

# Food!

In taste we trust

Das Leben ist zu kurz für schlechtes Essen

## **Food!**

Version 25.337

03.12.2025

### **The Food Dictator**

Christian Hausner

Forchheimer Strasse 63

90425 Nürnberg, Germany

+49 911 / 36 51 846

**ch@food-dictator.org**

**<https://www.food-dictator.org>**

Für alle, die schon einmal unter meinen Kochkünsten oder Essensangewohnheiten leiden mussten - wobei ich hoffe, dass es deutlich häufiger meine Eigenheiten beim Essen als meine Kochkünste waren.

Für meine Mama. Bei dem ganzen Theater, das sie mit mir beim Thema Essen hatte, hätte sie wohl nie gedacht, dass ich mal auf die Idee käme ein Kochbuch zu schreiben.

# Ich bin ein Foodie

Für einen Foodie ist gutes Essen und Trinken Lebenssinn und -elixier gleichermaßen.

Ein Foodie möchte alles über Essen lernen oder wissen.

Den Begriff des **Foodie** habe ich zum ersten Mal auf Ko Lanta in Thailand gehört. Dort am Klong Dao Beach unterhält Junie Kovacs eine Thai-Kochschule namens **Time for lime**. Bei unserem fantastischen Kochabend begeisterte uns Junie mit ihrer Leidenschaft für die Thai Küche. Sie bezeichnete sich selbst als Foodie, die ihre Begeisterung für das Kochen und Essen mit anderen teilen möchte.

Erst als ich angefangen habe dieses Buch zu schreiben, kam ich wieder auf dem Begriff des Foodies zurück. Vereinfacht bezeichnet der Begriff **Foodie** eine Person mit einer Leidenschaft fürs Kochen und Essen. Foodies würden in ihrem Lebenslauf wohl Kochen oder Essen als Hobby angeben.

Zwar stehen auf dem Speiseplan eines Foodies auch Delikatessen und teure oder schwer zu bekommende Lebensmittel, aber es geht dabei nicht nur um den Akt des Essens und Genießens an sich. Es geht auch darum möglichst viel über das Essen zu lernen. Foodies wollen mehr wissen über die Produkte, die sie essen, über deren kulturelle Hintergründe und die Personen, die sie herstellen. Sie verwenden einen nennenswerten Teil ihrer Zeit auf die Suche nach raffinierten Rezepten, ausgewählten Zutaten und deren perfekten Zubereitung.

Foodies akzeptieren bereitwillig, dass die Zubereitung eines Gerichtes mehr als 20 Minuten in Anspruch nimmt. Das primäre Ziel ist auch nicht das Essen schnell auf den Tisch zu bekommen, es sei denn eine hungrige Meute Kinder bewaffnet sich schon mit Fackeln und Mistgabeln. Foodies legen Wert darauf zu erlernen wie man ein Gericht perfekt zubereitet. Eine falsche Zubereitung kann selbst erstklassige Zutaten schnell ruinieren. Kochen ist dabei nicht lästige Pflicht sondern kann durchaus als Entspannung zum Alltag dienen.

Es gibt im Internet viele verschiedene Definitionen was ein **Foodie** eigentlich ist. Einige davon habe ich im Kapitel **What is a Foodie?** (Seite 147) gesammelt.

# Inhaltsverzeichnis

## Rezepte

Salate .....	15
Suppen & Eintöpfe .....	23
Hauptgerichte .....	35
BBQ .....	107
Beilagen .....	127
Saucen & Marinaden .....	139
Desserts & Süßspeisen .....	149
Eis & Sorbets .....	177
Getränke .....	197
Kuchen & Gebäck .....	207
Versuchsküche .....	235

## Information

Ich bin ein Foodie .....	4
Omas Krapfen Rezept .....	6
Warum eigentlich dieses Buch? .....	12
Wie dieses Kochbuch zu lesen ist .....	13
Ein schwerer Start .....	22
Maßeinheiten .....	33
Food Dictator - Novi, MI .....	42
Die Welt der Gewürze .....	76
Soße ist auch ein Getränk .....	142
What is a Foodie? .....	147
Kitchen - Cheatsheet .....	213
Rezept Backlog .....	270
Nur beste Zutaten .....	273
Quellen - Inspiration .....	275

## Register

Index - Name .....	278
Index - Region .....	283
Index - Hauptzutat .....	287
Index - Zeit .....	296

Historie .....	298
Kolophon und Danksagung .....	304

# Omas Krapfen Rezept

2 1/2 l Mehl (Dosenmehl)  
200 frische Butter  
1/2 l Zucker  
5 Eier  
1/2 l Milch ?  
2 Hefe  
etwas Rum  
Zitronen

1 kg 1/2 St.  
gehen lassen

44 Stück.

Klein Bällchen  
machen

Post genau

# Rezepte

Salate .....	15
Rindfleischsalat .....	17
Mango Mozzarella .....	18
Thai-Nudelsalat mit Hack .....	19
Tabouleh .....	20
Brotsalat .....	21
Suppen & Eintöpfe .....	23
Hühnersuppe mit Zitronengras .....	24
Chiang Mai Noodle Soup .....	25
Herzhafte italienische Tomatensuppe .....	27
Karottensuppe mit Ingwer .....	28
Kürbissuppe mit Ingwer und Kokosmilch .....	29
Rindersuppe .....	30
Kräuter-Flädle .....	31
Tiroler Speckknödel .....	32
Hauptgerichte .....	35
Erdnuss-Pfanne - New World .....	37
Spaghetti Bolognese .....	38
Spaghetti Carbonara .....	39
Satay .....	40
Thai-Nudeln mit Erdnußsauce .....	41
Thai Curry .....	45
Jamie Oliver's Lieblings-Curry .....	46
Jamie Oliver's Lieblings-Curry - Fisch .....	47
Schaschliktopf .....	48
Scharfe Bananen-Fleischbällchen .....	49
Hühnerbruststreifen süßsauer .....	50
Stir Fried Chicken, Chili & Cashew Nuts .....	51
Gefüllte Muschelnudeln .....	52
Königshuhn .....	53
Indian Butter Chicken .....	54
Fränkischer Sauerbraten .....	55
Saltimbocca .....	56
Chilihähnchen men .....	57
Linsen mit Spinat .....	58
Hähnchen mit Zwiebeln .....	59
Käsespätzle .....	61
Shakshuka .....	63
Lasagne .....	64
Picagge alle Erbe .....	66
Köttbullar .....	67
Detroit Style Pizza .....	69
Pollo al limone .....	71
Spicy Chicken Fried Rice .....	72
Zitronen Pasta .....	73
Pad Thai Gai .....	74
Kalbsrahmgulasch .....	77
Chili con Carne .....	78
Chicken Tikka Masala .....	79

Flammkuchen .....	81
Bigoli al Ragu di Salsiccia .....	82
Korean Beef Bowl .....	83
Pasta al Limone .....	84
Gebratenes Rindfleisch mit Sojasauce .....	85
Gebratene Udon Nudeln .....	87
Kefta Tajine mit Aprikosen und Mandeln .....	88
Thai-Bolognese .....	89
New York Club Sandwich .....	90
Chinese Dumplings .....	91
Tomaten Basilikum Pasta Sauce .....	93
Cordon bleu .....	94
Ginger Chicken Curry .....	95
Pizza Brot .....	97
Gefüllte Zucchini Blüten .....	98
Orzo mit Zitronen-Hähnchen .....	100
Tagliatelle mit Parmaschinken und Salbei .....	101
Paneer Butter Masala .....	103
Pizza .....	105
BBQ .....	107
Spare Ribs mit Honey Garlic Sauce .....	108
BBQ Spare Ribs .....	109
Burger Patties .....	110
Burger Buns .....	111
Hähnchen mit Soja-Ingwer-Glasur auf dem Zederbrett .....	112
Lachs auf dem Zedernbrett .....	113
Hähnchenbrust mit Zitrone und Oregano .....	114
Mango Minz Chutney .....	115
Kefta Kebab .....	116
Tandoori Hähnchen Spieße .....	117
Moinkballs .....	118
Pulled Pork Sandwiches .....	119
Fajitas de Pollo .....	121
Sous Vide Steak .....	122
Smashburger .....	123
Oklahoma Onion Smashburger .....	125
Beilagen .....	127
Poori .....	128
Focaccia mit Steinsalz und Rosmarin .....	129
Zitronenreis .....	130
Salicornes .....	131
Pommes Frites .....	132
Pommes Frites - ganz einfach .....	133
Balsamico Zwiebeln .....	134
Fränkisches Sauerkraut .....	135
Creamy Cole Slaw .....	136
Mung-Sprossen Salat .....	137
Knoblauch Naan .....	138
Saucen & Marinaden .....	139
Lauwarme Erdnusssauce .....	140
Erdnusssauce .....	141
Japanische Chilisauce .....	143

