

**Kochrezepte  
aus Fernsehen oder Internet**

**Profi: Verschiedenes**

**2009-2018**

**147 Rezepte**

---

<sup>1</sup>In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 27. Juli 2022.

# Inhalt

Ajvar . . . . .	1
Alexander Herrmanns Frucht-Glühwein . . . . .	1
American Pancake . . . . .	2
Andalusische Tapas . . . . .	3
Antipasti mit Balsamico . . . . .	5
Apfel-Strudel . . . . .	6
Apfel-Vanille-Vinaigrette . . . . .	6
Apfelmus . . . . .	7
Asia-Geflügel-Brühe . . . . .	7
Avocado-Creme . . . . .	7
Balsamico-Butter . . . . .	8
Bananen-Brot mit Zimt . . . . .	8
BBQ mit Fleisch, Gemüse und Sauce . . . . .	9
Brühpulver und Brühe . . . . .	10
Brot-Knöpfle . . . . .	10
Butter X-Mas Pretzel Cookies . . . . .	11
Cajun-Gewürzmischung . . . . .	11
Chili-con-carne-Gewürz . . . . .	12
Chips und Kekse mit Parmesan . . . . .	12
Coca - Spanische Pizza . . . . .	13
Crêpe Teig . . . . .	13
Curry-Ketchup . . . . .	14
Dinkelbrötchen im Tontopf . . . . .	14
Dreierlei Sandwiches . . . . .	15
Dukkah . . . . .	15

Eccles Cakes a la Jamie . . . . .	16
Eis . . . . .	16
Eiskaffee . . . . .	17
Eistee . . . . .	17
Elsässer Flammkuchen . . . . .	17
Feines Sandwich fürs Picknick . . . . .	18
Fetabrot mit Walnüssen . . . . .	19
Fingerfood . . . . .	20
Fischfond für Fondue . . . . .	21
Focaccia, herzhaft belegt . . . . .	22
Fondue mit Fleischbrühe . . . . .	23
Fondue mit selbstgemachten Dips . . . . .	24
French Dressing . . . . .	25
Frittierte Knabbereien mit zweierlei Dips . . . . .	25
Geeister Espresso mit Milch-Schaum . . . . .	26
Gefüllte Erdäpfel-Knödel mit Brösel-Butter . . . . .	27
Gemüse-Chips aus dem Ofen . . . . .	28
Gemischte Antipasti . . . . .	29
Gewürz-Öl zum Grillen . . . . .	30
Gewürz-Öl . . . . .	30
Gewürz-Paste und Kräuter-Marinade . . . . .	31
Glüh-Cidre . . . . .	31
Glühwein . . . . .	31
Glühwein . . . . .	32
Graubrot mit Ei und Frühling-Quark . . . . .	32
Grund-Brühe . . . . .	32
Guacamole-Dip . . . . .	33
Guacamole . . . . .	33
Haselnuss-Zimt-Öl . . . . .	33
Hefezopf mit Mohn-Füllung . . . . .	34
Herzhafte Rhabarber Relish . . . . .	35
Herzhafter Power-Riegel . . . . .	35
Holunderblüten-Sirup für Hugo . . . . .	36

Ingwer-Mayonnaise . . . . .	37
Käse-Fondue . . . . .	37
Kürbis-Chutney . . . . .	37
Kaffee und Vanille fürs Grillfleisch . . . . .	38
Kalb-Schnitzel-Sandwich . . . . .	39
Kalbsjus . . . . .	39
Kartoffel-Dressing . . . . .	40
Kartoffel-Trüffel-Vinaigrette . . . . .	40
Klassische Vinaigrette . . . . .	40
Kleiner Osterbrunch . . . . .	41
Knoblauch-Ketchup . . . . .	42
Knoblauch-Majo, der Liebling der Spanier . . . . .	42
Koriander-Dip . . . . .	42
Koriander-Pesto . . . . .	43
Kräuter-Butter . . . . .	43
Kräuter-Butter . . . . .	44
Kräuter-Quark . . . . .	44
Laugenbrötchen mit Karotten-Quark . . . . .	44
Limetten-Creme . . . . .	45
Limonaden . . . . .	45
Mai-Thai . . . . .	46
Mango-Curry-Dip . . . . .	46
Marinade für Sauerbraten . . . . .	46
Mayonnaise . . . . .	47
Mayonnaise . . . . .	47
Meerrettich-Kruste . . . . .	48
Milch-Drinks - Kefir, Lassi, Beeren-Milch . . . . .	48
Mitternacht-Häppchen . . . . .	49
Naan . . . . .	50
Natur-Glutamat . . . . .	51
Nudelteig . . . . .	51
Nudelteig . . . . .	51
Nuss-Nougat-Brotaufstrich selbstgemacht . . . . .	52

Omelette-Soufflée mit Erdbeeren-Kompott, Joghurt-Soße . . . . .	52
Orangen-Eier-Likör . . . . .	52
Panettone-Küchlein . . . . .	53
Pelmeni . . . . .	53
Pesto . . . . .	54
Pesto . . . . .	54
Pesto . . . . .	54
Petersilien-Pesto . . . . .	54
Petersilien-Pesto . . . . .	55
Pfirsich-Bowle . . . . .	55
Pikante Honignüsse, Shiitake- und Brot-Chips . . . . .	56
Pikantes Mango-Birnen-Chutney . . . . .	57
Pizza . . . . .	58
Pochiertes Ei mit Mangold, Maronen und Pfeffer-Karamell . . . . .	59
Power-Drink mit Goji-Beere, Pflaume und Birne . . . . .	60
Power-Drink mit Obst und Gemüse - Kaki und Rote Bete . . . . .	60
Prickelnder Aperitif . . . . .	61
Puffreis . . . . .	62
Quark-Stollen . . . . .	63
Ragout fin . . . . .	64
Rotwein-Reduktion . . . . .	64
Rucola-Champignon-Pesto . . . . .	64
Rum-Eis . . . . .	65
Russische Blini . . . . .	65
Süße und herzhaft Vorräte . . . . .	66
Süßer Couscous mit Feigen und Zitronen-Melisse . . . . .	67
Sandwich-Variationen . . . . .	68
Sangria . . . . .	69
Schneller Rumtopf . . . . .	69
Schwarz-Weiß-Gebäck . . . . .	70
Scones . . . . .	70
Senf-Mayonnaise . . . . .	71
Silvester-Bowle . . . . .	71

Sommerliche Vinaigrette . . . . .	72
Spargel-Pesto . . . . .	73
Spinat-Omelette . . . . .	73
Spinat-Ricotta-Tarte . . . . .	74
Steinpilz-Pesto . . . . .	74
Stollen . . . . .	75
Türkisches Fladenbrot . . . . .	75
Tomaten-Essenz . . . . .	76
Tomaten-Ketchup . . . . .	76
Tomaten-Marmelade . . . . .	77
Tomaten-Mozzarella-Muffins . . . . .	77
Tomaten-Muffins . . . . .	78
Tomaten-Ziegenkäse-Tarte . . . . .	78
Variationen von Linzer Plätzchen . . . . .	79
Waldmeister-Bowle . . . . .	80
Walnuss-Pesto . . . . .	80
Weißer Glühwein und Jagertee . . . . .	80
Weißwein-Reduktion . . . . .	81
Weihnachtlicher Kalter-Hund . . . . .	81
Yufka - türkisches Fladenbrot . . . . .	81
Zitronen-Pie mit Baiser . . . . .	82
Zitronen-Butter . . . . .	83
Zwiebelkuchen einmal anders . . . . .	84

<b>Index</b>	<b>85</b>
--------------	-----------





# Ajvar

## Für ca. 5 l:

2,5 kg rote Paprika	750 g Aubergine	3 TL Chili-Paste
5 Knoblauch-Zehen	250 ml Apfelessig	375 ml Olivenöl
2 EL Salz	5 EL Zucker	500 ml Wasser

Die Paprikaschoten waschen, entkernen, schälen und klein schneiden.

Die Auberginen waschen und grob schneiden; alles mit den Gewürzen in einem Topf mischen und weich kochen.

Die Masse pürieren und heiß in Schraubgläser füllen.

NN am 04. Oktober 2016

# Alexander Herrmanns Frucht-Glühwein

## Für 6 Portionen

3 L Rotwein (Rioja)	0,5 L naturtrüber Apfelsaft	250 g schwarzes Johannisbeergelee
2 Orangen	1 Zitrone	2 Teebeutel Kräutertee
3 Zimtstangen	3 Vanilleschoten	3 Nelken
4 Zimtblüten	2 TL Kardamom	2 Prisen Glühweingewürz
3 EL Wildblütenhonig	2 TL brauner Zucker	

Johannisbeergelee in einem Topf geben, einkochen und karamellisieren lassen. Mit Apfelsaft ablöschen und anschließend den Rotwein dazu gießen.

Die Orangen und die Zitrone inklusive der Schale in Scheiben schneiden und mit in den Topf geben. Die Vanilleschoten der Länge nach aufschneiden und zusammen mit den Zimtstangen ebenfalls mit in den Topf geben. Die Kräuterteebeutel dazu geben.

Mit Glühweingewürz, den Nelken, den Zimtblüten und Kardamom auffüllen und den Honig und braunen Zucker ebenfalls mit in den Topf geben. Umrühren, Temperatur reduzieren und abschließend in Gläser füllen und servieren!

Alexander Herrmann am 02. Dezember 2016

# American Pancake

## Für 4 Portionen

4 Eier	50 g Zucker	150 g Schmand
100 g Mehl	1/2 Vanilleschote	Butter, Salz
Ahornsirup		

Eier trennen, das Eiweiß schlagen, Zucker zugeben und steif schlagen.

In einer weiteren Schüssel die Eigelbe mit dem Schmand vermischen.

Die halbe Vanilleschote längs aufschneiden und das Innere mit einem Messer ausschaben.

Mehl, Salz und Vanille zugeben, den Teig glatt rühren. Ein Drittel des Eischnees vorsichtig untermischen, den Rest unterheben. Butter in der Pfanne zerlassen.

Aus jeweils 2-3 El Teig Pfannkuchen goldbraun backen. Die fertigen Pfannkuchen warm stellen; vor dem Essen mit Ahornsirup bestreichen.

Varianten:

Indem man Obstmus (z. B. Apfelmus, Bananen-Mus u. a.) in den Teig rührt, erhält man verschiedenste Geschmacksvarianten.

Wenn man keine süßen Pancakes wünscht, würze man den Teig mit anderen Zutaten wie z. B. Senf, Ajvar, Arrabbiata u. a.

NN am 10. Februar 2016

# Andalusische Tapas

## Für 4 Personen

### Boquerones:

100 ml Essig	Salz	2 EL Zucker
20 frische Sardellenfilets	50 g Baguette	100 ml Frittierfett
1 Knoblauchzehe	3 Stängel glatte Petersilie	1 EL Zitronensaft

### Mediterranes Gemüse:

1 kleine Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 gelbe Paprika
2 Tomaten	1 Zucchini	2 EL Olivenöl
2 Zweige Thymian	2 Zweige Oregano	1 Spritzer Zitronensaft
Salz, Pfeffer		

### Doraden-Krokette:

4 Stängel glatte Petersilie	2 EL Kapern	1 Knoblauchzehe
2 Doradenfilets mit Haut á 150 g	150 ml Milch	3 EL Butter
3 EL Mehl	1 EL Zitronensaft	1/2 TL Paprikapulver
Salz, Pfeffer	50 g Weckmehl	2 EL Sesam
50 ml Olivenöl		

1. Aus Essig, Salz, Zucker und 50 ml Wasser eine Lake herstellen. Die Sardellenfilets darin 45 Minuten marinieren.
2. In der Zwischenzeit das Baguette in sehr dünne Scheiben aufschneiden. Diese in einer Pfanne mit heißem Frittierfett goldgelb zu Brotchips ausbacken. Herausnehmen und auf Küchentuch abtropfen lassen.
3. Knoblauch schälen und fein schneiden, Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Olivenöl mit Petersilie, Knoblauch und Zitronensaft zu einem Kräuteröl mischen.
4. Für das Gemüse Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden. Paprika, Tomate und Zucchini waschen. Paprika halbieren, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch klein würfeln. Tomaten und Zucchini ebenfalls würfeln.
5. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin glasig anschwitzen. Paprika und Zucchini zugeben, anbraten. Dann die Tomatenstücke zugeben. Thymian und Oregano abbrausen, trocken tupfen und zugeben. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen und ein paar Minuten braten.
6. Für die Kroketten Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Kapern fein hacken. Knoblauch schälen.
7. Doradenfilets säubern, von den Gräten befreien und mit der Milch und einer zerdrückten Knoblauchzehe in einen Topf geben, erhitzen und ca. 10 Minuten gar ziehen lassen. Dann die Filets heraus nehmen, die Fischhaut abziehen und mit einer Gabel in kleine Stücke zerpfücken. Die Milch aufheben.
8. In einem Topf Butter erwärmen, Mehl einrühren und kurz anschwitzen. Milch (vom Fisch) unter Rühren angießen und ein paar Minuten köcheln lassen, dabei immer wieder umrühren. Dann den Topf vom Herd ziehen.
9. Die Doradenstücke zugeben und glattrühren. Kapern und Petersilie hinzu geben. Mit Zitronensaft, Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken.
10. Weckmehl und Sesam mischen. Aus der Fischmasse Kroketten formen und in der Sesammischung panieren.
11. Die Sardellen aus der Marinade nehmen und abtupfen.
12. Die Brotchips mit etwas mediterranem Gemüse belegen. Die marinierten Sardellen darauf geben und mit dem Kräuteröl beträufeln.

13. Die restlichen Sardellen mit Zitronensaft beträufeln, salzen und pfeffern. Dann in Mehl wenden. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Sardellenfilets darin von beiden Seiten kurz braten.

14. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Kroketten vorsichtig darin goldbraun braten.

15. Die Kroketten auf dem Gemüse anrichten. Gebratene Sardellen und Brotchips mit Sardelle anlegen und servieren.

Verena Scheidel am 02. März 2016

# Antipasti mit Balsamico

## Für vier Portionen:

### Marinierte Sardellen:

16 frische Sardellenfilets	60 ml weißer Balsamessig	60 ml Zitronensaft
2 Schalotten	3 EL gehackte Petersilie	Salz

### Scharfe Zucchini:

400 g Zucchini	2 kleine Chilischoten	2 EL weißer Balsamessig
2 EL Honig	1 EL gehackter Thymian	1 El Rosmarin
1 EL Olivenöl	Salz	

### Marinierte Sardellen:

Die Sardellenfilets in eine nicht metallische Form legen, mit Salz bestreuen, mit Balsamico und Zitronensaft begießen. Gut abdecken, einen Tag kühlstellen.

Am nächsten Tag die Sardellen aus der Marinade nehmen und auf Küchenpapier gut abtropfen lassen.

Mit der gehackten Petersilie und den in kleine Ringe geschnittenen Schalotten bestreuen. Mit Olivenöl beträufeln, sofort servieren - mit frischem Brot und je nach Geschmack mit Käse (Pecorino, Parmesan) oder luftgetrocknetem Schinken.

### Scharfe Zucchini:

Die Chilischoten in kleine Streifen schneiden. Wer es richtig scharf mag, verarbeitet die Kerne mit. Mit Kräutern und Honig zu einer Masse verrühren.

Die Zucchini halbieren, in gleichgroße Stücke schneiden und in einer sehr heißen Pfanne mit etwas Olivenöl kurze Zeit scharf anbraten.

Die Zucchinistücke mit Salz würzen, scharfe Honigkräuter dazugeben. Alles mit Balsamico ablöschen, dabei Pfanne leicht schwenken. Abschmecken.

### Tipps:

#### Schalotten:

Auch Schalotten eignen sich hervorragend als Antipasti. 500 Gramm mit 1 Zehe Knoblauch in Olivenöl scharf anbraten, würzen. Ein halbes Bund Thymian hinzugeben, mit Zucker karamellisieren. Mit 150 Milliliter weißem Balsamessig ablöschen, 15 Minuten garen.

#### Möhren:

Sie bevorzugen Möhren? Dann 400 Gramm Möhren schälen, in Scheiben schneiden, auf ein Blech verteilen, mit Olivenöl und Balsamessig beträufeln, etwas Salz und Zucker dazu. Bei 220 Grad 20 Minuten im Backofen garen. Am Ende Zitrone und Estragon unterheben.

#### Fisch:

Frische Sardellen, hierzulande meist 7 bis 13 Zentimeter lang, gibt es beim Fischhändler oder in Feinkostabteilungen. Gute Alternativen sind Sardinen oder kleine Fische wie Rotbarben.

#### Kühl:

Alle Antipasti lassen sich auch mit dunklem Balsamico zubereiten. Im Kühlschrank halten sie abgedeckt eine Woche.

test August 2010

# Apfel-Strudel

## Für 10 Portionen

### Für den Strudel:

300 g Mehl	150 ml lauwarmes Wasser	Salz
5 El Olivenöl	50 g zerlassene Butter	Semmelbrösel
Mehl (zum Bearbeiten)		

### Für die Apfel-Füllung:

1 Ei (getrennt)	1 kg Äpfel	100 g Zucker
50 g gehackte Haselnüsse	50 g Rum-Rosinen	1 Tl Zimt

Mehl, 4 El Öl und Wasser in einer Schüssel verrühren. Den Teig glatt und geschmeidig kneten (max. 8 min.). Danach zu einer Kugel formen, mit dem restlichen Öl einpinseln und auf einen Teller legen. Etwas Wasser in einem Topf aufkochen, ausgießen, den Topf über den Teig stülpen und mindestens 30 Minuten ruhen lassen.

Den Backofen auf 200°C vorheizen.

Den Strudelteig auf einem bemehlten Küchentuch auf 1 mm ausrollen und danach mit der Butter dünn bepinseln. Semmelbrösel auf einem Seiten-Teigviertel verteilen, dabei einen 3 cm breiten Rand lassen.

Für die Füllung Äpfel schälen, entkernen, würfeln und mit den restlichen Zutaten zur Strudel-Füllung vermischen.

Die Füllung auf den Bröseln verteilen. Die Außenseiten über die Füllung klappen. Den Strudel durch Anheben des Küchentuches aufrollen; die Nahtstelle mit Eiweiß verkleben, mit der Nahtstelle nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Strudel mit dem Eigelb bepinseln; 30–35 min. backen. Danach mit Puderzucker bestreuen.

NN am 22. September 2015

# Apfel-Vanille-Vinaigrette

## Für 1 Portion:

50 ml Apfelessig	50 ml Apfelsaft	1 EL Honig
150 ml Traubenkernöl	$\frac{1}{2}$ Vanilleschote	1 Schalotte

Eine Schalotte in feine Ringe schneiden. Apfelessig, Apfelsaft, Vanillemark und Honig in eine Schüssel geben, mit Salz und Pfeffer würzen. Zuletzt das Öl unterschlagen. Die Vinaigrette kann auch in einem Einmachglas zubereitet werden, in dem man alle Zutaten in das Glas gibt und durch kräftiges Schütteln vermischt. So im Kühlschrank aufbewahren.

Steffen Henssler am 15. Januar 2013

# Apfelmus

## Für 4 Personen

1 Bio-Zitrone      800 g säuerliche Äpfel      4 EL Weißwein  
1 Vanilleschote      1 Zimtstange      4 EL Zucker

1 Stück Zitronenschale dünn abschälen. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Äpfel schälen, vierteln, entkernen und in 1 cm breite Stücke schneiden. Apfelstücke mit 3 EL Zitronensaft, Weißwein, 4 EL Wasser und der Zitronenschale in einem Topf mischen. Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Beides mit Zimt und Zucker zu den Äpfeln geben, aufkochen und die Äpfel zugedeckt bei milder Hitze 15 bis 20 Minuten weich dünsten.

Tim Mälzer am 06. 02. 2010

# Asia-Geflügel-Brühe

## Für ca. 2l–3 l Fond:

1,5 kg Hühnerflügel      2 Stangen Zitronengras      80 g frischer Ingwer  
1 Gemüsezwiebel      11 EL Zucker      1 rote Chilischote  
1 dicke Scheibe Knoblauch      Salz      1 Tomate  
4 Stiele Koriandergrün      2–3 EL Sojasoße

Die Hühnerflügel im Gelenk zerteilen. Zitronengras mit dem Messerrücken anschlagen. Ingwer mit Schale in dicke Scheiben schneiden. Zwiebelhälften mit der Schnittseite nach unten in einem Bräter goldbraun rösten. Zucker zugeben und leicht karamellisieren lassen. Flügel zugeben und kurz mitrösten. Mit 3l kaltem Wasser auffüllen und langsam aufkochen. Dabei Zitronengras, Ingwer, Chili, Knoblauch, wenig Salz, halbierte Tomate und Koriandergrün zugeben. Den Fond bei mittlerer Hitze ca. 11 Std. sieden, aber nicht kochen lassen, dabei immer wieder aufsteigende Trübstoffe abschöpfen. Fond durch ein sehr feines Sieb in einen anderen Topf gießen und entfetten. Fond aufkochen, mit Sojasoße abschmecken. Fond auf 2 Töpfe verteilen, auf dem Tisch auf Gasbrenner stellen und die vorbereiteten Zutaten für das Fondue darin garen.

Tim Mälzer am 31. 12. 2009

# Avocado-Creme

## Für 2 Portionen

3 Avocados      1 Zitrone      2 Strauchtomaten  
Salz      Cayenne

Die Tomaten blanchieren (oder mit dem Bunsenbrenner abflammen), von der Haut befreien, vierteln, die Kerngehäuse herausschneiden und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Die Avocados halbieren, Kerne entfernen, das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale heben und in einen Mixer füllen. Saft und Abrieb der Zitrone sowie je eine Prise Salz und Cayenne zugeben und cremig mixen. Die Tomatenwürfel unterrühren und nochmals mit Salz, Cayenne und ggf. Zitrone abschmecken. Die Crème passt hervorragend als Dip zu „Chips“ aus frittierten Wan-Tan Blättern.

Alexander Herrmann am 12. März 2014

## Balsamico-Butter

### Für 2–4 Personen

150 g Butter                      Salz      2–3 El Aceto balsamico  
2 El Schnittlauchröllchen   Pfeffer

Butter in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze schmelzen und so lange erhitzen, bis die weiße Molke sich hellbraun verfärbt. Die Butter mit Salz würzen, Essig und Schnittlauchröllchen zugeben, vom Herd nehmen und pfeffern. Zum Fisch servieren.

Tim Mälzer am 10. 06. 2010

## Bananen-Brot mit Zimt

### Für eine Kastenform:

700 g reife Bananen	Saft von 1 Zitrone	120 g Zucker
1 Tüte Vanillezucker	250 g Butter	2 Eier
250 g Mehl	2 TL Backpulver	2 TL Zimt
100 g grob gehackte Walnüsse	100 g grob gehackte Pekannüsse	Butter

### Für süßen Schmand:

250 g Schmand	100 g saure Sahne	2 EL Zucker
1 EL Honig		

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine Kastenform mit Butter sorgfältig einfetten.

Die Bananen schälen, grob in Stücke teilen, mit Zitronensaft pürieren.

Zucker mit Butter, Eiern und Bananenbrei in einer großen Schüssel verrühren.

Das Mehl mit Backpulver und Zimt mischen, nach und nach in die Schüssel geben und einrühren. Zum Schluss die Nüsse unterheben.

Den Teig in die Form füllen und backen. Nach 45 Minuten mit Alufolie abdecken. Nach insgesamt 80 bis 90 Minuten den fertigen Kuchen aus dem Ofen nehmen, etwa 30 Minuten in der Form abkühlen lassen, danach auf ein Gitter stürzen, auskühlen lassen.

Verrühren Sie Schmand, saure Sahne, Zucker und Honig. Servieren Sie den süßen Schmand zum Kuchen.

### Tipps:

Wer keine Nüsse mag oder verträgt, kann sie ersetzen durch insgesamt 200 Gramm Rosinen, getrocknete Cranberrys oder gehackte Schokostückchen.

Variieren Sie die Nuss-Sorten. Auch Hasel- oder Makadamianüsse sowie Mandeln schmecken prima in Bananenbrot.

Geben Sie einen halben Teelöffel Muskat und/oder einen Esslöffel geriebene Orangenschale in den Teig.

In Bananenkuchen lassen sich überreife Bananen verwerten. Gerade sie sorgen für besonders intensives Fruchtroma. Falls Sie gerade keine Zeit zum Backen haben: Überreife Bananen lassen sich auch geschält und in einem Tiefkühlbeutel bis zum Backen einfrieren.

test Dezember 2013



# BBQ mit Fleisch, Gemüse und Sauce

## Für 4 Portionen

200 g Grillfleisch

### Gemüse:

40 g Butter	400 g kleine Kartoffeln	300 g Karotten
300 g bunte Paprika	200 g Aubergine	100 g Crème fraîche
400 ml Gemüsefond	1 TL Mehl	2 EL Tomatenmark
2 EL süßsaure Chili-Sauce	$\frac{1}{2}$ Bund Thymian	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie
1 Prise Pfeffer	1 Prise Salz	

### Soße:

50 ml Rotwein	50 ml Ketchup	1 EL Essig
1 EL Zucker	1 EL Worcestersauce	2 TL Zitronensaft
$\frac{1}{2}$ TL Cayennepfeffer	120 g Zwiebeln	1 Tasse Kaffee
1 Prise Pfeffer	1 Prise Salz	

### BBQ-Fleisch:

Kaufen Sie generell nur Grillfleisch von guter Qualität, am besten beim Metzger ihres Vertrauens. Rindfleisch sollte intensiv rot sein, Schweinefleisch sollte ein kräftiges Rosarot aufweisen, Kalbfleisch wiederum ein eher helles zartes Rosa und Lammfleisch sollte hellrot sein.

### BBQ-Gemüse:

Das Gemüse putzen und schälen. Den Gemüsefond zum Kochen bringen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kartoffeln dazugeben und zugedeckt 15 Minuten garen. Nach fünf Minuten die Möhren und Auberginen dazugeben. Zehn Minuten später die Paprika mitgaren. Das gegarte Gemüse abgießen. Den Fond dabei auffangen. Butter in einem Topf zerlassen. Mehl und Tomatenmark darin anschwitzen und nach und nach mit dem aufgefangenen Fond ablöschen. Unter Rühren fünf Minuten kochen lassen. Die Thymianblättchen von den Zweigen zupfen. Crème fraîche unter die Sauce rühren und mit Chilisauce, Salz, Pfeffer und Thymian würzen. Das Gemüse in die Sauce geben und kurz erwärmen. Zuletzt mit Petersilie bestreuen.

### BBQ-Sauce:

Zwiebeln putzen, fein würfeln und in Öl anschwitzen. Danach Wasser, Ketchup, Rotwein, Worcestersauce, Essig, Kaffee, Zucker, Butter und Zitronensaft hinzugeben. Langsam aufkochen lassen, Hitze reduzieren und für 10 bis 15 Minuten weiter kochen lassen.

### Tipp:

Statt Kaffee kann man auch 1 EL Instant-Kaffee verwenden.

Frank Rosin am 13. September 2014

## Brühpulver und Brühe

### Für 2 Portionen

#### Für Brühpulver:

140 g Zwiebeln	60 g Meersalz	85 g Karotte
65 g Knollensellerie	25 g Lauch	10 g Petersilienblätter
150 g Tomaten		

#### Für Brühe:

1 Stange Lauch	1 Knolle Sellerie	3 – 4 Karotten
2 Metzgerzwiebeln (mit Schale!)	1 Prise Meersalz	2 - 3 Zweige Petersilie
Estragon, Thymian, Piment	2 Lorbeerblätter	1 TL Wacholderbeeren

Für Brühpulver:

Den Backofen auf 75 Grad vorheizen. Die Zwiebeln schälen, klein schneiden und mit dem Meersalz im Mixer zerkleinern. Karotte und Sellerie schälen, Lauch waschen, die Petersilienblätter waschen, trockentupfen und grob hacken. Die Tomaten waschen, halbieren, den Stielansatz entfernen und anschließend alles klein schneiden und unter die Zwiebel-Salz-Mischung mixen. Die Masse möglichst flach auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech verteilen und über Nacht im vorgeheizten Backofen trocknen lassen. Das Brühpulver noch einmal fein mixen. In einem Schraubglas kann man es mehrere Wochen aufbewahren.

