lassen, dann mit Salz, Pfeffer und etwas Curry abschmecken. **3.**

3. Die Würste in mundgerechte Stücke schneiden und in einer Pfanne in etwas Öl anbraten.

4. Die Würstchen herausnehmen, mit der heißen Currysoße übergießen und mit dem restlichen Esslöffel Currypulver bestreuen.

Tipp: Dazu passen Pommes rot-weiß oder ein Brötchen.







Mediterran

»Mediterranes Essen ist wie ein Urlaub für die Sinne.«

Die mediterrane Küche ist ein Lebensgefühl. Die Küche der Mittelmeerlande wie Italien, Griechenland, Spanien und Frankreich ist bekannt für ihre aromatischen Gerichte, die den Gaumen und das Herz erfreuen. Die mediterrane Küche zeichnet sich durch Einfachheit und Frische aus. Olivenöl, frisches Gemüse, aromatische Kräuter, Meeresfrüchte und mageres Fleisch bilden die Grundlage dieser kulinarischen Tradition. Jedes Gericht bringt den Geschmack von Sonne und Meer auf den Teller und erzählt die Geschichte einer Kultur, die das Essen zu schätzen weiß. Das Essen erinnert uns an schöne Sommerferien. Ein wichtiger Aspekt der mediterranen Küche ist das gemeinsame Essen. Mahlzeiten sind hier soziale Ereignisse, bei denen Familie und Freunde zusammenkommen, um gutes Essen und gute Gesellschaft zu genießen. Das stärkt nicht nur die körperliche Gesundheit, sondern auch das Wohlbefinden.



Pesto Rosso



Zubereitung
30 Minuten



Koch-/Backzeit
15 Minuten



Gesamtzeit
45 Minuten



Portionen
2



Schwierigkeit
mittel



Zutaten

250 g	Farfalle	100 g	Tomaten (getrocknet)	Pfeffer
1	Zucchini	25 g	Mandeln (blanchiert)	Zucker
1 Bund	Basilikum	20 g	Pistazien	
1 Zehe	Knoblauch	4 EL	Olivenöl	
50 g	Parmesan		Salz	

Zubereitung

1. In einem Topf Wasser für die Farfalle zum Kochen bringen. Zucchini abwaschen, von den Enden befreien und in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Knoblauch pellen und klein hacken. Basilikumblätter von den Stielen zupfen. Parmesan fein reiben. Mandeln grob hacken.
2. 1 EL Zucker gleichmäßig in eine Pfanne geben und bei mittlerer Hitze goldbraun verflüssigen. Pistazien mit ¼ TL Salz hinzugeben und zügig mit einem Holzlöffel verrühren. Anschließend aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen.
3. Getrocknete Tomaten abtropfen lassen und das Öl auffangen. Tomaten mit 2/3 des Parmesans, gehackten Mandeln sowie 4 EL Tomatenöl in ein hohes Gefäß geben und mit einem Pürierstab fein pürieren.
4. In einer Pfanne 2 EL Öl erhitzen und Basilikumblätter bei mittlerer bis hoher Temperatur ca. ½ Minute knusprig frittieren (Vorsicht, das heiße Öl kann spritzen).
5. Farfalle mit 1 EL Salz in das kochende Wasser geben und ca. 9 Minuten bissfest garen.
6. Zucchini mit gehacktem Knoblauch in die Pfanne mit dem Basilikumöl geben und 5 Minuten bei mittlerer Temperatur braten. Nach Geschmack mit Pfeffer würzen.
7. Kurz vor Ende der Pasta-Garzeit 5 EL Pastawasser in das Pesto rosso geben und unterrühren. Pistazienkrokant grob hacken.
8. Bissfest gegarte Farfalle abgießen, zusammen mit Pesto rosso in die Pfanne zur Zucchini geben und gut vermengen.
9. Farfalle mit Pesto rosso in einem tiefen Teller anrichten und mit Pistazienkrokant, frittiertem Basilikum und verbliebenem Parmesan garnieren.



Panierter Schafskäse



Zubereitung
15 Minuten



Koch-/Backzeit
5 Minuten



Gesamtzeit
20 Minuten



Portionen
2



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

200 g	Schafskäse	Paprikapulver
1	Ei	Knoblauch (getrocknet)
	Paniermehl	Öl, zum Anbraten
	Mehl	
	Pfeffer	

Zubereitung

Den Schafskäse abtropfen lassen. Dann in vier gleich große Stücke teilen. Nach Belieben und persönlichem Geschmack mit Pfeffer, Paprikapulver und getrocknetem Knoblauch bestreuen. Daraufhin zunächst in Mehl, dann in Ei und zuletzt in Paniermehl wenden. In etwas Öl goldbraun anbraten.

Tipp: Schmeckt super zu frischem Salat. Echten Schafskäse verwenden, da „Hirtenkäse“ schnell zerlaufen kann.





Rumpsteak Greek-Style



Zubereitung
8 Minuten



Koch-/Backzeit
12 Minuten



Gesamtzeit
20 Minuten



Portionen
2



Schwierigkeit
mittel



Zutaten

2	Rumpsteaks à 250 g
½	Salatgurke
1	Peperoni (rot)
200 g	Sahne
75 g	Feta
4 EL	Olivenöl
	Salz
	Pfeffer
1	Zwiebel (rot)
1 EL	Weißweinessig

Zubereitung

- 2 El Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Steaks von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch im heißen Öl zunächst bei hoher Hitze von jeder Seite ca. 1 Minute braten. Dann das Fleisch wieder auf die zuerst angebratene Seite drehen und bei mittlerer Hitze von jeder Seite ca. 2 Minuten weiterbraten, bis die Steaks medium gegart sind.
- In der Zwischenzeit Gurke putzen und vierteln, Kerngehäuse heraus-schneiden und in ca. ½ cm dicke Scheiben schneiden. Zwiebel schälen, hal-bieren und in dünne Halbringe schneiden. Peperoni mit Kernen in Ringe schneiden. Gurke, Zwiebel und Peperoni in eine Schüssel geben.
- Steaks aus der Pfanne nehmen und mit Alufolie bedeckt auf einem Teller ruhen lassen. Sahne in die Pfanne zum Bratfett gießen und aufkochen lassen. Feta zerbröckeln und zur Sahne geben. Alles durchrühren und den Feta in der heißen Sahne schmelzen lassen. Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Gurke, Zwiebel und Peperoni mit Salz und Pfeffer würzen und mit 2 EL Oli-venöl und Essig marinieren. Steaks anrichten, Soße darüber gießen und Salat darauf verteilen.



Bolognese



Zubereitung
30 Minuten



Koch-/Backzeit
5 Stunden



Gesamtzeit
5 Std., 30 Minuten



Portionen
6



Schwierigkeit
mittel

Zutaten

Für das Soffritto:

125 g Butter
wenig Olivenöl
2 große Zwiebeln
3 Möhren
3 Stangen Staudensellerie

1½ Dosen Tomaten à 400 g
3 Knoblauchzehen,
in Scheiben
geschnitten
3 Peperoncini,
zerstampfte
Meersalz
Pfeffer, schwarzer

Für den Sugo:

1 kg Rinderhackfleisch
1 Schuss Weißwein
Milch, ca. 250 -
500 ml (abhängig
von der Soßenmenge)

Außerdem:

600 g Spaghetti

Zubereitung

1. Das Wichtigste an einer Bolognese ist das sogenannte "Soffritto": Dazu einen ordentlichen Klotz Butter (ca. 125 g) und ein wenig Olivenöl (damit die Butter nicht verbrennt) in eine Pfanne geben. Zwiebeln, Möhren und Staudensellerie putzen bzw. schälen, ganz fein hacken und auf möglichst niedriger Flamme langsam (mind. 30 Minuten) darin garen, bis das Gemüse schön glasig und weich geworden ist. Wichtig ist, dass das Gemüse nicht brät, sondern wirklich nur dünstet - also nicht zu heiß werden lassen!

2. Derweil das Rinderhackfleisch so lange in einer weiteren Pfanne scharf braten, bis es kräftig Farbe annimmt. Anschließend mit einem Schuss Weißwein ablöschen, sodass sich alles Angebackene vom Boden lösen lässt. Wichtig: Jetzt je nach Soßenmenge ca. 1/2 bis 1/2 Liter Milch hinzugeben, die sich um das Hackfleisch legt und diesem einen ganz milden Geschmack verleiht.

3. Sobald das Fleisch mit Weißwein und Milch aufkocht, die Dosentomaten hinzugeben. Am besten geeignet sind hierfür die San Marzano Eiertomaten aus der Gegend von Neapel.



Sollten die im Supermarkt der Wahl verfügbar sein, dann gern mit den Dosentomaten austauschen. Diese haben einen ganz eigenen süßlichen Geschmack, der der Soße Bolognese und auch einer ordentlichen Soße Napoli sehr zuträglich ist.

4. Sobald dies alles wieder aufgeköcht ist, den "Soffritto" hinzugeben. Der in Scheiben geschnittene Knoblauch und die zerstampften Peperoncini können jetzt auch mit hinein. Mit Meersalz und frisch gemahltem schwarzem Pfeffer abschmecken.

5. Die Bolognese kann dann gar nicht lange genug köcheln. Ideal wären ca. 5 Stunden. Mindestens 2 Stunden sollte sie aber köcheln. Bei Bedarf immer mal

etwas Wasser oder leichte Brühe nachgießen, damit nichts anbrennt.

Dann ggf. abkühlen lassen und ca. 1 Stunde vor der Mahlzeit langsam aufwärmen (muss aber nicht, man kann sie auch gleich servieren).

Tipp: Man kann auch noch ein wenig frisch gehackte Möhre und Staudensellerie nachschieben, um ein wenig mehr Biss an das Gemüse zu kriegen.

In der Zwischenzeit die Nudeln nach Packungsanweisung bissfest kochen, anschließend abgießen.

Die Spaghetti auf Tellern anrichten und die Bolognese darüber verteilen. Heiß servieren.



Spaghetti mit Räucherlachs



Zubereitung
8 Minuten



Koch-/Backzeit
12 Minuten



Gesamtzeit
20 Minuten



Portionen
2



Schwierigkeit
einfach

Zubereitung

1. Spaghetti in kochendem Salzwasser nach Packungsangabe fast al dente garen.
2. In der Zwischenzeit die dicken Enden vom Dill abschneiden. Dillstiele längs auf die Räucherlachsscheiben legen und beides gleichzeitig quer in ca. 2 cm breite Streifen schneiden.
3. Für die Soße 2 Kellen Nudelkochwasser in eine Pfanne geben, Crème fraîche dazugeben und alles einmal aufkochen lassen.
4. Spaghetti ca. 2 Minuten vor Ende der Kochzeit abgießen, abtropfen lassen, zur Soße in die Pfanne geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Nudeln in der Soße bei hoher Hitze ca. 2 Minuten fertig garen. Nach ca. 1 ½ Minuten Dill und Räucherlachs dazugeben und alles zu Ende kochen.
5. Limette halbieren und eine Hälfte über den Nudeln auspressen.

Zutaten

250 g Spaghetti
 ½ Bund Dill
 100 g Räucherlachs
 150 g Crème fraîche
 1 Limette
 Salz
 Pfeffer





Griechischer Hirsetopf



Zubereitung
10 Minuten



Koch-/Backzeit
20 Minuten



Gesamtzeit
30 Minuten



Portionen
2



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

1 Tasse	Hirse	Pfeffer
1 TL	Gemüsebrühe	Kräutersalz
1	Paprika	Chili
2	Tomaten	Thymian
1	Zwiebel	Oregano
½	Salatgurke	Sambal Oelek
1 Pck.	Feta	

Zubereitung

Auf eine Tasse Hirse rechnet man 2 Tassen Gemüsebrühe. Aufkochen lassen und zugedeckt auf kleiner Flamme ca. 20 Minuten quellen lassen. Gemüse waschen und klein schneiden. Zwiebeln würfeln und in etwas Öl anbraten. Paprika und Gurke zugeben. Etwas Brühe (ca. 1 Tasse) angießen und das Gemüse bissfest dünsten. Gemüse scharf abschmecken und zur gegarten Hirse geben. Fetakäse und Tomatenwürfel unterheben.

Tipp: Dazu Fladenbrot oder Baguette



Gyros Überbacken





Zubereitung
15 Minuten



Koch-/Backzeit
30 Minuten



Gesamtzeit
4 Std., 45 Min.



Portionen
2



Schwierigkeit
mittel

Zutaten

500 g	Schnitzfleisch (aus der Oberschale)	50 ml	Milch
		1 EL	Tomatenmark
4 TL	Gyrosgewürz	1 TL	Paprikamark (optional)
2 TL	Zitronensaft	100 g	Gouda in Scheiben (nach Belieben)
4 EL	Olivenöl		
200 g	Sahne	1 EL	Parmesan
1 TL	Paprikapulver	1 EL	Fett aus der Pfanne
1 TL	Chilipulver mit Salz		

Zubereitung

1. Eine Marinade aus 3 EL Öl, 1,5 TL Zitronensaft, 4 TL Gyrosgewürz, 1/2 TL Paprikapulver und 3 EL Olivenöl bereiten. Das Schnitzfleisch in sehr dünne Streifen schneiden und in die Marinade geben. Alles gut vermengen und einige Stunden (besser über Nacht) marinieren.
2. Dann das Fleisch in einer mit Olivenöl (ca. 1 EL) gefetteten Pfanne kross braten. In der Zwischenzeit die Soße bereiten und den Backofen auf 250 °C vorheizen.
3. Zur Soße: 200 ml Sahne mit dem Tomaten- und evtl. Paprikamark, 1/2 TL Paprikapulver, 1/2 - 1 TL Chili-Gewürzsalz und der Milch (ca. 50 ml evtl. mehr) vermengen.
4. Die Auflaufform mit etwas Olivenöl fetten und das kross gebratene Fleisch hineingeben. Dann das Fleisch mit Käsescheiben (z.B. Gouda) belegen. Nun die Sahne-Gewürzmischung darüber verteilen. Zum Schluss den Parmesan und das Fett aus der Pfanne darüber in Linien verteilen.
5. Die Auflaufform im Backofen bei ca. 250 °C ca. 15 min. backen und zum Schluss ca. 5 min. Oberhitze, damit die Käseschicht eine leicht gebräunte Farbe erhält!
6. Dazu kann man Pommes oder auch Weißbrot servieren.