Salsa Fresca .....	144
Bacon Jam .....	145
Ultimate Smash Burger Sauce .....	146
Desserts & Süßspeisen .....	149
Panna Cotta .....	150
Zitronencreme mit Minze .....	151
Limetten Joghurtcreme .....	152
Karamellierte Orangencreme .....	153
Scheiterhaufen mit Baileys und Bananen .....	154
Süßes Sushi .....	155
Applecrumble .....	156
Spekulatius Tiramisu .....	157
Lebkuchen Weihnachtsnachtisch .....	158
Cantuccini Mandarinen Trifle .....	159
Kaiserschmarrn .....	160
Milchreis .....	162
Schottische Creme .....	163
Sternanisduftende Crème Brûlée .....	164
Toffifee Brotaufstrich .....	165
Marzipan-Bratapfel .....	166
Vanillesauce .....	167
Vanille Pudding .....	168
French Toast mit Nutella .....	169
Mohn Himbeer Dessert .....	170
Grießbrei .....	171
Dutch Pancake .....	172
Bircher Müsli .....	173
American Pancakes .....	174
Jasmintee Creme Brulee .....	175
Eis & Sorbets .....	177
Zitronen Sorbetto .....	178
Sorbet mit Apfel und Bisongras-Wodka .....	179
Gin-Tonic Sorbet .....	180
Baileys Eiscreme .....	181
Vanille Eiscreme .....	182
Nutella Eiscreme .....	183
Apfel Zimt Eiscreme .....	184
Rocher Eiscreme .....	185
Kokos Eiscreme .....	186
Key Lime Frozen Yogurt .....	187
Joghurt-Eis .....	188
Pistazieneis .....	189
Haselnusseis .....	190
Walnusseis .....	191
O-Saft Eis .....	192
Fruchtiges Tropen Eis .....	193
Kinder Schokolade Eis .....	194
Weisses Schokoladen Eis .....	195
Sesam Eis .....	196
Getränke .....	197
The Rum Old Fashioned .....	198
The Rye Old Fashioned .....	199

Sazerac .....	200
Demerara Sirup .....	201
Erdbeer Daiquiri .....	202
White Russian .....	203
Eierlikör .....	204
Muldoon Passion .....	205
Ingwer Shot .....	206
Kuchen & Gebäck .....	207
Mamas Käsekuchen .....	208
New York Cheesecake .....	209
Nuss-Marzipan-Zopf .....	210
Kanelbullar .....	211
Mallorquinischer Mandelkuchen .....	212
Chocolate Chip Cookies .....	214
Schoko Pecan Cookies .....	215
Walnuss Schokoladen Brownies .....	216
Cornflakes Butterkuchen .....	217
Vanillekipferl .....	218
Zimtsterne .....	219
Butterplätzchen .....	220
Butterplätzchen zum Ausstechen .....	221
Hafermakronen .....	222
Bunte Rumkugeln .....	223
Scottish Shortbread .....	224
Waffeln .....	225
Lütticher Waffeln .....	226
Pasteis de Nata .....	227
Omas Nusskuchen .....	228
Buttermilch Kokos Kuchen .....	229
Monkeybread .....	230
Kanelknuter .....	232
Rotweinkuchen .....	233
Banana Bread .....	234
Versuchsküche .....	235
BBQ Sauce .....	236
Mousse au Chocolat .....	237
Glühwein .....	239
Linsenbratlinge .....	240
Knoblauchbrot .....	241
Naan .....	243
Süße Tapiokaperlen in Kokosmilch .....	244
Roti .....	245
New York Cheesecake im Glas .....	246
Fleischnägel .....	247
Pecan Pie .....	249
Butter Chicken .....	251
Chimichurri .....	253
Cinnamon Roll Pancakes .....	254
Chettinad Pepper Paneer Masala .....	255
Ultimative Nussplätzchen .....	257
Orange Chicken .....	258
Türkische Nudeln .....	260

Zitronenmuffins .....	262
Walnussküchlein .....	263
Spaghetti Aglio e Olio .....	264
Tomatenmarmelade .....	265
Ei-Sambal-Shakshuka .....	267
Orecchiette di Manzo al Limone .....	269

# Warum eigentlich dieses Buch?

Niemand hat auf dieses Buch gewartet - das ist mir klar.

Primär ist dieses Buch für mich selbst, aber es freut mich, wenn auch andere Spaß daran finden.

Bevor dieses Kochbuch entstand, hatte ich in meiner Küche lange Zeit einen alten Ordner, der meiner losen Sammlung von Rezepten wenigstens etwas Ordnung gab. Darunter waren Kopien von Rezepten, die ich beim Stöbern in den Kochbüchern meiner Freunde gefunden hatte, Ausdrucke aus dem Internet und handschriftliche Notizen. Da der Ordner beim Kochen immer mitten im Geschehen dabei war, hatten die meisten Rezepte durch Fettspritzer, Kuchenteig und andere Kleckereien ziemlich gelitten.

Als einen ersten Schritt zur Rettung meiner in Mitleidenschaft gezogenen Rezepte, sollten sie in digitale Form gebracht werden. Natürlich hätte ich sie einfach in eine Textdatei speichern können, aber ich nutzte auch zu dieser Zeit meine Homepage schon um andere Dinge zu speichern, die ich nicht vergessen möchte. Was lag also näher als die Rezepte auch dort zu speichern?

Die Rezepte online zugreifbar zu haben, hat gleich zwei große Vorteile. Zum einen kann ich sie leicht mit Freunden teilen und zum anderen auch mal eben schnell unterwegs nachschauen was ich noch einkaufen muss. Natürlich kann ich während des Kochens die Rezepte auch auf iPad, Kindle und Notebook nachschauen. Wenn allerdings schon meine Rezepte auf Papier unter Fett, Sauce und Teig leiden, dann habe ich, bei aller Liebe zu elektronischen Spielereien, eher Angst um meine Geräte und weiss mein Papier-Kochbuch zu schätzen.

Ich konnte nun leicht Rezepte neu ausdrucken, wenn sie nicht mehr zu entziffern waren. Eigentlich war damit mein Ziel erreicht. Doch viel besser zu benutzen war die "lose" Rezeptesammlung dadurch noch nicht. Am offensichtlichsten fehlte ein Inhaltsverzeichnis, aber auch Querverweise, Seitenzahlen, etc. In meiner Firma setzen wir Docbook als Format für Benutzerdokumentation ein. Also begann die Bastelei. Mittlerweile speichere ich die Rezepte in einem eigenen XML Format, der Food Markup Language (FML). Daraus generiere ich sowohl die Varianten für die Homepage und den eBook Reader als auch ein druckfähiges PDF, das ich dann in der Küche verwende.

# Wie dieses Kochbuch zu lesen ist

Als ich angefangen habe Food! zu schreiben, stand ich vor der Entscheidung wie ich die Rezepte strukturieren soll. Rezepte bestehen oft aus einer Liste von Zutaten und darunter Schritte zu deren Zubereitung. In der Zutatenliste stehen beispielsweise fünf Eier. Im zweiten Schritt werden zwei für den Kuchenteig verwendet. Die anderen drei warten auf ihren Einsatz in der Füllung im siebten Schritt.

Ich habe mich für eine Struktur entschieden wie sie einige meiner Lieblingskochbücher verwenden. Es kommt meiner Arbeitsweise entgegen, wenn Zutaten für jeden Schritt direkt neben den Anweisungen aufgelistet sind. Das ist perfekt für die Zubereitung, aber für das Schreiben einer Einkaufsliste, muss als Folge ganze Rezept gelesen werden, da Zutaten in mehreren Schritten benötigt werden können.

Generell ist es sehr zu empfehlen jedes Rezept einmal ganz zu lesen ehe es los geht. Die Reihenfolge der Zubereitung ist für meine Arbeitsweise passend. Jeder Leser hat unterschiedliche Erfahrung und Geschick. Am besten alle Schritte durchgehen und überlegen wo mehr oder weniger Vorbereitung nötig ist.

Mitdenken und Interpretieren ist ausdrücklich erwünscht. Kochen, wie ich es betreibe, ist keine exakte Wissenschaft. Obst und Gemüse sind nicht immer gleich groß. Gewürze schmecken nicht immer gleich intensiv. Nicht umsonst investieren Fast Food Ketten Millionen, so dass es immer und überall gleich schmeckt.

Geschmäcker sind unterschiedlich und für mich unmöglich zu beschreiben. Beim Würzen vorsichtig sein und lieber einmal mehr abschmecken. Wenn am Ende noch Gewürz fehlt, dann bitte vom Rezept abweichen. Auch bei der Zubereitung setze ich auf Mitdenken. Wir haben vermutlich eine leicht unterschiedliche Vorstellung welchem Farbton "Goldbraun ausbacken" entspricht.

Im Kochbuch verweigere ich mich den Imperialen Maßeinheiten. Für andere Einheiten und übliche Gebindegrößen habe ich eine **Übersicht** (Seite 33) zusammengestellt.

Wer lesen kann ist klar im Vorteil.

If you're reading this sentence then you've pretty much got it. Good job. Just keep going the way you are.



# Salate

## Rezepte

Rindfleischsalat .....	17
Mango Mozzarella .....	18
Thai-Nudelsalat mit Hack .....	19
Tabouleh .....	20
Brotsalat .....	21

## Informationen

Ein schwerer Start .....	22
--------------------------	----



# Rindfleischsalat



4 Portionen



Vorbereiten  
45 min



Zubereiten  
10 min

400 g	Rindfleisch (z.B. Rouladenfleisch)	Das Fleisch in sehr dünne Streifen schneiden.
1 TL	Zucker	Den Knoblauch schälen und hacken. Zusammen mit Zucker, Stärke und Fischsauce zu einer Marinade vermischen. Diese unter das Fleisch rühren und ca. eine halbe Stunde marinieren.
1 TL	Kartoffelstärke	
1	Knoblauchzehe	
2 EL	Fischsauce	
1	Mango	Das Mangofruchtfleisch in Würfel schneiden.
2 EL	Erdnüsse (gesalzen)	Die Erdnusskerne hacken.
1	Knoblauchzehe	Den Knoblauch schälen und hacken. Das Fleisch in heißem Öl kurz anbraten. Die Mangowürfel und den Knoblauch dazugeben und erwärmen. Mit Fischsauce abschmecken und vom Feuer nehmen.
3 EL	Öl	
1 EL	Fischsauce	
½	Eisbergsalat	Gewaschene, in Streifen geschnittene Salatblätter auf eine Platte geben und die in Scheiben geschnittenen Tomaten dazu garnieren. Das Rindfleisch darauf verteilen und mit gehackten Erdnüssen betreuen.
1	Tomate	

Wer es scharf mag, kann auch klein gehackte Chilis mit in die Pfanne geben.