Für Brühe:

Das Gemüse waschen, grob zerkleinern, in einen Topf geben, mit kaltem Wasser auffüllen, Kräuter und Gewürze zugeben, bei mittlerer Hitze langsam einmal aufkochen lassen und anschließend etwa eine Stunde ziehen lassen. Mit Meersalz abschmecken, durch ein Sieb passieren und weiterverarbeiten.

Alexander Herrmann am 27. August 2014

## Brot-Knöpfle

### Für 4 Personen

1 1/2 altbackene Brötchen	4 El Butter	1 Zwiebel
50 g durchwachsener Speck	1/2 Bund Petersilie	2 El Öl
Salz		

Brötchen klein würfeln und in 2 El Butter in einer Pfanne bei mittlerer Hitze knusprig rösten. Zwiebel und Speck fein würfeln. Die Blättchen von der Petersilie zupfen und fein hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen. Speck und Zwiebeln zugeben und glasig braten. Petersilie untermischen. Spätzleteig herstellen. Brotwürfel und Speckmischung zugeben und vorsichtig unterheben.

Reichlich Salzwasser in einem hohen Topf aufkochen. Den Teig mithilfe eines Esslöffels portionsweise abstechen und ins heiße Wasser gleiten lassen. Bei mittlerer Hitze 3 Minuten gar ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen und abtropfen lassen.

2 El Butter in einer beschichteten Pfanne schmelzen und die Brotknöpfle darin knusprig braun anbraten.

Tim Mälzer am 29. 10. 2011

## Butter X-Mas Pretzel Cookies

**Für ca. 20 Cookies:**

**Für den Teig:**

160 g Mehl                      50 g Nüsse, fein gemahlen    4 TL Salz  
150 g Butter, weich    80 g Zucker                      1 Eigelb, hart gekocht

1 TL Vanilleextrakt

**Zusätzlich:**

1 TL Zimt                      2 EL Zucker                      1 Eiweiß

Mehl, Nüsse und Salz vermischen. Butter, Zucker mit der Küchenmaschine oder dem Handrührgerät cremig schlagen. Das Eigelb fein zerbröseln oder durch ein Sieb streichen und mit dem Vanilleextrakt unter die cremige Butter rühren. Die Mehl-Nuss-Mischung zugeben und grob vermischen, bis sich die Zutaten gerade so verbunden haben. Den Teig in Frischhaltefolie einwickeln und im Kühlschrank mindestens eine Stunde fest werden lassen.

Vom Teig kleine Stücke von ca. 15-20 g abstechen. Die einzelnen Teigstücke zu einer dünnen Schnur formen und dann zu einer Brezel zusammenlegen. Die Brezel darf nicht zu fest zusammengezurrut werden, sonst verliert sie beim Backen ihre Form. Die Brezeln im Abstand von ca. 4 cm auf das vorbereitete Blech legen und 30 Minuten in den Kühlschrank geben, damit sie beim Backen ihre Form behalten. Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Das Backblech mit Backpapier auslegen. 2 EL Zucker und Zimt in einem Schälchen vermischen.

Direkt vor dem Backen die Brezeln mit verquirltem Eiweiß bestreichen und mit Zimtzucker bestreuen. Dann die Brezeln im vorgeheizten Ofen ca. 12 Minuten goldgelb backen. Herausnehmen und auf dem Blech ca. 10 Minuten abkühlen lassen, dann herunternehmen und auf einem Kuchengitter vollständig abkühlen lassen.

Cynthia Barcomi am 04. Dezember 2015

## Cajun-Gewürzmischung

**Für ca. 35 Portionen:**

6 EL Salz                                      4 EL Paprikapulver, edelsüß  
2 EL Knoblauchpulver                      2 EL Oregano  
2 EL Pfeffer, weiß (frisch gemahlen)    2 EL Cayennepfeffer  
2 EL Thymian                                      2 EL Zwiebelpulver  
2 EL Pfeffer, schwarz (frisch gemahlen) 1 TL Kreuzkümmel, gemahlen  
2 EL Zucker, braun

Alle Gewürze in einem Glas mit Schraubdeckel mischen und im Kühlschrank aufbewahren.

NN am 06. April 2017

## Chili-con-carne-Gewürz

### Für 15 Portionen

4 EL Paprikapulver, edelsüß	4 EL Paprikapulver, scharf	5 EL Kreuzkümmel, gemörsert
4 EL Oregano, getrocknet	4 EL feines Salz	3 EL Cayennepfeffer
2 EL schwarzer Pfeffer, gemahlen	2 EL weißer Pfeffer, gemahlen	2 EL ungesüßtes Kakaopulver
1 EL Piment, gemahlen	1 TL Nelkenpulver	1, 5 TL Zimtpulver

Alle Zutaten gründlich mischen. Durch Einfrieren wird die Mischung länger haltbar.

NN am 28. Dezember 2015

## Chips und Kekse mit Parmesan

### Für 4 Personen

#### Für die Parmesan-Thymian-Chips:

100 g Parmesan 3 Stängel Thymian

#### Für Parmesan-Shortbread:

55 g geröst., gehack. Mandeln 100 g kalte Butter 30 g frischen Parmesan  
2 Zweige Rosmarin 1 EL ganze Fenchelsaat 125 g Mehl  
1 Prise Salz 2 TL Honig

#### **Parmesan-Thymian-Chips:**

Backofen vorheizen (220 Grad Ober-/Unterhitze). Parmesan fein reiben, Thymianblätter zupfen, alles vermengen.

Ein Blech mit Backpapier auslegen. Den Parmesan-Thymian-Mix mit einem Teelöffel in kleinen Häufchen auf dem Blech verteilen. Wichtig: viel Abstand lassen. Etwa 6 bis 8 Minuten goldbraun backen, auskühlen lassen.

#### **Tipp:**

Drücken Sie die noch warmen Chips an eine Flasche, um sie hübsch zu wölben. Für die Zubereitung in der Mikrowelle: Ein bis zwei Häufchen Parmesan-Thymian-Mix auf etwas Backpapier geben. Bei 800 Watt 3 bis 5 Sekunden schmelzen.

#### **Parmesan-Shortbreads:**

Mandeln und Fenchelsaat in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Auf einen Teller geben, auskühlen lassen.

Butter klein würfen, Parmesan reiben, Rosmarin hacken. Honig und Mehl unterheben und mit 1 Prise Salz würzen. Die gerösteten Mandeln und Fenchelsamen mit den übrigen Zutaten kurz verkneten und das Ganze zu einer Rolle formen.

Den Teig in Frischhaltefolie wickeln, im Kühlschrank mindestens eine Stunde lang ruhen lassen. Von der Rolle etwa 1 cm dünne Taler abschneiden, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen.

Im heißen Backofen (200 Grad Ober-/Unterhitze) auf zweiter Schiene von unten etwa 8 bis 10 Minuten backen.

test Oktober 2014

## Coca - Spanische Pizza

### Für 6–8 Personen

12 g frische Hefe	Zucker	250 g Mehl
Salz	10 El Olivenöl	1 Eigelb (Kl. M)
1 gelbe Paprikaschote	1 rote Paprikaschote	2 weiße Zwiebeln
2 Knoblauchzehen	20 g Blattspinat	

Hefe und 1 Prise Zucker in 100 ml lauwarmem Wasser auflösen. Mehl, 1 Tl Salz, 6 El Olivenöl, Eigelb und Hefemischung in eine Schüssel geben. Zuerst mit den Knethaken des Handrührers, dann mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten. Zugedeckt an einem warmen Ort 45 Min. gehen lassen.

Inzwischen Paprikaschoten putzen, waschen und in Streifen schneiden. Zwiebeln halbieren und in Streifen schneiden. Knoblauch in Scheiben schneiden.

Den Spinat verlesen, waschen und trocken schleudern. Anschließend in 1 cm breite Streifen schneiden.

2 El Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin glasig braten, salzen, dann herausnehmen. Spinat in derselben Pfanne mit 1 El Öl kurz anbraten, salzen und herausnehmen. Paprikastreifen ebenfalls mit 1 El Öl anbraten und 2 Min. dünsten, salzen und aus der Pfanne nehmen.

Den Teig kurz durchkneten und mit einem Rollholz ca. 40 x 30 cm groß ausrollen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben. Zwiebeln, Knoblauch, Spinat und Paprika darauf verteilen. Im heißen Ofen bei 220 Grad (Umluft 200 Grad) auf der untersten Schiene ca. 30 Min. backen. Mit Salz und Pfeffer bestreuen und heiß oder kalt servieren. Zur Zubereitungszeit kommen noch Geh- und Backzeit.

Tim Mälzer am 09. 04. 2012

## Crêpe Teig

### Für 4 Personen

0,25 Orange, unbehandelt	0,25 Zitrone, unbehandelt	1 Vanilleschote
3 Eier	110 g Mehl	280 g Milch
10 g Zucker	60 ml Bier	30 g Butter, braun, flüssig
Malzbier		

Die Schale der Orange und der Zitrone abreiben. Den Abrieb, das Mark der Vanilleschote, zwei Eigelb, ein Ei, Mehl, Milch, Zucker, Bier, Butter und etwas Malzbier miteinander vermengen. Achten Sie darauf, dass es keine Klümpchen gibt. Den Teig etwa eine halbe Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Johannes King am 28. Januar 2011

## Curry-Ketchup

### Für 2 Gläser à 600 ml:

1,5 kg reife, rote Tomaten	2 Knoblauchzehen	2 große Zwiebeln
2 EL Öl	1 TL Tomatenmark	125 g Zucker
2 EL Curry	1 TL Senf	100 ml Rotweinessig
Salz, schwarzer Pfeffer		

Tomaten waschen, putzen und würfeln. Knoblauch und Zwiebeln schälen, fein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin glasig andünsten. Tomatenmark, Tomatenwürfel, Zucker, Curry und Senf einrühren, 2-3 Minuten dünsten. Essig unterrühren, mit Salz, Pfeffer würzen und zugedeckt 35-45 Minuten köcheln lassen. Den Ketchup pürieren, durch ein Sieb streichen, nochmals aufkochen und abschmecken. Den Ketchup in sterilisierte Gläser füllen, verschließen und auskühlen lassen.

NN am 11. September 2015

## Dinkelbrötchen im Tontopf

### Für 4 Personen

#### Für den Vorteig:

250 g Dinkelvollkornmehl    300 ml lauwarmes Wasser    10 g frische Hefe

#### Für den Teig:

250 g Dinkelvollkornmehl    1 TL Meersalz    1 TL Honig

75 g Naturjoghurt    Dinkelvollkornmehl

#### Zum Dekorieren:

8 Zweige Rosmarin    Olivenöl

#### zusätzlich:

8 kleine Tontöpfe

Für den Vorteig das Mehl mit dem Wasser und der Hefe in einer großen Schüssel vermengen. Die Schüssel abdecken und den Teig drei Stunden bei Zimmertemperatur gehen lassen. Danach Mehl, Salz, Honig und Joghurt zum Vorteig geben und mit der Hand oder mit der Knetmaschine zu einem geschmeidigen, elastischen Teig kneten. Den Brotteig abdecken und noch eine weitere Stunde gehen lassen.

Die Tontöpfe mit Backpapier auslegen und auf ein Blech stellen.

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche noch einmal kurz durchkneten, zu einer Rolle formen und in acht gleiche Stücke schneiden. Die Teiglinge in die Tontöpfe legen, mit einem Tuch abdecken und erneut ca. 30 Minuten aufgehen lassen.

Den Backofen auf 230 Grad Umluft vorheizen. Auf den Backofenboden eine mit Wasser gefüllte, ofenfeste Form stellen.

Vor dem Backen die Rosmarinzweige mit etwas Olivenöl einstreichen und dekorativ in die Teigmitte stecken. Die Brötchen 10 Minuten auf mittlerer Schiene bei 230 Grad backen, danach den Ofen auf 200 Grad reduzieren und weitere 15 Minuten die Brötchen knusprig goldbraun backen.

Theresa Baumgärtner am 17. Juli 2017

## Dreierlei Sandwiches

### Für vier Portionen

2 Eier, hartgekocht	$\frac{1}{2}$ TL Senf	120 ml Rapsöl
Salz, Pfeffer	1 Spritzer Zitronensaft	2 Scheiben Kochschinken
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	$\frac{1}{2}$ Salatgurke	1 Schalotte
150 g Räucherlachs	Salz, Pfeffer	1 EL Olivenöl
150 g Crème-fraîche	$\frac{1}{2}$ Limette, unbehandelt	3-4 Stiele Dill
30 g Lachskaviar	400 g Camembert	2-3 EL Feigensenf
4 frische Feigen	1 EL Pinienkerne, geröstet	3 Stiele Thymian
6 Scheiben Tramezzini Brot		

Die Eier halbieren, die Eigelbe in eine Schüssel geben und mit dem Senf verrühren. Das Öl zunächst Tröpfchenweise unterrühren, dann in einem dünnen Strahl zugeben und alles zu einer dickcremigen Mayonnaise aufschlagen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Die Eiweiße kleinhacken, den gekochten Schinken in kleine Würfel schneiden und beides mit der Mayonnaise verrühren. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Zwei Scheiben Tramezzini in je vier rechteckige Stücke schneiden und die Eiercreme darauf streichen. Mit dem Schnittlauch bestreuen.

Die Salatgurke waschen und das Fruchtfleisch längs mit dem Sparschäler in dünnen Streifen abschälen. Die Schalotte schälen und kleinwürfeln, den Lachs ebenfalls würfeln. Mit etwas Salz, Pfeffer würzen und mit dem Olivenöl mischen. Die Creme fraîche mit Salz, Pfeffer und Limetensaft und fein abgeriebener Schale verrühren. Dill fein schneiden und unter die Creme rühren. Zwei Scheiben Tramezzini in je vier rechteckige Stücke schneiden, Gurkenscheiben darauf legen und das Lachstatar darauf streichen. Die Creme auf dem Lachs verteilen und mit Dillspitzen und Kaviar garnieren.

Die restlichen zwei Tramezzini ebenfalls in je vier Stücke schneiden und mit dem Feigensenf bestreichen. Den Camembert in Scheiben schneiden und auf die Brotscheiben legen.

Die Feigen waschen, vierteln und auf den Käse legen. Zuletzt mit den Pinienkernen und Thymianspitzen bestreuen. Die drei Sandwiches auf einer Etageren anrichten und frisch servieren.

Johann Lafer am 20. Februar 2016

## Dukkah

150 g Haselnüsse	2 EL Fenchelsamen	2 EL Kreuzkümmelsamen
4 EL Sonnenblumensamen	2 EL schwarze Pfefferkörner	7 EL Koriandersamen
5 EL Sesamsamen	1 EL Nigellasamen	1 EL Anissamen
2 EL getrocknete Chiliflocken	1 EL Paprika edelsüß	2 EL getrockneter Thymian
3 EL Meersalz-Flocken		

Die Haselnüsse rösten bis die Nüsse duften und die Haut sich löst. Danach die Nüsse etwas abkühlen lassen und mit einem Küchentuch die Häute abrubbeln.

Die anderen Samen nacheinander in einer kleinen Pfanne golden rösten und rühren bis sie duften. Die Chilis kurz rösten. Abkühlen lassen; alle Nüsse und Gewürze einzeln mörsern.

Die gemörserten Zutaten mit Paprika, Thymian und Salz mischen. In Schraubdeckel-Gläsern aufbewahren.

NN am 27. März 2017

## Eccles Cakes a la Jamie

### Für 4 Personen

1 Lorbeerblatt	1 Bio-Zitrone	1 Bio-Orange
1/2 frisch ger. Muskatnuss	1 gestr. Tl Lebkuchengewürz	5–6 El brauner Zucker
3 El Orangensaft	150 g gem. Trockenfrüchte	2 St. eingel. Ingwer
1 Tl vom Ingwer-Sirup	1/2 Apfel	16 quadr. TK-Blätterteigplatten
1 Ei (Kl. M), verquirlt	300 g Käse (Pecorino)	

Das Lorbeerblatt im Mörser fein zerreiben. Zitronen- und Orangenschale abreiben. Mit Muskat, Lebkuchengewürz und 3 El braunem Zucker zum Lorbeerblatt geben und alles fein zerreiben. Orangensaft zugeben.

Aprikosen und Ingwer fein hacken, dann die Trockenfrüchte mit Ingwersirup und der Gewürzmischung in eine Schüssel geben.

Den Apfel 1 cm groß würfeln und unter die Trockenfrüchte mischen. Aus den Blätterteigplatten 16 Kreise (10 cm Ø) ausstechen. Je 1 El Füllung in die Mitte der Teigscheiben setzen, den Teig darüber verschließen und dabei die Ränder gut zusammendrücken.

Die Eccles Cakes mit der Öffnung nach unten auf 2 mit Backpapier ausgelegte Backbleche setzen und auf der Oberseite mit Ei bepinseln. Mit einem Messer dreimal einschneiden. Mit 2–3 El braunem Zucker bestreuen. Im heißen Ofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf der mittleren Schiene ca. 15–20 Minuten goldgelb backen. Mit etwas Käse servieren.

Tim Mälzer am 17. 12. 2011

## Eis

### Für 4 Personen

40 g Kardamom	150 g Eigelb	900 ml Milch
100 ml Sahne	150 g Zucker	250 g Kuvertüre, zartbitter

Den Kardamom in einer Pfanne ohne Fett anrösten, bis er knistert und duftet. Mit Milch und Sahne ablöschen. Den Zucker unterrühren und alles einmal aufkochen. Vom Herd nehmen. Kuvertüre hacken, in die Milch Sahne-Mischung rühren und schmelzen lassen. Das Eigelb in die Eismasse einmischen. Die Mischung circa 30 Minuten durchziehen lassen, durch ein Sieb gießen und abkühlen lassen. In einer Eismaschine gefrieren lassen und zum Servieren mit einem Eisportionierer oder Löffel portionieren. Zum Anrichten die Panettoneküchlein aus den Förmchen stürzen, mit Puderzucker bestäuben und auf die Teller anrichten. Die Gewürzelementen dazu anrichten und mit einer Kugel Eis ausgarnieren.

Cornelia Poletto am 14. Januar 2011



## Eiskaffee

### Für 4 Portionen

1 L Kaffee	$\frac{1}{2}$ L Milch	2 - 3 EL Puderzucker
1 Vanilleschote	100 ml Wasser	100 g Zucker
75 g dunkle Schokolade	100 g Sahne	

Einen Liter Kaffee kochen, abkühlen lassen, in Eiswürfelformen füllen und einfrieren. Milch mit Puderzucker und Vanillemark abschmecken. 100 Milliliter Wasser mit 100 Gramm Zucker aufkochen, vom Herd nehmen, die Schokolade hineinrühren und abkühlen lassen. Nun die Sahne schlagen. Die Kaffee-Eiswürfel in einer Küchenmaschine mixen, mit der gesüßten Milch mischen, (2/3 Kaffee-Eiswürfel : 1/3 Milch) mit etwas selbstgemachtem Schokoladensirup abschmecken, in Gläser füllen und ggf. mit geschlagener Sahne garnieren.

Alexander Herrmann am 14. August 2014

## Eistee

### Für 4 Portionen

4 EL schwarzer Tee	6 - 8 EL Zucker	1,5 L Wasser
400 ml Pflirsichsaft	3 Zitronen	ca. 1 kg Eiswürfel

Den schwarzen Tee mit Zucker mischen, mit heißem, nicht mehr kochendem Wasser überbrühen, zwei Minuten ziehen lassen und durch ein feines Sieb in eine große Schüssel mit Eiswürfeln passieren. Durch das schnelle Abkühlen wird der Tee „geschockt“, zieht nicht mehr weiter und ist weniger bitter. Anschließend mit Pflirsichsaft mischen, mit frisch gepresstem Zitronensaft abschmecken und in Gläsern mit Eiswürfeln und Zitronenscheiben servieren.

Alexander Herrmann am 13. August 2014

## Elsässer Flammkuchen

### Für 4 Personen

400 g Mehl (550)	Trockenhefe (wahlweise)	250 ml Wasser
3 EL Öl	125 g Bacon	500 g Zwiebeln
1 Becher Schmand	1 Becher Sahne	Salz, Pfeffer

Das Mehl in eine Schüssel sieben, die Hefe untermischen, Wasser, Öl und etwas Salz zugeben; alles zu einem glatten Teig verkneten und zugedeckt ca. eine Stunde an einem warmen Ort gehen lassen. In der Zwischenzeit den Bacon in Streifen schneiden, anbraten. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Scheiben hobeln, anschwitzen. Den Schmand und die Sahne mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Jedes Teig-Viertel mit einer Nudel-Maschine sehr dünn ausrollen. Je 1/4 der Sahne-Schmand-Mischung darauf verstreichen, mit Zwiebeln und Bacon-Streifen belegen. Den Flammkuchen einzeln im Umluftherd bei maximaler Hitze 10-15 min. goldbraun backen. Empfehlenswert ist auch ein heißer Stein.

Belegungsvarianten (anstelle von Bacon):

Parma-Schinken, Koch-Schinken, Käse, Pilze, Ananas usw.

NN am 11. November 2014

## Feines Sandwich fürs Picknick

### Für 4 halbe Sandwiches:

#### Mit Hühnerbrust, Thunfisch:

6 Scheiben Weißbrot	50 g Parmesan	60 g Thunfisch ohne Öl
Saft einer 1/2 Zitrone	4 EL Majonäse light	2 EL Kapern
Salz, Pfeffer, Zucker	8 Sch. Hühnerbrustaufschnitt	8 dünne Scheiben Tomate
8 halbierte Kapernäpfel	40 g Rucola	

#### Mit Camembert, Birne:

4 Sch. Vollkornbrot	2 Sch. Weißbrot	50 g Ziegenfrischkäse
200 g Ziegencamembert	50 g Rucola	16 Weintrauben
1 Birne	3 EL Pesto aus Walnüssen	

### Hühnerbrust-Sandwich:

Thunfischpaste: Parmesan reiben, in hohem Gefäß mit Thunfisch und Kapern mit Stabmixer pürieren, mit Zitronensaft und Majonäse verrühren, würzen.

Zwei Weißbrotscheiben rösten, mit je 1 Esslöffel Thunfischpaste bestreichen. Je 4 Scheiben Hühnerbrust auflegen.

Zwei weitere Scheiben toasten, auflegen. Mit Thunfischmajo bestreichen. Dann Tomatenscheiben und halbierte Kapernäpfel, anschließend Rucola auflegen.

Zwei weitere Scheiben toasten, auf den Belag legen, andrücken. Sandwiches mit scharfem Messer halbieren.

### Camembert-Sandwich:

Zwei Vollkornscheiben bereitlegen. Gleichmäßig mit Frischkäse bestreichen. Weintrauben halbieren, verteilen.

Je eine Weißbrotscheibe auf die Trauben legen. Camembert in 8 Scheiben schneiden, aufs Weißbrot geben. Rucola waschen und Stiele entfernen. Verteilen.

Birne waschen, vierteln, entkernen. Scheibenweise auf den Rucola legen.

Das Pesto auf 2 weitere Vollkornscheiben streichen. Je eine mit der Pestoseite auf die Sandwiches legen, andrücken. Mit scharfem Messer halbieren.

### Tipps:

In Italien heißen belegte Sandwiches Tramezzini. Sie sind beliebt als Zwischenmahlzeit. Das spezielle Tramezzini-Brot ist feinporig und randlos, zu finden ist es meist in italienischen Feinkostläden. Alternativ eignen sich auch American Sandwich und Buttersandwich.

Eine süße Variante: Je 100 Gramm Lemon Curd – eine englische Zitronenbuttercreme – sowie Himbeeren auf 2 Brotscheiben verteilen. Statt Lemon Curd geht auch Erdnussbutter. Von 8 kleinen Schokoküssen Deckel entfernen, auf 2 weiteren Scheiben plattdrücken. Gehobelte Mandeln anrösten, auf Beeren verteilen. Brot mit Schokoküssen andrücken, halbieren.

Das Sandwich soll 1752 vom 4. Earl of Sandwich erfunden worden sein. Der beschäftigte Adelige hatte keine Zeit für lange Mahlzeiten. So ließ er sich von seinem Diener Rindfleisch in Brotscheiben geben.

test August 2012

## Fetabrot mit Walnüssen

### Für eine Kastenform:

150 g Mehl	300 g Feta	100 g Walnusskerne
100 g fruchtiges Olivenöl	100 ml warme Milch	4 Eier
1 Tüte Backpulver	3 TL mediterrane Kräuter	Salz

Mehl und Backpulver gut vermischen, mit den Eiern und Kräutern verrühren. Peu à peu das Öl und die warme Milch einrühren. Währenddessen den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Den Feta trockentupfen und in gut 1 Zentimeter große Stücke zerbröseln. Walnüsse grob zerkleinern, etwas Mehl darüberstäuben. Etwa die Hälfte der Nüsse und des Käses vorsichtig in den Teig geben und verrühren. Gut mit Salz abschmecken. Wer mag, kann weitere Gewürze nehmen. Die Kastenform ausfetten, dick mit Semmelbröseln oder Mehl ausstreuen, dann den Teig einfüllen. Restlichen Feta und Nüsse darübergeben und behutsam von oben unter den Teig heben. Auf mittlerer Schiene etwa 45 Minuten backen.

### Tipps:

Das lässt sich vielfach variieren. Wie wäre es anstelle von Nüssen und Käse mit Ei, Kapern und Sardellen? 4 Sardellen unter den Teig rühren. 2 weich gekochte Eier grob zerkleinern, mit 2 Esslöffeln Kapern schrittweise unter den Teig heben. Eier und Kapern vorher mit Mehl bestäuben. Für Farbe im Brot sorgen Paprika, Zucchini und scharfe Chorizo. Gemüse kleinwürfeln, Salami in dünne Scheiben schneiden. Bestäuben, in Stufen untermengen.

test Oktober 2011

# Fingerfood

## Für 4 Personen

### Cashew-Creme-Häppchen:

1 Schalotte	1 Spritzer Weißweinessig	2 EL Zucker
16 Cashewkerne	4 dünne Sch. Roggen-Vollkornbrot	8 Blätter Baby-Spinat
150 g Crème fraîche	Stein- oder Meersalz	Pfeffer

### Pumpernickel-Häppchen:

10 g geschälter Buchweizen	200 ml Öl	1 kleine Süßkartoffel
Meersalz	200 g Speisequark (Rahmstufe)	1 EL Leinöl
5 g frische Kurkumawurzel	8 Scheiben Pumpernickel	4 EL Büsumer Krabben

### Ciabatta-Beete-Häppchen:

8 dünne Sch. Ciabatta-Brot	1 rote Bete (kleine Knolle)	1/2 Knoblauchzehe
200 g Mascarpone	Meersalz	1 Ringelbete

Für die Cashew-Häppchen die Schalotte schälen und in feine Ringe schneiden. Etwas Essig und etwa  $\frac{1}{4}$  vom Zucker verrühren, die Zwiebelringe damit mischen und marinieren.

Übrigen Zucker in einer kleinen Pfanne goldgelb karamellisieren. Die Cashewkerne einrühren. Auf Backpapier oder einem gefetteten Backblech verteilen, auskühlen lassen.