Falafel und Bulgursalat



Zubereitung
70 Minuten



Koch-/Backzeit
15 Minuten



Gesamtzeit
2 Std., 25 Min.



Portionen
4



Schwierigkeit
mittel

Zutaten für die Falafel

250 g	Kichererbsen	1 TL, gehäuft	Kreuzkümmel	9 EL	Mehl
1	Zwiebel	1 TL, gehäuft	Koriander	1 TL, gestr.	Backpulver
3 Zehe/n	Knoblauch	½ TL	Kurkuma	1 Liter	Öl, zum Frittieren
3 EL	Petersilie		Salz und Pfeffer		

Zubereitung

1. Die Kichererbsen abtropfen lassen und mit kaltem Wasser gut abspülen. Zwiebel und Knoblauch schälen und etwas zerkleinern.

2. Kichererbsen mit Zwiebel, Knoblauch und Petersilie pürieren, bis eine Art Paste entsteht. Nun die Gewürze hinzufügen und noch einmal durchpürieren, bis alles gut vermischt ist.

Die Paste in eine Schüssel geben und das Mehl löffelweise hinzugeben und mit einer Gabel gut untermischen. Zuletzt das Backpulver untermischen, bis alles glatt ist. Ist der Teig noch zu matschig, einfach noch etwas Mehl hinzugeben.

3. Jeweils einen Esslöffel Teig mit den Fingerspitzen zu kleinen Bällchen formen.

Das Öl in einem Topf auf höchster Stufe aufheizen. Ob die Temperatur stimmt, sieht man, in dem man eine Falafel kurz hineinhält. Wenn es richtig stark sprudelt, ist es heiß genug.

Die Bällchen in das heiße Öl geben und etwa 2-4 Minuten frittieren, bis sie richtig schön braun und knusprig sind.

5. Am besten die fertigen Bällchen auf einem Küchenpapier zwischenlagern, damit sie nicht ganz so fettig sind.

Tipp: Zum Formen der Bällchen kann auch ein Portionierer benutzt werden.



Zutaten für den Bulgursalat

200g	Bulgur (fein)	1 EL	Tomatenmark	2 EL	Granatapfelmelasse (Nar Ekşisi)
150 ml	Wasser	1 EL	Acı Biber Salçası (Paprikamark, scharf)	4 EL	Olivenöl
1	Zwiebel	½ TL	Kreuzkümmel (gemahlen)		schwarzer Pfeffer
2	Frühlingszwiebeln	1 TL	Acı Pul Biber (Paprikaflocken)		Salz
2 EL	neutrales Öl				
1 Bund	Petersilie (glatt)				
½ Bund	frische Minze	½	Zitrone (Saft)		

Zubereitung

1. Das Wasser zum Kochen bringen und in einer hitzebeständigen Schüssel über den Bulgur geben. Für 15 Minuten zugedeckt quellen lassen.
2. Die Zwiebel fein würfeln und in etwas neutralem Öl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze andünsten. Die Gewürze, das Paprikamark und das Tomatenmark dazugeben und kurz andünsten. Dann die Pfanne vom Herd ziehen und alles abkühlen lassen.
3. Die Frühlingszwiebeln der Länge nach halbieren und in feine Ringe schneiden. Die Kräuter fein hacken.
4. Die abgekühlte Zwiebelmasse auf den gequollenen Bulgur geben und einarbeiten. Dann die Granatapfelmelasse zusammen mit Frühlingszwiebeln und den Kräutern unterrühren. Zum Schluss das Olivenöl unterrühren und den Salat mit Salz und Zitronensaft abschmecken. Mindestens 1 Stunde durchziehen lassen.



Bifteki



Zubereitung
30 Minuten



Koch-/Backzeit
5 Minuten



Gesamtzeit
35 Minuten



Portionen
4



Schwierigkeit
mittel



Zutaten

400 g	Hackfleisch vom Rind	1 Bund	Petersilie (glatte)	1	Zwiebel
200 g	Schafskäse	etwas	Oregano (frischer)		Salz
2	Eier	1 TL	Kreuzkümmel		Pfeffer
1	Brötchen, altbacken	1 TL	Piment		Olivenöl

Zubereitung

1. Zuerst die Zwiebel in kleine Würfel schneiden und anschwitzen. Die Petersilie fein hacken. Das Brötchen in Wasser einweichen, auspressen und in kleine Stücke zerreißen.
 2. Alle Zutaten, bis auf den Schafskäse, in einer Schüssel miteinander verrühren, die abgekühlten Zwiebeln dazugeben. Auf einer Arbeitsfläche ein ca. DIN-A4 großes Stück Alufolie ausbreiten, hierauf ein Viertel (je nach Appetit evtl. auch 1/6) des Hackfleisches ausrollen. Dazu die Hände mit Wasser benetzen - dann klebt das Hack nicht daran.
 3. Circa 10 x 10 cm große Quadrate formen, nun ein Viertel bzw. 1/6 des Schafskäses (gerieben) in die Mitte legen und nun mithilfe der Alufolie das Hacksteak "zusammenfalten". Abschließend die Ränder zusammendrücken und eventuell das Steak in Form bringen.
 4. Bifteki aus der Folie nehmen und in etwas Olivenöl pro Seite 2 - 3 Minuten braten, am besten in einer Grillpfanne.
- Tipp:** Dazu gibt es Krautsalat, Djuvec-Reis und Tzatziki.





Mediterranes Ofengemüse



Zubereitung
30 Minuten



Koch-/Backzeit
30 Minuten



Gesamtzeit
60 Minuten



Portionen
2



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

viel	Olivenöl
500 g	Kartoffeln (kleine)
400 g	Spitzpaprika (rot)
	Thymian
	Majoran
	Oregano
	Rosmarin
150 g	Cherrytomaten
200 g	Champignons
100 g	Feta-Käse
1	Zwiebel
6	Knoblauchzehen
	Meersalz
	Pfeffer
	Kümmel
	Paprikapulver

Zubereitung

Eine Pfanne mit reichlich gutem Olivenöl erhitzen. Die gewaschenen und geschälten Kartoffeln halbieren und in der Pfanne kurz durchschwenken. Die Spitzpaprika halbieren, entkernen und klein schneiden, ebenfalls kurz hinzugeben. Alles mit den Kräutern mischen und in eine ofenfeste Form geben.

Cherrytomaten vierteln, Champignons halbieren und Feta-Käse in Würfel schneiden. Zwiebel in Ringe schneiden und Knoblauch nur schälen (evtl. auch mehr oder weniger Knoblauch nehmen, aber bei dieser Art Zubereitung bleibt kein extremer Knoblauchgeschmack übrig). Alle diese Zutaten in die Form geben, durchrühren und mit Meersalz, Pfeffer, Kümmel und scharfem Paprikapulver würzen.

Im vorgeheizten Backofen ca. 30 Minuten auf der mittleren Schiene backen. Ab und zu umrühren.

Wenn die Kartoffeln weich sind, kann serviert werden.



Bruschetta





Zubereitung
35 Minuten



Koch-/Backzeit
8 Minuten



Gesamtzeit
43 Minuten



Portionen
6



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

1 kg Strauchtomaten
3 Zwiebeln
4 Zehen Knoblauch
Meersalz
Pfeffer
Olivenöl
1 Ciabatta
1 Bund Basilikum
Parmesan (oder
Mozzarella)

Zubereitung

- 1.** Die Tomaten in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebeln, in feine Würfel schneiden und zu den Tomaten in eine Schüssel geben. 3 Zehen Knoblauch schälen, durch eine feine Presse drücken und in die Schüssel geben. Mit Meersalz und Pfeffer würzen, kurz ziehen lassen und dann mit Olivenöl auffüllen.
- 2.** Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 3.** Das Brot in Scheiben schneiden, diese mit ein Paar Tropfen Olivenöl beträufeln und mit der letzten Zehe Knoblauch einreiben. Auf ein Backblech legen und in ca. 8 Minuten schön kross backen.
- 4.** Dann das Basilikum klein hacken, in die Schüssel mit Tomaten, Knoblauch und Zwiebeln geben, mischen und kurz abschmecken.
- 5.** Die Brote nach Belieben belegen. Dazu den Käse servieren.





Asiatisch

»Asiatisches Essen ist eine Kunst, bei der Geschmack, Gesundheit und Harmonie im Einklang stehen.«

Die asiatische Küche ist eine wunderbare Entdeckungsreise durch eine Vielzahl von Aromen, Farben und Texturen. Von den Garküchen Thailands bis zu den eleganten Sushi-Bars Japans bietet die asiatische Küche eine reiche Vielfalt an Gerichten, die sowohl den Gaumen als auch die Seele erfreuen. Die asiatische Küche legt großen Wert auf die heilenden Eigenschaften der Zutaten. Ingwer, Knoblauch, Kurkuma und Zitronengras sind nur einige der häufig verwendeten Zutaten, die nicht nur den Geschmack verbessern, sondern sich auch positiv auf Körper und Geist auswirken. Sie sind bekannt für ihre entzündungshemmenden, antioxidativen und verdauungsfördernden Eigenschaften, die zum allgemeinen Wohlbefinden beitragen. Und es schmeckt.

Asiatisch



Chicken Tikka Masala



Zubereitung
10 Minuten



Koch-/Backzeit
25 Minuten



Gesamtzeit
1 Std., 35 Min.



Portionen
4



Schwierigkeit
mittel

Zutaten

Hähnchen Marinade		Soße			
3	Hähnchenbrüste	3 EL	Öl	1 EL	Tomatenmark
1	Zitrone	1	Zwiebel (fein gehackt)	800 g	Dosentomaten (ganz)
125 g	Joghurt	2 EL	Ingwer (gehackt)	300 ml	Wasser
6	Knoblauchzehen (gehackt)	8 Zehen	Knoblauch (fein gehackt)	250 ml	Sahne
1 EL	Ingwer (gehackt)	2 TL	Kreuzkümmel		Gehackter Koriander (zum Garnieren)
2 TL	Salz	2 TL	Kurkuma		
2 TL	Kreuzkümmel	2 TL	Koriander (gemahlen)		
2 TL	Garam Masala	2 TL	Paprikapulver		
2 TL	Paprikapulver	2 TL	Chilipulver		
	Holzspieße	2 TL	Garam Masala		

Zubereitung

1. Den Ofen auf 260 °C vorheizen.
2. Das Hähnchen in mundgerechte Stücke schneiden und mit den restlichen Zutaten für die Marinade in einer Schüssel vermischen. Verrühren, bis es gleichmäßig bedeckt ist, dann mindestens 1 Stunde in den Kühlschrank stellen.
3. Die marinierten Hähnchenteile auf Holzspieße aufspießen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, dabei darauf achten, dass unter dem Hähnchen etwas Platz ist, damit sich die Hitze gleichmäßiger verteilt.
4. Etwa 15 Minuten backen, bis die Ränder leicht gebräunt sind.
5. Öl in einem großen Topf bei mittlerer Hitze erhitzen und Zwiebeln, Ingwer und Knoblauch anbraten, bis sie weich, aber nicht gebräunt sind.
Die Gewürze unter ständigem Rühren etwa 30 Sekunden lang anbraten, damit sie ihre Aromen und ihren Geschmack entfalten. Dann das Tomatenmark einrühren.
6. Die Tomaten pürieren. Die Tomatensoße und das Wasser mit in den Topf geben, zum Kochen bringen und etwa 5 Minuten kochen lassen.
7. Die Sahne dazugeben, das Hähnchenfleisch untermischen und weitere 1-2 Minuten kochen lassen.

Tipp: Mit Reis oder Naan-Brot servieren.

Asiatisch



Butter Chicken



Zubereitung
15 Minuten



Koch-/Backzeit
35 Minuten



Gesamtzeit
50 Minuten



Portionen
3



Schwierigkeit
einfach



Zutaten

Fleisch		Soße			
300 g	Hähnchenbrust	500 g	Dosentomaten (geschält)	4 TL	Zucker
1 TL	Ingwer-Knoblauch-Paste	100 g	Zwiebeln (grob geschnitten)	5 TL	Butter
1 TL	Chili	1 TL	Knoblauchpaste	3 TL	Sahne
	Salz	50 g	Cashewkerne	1 ½ TL	Weißweinessig
	Öl	½ TL	Garam Masala		Salz
		2 TL	Chili		

Zubereitung

1. Die Hähnchenbrust mit der Ingwer-Knoblauch-Paste, Chilipulver und Salz marinieren (mindestens 20 Minuten ziehen lassen).

2. In der Pfanne Öl erhitzen und das Hähnchen anbraten, danach in eine Schüssel geben. In der gleichen Pfanne die Zwiebel anbraten, Öl, Butter hinzufügen. Danach die Tomaten und die Cashewkerne hinzufügen. Ein wenig Wasser, die Knoblauchpaste, Salz, Essig, Zucker und Garam Masala hinzufügen. Nach Belieben weiteres Chilipulver. Sodann mischen und für ca. 20 Minuten köcheln lassen.

3. Zu einem feinen Püree mixen. Butter, Sahne und Hähnchen hinzufügen und weitere 7 Minuten ziehen lassen.

Tipp: Dazu passt Naan-Brot oder Reis.