**Quelle: Bridget's Thai Kochkurs (VHS)**

# Mango Mozzarella



4 Portionen



Zubereiten  
15 min

2	Mangos (reif)	Die Mango schälen und das Fruchtfleisch um den Kern herum mit einem Messer ablösen. In dünne Scheiben schneiden. Den Mozzarella abtropfen lassen und ebenfalls in dünne Scheiben schneiden. Mozzarella- und Mangoscheiben abwechselnd auf den Tellern kreisförmig anrichten.
2	Mozzarella (Büffel)	
1	Limette	Die Limette auspressen. Aus Limetten- und Orangensaft sowie Chili und Essig ein Dressing anrühren. Mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen.
6 EL	Orangensaft	
1 Msp	Chili (nach Belieben)	
6 EL	Weißweinessig Salz Pfeffer	
	Olivenöl	Das Dressing solange mit Öl aufrühren, bis sich die Zutaten zu einer Emulsion verbinden. Nochmals abschmecken.
10 Blatt	Basilikum	Basilikumblättchen in dünne Streifen schneiden. Das Dressing über die Mango/Mozzarella Scheiben geben - es soll reichlich Dressing sein. Mit den Basilikumstreifen garnieren und servieren.

Bei diesem super leckeren Salat sollte auf keinen Fall an den Zutaten gespart werden. Büffel-Mozzarella ist intensiver im Geschmack und viel cremiger. Bei der Mango lohnt es sich in eine Flugmango zu investieren. Diese werden reif am Baum geerntet und dann mit dem Flugzeug nach Deutschland gebracht, statt noch unreif über Wochen mit dem Schiff transportiert zu werden. Flugmangos belasten den Geldbeutel stärker und sind auch vom Aspekt des Klimaschutzes nicht unbedenklich, aber der fabelhafte Geschmack lassen einen das schlechte Gewissen wenigstens teilweise vergessen.

**Quelle: Christina Matthes EB Kochevent**

# Thai-Nudelsalat mit Hack



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Braten  
15 min



Ziehen lassen  
45 min

150 g	Glasnudeln	Die Glasnudeln für 1-2 Minuten in kochendes Wasser geben, in ein Sieb gießen und abtropfen lassen. Die Nudeln klein schneiden - das geht gut mit einer Schere.
2	Knoblauchzehen	Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Die Limettenblätter waschen und in sehr feine Streifen schneiden, dabei die harten Blattrippen entfernen.
2 cm	Ingwer	
6	Limettenblätter	
4 EL	Öl	Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Darin das Hackfleisch bei mittlerer Hitze mit Knoblauch, Ingwer und Limettenblättern anbraten.
500 g	Hackfleisch	
1 ½ TL	Sambal Oelek	Sambal Oelek und Tomatenmark unterrühren und das Fleisch krümelig braten.
1 TL	Tomatenmark	
2 EL	Sojasauce	Sojasauce, Fischsauce und Wasser unterrühren. 1-2 Minuten weiterbraten und dann vom Herd nehmen.
1 EL	Fischsauce	
5 EL	Wasser	
3	Tomaten	Koriander waschen, trocken schütteln, Blätter und Stängel fein hacken. Die Tomaten waschen und in Würfel schneiden.
1 Bund	Koriandergrün	
2 EL	Sojasauce	Die Glasnudeln, den Koriander, die Tomaten mit dem lauwarm abgekühlten Hackfleisch mischen. Sojasauce, Fischsoße und den Saft der ausgepressten Limette unterrühren. Bei Bedarf noch mit Fischsauce (Salz) und Pfeffer nachwürzen. Den Salat 45 Minuten marinieren lassen.
2 EL	Fischsauce	
1	Limette	
	Pfeffer	

Im Originalrezept kommt noch eine Mini-Salatgurke der Länge nach halbiert und in Scheiben geschnitten mit in den Salat. Die Tomaten werden dafür dann geachtet und am Schluss auf den Salat gegeben. Wegen meiner Abneigung gegen das grüne Gemüse habe ich das Rezept eben etwas abgewandelt.

**Quelle: Danni**

# Tabouleh



4 Portionen



Kochen  
20 min



Vorbereiten  
15 min



Ziehen lassen  
15 min

150 g	Bulgur	Bulgur im Sieb abbrausen und abtropfen lassen. Mit Olivenöl in einem Topf mischen. Das Wasser unterrühren und aufkochen. Den Topf vom Herd ziehen, zudecken und den Bulgur 20 Minuten quellen lassen. Bulgur abkühlen lassen und dabei öfter mit zwei Gabeln auflockern.
1 EL	Olivenöl	
150 ml	Wasser	
1 Bund	Lauchzwiebeln	Die Lauchzwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden. Die Tomaten waschen, vierteln, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Kräuterblätter abzupfen und hacken.
300 g	Tomaten	
1 Bund	Petersilie (glatt)	
6 Stängel	Minze	
3 EL	Zitronensaft	Zitronensaft mit Salz und Pfeffer sowie dem Olivenöl verrühren. Bulgur, Tomaten, Lauchzwiebeln und Kräuter mit dem Zitronen-Dressing vermischen.
5 EL	Olivenöl Salz & Pfeffer	
		Vorm Servieren mindestens 15 Minuten durchziehen lassen.
	Salz Cayennepfeffer	Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken und nach Belieben mit frischen Kräutern garniert servieren.

Im Original Rezept ist immer noch eine Salatgurke drin, die ich wegen meiner Gurkenabneigung aber weglasse. Die Gurke wird gewaschen, längs halbiert und eventuell entkernt. Danach in Würfel geschnitten und mit Salz bestreut, so dass sie ca. 10 Minuten Wasser ziehen kann. Ehe die Gurkenwürfel mit den Tomaten und Bulgur ins Dressing gegeben werden noch auf Küchenpapier abtropfen lassen.

**Quelle: Lust auf Genuss 10/2012 - Magischer Orient**

# Brotsalat

## Panzanella

Brotsalat habe ich zuerst im Fernsehen gesehen, ich denke bei Tim Mälzer. Ich hatte mir kein Rezept aufgeschrieben und so habe ich beim nächsten Grillen etwas rumprobiert. Nach mehreren Versuchen ist dieses Rezept herausgekommen. Der Salat lässt sich gut vorbereiten und zu einer Grillparty mitbringen - einfach das Dressing getrennt mitnehmen und kurz vor dem Essen zum Salat geben, so dass dieser noch ein paar Minuten marinieren kann.



4 Portionen



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
20 min



Ziehen lassen  
15 min

200 g	Weißbrot (z.B. Ciabatta)	Das Brot in grobe Würfel schneiden und mit etwas Olivenöl in der Pfanne goldbraun anrösten. Abkühlen lassen.
3 EL	Olivenöl	
500 g	Tomaten (verschiedene Sorten und Farben)	Während das Brot in der Pfanne knusprig wird, die Tomaten je nach Größe in Hälften, Viertel oder Stücke schneiden. Falls die Tomaten viel Flüssigkeit enthalten, die Kerne mit einem Löffel entfernen.
1	Zwiebel (rot)	Die Zwiebel und den Knoblauch schälen. Die Zwiebel in dünne, halbe Ringe schneiden und den Knoblauch fein hacken. In der noch warmen Pfanne die Zwiebel glasig dünsten und kurz vor Ende den Knoblauch dazugeben.
1	Knoblauchzehe	
6 EL	Olivenöl	Aus Olivenöl, Balsamico und Zucker ein Dressing zubereiten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3 EL	Aceto Balsamico	
½ TL	Zucker	
	Salz Pfeffer	
¼ Bund	Basilikum	Die Basilikumblätter abzupfen und in Streifen schneiden. Alle Zutaten in eine große Schüssel geben und mit dem Dressing gut vermischen. Ein paar Minuten marinieren lassen.

Der Salat kommt im Basis-Rezept mit wenigen frischen Zutaten aus. Je nach Geschmack kann der Salat beliebig erweitert werden. Mozzarella Würfel, gehobelter Parmesan, Kapern, schwarze Oliven, geröstete Pinienkerne oder Rucola sind nur ein paar der Zutaten, die hervorragend in den Brotsalat passen. Wer es etwas weniger vegetarisch mag, kann dünne Scheiben Fenchelsalami hinzugeben oder spanische Chorizo in Scheiben schneiden, kräftig anbraten und auf den Salat geben.

# Ein schwerer Start

Ich bin kompliziert  
was Essen angeht.

Die Voraussetzungen für mein Dasein als Foodie alles andere als ideal, denn ich bin kompliziert was Essen angeht. Als Kind habe ich den ein oder anderen Kampf mit meiner Mama ausgetragen.

Die Auswahl der Speisen, die ich überhaupt angerührt habe, war extrem beschränkt. Noch beschränkter als heute und wer mich gut kennt, weiß wie schlimm es gewesen sein muss. Im Wesentlichen beschränkte sich meine Speisenauswahl auf Süßspeisen und Beilagen mit Soße. Die Soße musste dabei aber am besten durchgeseibt sein, damit auch ja kein Stückchen Zwiebel mit auf dem Teller landete.