Das Vollkornbrot im Toaster rösten. Etwas abkühlen lassen und in jeweils 4 Stücke schneiden. Spinat bis zum Anrichten in kaltes Wasser legen.

Crème fraîche in eine Schüssel geben, mit Salz und Pfeffer verrühren und abschmecken.

Die ausgekühlten Brotstücke auf einer Anrichteplatte verteilen. Crème fraîche mit einem Teelöffel auf den Brothäppchen verteilen. Mit Cashewkernen, Schalottenringen und dem abgetropften Spinat garniert anrichten.

Für die Pumpernickel-Häppchen den Buchweizen in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett unter Wenden ca. 3 Minuten rösten. Auf einen Teller geben und auskühlen lassen.

Das Frittierfett in einer Fritteuse oder hohem Topf auf etwa 160 Grad erhitzen.

Die Süßkartoffel schälen, in sehr feine Scheiben hobeln. Süßkartoffelscheiben portionsweise im heißen Fett ca. 2-3 Minuten knusprig frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen.

Quark in eine Schüssel geben, mit Salz und Leinöl verrühren und abschmecken. Die Kurkumawurzel schälen und auf einer feinen Reibe in den Quark reiben, kurz durchrühren. In einen Spritzbeutel mit Lochtüle füllen.

Den Quark auf die Pumpernickelscheiben spritzen. Buchweizen aufstreuen. Mit Krabbenfleisch und Süßkartoffelchips anrichten.

Für die Ciabatta-Häppchen das Ciabatta im Toaster kurz knusprig rösten. Auskühlen lassen.

Die Rote Bete schälen, Knoblauch abziehen.

Mascarpone in eine Schüssel geben. Rote Bete und den Knoblauch auf einer feinen Reibe zum Mascarpone reiben und unterrühren. Mit Salz abschmecken.

Ringelbete schälen, in hauchfeine Scheiben schneiden oder hobeln und daraus nach Belieben kleine Kreise ausstechen.

Mascarponecreme auf den Ciabattascheiben verteilen und mit Ringelbeete garniert anrichten.

Andreas Schweiger am 28. Dezember 2018

# Fischfond für Fondue

## Für ca. 1 l

1 $\frac{1}{2}$ kg Fischgräten/Karkassen	0,2 l Weißwein	0,1 l trockener Wermut
1 Knolle Fenchel	3 Stangen Staudensellerie	1 Stück Knollensellerie
2 Schalotten	1 Zehe Knoblauch	50 g Champignons
$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	3 frische Lorbeerblätter	10 weiße Pfeffer-Körner

Die Fischkarkassen in Stücke schneiden und unter fließendem Wasser reinigen. Dabei alle Innereien oder Blutreste entfernen.

Karkassen wässern, dabei immer wieder das Wasser austauschen, bis es klar bleibt.

Gemüse und Schalotten putzen und in kleine Stücke schneiden.

Gereinigte Fischkarkassen, Gemüse, Kräuter, etwas Olivenöl und Gewürze (kein Salz!) in einen großen Topf geben, kaltes Wasser, Weißwein und Wermut hinzufügen, dann alles aufkochen lassen. Den Herd auf kleine Hitze schalten und den Fischfond etwa 30 Minuten leicht köcheln lassen. Dabei immer wieder den Schaum abschöpfen, damit der Fond klar bleibt.

Den Fond durch ein feines Sieb gießen und die Zutaten auffangen.

Anschließend den Fond noch einmal durch ein Küchentuch passieren, damit alle Trübstoffe entfernt werden. Erneut erhitzen und um die Hälfte einkochen. Dann erst mit Salz abschmecken.

### **Fondue:**

Zum Kurzgaren in der heißen Brühe eignen sich feste Fischarten wie Lachs und Seeteufel oder Meeresfrüchte wie Garnelen.

Pro Person benötigen Sie etwa 200 Gramm in Portionsstücke geteilten Fisch.

Brühe auf dem Herd erhitzen und anschließend auf das Rechaud stellen.

Brennflüssigkeit oder -paste anzünden. Fisch oder Meeresfrüchte auf Fonduegabeln spießen oder in Metallsiebe legen, in die heiße Brühe hängen und kurz garen.

Dazu passen verschiedene Soßen, Dips und Salate.

Rainer Sass am 28. Dezember 2011

## Focaccia, herzhaft belegt

### Für 4 Stücke:

#### Hefeteig:

500 g Mehl	150 ml lauwarmes	Wasser
100 ml Milch	1 Würfel Hefe (42 g)	2 TL Salz
1 TL Zucker	2 EL Olivenöl	

#### Bodenbelag:

2 EL Olivenöl	1 TL Fenchelsaat	Salz, Pfeffer
---------------	------------------	---------------

#### Variante mit Feigen:

Feigen, gesechstelt	40 g Parmesan, gehobelt	6 Scheiben Parmaschinken
---------------------	-------------------------	--------------------------

#### Variante mit Gremolata:

5 Sardellenfilets	1 EL Kapern	1 Zitrone (Zesten, Saft)
1/2 Orange (Zesten, Saft)	4 getrocknete Tomaten	3 Knoblauchzehen
1 Bund glatte Petersilie	2 EL Olivenöl	100 g schwarze Oliven, in Ringen

Für den Teig Hefe in Milch, Wasser und Zucker auflösen. Das Mehl in eine große Schüssel sieben, eine Mulde bilden. Die Hefemilch in die Mulde gießen, mit einer Gabel vorsichtig einen Teil des Mehls unterrühren. Für etwa 30 Minuten an einem warmen Ort abgedeckt gehen lassen.

Dem angedickten Vorteig das restliche Mehl zufügen und zügig zu einem glatten Teig verkneten. Nochmals abgedeckt an einem warmen Ort für 30 Minuten gehen lassen.

Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Den Teig mit einem Messer in vier Teile teilen, jeweils mit einem Nudelholz ausrollen und nach Belieben formen (siehe Tipp 2).

Die Teigstücke mit Olivenöl bestreichen, mit Fenchelsaat, Salz, Pfeffer bestreuen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, 15 bis 20 Minuten backen.

Nach dem Backen belegen. Entweder mit den gestückelten Feigen, dem gehobelten Parmesan und hauchdünn zerrissenem Parmaschinken. Oder mit einer Gremolata aus Sardellen und Oliven.

#### Tipps:

Der Hefeteig braucht Zeit und Muße, schmeckt dafür besonders gut. Er sollte sich bei jedem Aufgehen verdoppeln. Gegen starkes Kleben des Teigs hilft Mehl.

Die Teigstücke können Sie quadratisch, rechteckig oder rund formen. Beliebt ist auch die ovale Form wie ein Schiff. In Italien wird der Teig vor dem Backen oft mit den Fingerspitzen mit Punkten versehen. Der Grund: Kräuter können auf unebener Oberfläche einfach besser haften.

Es geht auch simpel. Den Teig vor dem Backen mit 4 EL Olivenöl bestreichen und mit frisch gehackten Kräutern (2 Bund oder 1 EL getrocknete Kräuter) bestreuen.

Unter Gremolata verstehen Italiener eine aromatische Würzmischung. Für unsere Focaccia werden die Sardellen, Kapern, Tomaten, Knoblauchzehen und die Petersilie gehackt, mit Zesten und Saft der Zitrusfrüchte, mit Öl und Oliven gemischt.

test April 2015

# Fondue mit Fleischbrühe

Für ca. 1-1 ½ l

## Brühe:

1 kg Kalbs-, Rinderknochen	500 g Suppenfleisch	1 Bund Suppengemüse
0,25 l trockener Weißwein	2 l Wasser	3 Zwiebeln
1 Knolle Knoblauch	1 Bund Petersilie	2-3 Lorbeerblätter
1 TL Pimentkörner	1 TL Pfefferkörner	Olivenöl, Salz

## Brühe:

Die Basis für eine kräftige Fleischbrühe sind Knochen, Suppenfleisch und Gemüse. Die Mengen können gern erhöht oder ergänzt werden. Nur auf Kohlgemüse sollte man verzichten, da der Kohl den Geschmack der Brühe überdecken würde.

Suppengemüse und zwei Zwiebeln putzen und in Stücke teilen, die Knoblauchzehen andrücken. Eine Zwiebel mit Schale halbieren, mit den Schnittflächen nach unten in eine Pfanne legen und schwarz rösten. Olivenöl in einen großen Topf geben und erhitzen. Darin zunächst die Fleischknochen, dann das Gemüse kurz anbraten. Gewürze, Kräuter, geschwärtzte Zwiebelhälften, Suppenfleisch und Weißwein hinzufügen, anschließend etwa zwei Liter Wasser angießen, bis die Zutaten knapp bedeckt sind. Alles kräftig aufkochen, dann die Hitze reduzierenden, den Topf verschließen und die Brühe zwei bis drei Stunden köcheln lassen. Die Brühe durch ein Sieb gießen und um circa ein Drittel einkochen lassen. Mit Salz abschmecken.

## Fondue:

Zum Kurzgaren in der heißen Brühe eignen sich verschiedene Fleischarten wie Rinder- oder Kalbsfilet, Hühnerbrust, Hackfleisch oder auch Bratwurstbrät. Pro Person benötigen Sie etwa 200 Gramm Fleisch. Gemüse wie Paprika, Zucchini, Fenchel oder Pilze sind schmackhafte Alternativen.

Alle Fleisch- und Gemüsesorten in Portionsstücke teilen, am besten in nicht zu kleine Würfel oder Streifen. Auf Teller oder in Schalen legen und auf den Tisch stellen.

Brühe auf dem Herd erhitzen, anschließend auf das Rechaud stellen.

Brennflüssigkeit oder -paste anzünden. Fleisch oder Gemüse auf Fonduegabeln spießen, in die heiße Brühe hängen und kurz garen.

Dazu passen verschiedene Soßen und Dips, Salat sowie süß-sauer eingelegtes Gemüse wie Gurken, Paprika oder Perlzwiebeln.

Rainer Sass am 28. Dezember 2011

## Fondue mit selbstgemachten Dips

### Für 6 Personen

#### Für das Fondue:

1 Blumenkohl	1 Brokkoli	2 Karotten
1 Sellerieknolle	1 Stange Lauch	200 g Rinderfilet
200 g Kalbsfilet	200 g Schweinefilet	200 g Hähnchenbrust
1,5 l Gemüsebrühe		

#### Für die AIBA-Sauce:

100 g Ketchup	1 Msp Sambal Olek	4 EL Wasser
Zucker	2 Spritzer Tabasco	1 TL schwarzer Pfeffer
Salz		

#### Für die Curry Sauce:

1 EL Curry	1 TL Butter	100 g Mayonnaise
4 EL Bananenektar	4 EL Ananassaft	50 ml Sahne
1 Spritzer Zitronensaft	Salz, Zucker	

#### Für die Ruccolacreme:

3 Bund Rucola	100 g Mayonnaise	50 g Naturjoghurt
11 TL Dijon-Senf	Salz, Pfeffer, Zucker	

#### Für die Salsa rosso:

200 g eingelegte Tomaten	50 ml Olivenöl	80 g schwarze Oliven
Basilikum	Salz, Pfeffer, Knoblauch	

Für das Fondue:

Blumenkohl und Brokkoli putzen und in Röschen teilen, Karotten und Sellerie schälen und in Würfel schneiden, den Lauch putzen und waschen und in Ringe schneiden. Gemüse separat in Salzwasser kurz blanchieren, herausnehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Das Fleisch nach Belieben in Würfel oder Streifen schneiden und auf einem Teller anrichten. Die Brühe in einem Topf aufkochen und in den Fonduetopf umfüllen. Am Tisch die Fleisch und Gemüswürfel mit Hilfe von Spießen im Fond garen. Zum Fondue die verschiedenen Dipsaucen reichen. Als Beilage passen auch Kartoffeln und Baguette.

Für die AIBA-Sauce:

Ketchup, Sambal olek, Wasser, eine Prise Zucker, Tabasco und Pfeffer in einer Schüssel verrühren, mit Salz abschmecken.

Für die Curry-Sauce:

Curry und Butter in einer Pfanne anschwitzen, dann unter die Mayonnaise mischen. Den Curry in Butter anschwitzen und zur Mayonnaise geben. Bananensaft, Ananassaft, Sahne und Zitronensaft unterrühren, mit Salz und Zucker abschmecken. Nach Belieben kann noch etwas Joghurt zugegeben werden.

Für die Rucolacreme:

Den Rucola waschen und trocken tupfen. Mayonnaise mit Joghurt und Senf vermischen, den Rucola zugeben und pürieren, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Für die Salsa Rosso:

Alle Zutaten miteinander mixen. Mit etwas Salz, Pfeffer und Knoblauch abschmecken.

Karlheinz Hauser am 30. Dezember 2013



## French Dressing

### Für 1 Portion:

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	200 ml Geflügelbrühe
2 Eier	1 EL Dijon Senf	50 ml Rapsöl
20 ml Weißweinessig	Dill, Tomatenmark	1 TL Zucker
Salz, Pfeffer		

Gemüsebrühe oder Geflügelbrühe in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel abziehen und klein schneiden. Den Knoblauch abziehen und zwei bis drei ganz feine Scheiben schneiden. Zusammen einmal kräftig in einem Topf mit der Brühe aufkochen und drei Minuten dünsten. Weißweinessig, Senf, die beiden Eigelbe und etwas Tomatenmark in einem hohen Becher aufmixen, eine Prise Salz, etwas Pfeffer, gehackten Dill und etwas Öl unter ständigem Weitermischen in feinem Strahl zugeben, bis eine dickliche Sauce entstanden ist. Die Sauce mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend das Dressing abkühlen lassen.

Steffen Henssler am 14. Januar 2013

## Frittierte Knabbereien mit zweierlei Dips

### Für 6 Personen

#### Für die Dips:

3 Eigelb	400 ml Sonnenblumenöl	1 Spritzer Zitronensaft
1 TL mittelscharfer Senf	Salz, Pfeffer	2 EL Süßwein
Limonenpfeffer	1 EL grober Senf	1 EL scharfer Senf
1 EL Magerjoghurt	1 EL Sauerrahm	1 EL Ketchup
1 TL Meerrettich	Worcestershiresauce	Tabasco

#### Für die Knabbereien:

12 weiße Champignons	2 kleine Zucchini	200 g Mozzarella
200 g Weißbrot	3 EL Thymianblättchen	Salz, Pfeffer
2 Eier	500 ml Öl	

Für die Dips:

Eigelbe, Zitronensaft, Senf, Salz und Pfeffer, Süßwein und Limonenpfeffer in eine Küchenmaschine geben. Sonnenblumenöl zunächst tropfenweise, dann in einem gleichmäßigen Strahl unterrühren, bis eine cremige Mayonnaise entsteht. Die Masse halbieren. Eine Hälfte mit grobem und scharfem Senf verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und kalt stellen. Die zweite Hälfte mit Joghurt, Sauerrahm, Ketchup und Meerrettich verrühren. Mit Worcestershiresauce und Tabasco abschmecken, kühlen.

Für die Knabbereien:

Champignons putzen und die Stiele herausdrehen. Zucchini waschen, trockenreiben. Zucchini einmal quer und danach längs halbieren und in ca. 1 cm dicke Stifte schneiden. Mozzarella ebenfalls in ca. 1 cm dicke Streifen schneiden. Weißbrot Thymian, Salz und Pfeffer mischen. Eier verquirlen. Gemüse und Käse zunächst in den Eiern, danach in der Bröselmischung wenden. Panade fest drücken. Öl in einen hohen Topf geben und auf 170 Grad erhitzen. Vorbereitet Zutaten darin goldgelb frittieren. Herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen. Dips erneut abschmecken, mit den Knabbereien servieren.

Karlheinz Hauser 03. Dezember 2012

## Geeister Espresso mit Milch-Schaum

### Für den Espresso:

2 Tassen doppelten Espresso    250 ml flüssige Sahne    2 EL geschrotete Kaffeebohnen  
2 Eiweiß                                100 g Kristallzucker    1 EL Vanillezucker  
3 Eigelb

### Für den Milchschaum:

200 ml Vollmilch                      1 TL Puderzucker

### Zum Anrichten:

1 TL Kakaopulver

### Geeister Espresso:

Den Espresso, 150 ml Sahne und die Kaffeebohnen in einen Topf geben und aufkochen. Den Topf vom Herd stellen und die Kaffeesahne 10 Minuten durchziehen lassen. Anschließend die Kaffeesahne durch ein feines Sieb gießen. Die restliche Sahne und die Eiweiße in getrennten Rührschüsseln steif schlagen. Die Kaffeesahne mit dem Zucker, dem Vanillezucker und den Eigelben verrühren und über einem Wasserbad schaumig aufschlagen, bis das Eigelb bindet. Anschließend erst die geschlagene Sahne und dann das steife Eiweiß unterheben. Die Masse auf 10 Espresso-tassen verteilen und diese mindestens 2 Stunden in den Gefrierschrank stellen.

### Milchschaum:

Die Milch mit dem Puderzucker in einen hohen Rührbecher gießen und mit einem Stabmixer kräftig aufschäumen.

### Zum Anrichten:

Auf jede Espressotasse eine Haube aus Milchschaum setzen und mit etwas Kakaopulver bestäuben.

Christian Henze am 13. April 2018

# Gefüllte Erdäpfel-Knödel mit Brösel-Butter

## Für 4 Personen

### Für die Füllung:

100 g Bratenreste ohne Haut 4-5 EL von der Bratensauce

### Für die Knödel:

300 g mehlig. Kartoffeln,	35 g Kartoffelstärke	25 g flüssige Butter
2 Eier	Salz, Pfeffer	Muskatnuss

### Für den Spinat:

500 g junger Blattspinat	1 kleine Zwiebel	2 Zehen Knoblauch
1 EL Butter	Salz, Pfeffer	Muskatnuss

### Für die Bröselbutter:

4 EL Butter	4 EL Brösel	3 Stängel Blattpetersilie
Pfeffer	Muskatnuss	Petersilie

### Für die Füllung:

Die Bratenreste fein zerrupfen und mit der Sauce mischen. Die Füllung sollte nicht zu flüssig sein.

### Für die Knödel:

Die Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse geben und mit der flüssigen Butter, der Kartoffelstärke und den Eiern vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Etwas Kartoffelmasse in die Hand nehmen und zu Kugeln formen. In die Mitte ein Loch drücken und etwas von der Bratenrest-Füllung hineingeben. Das Loch mit Kartoffelmasse schließen und den Knödel wieder formen. Er sollte so etwa 90-100 g wiegen. So mit der gesamten Masse verfahren.

### Für den Spinat:

Den Blattspinat putzen, waschen und trocken schütteln.

Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein würfeln und in der Butter anbraten. Den Spinat dazugeben und mitbraten, bis er zusammenfällt. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

### Für die Bröselbutter:

Die Brösel in der Butter anrösten, bis sie goldbraun sind. Mit Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Die Knödel in leicht siedendes, gesalzenes Wasser geben und ziehen lassen. Sobald sie an der Oberfläche schwimmen, sind sie gar.

Den Spinat kreisrund auf die Teller geben und die Knödel oben aufsetzen. Mit reichlich Bröselbutter und frischer Petersilie garnieren.

Sollte man keinen Braten mehr übrig haben, kann man die Knödel alternativ auch gut mit übrig gebliebenem Rotkohl füllen und mit Bratensauce und Bröselbutter servieren.

Sarah Wiener am 23. Dezember 2017

## Gemüse-Chips aus dem Ofen

### Gemüsechips:

300 g festk. Kartoffeln	300 g Möhren	200 g Pastinaken
200 g rote Bete	3 EL Olivenöl	3 TL Salz

### Joghurt-Gurken-Dipp:

200 g griech. Joghurt	1/2 grüne Salatgurke	Salz, Pfeffer, Zucker
1 TL Olivenöl	1/2 TL Zitronensaft	1/2 TL Zitronen-Zesten
1 Knoblauchzehe		

Waschen und schälen Sie das Gemüse. Hobeln Sie es mit einem Gemüsehobel oder Sparschäler in hauchdünne Scheiben.

Geben Sie die Gemüsescheiben getrennt nach Sorten in drei Schüsseln, damit sie nicht abfärben. Vermengen Sie die Scheiben mit Salz und lassen sie dann 20 Minuten ruhen, um ihnen Wasser zu entziehen. Spülen Sie das Gemüse dann mit Wasser ab, damit es nicht zu salzig wird. Danach mit Küchentuch gut abtrocknen.

Geben Sie die Scheiben wieder zurück in jede Schüssel. Marinieren Sie die Kartoffeln, Möhren, Pastinaken und die rote Bete jeweils mit 1 EL Olivenöl und Pfeffer, eventuell noch mit Rosmarin und Thymian.

Legen Sie zwei Bleche mit Backpapier aus. Verteilen Sie die Scheiben so, dass sie nicht zu eng liegen. Schieben Sie beide Bleche in den Ofen. Backen Sie die Chips bei 180 Grad Umluft etwa 20 Minuten lang knusprig.

Waschen Sie die Gurke. Reiben Sie sie sehr fein. Geben Sie das Gurkenmus auf ein Sieb, damit Wasser abtropft. Reiben Sie Knoblauch. Verrühren Sie Joghurt, Salz, Pfeffer, Zucker, Zitronensaft, Zesten, Knoblauch und Olivenöl. Heben Sie das Gurkenmus unter.

test Oktober 2017

# Gemischte Antipasti

## Für 4 Personen

### Für die Crostini:

200 ml Balsamico	75 g brauner Zucker	1 Zwiebel
Olivenöl	frischer Thymian	12 getrocknete Aprikosen
400 g Ziegenfrischkäse	Salz	Pfeffer
250 g Ciabatta-Brot		

### Für die Calamari:

500 g Calamari	1 rote Zwiebel	Olivenöl
2 EL eingelegte Kapern	1 Knoblauchzehe	Zitronensaft
Salz	Pfeffer	2 Stiele glatte Petersilie

### Für die Möhren:

1 Zwiebel	2 Stiele Oregano	3 Möhren
Olivenöl	Salz	Honig
50 ml Balsamico	einige Stiele frischer Oregano	

### Für den Fenchel:

2 Fenchelknollen	Salz	3 Zweige Thymian
20 ml heller Balsamico	20 ml Olivenöl	1 Prise Zucker

### Außerdem:

4 Scheiben Parmaschinken	4 Scheiben Fenchelsalami	12 schwarze Oliven
12 grüne Oliven	1 Bund Rauke	40 g Parmesan im Stück

Für die Crostini Balsamico und Zucker offen zu einem Sirup einkochen.

Zwiebel schälen, fein würfeln und im Olivenöl anbraten.

Thymianblättchen abzupfen und unter die Zwiebel mischen, abkühlen lassen.

Aprikosen fein würfeln. Mit angeschwitzter Zwiebel und Thymian unter den Frischkäse mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Ciabatta in Scheiben schneiden und von beiden Seiten rösten.

Ciabatta mit dem Aprikosenkäse bestreichen. Vor dem Servieren mit dem Sirup beträufeln.

Für den Calamari Tintenfisch abspülen, trocken tupfen und in etwa  $\frac{1}{2}$  cm dicke Ringe schneiden.

Zwiebel schälen, halbieren und in Ringe schneiden.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Trocken getupfte Kapern und Zwiebelringe darin bei starker Hitze knusprig braten, aus der Pfanne nehmen.

Knoblauchzehe schälen, andrücken und ins Bratfett in die Pfanne geben.

Tintenfischringe in der heißen Pfanne etwa 1 Minute unter Rühren kräftig anbraten.

Tintenfischringe und Kapern sofort mit Zitronensaft marinieren und ziehen lassen. Durch die kurze Bratzeit bleibt der Tintenfisch schön zart, durch zu langes Braten kann er ziemlich zäh werden.

Tintenfischringe kurz vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Petersilie waschen, trocken schütteln, hacken und unter den Tintenfisch mischen. Mit etwas Olivenöl beträufeln.

Für die Möhren Zwiebel schälen und würfeln. Oregano abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

Möhren putzen, schälen und in lange Streifen schneiden.

Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Möhren darin anbraten. Mit Salz und Honig würzen.

Balsamico einrühren und die Oreganoblättchen zugeben. Durchziehen lassen.

Vor dem Servieren nochmals mit Olivenöl aromatisieren.

Für den marinierten Fenchel, Fenchelknollen putzen und waschen, dabei das Grün beiseitelegen.

Knollen längs in Stücke schneiden.

Etwas Salzwasser in einem Topf aufkochen, die Fenchelstücke darin 5 Minuten garen, abtropfen lassen.

Das Fenchelgrün fein hacken. Thymian abrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

Eine Grillpfanne erhitzen. Die Fenchelstücke darin kurz rösten.

Fenchel in eine Schüssel geben und noch heiß mit Balsamico, Olivenöl, Salz, Zucker, Thymian und dem gehackten Fenchelgrün würzen und abschmecken.

Vorbereitete Antipasti, Schinken, Salami und Oliven auf Teller verteilen.

Rauke verlesen, waschen und trocken schleudern. Parmesan in feine Späne hobeln. Alles anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 11. April 2018

## Gewürz-Öl zum Grillen

0,2 l Olivenöl	1 Zehe Knoblauch	1 Zweig Rosmarin
$\frac{1}{2}$ Bund Thymian	1 Scheibe Ingwer	$\frac{1}{2}$ Bio- Zitrone

Knoblauchzehe, Ingwerscheibe und die Zitronenhälfte andrücken, mit den restlichen Zutaten in ein Glas füllen und etwa eine Stunde ziehen lassen. Das Gewürz-Öl passt zu allen Grillspezialitäten und ist über Wochen haltbar.

Rainer Sass am 18. Juli 2015

## Gewürz-Öl

### Für 2 Portionen

1 l Raps- oder Olivenöl	3 Zweige Thymian	3 Zweige Rosmarin
3 Zweige Salbei	1 Knoblauchknolle	3 getrocknete Chilischoten
1 frische Chilischote		

Die Knoblauchknolle abziehen. Das Raps- oder Olivenöl mit jeweils drei Zweigen Thymian, Rosmarin und Oregano und zwei bis drei Knoblauchzehen in einen Topf geben. Die getrockneten Chilischoten und die frische Chilischote hinzugeben und alles leicht erhitzen. Anschließend das Ganze in eine dunkle Flasche füllen und gut verschlossen für gut eineinhalb Wochen ziehen lassen.

Tipp:

Ideal zum Verschenken! Binden Sie schönes Geschenkband um die Flasche herum und überraschen Sie ihre Liebsten mit selbstgemachtem Gewürzöl!

Steffen Henssler am 04. März 2013

## Gewürz-Paste und Kräuter-Marinade

### Für 2 Portionen

#### Für die Gewürzpaste:

1 EL Koriandersaat	1 EL Senfkörner	3 Kapseln Kardamon
$\frac{1}{2}$ TL Kümmel	2 - 3 Wacholderbeeren	1 TL Pimentkörner
1 TL geschroteter Pfeffer	Meersalz	Fleisch nach Wahl

#### Für die Kräutermarinade:

$\frac{1}{2}$ Bund Thymian	3 Zweige Rosmarin	4 Zweige Basilikum
4 Zweige Petersilie	1 Zehe Knoblauch	1 Schote Chili
Olivenöl	Fleisch nach Wahl	

Für die Gewürzpaste:

Die Gewürze in einer Pfanne ohne Fett rösten, anschließend fein (!) mörsern, mit einer großen Prise Meersalz mischen, auf einen Teller streuen, das Fleisch darauf legen, wieder mit den Gewürzen bestreuen und mit wenig Pflanzenöl beträufeln. In Zipper-Beutel einpacken (oder in Frischhaltefolie wickeln) und einen halben Tag, bzw. über Nacht im Kühlschrank marinieren lassen. Anschließend Gewürze abkratzen und grillen.