Pekingsuppe

Zutaten

1	Hähnchenbrustfilet	100 g	Sojasprossen		Salz
1	Zwiebel	100 ml	Reisessig	2 EL	Ketchup
4	Tomaten	5 EL	Sojasoße	2 EL	Speisestärke
2	Karotten	1-2 TL	Sambal Oelek	2 l	Wasser
2	Eier	1 Stck.	Ingwer (daumengroß)		Öl zum Braten
100 g	Bambussprossen (gestiftet)	1 TL	Sesamöl		
		4 TL	Zucker		

Zubereitung

1. Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. In 2 Liter kochendes Wasser geben und etwas salzen. Das Hähnchenbrustfilet zugeben und eine ½ Std. (je nach Größe des Fleisches) gar köcheln lassen.
2. Währenddessen die Zwiebel schälen und klein hacken. Die Tomaten schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Sojasprossen etwas zerkleinern. Die Karotten schälen und in Stifte schneiden.
3. Wenn das Hähnchen fertig ist, aus dem Sud nehmen und auf einem Brett mit einer Gabel "zerreißen". Den Ingwer nun auch aus dem Sud entfernen.
4. In einer Pfanne Öl erhitzen und die Zwiebeln darin anschwitzen. Dann die Sojasprossen und die Tomatenwürfel zugeben. Den Ketchup hinzugeben. Evtl. etwas Wasser begeben, falls die Masse zu dick wird. Nun das Sambal Oelek dazu geben und salzen. Die Masse etwas köcheln lassen und dann in den Ingwersud geben.
5. Nun das Fleisch, die Karottenstifte und die Bambussprossen mit in die Brühe geben. Mit Sojasoße gut würzen. Den Essig und den Zucker zufügen. Es muss ein

guter süß-sauer Geschmack entstehen - wer es intensiver will, muss noch mehr Essig und Zucker zugeben.

6. Die Speisestärke mit etwas Wasser anrühren. Die Suppe noch einmal aufkochen lassen und mit der Stärke abbinden. In einer Schale nun die Eier verquirlen und unter ständigem Rühren in die Suppe geben, dadurch entsteht der weiße Eierflaum. Am Schluss noch mit Sesamöl abschmecken - aber nicht mehr als 1 TL davon, da das Sesamöl einen starken Eigengeschmack hat.

Tipp: Die Suppe in kleinen Schälchen mit etwas Frühlingszwiebeln garniert servieren.



Zubereitung
20 Minuten



Koch-/Backzeit
40 Minuten



Gesamtzeit
60 Minuten



Portionen
6



Schwierigkeit
mittel





Ramen mit Pak Choi



Zubereitung
15 Minuten



Koch-/Backzeit
15 Minuten



Gesamtzeit
30 Minuten



Portionen
2



Schwierigkeit
mittel



Zutaten

4 TL	Hühnerbrühepulver
1 Liter	Wasser, heißes
etwas	Ingwer
2	Knoblauchzehen
3 EL	Sojasoße
4 EL	Mirin
200 g	Mie-Nudeln (Instant)
2	Pak Choi
10	Champignons
2	Hähnchenbrüste
2	Eier

Zubereitung

1. Das Hühnerbrühepulver mit dem heißen Wasser verrühren. Den Ingwer und die Knoblauchzehe klein schneiden in Sojasoße und Mirin erhitzen. Das Ei kochen und die Nudeln in der Hühnerbrühe nach Packungsanweisung garen.
2. Danach die Hühnerbrühe mit Nudeln durch ein Sieb über Sojasoße, Mirin, Ingwer und Knoblauchzehe abgießen, sodass sich beides miteinander vermischt.
3. Das Hähnchenbrustfilet in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden und in ein wenig Fett, Sojasoße und Mirin anbraten. Den Pak Choi und die Pilze kleinschneiden und anschwitzen.
4. Die Nudeln in eine Schüssel geben, den Pak Choi und die Pilze sowie das gekochte halbierte Ei und Hähnchenbrustfilet darauf anrichten und die Brühe darübergießen.



Asia Nudeln



Zubereitung
20 Minuten



Koch-/Backzeit
5 Minuten



Gesamtzeit
25 Minuten



Portionen
4



Schwierigkeit
mittel

Zutaten

Für das Gemüse:

- 1 große Paprikaschote (gelb)
- 1 große Paprikaschote (rot)
- 1 große Zwiebel
- 2 kleine Peperoni
- 1 große Möhre
- Röstzwiebeln

Für die Soße:

- 9 EL Sojasoße
- 9 EL Tomatenketchup
- 9 EL Zucker
- 3 TL Currypulver (scharf)
- Chilipulver
- 250 g chinesische
Eiernudeln (Instant)
- Öl

Zubereitung

1. Paprika in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebel würfeln, die Mohrrübe grob raspeln. Die Peperoni sehr klein schneiden. Die Nudeln nach Packungsanleitung zubereiten.
2. Ketchup, Sojasoße und Zucker miteinander verrühren und mit Curry und Chilipulver abschmecken.
3. Eine Pfanne erhitzen. Das Gemüse in ein wenig Öl 2 Minuten anbraten, dann die Nudeln hinzugeben. Weitere 2 Minuten braten und dabei alles verrühren, damit es sich gut mischt. Die Soße hinzugeben und unterrühren, bis sie gut und gleichmäßig verteilt ist.
4. Die Pfanne vom Herd nehmen und zum Schluss ein paar Röstzwiebeln hinzufügen und unterrühren.



Asiatisch



Glasnudelsalat



Zubereitung
20 Minuten



Koch-/Backzeit
20 Minuten



Gesamtzeit
40 Minuten



Portionen
2



Schwierigkeit
mittel



Zutaten

200 g	Glasnudeln	1	Schalotte	5 EL	Pflanzenöl
1	Hähnchenbrust	1	Peperoni	5 EL	Weißweinessig
100 g	Sojasprossen	1 Zehe	Knoblauch		Salz
2	Karotten	1 Bund	Koriander		Pfeffer
1	Limette	20 g	Cashewkerne		Zucker
1	Frühlingszwiebel	20 g	Sambal Oelek		

Zubereitung

1. Karotten schälen, quer sowie längs halbieren und in feiner Streifen schneiden. Frühlingszwiebel von Wurzel sowie oberstem Grün befreien, dritteln und längs in feine Streifen schneiden. Limette heiß abwaschen, die Schale abreiben und den Saft auspressen.
2. Schalotte längs halbieren und in feine Streifen schneiden. Knoblauch pellen und fein hacken. Koriander mit Stielen grob hacken. Peperoni vom Strunk befreien und in feine Ringe schneiden.
3. Hähnchenbrust abwaschen, trocken tupfen und schräg in ca. 3 mm breite Streifen schneiden. In einer Schale mit Sambal Oelek sowie $\frac{1}{4}$ TL Salz vermengen und bis zur weiteren Verwendung marinieren.
4. In einer Schüssel 3 EL Limettensaft mit 1 TL Limettenschale, Knoblauch, 3 EL Öl sowie 4 EL Weißweinessig zu einer Vinaigrette vermengen. Mit 3 TL Zucker und 1 TL Salz würzen.
5. In einen Topf Wasser für die Glasnudeln zum Kochen bringen. Eine Pfanne ohne Öl erhitzen und Cashewkerne bei hoher Temperatur 3 Minuten goldbraun anrösten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen.
6. 2 EL Öl in die zuvor verwendete Pfanne geben und marinierte Hähnchenstreifen bei hoher Temperatur 1 $\frac{1}{2}$ Minuten auf einer Seite anbraten. Wenden und 30 Sekunden weiterbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen.
7. Glasnudeln vom Garn befreien. Mit 1 EL Salz ins kochende Wasser geben, den Topf vom Herd nehmen und 2 Minuten ziehen lassen. Währenddessen Cashewkerne grob hacken.
8. Glasnudeln abgießen und in einer Schale mit Sojasprossen, Schalotte, Frühlingszwiebel, Peperoni, Koriander, Karotten sowie gehackten Cashewkernen vermengen. Anschließend die Vinaigrette hinzugeben, gut vermengen und zügig servieren.
9. Glasnudelsalat in einer Schale geben und gebratene Hähnchenstreifen darauf anrichten.



Karadla Igguru



Zubereitung
45 Minuten



Koch-/Backzeit
30 Minuten



Gesamtzeit
75 Minuten



Portionen
3



Schwierigkeit
mittel

Zutaten

Kichererbsenbällchen

9 EL Kichererbsenmehl
1 Prise Salz
1 ½ TL Cayennepfeffer
1 Prise Backpulver
Pflanzenöl

Gemüsecurry

175 g Ghee
1 TL Senfkörner
½ TL Bockshornkleesamen
½ TL Kreuzkümmelsamen
8 Curryblätter
2 EL Kichererbsenmehl
2 Kartoffeln
12 Bohnen (grüne)
1 kg Tomaten (püriert)
8 Chilischoten (grün)
2 EL Zucker
2 Bund Koriander

Zubereitung

Kichererbsenbällchen

1. Das Kichererbsenmehl, Salz, Cayennepfeffer und Backpulver in einer Schüssel vermischen und so viel Wasser zugießen, dass ein fester Teig entsteht. Etwa 20 Minuten ruhen lassen, dann aus dem Teig gleich große Bällchen formen.
2. Genug Öl zum Frittieren in einem tiefen Topf auf 180 °C erhitzen, bis ein Brotwürfel in 30 Sekunden braun wird. Die Bällchen einige Minuten frittieren, bis sie goldbraun sind.
3. Die Bällchen mit einem Schaumlöffel herausheben und abtropfen lassen.

Gemüsecurry

1. Das Ghee in einer tiefen Pfanne erhitzen und darin die Senfkörner, Bockshornklee, Kreuzkümmel und Curryblätter etwa eine Minuten braten, bis die Senfkörner zu springen beginnen. Das Kichererbsenmehl dazugeben und 1 - 2 Minuten mitbraten, bis es aromatisch duftet. Die Kartoffeln und Bohnen sowie die pürierten Tomaten, Chilischoten, Zucker und Koriandergrün zugeben und salzen. Die Hitze etwas reduzieren und das Gemüsecurry etwa 15 Minuten köcheln lassen, bis alles gar ist.
2. Vom Herd nehmen und erst kurz vor dem Servieren die Kichererbsenbällchen einlegen, damit sie knusprig bleiben.



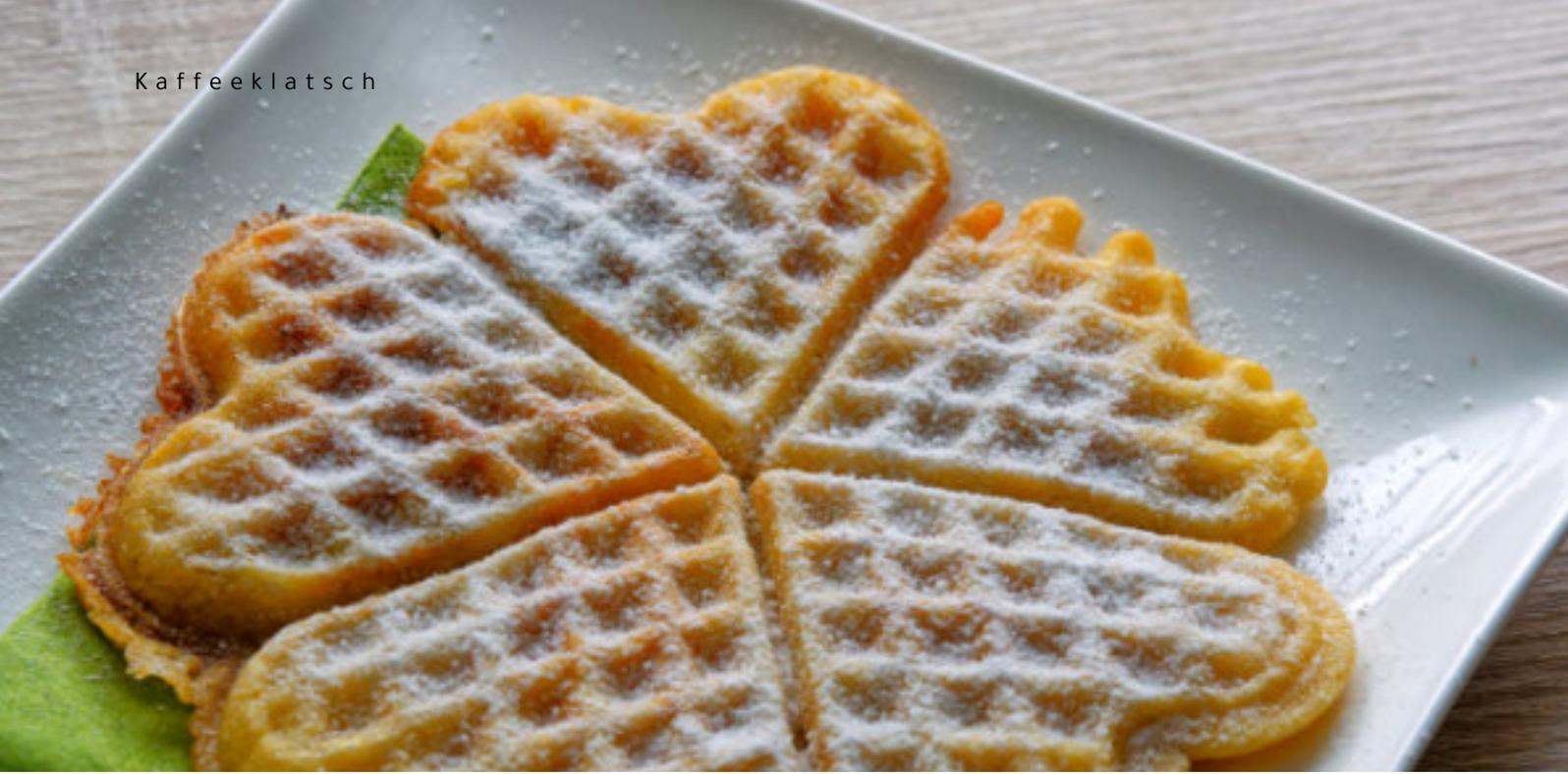
COFFEE
LOVER



Kaffeeklatsch

»Das Leben ist unsicher. Iss zuerst den Nachtisch.«

Die Welt der Süßspeisen birgt eine ganz eigene Poesie. Hier wird aus einfachen Zutaten wie Mehl, Zucker und Eiern etwas, das den Alltag vergessen lässt. Jeder Handgriff - das Kneten des Teigs, das Schmelzen der Schokolade, das liebevolle Verzieren - zeugt von Hingabe und Kreativität. Kaum etwas zaubert so universell ein Lächeln auf die Lippen wie der Duft von frisch gebackenem Kuchen oder der erste Löffel eines zarten Desserts. Süßes hat eine magische Kraft: Es tröstet, es feiert, es verbindet. Es erinnert uns an Kindheitstage, an fröhliche Feste oder an stille Momente, in denen ein Stück Kuchen zur Auszeit wird.