Meine Mama war sehr geduldig, aber als ich alt genug war machten wir einen Deal. Wenn unser Hausarzt feststellt, dass mir was fehlt, dann muss ich das Essen, was auf den Tisch kommt - wie es so schön heißt. Allerdings fehlte mir nichts.

Die Konsequenz war dann aber, dass ich irgendwann einfach mein "Zeugs" selbst gekocht habe. Dabei habe ich damals schon gerne Gerichte gekocht, die ich selbst gar nicht mochte. Man bekommt eben keine Rouladensoße zu seinem Serviertenkloß ohne Rouladen kochen zu können.

Ich erweitere (sehr langsam aber) stetig meinen Horizont, was Zutaten meines Essens angeht. Aktuell liegt die Geschwindigkeit bei gefühlt einer neuen Gemüsesorte pro Jahr. So wird es noch einige Zeit dauern, bis die Liste der Dinge die ich esse länger ist als die Liste derer, die ich nicht esse. Bis dahin bleibe ich ein Meister im Aussortieren.

Es ist leichter  
die Dinge  
aufzuzählen,  
die ich esse, als  
umgekehrt.

# Suppen & Eintöpfe

## Rezepte

Hühnersuppe mit Zitronengras .....	24
Chiang Mai Noodle Soup .....	25
Herzhafte italienische Tomatensuppe .....	27
Karottensuppe mit Ingwer .....	28
Kürbissuppe mit Ingwer und Kokosmilch .....	29
Rindersuppe .....	30
Kräuter-Flädle .....	31
Tiroler Speckknödel .....	32

## Informationen

Maßeinheiten .....	33
--------------------	----

# Hühnersuppe mit Zitronengras

## Tom Kha Gai



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Zubereiten  
15 min

2 Stängel	Zitronengras	Das Zitronengras waschen und in etwa 3 cm große Stücke schneiden. Den Galgant abschälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Limettenblätter waschen und vierteln.
1 Stck	Galgant (Khaa - etwa 5cm lang)	
5	Limettenblätter	
250 g	Austerpilze (oder Champignons)	Die Pilze putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Tomaten waschen, halbieren (oder vierteln) und von den Stielansätzen befreien. Die Chilis waschen und in dünne Ringe schneiden. Die Hähnchenbrust in etwa 1 cm breite und 4 cm lange Streifen schneiden.
5	Cocktailtomaten	
3	Chilischoten	
400 g	Hähnchenbrust (Filet)	
1 Dose	Kokosmilch (400ml)	Die Kokosmilch erhitzen. Das Zitronengras, die Limettenblätter und den Galgant dazugeben. Die Kokosmilch bei mittlerer Hitze ohne Deckel etwa 2 Minuten kochen lassen.
¾ l	Wasser	Das Wasser dazugießen und erhitzen. Das Fleisch, die Pilze und die Tomaten dazugeben. Bei schwacher Hitze offen weitere 10 Minuten köcheln lassen.
4 EL	Zitronensaft Fischsauce Koriandergrün	Mit Fischsauce, Chilis und Zitronensaft abschmecken. Mit etwas Koriandergrün garnieren.

Quelle: Bridget's Thai Kochkurs (VHS)

# Chiang Mai Noodle Soup

## Khao Soi

Zum ersten Mal habe ich die Khao Soi Suppe in einem Thai Restaurant in Toronto gegessen. Dort waren wir zu meinem Geburtstag und am ersten Abend hatten wir Glück und einen Platz im **Pai** bekommen. Das Essen dort war hervorragend und ich habe mich in die Khao Soi Suppe verliebt - eine Kombination aus Thai Curry und Nudelsuppe. Der erste Versuch die Suppe selbst zu kochen war nicht so gelungen, war mehr Curry als Suppe. Dieses Rezept jedoch ist sehr lecker und mal abgesehen vom Frittieren der Nudeln, sehr leicht zu kochen.



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Kochen  
30 min



Braten  
5 min

2 EL	Öl	Das Hähnchenfleisch putzen und in Streifen schneiden. In einem großen Topf das Öl erhitzen und die Currypaste darin ein paar Minuten anbraten. Die Hähnchenstreifen hinzugeben und für ein paar Minuten weiterbraten, bis das Fleisch anfängt zu bräunen.
2 EL	Currypaste (rot)	
350 g	Hähnchen (Schenkel oder Brust)	
800 ml	Kokosmilch	Mit Kokosmilch und Hühnerbrühe aufgießen. Die Suppe mit Fischsauce, Sojasauce und Zucker würzen. Zum Kochen bringen, die Hitze reduzieren und leise köcheln lassen.
500 ml	Hühnerbrühe	
2 EL	Fischsauce	
½ EL	Zucker	
1 EL	Sojasauce	
300 g	Chinesische Eiernudeln	Die Nudeln gemäß Packungsanweisung weich kochen und abgießen.
500 ml	Öl (zum Frittieren)	Ein gute Hand voll Nudeln wegnehmen, um sie für die Suppe knusprig zu frittieren. Dazu das Öl in einem kleinen, hohen Topf erhitzen. Wenn es 175°C erreicht hat, die Nudeln portionsweise ins Fett geben und knusprig ausbacken. Nicht zu viele Nudeln auf einmal frittieren, dass das Fett nicht überkocht. Die Nudeln herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
½ Bund	Koriandergrün	Die Korianderblätter von den Stängeln abzupfen. Die Schalotte schälen und in hauchdünne Streifen schneiden. Die Limetten vierteln. Die Zutaten in kleinen Schüsseln füllen und auf den Tisch stellen.
1	Schalotte	
2	Limetten	

Wenn die Suppe ca 20-30 Minuten geköchelt hat, nochmal abschmecken. Die gekochten Nudeln in eine große Schale geben. Das Fleisch darauf geben und mit der Suppe auffüllen. Mit knusprigen Nudeln garnieren und dann servieren. Koriandergrün, Schalotten und Limettensaft fügt jeder Gast nach Belieben hinzu.

Die warme Suppe nimmt den Schalotten ihre Schärfe. Falls das nicht genug sein sollte, können die Schalotten auch kurz vor dem Servieren für ein paar Minuten mitgekocht werden oder knusprig frittiert werden. Alternativ kann auch eine Lauchzwiebel in dünne Ringe geschnitten werden. Oft wird die Suppe auch noch mit Mungbohnen sprossen und Chili Paste serviert.

Im Quell-Rezept wird nicht ein Teil der Nudeln frittiert, sondern stattdessen 8 Wan Tan Teigplatten in 3mm breite Streifen geschnitten und knusprig frittiert.

**Quelle: Marion's Kitchen**

# Herzhafte italienische Tomatensuppe

Während meiner Zeit in einer WG in einem Nürnberger Studentenwohnheim, kam einer unserer Nachbarn regelmäßig zum Essen. Eines Tages brachte er dieses Rezept von **foodplaner.de** mit. Eine Zeit lang gab es die Suppe zu häufig und ich hatte aufgehört sie zu kochen. Aber einige Jahre nach der Auflösung der WG hatte ich das Rezept wieder gefunden. Seitdem gibt es sie wieder mehrere Male pro Jahr.

Die Basis bildet eine Tomatensuppe mit Lauchzwiebeln und Pepperoni. Dazu kommt knusprig gebratene **Cabanossi**. Schnittfeste Rohwürste aus feingehacktem Rind- und Schweinefleisch meist mit deutlich erkennbaren Speckwürfeln, die u.a. mit Paprika, Pfeffer, Salz und Knoblauch pikant gewürzt sind. Sie haben eine charakteristische rötliche Farbe, welche hauptsächlich der Paprikazugabe entstammt, ihr Geschmack ist ausgesprochen würzig und meist durch Knoblauch und Pfeffer dominiert.



4 Personen



Vorbereiten  
20 min



Braten  
10 min



Kochen  
30 min

300 g	Cabanossi	Wurst ggf. schälen, in Scheiben schneiden und in etwas Olivenöl knusprig anbraten. Beiseite stellen.
2	Zwiebeln	Die Zwiebeln in Würfel schneiden und den Knoblauch hacken. Beides in Olivenöl glasig andünsten.
2	Knoblauchzehen	
2 EL	Olivenöl	
1 Bund	Lauchzwiebeln	Die Lauchzwiebeln und die Pepperoni in Ringe schneiden. Das Weiße der Lauchzwiebeln und die Pepperoni mit in den Topf geben und anbraten.
6	Pepperoni (Glas)	
2 Dosen	Tomaten (850ml)	Die Tomaten pürieren und mit dem Wasser zum Aufgießen des Bratguts in den Topf geben.
½ l	Wasser	
2 EL	Gemüsebrühe (Pulver)	Mit Gemüsebrühpulver, Pizzagewürz, Salz, Pfeffer und Zucker würzen.
3 EL	Pizzagewürz	
	Zucker	
	Salz	
	Pfeffer	

15 Minuten zugedeckt köcheln lassen.

Das Grüne der Lauchzwiebeln von vorhin sowie die knusprige Cabanossi dazugeben. 5 Minuten weiter köcheln lassen und nochmals abschmecken.

Dazu passt am besten frisches Baguette.