Für die Kräutermarinade:

Reichlich Olivenöl in einem Topf erwärmen (es sollte etwas mehr als zimmerwarm sein). Knoblauch schneiden und die Chilischote längs einschneiden. Rosmarin, Thymian, Knoblauch und Chili, sowie die Stiele von Basilikum und Petersilie in eine Auflaufform legen und mit Öl übergießen. Das Fleisch darauf legen, die Blätter von Petersilie und Basilikum darüber streuen, mit dem restlichen Öl übergießen (bis das Fleisch bedeckt ist), mit Klarsichtfolie abdecken und über Nacht im Kühlschrank marinieren. Anschließend trocken tupfen und grillen.

Alexander Herrmann am 07. Juli 2014

## Glüh-Cidre

### Für 8 Personen

2 l lieblicher Cidre	2 Zimtstangen	4 Kapseln Sternanis
Saft von 1 Orange	Zucker nach Belieben	

Cidre in einem großen Topf mit den Gewürzen erhitzen und bei milder Hitze 15 Minuten zuge deckt ziehen lassen. Orangensaft durch ein Sieb in den Cidre gießen. Nach Belieben mit etwas Zucker würzen.

Tim Mälzer am 03. 12. 2011

## Glühwein

### Für 4 Portionen

1 Bio-Orange	1 Bio-Zitrone	1 Flasche Rotwein
1 Flasche roter Portwein	1 Stange Zimt	3 Nelken

Orange und Zitrone heiß abwaschen, kräftig trocken reiben und jeweils in 1 cm breite Scheiben schneiden.

Rotwein und Portwein mit Orangen- und Zitronenscheiben, Zimt und Nelken in einem Topf aufkochen und bei niedriger Hitze 15 Minuten ziehen lassen.

Den Glühwein auf Becher verteilen und genießen!

Frank Rosin am 20. Dezember 2016

## Glühwein

### Für 2 Personen

2 Flaschen Rotwein	2 Orangen	Saft von 2 mittleren Orangen
10 Nelken	4 Zimtstangen	4 Sternanis
70 g Kandis-Zucker	100 ml 7-jährigen Kuba-Rum	

Alles – bis auf den Rum – mit dem Rotwein vermischen, in einem Topf erwärmen und bei 70°C ca. 10 min. ziehen lassen. Man kann auch am Vortag einen Sud-Ansatz aus dem Orangen-Saft und den Gewürzen zubereiten. Vor dem Servieren die Gewürze abseihen und den Rum hinzufügen. Die Orangen-Scheiben als Dekoration verwenden.

NN am 22. Januar 2013

## Graubrot mit Ei und Frühling-Quark

### Für 2 Portionen

4 Scheiben Graubrot	4 Scheiben Speck	2 Stangen Frühlingsschlauch
3 Stiele Petersilie	Butter	1 Ei
Öl	1 Zwiebel	100 g Quark

Eine Pfanne erhitzen. Den Bacon zunächst ohne Öl darin anbraten. Die Zwiebel anziehen und zusammen mit dem Frühlingsschlauch hacken und in eine Schüssel geben. Die Butter, Salz und Pfeffer dazugeben und vermengen. Den Quark auf dem Brot verteilen. Zu dem Bacon nun einen Schuss Öl geben und das Ei hinzufügen. Beides zusammen anbraten und auf das Quarkbrot geben.

Steffen Henssler am 07. 09. 2011

## Grund-Brühe

### Für 6 Personen

1,5 kg Kalbsknochen	1 Zwiebel	0,5 Bund Suppengrün
Salz	1 Lorbeerblatt	2 Nelken
10 Pfefferkörner	1 Zweig Rosmarin	2 Stiele Thymian

Die Kalbsknochen gleichmäßig auf einer Saftpfanne verteilen und im heißen Ofen bei 180 Grad (Umluft 160 Grad) auf der 2. Schiene von unten in 1 Stunde goldbraun rösten. Die dabei entstehenden Röststoffe immer wieder mit einem hölzernen Bratenwender vom Boden lösen. Die Zwiebel mit Schale quer halbieren, und die Schnittflächen in einer Pfanne ohne Fett braun rösten. Die gebräunten Knochen mit einer Schaumkelle in einen großen Topf umfüllen, das flüssige Fett dabei in der Saftpfanne zurücklassen. Die Knochen mit kaltem Wasser bedecken, aufkochen und leicht salzen. Das Suppengrün putzen, waschen und grob schneiden. Zusammen mit den Zwiebelhälften zu den Knochen geben und bei mittlerer Hitze 2 Stunden zugedeckt kochen. Nach 1,5 Stunden Garzeit die Kräuter und Gewürze zugeben. Brühe durch ein Sieb gießen und lauwarm abkühlen lassen.

Tim Mälzer am 06. 03. 2010



## Guacamole-Dip

### Für 4 Personen

2 reife Avocados    4 mittelgroße Tomaten    1 Zitrone  
2 Knoblauchzehen    2 EL Schmand    Salz, Pfeffer

Die Avocados halbieren, den Kern entfernen.

Mit einem Löffel das Fruchtfleisch herauslösen und in einen hohen Becher geben.

Die Tomaten blanchieren, enthäuten, das Tomaten-Innere entfernen und zum Fruchtfleisch hinzufügen.

Den Saft der Zitrone, den fein geschnittenen Knoblauch und den Schmand dazugeben; alles gut pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Auch andere Zutaten, wie z. B. eine rote Zwiebel und frischer Koriander sind empfehlenswert.

NN am 10. Oktober 2016

## Guacamole

### Für 4 Portionen

2 reife Avocados    1 Schalotte    1 TL Zitronensaft  
3 El Olivenöl    1 Prise Salz    1 Prise Pfeffer

Die Avocados halbieren, entkernen und schälen, dann zerstückeln und in eine Schüssel geben.

Sofort den Zitronensaft hinzugeben, damit das Fruchtfleisch seine grüne Farbe behält, dann die Schalottenwürfel, Salz und Pfeffer dazugeben und mit einer Gabel zerdrücken.

Für den mediterranen Kick die Avocadocreme noch mit Olivenöl verfeinern.

Für wen die Guacamole gern noch etwas frischer sein darf, drückt noch ein paar große Tomaten mit in die Creme. Saft und Kerne sorgen für den gewünschten Frischekick.

### Tipp:

Der Kern der Avocado beinhaltet ein Enzym, das das Braunwerden der Frucht verhindert. Also nicht wegschmeißen, sondern in die Creme legen.

Ob zu Tacos, geröstetem Brot oder als Beilage zu Fleisch und Fisch, Avocadocreme gibt vielen Gerichten die richtige Würze.

Frank Rosin am 17. Juli 2014

## Haselnuss-Zimt-Öl

### Für 0,5 Liter:

50 g Haselnüsse    2 Zimtstangen    250 ml Rapsöl  
250 ml Haselnussöl    1 Vanilleschote

Haselnüsse und Zimtstange in einer Pfanne ohne Fett rösten, bis es duftet. Beide Öle mischen und in zwei Bügelflaschen (à 250 Milliliter Inhalt) füllen. Vanilleschote längs halbieren und mit den Haselnüssen und den Zimtstangen auf beide Flaschen verteilen. Flaschen verschließen, kühl und dunkel eine Woche durchziehen lassen

Steffen Henssler am 04. Dezember 2012

## Hefezopf mit Mohn-Füllung

### Für 16 Portionen

#### Für den Teig:

500 g Mehl	250 ml Milch	80 g Zucker
80 g Butter	1 Prise Salz	40 g Hefe
1 Ei	1 Eigelb	1 EL Milch

#### Für die Füllung:

200 ml Milch	100 g gemahlener Mohn	40 g Zucker
30 g Butter	30 g Weizengrieß	1 Prise Salz
1 Päckchen Vanillezucker	50 g Aprikosenmarmelade	50 g Marzipanrohmasse
1 Eigelb		

Mehl in eine große Schüssel sieben, in der Mitte eine Mulde bilden. Die Milch mit Salz, Zucker und Butter in kleinem Topf erwärmen, Hefe hineinbröseln.

Lauwarme Hefemilch in die Mulde geben. Mit etwas Mehl verrühren, bis ein klebriger, feuchter Vorteig entsteht. Teig abgedeckt an warmem Ort etwa 30 Minuten gehen lassen.

In der Wartezeit für die Füllung die Milch mit allen Zutaten, außer dem Eigelb, unter Rühren zum Kochen bringen. Die warme Masse in einer Schüssel mit dem gewürfelten Marzipan verkneten. Abkühlen lassen und das Eigelb unterrühren.

Jetzt unter den Vorteig ein Eigelb ziehen, dann diesen mit dem restlichen Mehl zu einem glatten, glänzenden Teig kneten. Daraus eine Kugel formen, leicht melieren. Erneut ruhen lassen.

Den Teig kneten, in drei gleichgroße Kugeln teilen: zwei zu Rollen a 30 cm Länge formen, die dritte zu einem 30 cm langen Rechteck ausrollen. Die Mohnmasse auf dem Rechteck verteilen.

Das Rechteck ebenso zu einer Rolle aufrollen. Alle drei Rollen zu einem Zopf verflechten, die Enden gut zusammendrücken und unter dem Zopf verstecken. Nochmals zugedeckt gehen lassen.

Ein Eigelb mit etwas Milch glattrühren. Den Zopf damit einpinseln, dann 35 bis 45 Minuten im Ofen bei 160 Grad Ober- und Unterhitze goldbraun backen.

#### Tipps:

Der Zopf braucht etwa zwei Stunden. Eilige verzichten auf das Ansetzen des Vorteigs und verkneten gleich alles mit sauberen, gemehlten Händen.

Bei jedem Zudecken sollte sich der Hefeteig verdoppeln. Dazu braucht er einen warmen, geschützten Ort: etwa den leicht angeheizten Backofen oder die Heizung.

Füllen Sie nach Lust und Laune. Den Mohn können Sie durch gemahlene Nüsse ersetzen. Wer es fruchtig mag, rollt Konfitüre und fein geschnittenes Obst ein. Süßmäuler arbeiten puren Lemon Curd oder Schokoaufstrich ein.

test April 2016

## Herzhafte Rhabarber Relish

### Für 2 Portionen

200 g Rhabarber	100 g Salatgurke	100 g Schalotten
2-3 EL Himbeermarmelade	200 ml Gemüsebrühe	4 Zweige Thymian
2 EL Pflanzenöl	1 TL Cayenne	Salz

Rhabarber, Gurke und Schalotten schälen, in Würfel schneiden und separat bereitstellen. Schalottenwürfel in etwas Pflanzenöl anschwitzen, Himbeermarmelade zugeben und kurz karamellisieren lassen, Rhabarber- sowie Gurkenwürfel zugeben, mit Brühe ablöschen, aufkochen lassen und den Thymian zugeben. Topf mit einem Deckel verschließen und entweder bei 180°C Umluft im Backofen oder bei schwacher Hitze unter gelegentlichem Rühren auf dem Herd leicht simmern lassen. Rhabarber-Relish mit Cayenne und Salz abschmecken, in Einmachgläser füllen und fest verschließen. Anschließend die Gläser in einer zu einem Drittel mit Wasser gefüllten Auflaufform bei 100°C Umluft im Backofen ca. 30 Minuten einkochen, abkühlen lassen und am besten gekühlt lagern.

Alexander Herrmann am 29. April 2014

## Herzhafter Power-Riegel

### Für 8 Riegel

2 Eier	180 g Käse	120 g gepuffter Amaranth
100 g kernlose Oliven	100 g frische Karotten	80 g getrocknete Tomaten
60 g Cashew-Nüsse	50 g Sonnenblumen-Kerne	50 g Pinien-Kerne
30 g Honig	2 TL frische Kräuter	

Gekaufte Getreideriegel schmecken meist sehr süß. Diese in etwa 30 Minuten zubereitete Variante mit Amaranth (siehe Tipp unten) ist eher herzhafte - ein prima Pausensnack, wenn auf Radtouren oder Wanderungen der Appetit auf Herzhaftes wächst.

Ofen und Form vorbereiten. Den Ofen auf 180 Grad Celsius vorheizen. Eine flache rechteckige Back- oder Auflaufform, zum Beispiel 40 mal 30 mal 7 Zentimeter groß, mit Backpapier auslegen. Zutaten zerkleinern. Oliven, getrocknete Tomaten und Kräuter hacken.

Kerne im Mörser zerstoßen. Eier in einer Schüssel mit einem Schneebesen gut verschlagen. Käse und Karotten reiben.

Amaranth puffen. Wenn Sie keinen fertig gepufften Amaranth haben, können Sie die Körner selbst puffen: eine Pfanne ohne Fett stark erhitzen, die Körner darin verteilen, vom Herd ziehen, umrühren, Deckel drauf, aufspringen lassen. Sie haben jetzt eine weiche Struktur.

Zutaten vermengen. Alle Zutaten sowie den gepufften Amaranth in die Ei-Masse geben. Erst mit einem Spatel, dann mit den Händen gut verkneten. Die Masse etwa 2 Zentimeter dick in die Backform streichen und anpressen.

Backen. Den Teig 15 Minuten goldbraun backen. Die Form aus dem Ofen holen und die Masse gleich mit dem Spatel zusammenpressen. Auskühlen lassen, in Riegel schneiden. In einer Dose halten sie auch an heißen Tagen einen Tag lang.

test Juni 2017

## Holunderblüten-Sirup für Hugo

### Für ca. 2,5 Liter

1,2 kg Zucker	1 Biozitrone	1 Biolimette
15-20 Holunderblütendolden	30 g Zitronensäure	1,5 L Leitungswasser

### Für Hugo klassisch (0,3 l):

2-3 EL Holunderblütensirup	1/8 Biozitrone	1/8 Biolimette
1 großen Stiel Minze	0,1 L Mineralwasser	0,1 L trockener Sekt
Granatapfelkerne	gecrushtes Eis	

So machen Sie den Sirup.

Den Zucker mit 1,5 Liter Wasser in einem großen Topf unter Rühren zum Kochen bringen. Abkühlen lassen.

Die Holunderblüten säubern Die Zitrusfrüchte heiß waschen, trockenreiben, in dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben mit den Blüten abwechselnd locker in einer Schüssel oder einem großen Schraubglas schichten. Zitronensäure und lauwarmen Zuckersirup darübergießen. Luftdicht abdecken. Alles 3 bis 5 Tage im Kühlschrank ziehen lassen.

Zum Abfüllen Flaschen, am besten mit Bügelverschluss, vorbereiten. Ein Sieb mit einem Mulltuch auslegen, in einen Topf hängen. Sirup durchs Sieb gießen. Fünf Minuten sprudelnd kochen lassen. In die Flaschen füllen, verschließen.

So machen Sie den Hugo-Longdrink

Je zwei Achtel Zitronen- und Limettenstücke in ein großes, stabiles Glas geben. 2 bis 3 Esslöffel Sirup, gecrushtes Eis und einen Minzstiel mit Blättern einfüllen. Mit einem Stößel gut zerdrücken.

2 Mit je 100 Milliliter Sekt sowie Wasser auffüllen. Mit Granatapfelkernen und Minzblättern dekorieren. Servieren.

So variieren Sie den Hugo.

Für einen 'Rhabarber-Hugo' ersetzen Sie das Mineralwasser durch Rhabarbersaft und verwenden anstelle der Limette eine Orange. Dazu können Sie Rose-Sekt einsetzen, das passt gut.

Wer den Hugo lieber alkoholfrei mag, ersetzt den Sekt durch Apfel- oder Quittenschorle: halb Apfelsaft oder Quittennektar, halb Wasser.

### Tipps:

Entfernen Sie vor dem Verarbeiten der Blüten kleine Insekten, vertrocknete Blüten und lange Stiele. Waschen Sie die Blüten nicht, schwenken Sie sie höchstens kurz in kaltem Wasser. Holunderblüten sollten Sie nicht in Straßennähe pflücken.

Wer für den Sirup braunen Zucker verwendet, braucht etwas mehr als bei weißem Zucker. Der Sirup wird dann dunkler und schmeckt nach Karamell.

Zitronensäure ist ein Pulver, das kleinen Zuckerkristallen ähnelt. Als Lebensmittelzusatzstoff steckt sie in vielen Produkten, in der Küche hilft sie beim Gelieren oder Säuern. Zu finden ist sie bei türkischen Händlern, in der Apotheke und im Supermarkt bei Zutaten fürs Konfitürekochen.

test Juni 2015

## Ingwer-Mayonnaise

### Für 12 Personen

2 Eigelb (Kl. M)	1 Tl Senf	Salz
250 ml Traubenkernöl	20 g frischer Ingwer	1 Bio-Limette

Eigelbe mit Senf und 1 Prise Salz mit dem Schneebesen in einer Schüssel verrühren. Öl zuerst tropfenweise, dann in einem dünnen Strahl zugießen. Dabei so lange rühren, bis eine dickliche Mayonnaise entsteht. Ingwer schälen, fein reiben. Limettenschale fein abreiben, Limette halbieren, den Saft auspressen. Ingwer, Limettenschale und -saft unter die Mayonnaise rühren, evtl. mit Salz abschmecken. Tipp: Wer es etwas leichter mag, kann die Mayonnaise mit etwas Joghurt strecken.

Tim Mälzer am 31. 12. 2009

## Käse-Fondue

### Für 4 Personen

250 g Gruyère	125 g Bergkäse	125 g Raclette
1 1/2 EL Speisestärke	500 ml trockener Weißwein	1 Knoblauchzehe
2 EL Kirschwasser	Muskatnuss	Salz
Baguette		

Gruyère, Bergkäse und Raclette reiben und mit der Speisestärke vermischen. Den Weißwein in einen Fonduepfopf gießen, die Knoblauchzehe zugeben und bei starker Hitze 1–2 Minuten kochen lassen. Die Knoblauchzehe entfernen. Die Hitze so weit reduzieren, bis der Wein nur noch siedet. Den Käse unter ständigem Rühren zugeben. Nicht zu viel Käse auf einmal zugeben, immer warten, bis er sich ganz aufgelöst hat. Wenn der gesamte Käse geschmolzen ist, das Kirschwasser zugeben und mit frisch geriebener Muskatnuss und Salz abschmecken.

Das Baguette in etwa 3 cm dicke Würfel schneiden. Die Brotwürfel auf die Fonduegabeln spießen und in die Käsemasse tauchen.

Christian Henze am 23. Februar 2018

## Kürbis-Chutney

### Für 2 Portionen

300 g Hokkaidokürbis	1 Zwiebel	1 Orange
1 Zehe Knoblauch	2 EL Weißweinessig	2 EL brauner Zucker
1 Chilischote	1/2 TL Koriandersamen	1 Stange Zimt
Salz	Pfeffer	Olivenöl

Den braunen Zucker in einem Topf karamellisieren lassen. Den Kürbis halbieren und das Kerngehäuse entfernen. Anschließend den Kürbis mit Schale in feine Würfel schneiden. Den Kürbis in den Topf zum Zucker geben. Zwiebel und Knoblauch abziehen, klein schneiden und zugeben. Anschließend mit Essig und dem Saft der Orange ablöschen. Die Koriandersamen zusammen mit der Chilischote und dem Zimt in einem Teebeutel verschließen und im Topf mit kochen lassen. Das Ganze nun für circa 15 Minuten bei geringer Hitze einkochen lassen. Zum Anrichten das fertige Chutney auf dem Teller servieren.

Steffen Henssler am 27. 10. 2011

# Kaffee und Vanille fürs Grillfleisch

**Für 6 Personen**

**Zitronen-Fenchel-Rubb:**

20 g Fenchelsaat	10 g Anissaat	10 g weiße Pfefferkörner
1 kleine getr. Chilischote	1 Biozitrone	

**Orientalischer Rubb:**

3 Nelken	20 g Kreuzkümmel	15 g schwarzer Pfeffer
2 g Koriandersaat	5 g Zimtblüte	

**Vanille-Kaffee-Rubb:**

$\frac{1}{2}$ Vanilleschote	20 Wacholderbeeren	25 g Kaffeebohnen
7 g Anissaat		

**Zitronen-Fenchel-Rubb:**

Rösten Sie Fenchel- und Anissaat, weiße Pfefferkörner und Chilischote in einer Pfanne ohne Fett. Geben Sie die Mischung auf einen Teller, sobald sie zu duften beginnt. Abkühlen lassen, im Mörser oder Blitzhacker feinhacken. Zesten von der Biozitrone abreiben, unter die Gewürze mischen.

**Orientalischer Rubb:**

Nelken, Kreuzkümmel, schwarzen Pfeffer, Koriandersaat und Zimt in einer Pfanne ohne Fett rösten. Geben Sie den Mix auf einen Teller, sobald er zu duften beginnt. Abkühlen lassen, im Mörser oder Blitzhacker feinhacken.

**Vanille-Kaffee-Rubb:**

Kratzen Sie das Mark per Löffel aus der Vanilleschote, beiseitestellen. Wacholderbeeren, Kaffeebohnen, Anissaat in einer Pfanne ohne Fett rösten. Geben Sie den Mix auf einen Teller, sobald er zu duften beginnt. Abkühlen lassen, im Mörser oder Blitzhacker feinhacken. Am Ende das Vanillemark zugeben.

**Tipp:**

Bestreichen Sie das rohe Fleisch dünn mit Öl. Massieren Sie die Rubbs ein, per Hand oder im Gefrierbeutel. Dazu Rubb und Fleisch in den Beutel geben, schließen, kneten. Das gewürzte Fleisch lässt sich grillen oder braten.

Gekühlt halten Rubbs etwa 5 Tage.

test Mai 2014

## Kalb-Schnitzel-Sandwich

### Für 2 Portionen

1 Baguette	2 Kalbsschnitzel	100 g Panchetta
60 g Thai-Spargel	40 g Rucola	20 g Senf
1 Zwiebel	Öl, Salz, Pfeffer	

Eine Pfanne erhitzen. Das Baguette aufschneiden und auf beiden Seiten mit Olivenöl einreiben. Auf den eingeölten Seiten in die Pfanne geben und kurz rösten. Kalbsschnitzel salzen und pfeffern, anschließend plattieren. Öl in einer weiteren Pfanne erhitzen und das Kalbschnitzel darin braten. Den Panchetta zum Brot geben und braten, bei Bedarf mehr Öl dazugießen. Die Enden des Thai-Spargels abschneiden und mit in der Pfanne braten. Die Enden des Rucolasalats entfernen und mit in die Pfanne geben. Die Zwiebeln abziehen, klein schneiden und ebenfalls in die Pfanne geben. Das Baguette aus der Pfanne nehmen, mit etwas Senf bestreichen und das Schnitzel darauf legen. Anschließend mit Rucola, Spargel, Zwiebeln und Panchetta belegen.

Steffen Henssler am 26. August 2013

## Kalbsjus

### Für ca. 1,5 Liter:

2 kg fleischige Kalbsknochen	500 gr Kalbsschwanz	5 Möhren
3 Knoblauchzehen	150 gr Knollensellerie	4 Zwiebeln
10 Champignons	4 Tomaten	4 EL Tomatenmark
1/2 l Weißwein	10 Pfefferkörner	2 Lorbeerblätter
3 Zweige Thymian	1 kl. Bund Petersilie	1 kl. Zweig Rosmarin
3 l dunkle Kalbsbrühe		

Den Backofen auf 200°C Umluft vorheizen.

Die Knochen, den Schwanz in kleine Stücke teilen, unter kaltem Wasser waschen, trocken tupfen. Das Gemüse putzen bzw. schälen und in Würfel (3 cm) schneiden.

Einen Bräter mit Öl auf dem Herd erhitzen und die Knochen für ca.10 Minuten anbraten. Den Bräter in den vorgeheizten Backofen stellen und die Knochen für ca. 1 Stunde rösten.

Das Gemüse, die Lorbeerblätter, den Thymian, die Petersilie, den Knoblauch hinzufügen und alles eine weitere Stunde rösten.

Den Bräter aus dem Ofen nehmen und auf eine heiße Herdplatte stellen. Alles umrühren, mit Weißwein ablöschen und einreduzieren.

Den kalten Kalbsfond hinzufügen, aufkochen, Hitze reduzieren und den Jus köcheln lassen. Dabei den Schaum und das Fett immer wieder abschöpfen. Die Kalbsjus für ca. 3-4 Stunden köcheln lassen.

Anschließend die Kalbsjus durch ein feines Sieb passieren, abkühlen und entfetten.

Die Kalbsjus ist ein sehr gutes Gewürz für Soßen aller Art.

NN am 16. Mai 2016

## Kartoffel-Dressing

### Für 1 Portion:

100 g Kartoffeln, mehlig	200 ml Rinderbrühe	20 ml Apfelessig
20 ml Rapsöl	1 TL Senf	Salz, Pfeffer
1 EL Schnittlauchröllchen		

Die Kartoffeln waschen, schälen, würfeln und in etwas Wasser weich garen. Abgießen und in einer Schüssel mit einer Gabel zerdrücken. Heiße Brühe dazugeben, mit Essig, Rapsöl, Senf, Salz und Pfeffer abschmecken. Zuletzt den Schnittlauch zugeben.

Steffen Henssler am 16. Januar 2013

## Kartoffel-Trüffel-Vinaigrette

### Für 1 Portion:

100 g Kartoffeln, mehlig	200 ml Gemüsebrühe	20 ml Weißweinessig
20 ml Trüffelöl	1 TL Senf	Salz, Pfeffer
10 g Trüffel	1 EL Schnittlauchröllchen	

Die Kartoffeln waschen, schälen, würfeln und in etwas Wasser weich garen. Abgießen und in einer Schüssel mit einer Gabel zerdrücken. Heiße Brühe dazugeben, mit Essig, Trüffelöl, Senf, Salz und Pfeffer abschmecken. Zuletzt den klein gehackten Trüffel zugeben.

Steffen Henssler am 16. Januar 2013

## Klassische Vinaigrette

### Für 1 Portion:

2 Prisen Salz	50 ml Weißweinessig	150 ml Rapsöl
1 Schalotte	Zucker, Senf	

Eine Schalotte dünn schneiden und mit Senf, Zucker und Salz in einer Schüssel verrühren, Essig und Öl zugeben und langsam unterschlagen. Mit Zucker und einer Prise Salz würzen.

Steffen Henssler am 15. Januar 2013



# Kleiner Osterbrunch

## Für 4 Personen

### Für das Osterbrot:

150 ml Milch	1 Würfel Hefe	1 EL Zucker
50 g Butter	500 g Mehl, Type 405	1 Prise Salz

### Für den Waldorfsalat:

1 Knollensellerie, ca. 250g	2 Äpfel	10 Walnüsse
1 Ei	1 EL Senf	100 ml Sonnenblumenöl

Salz, Piment d Esplette

### Für den Eiersalat:

4 Eier	8 Wachteleier	4 Stangen Staudensellerie
1 Bund Schnittlauch	1 Bund glatte Petersilie	Salz
1 Zitrone	3 EL Olivenöl	

### Für den Kräuter-Kresse-Dip:

150 g Magerquark	50 g Joghurt	1 EL Olivenöl
1/2 Bund Schnittlauch	1 Kästchen Kresse	Salz, Pfeffer

4 Scheiben gekochter Schinken

Für das Osterbrot:

Den Backofen auf 180 Grad Ober- Unterhitze vorheizen. Die Milch auf ca. 35 Grad erwärmen, die Hefe und den Zucker darin verrühren. Die Butter schmelzen und alles mit dem Mehl und einer Prise Salz zu einem glatten Teig verkneten, falls nötig noch etwas Wasser hinzufügen. Den Hefeteig abgedeckt eine halbe Stunde gehen lassen, dann in 3 Stücke teilen, und daraus einen Zopf flechten. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und bei 180 Grad 20 Minuten backen.