Waffeln



Zubereitung
10 Minuten



Koch-/Backzeit
45 Minuten



Gesamtzeit
55 Minuten



Portionen
30



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

500 g	Zucker	1000 g	Mehl
500 g	Margarine	1 Liter	Milch
10	Ei (verquirlt)	1 Pck.	Backpulver
2 Pck.	Vanillinzucker		

Zubereitung

Die verquirlten Eier mit dem Zucker und der Margarine glatt verrühren, bis ein schaumiger Teig entsteht. Vanillezucker hinzufügen. 1000 g Mehl und das Backpulver dazugeben und verrühren, dadurch wird der Teig etwas klebrig. Zuletzt nach und nach die Milch unterrühren und so lange rühren, bis der Teig eine glatte und weiche Konsistenz hat.

In einem heißen Waffeleisen die Waffeln portionsweise backen und heiß servieren.

Tipp: Im Winter Zimt unter den Teig rühren. Dazu geht Apfelmus, Nutella, Marmelade und Sahne.



Quarkbuchteln



Zubereitung
20 Minuten



Koch-/Backzeit
25 Minuten



Gesamtzeit
45 Minuten



Portionen
3



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

150 g	Quark
250 ml	Milch
6 EL	Öl
85 g	Zucker
1 Pck.	Vanillezucker
1 Prise	Salz
1	Zitronenabrieb
300 g	Mehl
1 Pck.	Backpulver

Zubereitung

1. Quark, Mehl, Backpulver, 50 ml Milch, Öl, 75g Zucker, Salz, Vanillezucker und Zitronenabrieb mit einem Knetbalken gut durchkneten.
2. Aus dem Teig runde Kugeln formen und in eine gefettete Form setzen, mit ca. 150 ml Milch übergießen.
3. Bei 200 °C ca. 25 Minuten backen. Nach 15 Minuten Backzeit mit den restlichen 50 ml Milch bestreichen und 10 g Zucker bestreuen. Die Buchteln goldbraun fertig backen.





Pasteis de Nata



Zubereitung
10 Minuten



Koch-/Backzeit
30 Minuten



Gesamtzeit
40 Minuten



Portionen
20



Schwierigkeit
einfach



Zutaten

500 g	Blätterteigplatten	1 TL	Zitronenabrieb	Zimtpulver
8	Eigelb	1 EL	Speisestärke	
500 ml	Sahne	n. B.	Grand Marnier	
150 g	Zucker		Puderzucker	

Zubereitung

1. Blätterteig auftauen, leicht ausrollen und kreisrund ausstechen (ca. 10 cm Durchmesser). Teigkreise in eine (besser zwei) Muffinform geben, ein paarmal mit der Gabel einstechen.
2. Sahne (etwas Sahne zum Anrühren der Stärke zurückbehalten), Zucker, Zitronenschale in einen Kochtopf geben, Eigelb durch ein Sieb dazugeben. Bei niedriger Temperatur erhitzen, umrühren, kurz vor dem Kochen die mit der zurückbehaltenen Sahne verrührte Stärke hinzugeben, 3 Minuten köcheln lassen, dabei öfter umrühren. Den Sahnepudding vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen.
3. Im auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene goldbraun backen.
4. Herausnehmen, abkühlen lassen und vor dem Genießen mit Puderzucker-Zimt bestreuen. Noch lauwarm schmecken sie am besten.





Gebrannte Mandeln



Zubereitung
-



Koch-/Backzeit
15 Minuten



Gesamtzeit
15 Minuten



Portionen
1



Schwierigkeit
einfach



Zutaten

200 g	Mandeln (ganz)
100 ml	Wasser
100 g	Zucker
1 Pck.	Vanillezucker
½ TL	Zimt
	Butter

Zubereitung

1. Eine beschichtete Pfanne heiß werden lassen.
2. Das Wasser zusammen mit Zucker, Vanillezucker und Zimt aufkochen lassen.
3. Die Mandeln hinzugeben und unter Rühren weiter kochen lassen. Der Zucker beginnt zu trocknen und es wird "krümelig". Immer weiter rühren! Bis der Zucker wieder zu schmelzen beginnt und Fäden zieht.
4. Auf ein, mit etwas Butter eingefettetes, Backblech schütten. Sofort damit beginnen, die Mandeln zu trennen, damit sie nicht als ein Klumpen zusammenhaften bleiben.
5. Auf dem Backblech vollständig abkühlen lassen.

Tipp: Das gebutterte Backblech dient auch dazu, dass die gebrannte Mandeln hinterher nicht so stark verkleben.

Kaffeeklatsch



Kaiserschmarrn





Zubereitung
20 Minuten



Koch-/Backzeit
25 Minuten



Gesamtzeit
45 Minuten



Portionen
2-4



Schwierigkeit
mittel

Zutaten

130 g Mehl
250 ml Milch
1 EL Vanillezucker
1 Prise Salz
4 Eigelb
4 Eiweiß
50 g Zucker
50 g Butter
50 g Rosinen
30 g Zucker
Puderzucker

Zubereitung

- 1.** Mehl mit Milch, Vanillezucker und Salz glatt verrühren. Das geht am besten mit einem Schneebesen. Dotter einrühren. Eiweiß mit Kristallzucker steif schlagen und unter den Teig heben.
- 2.** Butter in einer ofenfesten Pfanne erhitzen. Den Teig eingießen und die Rosinen darüber streuen.
- 3.** Im vorgeheizten Backofen bei ca. 200 °C Ober-/Unterhitze 15 Minuten backen, danach in Viertel teilen, wenden und in weiteren 10 Minuten fertig backen.
- 4.** In Stücke teilen, mit Kristallzucker bestreuen und im Backofen karamellisieren lassen.
- 5.** Mit Puderzucker bestreut anrichten.

Tipp: Dazu Apfelmus servieren (oder wie in Österreich Zwetschgenröster)



Amerikaner



Zubereitung
15 Minuten



Koch-/Backzeit
12 Minuten



Gesamtzeit
27 Minuten



Portionen
20



Schwierigkeit
einfach



Zutaten

110 g	Zucker	1 Pck.	Vanille-Puddingpulver
120 g	Butter (weich)	3 TL	Backpulver
2	Eier (M)	1 Prise	Salz
250 g	Weizenmehl	90 ml	Milch (grobe Angabe)

Zubereitung

1. Ofen auf 175 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. 2 Bleche mit Backpapier belegen. Die Butter mit dem Zucker einige Minuten hell schaumig schlagen, die Eier nacheinander einzeln gut unterrühren.
2. Mehl mit Puddingpulver, Backpulver und Salz mischen. Im Wechsel mit der Milch unterrühren. Achtung: Der Teig sollte nicht zu weich, sondern recht fest sein!
3. Teig in einen kleinen Spritzbeutel ohne Tülle füllen und durch das "Loch" kleine Häufchen (ca. 20 kleine oder 10 große) auf zwei Bleche spritzen. Sie sehen aus wie kleine Hundehäufchen. Dabei genügend Abstand lassen, da sie gut aufgehen.
4. Amerikaner je nach Größe ca. 12-15 Minuten hellbraun backen. Sie sollten bei Druck leicht federn und nicht zu lange im Ofen bleiben, damit sie saftig bleiben.
5. Abkühlen lassen, mit einer kleinen Kuchenpalette oder einem Messer vorsichtig vom Backpapier lösen und die (glatte) Unterseite nach Belieben verzieren

Tipps:

- Das A und O für eine schöne Optik und richtige Höhe der Amerikaner ist die Konsistenz des Teigs. Diese darf weder zu flüssig sein, da der Teig sonst verläuft und sich platte Fladen bilden, noch zu fest, da die Amerikaner sonst evtl. nicht fluffig und zu hoch werden.
- Wer komplett auf Nummer sicher gehen will, backt am besten zunächst nur eine kleine Menge mit einem eher festen Teig und schaut, wie sich dieser im Ofen verhält. Für das zweite Blech dann eventuell noch etwas mehr Milch unterrühren.
- Als Guss bzw. Überzug eignen sich z.B. 200g gesiebter Puderzucker, der mit 1-2 Esslöffeln Milch zu einem zähen Guss verrührt wurde und mit einer kleinen Palette oder einem Löffel auf die flache Seite dünn aufgetragen. Mit Zuckerstreuseln, Smarties und Co. dekorieren, oder - wie vom Bäcker - nochmals ca. 100g Kuvertüre schmelzen und die Unterseite der Amerikaner damit halb bestreichen.



Streuselkuchen



Zubereitung
30 Minuten



Koch-/Backzeit
30 Minuten



Gesamtzeit
3 Stunden



Portionen
1



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

500 g	Mehl	Streusel	
100 g	Zucker	400 g	Mehl
300 ml	Milch	250 g	Zucker
100 g	Öl	250 g	Butter
1 Würfel	Hefe, frische		
1 Prise	Salz		

Zubereitung

1. Für den Hefeteig die Hefe zerbröckeln und in der lauwarmen Milch verrühren, bis es eine "Hefemilch" gibt. Zugedeckt an einem warmen Ort 10 Min. gehen lassen.
2. Dann das Mehl in eine große Schüssel geben. Den Zucker, das Öl und 1 Prise Salz dazugeben. Die "Hefemilch" zufügen und mit dem Knethaken des Handrührers zu einem glatten Teig kneten. Zugedeckt an einem warmen Ort zur doppelten Größe gehen lassen (ca. 60 Min.).
3. Noch einmal kneten, ca. 10 Min. zugedeckt ruhen lassen und dann ausrollen. Auf ein gefettetes oder mit Backpapier ausgelegtes Backblech auslegen. Jetzt noch einmal ca. 20 Min. gehen lassen (zugedeckt, damit keine Haut entsteht).
4. In dieser Zeit werden die Streusel zubereitet. Für die Streusel einfach alle Zutaten (Mehl, Zucker, Butter) in eine Schüssel geben und zu einem krümeligen Teig kneten. Die Butter sollte sehr weich sein (vielleicht kurz in der Mikro erwärmen), dann geht es viel besser!
5. Den Hefeteig vorsichtig mit Wasser bestreichen und jetzt die Streusel gleichmäßig auf dem Teig verteilen. Backofen jetzt anstellen. In dieser Zeit kann der Teig noch einmal gehen.
Bei 180 °C Heißluft, vorgeheizt, 30 Minuten backen. Bei Ober- und Unterhitze 200 °C.

Durch das Öl wird dieser Streuselkuchen sehr locker!





Guglhupf





Zubereitung
10 Minuten



Koch-/Backzeit
60 Minuten



Gesamtzeit
1 Std., 10 Min.



Portionen
1



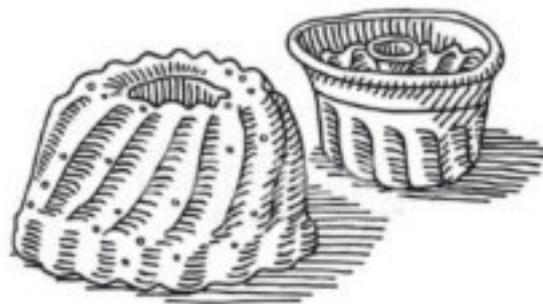
Schwierigkeit
einfach

Zutaten

125 g	Butter	500 g	Mehl
250 g	Zucker	1 Pck.	Backpulver
1 Pck.	Vanillezucker	¼ l	Milch
3	Eier	n. B.	Gewürze

Zubereitung

1. Mehl mit dem Backpulver vermengen.
2. Butter schaumig rühren. Dann Zucker, Eier und n. B. Gewürze dazugeben.
3. Mehl mit dem Backpulver und Milch einrühren. Teig in die gefettete Guglhupfform füllen und 60 Minuten bei 175 °C backen.





Zimtschnecken



Zubereitung
1 Stunde



Koch-/Backzeit
30 Minuten



Gesamtzeit
4 Stunden



Portionen
25



Schwierigkeit
mittel

Zutaten

Für den Teig:

2 Pck. Vanillepuddingpulver
100 ml Wasser
500 ml Milch
5 EL Zucker
120 g Butter
2 Pck. Trockenhefe
2 Eier
1 TL Salz
800 g Mehl

Zum Bestreichen:

200 g Butter (flüssig)
300 g Zucker (brauner)
5 TL Zimtpulver

Für das Frosting:

250 g Puderzucker
250 g Frischkäse
120 g Butter
2 Pck. Vanillinzucker

Zubereitung

1. Milch aufkochen, Puddingpulver mit kaltem Wasser verrühren und in die kochende Milch rühren. Kurz kochen lassen, bis der Pudding eingedickt ist, dabei ständig rühren. Vom Herd nehmen, Butter zugeben und so lange einrühren, bis sie geschmolzen ist, dann Zucker und Eier einrühren. Wenn die Masse noch handwarm ist, die Trockenhefe untermischen.