**Quelle: Martin**

# Karottensuppe mit Ingwer



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Kochen  
30 min

4	Schalotten	Schalotten abziehen, Ingwer schälen und beides klein würfeln. Möhren schälen und in Scheiben schneiden.
20 g	Ingwer	
400 g	Möhren	
2 EL	Olivenöl	Öl in einem breiten Topf erhitzen. Schalotten und Ingwer darin etwa 1 Minute glasig dünsten. Möhren hinzufügen und unter Rühren 1 Minute mit andünsten.
2 TL	Zucker	Gemüse mit Zucker bestreuen und diesen leicht karamellisieren lassen.
800 ml	Gemüsebrühe	Brühe dazugießen und die Suppe bei mittlerer Hitze zugedeckt 15-20 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse weich gegart ist.
50 g	Butter	Suppe mithilfe eines Pürierstabs oder in einem Mixer fein pürieren. Abschließend die Butter unterrühren und die Suppe mit Salz, Pfeffer und dem Saft von etwa einer halben Zitrone abschmecken.
	Salz & Pfeffer	
½	Zitrone	

Quelle: Lust auf Genuss 12/2010 - Feine Suppen & Eintöpfe

# Kürbissuppe mit Ingwer und Kokosmilch



6 Portionen



Vorbereiten  
30 min



Kochen  
20 min

800 g	Hokkaidokürbis (geputzt gewogen)	Die Möhren, Zwiebel und Ingwer schälen und würfeln. Der Hokkaidokürbis muss nicht geschält werden, Schadstellen an der Schale einfach wegschneiden. Den Strunk entfernen, in Viertel schneiden und die Kerne mit einem Löffel entfernen. Das Fruchtfleisch in Würfel schneiden und zusammen mit dem Gemüse in Butter andünsten.
600 g	Möhren	
5 cm	Ingwer	
1	Zwiebel	
2 EL	Butter	
1 Liter	Gemüsebrühe	Mit der Brühe aufgießen und in etwa 15-20 Minuten weich kochen.
500 ml	Kokosmilch	Die Suppe sehr fein pürieren, eventuell durch ein Sieb streichen. Die Kokosmilch unterrühren, mit Salz, Pfeffer, Sojasauce und Zitronensaft abschmecken und noch mal erwärmen. Mit Korianderblättchen garniert servieren.
	Salz & Pfeffer	
	Sojasauce	
1	Zitrone	
	Koriandergrün	

Quelle: Chefkoch

# Rindersuppe



8 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Zubereiten  
4 Std

1200 g	Suppenfleisch (Beinscheibe)	Das Suppenfleisch für 1 Minute in kochendem Wasser blanchieren. Abgießen und unter kaltem Wasser gut abbrausen.  Das Suppenfleisch in einem großen Topf mit 3l kaltem Wasser auffüllen. Langsam auf mittlerer Stufe zum Köcheln bringen.
2	Gemüsezwiebeln	Zwiebeln mit samt Schale halbieren. An den Schnittflächen in einer Pfanne dunkel anrösten (ohne Öl).
1 Bund	Petersilie	Zwiebeln zusammen mit Lorbeerblatt, Nelken, gestoßenem Pfeffer, Liebstöckel, Petersilie und Salz in die Brühe geben und aufkochen.  Den sich bildenden Schaum entfernen und Brühe für eine Stunde köcheln lassen.
1 Bund	Liebstöckel	
2	Lorbeerblätter	
3	Nelken	
10	Pfefferkörner	
1 EL	Salz	
5	Karotten	Inzwischen alle Gemüse putzen, waschen und grob würfeln. Gemüse zur Brühe geben und alles zusammen weitere 3 Stunden bei mittlerer Hitze köcheln.
½ Knolle	Sellerie	
3	Staudensellerie	
1 Stange	Lauch	
2 cm	Ingwer	
		Brühe durch ein mit einem Mulltuch ausgelegtes Sieb in einen anderen Topf passieren.
3 EL	Sojasauce Salz & Pfeffer	Die Rinder-Boullion noch einmal aufkochen und mit Sojasauce sowie Salz & Pfeffer abschmecken.

Im Originalrezept wird weniger Gemüse verwendet. Es werden auch 2kg Suppenknochen, aus denen das Mark herausgedrückt wurde, mitgekocht.

Das passieren der Suppe geht leichter wenn man sie zweimal passiert. Einmal durch ein Sieb und dann ein zweites Mal durch ein Sieb, das mit einem Mulltuch ausgelegt ist.

Schmeckt am besten mit **Flädle** (Seite 31). Vom Fleisch kann man die schönen Stücke abzupfen und mit einigen der Karottenstücke zur Suppe dazu essen.

# Kräuter-Flädle



4 Portionen



Vorbereiten  
5 min



Braten  
15 min

75 g	Mehl	Die Zutaten in einer Schüssel zu einem glatten (leicht flüssigen) Pfannkuchenteig verrühren.
200 ml	Milch	
3	Eier	
½ TL	Salz	

---

3 Zweige	Petersilie	Petersilie abzupfen und fein hacken. Schnittlauch in feine Ringe schneiden. Die Kräuter unter den Pfannkuchenteig rühren.
½ Bund	Schnittlauch	

---

	Butterschmalz	In einer beschichteten Pfanne in etwas heißem Schmalz aus dem Teig portionsweise große, dünne Pfannkuchen ausbacken.  Kräuterpfannkuchen abkühlen lassen, einrollen und in Streifen schneiden.
--	---------------	--

In tiefen Tellern oder Suppentassen mit **Rindersuppe** (Seite 30) servieren.

**Quelle: Lust auf Genuss 12/2010 - Feine Suppen & Eintöpfe**

# Tiroler Speckknödel

Im Urlaub am Achensee gab es auf einer Hütte eine kräftige Rinderbrühe und darin schwammen leckere Tiroler Speckknödel. Wieder zuhause, musste ich natürlich ausprobieren die Speckknödel selbst zu machen als Alternative zu Pfannkuchenstreifen als Suppeneinlage.



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Ziehen lassen  
15 min

250 g	Weißbrot	Die Semmeln oder das Knödelbrot klein schneiden. Die Milch erwärmen. Etwas von der lauwarmen Milch über das Brot gießen und ein paar Minuten einziehen lassen.
¼ Liter	Milch	
80 g	Speck	Den Speck sehr fein würfeln. In einer Pfanne in Butter anrösten.
30 g	Butter	
2	Eier	Die restliche Milch, Eier und die Speckwürfel zum Brot geben, salzen und alles von Hand vermischen. Die Semmelbrösel darunter mischen. Wenn der Teig zu nass ist, noch mehr Brösel hinzufügen.
	Salz	
3 EL	Semmelmehl	
	Schnittlauch	Mit nassen Händen etwa 15 gleich große Knödel formen und diese 10-15 Minuten in leicht köchelndem Salzwasser ziehen lassen.
		Die Tiroler Speckknödel in eine große Schüssel geben, mit Brühe übergießen und mit Schnittlauch bestreuen.

Tipp für eine fleischlose Variante: einfach die Speckwürfel durch Käsewürfel ersetzen und eine Gemüsebrühe verwenden - schmeckt mindestens genauso gut.

# Maßeinheiten

In früheren Zeiten waren Kochrezepte für erfahrene Köche geschrieben. Sie waren nicht auf weitere Informationen angewiesen und so enthielten Rezepte nur die Zutaten und ihre Zubereitung. Mengen-, Temperatur- und Zeitangaben fehlten. Für diese fehlten ohnehin einheitliche Maßsysteme.

Die meisten Rezepte lassen sich mehr oder weniger frei interpretieren – die Gerichte erhalten dadurch eine persönliche Note. Das Mengenverhältnis sollte allerdings insbesondere bei Backrezepten möglichst exakt eingehalten werden, da hier schon kleinere Ungenauigkeiten die Qualität des Ergebnisses beeinträchtigen können.

Bei Maßen und Gewichten herrschte jahrhundertlang Verwirrung - fast jedes der hunderten Fürstentümer wählte eigene Maßeinheiten. Im deutschsprachigen Raum hat sich das Messen im Dezimalsystem durchgesetzt. Neben Gewicht in Gramm und Kilogramm, sowie Volumen in Liter und Milliliter, haben sich aus praktischen Gründen auch andere Maßeinheiten wie Esslöffel und Teelöffel erhalten.

Im Kochbuch verweigere ich mich auch in der Englischen Version der Nutzung von Imperialen Einheiten oder den in den USA üblichen Cups (Tassen). Ich habe in meinen Jahren in Detroit gelernt mit Temperaturen in Fahrenheit umzugehen. Ein guter Kollege und Freund hatte sogar eine einleuchtende Erklärung warum Fahrenheit als Temperatureinheit einen gewissen Sinn ergibt. Bei Yards, Inches und Feet aber hört für mich jegliche Logik auf, erst recht bei Ounces oder Liquid Ounces.

Zusätzlich gibt es in Rezepten übliche Gebinde Größen, wie beispielsweise einen Würfel Hefe. In Detroit stand ich dann im Supermarkt und hatte keine Ahnung wieviel Ounces Hefe ich denn nun kaufen sollte. Im Folgenden eine Übersicht über die gebräuchlichsten Maßeinheiten und Gebindegrößen.

Man nehme: drei  
Loth Zucker, ein  
halbes Quart  
Wasser, ein  
Mangel Essig. Alles  
klar?

Das Einzige was  
Imperial sein sollte  
sind Sturmtruppen  
in Star Wars.

Aus praktischen Gründen werden beim Kochen auch vermeintlich ungenau Einheiten wie Esslöffel oder Teelöffel verwendet. Einen Löffel Salz in einen Topf zu geben ist wesentlich einfacher als das Salz abzuwiegen, zumal Küchenwagen solch kleine Mengen nicht genau genug abwiegen können.