Für den Waldorfsalat:

Sellerie und Äpfel schälen und in sehr dünne Streifen (Julienne) schneiden. Die Walnüsse fein hacken. Ei und Senf verrühren, das Öl unter rühren langsam dazugeben und die Mayonnaise mit Salz und Piment d'Espelette abschmecken. Eventuell mit wenig Apfelsaft verdünnen. Sellerie, Äpfel und Walnüsse mit der Mayonnaise vermischen und nochmal abschmecken.

Für den Eiersalat:

Die Eier ca. 7 Minuten kochen, die Wachteleier 3 Minuten, alle abschrecken und pellen. Die Eier längs in Achtel schneiden, die Wachteleier halbieren. Staudensellerie putzen und in feine Stücke schneiden. Kräuter waschen, trocken schütteln und hacken. Alle Zutaten vorsichtig mischen und mit Salz, Zitronenabrieb, Zitronensaft und Olivenöl marinieren und mit den Wachteleiern dekorieren.

Für den Kräuter-Kresse-Dip:

Magerquark, Joghurt und Olivenöl gut verrühren. Schnittlauch und Kresse fein schneiden, unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Salate, Kräuter-Dip und Schinken mit dem Brot zusammen anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 16. April 2014

## Knoblauch-Ketchup

### Für ca. 2 Gläser:

400 g Tomatenmark	500 g passierte Tomaten	250 ml Gemüsesaft oder Brühe
100 ml Rotweinessig	100 ml Rotweinreduktion	75 g Honig
1 EL Salz	6 Knoblauchzehen	Basilikum

Alle Zutaten in einen hohen Topf geben, die Knoblauchzehen dazupressen und einmal aufkochen. Anschließend bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren ca. 10 min. köcheln; danach Basilikum hinzugeben, pürieren, durch ein Sieb streichen und weitere 5 min. köcheln.

In Gläser füllen und auskühlen lassen, verschließen und im Kühlschrank aufbewahren. Vor Gebrauch schütteln.

NN am 10. September 2015

## Knoblauch-Majo, der Liebling der Spanier

### Für 4 Portionen

125 ml Rapsöl	125 ml Olivenöl	3 Knoblauchzehen
2 zimmerwarme Eigelb	1 Spritzer Zitronensaft	1 Schuss Essig
1 Schuss Weißwein	1 Schuss Anisschnaps	1 Prise Chili oder Cayennepfeffer
1 Prise Paprikapulver edelsüß	1 Prise Muskatnuss	1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer		

Raps- und Olivenöl verquirlen. Die Knoblauchzehen schälen und sehr fein hacken. Eigelbe und Knoblauch in eine Schüssel geben. Das Öl erst tropfenweise, später in einem dünnen Strahl einfließen lassen, dabei die Masse mit dem Schneebesen (wahlweise auch mit dem Stabmixer) weiter kräftig weiter aufschlagen.

Zitronensaft, Essig, Weißwein und Anisschnaps dazugeben und untermischen. Mit Chili oder Cayennepfeffer, Paprikapulver, Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

### Tipp:

Vorsicht, geben Sie das Öl zu schnell hinzu, gerinnt die Masse. Daher lohnt es, sich für das Aufschlagen wirklich Zeit zu nehmen!

Frank Rosin am 12. Februar 2018

## Koriander-Dip

### Für 12 Personen

1 Bund Koriandergrün	2 Knoblauchzehen	1 rote Chilischote
1-2 EL brauner Zucker	2-3 EL Limettensaft	3 EL Fischsoße
3-4 EL Sojasoße	2 TL Sesamöl (geröstet)	

Koriandergrün, Knoblauch und Chilischote zusammen fein hacken. Palmzucker mit Limettensaft, Fischsoße, 50 ml Wasser, Sojasoße, Sesamöl und der Koriandermischung verrühren.

Tim Mälzer am 31. 12. 2009

## Koriander-Pesto

### Für 4 Personen

1 Zehe Knoblauch	50 g Macadamianüsse	80 g Koriander, frisch
100 ml Olivenöl	30 g Parmesan	Salz, Pfeffer

Den Knoblauch abziehen und in grobe Würfel schneiden. Die Macadamianüsse in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, dabei öfter umrühren, da sie leicht anbrennen. Anschließend abkühlen lassen. Den Koriander abbrausen, trockenschütteln und die Blätter von den Stielen zupfen. Den Knoblauch, die Macadamianüsse, den Koriander und das Olivenöl in einer Küchenmaschine zu einer cremigen Masse verarbeiten. Anschließend den Parmesan fein reiben, untermischen und das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Johann Lafer am 27. März 2010

## Kräuter-Butter

500 g Butter    150 g feinstes Olivenöl    8 EL Kräuter    Salz

Die Butter in grobe Stücke schneiden und gemeinsam mit dem Öl in der Mikrowelle auf der Stufe Auftauen für 2:30 min erwärmen. Danach mit einem Mixstab die Kräuter und eine große Prise Salz unterrühren. Im Kühlschrank aufbewahrt ist die Kräuterbutter stets streichfähig und ein schmackhafter Brotaufstrich.

Wer keinen Kräutergarten hat, der nehme die TK-8-Kräutermischung.

Je mehr Öl man verwendet, desto schneller wird die Kräuterbutter bei Zimmertemperatur flüssig.

Wenn die Butter schon streichfähig ist, z. B. irische Butter, braucht man weniger Öl.

Anstelle der 8-Kräutermischung kann man z. B. auch eine Mischung aus zwei zerdrückten Knoblauchzehen, 25 g gehacktem Schnittlauch und 25 g gehacktem Basilikum verwenden. Dabei sollte der Stabmixer so stark sein, dass die Kräuter-Butter durchgängig zartgrün wird.

NN

## Kräuter-Butter

### Für 10 Portionen:

2 Stiele Thymian	1 Zweig Rosmarin	1/2 Bund Schnittlauch
1/2 Bund Kerbel	1 Zitrone	1 Zehe Knoblauch
250 g Butter	1 Zwiebel	1/2 Bund Petersilie
Salz	Pfeffer	

Die Butter circa drei Stunden vorher aus dem Kühlschrank nehmen. Die weiche Butter in eine Schüssel geben. Die Kräuter klein hacken und dazugeben. Dann mit Pfeffer würzen und Zitronenschale hinein reiben. Nun geriebenen Knoblauch und grobes Salz in die Schüssel geben und mit einem Stabmixer circa eine Minute schaumig rühren. Die fertige Masse auf ein Stück Klar-sichtfolie geben und zu einer dicken Rolle formen. Die Seiten wie bei einem Bonbon eindrehen. Wenn man die Kräuterbutter einfrieren möchte, wickelt man einfach ein Stück Alufolie um die Rolle und legt es so in das Gefrierfach. Möchte man die Kräuterbutter zeitnah servieren kann man diese auch in einen Spritzbeutel füllen und kleine Röschen auf einem Teller anrichten.

Tipp:

Je nach Belieben kann man verschiedene Gewürze wie zum Beispiel Curry hinzufügen, wenn man eine indische Variante bevorzugt.

Steffen Henssler am 28. 07. 2011

## Kräuter-Quark

### Für 4 Personen

500 g Magerquark	4 Frühlingszwiebeln	1 Bd. Kerbel
1 Bd. Schnittlauch	1 Avocado	Salz
Pfeffer	1 Prise Zucker	Saft von 1 Zitrone
100 ml Milch		

Den Quark in der Küchenmaschine oder mit den Quirlen eines Handrührers in ca. 5 Minuten cremig rühren. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und fein hacken. Kerbel und Dill fein hacken, Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Avocado halbieren, den Stein entfernen. Avocado schälen, Fruchtfleisch fein würfeln. Avocadowürfel und Kräuter in eine Schüssel geben und mit Salz, Pfeffer, Zucker und Zitronensaft würzen. Quark und Milch zugeben und vorsichtig verrühren.

Tim Mälzer am 06. 02. 2010

## Laugenbrötchen mit Karotten-Quark

### Für 2 Portionen

2 Laugenbrötchen	150 g Karotten	1 Beet Kresse
15 g Ingwer	100 g Quark	Salz
Pfeffer	Olivenöl	

Eine Pfanne erhitzen. Die Laugenbrötchen halbieren und kurz darin auf der Schnittseite anrösten. Die Karotte waschen, schälen und anschließend in eine Schüssel reiben. Ein wenig Ingwer dazureiben. Beides mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Quark dazugeben, verrühren und anschließend die Kresse hinzufügen. Den Karottenquark auf die Laugenbrötchen anrichten und servieren.

Steffen Henssler am 06. 09. 2011

## Limetten-Creme

### Für 6 Portionen:

2 Limetten            80 g Zucker        4 Blatt Gelatine  
300 g Joghurt        100 ml Sahne

Die Schale einer Limette fein abreiben, den Saft auspressen. Limettensaft zusammen mit dem Zucker in einen Topf bei schwacher Hitze geben. Währenddessen die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Limettenabrieb und eine Prise Salz in den Topf dazugeben. Danach die Gelatine hinzufügen und das Ganze umrühren. Den Joghurt in die lauwarmer Masse einrühren und in eine Schüssel umfüllen. Nun die Sahne schlagen und diese unter die Crème heben. Eine Limette in Scheiben schneiden und in Einmachgläschen oder Dessertgläser füllen. Zum Schluss die fertige Crème dazugeben und nach Belieben mit Erdbeeren garnieren.

Steffen Henssler am 29. 07. 2011

## Limonaden

### Für 4 Portionen

4 Zitronen            10 EL Zucker        spritziges Mineralwasser  
Eiswürfel            200 ml Wasser

Die Zitronen gründlich waschen und die Schalen mit einer feinen Reibe abreiben. Den Zitronenabrieb in einer Schüssel mit dem Zucker mischen und für mindestens 15 Minuten stehen lassen, damit der Zucker die ätherischen Öle aus der Zitronenschale zieht. Anschließend mit 200 Milliliter heißem Wasser übergießen, wiederum 15 Minuten ziehen lassen und durch ein Sieb passieren. Es entsteht eine Art Zitronensirup. Den Saft der Zitronen auspressen. Spritziges Mineralwasser nach Belieben mit dem Zitronensirup aromatisieren (circa 100 Milliliter Sirup auf 1 Liter Mineralwasser), mit Zitronensaft abschmecken und in Gläsern mit Eiswürfeln servieren.

Abwandlung:

„Melonen-Limonade“

Zutaten:

250 g Wassermelone

50 - 100 ml Zitronensirup (Herstellung siehe oben)

spritziges Mineralwasser

Eiswürfel

Zubereitung:

Das Fruchtfleisch der Wassermelone in grobe Stücke schneiden, mit einem Pürierstab mixen, durch ein Sieb passieren, mit spritzigem Mineralwasser auffüllen, mit Zitronensirup abschmecken und in Gläsern mit Eiswürfeln servieren.

Alexander Herrmann am 11. August 2014

## Mai-Thai

### Für 2 Portionen

Je 4 cl braunen und weißen Rum	$\frac{1}{4}$ Limette	4 cl Orangensaft
1 cl Mandelsirup	2 cl Orangenlikör	Minze
Orange und Cocktailkirsche, zur Garnitur	<b>Außerdem:</b>	1 Cocktailglas
1 Holzspieß	Eiswürfel	Cocktailshaker

Limette auspressen und zusammen mit fünf Eiswürfeln in den Shaker geben. Die beiden Rumsorten, Orangensaft, Mandelsirup, Orangenlikör zugeben, Shaker verschließen und kräftig shaken. In ein Cocktailglas mit Eiswürfeln geben und mit einer Orangenscheibe, Kirsche und Minze garniert servieren.

Steffen Henssler am 24. Mai 2013

## Mango-Curry-Dip

### Für vier Personen

1 Ei	1 Prise Anapurnacurry	1 TL Sojajus
1 TL Wasabipulver	2 EL Pflanzenöl	1 EL Crème-fraîche
2 EL Mayonnaise	1 EL Sauerrahm	1 EL Sahne
1 Limone	1 Thaimango, reif	Salz

Das Eigelb in eine Schüssel geben. Curry, Sojajus und Wasabipulver dazugeben. Alles mit einem Schneebesen langsam verrühren, dann nach und nach das Pflanzenöl unterrühren. Anschließend die Crème fraîche, die Mayonnaise, den Sauerrahm und die flüssige Sahne einrühren und zum Schluss mit etwas Salz und einem Spritzer Limettensaft und Mangowürfeln abschmecken.

Ali Güngörmüs am 11. Mai 2012

## Marinade für Sauerbraten

### Für 4 Personen

2-3 große Zwiebeln	$\frac{1}{4}$ l Weinessig	8 schwarze Pfefferkörner
1 Lorbeerblatt		

2 bis 3 Tage zuvor die Zwiebeln schälen und achteln. In einem großen Topf 1 l Wasser mit den Zwiebeln, dem Essig, den Pfefferkörnern und dem Lorbeerblatt aufkochen und etwas abkühlen lassen. Das Fleisch in die Marinade legen und 2 bis 3 Tage im Kühlschrank ziehen lassen, das Bratenstück dabei gelegentlich wenden.

Karlheinz Hauser 21. November 2011

## Mayonnaise

1 Eigelb 1/2 TL Essig 150 ml Pflanzenöl Senf, Salz, Pfeffer 1 TL Zitronensaft

Die Mayonnaise gelingt bestens mit einem Mixstab. Dazu fülle man alle Zutaten in einen Mixbecher; Mixstab auf den Grund des Bechers stellen, einschalten, einige Sekunden bewegungslos verharren; den Mixstab langsam (Zeitlupentempo) von unten nach oben zu ziehen, ohne dass Luft in die Mayonnaise eingearbeitet wird; fertig.

Mit etwas Sauerrahm oder Schmand wird die Mayonnaise leichter.

### **Varianten:**

Mit Zitronensaft:

2 Eigelb, Senf, etwas Zitronensaft, Salz, weißen Pfeffer, 150 ml Pflanzenöl in den Mixbecher geben und wie oben verfahren. Mit Zucker und Worcestershiresauce pikant abrunden.

Salmonellenfreie Mayonnaise:

Eier hart kochen, Eigelb zerdrücken. Diese Eigelbmasse nimmt weniger Öl auf als das rohe Eigelb, daher zuvor mit Flüssigkeit verrühren (mixen).

Remouladen-Soße:

Mit Gewürzgurken, Kapern, Sadellen, Petersilie, Senf, Kerbel, Estragon vermengen.

Chantilly-Soße:

Mit geschlagener Sahne, Zitronensaft, Cayennepfeffer vermengen.

Kräuter-Soße:

Mit Petersilie, Kerbel, Estragon, Dill, Schnittlauch vermengen.

Cocktail-Soße:

Mit Ketschup, Sahne, Zitronensaft, Tabasco, Weinbrand, Paprikastücke verrühren.

Grüne Soße:

Mit Püree von blanchierten Kräutern vermengen.

Thousand-Island-Soße:

Mit gewürfelter Paprika, Sahne, Ketschup und Tabasco vermengen.

NN am 29. April 2012

## Mayonnaise

2 Eier 0,2 l neutrales Pflanzenöl 1 EL Senf  
Salz, Zitronensaft

Für die Zubereitung der Mayonnaise sollten alle Zutaten die gleiche Temperatur haben.

Die Eier aufschlagen und mit dem Senf in einen hohen und schmalen Behälter geben. Mit einem Stabmixer oder Handrührgerät verquirlen, dabei das Öl in kleinen Portionen hinzufügen und unter die Eiermasse mixen. Wenn die Masse eine feste Bindung bekommt, kann das Öl etwas großzügiger hinzugefügt werden. Mit Salz und etwas Zitronensaft abschmecken.

Die Mayonnaise eignet sich für die Zubereitung von Soßen und Dips.

Rainer Sass am 28. Dezember 2011

# Meerrettich-Kruste

## Für 6 Personen

160 g Butter	200 g Semmelbrösel, fein	4 EL Meerrettich
2 EL Senf	Salz, Pfeffer	1 Spritzer Zitronensaft

Für die Meerrettichkruste sollte die Butter Zimmertemperatur haben. Die Butter mit den Semmelbröseln, dem Meerrettich und dem Senf in einer Küchenmaschine schaumig schlagen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitrone abschmecken. Zwischen zwei Blättern Backpapier ausrollen und kalt stellen.

Karlheinz Hauser 14. November 2011

## Milch-Drinks - Kefir, Lassi, Beeren-Milch

### Für je 2 Portionen

#### Kirsch-Limetten-Lassi:

250 g Süßkirschen	200 g Jogurt (1,5%	6 Eiswürfel
200 ml Wasser	1/2 Bio-Limette (Saft, Schale)	2 – 3 Stängel Minze

#### Aprikosen-Blaubeer-Kefir:

200 g reife Aprikosen	25 g Blaubeeren	250 ml Kefir
6 Eiswürfel		

#### Bunte Beerenmilch:

200 g Himbeeren	200 g Erdbeeren	200 g Blaubeeren
100 g Magerquark	6 Eiswürfel	250 ml Vollmilch (3,5%)
Zucker oder Honig		

#### Kirsch-Limetten-Lassi:

Kirschen waschen, entsteinen.

Die Kirschen mit dem Jogurt, Eiswürfeln, Wasser, Limettensaft und -schale in einen Saftmixer geben und cremig mixen. Alternativ bieten sich ein hohes Gefäß und ein Pürierstab an.

Die Lassis in zwei hohe Gläser füllen. Anschließend die Minze kleinhacken und darüberstreuen.

#### Aprikosen-Blaubeer-Kefir:

Die Aprikosen und Blaubeeren vorsichtig waschen. Die Aprikosen im Anschluss halbieren und entkernen.

Das Obst mit dem Kefir und den Eiswürfeln in einen Saftmixer geben oder mit einem Pürierstab fein pürieren.

#### Bunte Beerenmilch:

Alle drei Beerenarten vorsichtig waschen, danach leicht trockentupfen.

Mit dem Quark, den Eiswürfeln und der Milch in einen Saftmixer geben oder mit einem Pürierstab fein pürieren.

#### Tipps:

Wer reife Früchte verarbeitet, kann getrost auf Zucker verzichten. Probieren Sie selbst, ob die Getränke für Sie süß genug sind. Statt mit Zucker können Sie mit Honig oder Agavendicksaft nachhelfen.

Ursprünglich wird Lassi ohne Früchte und salzig serviert. Nehmen Sie dazu 150 Gramm Naturjogurt und würzen ihn mit einem halben Teelöffel frischem Cumin, 2 Blättern gehackter Minze und etwas Salz. Fügen Sie 0,1 Liter Mineralwasser zu und schlagen alles mit dem Mixer schaumig. Geben Sie 2 Eiswürfel in ein Glas, füllen den Lassi ein und bedecken ihn mit Zimt.

test Juli 2013



# Mitternacht-Häppchen

## Für 8 Personen

### Räucherlachs-Crêpe-Röllchen:

60 g Butter	200 g Mehl	250 ml Milch
1 Prise Salz	2 Eier	Butterschmalz
200 g Räucherlachs	1/2 Bund Dill	200 g Crème-fraîche
150 g Forellenkaviar		

### Mini Currywurst:

1/2 Apfel	1 Schalotte	2 EL Rohrzucker
2 EL Curry, mittelscharf	50 ml Apfelsaft	250 g Pelati-Tomaten
Salz	Pfeffer	2 nackte Bratwürste
2 EL Pflanzenöl		

### Gemüseröllchen:

1 Karotte	1 Zucchini	3 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	50 g Pinienkerne
1 Bund Basilikum	250 g Ricotta	

### Backpflaumen:

8 getrocknete Pflaumen	8 Scheiben Bacon
------------------------	------------------

Für die Crêpesröllchen:

Butter schmelzen und leicht braun werden lassen.

Gebräunte Butter, Mehl, Milch, 1 Prise Salz und Eier mit dem Handmixer oder mit dem Zauberstab zu einem glatten Teig verrühren. Den Teig ca. 10 Minuten quellen lassen. Eventuell etwas Milch zugeben, um einen eher flüssigen Teig zu erhalten.

Aus dem Crêpeteig in einer beschichteten Pfanne mit etwas Butterschmalz ca. 10 dünne Crêpes ausbacken und auskühlen lassen.

Jeden Crêpe zur Hälfte mit Räucherlachs belegen und aufrollen. Die Crêperollen einzeln gut in Frischhaltefolie einpacken und mindestens 2 Stunden in den Kühlschrank geben.

Dill abbrausen, trocken schütteln und abzupfen.

Die gekühlten Crêperollen in ca. 4 cm lange Stücke schneiden. Diese aufrecht auf einer Platte anrichten und mit je einem Tupfer Crème fraîche, etwas Lachskaviar und Dill garnieren.

Für die Minicurrywurst:

Für die Currysauce den Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und den Apfel in kleine Würfel schneiden. Schalotte schälen, fein würfeln.

Einen Topf erhitzen, Zucker zugeben und diesen hellbraun karamellisieren, dann Schalotten- und Apfelwürfel zugeben. Curry überstreuen und leicht anrösten. Apfelsaft angießen und diesen nahezu vollständig einkochen lassen.

Dann die Pelatitomaten zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Mit einem Pürierstab alles fein mixen und die Sauce mit Salz, Pfeffer, Curry und Zucker abschmecken.

Die Würste in ca. 5 cm lange Stücke schneiden und jeweils auf einer Schnittfläche ein Gitter einritzen.

In einer Pfanne Öl erhitzen und die Wurststücke darin zunächst auf der eingeritzten Seite anbraten, bis diese aufspringt, dann die Stücke auf allen Seiten braten.

Die Würstchen mit etwas Currysauce anrichten.

Für die Gemüseröllchen den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Karotten schälen, Zucchini waschen. Mit einem Sparschäler die Gemüse in Längsstreifen schneiden. Ein Backblech mit Backpapier auslegen, dieses leicht mit Olivenöl beträufeln. Die Gemü-

sestreifen darauf geben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Im vorgeheizten Backofen die Streifen 5 Minuten garen, dann herausnehmen und abkühlen lassen.

In einer Pfanne ohne Fett die Pinienkerne anrösten, anschließend abkühlen lassen und grob hacken. Basilikum abbrausen, trocken schütteln und die Blätter von den Stielen zupfen.

Ricotta mit 1 EL Olivenöl und Pinienkernen vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken

Auf das Ende der Gemüsestreifen jeweils einen kleinen Klecks Ricottacreme geben, dann die Streifen einzeln aufrollen und aufrecht auf eine Platte oder einen Teller geben. Jeweils mit einem Basilikumblatt dekorieren.

Für die Speck-Backpflaumen den Backofen auf 170 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Jede Backpflaume mit je einer Scheibe Speck umwickeln, evtl. mit einem Holzspieß fixieren. Alles auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und im vorgeheizten Ofen

10 Minuten backen.

Martina Kömpel am 27. Dezember 2017

## Naan

### Für 2 Personen

50 ml Milch	1 TL Vanille-Zucker	1 TL Trockenhefe
200 g Mehl	Salz	1/2 TL Backpulver
1 EL Sonnenblumenöl	50 g Schmand, geschlagen	1 Eigelb
Mehl	Butterschmalz	

Milch in eine Schüssel gießen, Zucker, Hefe einrühren, ruhen lassen bis es schäumt; sodann Öl, Schmand und Eigelb untermischen. (Der Vanille-Zucker ist selbstgemacht aus Zucker und Vanille-Schote.)

In einer großen Schüssel das Mehl, Backpulver, eine Prise Salz, die Hefemilch mischen und zu einem glatten Teig verkneten; abschließend die Teigkugel mit Sonnenblumenöl bepinseln, mit Frischhaltefolie abdecken und an einem warmen Ort ruhen lassen bis sie sich verdoppelt hat (ca. 1 Stunde).

Den Teig durchkneten, in 4 gleichgroße Kugeln teilen und diese mit einem Tuch bedecken. Jede Kugel mit etwas Mehl dünn ausrollen, in einer heißen Pfanne mit etwas Butterschmalz auf einer Seite braten bis der Fladen Blasen wirft. Dann umdrehen und kurz in der Pfanne garen.

NN am Freitag, 21. April 2017

## Natur-Glutamat

### Für ca. 30 gehäufte Teelöffel:

200 g getrocknete Tomaten	500 g Karotten	350 g Lauch
1 Knoblauchzehe	1 Sellerieknolle	1 Bund Petersilie
1 Bund Liebstöckel	3 Zwiebeln	80 g Meersalz
80 g Estragon		

Den Backofen auf 100 Grad Heißluft vorheizen.

Das Gemüse sehr klein schneiden, mit den anderen Zutaten gut durchmischen und gleichmäßig auf mindestens zwei Backbleche verteilen. Die Backbleche für ca. 6 Stunden in den Backofen schieben, gelegentlich umrühren. Danach das Trocken-Gemüse fein zerkleinern (Mixer) bzw. mahlen. Den fertigen Geschmacksverstärker in luftdichte Behälter füllen.

Die Mischung ist 12 Wochen haltbar, wesentlich länger im Gefrierschrank.

Sie eignet sich hervorragend zur Geschmacksverstärkung von Suppen und Soßen. Tipp:

Wer sich weniger Arbeit machen möchte, kaufe sich Suppengewürz (getrocknetes Suppengemüse) und trockne dies analog zu oben, jedoch nur eine Stunde.

NN am 11. Januar 2014

## Nudelteig

### Für 2 Personen

125 g doppelgriffiges Mehl	1 Ei	2 Eigelb
2 EL Olivenöl	Salz	1 EL Wasser

Mehl, Ei, 1 Eigelb, 1 EL Öl, eine Prise Salz und Wasser in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig kneten. Ist der Teig zu hart, noch etwas Wasser oder Öl zugeben. Den Teig in Frischhaltefolie verpackt etwa 1 Stunde ruhen lassen. Den vorbereiteten Nudelteig mit der Nudelmaschine dünn ausrollen.

Jörg Sackmann 24. Januar 2012

## Nudelteig

### Für 2 Personen

125 g Mehl, Typ 405	125 g Hartweizen-Grieß	1 Ei
Wasser		

Grieß, Mehl und Ei mit dem Knethaken des Handrührgerätes zu streuselartigen Krümeln verrühren. Teelöffelweise kaltes Wasser hinzugeben und kneten bis kein trockener Grieß mehr zwischen den Streuseln zu sehen ist. Am Ende die Streusel mit der Hand zu einem festen Teig verkneten, eine Kugel formen, in Folie eine Stunde im Kühlschrank lagern. Den Teig in kleinen Portionen durch die Nudelmaschine drehen, einmal falten und wieder durchgeben; insgesamt mindestens 12-mal. Der Teig hat die richtige Konsistenz, wenn er nach dem 4. oder 5. Durchlauf geschmeidig wird; er darf sich nicht klebrig anfühlen. Dadurch braucht man kein Mehl, um den Teig sauber durch die Maschine zu drehen. Nun den Abstand der Walzen bis zu einer Dicke von 2 - 3 mm verringern; nach eigenen Ideen schneiden oder formen. Die Pasta auf einem Ständer oder einem Küchentuch auslegen. Die Kochzeit beträgt ca. 2-3 min., falls man die Zeit ab dem Hineinlegen in kochendes Wasser misst.

NN am 26. Juli 2016

## Nuss-Nougat-Brotaufstrich selbstgemacht

### Für 400 g:

100 g gemahlene Haselnüsse    150 g Butter    100 g Nougat  
2 EL Kakaopulver                    Ahornsirup

Nougat in einer Schüssel über einem warmen Wasserbad vorsichtig unter Rühren schmelzen. Butter würfeln und mit einer Prise Salz mit dem Handrührgerät schaumig schlagen. Nougat langsam zugeben und unterschlagen. Haselnüsse, Kakaopulver und Ahornsirup nach Geschmack zugeben und alles gründlich mischen. In ein gut verschließbares Glas füllen und im Kühlschrank aufbewahren.