2. Salz und Mehl in einer Schüssel vermischen, Puddingmasse hinzugeben und alles zu einem weichen, leicht klebrigen Teig verarbeiten (geht am besten mit den Knethaken eines Mixers, der Teig sollte auf jeden Fall feuchter als „normaler“ Hefeteig sein). So lange gehen lassen, bis der Teig sich verdoppelt hat (dauert ca. 1 - 2 Stunden).

3. Den Teig halbieren und auf einer gut bemehlten Fläche auswalken, mit der Hälfte der flüssigen Butter bestreichen und jeweils die Hälfte von Zimt und braunem Zucker aufstreuen. Eng aufwickeln und in ca. 4 cm breite Stücke schneiden. Mit der zweiten Teighälfte gleich verfahren. Die Zimtschnecken mit Abstand zueinander (am besten seitlich versetzt) auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben und nochmals 30 Min.

gehen lassen. Es ist wichtig, dass sie nicht zu dicht aneinander stehen, sich aber dennoch nach dem letzten Gehen ganz leicht berühren.

4. Im heißen Backofen bei 200 °C Ober-/Unterhitze ca. 20 Min. backen, nicht zu dunkel werden lassen.

5. Für das Frosting alle Zutaten zu einer cremigen Masse rühren und über die noch warmen Zimtschnecken streichen.

Dieses Rezept ist den amerikanischen „Cinnabon Rolls“ nachempfunden und ergibt ca. 25 Zimtschnecken. Sie ähneln eher einem Schneckenkuchen, von dem die einzelnen Schnecken dann abgetrennt werden.





Mohnkuchen



Zubereitung
30 Minuten



Koch-/Backzeit
60 Minuten



Gesamtzeit
1 Std., 30 Min.



Portionen
1



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

Teig:

150 g Butter
250 g Mehl
125 g Zucker
1 Eigelb

Füllung:

¾ Liter Milch
2 Pck. Puddingpulver
(Sahnegeschmack)
1 Eiweiß (steif geschlagen)
1 Pck. Mohnback
2 EL Zitronensaft

Zubereitung

1. Butter, Zucker, Mehl und Eigelb zu einer krümeligen Masse kneten und die Hälfte des Teigs in eine ungefettete, mit Backpapier ausgelegte 26er Springform geben. Den Teig mit den Händen auf dem Boden platt drücken, so dass eine geschlossene Schicht entsteht.
2. Pudding ohne Zucker nach Anleitung kochen aber nur ¾ Liter Milch nehmen und die Mohnmasse einrühren. Danach erst den Zitronensaft unterrühren. Das steif geschlagene Eiweiß unterheben.
3. Die Mohnmasse in die Form geben und aus dem restlichen Kuchenteig Streusel "bröseln". Eventuell noch etwas Mehl untermengen.
4. Den Kuchen bei 170°-180° Ober-/Unterhitze im vorgeheizten Backofen ca. 50 bis 60 Minuten backen.
5. Den fertigen Mohnkuchen in der Form erkalten lassen. Anschließend den Rand mit einem Messer vorsichtig lösen und abnehmen.





Rhabarbertaler



Zubereitung
20 Minuten



Koch-/Backzeit
15 Minuten



Gesamtzeit
1 Std., 5 Min.



Portionen
12



Schwierigkeit
mittel



Zutaten

Füllung:

700 g Rhabarber
1 Pck. Puddingpulver
Milch
100 g Zucker

Teig:

150 g Magerquark
100 ml Milch
100 ml Öl
80 g Zucker
1 TL Vanillezucker
300 g Mehl
1 Pck. Backpulver

Streusel:

150 g Mehl
125 g Zucker
125 g Butter
1 TL Vanillezucker

Zubereitung

1. Den Rhabarber schälen, in ca. 1 - 2cm lange Stücke schneiden. Mit dem Zucker (bis auf 1 EL) in eine Schüssel geben und mindestens eine halbe Stunde ziehen lassen. Den restlichen EL Zucker mit dem Vanillepuddingpulver verrühren und mit dem Rhabarbersaft anrühren, mit der Milch auf insgesamt 400 ml auffüllen. Unter Rühren erhitzen und aufkochen lassen. Rhabarberstücke in den Pudding geben und noch kurz mitkochen. Das Ganze abkühlen lassen.
2. Aus den Teigzutaten einen Teig kneten. In ca. 12 gleich große Stücke teilen und Taler formen. Die Taler flach auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Auf jeden Taler ca. 2 EL vom Rhabarberpudding in der Mitte verteilen und einen Rand von ca. 1 cm freilassen. Den Backofen auf Umluft 160 - 170°C vorheizen.
3. Alle Streuselzutaten miteinander verkneten. Die Streusel gleichmäßig auf die Taler verteilen. Die Streuseltaler in den vorgeheizten Ofen geben und ca. 15 - 20 Minuten backen. Die Streusel sollen goldbraun, der Boden fest (aber nicht dunkel/trocken) sein.
4. Die fertigen Taler auf ein Gitter zum Auskühlen legen.



Nussecken



Zubereitung
1 Stunde



Koch-/Backzeit
35 Minuten



Gesamtzeit
1 Std., 35 Min.



Portionen
1



Schwierigkeit
mittel



Zutaten

Mürbeteig:

300 g Mehl
 1 TL Backpulver
 130 g Zucker
 1 Pck. Vanillezucker
 2 Eier
 130 g Butter (weiche)

Belag:

200 g Butter
 5 EL Wasser oder Rum
 200 g Zucker, brauner
 1 Pck. Vanillezucker
 400 g Haselnüsse
 (gemahlene)

Zum Bestreichen:

6 EL Aprikosenkonfitüre

Glasur:

200 g Schokoglasur

Zubereitung

1. Aus den Teigzutaten einen Knetteig herstellen. Der Teig ist relativ weich, so kann man ihn schön auf dem Blech verteilen.

2. Den Boden einer Fettfangschale buttern und mit Mehl bestäuben. Alternativ einen Backrahmen in das Blech stellen. Den Teig gleichmäßig reindrücken (mit der Hand funktioniert es besser, als mit einem Nudelholz).

3. Auf dem Teig dünn die Marmelade verteilen.

4. Butter, Wasser, Zucker und Vanillezucker in einem Topf schmelzen (nicht kochen), sodass sich der Zucker auflöst. Gemahlene Nüsse oder Mandeln dazugeben und alles gut vermischen. Die Nussmasse gleichmäßig auf der Marmelade verteilen.

5. Im auf 175 °C Ober-/Unterhitze vorgeheizten Backofen ca. 30 - 35 min auf mittlerer Schiene backen.

„Auf dem Blech erkalten lassen, am besten über Nacht, und am nächsten Tag zu Ecken schneiden. Entweder nur die Spitzen oder die Seiten in die Schokoglasur tunken.“

Durch den braunen Zucker in der Nussmasse haben die Nussecken einen leichten Karamellgeschmack.



New York Cheesecake



Zubereitung
20 Minuten



Koch-/Backzeit
50 Minuten



Gesamtzeit
1 Std., 10 Min.



Portionen
1



Schwierigkeit
mittel

Zutaten

200 g	Vollkornkekse
150 g	Butter
400 g	Frischkäse
4	Eier
200 g	Zucker
1	Vanilleschote
1 Becher	Saure Sahne
1 Pck.	Tiefkühlbeeren

Zubereitung

- 1.** Kekse zu Bröseln zerstampfen und mit Butter im Topf schmelzen. Die Masse in eine eingefettete Springform drücken. Bei 180 °C Umluft 10 Minuten vorbacken.
- 2.** Vanillemark aus der Vanilleschote kratzen. Den Frischkäse, die Eier, 100 g Zucker und das Vanillemark zu einer Masse verrühren. Käsemasse auf dem abgekühlten Kuchenboden verteilen und bei 180 °C Umluft 30 Minuten backen.
- 3.** Während der Kuchen backt, Tiefkühlbeeren mit 100 g Zucker auf dem Herd erhitzen.
- 4.** Die saure Sahne mit 2 EL Zucker mischen und auf den warmen Kuchen verteilen. Nochmal bei 180 °C Umluft für 10 Minuten backen.
- 5.** Kuchen abkühlen lassen und vor dem Servieren mit Beerensoße bestreichen.



Gewürzkuchen





Zubereitung
15 Minuten



Koch-/Backzeit
60 Minuten



Gesamtzeit
1 Std., 15 Min.



Portionen
1



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

Teig:		40 g	Backkakao
4	Eier (M)	10 g	Lebkuchengewürz
200 g	Zucker (braun)	80 g	Zartbitterschokolade
200 ml	Milch		
130 ml	Sonnenblumenöl	Glasur:	
250 g	Weizenmehl	150 g	Puderzucker gesiebt
150 g	Mandeln (gemahlen)	1 TL	Lebkuchengewürz
1 Pck.	Backpulver	5 EL	Milch

Zubereitung

1. Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine große Kastenform (ca. 28-30 cm) einfetten und mit etwas Kakao bestäuben. Die Eier mit dem Zucker schaumig schlagen. Milch und Öl verquirlen.
2. Die trockenen Zutaten mischen - Mehl, Mandeln bzw. Nüsse, Backpulver, Gewürze und Kakao. Im Wechsel mit dem Milch-Öl-Mix zur Eiermasse geben. Kräftig, aber nicht zu lange rühren. Gehackte oder geriebene Schokolade unterheben. Teig in die Form geben und glatt streichen.
3. Kuchen 55-60 Minuten backen. Stäbchenprobe machen. Abkühlen lassen. Entweder nur mit Puderzucker bestäubt servieren oder mit Gewürzglasur überziehen. Dafür den gesiebten Puderzucker mit Lebkuchengewürz und 4 bis 5 Löffeln Milch zu einem sehr dickflüssigen Guss verrühren.



Limettenkuchen





Zubereitung
15 Minuten



Koch-/Backzeit
50 Minuten



Gesamtzeit
1 Std., 5 Min.



Portionen
1



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

Rührteig:

250 g Butter (weich)
75 g Zucker
1 TL Vanilleextrakt
½ TL Salz
5 Eier (M)
250 g Dinkelmehl (630)
50 g Haferflocken (zart)
3 TL Backpulver
2 EL Milch
Abgeriebene Schale
von 3 Bio-Limetten

Glasur:

30 ml Limettensaft
10 g Butter
75 g weiße Kuvertüre

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen, die Guglhupfform einfetten. Für den Rührteig Butter und Zucker in einer Rührschüssel mit den Rührbesen des Handrührgeräts cremig rühren. Vanille, Salz, Eier, Mehl, Haferflocken, Backpulver, Milch und Limettenschale zugeben. Alles in 1-2 Minuten zu einem glatten Teig verrühren.
2. Den Teig gleichmäßig in die Form füllen und im Ofen (Mitte) etwa 50 Minuten goldgelb backen. Den Kuchen aus dem Ofen nehmen und 10 Minuten in der Form abkühlen lassen. Dann vorsichtig durch Rütteln lockern, auf ein Kuchengitter stürzen und vollständig auskühlen lassen.
3. Für die Glasur Limettensaft und Butter in einem kleinen Topf erhitzen. Die Kuvertüre zugeben und unter Rühren schmelzen lassen. Die Glasur mit einem Stabmixer durchrühren, auf dem Guglhupf verteilen und trocknen lassen.





Schokoladentarte



Zubereitung
20 Minuten



Koch-/Backzeit
40 Minuten



Gesamtzeit
4 Stunden



Portionen
1



Schwierigkeit
mittel

Zutaten

Teig:

80 g Zucker
160 g Butter (kalt)
240 g Mehl
1 Eigelb
1 Pr. Salz
1 TL Vanilleextrakt
1 TL Milch (kalt)

Füllung:

200 g Herenschokolade
125 ml Milch
250 ml Sahne
50 g Zucker
1 Eigelb
1 Pr. Zimt
200 g Himbeeren

Zum Bestäuben:

10 g süßer Schnee

Zubereitung

Zubereitung Teig

Butter und Zucker mit dem Handrührgerät (mit Rührmischer) verrühren oder mit den Händen kurz durchkneten. Restliche Zutaten zugeben und weiterkneten. Wenn der Teig zu trocken ist, etwas kalte Milch unterrühren. Teig zugedeckt mindestens 30 Minuten kühl stellen. Den Teig auf etwas Mehl ca. 29 cm dick ausrollen und die Tarteform einfetten und bemehlen. Den Teig über die Form legen und andrücken, mit einer Gabel mehrmals einstechen, damit der Teig beim Backen flach bleibt. Weitere 30 Minuten kühl stellen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 °C Ober- und Unterhitze 15 Minuten vorbacken, dann herausnehmen.

Zubereitung Füllung

In der Zwischenzeit die Füllung zubereiten. Dazu die Schokolade grob hacken. Milch zum Kochen bringen und vom Herd nehmen. Schokolade und Zucker darin auflösen. Zimt, Eigelb und Sahne verrühren. Die heiße Schokoladenmilch zur Sahnemischung geben und gut verrühren. Die Schokoladenfüllung in den Teig füllen, die Himbeeren darauf verteilen und die Tarte bei 170 °C ca. 25 Minuten fertig backen. Anschließend aus der Form lösen und vollständig auskühlen lassen, danach für weitere 2 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Die fertige Tarte mit süßem Schnee bestäuben und servieren.





Brookies



Zubereitung
30 Minuten



Koch-/Backzeit
40 Minuten



Gesamtzeit
1 Std., 10 Min.