Esslöffel (EL)	15ml
Teelöffel (TL)	5ml
Prise	Die Menge eines Pulvers, die beim Greifen zwischen Daumen und Zeigefinger gehalten werden kann.
Messerspitze (Msp)	Die Menge eines Pulvers, die auf dem ersten cm eines Messers liegen bleibt - etwa 1-3 Prisen.
Schuss	Die Menge einer Flüssigkeit, die aus einer Flasche kommt, wenn diese einmal ganz kräftig gekippt wird - etwa 10ml.
Tropfen	20 Tropfen Wasser ergeben einen Milliliter (ml), der Faktor kann bei anderer Viskosität der Flüssigkeit auch abweichen.
Stängel	z.B. Zitronengras
Hand	Eine Handvoll ist die Menge, die in einer hohlen Hand Platz findet.
Kapsel, Zehe, Körner, ...	

Im Alltagsgebrauch haben sich auch Angaben in üblichen Gebindegrößen eingebürgert. Diese unterscheiden sich von Land zu Land und könnten sich in Zukunft ändern. Die wichtigsten habe ich unten zusammengetragen.

1 Würfel Hefe	42g Hefe
Fläschchen Aroma	2ml
Päckchen Backpulver	16g
Päckchen Vanillezucker	8g
Päckchen Pudding	etwa 40g
Bund Kräuter	In etwa so viel an Stängeln, wie locker in den Kreis aus Daumen und Zeigefinger passt
Dose	
Blatt Gelatine	6 Blatt sind ca 10g und reichen für 500ml Flüssigkeit

# Hauptgerichte

## Rezepte

Erdnuss-Pfanne - New World .....	37
Spaghetti Bolognese .....	38
Spaghetti Carbonara .....	39
Satay .....	40
Thai-Nudeln mit Erdnußsauce .....	41
Thai Curry .....	45
Jamie Oliver's Lieblings-Curry .....	46
Jamie Oliver's Lieblings-Curry - Fisch .....	47
Schaschliktopf .....	48
Scharfe Bananen-Fleischnuggets .....	49
Hühnerbruststreifen süßsauer .....	50
Stir Fried Chicken, Chili & Cashew Nuts .....	51
Gefüllte Muschelnudeln .....	52
Königshuhn .....	53
Indian Butter Chicken .....	54
Fränkischer Sauerbraten .....	55
Saltimbocca .....	56
Chilihähnchen men .....	57
Linsen mit Spinat .....	58
Hähnchen mit Zwiebeln .....	59
Käsespätzle .....	61
Shakshuka .....	63
Lasagne .....	64
Picagge alle Erbe .....	66
Köttbullar .....	67
Detroit Style Pizza .....	69
Pollo al limone .....	71
Spicy Chicken Fried Rice .....	72
Zitronen Pasta .....	73
Pad Thai Gai .....	74
Kalbsrahmgulasch .....	77
Chili con Carne .....	78
Chicken Tikka Masala .....	79
Flammkuchen .....	81
Bigoli al Ragù di Salsiccia .....	82
Korean Beef Bowl .....	83
Pasta al Limone .....	84
Gebratenes Rindfleisch mit Sojasauce .....	85
Gebratene Udon Nudeln .....	87
Kefta Tajine mit Aprikosen und Mandeln .....	88
Thai-Bolognese .....	89
New York Club Sandwich .....	90
Chinese Dumplings .....	91

Tomaten Basilikum Pasta Sauce .....	93
Cordon bleu .....	94
Ginger Chicken Curry .....	95
Pizza Brot .....	97
Gefüllte Zucchini Blüten .....	98
Orzo mit Zitronen-Hähnchen .....	100
Tagliatelle mit Parmaschinken und Salbei .....	101
Paneer Butter Masala .....	103
Pizza .....	105

## Informationen

Food Dictator - Novi, MI .....	42
Die Welt der Gewürze .....	76

# Erdnuss-Pfanne - New World



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Zubereiten  
45 min

600 g	Hähnchenbrust	Das Fleisch unter kaltem Wasser abspülen, trocken tupfen und in etwa 2 cm große Würfel schneiden. Die Fleischwürfel in Mehl wenden.
2 EL	Mehl	
2 EL	Öl	Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen und das Fleisch darin von allen Seiten gut anbraten.
2	Zwiebeln	Die Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden. Zusammen mit den Erdnüssen und der Worcestersauce zum Fleisch geben.
100 g	Erdnüsse	
2 TL	Worcestersauce	
	Salz	Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Fleischbrühe dazugießen.
	Pfeffer	
4 EL	Fleischbrühe (instant)	
		Zugedeckt bei schwacher Hitze 30 Minuten schmoren lassen. Dabei gelegentlich die verdampfte Flüssigkeit nachgießen.
1	Paprikaschote (rot)	Die Schoten halbieren, entstielen, entkernen, die weißen Scheidewände entfernen, waschen und in dünne Streifen schneiden. Etwa 5 Minuten vor Ende der Garzeit zum Fleisch geben.
1	Paprikaschote (gelb)	

Das Rezept stand ursprünglich mit amerikanischem Rindfleisch im Kochbuch. Daher auch der Name. Mit Rindfleisch verlängert sich die Kochzeit um ca. 15-20 Minuten bis das Fleisch weich geschmort ist.

**Quelle: Irmis Kochbuch**

# Spaghetti Bolognese

**Spaghetti Bolognese** ist ein gehaltvolles Ragout aus dem norditalienischen Bologna, das vorwiegend zu Pasta gereicht wird ist. Der Name ist eigentlich in zweierlei Hinsicht falsch. Das **Ragù alla bolognese** ist nur außerhalb von Italien unter dem französischen Namen **Sauce bolognaise** bekannt. Außerhalb Italiens wird es oft mit Spaghetti serviert - in Italien eher mit Tagliatelle, Maccheroni oder Penne.

Zubereitet wird es aus Hackfleisch vom Rind, feingehackter Zwiebel und Möhre, feingehacktem Bleichsellerie und Speck. Dazu kommen Wein, Brühe und Tomatenmark oder Tomatensauce. Das Ragout wird bei niedriger Temperatur mehrere Stunden gegart und sollte am Ende von dickflüssiger Konsistenz sein.



4 Portionen



Vorbereiten  
30 min



Kochen  
150 min

200 g	Schalotten	Schalotten und Knoblauch schälen. Beides in feine Würfel schneiden.
5	Knoblauchzehen	
3 EL	Olivenöl	Olivenöl erhitzen und das Hack bei starker Hitze in 5-6 Minuten braun anbraten.
400 g	Hackfleisch	
300 g	Karotten	In der Zwischenzeit die Möhren schälen, den Staudensellerie putzen und die Fäden abziehen. Beides durch die mittlere Scheibe des Fleischwolfs drehen oder sehr fein würfeln bzw. hacken.
200 g	Staudensellerie	
Schalotten, Knoblauch und das fein zerkleinerte Gemüse mit zum Hack geben und 2-3 Minuten mitbraten.		
200 g	Parmaschinken	Parmaschinken fein würfeln oder auch durch den Fleischwolf geben. Tomatenmark und Schinken mit zum Hack geben. Kurz mitrösten lassen.
2 EL	Tomatenmark	
2 Dosen	Tomaten (stückig, a 400ml)	Petersilie abzupfen und grob hacken. Tomaten zum Hack geben und mit Weißwein, Brühe, Milch aufgießen. Zwei Drittel der Petersilie zugeben.
6 Zweige	Petersilie (glatt)	
200 ml	Weißwein	
600 ml	Kalbsfond	
130 ml	Milch	
Bei milder Hitze 2 bis 2 ½ Stunden offen köcheln lassen.		
	Salz	Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Die Sauce in eine Schüssel füllen und mit der restlichen Petersilie bestreuen.
	Pfeffer	
	Muskatnuss	

Mit Pasta und gehobeltem, frischem Parmesan servieren.

**Quelle: Johann Lafer**

# Spaghetti Carbonara



4 Portionen



Kochen  
15 min



Vorbereiten  
10 min



Braten  
5 min

400 g	Spaghetti	Spaghetti in reichlich Salzwasser bissfest kochen.
100 g	Speck (Pancetta)	Inzwischen den Speck in schmale Streifen schneiden. Knoblauch abziehen und in Öl und Butter goldgelb braten. Knoblauch herausnehmen und die Speckstreifen im Bratfett glasig braten.
1	Knoblauchzehe	
2 EL	Olivenöl	
30 g	Butter	
2	Eier	Eier, Eigelbe und Milch in einer Schüssel gründlich verquirlen und salzen. Den Käse reiben und untermischen.
3	Eigelb	
4 EL	Milch	
60 g	Parmesan	
	Salz	
		Die Spaghetti abgießen und abtropfen lassen. Die Eier-Mischung zu den Speckstreifen geben, die Nudeln hinzufügen und sofort - am besten mit zwei Gabeln - durchmischen. Spaghetti con der Kochstelle nehmen, die Eier dürfen nicht stocken.
½ Bund	Schnittlauch	Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Spaghetti mit Pfeffer und Schnittlauchröllchen bestreuen und sofort servieren.