Steffen Henssler am 01. Oktober 2012

## Omelette-Soufflée mit Erdbeeren-Kompott, Joghurt-Soße

### Für 1 Person:

300 g reife Erdbeeren    1 Vanilleschote    2 EL Zucker  
150 g Naturjoghurt    2 EL Puderzucker    1 Msp. abger. Zitronenschale  
2 Eier                    1 Prise Salz    1 TL Butter

Für das Erdbeerkompott die Erdbeeren vorsichtig waschen, trocknen, den Stielansatz entfernen und die Beeren halbieren. Die Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herausstreichen. Beeren mit der Hälfte des Vanillemarks und Zucker in einen Topf geben und kurz aufkochen, dann den Topf zur Seite ziehen. Joghurt mit restlichem Vanillemark, 1 EL Puderzucker und abgeriebener Zitronenschale vermischen. Den Backofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Für das Omelett-Soufflé die Eier trennen. Das Eiweiß mit einer Prise Salz und 1 EL Puderzucker zu lockerem Eischnee schlagen. Dann die Eigelbe untermischen. In eine backofengeeigneten Pfannen mit 1 TL Butter die Eimasse geben und leicht anziehen lassen, dann, wie beim Omelett typisch, leicht zusammenfallen und ca. 1 Minuten im vorgeheizten Ofen fertig garen. Das Omelett auf dem Teller anrichten, Erdbeerkompott und Joghurtsauce dazugeben und servieren.

Vincent Klink 14. Juni 2012

## Orangen-Eier-Likör

### Für 900 ml:

6 Eigelb (Kl. M)                    150 g Puderzucker                    2 Bio-Orangen  
200 ml gesüßte Kondensmilch    100 ml ungesüßte Kondensmilch (7,5 %)    350 ml Weinbrand

Eigelbe und Puderzucker mit den Quirlen des Handrührers 5 Minuten schaumig schlagen. Orangen heiß waschen, trocknen und die Schale fein abreiben. Unter die Eimasse rühren. 150 ml Orangensaft auspressen, mit Kondensmilch und Weinbrand unter Rühren zugießen. am besten 2 Stunden in der Schüssel kalt stellen und gelegentlich umrühren. Den Eierlikör durch ein feines Sieb gießen, in eine oder mehrere Flaschen umfüllen und gut verschließen. Im Kühlschrank hält sich der Likör 3 bis 5 Wochen.

Tim Mälzer am 27. 03. 2010

## Panettone-Küchlein

### Für 4 Personen

130 g Panettone	70 g Kuvertüre, weiß	100 g Butter, weich
50 g Zucker	5 Eier	50 g Mehl
Pudierzucker	Zucker	Butter

### Eis:

40 g Kardamom	150 g Eigelb	900 ml Milch
100 ml Sahne	150 g Zucker	250 g Kuvertüre, zartbitter

Die Panettone in kleine Würfel schneiden. Die Kuvertüre fein zerkleinern und im Wasserbad schmelzen lassen. Die Butter in der Küchenmaschine schaumig schlagen, nach und nach den Zucker einstreuen. Zwei Eier und drei Eigelbe hinzufügen. Die Kuvertüre langsam einlaufen lassen. Das Mehl in die Teigmasse sieben und mit den Panettonewürfeln vorsichtig unterheben. Vier Souffléförmchen (ersatzweise Muffinförmchen) mit Butter einpinseln und mit Zucker ausstreuen. Die Panettonemasse hinein geben und im vorgeheizten Backofen 15 bis 18 Minuten backen.

Cornelia Poletto am 14. Januar 2011

## Pelmeni

### Für 4 Personen:

400 g Mehl	2 Eier	150 ml Wasser
1/2 TL Salz	200 g Rindfleisch	250 g Schweine-Fleisch
1 Zwiebel	5 Knoblauchzehen	200 ml Schmand
Salz und Pfeffer	Schmand (Butter)	

Aus Mehl, Eiern, Wasser und Salz einen glatten Teig kneten und dünn (max. 2mm) auf einer bemehlten Fläche ausrollen.

Mit einem Glas oder Ausstecher Plätzchen (5 cm Durchmesser) ausstechen.

Für die Füllung: Fleisch, Zwiebeln und Knoblauch durch den Wolf drehen, mit dem Schmand geschmeidig rühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Wichtig dabei ist, dass der Fleischteig möglichst homogen wird; daher am besten zweimal durch den Wolf drehen. Die Qualität des Fleischteigs hängt wesentlich vom gewählten Fleisch ab.

Füllung portionsweise auf die ausgestochenen Teigplättchen legen, die Ränder mit Eiweiß bestreichen und zusammendrücken (mit einer Gabel).

In reichlich Salzwasser oder Brühe bei kleiner Hitze kochen lassen. Servieren mit saurer Sahne, Schmand, Crème-fraîche, zerlassener Butter oder Kräuterbutter.

Ungekochte Pelmeni einfrieren.

NN

## Pesto

### Für 4 Personen

2 Bund Basilikum	70 g Nüsse	50 g Parmesan, frisch
1 Zehe Knoblauch	Olivenöl	Pfeffer
Chili	Salz	Zucker

### Reis:

100 g Reis, zwei Sorten	0,5 Schote Chili, rot	1 Stange Zitronengras
-------------------------	-----------------------	-----------------------

Paprikapulver

Die Basilikumblätter waschen und trocken schleudern. Die Nusskerne anrösten und auskühlen lassen. Dabei darauf achten, dass sie nicht anbrennen. Den Parmesankäse fein reiben. Basilikum, Nüsse, Parmesan, Knoblauch, Salz, Pfeffer, Zucker und etwas Chili in einen Mixer geben und kurz mit wenig Olivenöl grob zerkleinern. Dann nach und nach mehr Olivenöl zugeben. Zwischendurch immer wieder mixen, bis eine cremige, nicht allzu dicke Masse entsteht.

Nelson Müller am 21. Januar 2011

## Pesto

### Für 6 Personen

40 g Parmesan	2 Bund Basilikum	2 Stängel Petersilie
4 EL Olivenöl	1 Spritzer Zitronensaft	10 g Pinienkerne

Salz

Parmesan fein reiben. Basilikum und Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen, im Mörser zerstoßen und nach und nach mit Olivenöl, einigen Tropfen Zitronensaft, den Pinienkernen und zuletzt mit dem geriebenen Parmesan zu einer cremigen, glatten Sauce verarbeiten. Mit Salz abschmecken.

Frank Buchholz am 25. April 2016

## Pesto

### Für zwei Personen

1/2 Bund Basilikum		
50 g Parmesan	50 g Pinienkerne	100 ml Olivenöl

Für das Pesto die Basilikumblätter zusammen mit Pinienkernen, Parmesan und Olivenöl in einen Mixer geben und mit Salz abschmecken.

Nelson Müller am 24. Juni 2016

## Petersilien-Pesto

### Für 2 Personen

2 Bund glatte Petersilie	2 EL Pinienkerne	1 Sardellenfilet
1 TL scharfer Senf	125 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer

Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen grob zerkleinern. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten. Sardellenfilet grob hacken und mit den Petersilie, Pinienkernen, Senf und Olivenöl im Mixer fein pürieren. Pesto mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.

Vincent Klink am 05. Dezember 2013

## Petersilien-Pesto

### Für zwei Personen

40 g geröstete Cashewkerne    20 g Parmesan     $\frac{1}{2}$  Bund glatte Petersilie  
100 ml Olivenöl                    Salz, Pfeffer

Den Parmesan reiben. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und grob hacken. Cashewkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Nüsse, Parmesan, Olivenöl und Petersilie in einer Moulinette zu einem Pesto mixen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Mario Kotaska am 01. Dezember 2017

## Pfirsich-Bowle

### Für 8 Personen:

8 frische Pfirsiche                    0,75 l trockener Weißwein    2 x 0,75 l Sekt  
4 Stängel Zitronenmelisse    8 cl Maracuja-Nektar            Zucker

Die Pfirsiche mit heißem Wasser überbrühen, kurz stehenlassen, dann enthäuten, entkernen. In mundgerechte Stücke schneiden und in ein Bowlegefäß geben.

Die Früchte mit dem Maracuja-Nektar parfümieren. Wer es hochprozentig mag, ersetzt den Saft durch 8 Zentiliter Fruchtlikör oder Brandy. Die Zitronenmelisse kleinhacken, über die Pfirsiche streuen.

Eine Flasche trockenen bis fruchtigen Weißwein aufgießen, die Bowle anschließend 3 Stunden im Kühlen ziehen lassen.

Vor dem Servieren zwei Flaschen eiskalten Prosecco aufgießen, vorsichtig umrühren. Gläser nach Belieben dekorieren.

### Tipps:

Die Bowle (englisch 'Bowl', große Schüssel) kam wohl während der englischen Kolonialzeit in Indien in Mode, als Offiziere den Mix serviert bekamen. Ein Kristallgefäß aus Omas Schrank oder vom Flohmarkt ist auf jedem Tisch ein Blickfang.

Pfirsich harmoniert bestens mit Himbeeren. Für 12 Gläser nehmen Sie 4 Pfirsiche, 200 Gramm Beeren, Minze, Zucker und 2 Flaschen Sekt. Oder: Zu gleichen Teilen Nektarinen und Erdbeeren verwenden.

Wer kennt noch nicht Bellini? Bei dem Aperitif wird der Saft weißer Pfirsiche im Verhältnis 1:3 mit Sekt aufgegossen.

Für alkoholfreie Bowle nehme man 0,7 Liter Ginger Ale und 1,4 Liter Mineralwasser. Oder 1,4 Liter Kräutertee (8 bis 10 Teelöffel pro Liter) und 0,7 Liter Wasser.

Frisch und unerwartet in Bowle sind Gurkenwürfel oder -kugeln, die sich mit einem Kugelstecher leicht formen lassen.

Ein Smoothie für heiße Tage: 2 große Pfirsiche, 100 Gramm rote Johannisbeeren, 0,2 Liter Wasser und Honig pürieren.

test Juli 2009

## Pikante Honignüsse, Shiitake- und Brot-Chips

**Für 10 Personen**

**Shiitake-Chips:**

1 kg Shiitake                      4 g Salz                      10 ml Sonnenblumenöl

**Brot-Chips:**

300 g weiches Brot    5 Zweige Rosmarin    5 Zweige Thymian  
5 Zweige Oregano    60 g Butter            1 Knoblauchzehe  
3 g Meersalz

**Honignüsse:**

300 g Nüsse                      80 ml Honig                      40 g Puderzucker  
3 g Meersalz                      40 ml Pflanzenöl

**Brot-Chips mit Kräutern:**

Würfeln und fein hacken. Brot entrinden und würfeln – 1 cm je Kante. Knoblauch und Kräuter fein hacken.

Butter in einer Pfanne schmelzen. Sobald sie schäumt, Brot hineingeben und immer wieder wenden. Nach 3 Minuten kommen Knoblauch und Kräuter dazu. Unter ständigem Wenden goldbraun braten, auf Küchenkrepp trocknen und abkühlen lassen, mit Meersalz würzen.

**Shiitake-Chips:**

Pilze 1 mm dünn schneiden, auf Backpapier legen. Öl fein auf Scheiben verteilen, am besten per Sprühflasche. Öl mit der Hand in Pilze massieren. Salz fein mörsern, auch einmassieren.

Backpapier mit Pilzen auf einen Rost legen, im leicht geöffneten Ofen bei 80 Grad für 3 bis 4 Stunden trocknen – die Menge reduziert sich auf etwa 100 g. Die letzten 10 Minuten bei geschlossener Tür und 160 Grad kross rösten.

**Honignüsse:**

Einen Tag in Honig ziehen lassen. Honig in einem Topf erwärmen, Nüsse in einer Schüssel damit sehr gut vermischen, abdecken und einen Tag stehen lassen.

Die Nüsse in Puderzucker und Salz wälzen – wer mag, kann noch Currypulver die arabische Würzmischung Ras el-Hanout zufügen.

In beschichteter Pfanne im Öl bei kleiner Hitze vorsichtig knusprig rösten. Auf Küchenkrepp erkalten lassen.

**Tipps:**

Durch Trocknen entweicht das Wasser aus den Pilzen, kurzes Rösten macht sie knusprig. Die Knabbereien verbrennen schnell. Hitze drosseln, sobald sie bräunen. Pilzchips bestechen durch ihr natürliches Glutamat, Brotchips durch Röstaromen, Honignüsse durch Karamellnoten.

test Oktober 2018



# Pikantes Mango-Birnen-Chutney

## Für 4 Portionen

1 reife Mango	1 Birne	½ Bio-Salatgurke
½ rote Paprikaschote	2 Tomaten	3 Lauchzwiebeln
½ rote Chilischote	½ Bund glatte Petersilie	1 rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe	3 EL brauner Zucker	4 EL passierte Tomaten
1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer	1 Spritzer Zitronensaft
2 Gewürznelken	1 Sternanis	1 TL Currypulver
½ Bio-Limette Abrieb	1 Schuss Gemüsebrühe	1 Schuss Weißwein

### Zutaten vorbereiten:

Die Mango schälen, das Fleisch links und rechts vom Stein schneiden und würfeln. Birne, Gurke und Paprika waschen und trocknen, dann jeweils entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Tomaten auf der Unterseite kreuzweise einritzen und mit kochendem Wasser überbrühen. In Eiswasser abschrecken, dann häuten, halbieren, entkernen und ohne Stielansatz in Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und ohne Wurzelansatz in Ringe schneiden. Die Chilischote waschen, entkernen und ebenfalls in Ringe schneiden. Die Petersilie waschen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden.

### Zutaten mit Zucker anbraten:

Den Boden einer beschichteten Pfanne mit dem braunen Zucker bestreuen und die Pfanne erhitzen. Wichtig dabei: Den Zucker nicht verrühren, sonst bilden sich Klumpen! Sobald sich die Zuckerkristalle vollständig aufgelöst haben, Zwiebel- und Knoblauchwürfel dazugeben und bei mittlerer Hitze kurz im Zucker anschwitzen. Nach und nach Paprika, Gurke, Birne und Mango dazugeben.

### Restliche Zutaten hinzufügen und ablöschen:

Die Tomatenwürfel mit den passierten Tomaten dazugeben. Alles gut salzen, pfeffern und mit Zitronensaft beträufeln. Jetzt Nelken, Sternanis und Currypulver mit in die Pfanne geben. Mit dem Limettenabrieb bestreuen. Alles einmal kräftig durchschwenken, mit der Gemüsebrühe ablöschen und leicht einkochen. Die Frühlingszwiebel- und Chiliringe unterheben, dann mit dem Weißwein ablöschen.

### Anrichten:

Die Pfanne vom Herd ziehen und das Chutney nochmals ordentlich durchrühren, dann die Petersilie unterheben. Das Chutney passt zu kurzgebratenem Fleisch, wie zum Beispiel Rinderlende, ebenso wie zu Fischgerichten.

Frank Rosin am 14. Mai 2018

# Pizza

500 g Mehl    0,25 l Milch                    100 ml Olivenöl    1 EL Zucker  
1/2 TL Salz    1/2 Pck. Trockenhefe

Den Backofen auf 240°C vorheizen.

Mehl, Zucker, Salz verrühren. Trockenhefe in warme Milch rühren und sofort zum Mehl geben. Das Olivenöl danach in den Teig laufen lassen.

Den Teig am besten am Vortag machen, einmal gehen lassen, durchkneten und dann in einer großen Plastiktüte über Nacht in den Kühlschrank.

Etwa 3 Stunden vor Backbeginn den Teig aus dem Kühlschrank holen und durchkneten, gehen lassen, auf das Blech legen. Menge reicht für zwei Backbleche. In der Regel erübrigt sich das Einfetten des Backbleches, da der Teig viel Öl enthält. Teig ausrollen.

Belag-Vorschlag:

Dosentomaten, Salz, Pfeffer, Thymian und Basilikum zu einer Sauce verarbeiten; Blech leicht ölen; Teig darauf dünn verteilen und mit der Tomatensauce bestreichen; mit Mozzarella-Scheiben belegen; darauf frische Pilzscheiben, Artischocken, Schinken; Das ganze 15-20 min. backen.

Wenn man eine knusprige Pizza haben möchte:

Man beschaffe sich einen heißen Stein an (30x37cm) und heize diesen vor (z. B. auf 2 Gasflammen oder 2 Elektroherd-Platten; bei Gasvorheizung den heißen Stein auf den Grillrost aus dem Elektroherd legen, damit man ihn leichter bewegen kann). Den Backofen auf maximale Hitze vorheizen. Den Teig auf Backpapier dünn ausrollen auf eine Größe, dass der Stein vollständig bedeckt wird; wie oben belegen. Mit dem Backpapier die Pizza auf den heißen Stein legen und den Grillrost mit Stein und Pizza für 4 min. in den maximal vorgeheizten Backofen schieben; danach herausnehmen und 5 min. offen nachbacken lassen; dabei gegebenenfalls mit weiteren Zutaten belegen, insbesondere mit frischen Kräutern.

NN

# Pochiertes Ei mit Mangold, Maronen und Pfeffer-Karamell

## Für 2 Personen

### Für Ei und Mangold:

1 roter Mangold	4 Walnusskernhälften	4 Maronen (gegart und geschält)
1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	10 g Ingwer
2 EL Butter	50 ml Rote Bete Saft	Meersalz
2 EL Weinessig	4 frische Eier	1/2 Bio-Zitrone
3 EL Rapsöl	1 EL Muscovadozucker	grober Pfeffer

### Für die Sauce:

2 Schalotten	300 ml Gemüsefond	200 ml Rieslingsekt
2 EL Crème-fraîche	1 EL grober Senf	1 Eigelb
1 Msp. Safran	Meersalz, Pfeffer	

Mangold putzen und gut waschen. Die Mangoldblätter von den Stielen schneiden und beiseite legen. Die Stiele in ca. 5 cm lange und 1 cm breite Stücke schneiden. Walnüsse und Maronen grob hacken, in einer Pfanne ohne Fett anrösten, beiseite stellen. Für die Sauce 2 Schalotten schälen, fein schneiden. Mit Gemüsefond und Sekt in einen Topf geben und um die Hälfte einkochen lassen. Schalotte, Knoblauch und Ingwer schälen und sehr fein schneiden. In einem Topf mit 2 EL Butter die Schalotte anschwitzen, Knoblauch und Ingwer zugeben, kurz mit anschwitzen, dann Mangoldstäbe zugeben und gleich den Rote Bete Saft angießen. Leicht salzen und die Mangoldstäbe bissfest kochen. Für die Pochierten Eier 1 l Wasser mit ca. 20 ml Essig zum Kochen bringen. Die Eier aufgeschlagen, mit Hilfe einer kleinen Suppenkelle in die kochende Flüssigkeit gleiten lassen und 5 Minuten pochieren (Wasser sollte nur simmern). 2 EL Salz in heißem Wasser auflösen, pochierte Eier darin kurz abspülen (neutralisiert den Essiggeschmack). Den Saucenansatz durch ein Sieb passieren. Den passierten Fond erwärmen, jedoch nicht aufkochen kochen. Crème-fraîche mit Senf und Eigelb verquirlen und unter den heißen Fond rühren und binden. Safran untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Mangoldblätter in feine Streifen schneiden. Von der Zitrone etwas Schale abreiben und den Saft auspressen. 1 EL Zitronensaft mit Zitronenschale, Rapsöl und Salz vermischen und die Mangoldblattstreifen kurz vor dem Servieren damit marinieren. Muscovadozucker mit grob gemahlenem Pfeffer mischen. Das gekochte Mangoldgemüse in tiefe Teller anrichten, darum herum die Mangoldstreifen geben und mit den Maronen und Nüssen bestreuen. Die pochierten Eier abtropfen und pro Portion 2 Eier auf das Gemüse setzen. Die Eier mit der Pfeffer-Zuckermischung bestreuen und einem Küchenbunsenbrenner karamellisieren. Die Sauce mit einem Pürierstab schaumig aufschlagen und darüber träufeln.

Michael Kempf 15. Februar 2013

## Power-Drink mit Goji-Beere, Pflaume und Birne

### Für zwei Personen

50 g getrocknete Goji-Beeren	200 ml Cranberry-Saft	1-2 Stangen Zimt
2 Birnen	9 Pflaumen	Eiswürfel

Den Cranberry-Saft in einen kleinen Topf füllen und die getrockneten Goji-Beeren sowie ein bis zwei Zimtstangen (je nach Größe) dazugeben. Die Saftmischung aufkochen lassen, vom Herd nehmen und so lange ziehen lassen, bis der Saft vollständig erkaltet ist. Anschließend die Zimtstange(n) entfernen, die Beeren samt Saft in einen Mixbecher füllen und mit einem Pürrierstab gut durchmischen. Die Birnen und die Pflaumen vierteln, dabei die Kerne bzw. das Kerngehäuse entfernen und die Früchte durch einen Entsafter drücken. Den Goji-Cranberry-Saft zu dem Birnen-Pflaumen-Saft geben, gut vermischen und in zwei Gläser füllen. Besonders erfrischend schmeckt der Power-Drink, wenn man ihn mit Eiswürfeln serviert.

Alexander Herrmann am 05. Februar 2015

## Power-Drink mit Obst und Gemüse - Kaki und Rote Bete

### Für zwei Personen

1-2 Rote Bete	2 Kaki	3 Karotten
2 Stangen Zitronengras	1 Stück Ingwer (daumengroß)	100 ml Agavendicksaft
1 TL Pflanzenöl	Eiswürfel	

Die Rote Bete unter fließendem Wasser gut abbürsten, den Strunk entfernen und die Bete in grobe Stücke schneiden. Von den Kakis den Strunk entfernen und das Fruchtfleisch vierteln, sowie von den Karotten den Strunk entfernen und den Ingwer in grobe Scheiben schneiden. Anschließend die Rote Bete, die Kaki, die Karotten, das Zitronengras und den Ingwer abwechselnd in einen Entsafter geben (wer keinen Entsafter hat, kann das Obst und Gemüse z.B. auch in einen Zerkleinerer mixen und durch ein feines Sieb gießen). Den aufgefangenen Saft mit etwas Agavendicksaft abschmecken und einige Tropfen Öl einrühren (das Pflanzenöl ermöglicht es, dass auch fettlösliche Vitamine aufgenommen werden können). Wer den Power-Drink noch erfrischender mag, kann ihn entweder in Gläsern mit Eiswürfeln servieren oder direkt ein paar Eiswürfel mit dem Gemüse durch den Entsafter lassen.

Alexander Herrmann am 20. Januar 2015

## Prickelnder Aperitif

### Für 2 Personen

300 g Erdbeeren	Saft einer halben Zitrone	300 ml Sekt
Granatapfel	3 Stängel Basilikum	Daumenlänge frischer Ingwer

### Scharfe Jakobsmuscheln:

4 Jakobs- oder Kammuscheln	2 Zitronengrasstängel	1 Chilischote
Salz, Pfeffer	1 EL Olivenöl	

Den Granatapfel pellen, die ausgelösten Kerne in einen Gefrierbeutel geben. Mindestens 15 Minuten einfrieren.

In der Zwischenzeit den Ingwer schälen und in hauchdünne Scheiben schneiden. Mit den Erdbeeren und dem Basilikum in ein hohes Gefäß geben und mit einem Pürierstab fein pürieren. Anschließend durch ein Sieb streichen und den Zitronensaft unterrühren. Kaltstellen.

Vor dem Servieren erst 1 bis 2 Esslöffel Fruchtmus in ein Glas geben, dann vorsichtig mit dem Champagner auffüllen. Zum Schluss die gefrorenen Granatapfelkerne in das Glas geben.

### Zubereitung der Muschelspieße:

Je 2 Jakobsmuscheln mit etwas Abstand auf einen Zitronengrasstängel spießen. Die Stängel vorher mit einem Messerknauf leicht andrücken: Das öffnet deren Wurzel und setzt das Aroma frei. In einer großen Pfanne das Olivenöl erhitzen und die Jakobsmuscheln auf jeder Seite 1 bis 2 Minuten scharf anbraten. Würzen. Die Chilischote in feine Ringe schneiden und nach dem ersten Wenden der Muscheln dazugeben.

### Tipps:

Champagner prickelt verführerisch, Granatapfelkerne leuchten intensiv rot - die Zutaten gelten als luststeigernd. Gourmets schwören ebenso auf die sinnlichen Aromen von Austern und Trüffeln, auf anregende Scharfmacher wie Chili und Ingwer oder die liebliche Süße von Feigen und Erdbeeren.

Liebe geht zwar durch den Magen - ein voller Magen macht aber müde. Setzen Sie lieber auf kleine feine Speisen.

Servieren Sie als krönenden Abschluss Früchte im Schokomantel. Bringen Sie nach Belieben Vollmilch-, Zartbitter- oder weiße Schokolade zum Schmelzen. Würzen Sie die weiße mit kleinen Ingwerstücken, die hellbraune mit gemahlenem Kardamom, die dunkle mit Zimt. Tauchen Sie Obst in die heiße Schokolade ein und lassen es trocknen: etwa Physalis, Erdbeeren, Kirschen oder Birnenspalten.

test Februar 2016

# Puffreis

## **Für zwei Personen**

100 g Reis ungekocht 250 g Butterschmalz Salz, Gewürze

Den Reis in einem Topf mit Wasser bei schwacher Hitze langsam weich kochen. Der Reis muss so weich sein, dass man ihn als „verkocht“ bezeichnen müsste, wenn man ihn nur gekocht essen würde. Wenn Reis vom Essen des Vortags übrig geblieben ist, einfach in einem Topf mit Wasser weiter kochen, bis er weich genug ist. Anschließend den Reis in ein Sieb schütten und unter fließendem kaltem Wasser abschrecken, wodurch die am Reis haftende Stärke abgewaschen wird und gut abtropfen lassen. Den abgetropften Reis flach auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und bei 65 Grad Umluft für mindestens drei Stunden vollständig trocknen. Das Fett in einem Topf erhitzen (das Fett muss so heiß sein, dass es gerade den Rauchpunkt erreicht), die getrockneten Reiskörner mit Hilfe eines feinen Metallsiebes ins heiße Fett tauchen und „puffen“. Anschließend sofort aus dem Fett nehmen, auf Küchenkrepp abtropfen und mit Salz und ggf. anderen Gewürzen bestreuen.

Alexander Herrmann am 04. November 2014

# Quark-Stollen

## **Für 3 kleine Stollen:**

200 g zimmerwarme Butter	65 g Puderzucker	1 Vanilleschote
150 g frische Walnüsse	2 Eier	250 g Dinkelvollkornmehl
250 g Dinkelmehl Type 630	1 Pck. Weinstein-Backpulver	1 TL gemahl. Ceylon-Zimt
$\frac{1}{2}$ TL gemahl. Kardamom	1 Prise Meersalz	250 g Speisequark (20%)
2-3 EL Rum	250 g Rosinen	100 g gewürfeltes Zitronat
100 g gewürfeltes Orangeat		

## **Für den Belag:**

50 g flüssige Butter	50 g Puderzucker
----------------------	------------------

Den Backofen auf 175 Grad Umluft vorheizen. Walnüsse auf einem mit Backpapier belegtem Blech verteilen und im heißen Backofen rösten, bis sie herrlich duften. Nüsse auf einem Teller etwas abkühlen lassen.

Vanilleschote längs aufschneiden, das Mark mit einem Messer austreichen.

Vanillemark, Butter und Zucker hellcremig rühren.

Eier mit einer Gabel verquirlen. Dann nach und nach die Eier unter Rühren zur Butter- Zucker-Masse gießen.

Mehl, Backpulver, Salz und Gewürze mischen. Jeweils  $\frac{1}{3}$  Mehl, Quark und Rum kurz und rasch nacheinander unterrühren.