Portionen
1



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

Brownies:

100 g Zartbitterkuvertüre
150 g Butter
3 Eier (M)
100 g Zucker
120 g brauner Zucker
2 Prisen Salz
50 g Mehl
2 EL Backkakao
Etwas Butter

Cookies:

50 g Zucker
80 g brauner Zucker
1 Prise Salz
1 TL Vanilleextrakt
1 Ei (M)
170 g Mehl
½ TL Backpulver
50 g Schokotropfen

Zubereitung

1. Ofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für den Brownieteig Kuvertüre grob hacken. Butter und Kuvertüre in einem Topf bei niedriger Hitze unter Rühren schmelzen. Beiseite stellen. Eine Auflaufform (20 x 25 cm) mit etwas Butter fetten.
2. Eier mit Zucker, braunem Zucker und Salz in einer Schüssel vermischen. Warmen Kuvertüre-Mix einrühren. Mehl und Kakao mischen und zugeben. Teig in die Form füllen, glatt streichen.
3. Für den Cookieteig kalte Butter in Stücken mit Zucker, braunem Zucker, Salz und Vanille grob verkneten. Ei, Mehl und Backpulver zugeben und zügig zum Teig kneten. Schokodrops zugeben. Cookieteig auf einem Stück Backpapier in Auflaufformgröße (20 x 25 cm) drücken. Ist der Teig sehr weich, 15 Minuten kühl stellen.
4. Die Cookie-Teigplatte mit Hilfe des Backpapiers über den Brownieteig stürzen, Backpapier abziehen. Die Teige im vorgeheizten Ofen ca. 40 Minuten backen. Komplett erkalten lassen. Im ausgekühlten Zustand in kleine Quadrate (4 x 4 cm) schneiden und luftdicht aufbewahren.





Whities



Zubereitung
20 Minuten



Koch-/Backzeit
20 Minuten



Gesamtzeit
40 Minuten



Portionen
1



Schwierigkeit
mittel

Zutaten

250 g	Butter	360 g	Weizenmehl	Guss:	
210 g	Zucker	½ TL	Backpulver	160 g	Puderzucker
3	Eier (L)	1 EL	Zitronenschale	2 EL	Zitronensaft
80 ml	Zitronensaft	¼ TL	Salz	2 EL	Milch

Zubereitung

1. Die Butter schmelzen und lauwarm abkühlen lassen. Den Ofen auf 175 °C O/U vorheizen. Eine ca. 25x20 cm große eckige Form mit Backpapier auslegen oder einfetten, alternativ einen Backrahmen verwenden.

2. Die Eier mit dem Zucker schaumig schlagen. Die trockenen Zutaten mischen und zusammen mit der flüssigen Butter und dem Zitronensaft zur Eier-Zucker-Creme geben.

3. Alles kurz, aber kräftig zu einem homogenen Teig verrühren.

4. Teig in die Form geben, glatt streichen und Whities ca. 20 Minuten backen. Achtung: auf keinen Fall zu lange! Die Oberfläche soll natürlich fest sein, innen bleibt der Teig aber schön saftig und fudgy.

5. Puderzucker, Milch und Zitronensaft anrühren. Glasur dünn auf den Whities verstreichen.





Plätzchen

»A cookie a day keeps the doctor away.«

Kekse sind kleine Abenteuer für den Gaumen - vielseitig, schnell zubereitet und überraschend in ihrer Vielfalt. Sie passen zu jeder Gelegenheit und sind viel mehr als nur ein süßer Snack. Ein Keks kann ein Genussmoment am Arbeitsplatz sein, ein schneller Energieschub für unterwegs oder ein liebevoll gebackenes Geschenk, das ohne große Worte Freude bereitet. Während Kuchen oft einen besonderen Anlass brauchen, sind Kekse unkompliziert und spontan. Sie lassen sich individuell gestalten, ob knusprig oder weich, schokoladig oder fruchtig, bunt verziert oder ganz schlicht. Die Welt der Kekse kennt keine Grenzen - sie ist eine Spielwiese für Experimentierfreude und Genuss in kleinen Häppchen.



Zimtschneckenplätzchen



Zubereitung
35 Minuten



Koch-/Backzeit
12 Minuten



Gesamtzeit
3 Std., 50 Min.



Portionen
50



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

Mürbeteig

100 g	Zucker
200 g	Butter (kalt)
300 g	Mehl
1 Pr.	Salz
0.5 TL	Vanilleextrakt

Füllung

2	Eiweiß
60 g	Zucker (brauner)
2 TL	Zimt
100 g	Mandeln (gemahlen)

Zubereitung

1. Alle Zutaten für den Teig in eine Schüssel geben und kurz zu einem festen Mürbeteig kneten. Den Teig zu einer Kugel formen und abdecken. Den Teig mindestens 1-2 Stunden in den Kühlschrank stellen.

2. Mische alle Zutaten für die Füllung. Teile den Teig in zwei Hälften und rolle den ersten Teig mit etwas Mehl auf einer Silikonmatte ca. 3 mm dick auf 25 x 30 cm aus.

3. Bestreiche die Teigplatte mit der Hälfte der Füllung, halbiere sie der Länge nach und rolle nun beide Stränge von der langen Seite her auf. Mit der zweiten Teighälfte ebenso verfahren. Die 4 Rollen mit je 3 cm Durchmesser in Frischhaltefolie wickeln und mindestens 1 Stunde tiefkühlen.

4. Den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

5. Die Rollen in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Zimtschnecken mit etwas Abstand auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Ofen ca. 12 Minuten hellbraun backen. Aus dem Ofen nehmen und vollständig abkühlen lassen.





Himbeerkekse



Zubereitung
20 Minuten



Koch-/Backzeit
14 Minuten



Gesamtzeit
3 Stunden



Portionen
60



Schwierigkeit
schwer



Zutaten**Teig:**

20 g	Himbeeren (gefriergetrocknete)
200 g	Butter (kalt)
300 g	Weizenmehl
100 g	Puderzucker
1	Ei Abrieb von ½ Zitrone

Glasur:

200 g	Kuvertüre (weiß)
15 g	Himbeeren (gefriergetrocknete)

Verzierung:

15 g	Himbeeren (gefriergetrocknete)
------	-----------------------------------

Füllung:

300 g	Himbeermarmelade (passierte)
-------	---------------------------------

Zubereitung

1. Für den Teig und die weiteren Arbeitsschritte 50 g gefriergetrocknete Himbeeren fein mahlen.
2. Für den Mürbeteig die Butter in Würfel schneiden und mit 20 g Himbeerpulver sowie den restlichen Zutaten rasch verkneten, in Frischhaltefolie wickeln und ca. 1 Stunde kalt stellen.
3. Den Backofen auf 150 °C Umluft vorheizen.
4. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 3-4 mm dick ausrollen.
5. Mit dem großen Ausstecher sechseckige Plätzchen ausstechen. Mit dem kleineren Ausstecher bei der Hälfte der Plätzchen jeweils ein Loch ausstechen.
6. Alles mit ein bisschen Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und für 12-14 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen bevor sich die Plätzchen verfärben und die noch heißen Plätzchen samt Backpapier vom Backblech ziehen.
7. Für die Glasur die weiße Kuvertüre in kleine Stücke hacken und in einem Wasserbad erwärmen. Das Himbeerpulver unter die geschmolzene Schokolade rühren. Die Kuvertüre mit den Fingerspitzen auf die Plätzchen mit Loch auftragen. Die Plätzchenoberteile mit dem restlichen Himbeerpulver verzieren und trocknen lassen.
8. Die Plätzchen ohne Loch mit der Unterseite nach oben legen. Die Himbeermarmelade erwärmen, glatt rühren und wieder abkühlen lassen. In einen Spritzbeutel füllen und eine kleine Ecke davon abschneiden. Die Marmelade auf den Plätzchen verteilen, zur Mitte hin etwas mehr. Die Oberteile mit Loch vorsichtig auf die Unterteile setzen und trocknen lassen.



Eisenbahner



Zubereitung
30 Minuten



Koch-/Backzeit
12 Minuten



Gesamtzeit
4 Stunden



Portionen
65



Schwierigkeit
mittel



Zutaten

Teig:

120 g	Butter (kalt)
200 g	Weizenmehl
70 g	Puderzucker
1	Eigelb
1	Vanillemark
1 Prise	Salz

Makronenmasse:

200 g	Rohmarzipan
25 g	Eiweiß
20 g	Butter (zimmerwarm)
30 g	Puderzucker

Füllung:

300 g	Johannisbeermarmelade (passiert)
-------	-------------------------------------

Zubereitung

1. Für den Teig die Butter in Würfel schneiden und mit den restlichen Zutaten verkneten. In Folie wickeln und für ca. 1 Stunde kalt stellen.
2. Den Backofen auf 160 °C Umluft vorheizen. Den Mürbeteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 5 mm dick ausrollen, zu 4 cm breiten Streifen schneiden und mit ein bisschen Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Ca. 10-12 Minuten vorbacken und auskühlen lassen.
3. Für die Makronenmasse das Marzipan in kleine Stücke hacken. Mit dem Eiweiß und der Butter in eine Rührschüssel geben und mit dem Handmixer mit Knethakenaufsatz zu einer halbwegs homogenen Masse rühren. Dann mit dem Schneebesenaufsatz weiterschlagen und den Puderzucker einrühren bis keine Klumpen mehr vorhanden sind.
4. Den Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen, die Makronenmasse in einen Spritzbeutel füllen und auf den Rand der Mürbeteigstreifen gerade Streifen dressieren. Im Ofen backen, bis die Makronenmasse eine schöne goldbraune Farbe angenommen hat. Die Streifen aus dem Ofen nehmen, samt Backpapier vom Blech ziehen und vollständig auskühlen lassen.
5. Für die Füllung die Marmelade erhitzen, glatt rühren und wieder etwas abkühlen lassen. In einen Spritzbeutel füllen und eine ca. 4 mm große Ecke abschneiden. Die Zwischenräume der Makronenstreifen mit der Marmelade füllen. Die Streifen mehrere Stunden lang, am besten über Nacht, trocknen lassen. Zum Schluss die Streifen in ca. 2 cm breite Plätzchen schneiden, dabei das Messer zwischen jedem Schnitt mit einem feuchten Tuch säubern.



Lebkuchen



Zubereitung
10 Minuten



Koch-/Backzeit
15 Minuten



Gesamtzeit
8 Stunden



Portionen
ca. 40



Schwierigkeit
einfach



Zutaten

Teig:

75 g	Butter (kalt)
300 g	Roggenmehl
60 g	Puderzucker
150 g	Blütenhonig
30 g	Mandeln (gemahlen)
1	Ei
1	Eigelb
10 g	Lebkuchengewürz
1 TL	Zimt (gemahlen)
½ TL	Backkakao
5 g	Natron

Glasur:

250 g	Puderzucker
1	Eiweiß
1-2 EL	Zitronensaft
	Wasser
	Streusel

Zubereitung

1. Für den Teig die Butter in Würfel schneiden und mit den weiteren Zutaten zu einem geschmeidigen Teig verkneten. In Frischhaltefolie wickeln und über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen.
2. Den Backofen auf 165 °C Umluft vorheizen.
3. Den Teig kurz durchkneten und auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 5-7 mm dick ausrollen. Beliebige Formen ausstechen, mit etwas Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und ca. 10-15 Minuten hell backen.
4. Für die Glasur den Puderzucker durch ein feines Sieb sieben. Das Eiweiß schlagen, bis es schön fest ist und dann den Puderzucker nach und nach einrieseln lassen. Die Glasur für mindestens 5 Minuten weiterschlagen. Den Zitronensaft durch ein feines Sieb geben und einrühren. Teelöffelweise Wasser hinzufügen, bis die gewünschte Konsistenz von Zahnpasta erreicht ist.
5. Die Glasur sollte spritzbar sein, aber verrinnen. Wenn sie zu fest ist, einfach etwas mehr Zitronensaft oder Wasser hinzugeben, ist sie zu flüssig, ein bisschen mehr gesiebten Puderzucker hinzugeben. Die Glasur in den Spritzbeutel füllen und die Lebkuchen damit verzieren. Nach Belieben mit Streuseln schmücken und gut trocknen lassen.



Zitronenkekse



Zubereitung
60 Minuten



Koch-/Backzeit
15 Minuten



Gesamtzeit
4 Stunde



Portionen
40



Schwierigkeit
mittel



Zutaten

Teig		Füllung & Dekoration	
100 g	Zucker	150 g	Lemon Curd
200 g	Butter (kalt)	5 g	süßer Schnee
300 g	Mehl	30 g	weiße Schokolade
1 Pr.	Salz		
1 TL	Vanilleextrakt		

Zubereitung

1. Gib alle Zutaten in eine Schüssel und verknete sie kurz entweder mit den Händen oder der Küchenmaschine zu einem festen Mürbeteig. Forme den Teig zu einer Kugel oder drücke ihn flach auf einen Teller und decke ihn ab. Stelle den Teig für mindestens 1-2 Stunden oder auch über Nacht in den Kühlschrank.
 2. Knete den Teig erneut kurz durch und rolle ihn auf einer nur leicht bemehlten Silikonmatte 5 mm dick aus. Stich nun Kreise mit einem Kreisausstecher oder Glas aus. Stich nun in die Hälfte der Kreise nochmals mit kleineren Lochtüllen Löcher hinein. Lege nun die Kekse auf ein mit Backfolie belegtes Lochblech und kühle sie für weitere 30 Minuten im Kühlschrank oder 15 Minuten im Gefrierfach.
 3. Verwende nicht zu viel Mehl beim Ausrollen, sonst wird der Teig zu trocken und bröselig. Löse außerdem den ausgerollten Teig vor dem Ausstechen vorsichtig mit einer Palette von der Matte, so lassen sich die einzelnen Plätzchen leichter anheben.
 4. Heize den Ofen auf 180 °C Heißluft vor.
 5. Backe die Plätzchen im vorgeheizten Ofen für etwa 10-15 Minuten, bis sie am Rand leicht braun sind. Lasse sie abkühlen.
- Achte darauf die Plätzchen gleichmäßig auszurollen, damit sie einheitlich backen. Die Kekse mit Loch in der Mitte brauchen etwa 1-2 Minuten weniger Backzeit.