Quelle: Lust auf Genuss 2/2010

# Satay



6 Portionen



Vorbereiten  
30 min



Marinieren  
3 Std



Zubereiten  
20 min

600 g	Hähnchenbrust	Das Fleisch in lange, dünne Streifen schneiden.
1 TL	Fenchelpulver	Die Gewürze, den Ingwer, Knoblauch und die Zwiebeln zu einer feinen Paste verarbeiten (ggf. etwas Öl hinzufügen).
1 TL	Kreuzkümmel	
1 TL	Korianderkörner	
½ TL	Kurkuma	
½ TL	Zimt	
1 Stängel	Zitronengras	
2	Knoblauchzehen	
1 Stck	Ingwer (ca. 2cm)	
5	Schalotten	
2 TL	Zucker	
1 TL	Salz	
Das Fleisch für 2-3 Stunden marinieren.		
2 EL	Erdnussöl	Das marinierte Fleisch auf Bambus oder Schaschlickstäbchen stecken. Das Fleisch auf einem Holzkohlegrill oder im Backofen bei 200° Grillen. Nach dem Umdrehen mit einer Mischung aus Kokosnussmilch und Erdnußöl bestreichen.
4 EL	Kokosmilch	

Die Spieße am besten in Wasser einlegen, dann legen sich die Holzfasern. Alternativ lassen sich die Satay Spieße auch mit Rindersteak statt Hähnchenfleisch zubereiten.

Dazu wird Erdnußsauce gegessen, entweder nach **Brigitte's Rezept** (Seite 141) oder nach dem hervorragenden **Rezept von Markus** (Seite 140). Zum Servieren die Erdnussauce in eine Glasschale füllen und Satayspieße auf einer Platte anrichten. Eine Gurke und eine Gemüsezwiebel schälen und in Stücke schneiden. Heiß servieren.

**Quelle: Bridget's Thai Kochkurs (VHS)**

# Thai-Nudeln mit Erdnußsauce



3 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Zubereiten  
15 min

300 g	Spaghetti	Spaghetti in reichlich Salzwasser kochen.
1 Bund	Lauchzwiebeln	Die Lauchzwiebeln putzen und schräg in ca. 2 cm lange Stücke schneiden. Chili in dünne Ringe schneiden. Beides in einer Pfanne in Sesamöl kurz andünsten.
1	Chilischote	
3 EL	Sesamöl	
100 ml	Geflügelbrühe	Brühe, Orangen- und Zitronensaft, Sojasauce sowie Erdnussbutter hineintrühren. Einmal aufkochen und nochmals abschmecken. Wenn nötig noch Sojasauce oder Zitronensaft hinzugeben. Wenn die Konsistenz nicht passt, entweder mehr Orangensaft oder Erdnussbutter hinzufügen.
180 ml	Orangensaft (frisch)	
4 EL	Zitronensaft	
1 EL	Sojasauce	
2 EL	Erdnussbutter	
3 EL	Koriandergrün	Die Sauce zu den Nudeln geben und vermischen. Zum Garnieren gehackte Erdnüsse und Koriandergrün darübergeben.
2 EL	Erdnüsse (geröstet u. gesalzen aus der Dose)	

Quelle: **Bridget's Thai Kochkurs (VHS)**

# Food Dictator - Novi, MI

"Long time no see.  
Happy new year!  
Long time no see."

"Hätten Sie  
gerne etwas zum  
Nachtisch? Danke  
nein, aber ein  
zweites Steak  
wäre nett."

## Food Dictator, der

Aussprache: \ 'fud 'dik-,tā-tər \

Wortart: Substantiv, maskulin

Trennung: Food | Dic | ta | tor

Bedeutung: In kulinarischen Notlagen  
vorübergehend mit der  
Gesamtleitung der Essensplanung  
beauftragte Person

Den Spitznamen **Food Dictator** bekam ich auf einem Business Trip nach Detroit von meinem Chef-Chef - nennen wir ihn Midi - verpasst. Eigentlich bin ich nur jemand, bei dem gutes Essen und Kochen einen hohen Stellenwert einnimmt.

Als Teil meiner Arbeit als Projektleiter am Infotainment System der Ford Motor Company verbrachte ich regelmäßig Zeit in Detroit. Im Laufe der Jahre habe ich mir eine Liste guter Restaurants zusammengestellt - schließlich darf es gut schmecken, wenn man jeden Tag essen geht.

Als Midi mit einer Gruppe von Kollegen zum ersten Mal mit in den USA war, kam der Food Dictator in mir zum Vorschein. Schließlich musste ich mich gegen Vorschläge wie "McDonald's ist in den USA viel besser, lass uns da hin gehen!" zur Wehr setzen.

Im Laufe der Jahre hat sich eine gewisse Routine eingeschlichen von der ich (ganz Informatiker) nur ungern abweiche. Das erste Ritual habe ich von Rüdiger meinem Chef abgeschaut. Das erste und/oder letzte Essen ist fast immer "Spicy Chicken Fried Rice" bei Oishi's. Rüdiger war schon so oft da, dass die Eigentümer ihn kennen und die Bedienung ihn auch nach Monaten noch euphorisch begrüßt und allen ein Eis als Nachtisch spendiert.

Das zweite und/oder vorletzte Essen ist der meiner Meinung nach weltbeste Burger im Steak House J. Alexander's. Als ich damals am zweiten Tag darauf bestanden hatte, dass wir unbedingt dahin gehen müssen, hat mich Midi noch schief angeschaut. Als wir am vorletzten Abend wieder da waren, hatte er sich statt eines Nachtischs lieber noch ein zweites Dry Aged New York Strip bestellt - irgendwas muss also dran sein.

Ich bin kein Restaurantkritiker. Für mich ist wichtig dass es mir schmeckt und Geschmäcker sind bekanntlich verschieden. Ganz falsch liege ich meistens wohl nicht, denn der schlechteste Kommentar eines Kollegen war "Ist sehr gut, aber nichts besonderes".

## Burger

Ich bin ein Burger-Liebhaber, das wissen nicht nur meine Kollegen bei EB, sondern das hat sich mittlerweile auch bei Ford herumgesprochen. Nein wir reden ganz sicher nicht von Fast-Food Burgern wie die vom goldenen M oder vom Burger König. Mittlerweile gibt es in Deutschland auch sehr gute Burger. Weiterempfehlen kann ich die **Kuhmuhne** oder den Food Truck **Guerilla Gröstl**. Dennoch sind die Burger in den USA nochmal eine andere Hausnummer. Deswegen quäle ich den Leser nun auch mit einer guten Seite zum Thema Burger.

Meinen mit Abstand persönlichen Lieblingsburger gibt es im Steakhaus **J.Alexander's**. Ich bestelle einen Old Fashioned Cheeseburger aber der wird noch leicht umgebaut: keine Gurken, dafür mit Bacon und die Zwiebeln bitte gegrillt. Wenn man richtig hungrig ist, dann noch einen Alex Salad vorne weg.

Die Neuentdeckung im Jahr 2016 war das **Green Dot Stables**. Ohne die Empfehlung von Florian hätte ich in dieser Gegend von Detroit nicht nach einem Restaurant gesucht. Hier gibt es Slider - vereinfacht Mini-Burger, doch eigentlich wird diese Verniedlichung den Sliders nicht gerecht. Ich hatte den koreanischen Slider mit Erdnussbutter und Kimchi, den kubanischen mit geräucherter Schweinelende und den BBQ Slider mit Süßkartoffelpüree und Bacon. Dazu gibt es sehr schmackhafte, hausgemachte Fries mit verschiedenen Toppings und Mini-Cocktails. Die Krönung war allerdings der Nachtisch - der Corktown Smore Slider. Ein Slider Brötchen, darauf Nutella, ein geschmolzener Mashmallow und extrem leckerer, karamellierter Speck. Fantastisch!

An der Woodward Avenue liegt die **Vinsetta Garage**. Eine alte Autowerkstatt mit einem richtig coolen Ambiente und hervorragendem Essen. Dort gibt es den ultimativen Burger für alle Bacon Liebhaber - den Macon Bacon Burger. Ein Pattie aus Angus Beef und darauf über Ahorn geräucherter Bacon, gegrillter Canadian Bacon (Schweinelende) und italienischer Pancetta. Das klingt nach Instant-Herzinfarkt und so schmeckt es auch - einfach grandios.

Meine Kollegen von EB haben mir die **Basement Burger Bar** in Farmington Hills gezeigt. Der Name ist Programm, eben eine Burger Bar im Keller, aber mit einem Build Your Own Burger Menu. Es gibt eine große Karte in der man sich durch Ankreuzen seinen idealen Burger zusammenstellen kann. Angefangen vom Brötchen, zum Patty, dem Gemüse und Soßen kann man sich so seine ganz eigene Kreation schmecken lassen. Sehr lecker sind dazu die Süßkartoffel Fries mit einem Zimt Butter Dip.

Wenn es doch etwas mehr Richtung Fast Food gehen soll, dann gibt es auch dafür vom Food Dictator genehmigte Möglichkeiten. Zuerst mein Lieblings Fast Food Burger, seit ich **Five Guys** zum ersten Mal in New York entdeckt hatte. Es gibt nur Burger, Fries und HotDogs - das wars. Die Burger handgeformt und frisch gebraten nach Wunsch belegt und zubereitet, die Fries vor Ort geschnitten und in Erdnussöl knusprig frittiert. Damian ein Kollege bei EB empfahl mir das **Jaws Jumbo Burgers** nicht weit von unserem Büro. Dort sind die Burger nicht nur groß, sondern auch sehr lecker. Bei einem Mittagessen mit Ford in Dearborn hat Mashkooor mir **Good Burger** gezeigt und was soll ich sagen auch dort sind die Burger frisch und sehr schmackhaft.

In Detroit gibt es noch eine andere Institution zum Thema Burger, die ich ausprobieren musste. Florian lies mich seinen V8/5.0 Mustang fahren und wir besuchten **Miller's Bar**. Es gibt Hamburger und Cheeseburger. Fertig. Die gibt es rustikal auf einem Stück Papier doch das tut dem Geschmack keinen Abbruch. Mein Kollege Stefan war lange auf der Suche nach seinem perfekten Bacon-Cheeseburger. Als er ihn dann endlich in der **Chili's** Filiale am Fairlane Green entdeckt hatte, haben die das Rezept geändert. Jetzt ist er nicht mehr der beste Bacon-Cheeseburger ever, aber immer noch sehr lecker und einen Besuch wert.