Die Walnüsse fein hacken. Rosinen, Zitronat, Orangeat und die gehackten Walnüsse mit einem Kochlöffel unter den Teig rühren.

Ein Backbrett mit Mehl bestäuben. Für einen großen Stollen den Teig zu einer Kugel formen und ca. 3 cm dick zu einem Rechteck ausrollen.

Den Teig so zur Mitte überklappen, dass an einer kurzen Seite noch ein ca. 3 cm breiter Rand frei bleibt. So entsteht eine Stollenform.

Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Den Stollen darauf setzen. In den heißen Backofen schieben und ca. 55 Minuten goldbraun backen.

Stollen aus dem Ofen nehmen, noch heiß mit flüssiger Butter bepinseln und mit Puderzucker bestäuben.

Zunächst auf dem Blech abkühlen lassen. Dann auf ein Kuchengitter setzen und vollständig auskühlen lassen.

Den Stollen zunächst in Butterbrot- oder Backpapier einwickeln. Dann mit Frischhaltefolie umwickeln und kühl lagern. So hält er sich über mehrere Wochen. Tipp: Alternativ für drei kleine Stollen den Teig erst zu einer Rolle formen, dann in drei gleichgroße Stücke teilen. Jeweils ca. 3 cm dick rechteckig ausrollen. Die Rechtecke ebenfalls von der längeren Seite her überklappen, sodass an einer Seite ein etwa 2 cm breiter Rand frei bleibt. Die kleinen Stollen backen ca. 40 Minuten. Zum Verschenken sind solch kleine Stollen ideal!

Theresa Baumgärtner am 11. Dezember 2017

## Ragout fin

### Für 4 Personen

400 g Hähnchenbrustfilet	400 g Kalbfleisch	150 g Champignons
200 g Spargel, Spitzen	1 Bund Suppengrün	2 EL Butter
1 EL Mehl	1 Glas Wein, weiß	Salz, Pfeffer
50 g Parmesan, gerieben	Worcestersauce	

Das Suppengrün putzen und würfeln. Jeweils die Hälfte mit einer Fleischsorte zusammen in einen Topf geben, mit Wasser bedecken, zum Kochen bringen und ca. 90 Minuten leise simmern lassen. Spargelspitzen in wenig Salzwasser bissfest kochen. Die Kochflüssigkeiten abseihen und auffangen. Fleisch und Spargel in mundgerechte Stücke schneiden. Pilze sauber bürsten, in Scheiben schneiden und in 1 EL Butter anbraten. In einem weiten Topf 1 EL Butter schmelzen und darin das Mehl anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen, die Brühe und das Spargelwasser hinzugeben, sodass eine soßige Konsistenz entsteht. Kräftig würzen. Die Fleischwürfel, den Spargel und die Pilze hineingeben und 30 Minuten bei kleiner Flamme durchziehen lassen. Dabei immer wieder durchrühren. Das Ragout fin in kleine feuerfeste Förmchen füllen, mit Parmesan bestreuen und unter dem Backofengrill überbacken. Dazu passt gebuttertes Toastbrot.

NN

## Rotwein-Reduktion

### Für zwei Personen

300 ml Rotwein	1 Schalotte	1 Lorbeerblatt
1 Nelke	1 Piment	1/2 Tl Preiselbeeren
Zucker, Pfeffer	Zitronen-Abrieb	1/2 Apfel

Die Schalotte klein schneiden, das Piment zerstoßen, den Apfel reiben. In einem Topf karameliere man den Zucker, lösche mit dem Rotwein ab und füge die anderen Zutaten hinzu. Nun reduziere man den Sud auf höchstens ein Viertel und seihe ihn ab. In der vorliegenden Form läßt er sich gut einfrieren.

Durch Hinzufügen von Crème double, Sahne und evt. Orangen-Abrieb entsteht eine Rotwein-Soße.

NN am 14. Mai 2013

## Rucola-Champignon-Pesto

### Für eine Portion:

2 Rib-Eye Steaks	100 g Rucola	60 g Champignons
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	40 g Parmesan
Olivenöl	Salz, Pfeffer	

Olivenöl in einer weiteren Pfanne erwärmen. Parallel Zwiebeln und Knoblauch abziehen und schneiden, die Champignons vierteln und alles auf mittlerer Hitze anbraten. Das Gemüse mit Pfeffer und Salz würzen. Zum Schluss den Rucola hinzugeben und kurz in der Pfanne schwenken. Das Gemüse in einen Standmixer geben und mit einem Schuss Olivenöl sowie Parmesan verfeinern. Die Masse so lang mixen, bis ein homogenes Pesto daraus entsteht.

Steffen Henssler am 20. Juni 2013



## Rum-Eis

### Für 4 Personen

2 Vanilleschote    500 ml Milch    500 g Sahne  
180 g Zucker    10 Eier    Kuba-Rum, braun  
Salz

Die Vanilleschoten längs halbieren, das Mark auskratzen. Milch, Sahne, die Hälfte des Zuckers, das Vanillemark und die Vanilleschoten in einen Topf geben und aufkochen lassen. Währenddessen einen kleinen Topf mit drei Zentimeter hoch Wasser befüllen und aufkochen lassen. Sechs Eigelb und vier Eier mit dem übrigen Zucker mit einer Prise Salz in einem Schlagkessel mit einem Schneebesen hell-schaumig aufschlagen. Die kochende Vanillemilch unter Rühren nach und hinzufügen und den Schlagkessel auf den kleinen Topf über den aufsteigenden Wasserdampf stellen. Mit einem Gummischaber die Eiermilch nun beständig aber ruhig von der Kesselwand weg rühren. Dabei auf etwa 75 Grad erhitzen und sofort durch ein Sieb gießen, so bleiben die Vanilleschoten zurück und die Soße kühlt gleichzeitig etwas ab. Mit einem Schuss Rum abschmecken. Auskühlen lassen und in einer Eismaschine zu einem cremigen Eis frieren. In einen vorgefrosten Behälter füllen, mit Backpapier direkt bedecken und bis zum Gebrauch in den Froster stellen.

Alfons Schuhbeck am 04. Februar 2011

## Russische Blini

1 L Milch    5 Eier    1/2 TL Salz    5 EL Mehl    Butter

Milch, Eier und Salz mit einem Handmixer vermengen. Mehl langsam bei ständigem Weitermischen hinzufügen, damit sich keine Klumpen bilden. Den Teig ca. 10 min ruhen lassen.

Mit einem Holzlöffel durchmischen; in einer heißen Pfanne mit Butter gleichmäßig verteilen und ausbacken. Die Teig-Menge für einen Blini richtet sich nach der Pfannengröße; auf jeden Fall sollten dünne Blini entstehen.

Jeden Blini einzeln mit etwas flüssiger Butter bepinseln.

Die Blini schmecken sowohl mit Zucker oder Marmelade, als auch deftig mit Crème fraiche und Lachs, Kaviar, usw.

NN am 30. Januar 2018

## Süße und herzhaft Vorräte

### Für 7-9 Gläser

#### Tomaten-Paprika-Gemüse:

2 kg reife, arom. Tomaten	500 g rote Paprika	500 g gelbe Paprika
50 g Kapern	6 Schalotten	3 Knoblauchzehen
je 1/4 Bund Rosmarin, Thymian	Salz, Pfeffer, Zucker	1 TL Zitronen-Abrieb
4 EL Olivenöl	2 EL Aceto Balsamico Bianco	

#### Apfel-Zimt-Birnen:

1 kg feste, säuerliche Äpfel	1 kg feste Birnen	1 kg Zucker
1 L Wasser	100 ml Apfelessig	900 ml klarer Apfelsaft
2 Zimtstangen	4 Pimentkörner	1 Nelke
1/4 Vanilleschote	4 Pfefferkörner	

#### Tomaten-Paprika-Mix:

Schalotten und Knoblauch schälen, klein schneiden. Tomaten waschen, in etwa 2,5 mal 2,5 cm große Stücke schneiden. Paprika waschen, entkernen und wie die Tomaten grob würfeln.

Öl in einem großen Topf erhitzen. Gemüse - außer Tomaten - darin anschwitzen. Kräuter und Zitronenzesten dazugeben, würzen und leicht glasieren.

Mit Essig ablöschen, dann Tomatenstücke dazugeben. Bei kleiner Hitze weich kochen, öfter umrühren. Die Kapern dazugeben, alles eine halbe Stunde leise köcheln lassen. Abschmecken.

Derweil Gläser vorbereiten (siehe Tipps). Gemüse einfüllen, verschließen. Mindestens eine Woche ziehen lassen.

#### Apfel-Birnen-Kompott:

1 Kilo Zucker mit 1 Liter Wasser mischen und aufkochen lassen. Das sirupartige Wasser wird Läuterzucker genannt.

Sud ansetzen: Läuterzucker, Essig, Saft, Pfeffer- und Pimentkörner sowie Zimt in einem Topf zum Kochen bringen.

Birnen und Äpfel waschen und entkernen, dann sechsteil oder achteiln. Abwechselnd in die Gläser schichten.

Nach 5 Minuten Kochzeit den Sud auf die Gläser verteilen. Das Obst damit bedecken, aber zum Rand etwas Platz lassen. Verbliebene Gewürze mit einem Löffel verteilen. Gläser verschließen.

#### Tipps:

Gläser und Deckel vorab in einem hohen Topf mit heißem Wasser auskochen. Auf ein Geschirrtuch stellen und abtropfen lassen. Nach dem Befüllen gut verschließen und auf den Kopf stellen. Beim Abkühlen soll sich ein Vakuum bilden.

Ob Schraubdeckelglas oder Einweckglas mit Gummiring: Wer auf Nummer sicher gehen will, dass die Gläser dichthalten, sollte sie zusätzlich im Ofen einkochen bei 120 Grad für etwa 40 Minuten. Dazu die Gläser auf ein tiefes Backblech stellen und dieses mit etwas Wasser befüllen. Bei kühler, dunkler Lagerung halten sich die Gläser dann etwa ein Jahr.

Der Gemüsemix passt zu Reis, Pasta, Fisch, Fleisch oder zu Brot. Püriert und mit Frischkäse verfeinert wird er zur Suppe.

Das süße Obstkompott passt zu Jogurt und Quark. Es eignet sich auch als Füllung für Kuchen oder Eierkuchen. Zur Weihnachtszeit kann es Preiselbeeren ersetzen.

test Oktober 2016

## Süßer Couscous mit Feigen und Zitronen-Melisse

### Für 2 Portionen

100 g Instant-Couscous	200 ml Wasser	2 Feigen
20 g Butter	2 EL Zucker	1 Limette
1 Orange	1 EL Limonengelee	Zitronenmelisse
Öl	Zimt	

Wasser in einem Topf erhitzen und auf den Couscous gießen. Fünf Minuten quellen lassen und anschließend mit einer Gabel auflockern. Währenddessen eine Pfanne erhitzen, etwas Öl und eine Prise Zucker hineingeben. Die Feigen ungeschält in Scheiben schneiden und in der Pfanne karamellisieren lassen. Zwischendurch schwenken. Nun den Couscous über den gebratenen Feigen verteilen. Eine Flocke Butter, etwas Zucker, den Saft einer halben Limette sowie einer halben Orange zum Verfeinern dazugeben. Etwas Zitronenmelisse fein hacken. Für die besondere Note das Ganze mit einem Esslöffel Limonengelee oder Limonenmarmelade und ein wenig der gehackten Zitronenmelisse verfeinern. Wenn gewünscht, gerne auch eine Prise Zimt drüberstreuen. Zum Schluss den Couscous mit den süß gewürzten Feigen auf Tellern anrichten und mit einem Blatt Zitronenmelisse dekorieren.

Steffen Henssler am 13. 10. 2011

# Sandwich-Variationen

## Für 4 Personen

### Für den Thunfisch-Sandwich:

2 EL Olivenöl	4 große Graubrotscheiben	120 g Mozzarella
200 g Thunfisch in Öl	1 EL Kapern	3 EL Mayonnaise
1 EL weißer Balsamico	1 EL Tomatenmark	Salz
Pfeffer	1 Prise Zucker	

### Für das Tomatenbrot:

3 EL Olivenöl	4 Graubrotscheiben	4 Romatomen
1 rote Zwiebel	3 Stängel Basilikum	50 g Doppelrahmfrischkäse
1 Zweig Zitronen-Thymian	2 EL Balsamico	3 EL Zitronen-Olivenöl
1 TL Honig	Salz	Pfeffer

Für den Thunfisch-Sandwich den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Olivenöl bestreichen (oder mit Backpapier auslegen) und die Brotscheiben darauflegen.

Mozzarella in Würfel schneiden und in eine Schüssel geben, Thunfisch zerzupfen und dazugeben, Kapern untermengen.

Die Mischung auf die Brote streichen und im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten backen.

In der Zwischenzeit die Mayonnaise mit Balsamico und Tomatenmark gut vermischen, 1-2 EL Wasser zugeben und die Sauce glatt verrühren, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Die gebackenen Brote aus dem Ofen nehmen, mit der Tomaten-Mayonnaise beträufeln und genießen.

Für das Tomatenbrot die Hälfte vom Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und die Brotscheiben darin von beiden Seiten rösten.

Die Tomaten waschen, Strunkansätze entfernen und die Tomaten in Scheiben schneiden.

Die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden.

Basilikum abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und diese mit restlichem Olivenöl fein pürieren oder mixen.

Das Basilikumpüree mit dem Frischkäse vermischen.

Für das Dressing Zitronenthymian abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abstreifen und fein schneiden.

Balsamico mit Zitronen-Olivenöl, Honig und Zitronenthymian vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die gerösteten Brotscheiben mit dem Basilikum-Frischkäse bestreichen, mit den Tomatenscheiben und den Zwiebelringen belegen. Das Dressing darüber träufeln und die Brote genießen.

Christian Henze am 14. August 2017

# Sangria

## **Für ca. 2 Liter:**

1 Flasche guten Rotwein	1 Zitrone	1 Limette
1 Orange	200 ml 7-jähriger Kuba-Rum	100 g Bourbon-Vanillezucker
250 ml Orangensaft	Obst (Erdbeeren)	Eiswürfel

Obst und Orangensaft gut kühlen.

Zitrone, Limette und Orange oben und unten kappen, schälen und die Spalten entlang der Häute herauschneiden. Die Spalten dritteln, Rum, Zucker zugeben und im Kühlschrank über Nacht ziehen lassen.

Vor dem Servieren die Früchte grob zerschneiden, durch die Pommes-Pressen drücken, in einen Krug geben, Eiswürfel, Wein, Orangensaft hinzugießen und nach Gefallen süßen.

Hinweis:

Über die Eiswürfel und den Rotwein lässt sich der Alkohol-Gehalt regulieren. Nach der obigen Zutaten-Liste enthält die Sangria ca. 9% Alkohol, falls der verwendete Rotwein trocken ist. Sollte der Rotwein halbtrocken sein, wird die Sangria ca. 7,5% Alkohol enthalten.

NN am 19. Mai 2015

# Schneller Rumtopf

## **Für 4 Personen**

250 g Kirschen	250 g Zwetschgen	250 g Mirabellen
20 Karamellbonbons	250 ml Rum	Vanilleeis

Karamellbonbons in der Küchenmaschine fein zermahlen. In einem Topf schmelzen und mit Rum ablöschen, aufkochen und die Früchte untermischen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze so lange kochen, bis die Früchte aufgetaut sind. Mit dem Vanilleeis servieren.

Tim Mälzer am 14. 11. 2009

# Schwarz-Weiß-Gebäck

## Für ca. 80 Stück:

200 g weiche Butter	100 g Puderzucker	1 Ei
Vanilleschote	1/2 TL Zitronen-Abrieb	1 Prise Meersalz
300 g Weizenmehl (405)	40 g Kakao	1 EL Wasser
Mehl, Milch		

Butter, Puderzucker, Ei, Vanillemark, Zitronenabrieb und Salz zu einer glatten Masse verarbeiten. Das Mehl sieben und rasch unter die Masse kneten. Kakao mit knapp 1 EL Wasser vermischen. Den Teig zunächst in 2 gleich große Portionen teilen, unter eine Portion Kakao kneten. Den hellen und dunklen Teig separat in Frischhaltefolie einpacken und ca. 1 Stunde in den Kühlschrank geben. Die beiden Teige separat mit etwas Mehl ausrollen und nach Wunsch zusammensetzen, zuschneiden oder ausstechen. Dabei die einzelnen Teigstücke mit etwas Milch bestreichen, aufeinandersetzen, in Folie einpacken und erneut ca. 1 Stunde kalt stellen. (z.B. auf die helle Teigplatte, die dunkle darauf setzen und zu einer Rolle formen, so entsteht eine Spirale.) Den Backofen auf 150 Grad Ober-Unterhitze vorheizen und Backbleche mit Backpapier auslegen. Die vorbereiteten gekühlten Teigstücke aus der Folie packen und in ca. 5 mm große Scheiben schneiden und auf die vorbereiteten Backbleche setzen. Die Bleche mit den Plätzchen nach und nach im vorgeheizten Backofen auf mittlerer Schiene ca. 25 Minuten backen, dann herausnehmen und auf Kuchengittern auskühlen lassen.

Bernd Siefert am 27. November 2014

## Scones

### Für 2 Portionen:

550 g Mehl (Type 550)	140 g Zucker	4 TL Backpulver
2 Prisen Salz	250 g gewürfelte Butter	250 g Buttermilch
2 Eier	Vanillezucker	Mehl

Mehl, Zucker, Vanillezucker, Salz und Backpulver vermengen.

Die kalte Butter zu den trockenen Zutaten geben.

Mit einem Mixer rühren bis ein krümeliger Teig entstanden ist.

In einer Schüssel Buttermilch und Ei verquirlen.

Die Masse unter die Butter-Mehl-Mischung heben. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsplatte ca. 2 cm dick ausrollen.

10 Kreise (5 cm Durchmesser) ausstechen.

Die Teig-Kreise auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech auslegen und im vorgeheizten Backofen bei 175°C Umluft ca. 10 - 12 Minuten backen.

NN am Donnerstag, 04. Mai 2018

## Senf-Mayonnaise

### Für 4 Personen

1 Schalotte	1 TL Kapern	2 Cornichons
1 EL Dijonsenf	1 Eigelb	1 EL Champagneressig
Saft von 1 Zitrone	1 TL Zucker	125 ml Olivenöl
Salz, Pfeffer		

Schalotte schälen und fein hacken, Kapern und Cornichons fein hacken. Zusammen mit Senf, Eigelb, Essig, Zitronensaft, Zucker und 1 EL Wasser in einen Mixer geben und verrühren, dabei nach und nach das Olivenöl einlaufen lassen bis die Sauce cremig ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Frank Buchholz 04. Februar 2013

## Silvester-Bowle

### Für 12 Personen

4 Beutel Früchtetee	2 große Zimtstangen	100 g Zucker
2 Bio-Orangen	1 Bio-Zitrone	2 Äpfel
250 ml frischer Orangensaft	3 El Zitronensaft	2 Flaschen trockener Rotwein
5 El Weinbrand	5 El Orangenlikör	1 l Mineralwasser

Tee und Zimtstangen mit 800 ml kochendem Wasser überbrühen und 5 Min. ziehen lassen. Zucker darin auflösen. Orangen und Zitrone waschen, trocknen und in Stücke schneiden. Äpfel waschen, vierteln, entkernen und in Stücke schneiden. Teebeutel aus dem Tee entfernen. Früchte mit Tee, Zimtstangen, Orangensaft, Zitronensaft und Rotwein in ein großes Bowlengefäß geben. 3–4 Std. kalt stellen. Bowle mit Weinbrand und Orangenlikör abschmecken. Mit Mineralwasser aufgießen.

Tim Mälzer am 31. 12. 2009

# Sommerliche Vinaigrette

**Für zirka 0,5 Liter**

**Der Klassiker:**

4 EL mittelscharfer Senf	1 Schalotte	250 ml Olivenöl
1 EL Waldhonig	1 EL Rotweinessig	Salz, Zucker, Pfeffer

**Die Fruchtige:**

4 EL Himbeersenf	200 ml Rapsöl	50 ml Walnussöl
1 EL Apfelessig	1/2 Apfel	1 Schalotte

Salz, Pfeffer, Zucker

**Für Fisch:**

4 EL grober Dijonsenf	220 ml Olivenöl	2 Knoblauchzehen
1 EL dunkle Sojasoße	2 TL Zitronensaft	8 Stängel Estragon

Salz, Pfeffer, Zucker

Man verrühre einen Teil Essig und drei Teile Öl, etwas Senf, Pfeffer und Salz - fertig ist die klassische Vinaigrette. Wer ihre Zutaten einfallsreich variiert, kann sie nicht nur zu Salaten, sondern auch zu Fisch oder als Dip servieren.

Vinaigrette für Blattsalat:

Zuerst die Schalotte schälen und fein würfeln. Die Würfel mit dem Honig, dem Senf und dem Essig glatt rühren.

Das Öl unter Rühren in einem dünnen Strahl dazugeben. Abschmecken.

Vinaigrette für gemischte Salate mit Hartkäse:

Den Apfel und die Schalotte waschen, schälen und sehr fein würfeln.

Apfel- und Schalottenstückchen mit dem Himbeersenf und dem Apfelessig verrühren.

Die Öle unter Rühren in einem dünnen Strahl dazugeben. Abschmecken.

Vinaigrette für Fisch, Zitrusfrüchte, Fenchel, Oliven oder zum Dippen

Den Knoblauch mit der Sojasoße und den Estragonblättern mittels Pürierstab fein pürieren.

Den Senf unterrühren, ebenso den Zitronensaft.

Das Öl unter Rühren in einem dünnen Strahl hinzugeben, mit dem Schneebesen verrühren. Abschmecken.

**Tipps:**

Das französische Wort Vinaigrette steht für einen Essig, der durch Zugabe von Öl milder wird. Damit der Essig und das Öl eine Verbindung eingehen und eine Emulsion entsteht, sollten Sie Senf hinzufügen und das Öl immer zuletzt dazugeben.

Salatblätter werden schnell matschig. Heben Sie die Vinaigrette deshalb erst kurz vor dem Servieren unter.

Praktisch für den Küchenalltag: gleich eine größere Menge anrühren. Unsere Rezepte ergeben etwa einen halben Liter und reichen für eine Gruppe von 20 Personen. In verschlossenen Gefäßen halten sich die Soßen im Kühlschrank etwa eine Woche lang. Vor dem Gebrauch sollten Sie sie durchschütteln.

Ob grober Dijonsenf oder süßlicher Himbeersenf: In einer Vinaigrette gibt Senf mit den Ton an.

test Juli 2015



## Spargel-Pesto

### Für 4 Personen

250 g Spargel, grün    50 g Walnusskerne    150 ml Sonnenblumenöl  
50 g Parmesan        Salz, Pfeffer

Den Spargel im unteren Drittel schälen und die Enden zwei Zentimeter abschneiden. Den Spargel in Stücke schneiden und fünf Minuten in kochendem Salzwasser garen. Anschließend abgießen und in Eiswasser abschrecken. Den Spargel, die Walnusskerne, den Honig und das Sonnenblumenöl in einer Küchenmaschine zu einer cremigen, nicht zu feinen Masse verarbeiten. Den Parmesan fein reiben, untermischen und das fertige Pesto mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Johann Lafer am 28. Mai 2011

## Spinat-Omelette

### Für 2 Portionen

4 Eier                    200 g frischer junger Spinat    50 ml Milch  
1 Knoblauchzehe    1 Zwiebel                    Olivenöl  
Muskatnuss        Salz                            Pfeffer

Eine Pfanne erhitzen und ein wenig Olivenöl oder wahlweise auch Butter hineingeben. Eine Zwiebel abziehen, halbieren, fein würfeln und in die heiße Pfanne geben. Die Knoblauchzehe ebenfalls abziehen, klein hacken und mit der Zwiebel in der Pfanne vermengen. Dazu den Babyspinat in die Pfanne geben. Eier in einer Schüssel aufschlagen und gut mit Salz und Pfeffer würzen. Einen Schuss Milch hinzufügen und die Emulsion mit einem Stabmixer schaumig mixen, sodass genug Luft hinein kommt. Abschließend die Eiermasse mit ein wenig geriebener Muskatnuss abschmecken. Die Eiermasse über das Pfannengemüse geben und mit leicht verringerter Hitze stocken lassen. Sobald das Omelette eine feste Konsistenz erreicht hat, dieses aus der Pfanne lösen und wenden. Das Omelette leicht mit Salz und Pfeffer würzen, auf Tellern anrichten und servieren.

Steffen Henssler am 20. 03. 2012

## Spinat-Ricotta-Tarte

### Für 4 Personen

600 g Blattspinat	3 Eier (Kl. M)	375 g Ricotta
3 El Semmelbrösel	Salz	Pfeffer
frisch geriebene Muskatnuss	1 Pk. Yufka-Teig	80 g flüssige Butter
1 rote Zwiebel	8 Basilikumblätter	2–3 El Pfirsichkonfitüre
2–3 El Zitronensaft	3 El Olivenöl	

Spinat putzen, gründlich waschen und in kochendem Wasser ca. 1 Minute blanchieren. Abgießen und abschrecken. Den Spinat mit den Händen kräftig ausdrücken und anschließend grob hacken. Eier trennen. Eiweiße steif schlagen. Eigelbe mit Ricotta, Spinat und Semmelbröseln verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig würzen. Eischnee vorsichtig unterheben.

Den Yufka-Teig in 5 Quadrate (ca. 40 x 40 cm) schneiden. Eine Tarteform (24 cm) mit Butter fetten. 1 Teigstück hineinlegen, ebenfalls mit Butter bestreichen. Die übrigen Teigstücke nacheinander darüberlegen und jeweils mit Butter bestreichen. Die Ricotta-Masse einfüllen und die Teigländer mit Butter bestreichen. Im heißen Ofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf der mittleren Schiene 25 Minuten backen.

Inzwischen die Zwiebel sehr fein würfeln und den Basilikum fein hacken. Mit Pfirsichkonfitüre, Zitronensaft und Olivenöl verrühren, salzen und pfeffern. Die Tarte mit der Konfitüre bestreichen und sofort servieren.

Tim Mälzer am 24. 09. 2011

## Steinpilz-Pesto

### Für 4 Personen

20 g getrocknete Steinpilze	10 Stiele Thymian	1 Knoblauchzehe
150 ml Olivenöl	2 El gemahlene Mandeln	2 El Parmesan
Pfeffer	1–2 Tl Zitronensaft	Salz

Steinpilze in 250 ml heißem Wasser ca. 15 Minuten einweichen. Pilze aus dem Einweichwasser nehmen und gut ausdrücken. Thymian fein hacken und zusammen mit den Pilzen, Knoblauch und 1/3 vom Olivenöl im Blitzhacker fein hacken. Mandeln, Käse und übriges Öl unterrühren. Mit Pfeffer, Zitronensaft und Salz würzen.

Tim Mälzer am 10. 04. 2010

## Stollen

### Für zwei 900-g-Stollen:

500 g Mehl	1 Pck. Backpulver	170 g selbstgem. Vanille-Zucker
Salz	1 Flasche Rum-Aroma	4 Tr. Zitronen-Aroma
4 Tr. Bittermandel-Aroma	1 Msp. Muskat	2 Eier
200 g Schmand	125 g Mozzarella	175 g Butter, flüssig
125 g Rosinen	100 g Mandeln, gemahlen	100 g Haselnüsse, gemahlen
200 g Zitronat	50 g Orangeat	50 g Korinthen
Puderzucker	50 g Butter	

Den Vanille-Zucker erhält man dadurch, dass man über Monate die ausgeschabten Vanille-Schoten in Zucker einlegt. Den Erfolg erkennt man daran, dass der Zucker leicht fest wird.