6. Erwärme das Lemoncurd, bis es lauwarm ist. Fülle es in eine Dosierflasche oder einen Spritzbeutel und spritze eine dünne Schicht damit auf den unteren Keks. Setze nun jeweils einen Keks mit Loch oben auf die Marmelade und fülle die Löcher nach Belieben mit weiterem Lemoncurd aus. Schmilz die weiße Kuvertüre in einer Dosierflasche oder einem Spritzbeutel. Lasse die Schokolade nun nach Belieben über die Kekse fließen und bestreue sie mit etwas süßem Schnee.

Plätzchen



Vanillekipferl





Zubereitung
16 Minuten



Koch-/Backzeit
14 Minuten



Gesamtzeit
90 Minuten



Portionen
80



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

120 g Mandeln (gemahlen)
2 Vanilleschoten
240 g Butter (kalt)
300 g Weizenmehl
100 g Puderzucker
1 Prise Salz

Zum Bestreuen:

150 g Puderzucker
2 Pck. Vanillezucker

Zubereitung

1. Die Butter in Würfel schneiden und zusammen mit Mehl, Puderzucker, gemahlene Mandeln, Vanillemark und Salz rasch zu einem Teig verkneten. In Frischhaltefolie wickeln und ca. 1 Stunde kalt stellen.,
2. In der Zwischenzeit den Vanillezucker zum Bestreuen vorbereiten. Abdecken und beiseite stellen.
3. Den Backofen auf 155 °C Umluft vorheizen.
4. Den Teig aus der Folie nehmen und in gleichmäßige Stücke teilen. Die Teigstücke zu Kipferl formen und mit ein wenig Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Dazu zuerst zwischen beiden Händen mit kreisenden Bewegungen aus dem Teig eine Kugel und diese dann in der Handflächenmulde zu einer Rolle formen. Diese sollte in der Mitte etwas dicker sein als an den Enden.
5. Ca. 12-14 Minuten backen, bis die Spitzen leicht gebräunt sind und dann aus dem Ofen nehmen. Die Kipferl samt Backpapier vom Backblech ziehen und abkühlen lassen. Den vorbereiteten Vanillezucker über die ausgekühlten Kipferl streuen.



Zimtsterne



Zubereitung
20 Minuten



Koch-/Backzeit
15 Minuten



Gesamtzeit
1 Std., 5 Min.



Portionen
40



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

3 Eiweiß
250 g Puderzucker
400 g Mandeln (gemahlen)
2 TL Zimt

Zubereitung

1. Eiweiß sehr steif schlagen. Puderzucker unter ständigem Weiterschlagen einrühren. Etwa 6 Esslöffel der Zucker-Eier-Masse zum späteren Bestreichen abnehmen und gekühlt zur Seite stellen. Zimt und Mandeln unter die restliche Masse rühren und ebenfalls kühl stellen (ca. 30 Minuten).
2. Den Teig portionsweise zwischen Klarsichtfolie ca. 1 cm dick ausrollen. Sterne mit entsprechenden Förmchen ausstechen und auf mit Backpapier ausgelegte Bleche legen. Sorgfältig mit der kühlen Eiweißmasse bestreichen.
3. Bei 150°C Ober-/Unterhitze 12-15 Minuten backen.

Für Dich
hole ich die
Zimtsterne
vom Himmel





Spekulatius



Zubereitung
20 Minuten



Koch-/Backzeit
10 Minuten



Gesamtzeit
1 Std., 30 Min.



Portionen
80



Schwierigkeit
mittel



Zutaten

140 g	Zucker (braun)	¼ TL	Nelken (gemahlen)	1 Prise	Salz
200 g	Weizenmehl	¼ TL	Anis (gemahlen)	100 g	Butter (kalt)
1 ½ TL	Zimt (gemahlen)	2 Msp.	Pfeffer (weiß)	1	Ei
½ TL	Ingwer (gemahlen)	2 Msp.	Muskatnuss		
½ TL	Kardamom (gemahlen)	1 Msp.	Koriander (gemahlen)		

Zubereitung

1. Für den Teig den braunen Zucker fein mahlen und mit dem Mehl und den Gewürzen mischen. Die Butter in Stücke schneiden und mit dem Ei zu einem Teig verarbeiten, in Frischhaltefolie wickeln und ca. 1 Stunde kalt stellen.

2. Backofen auf 170 °C Umluft vorheizen.

3. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 3 mm dick ausrollen und Förmchen ausstechen. Diese mit etwas Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.

4. Anschließend ca. 10-12 Minuten backen. Die Plätzchen sind fertig, wenn sie schön knusprig sind. Die noch heißen Spekulatius aus dem Ofen nehmen, mit dem Backpapier vom Blech ziehen und auskühlen lassen.



Donutkekse



Zubereitung
30 Minuten



Koch-/Backzeit
15 Minuten



Gesamtzeit
2 Stunden



Portionen
80



Schwierigkeit
mittel

Zutaten

Teig:

200 g Butter (kalt)
300 g Weizenmehl
100 g Puderzucker
1 Ei
1 Vanillemark
1 Prise Salz

Glasur:

250 g Puderzucker
1 Eiweiß
1-2 EL Zitronensaft
2-3 EL Wasser

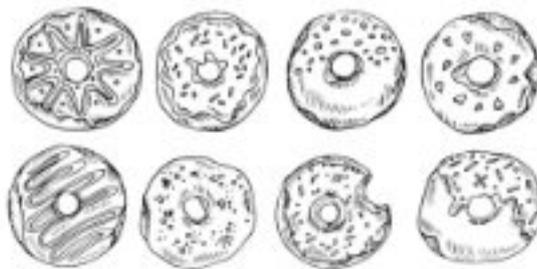
Verzierung:

Bunte Zuckerstreusel oder Perlen



Zubereitung

- 1.** Für den Teig Butter in Würfel schneiden und mit den weiteren Zutaten rasch verkneten. In Frischhaltefolie wickeln und für ca. 1 Stunde kalt stellen.
- 2.** Den Backofen auf 160 °C Umluft vorheizen. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 5-6 mm dick ausrollen und mit dem großen Ausstecher Kreise ausstechen. Diese mit ein bisschen Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Mit dem kleinen Ausstecher ein Loch in die Mitte eines jeden Plätzchens stechen.
- 3.** Ca. 12-14 Minuten backen und aus dem Ofen nehmen, sobald die Plätzchen eine leicht goldbraune Farbe angenommen haben. Die Plätzchen samt Backpapier vom Backblech ziehen und abkühlen lassen.
- 4.** Für die Glasur den Puderzucker sieben. Eiweiß mit dem Handmixer steifschlagen, dann nach und nach ca. 2/3 des Puderzuckers unterrühren. Sobald die Masse zu fest zum Rühren wird, den Zitronensaft und ein bisschen Wasser löffelweise unterrühren. Den restlichen Puderzucker einrühren und mindestens 10 Minuten weiterschlagen. Nach Bedarf tröpfchenweise mehr Zitronensaft oder Wasser einrühren, bis die Glasur die Konsistenz von Zahnpasta hat. 1/3 der Masse in einen Spritzbeutel mit 1 mm kleiner Lochtülle füllen.
- 5.** Die restlichen 2/3 mit ca. 1-2 EL Wasser verdünnen, bis eine joghurtähnliche Konsistenz entsteht. In einen Spritzbeutel mit einer 2 mm großen Lochtülle füllen.
- 6.** Nun jeweils 2 Plätzchen mit ein wenig der festeren Glasur im Spritzbeutel mit der kleineren Tülle zusammensetzen. Die Oberseite umranden, als den Innen- und Außenkreis der Donutplätzchen nachfahren. Ungefähr 10 Minuten trocknen lassen und dann den Zwischenraum mit der flüssigen Glasur in dem Spritzbeutel mit der großen Lochtülle ausmalen. Mit einem Zahnstocher verteilen und etwaige Luftlöcher entfernen. Nach Belieben mit Streuseln oder Perlen verzieren und einige Stunden trocknen lassen.





Schwarz-Weiß-Herzen



Zubereitung
25 Minuten



Koch-/Backzeit
15 Minuten



Gesamtzeit
2 Stunden



Portionen
60



Schwierigkeit
mittel

Zutaten

175 g	Butter (kalt)
300 g	Weizenmehl
125 g	Puderzucker
1	Ei
1 Prise	Salz
25 g	Backkakao

Zubereitung

1. Für den Teig die Butter in Würfel schneiden und aus Mehl, Butter, Puderzucker, Ei und Salz rasch einen Mürbeteig zubereiten und in 2 Hälften teilen. Den Kakao sieben und in eine der Hälften kneten. Beide Teige in Frischhaltefolie wickeln und für ca. 1 Stunde kaltstellen.

2. Den Backofen auf 150 °C Umluft vorheizen.

3. Beide Teige auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 3-4 mm dick ausrollen und mit dem kleinen Ausstecher mit etwas Abstand zueinander Herzen aus beiden Teigen ausstechen. Die ausgestochenen hellen Herzen jeweils direkt in die Lücken des dunklen Teigs und die ausgestochenen dunklen Herzen in die Lücken des hellen Teigs legen und vorsichtig andrücken.

4. Mit dem größeren Herzausstecher von beiden Teigen größere Herzen ausstechen, die leicht flach drücken, sodass die kleinen Herzen beim Hochnehmen nicht herausfallen können. Die Herzen mit etwas Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, ca. 12-15 Minuten backen und herausnehmen, bevor die Plätzchen, sich zu verfärben. Die Plätzchen samt Backpapier vom Backblech ziehen und vollständig auskühlen lassen.





Erdnussbutterplätzchen



Zubereitung
30 Minuten



Koch-/Backzeit
12 Minuten



Gesamtzeit
5 Stunden



Portionen
80



Schwierigkeit
mittel

Zutaten

Teig:

150 g Butter (kalt)
300 g Weizenmehl
50 g cremige Erdnussbutter
100 g Puderzucker
1 Ei
1 Vanilleschote
1 Prise Salz

Füllung:

200 g Crunchy Erdnussbutter
350 g rotes Traubengelee

Zubereitung

1. Für den Teig die Butter in Würfel schneiden und mit den restlichen Zutaten rasch verkneten. In Frischhaltefolie gewickelt ca. 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.
2. Den Backofen auf 160 °C Umluft vorheizen.
3. Den Teig zu gleich langen Rollen formen und jede Rolle in gleich große Stücke schneiden. Mit den Händen zu Kugeln formen und mit Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Mit einem in Mehl getauchten Kochlöffelstil mulden in die Mitte der Kugeln drücken.
4. Ca. 7-8 Minuten vorbacken, dann aus dem Backofen nehmen und mit dem Kochlöffelstil die Mulde nachdrücken, damit später genug Platz für die Füllung bleibt. Anschließend ca. 4-5 Minuten weiterbacken, bis die Plätzchen goldbraun sind.
5. Samt Backpapier vom Backblech ziehen und auskühlen lassen.
6. Einen kleinen Klecks Crunchy Erdnussbutter in jeder Mulde verstreichen - nur so viel, dass noch genug Platz für das Gelee bleibt. Das Gelee erwärmen, glatt rühren und wieder auskühlen lassen. Danach in einen Spritzbeutel füllen, die Plätzchen mit dem Traubengelee füllen und alles über Nacht trocknen lassen.





Wiener Herzen





Zubereitung
30 Minuten



Koch-/Backzeit
12 Minuten



Gesamtzeit
4 Std., 45 Min.



Portionen
60



Schwierigkeit
schwer

Zutaten

Teig:

50 g Mandeln (gemahlen)
250 g Butter (kalt)
300 g Weizenmehl
100 g Puderzucker
15 g Backkakao
1 Ei
1 Prise Salz

Füllung:

400 g Himbeermarmelade
(passiert)

Glasur:

140 g Puderzucker
2 Eiweiß

Zubereitung

1. Die Butter in kleine Stücke schneiden und rasch mit den anderen Zutaten zu einem Mürbeteig verkneten. In Frischhaltefolie wickeln und für mindestens 1 Stunde kalt stellen.
2. Den Backofen auf 160 °C Umluft vorheizen.
3. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 3-4 mm dick ausrollen und mit dem Ausstecher Herzen ausstechen. Diese mit etwas Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und ca. 10-12 Minuten backen.
4. Die Plätzchen aus dem Ofen nehmen, samt Backpapier vom Backblech ziehen und vollständig auskühlen lassen.
5. Die Himbeermarmelade glatt rühren und je 2 Herzen an den Unterseiten mit der Marmelade zusammensetzen. Die Herzen kühl stellen und die restliche Marmelade beiseite stellen.
6. Für die Glasur den Puderzucker sieben. Die Eiweiße steif schlagen und dann nach und nach den Puderzucker löffelweise einrieseln lassen. Die Glasur in einen Spritzbeutel mit einer kleinen Lochtülle füllen und Herzen auf den Rand der zusammengesetzten Plätzchen dressieren.
7. Ein paar Stunden, am besten über Nacht, an einem warmen Ort trocknen lassen. Sobald die Glasurherzen trocken sind, die restliche Marmelade erwärmen, glatt rühren, etwas abkühlen lassen und in einen Spritzbeutel füllen. Eine kleine Ecke davon abschneiden, die Marmelade in die kleinen weißen Glasurherzen spritzen und mit einem Zahnstocher bis an den Glasurrand verteilen.



Hörnchenplätzchen



Zubereitung
30 Minuten

Zubereitung



Koch-/Backzeit
20 Minuten

1. Für den Teig Butter und Puderzucker 5 Minuten schaumig schlagen. Die Sahne mit dem Vanilleextrakt unterrühren, bis sich alles miteinander verbunden hat. Das Mehl nach und nach hinzugeben, bis die Masse fester wird und zu einem glatten Teig verkneten. In Frischhaltefolie wickeln und mindestens 2 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.



Gesamtzeit
3 Stunden

2. Den Backofen auf 160 °C Umluft vorheizen. Den Teig vierteln und die 4 Teile nacheinander auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 2-3 mm dick zu einem Kreis von ca. 28 cm Durchmesser ausrollen. Die anderen Teigviertel bis zur Weiterverarbeitung im Kühlschrank lassen.



Portionen
60

3. Für die Füllung die Marmelade erwärmen und glatt rühren. Anschließend sehr dünn auf dem Teigkreis verstreichen. Mit einem Messer oder Pizzaroller den Teig wie eine Torte in 16 gleich große Stücke zerteilen. Die Teigdreiecke von außen zur Mitte hin zu einem Hörnchen aufrollen und mit dem spitzen Teigende nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Für ca. 15-20 Minuten backen, bis die Hörnchen eine goldbraune Farbe angenommen haben. Dann aus dem Ofen nehmen, samt Backpapier vom Backblech ziehen und auskühlen lassen.



Schwierigkeit
schwer

Zutaten

200 g Butter (zimmerwarm)
90 g Puderzucker
140 ml Sahne
1 EL Vanilleextrakt
300 g Weizenmehl

Füllung:

150 g Erdbeermarmelade
(passiert)





Linzer Augen



Zubereitung
15 Minuten



Koch-/Backzeit
14 Minuten



Gesamtzeit
2 Std., 30 Min.



Portionen
60



Schwierigkeit
einfach



Zutaten

100 g	Haselnüsse (gemahlen)		Abrieb von ½ Zitrone	Füllung:	
200 g	Butter (kalt)	1	Vanillemark	300 g	Aprikosenmarmelade
300 g	Weizenmehl	1 Prise	Salz		(passiert)
100 g	Puderzucker				
1	Ei			Bestreuen:	
1	Eigelb			150 g	Puderzucker

Zubereitung

1. Die Butter in kleine Würfel schneiden. Alle Teigzutaten rasch zu einem Mürbeteig verkneten. In Frischhaltefolie wickeln und für ca. 1 Stunde in den Kühlschrank legen.
2. Den Backofen auf 160 °C Umluft vorheizen.
3. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 3-4 mm dick ausrollen. Mit dem Ausstecher abwechseln Plätzchen mit und ohne Loch ausstechen und mit etwas Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Ca. 12-14 Minuten backen, bis die Plätzchen eine goldbraune Farbe angenommen haben.
4. Die Plätzchen aus dem Backofen nehmen, samt Backpapier vom Backblech ziehen und vollständig auskühlen lassen. Die Oberseite mit Loch mit der Oberseite nach oben auflegen und durch ein feines Sieb mit Puderzucker bestreuen.
5. Die Unterseite mit der Unterseite nach oben legen. Die Marmelade erhitzen, glatt rühren und wieder abkühlen lassen. In einen Spritzbeutel füllen, eine kleine Ecke davon abschneiden und jeweils einen großzügigen Klecks Marmelade auf dem Plätzchenboden verteilen. Die gezuckerten Oberseite vorsichtig auf die Böden setzen und leicht andrücken, sodass die Marmelade durch das Loch hervorquillt. Gut trocknen lassen.



Karamellkekse



Zubereitung
40 Minuten



Koch-/Backzeit
3 Std., 25 Min.



Gesamtzeit
5 Stunden



Portionen
60



Schwierigkeit
schwer



Zutaten

Teig:

125 g	Butter (kalt)
200 g	Weizenmehl
70 g	Puderzucker
1	Eigelb
1	Vanillemark
1 Prise	Salz

Baisermasse:

250 g	Puderzucker
2 EL	Zitronensaft
5	Eiweiß
1 TL	Weinsteinbackpulver

Karamell:

130 g	Zucker
80 g	Butter (zimmerwarm)
155 ml	Sahne

Zubereitung

1. Für den Teig die Butter in Würfel schneiden und mit den weiteren Zutaten rasch verkneten. In Frischhaltefolie wickeln und ca. 1 Stunde kaltstellen.

2. Den Backofen auf 155 °C Umluft vorheizen. Den Mürbeteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 4-5 mm ausrollen und mit dem Ausstecher Plätzchen ausstechen. Diese mit ein bisschen Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und ca. 10-12 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen, wenn die Plätzchen beginnen, eine goldbraune Farbe anzunehmen. Die noch heißen Plätzchen samt Backpapier vom Backblech ziehen und abkühlen lassen.

3. Die Backofentemperatur auf 70 °C Umluft reduzieren. Den Puderzucker und Zitronensaft jeweils sieben. Mit einem Handmixer mit Schneebesenaufsatz die Eiweiße schlagen, bis sie schön fest sind, dann löffelweise nach und nach den Puderzucker einrieseln lassen. Über Dampf solange weiterschlagen, bis die Schneemasse schön warm ist und glänzt und der Puderzucker sich komplett aufgelöst hat. Vom Dampf nehmen und mindestens 15 Minuten, am besten in der Küchenmaschine, weiterschlagen. Zum Schluss den Zitronensaft mit dem Backpulver in die Baisermasse einrühren.

4. Die Masse in den Spritzbeutel mit Sternförmiger Tülle füllen und kleine, hohe Tupfen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech dressieren. Beim Absetzen für eine schöne, lange Spitze gerade nach oben wegziehen. Die Baisertupfen mindestens 3 Stunden im Backofen trocknen lassen.

5. Währenddessen die Karamellcreme vorbereiten: Dazu den Zucker in einem breiten Topf bei mittlerer Hitze langsam schmelzen lassen, dabei so spät wie möglich umrühren. Wenn sich der Zucker komplett aufgelöst hat, den Topf kurz vom Herd nehmen und unter ständigem Rühren nach und nach die Butter und Sahne zugeben. Zurück auf den Herd stellen und für ca. 10-15 Minuten bei niedriger Hitzeiterrühren, bis die Masse anfängt, leicht zäh zu werden. Vom Herd nehmen und in eine Metallschüssel umfüllen. Die Schüssel in ein kaltes Wasserbad stellen und mit einem Teigschaber zu einer spritzbaren Konsistenz rühren und in einen Spritzbeutel mit kleiner Lochtülle füllen. Einen großzügigen Tupfen Karamell auf jedes Plätzchen dressieren, mit je einem Baisertupfen verzieren und trocknen lassen.

Plätzchen



Marmeladenkekse





Zubereitung
25 Minuten



Koch-/Backzeit
3 Stunden



Gesamtzeit
4 Stunden



Portionen
50



Schwierigkeit
mittel

Zutaten

Teig:

125 g Butter (kalt)
200 g Weizenmehl
70 g Puderzucker
1 Eigelb
1 Vanillemark
Abrieb von ½ Zitrone
1 Prise Salz

Baisermasse:

130 g Puderzucker
1 TL Zitronensaft
2 Eiweiß

Füllung:

300 g Johannisbeermarmelade
(passiert)

Zubereitung

1. Für den Teig die Butter in Würfel schneiden und mit den weiteren Zutaten rasch verkneten. In Frischhaltefolie wickeln und für ca. 1 Stunde kalt stellen.
2. Den Backofen auf 160 °C Umluft vorheizen.
3. Den Mürbeteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 4-5 mm dick ausrollen und mit dem Ausstecher Kreise ausstechen. Diese mit etwas Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und für ca. 12-14 Minuten backen, bis die Plätzchen beginnen, eine goldbraune Farbe anzunehmen. Aus dem Ofen nehmen und die Plätzchen auf dem Backblech auskühlen lassen.
4. Die Backofentemperatur auf 70 °C Umluft reduzieren. Den Puderzucker und Zitronensaft jeweils sieben. Mit einem Handmixer mit Schneebesenaufsatz die Eiweiße schlagen, bis sie schön fest sind, dann löffelweise nach und nach den Puderzucker einrieseln lassen. Über Dampf solange weiterschlagen, bis die Schneemasse schön warm ist und glänzt und der Puderzucker sich komplett aufgelöst hat. Vom Dampf nehmen und ca. 10 Minuten weiterschlagen. Zum Schluss den Zitronensaft in die Baisermasse rühren.
5. Die Masse in den Spritzbeutel mit Lochtülle füllen und am Rand der Plätzchenunterseite entlang Baiserringe ziehen. Die Plätzchen für ca. 2-3 Stunden im Backofen trocknen lassen.
6. Die Marmelade erwärmen, glatt rühren und wieder etwas abkühlen lassen. In einen Spritzbeutel füllen, ein kleines Loch davon abschneiden und die Mitte der Plätzchen großzügig mit der Marmelade ausfüllen und mit einem Zahnstocher gegebenenfalls bis in die äußeren Ecken verteilen. Über Nacht trocknen lassen.





Grundrezepte

»Eine Reise von tausend Meilen beginnt mit dem ersten Schritt.«

Grundrezepte sind das Herzstück jeder Küche. Sie bieten eine solide Basis, auf der sich unendlich viele kulinarische Ideen und kreative Gerichte entwickeln lassen. Mit einem guten Grundrezept fängt alles an - sei es ein einfacher Mübeteig, eine klassische Vanillecreme oder ein luftiger Rührteig. Diese Rezepte sind wie das Fundament eines Hauses: stabil, verlässlich und bereit, mit individuellen Akzenten verfeinert zu werden.



Lemoncurd



Zubereitung
10 Minuten



Koch-/Backzeit
10 Minuten



Gesamtzeit
20 Minuten



Portionen
1



Schwierigkeit
einfach



Zutaten

3	Zitronen (Abrieb)
150 g	Zitronen (Saft)
3	Eier
150 g	Zucker
1 TL	Speisestärke
100 g	Butter (kalt)

Zubereitung

1. Reibe die Schale der Zitronen ab, achte darauf, dass es unbehandelte Bio-Zitronen sind, deren Schale verzehrt werden kann. Verrühre den Abrieb mit dem Zitronensaft, den Eiern, dem Zucker und der Stärke klümpchenfrei. Erwärme die Masse bei mittelhoher Hitze, rühre dabei stetig, sodass keine Klümpchen entstehen und das Ei nicht gerinnt. Rühre so lange, bis die Masse eindickt und lasse sie nach Bedarf einmal kurz aufkochen. Nimm das Lemon Curd vom Herd, streiche es nach Belieben durch ein Haarsieb und rühre die kalte Butter in Stücken ein, so kühlt die Masse schneller ab und kann direkt weiterverwendet werden.

2. Fülle das Lemon Curd in Schraubgläser um und stelle es, nachdem es vollständig abgekühlt ist, in den Kühlschrank, dort hält es sich etwa 8 Tage.



I-2-3-Mürbeteig



Zubereitung
15 Minuten



Koch-/Backzeit
15 Minuten



Gesamtzeit
2 Stunden



Portionen
1



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

100 g	Zucker
200 g	Butter (kalt)
300 g	Mehl
1 TL	Vanilleextrakt
1 Pr.	Salz

Zubereitung

1. Gib alle Zutaten in eine Schüssel und verknete sie kurz entweder mit den Händen oder der Küchenmaschine zu einem festen Mürbeteig. Forme den Teig zu einer Kugel oder drücke ihn flach auf einen Teller und decke ihn ab. Stelle den Teig für mindestens 1-2 Stunden oder auch über Nacht in den Kühlschrank.
2. Knete den Teig erneut kurz durch und rolle ihn auf einer nur leicht bemehlten Silikonmatte 5 mm dick aus. Stich nun mit verschiedenen Ausstechern Kekse aus. Lege nun die Kekse auf ein mit Backfolie belegtes Lochblech.
3. Heize den Ofen auf 180 °C Heißluft vor und backe die Kekse für 10-15 Minuten.





Glühweingelee



Zubereitung
15 Minuten



Koch-/Backzeit
15 Minuten



Gesamtzeit
2 Std., 30 Min.



Portionen
1



Schwierigkeit
mittel



Zutaten

750 ml	Rotwein (trocken)
500 g	Gelierzucker, 2:1
1 Stück	Zitronenschale
1	Sternanis
1 Stange	Zimt
2	Gewürznelken
2 Körner	Piment
1	Kardamomkapsel, (leicht angedrückt)
½	Vanillemark
	Zitronensaft
1 Stück	Orangenschale

Zubereitung

1. Den Rotwein zusammen mit den Gewürzen in einen Topf geben und langsam erwärmen.

Tipp: Von der Orangen- und Zitronenschale das Weiße entfernen. Bei den Gewürzen Nelken, Piment und Kardamom kann evtl. noch jeweils 1 Stück mehr dazugegeben werden, wenn man es würziger mag.

2. Kurz vor dem Siedepunkt den Topf vom Herd nehmen und ca. 2 Stunden stehen lassen, damit die Gewürze ziehen können. Gewürze abseihen.

3. Den Wein in einen großen Kochtopf geben (Vorsicht, schäumt sehr stark!), evtl. noch etwas nachgießen, um 750ml zu erhalten. Zucker einrühren und nach Packungsvorschrift kochen. Wer mag, kann noch einige Tropfen Zitronensaft dazugeben.

4. Heiß abfüllen.



Fetacreme



Zubereitung
5 Minuten



Koch-/Backzeit
2 Minuten



Gesamtzeit
7 Minuten



Portionen
2



Schwierigkeit
einfach

Zutaten

150 g Joghurt
(griechisch, 10% Fett)
75 g Feta
2 Stiele Thymian
1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
1 EL Tomatenmark
Salz
Pfeffer

Zubereitung

1. Joghurt in eine Schüssel geben und Feta darüber zerbröckeln.
2. Knoblauch schälen, fein reiben und mit Olivenöl und Tomatenmark in einen heißen Topf geben. Thymianblättchen von den Stielen zupfen und dazugeben. Das Ganze ca. 2 Minuten rösten und anschließend zum Joghurt in die Schüssel geben.
3. Alles mit Salz und Pfeffer würzen und zu einer Creme verrühren.





Eigene Ideen