Den Backofen auf 160°C vorheizen.

Das Mehl mit dem Backpulver, dem Zucker, den Mandeln und den Haselnüssen gut mischen.

Den Schmand mit der Mozzarella-Kugel mixen. Danach die Zutaten (ohne Rosinen, Zitronat, Orangeat und Korinthen) hinzufügen.

Die Mehl-Mischung auf eine Arbeitsfläche geben, eine Mulde machen, den Ansatz nach und nach in das Mehl einarbeiten; lange und gut kneten. Kurz vor dem Ende Rosinen, Zitronat, Orangeat und Korinthen einarbeiten.

Aus dem Teig zwei Brote formen; jeweils längs ein Drittel abdrücken und einschlagen.

Das Backblech einfetten, die Stollen darauf legen und auf der 2. Schiene von unten, ca. 60 min. backen.

Butter erwärmen, auf den warmen Stollen streichen und mit Puderzucker bestäuben.

NN am 15. November 2016

## Türkisches Fladenbrot

### Für 4 Personen

400 g Mehl	10 g Salz	10 g Olivenöl
8 g Zucker	1 Pck. Trockenhefe	300 ml Wasser
1 Ei	Sesam	

Die Zutaten (ohne das Ei) zu einem weichen Hefeteig verarbeiten, ca. 8 Minuten kneten und 2 h abgedeckt gehen lassen.

Den Backofen auf 250° C vorheizen.

Den Teig halbieren und abgedeckt ca. 20 min. ruhen lassen.

Jeden Teigling in eine längliche Form bringen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Die Laibe mit einem Wasser-Ei-Gemisch bestreichen, mit den Fingerspitzen an mehreren Stellen tief eindrücken ohne Löcher zu machen, mit Sesam oder Schwarzkümmel bestreuen und weitere 20 min. ruhen lassen. Im Backofen ca. 8 Minuten backen.

NN am 27. August 2016

## Tomaten-Essenz

### Für 10 Portionen

500 g reife Tomaten	1,25 kg Dosen-Tomaten	3,5 l Wasser
2 - 3 handvoll Eis	1 Zwiebel	1,5 EL Meersalz
1 EL Zucker	1/2 TL gemahlener Pfeffer	1 Knoblauchzehe
2 Zweige Thymian	1 kl. Zweig Rosmarin	6 Stängel Petersilie
6 Stängel Basilikum	1 Lorbeerblatt	

Die Tomaten waschen und die Strünke entfernen. Tomaten in grobe Stücke schneiden. Die Tomaten aus der Dose samt den frischen mixen und in einen großen Topf geben. Wasser und gestoßenes Eis zufügen.

Zwiebel schälen, grob schneiden und zugeben.

Salz, Zucker, Pfeffer, eine angedrückte Knoblauchzehe und die Kräuter zugeben.

Alles einmal aufkochen lassen und danach etwa 2-3 Stunden im offenen Topf leise köcheln lassen, bis sich die Essenz geklärt hat.

Nach dem Aufkochen nicht mehr umrühren. Die fertige Tomatenessenz durch ein mit einem Passtuch ausgekleidetes Sieb gießen. Auch wenn die Mengen sehr hoch erscheinen, sollten diese besser nicht reduziert werden, denn das Aroma der Essenz entfaltet sich wirklich intensiv erst in dieser Üppigkeit. Die fertige Essenz nach dem Erkalten in kleinen Portionen einfrieren; sie ist eine aromatische Grundlage für z.B. Suppen und Soßen.

Frank Buchholz am 28. Juli 2014

## Tomaten-Ketchup

### Für 4 Portionen

2 kg reife Tomaten	250 g Zwiebeln	6 Knoblauchzehen
1 EL Salz	100 g Zucker	4 EL Weinessig
1 TL weißer Pfeffer	1 TL gemahl. Senfkörner	1/2 TL Ingwerpulver
1/2 TL gemahl. Piment	Olivenöl	

Die Tomaten waschen, den Stielansatz entfernen und die Tomaten in Stücke schneiden. Die Zwiebeln abziehen und fein hacken, ebenso die Knoblauchzehen. Beides in einem hohen Topf mit dickem Boden mit Olivenöl anbraten. Alle weiteren Zutaten (außer den Gewürzen) hinzugeben und ca. 45 Minuten köcheln lassen.

Die Masse durch ein Sieb streichen.

Das Tomatenmark zurück in den Topf geben und offen kochen lassen, bis es dicklich ist. Mit den Gewürzen abschmecken, in heiß gespülte Gläser füllen und sofort verschließen.

NN am 12. September 2015

## Tomaten-Marmelade

### Für 2 Portionen

400 g Kirschtomaten	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
3 EL Zucker	50 ml Weißwein	1 Zweig Rosmarin
Salz	Pfeffer	

Den Zucker in einen Topf geben und leicht karamellisieren. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen, klein schneiden und in dem Karamell anschwitzen. Die Kirschtomaten halbieren. Sie bringen eine natürliche Süße mit und sind damit sehr gut für die Tomatenmarmelade geeignet. Die Tomatenhälften mit in den Topf geben und mit einem Kochlöffel leicht zerstampfen, damit der Saft der Tomaten austreten kann. Einen ganzen Rosmarinzweig dazugeben und mit einem Schuss Weißwein ablöschen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer würzen. Die Tomatenmarmelade bei mittlerer Hitze einkochen. Einen Teil der Flüssigkeit von der Tomatenmarmelade abgießen. Die übrige Masse mit dem Stabmixer fein mixen.

Tipp 1:

Die Tomatenmarmelade passt gut zu geröstetem Schwarzbrot oder zu Fischgerichten.

Tipp 2:

Außerdem kann sie auch in Einweckgläsern als eine hausgemachte Köstlichkeit verschenkt werden.

Steffen Henssler am 08. 02. 2012

## Tomaten-Mozzarella-Muffins

### Für 6 Portionen

200 g Mehl	1 TL Stärke	2 TL Backpulver
100 g getrocknete Tomaten	75 ml Öl	300 g Naturjoghurt
2 Eier	6-12 Minimozzarella-Kugeln	Salz
Pfeffer		

Zwei Schüsseln bereitstellen. In die erste Schüssel das Mehl mit ein wenig Stärke, Backpulver und einer Prise Salz geben. Alles leicht miteinander vermengen. In die andere Schüssel werden zuerst die Eier geschlagen, dann der Joghurt hinzugefügt und mit einem Schneebesen verrührt. Nun das Öl dazugießen. Die Masse mit einer Prise Salz und ein wenig Pfeffer abschmecken. Die getrockneten Tomaten in feine Streifen schneiden und hineingeben. Knoblauch ebenfalls in feine Streifen schneiden, in die Schüssel geben und unterrühren. Zum Schluss die Mehl-Mischung aus der ersten Schüssel dazugeben und leicht untermengen, nicht ganz glatt rühren. Den Teig in Muffinförmchen füllen und in die Mitte jeweils eine kleine Mozzarella-Kugel hineindrücken. Bei 180 Grad im Ofen circa 20 bis 25 Minuten backen.

Steffen Henssler am 02. 08. 2011

## Tomaten-Muffins

### Für 2 Portionen

2 Zweige Rosmarin	8 Stiele Thymian	350 g Kirschtomaten
75 g Parmesan	1-2 Scheiben Parma-Schinken	80 ml Olivenöl
250 g Magerquark	75 ml Milch	2 Eier
300 g Mehl	2 TL Backpulver	Fett für die Formen

Rosmarinnadeln und Thymianblättchen von den Stielen zupfen, klein hacken und in eine Schüssel geben. Darüber Parmesan reiben und Backpulver und Mehl hinzugeben. Olivenöl, Quark, Milch und Eier verrühren. Mehl und Backpulver mischen und mit den Kräutern und dem Parmesan kurz unter den Teig rühren. Eine Muffinform mit Papierschalen auslegen und die Hälfte des Teigs hineingeben. Kirschtomaten und Parma-Schinkenscheiben halbieren und auf den Muffinboden drücken. Restlichen Teig in die Form füllen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) 25 Minuten backen.

Steffen Henssler am 16. 08. 2012

[Vorspeisen]

## Tomaten-Ziegenkäse-Tarte

### Für 4 Personen

3 Scheiben Blätterteig	3 El Pflaumenmus	100 g Kirschtomaten
100 g Ziegenfrischkäse	1/2 Tl getr. Majoran	Salz
Pfeffer	3 El Olivenöl	

Blätterteigscheiben quer halbieren und mit einem spitzen Messer entlang der Kanten mit 1 cm Abstand zum Rand einen Rahmen einritzen. Jedes Teigstück innerhalb des eingeritzten Rahmens mit je 1 Tl Pflaumenmus bestreichen.

Tomaten in dünne Scheiben schneiden und auf dem Pflaumenmus verteilen. Ziegenkäse in kleinen Stückchen auf die Tomaten zupfen. Mit Majoran, Salz und Pfeffer würzen und mit Olivenöl beträufeln.

Im heißen Ofen bei 220 Grad (Umluft 200 Grad) auf der mittleren Schiene 10–15 Min. goldbraun backen.

Tim Mälzer am 27. 08. 2011

## Variationen von Linzer Plätzchen

### Für 35 Plätzchen

#### Grundteig:

500 g Mehl	250 g Butter	150g Zucker
1 Ei	1 Prise Salz	

#### Zum Bestäuben:

50 g Puderzucker

#### Schoko-Kaffee-Füllung:

150 g Zartbitterkuvertüre	150 ml Sahne (30%)	1,5 TL Espressopulver
---------------------------	--------------------	-----------------------

#### Aprikosen-Rum-Füllung:

250 g Aprikosenmarmelade	30 ml Rum	gemahlene Mandeln
--------------------------	-----------	-------------------

#### Hagebutten-Füllung:

250 g Hagebuttenmarmelade

Alle Zutaten für den Teig eine Stunde vor dem Zubereiten auf Raumtemperatur bringen. Alles in eine große Schüssel geben und zügig verkneten. In Frischhaltefolie wickeln und etwa eine Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Für die Füllung Schokolade grob hacken, in eine große Schüssel geben. Sahne mit dem Kaffeepulver aufkochen, kurz ziehen lassen, dann über die Schokolade geben. Erneut kurz ziehen lassen. Mit einem Schneebesen zu einer geschmeidigen Creme rühren. Mindestens 45 Minuten in den Kühlschrank stellen, nicht abdecken.

Den Teig auf einer mit Mehl bestreuten Arbeitsfläche etwa 3 Millimeter dick ausrollen. Mit einer Form - zum Beispiel Ring, Herz, Stern - 70 gleiche Teilchen ausstechen. Bei der Hälfte in der Mitte ein Loch ausstechen oder die gleiche Figur in kleinerer Größe, etwa den Stern.

Die Plätzchen auf zwei mit Backpapier ausgelegte Bleche legen. Im Backofen bei 200 Grad Ober- und Unterhitze 12 bis 15 Minuten backen. Sie dürfen leichte Farbe bekommen.

Die Schokofüllung nochmal mit dem Schneebesen aufschlagen.

Ausgekühlte Plätzchen-Paare nebeneinanderlegen. Die Form mit Loch mit Puderzucker bestreuen, die andere Form mit der Füllung großzügig bestreichen. Dann die gelochte Form vorsichtig auflegen und leicht andrücken. Über Nacht ruhen lassen.

#### Tipps:

Klassische Linzer Plätzchen sind mit Johannisbeergelee gefüllt. Wir empfehlen alternativ Hagebuttenmarmelade. Die ist im Supermarkt zu finden. Auch eine Rum- Füllung schmeckt köstlich. Dazu Aprikosenmarmelade mit Rum verrühren - wird das zu flüssig, Mandeln untermischen.

Für Linzer Plätzchen gibt es spezielle Ausstech-Sets, mit denen Sie problemlos kleine Löcher in den Teig bekommen.

test Dezember 2016

## Waldmeister-Bowle

**Für zwei Personen**

**Für die Bowle:**

0,75 L Weißwein                      0,75 L Sekt            0,5 L Mineralwasser  
2 TL getr. Waldmeister    200 g Zucker    200 g Erdbeeren  
200 g Brombeeren

Für die Bowle Beeren waschen, Erdbeeren vierteln und den Strunk entfernen. Früchte in ein Bowlegefäß geben. Sekt, Weißwein und Mineralwasser aufgießen. Getrockneten Waldmeister mit ein wenig Wasser und Zucker zu einem Sirup aufkochen. Anschließend durch ein Sieb geben. Sud abkühlen lassen, unter die Bowle rühren und servieren.

Nelson Müller am 06. Mai 2016

## Walnuss-Pesto

**Für 250 ml:**

6 Stiele Petersilie            60 g Rauke            4 Stiele Minze  
50 g Walnusskerne            1 Knoblauchzehe    Salz  
150 ml Traubenkernöl    3–4 EL Olivenöl

Kräuter grob klein schneiden und mit Walnüssen, Knoblauch und Salz in ein hohes Gefäß geben. Traubenkernöl zufügen und mit dem Schneidstab mittelfein pürieren. Olivenöl untermischen und mit Salz abschmecken.

Tim Mälzer am 18. 09. 2010

## Weißer Glühwein und Jagertee

**Für 2 Personen**

**Für den weißen Glühwein:**

1 Flasche Weißwein (0,7l)    200 ml Apfelsaft            1 Mandarine  
2 Stengel Zitronengras         $\frac{1}{2}$  Schote Vanille            2 Stangen Zimt  
2 Sterne Anis                    1 Nelke                        1 TL Muskatblüte  
4 Kapseln Kardamon            1 Prise Tonkabohne, gerieben    2 EL Zucker  
1 EL Honig                        4 cl Orangenlikör

**Für den Jagertee:**

1 Liter schwarzer Tee             $\frac{1}{4}$  Liter Rotwein            2 cl weißer Rum  
100 ml Inländer Rum            2 Nelken                        2 Stangen Zimt  
8 EL brauner Zucker

Für den weißen Glühwein:

Zitronengras und Vanilleschote in Stücke schneiden, Kardamonkapseln mit einem Messer andrücken, sowie die Mandarine halbieren. Alle Zutaten mischen und bei mittlerer Hitze auf dem Herd erwärmen, maximal eine Stunde ziehen lassen, durch ein feines Sieb schütten und in Tassen servieren. (Der Glühwein sollte nur heiß sein, aber nicht kochen, da der Alkohol sonst verfliegt.)

Für den Jagertee:

Den schwarzen Tee erhitzen und braunen Zucker, Rotwein, Zimt und Nelken hinzufügen. Nach etwa fünf Minuten Rum (und ggf. Obstler) zugeben, die Gewürze entfernen und Jagertee in Tassen servieren.

Alexander Herrmann am 02. Dezember 2014



## Weißwein-Reduktion

### Für zwei Personen

1 l Weißwein      4 Schalotten      4 Lorbeerblätter  
10 Pfefferkörner      Zitronen-Abrieb

Die Schalotten klein schneiden, die Pfefferkörner zerstoßen. In einem Topf erhitze man den Weißwein und füge die anderen Zutaten hinzu. Nun reduziere man den Sud auf höchstens ein Viertel und seihe ihn ab. In der vorliegenden Form läßt er sich gut einfrieren.

Besser ist es, wenn man eine größere Menge ansetzt. Die offenbar billigste Variante produziert man mit 2 Flaschen Rotkäppchen-Sekt.

In vielen Soßen-Rezepten wird die Zugabe von Weißwein angegeben. Verwendet man Weinreduktion, so ist bei Zugabe von Weinreduktion keine weitere Reduktion der Soße erforderlich.

NN am 14. Mai 2013

## Weihnachtlicher Kalter-Hund

### Für 6–8 Personen

300 ml Schlagsahne      500 g Zartbitterkuvertüre      2 Bananen  
Gewürzspekulatius      2–3 El Rum      3–4 Clementinen

Sahne in einem Topf erwärmen und gehackte Schokolade darin auflösen. Bananen schälen und längs in Scheiben schneiden. Eine kleine Kastenform (18 x 8 cm) mit Klarsichtfolie auslegen. Den Boden mit etwas Schokoladenmasse bedecken. Dann abwechselnd Spekulatius, Bananen und Schokoladenmasse einschichten. Eine Spekulatiuschicht mit Rum beträufeln. Mit Schokoladenmasse abschließen. Mindestens 3 Stunden, am besten über Nacht, kaltstellen. Clementinen in Scheiben schneiden. Kalten Hund aufschneiden und mit den Clementinen servieren.

Tim Mälzer am 05. 12. 2009

## Yufka - türkisches Fladenbrot

### Für 2 Personen

250 g Mehl      150 ml Wasser      Olivenöl  
1/2 Tl Salz

Alle Zutaten zu einem Teig mischen. Danach den Teig in fünf bis sechs einzelne Kugeln aufteilen und unter einem feuchten Tuch für eine halbe Stunde ruhen lassen. Die Kugeln sehr dünn ausrollen (auf 40 – 50 cm Durchmesser; gegebenenfalls die Kugeln vierteln, damit die Fladen in die Pfanne passen.) und die Fladen ca. eine Minute je Seite in einer Pfanne ohne Fett knusprig braten. Die einzelnen Yufka stapeln, damit sie weich bleiben.

Kühl und trocken gelagert halten sich die Teigblätter mehrere Wochen, sogar Monate.

Das Fladenbrot eignet sich für verschiedene Füllungen. Vor dem Einrollen einer Füllung sollte man das Yufka-Teigblatt mit einer Flüssigkeit (z. B. Wasser, Brühe, Joghurt, Sahne u.a.) bepinseln, damit es nicht bricht.

NN 07. August 2016

## Zitronen-Pie mit Baiser

### Für 8 Personen

100 g Butter, kalt	40 g Pflanzenfett, kalt	210 g Mehl
1/2 TL Salz	2 TL Zucker	75 ml Wasser, eiskalt
Butter	getrocknete Hülsenfrüchte	

### Füllung:

2 Bio-Zitronen	150 g Zucker	1,5 EL Maisstärke
5 Eigelb	2 Eier	1 Prise Salz
125 g Butter, kalt		

### Baiser:

1 Spritzer Essig	1 Prise Salz	5 Eiweiß (ca. 150 g)
1 Prise Salz	1 TL Zitronensaft	150 g Zucker

Für den Teig Butter und Fett in kleine Würfel schneiden, kalt stellen.

Mehl, Salz und Zucker vermengen. Butter und Fett grob einarbeiten, kaltes Wasser hinzufügen und mit einer Gabel verrühren, bis ein Teig entsteht. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche zu einer Scheibe formen. Diesen in Frischhaltefolie wickeln und 2 Stunden kalt stellen. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche 3 mm stark ausrollen und die gefettete Pie-Form (Durchmesser 23 cm) damit auslegen. Die Ränder bis auf 1 cm abschneiden und dekorativ wellenförmig gestalten. Den Teigboden mit einer Gabel einstechen und 30 Minuten kalt stellen. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Den Boden mit einem Backpapier bedecken und mit getrockneten Hülsenfrüchten beschweren. Im vorgeheizten Ofen den Boden 10 Minuten anbacken. Dann herausnehmen, das Backpapier mit den Hülsenfrüchten entfernen, den Boden nochmals leicht mit einer Gabel einstechen und den Boden in der Form nochmals ca. 10 Minuten weiterbacken, bis der Teig goldbraun ist. Dann herausnehmen und in der Form auskühlen lassen.

Die Backofentemperatur auf 180 Grad Ober- und Unterhitze reduzieren.

Für die Füllung die Zitronen heiß abwaschen, die Schale abreiben und den Saft auspressen.

Zucker und Maisstärke in einem Topf vermengen. Eigelbe und Eier hineinschlagen, 125 ml Zitronensaft, Zitronenschale und Salz hineingeben und gut verrühren. Den Topf auf den Herd geben und bei mittlerer Hitze die Masse ca. 5 Minuten rührend erhitzen, bis die Masse eindickt und an den Rändern zu köcheln beginnt.

Dann den Topf vom Herd nehmen, Butter in kleinen Stücken hinzufügen und schlagen, bis sich die Masse glättet. 10 Minuten abkühlen lassen, bevor diese Füllung auf den gebackenen Teigboden gegeben wird. Für das Baiser die Schüssel und den Schneebesen (oder Rührbesen des Handrührgerätes) mit Essig und Salz abwischen, danach jedoch nicht mehr abspülen.

Eiweiß mit Salz und 1 TL Zitronensaft in die Schüssel geben und mit dem Schneebesen oder Handrührgerät verschlagen, bis sich weiche Spitzen bilden. Den Zucker langsam einrieseln lassen, dabei ständig weiterschlagen, bis das Baiser steif ist. Dann auf der Füllung verstreichen. Darauf achten, dass es bis an den Rand reicht, damit der Kuchen regelrecht versiegelt ist.

Den Kuchen auf der mittleren Schiene im Ofen bei 180 Grad ca. 10-12 Minuten backen, bis das Baiser goldbraun ist.

Vor dem Servieren den Kuchen auf einem Gitter mindestens 2 Stunden auskühlen lassen.

Cynthia Barcomi am 20. Januar 2017

# Zitronen-Butter

## Für 4 Portionen

2 Bio-Zitronen	200 g blanchierte Saubohnenkerne	2 El Zucker
50 ml Weißwein	4 Stiele Zitronenverbene	200 g Butter
Salz		

Zitronen waschen, trocknen und die Schale von  $\frac{1}{2}$  Zitrone mit dem Sparschäler dünn abschälen (oder mit dem Zestenreißer abschälen). Schale in sehr feine Streifen schneiden. Zitronen auspressen.

Die Saubohnenkerne pellen. 2 El Zucker in einer großen Pfanne goldgelb karamellisieren und mit dem Zitronensaft und Weißwein ablöschen. Die Verbenestiele dazugeben und alles auf die Hälfte einkochen.

Die kalten Butterflocken in die Zitronenreduktion rühren, salzen. Saubohnen und Zitronenstreifen untermischen.

Tim Mälzer am 25. Mai 2012

## Zwiebelkuchen einmal anders

**Für 6 Personen**

**Für den Strudelteig:**

300 g Mehl                      130 ml Wasser                      3 bis 4 EL raffiniertes Rapsöl

**Für den Belag:**

1 kg rote Zwiebeln	500 g weiße Zwiebeln	2 Knoblauchzehen
1 EL Butter	5 Stängel frischen Thymian	Salz
Pfeffer	Zucker	4 Eier
200 g saure Sahne	Muskat	50 g geriebener Parmesan
30 g Kapern	150 g schwarze Oliven	

Mehl, Wasser und Öl mit den Knethaken des Handrührgeräts 10 Minuten zu einem elastischen Teig verarbeiten. Zu einer Kugel formen, mit Öl bestreichen, in Folie wickeln, etwa eine Stunde bei Raumtemperatur ruhen lassen.

Zwiebeln und Knoblauch schälen, halbieren, in dünne Streifen schneiden. Butter in großer Pfanne schmelzen, Thymian anschwitzen, Zwiebeln zugeben, 5 bis 10 Minuten leicht bräunen. Danach mit Salz und Pfeffer kräftig würzen, mit Zucker abschmecken und leicht glasieren lassen. Thymianstängel herausnehmen.

Eier und saure Sahne verrühren, mit Muskat und Parmesan abschmecken.

Von der Teigkugel das Öl mit Küchenkrepp tupfen, auf einem bemehlten Geschirrtuch ausrollen. Eine Quicheform mit Strudelteig auslegen, leicht andrücken. Zwiebeln unter die Eiermasse heben und ordentlich vermengen. Gleichmäßig auf den Teig verteilen, Kapern und Oliven draufstreuen. Im heißen Ofen 45 bis 55 Minuten backen (180 Grad Ober- und Unterhitze). Falls der Kuchen braun wird, mit Alufolie bedecken. Er ist gar, wenn an einem eingestochenen Hölzchen kein Teig hängenbleibt.

### **Tipps:**

Falls Sie nur wenig Zeit haben oder sich nicht zutrauen, einen Strudelteig selbst zu machen: Nehmen Sie ruhig Fertigstrudelteig aus dem Kühlregal. Damit gelingt der Zwiebelkuchen wunderbar.

Sie können auch einen klassischen Hefe- oder Mürbeteig herstellen und mit dem Belag aus roten Zwiebeln, Kapern, Oliven und Co. backen.

Statt mit Oliven und Kapern können Sie den Zwiebelkuchen auch nach traditioneller Art mit Speck belegen.

Schneiden Sie die Zwiebeln möglichst mit einem scharfen Messer, um sie nicht zu quetschen. Dann tritt weniger Zellsaft aus, der die Augen reizt. Den Tränen versuchen manche Köche entgegenzuwirken, indem sie Brettchen und Messer vor dem Schneiden in Wasser tauchen.

Sie dürfen die Kapern der kleinsten Sortiergröße Nonpareilles (4 bis 7 mm) auch durch größere ersetzen. Die sind zwar nicht ganz so fein, dafür aber meist deutlich preiswerter.

test Oktober 2013

# Index

- Aubergine, 9  
Avocado, 7, 33, 44
- Blumenkohl, 24  
Bohnen, 26, 38, 83  
Brühe, 7, 10, 23–25, 32, 35, 39, 40, 42, 57  
Brokkoli, 24  
Brot, 8, 10, 14, 15, 18–20, 25, 29, 32, 44, 52, 56, 68, 75, 81  
Butter, 2, 3, 6, 8–13, 24, 27, 32, 34, 41, 43, 44, 48–50, 52, 53, 56, 59, 62–65, 67, 70, 74, 75, 79, 82–84
- Couscous, 67  
Crème, 7, 9, 15, 20, 45, 46, 49, 59
- Dip, 24, 25, 33, 42, 46  
Dressing, 6, 25, 31, 40, 46, 72
- Fisch, 3, 5, 18, 21, 22, 42, 54, 68  
Flammkuchen, 17  
Fleisch, 9, 18, 23, 24, 29, 31, 32, 38, 39, 53, 64, 78
- Gebäck, 12, 53, 70, 79  
Gurke, 15, 28, 35, 57
- Kürbis, 37  
Knödel, 27  
Knochen, 23, 32, 39  
Kuchen, 16, 17, 84
- Lauch, 10, 32
- Möhren, 9, 10, 24, 28, 29, 35, 39, 44, 49, 51, 60  
Mangold, 59  
Maronen, 59  
Mayonnaise, 24, 37, 46, 47, 68, 71  
mit-Alkohol, 1, 6, 7, 9, 13, 14, 18, 20, 21, 23–25, 31, 32, 36, 37, 39, 40, 42, 46, 52, 53, 55, 57, 59, 61, 63–65, 69, 71, 72, 75–77, 80, 81, 83
- Nüsse, 6, 8, 11, 16, 18, 19, 27, 33, 35, 37, 41–43, 52, 54, 56, 59, 63, 72–75, 80  
Nudeln, 53
- Obst, 1, 3, 5–9, 13, 15–18, 22, 24, 25, 28–33, 36–38, 40–42, 44–49, 52, 54, 55, 57, 59–61, 63, 64, 66–72, 74, 75, 78, 80–83
- Paprika, 1, 9, 13, 15, 66  
Pastinaken, 28  
Pesto, 18, 43, 54, 55, 64, 73, 74, 80  
Pilze, 21, 25, 39, 56, 64, 74  
Pizza, 13, 58
- Reis, 54, 62  
Rettich, 25, 48  
Rote-Bete, 20, 28, 59, 60  
Rucola, 18, 24, 39, 64
- Schoten, 1, 5, 30  
Sellerie, 10, 21, 24, 41, 51  
sonstige, 11, 12, 16, 17, 76–78, 81  
Spargel, 39, 64, 73  
Spinat, 13, 20, 27, 73, 74
- Tarte, 74, 78  
Teig, 13, 16, 51, 74, 78
- Zucchini, 3, 5, 25, 49