## Japanisch

Novi in Michigan hat etwas mehr als 15% Einwohner japanischer Herkunft und ist damit die für größte Japanische Gemeinschaft in Michigan. Dazu passt, dass eines meiner Lieblings-Restaurants eben **Oishi** ist. Ich war schon oft da und ausser mir eben nur asiatische Gäste. Ich nehme das als gutes Zeichen für authentisches Essen. Mein persönlicher Favorit sind der gebratene Reis mit Miso Suppe. Dazu einen Salat mit einem super leckeren Karotten-Ingwer Dressing. Wenn das Ambiente etwas feiner sein soll empfiehlt sich **Shiro** nur etwas weiter die Novi Road runter. Nicht Japanisch aber gleich um die Ecke von Oishi und den gleichen Eigentümern gehörend liegt **Bi Bim Bap**. Ein sehr leckeres Koreanisches Restaurant von dem mein Kollege Chris genauso überzeugt ist wie ich von Oishi.

## Mediterranean

Wir Deutschen verstehen unter Mediterran eher Italienisch oder Griechisch, doch dabei vergessen wir dass zum Beispiel Syrien und der Libanon auch am Mittelmeer liegen. Dearborn, der Teil der Detroit Metro Area in dem Ford sitzt hat die größte Arabische Gemeinschaft ausserhalb des Mittleren Ostens, eben mit vielen Wurzeln im Libanon und Jordanien.

## Steak

Ein Klassiker bei **J.Alexander's** ist natürlich das Dry Aged New York Strip mit Mac & Cheese oder Mashed Potatoes - manche bestellen da eben auch noch ein zweites als Nachspeise.

# Thai Curry



3 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Zubereiten  
30 min

2 EL	Sesamöl	Öl heiß werden lassen und darin die Currypaste anbraten.
1½ EL	Currypaste	
1 Dose	Kokosmilch (400ml)	Die Kokosmilch aufgießen und dann die Fischsoße, den Zucker und die Sojasoße dazugeben.
2 EL	Sojasauce	
2 EL	Zucker	
2 EL	Fischsauce	
300 g	Hähnchenbrust	Wenn sich die Kokosmilch schön aufgelöst hat, können das Fleisch und die fein gehackten Limettenblätter dazu gegeben werden.
5	Limettenblätter	
2	Kartoffeln	Kartoffeln in kleine Würfel schneiden und mit in den Topf geben. Karotten in dünne Stifte schneiden und dazu geben. Lauchzwiebeln in Ringe schneiden und auch mit dazu geben.
2	Karotten	
½ Bund	Lauchzwiebeln	
½ Bund	Thaibasilikum	Das Thaibasilikum abzupfen und mit den Erdnüssen kurz vor Ende der Garzeit dazugeben.
3 EL	Erdnüsse (gehackt)	
½ Stck	Paprika (rot)	Die Paprika in hauchdünne Streifen schneiden und beim Servieren über das Curry geben.

Meine Lieblingspaste ist die Phanaeng Curry Paste. Daran orientiert sich auch das Gemüse im Rezept. Das kann je nach Geschmack variiert werden: Zuckerschoten, Zucchini, Thai Auberginen, Zwiebspalten, Bambus, grüne Bohnen, etc. passen ebenfalls sehr gut.

**Quelle: Eva**

# Jamie Oliver's Lieblings-Curry



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Zubereiten  
30 min

5 EL	Öl	Das Öl in einem Wok oder einer Pfanne erhitzen und die Senfkörner dazugeben. Warten bis sie platzen.
2 TL	Senfsamen	
3	Chilischoten (frisch)	Die Chilischoten entkernen und fein schneiden. Den Ingwer schälen und reiben. Zusammen mit den Curryblättern und dem Bockshornklee hinzugeben. Ein paar Minuten unter Rühren anbraten, bis alles ein bisschen Farbe genommen hat.
1 Hand	Curryblätter	
1 TL	Bockshornklee (Samen)	
2 Stck	Ingwer (daumengroß)	
3	Zwiebeln	Die Zwiebeln schälen und in Würfel schneiden. Dann ebenfalls in den Wok geben und fünf Minuten weiterbraten, bis sie leicht angebräunt und weich sind.
1 TL	Chili	Chilipulver und Kurkuma dazugeben und umrühren. Die Tomaten klein schneiden und ebenfalls in den Wok geben. Dosentomaten sind auch ok. Diese einfach mit dem Saft in den Wok geben und mit dem Kochlöffel zerdrücken.
1 TL	Kurkuma	
6	Tomaten	
1 Dose	Kokosmilch (400ml)	Ein paar Minuten lang dünsten und danach ca. 1 Glas Wasser und die Kokosmilch hinzugeben. Für 10-15 Minuten köcheln lassen, bis das Ganze eine sehr sämige Konsistenz bekommen hat und vorsichtig salzen.
	Wasser	
	Salz	
Diese Curry Sauce ist die Basis.		
600 g	Hähnchenbrust	Die Hähnchenbrust in Streifen schneiden und in einer Pfanne scharf anbraten. Die gemahlene Korianderkörner dazugeben und 1-2 Minuten weiterbraten. Das Fleisch in die Sauce geben und noch 10 Minuten köcheln lassen.
1 EL	Korianderkörner	

Dazu passt sehr gut Jamie Oliver's **Zitronenreis** (Seite 130). Statt mit Hähnchen kann das Curry auch mit **Fisch** (Seite 47) zubereitet werden.

Für ein vegetarisches Curry können zusätzlich weitere Gemüsesorten zur Sauce gegeben werden. Dazu 800 g gemischtes Gemüse in Würfel oder Scheiben schneiden. Die härteren Gemüsesorten wie z.B. Kartoffeln, Karotten, Süßkartoffeln gleich am Anfang mit den Zwiebeln dazugeben und dann weiter verfahren bis die Curry Sauce fertig ist. Etwas weichere Gemüsesorten wie Paprika, Zucchini, Blumenkohl, Bohnen später hinzugeben, wenn das Curry schon etwas gekocht hat und die harten Gemüse schon Zeit hatten etwas weich zu werden. Kurz vor Ende die empfindlichen Gemüse hinzugeben. Spinat oder Mangold brauchen wirklich nur ein oder zwei Minuten mitgekocht werden.

**Quelle: Jamie Oliver**

# Jamie Oliver's Lieblings-Curry - Fisch



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Zubereiten  
30 min

5 EL	Öl	Aus den Zutaten eine Basis Curry Sauce gemäß <b>Rezept</b> (Seite 46) herstellen.
2 TL	Senfsamen	
3	Chilischoten (frisch)	
1 Hand	Curryblätter	
1 TL	Bockshornklee (Samen)	
2 Stck	Ingwer (daumengroß)	
3	Zwiebeln	
1 TL	Chili	
1 TL	Kurkuma	
6	Tomaten	
1 Dose	Kokosmilch (400ml)	
	Wasser	
	Salz	
600 g	Schellfisch (Filet ohne Haut und Gräten)	Fischfilets in grobe Würfel schneiden und zusammen mit der Tamarinde in den Topf geben. Sechs Minuten köcheln lassen.
1 TL	Tamarindenmus (oder Tamarindensirup)	
½ Bund	Koriandergrün	Nach Belieben am Ende der Kochzeit noch Koriandergrün hinzufügen.

Dazu passt sehr gut Jamie Oliver's **Zitronenreis** (Seite 130).

**Quelle: Jamie Oliver**

# Schaschliktopf



4 Personen



Vorbereiten  
10 min



Kochen  
1 Std

500 g	Fleisch	Das Fleisch in grobe Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen und achteln. Den Knoblauch schälen und in grobe Würfel oder Scheiben schneiden.
320 g	Zwiebel	
5	Knoblauchzehen	
350 ml	Ketchup	Ketchup, Worcestersauce und die Gewürze mit dem Fleisch und dem Gemüse in einen Topf geben. Die Gewürze dazu geben. Kochen lassen und ggf. nochmals abschmecken.
	Salz	
	Pfeffer	
	Curry	
	Paprika	
3 EL	Worcestersauce	

Im Originalrezept waren neben dem Fleisch auch noch Leberstückchen enthalten. Da Leber aber Geschmacksache ist - und eben nicht mein Geschmack - hab ich sie im Rezept weggelassen.

Meine Mitbewohner im Studentenwohnheim haben dieses Gericht auch Fronteintopf genannt. Tatsächlich haben wir den Schaschliktopf oft nach einer Party für die fleissigen Helfer gekocht, da er sich leicht in größeren Mengen zubereiten lässt. Gut gewürztes Fleisch, Zwiebeln, Ketchup, dazu ein frisches Baguette, das ist gerade mit einem leichten Kater sehr lecker.

**Quelle: Horst**

# Scharfe Bananen-Fleisbällchen

Bananen und Hackfleisch sind eine Kombination, die vielleicht nicht ganz so offensichtlich funktioniert wie Erdbeeren und Sahne. Aber diese beiden passen wirklich ganz hervorragend zusammen! Mit den Bananen werden Hackbällchen lockerer, weniger trocken und bekommen eine harmonische, leicht fruchtige Note. Die Hackbällchen werden zusätzlich mit Tabasco, Chili und Paprika leicht scharf gewürzt, so dass sie hervorragend zu der fruchtigen Soße passen.



4 Portionen



Vorbereiten  
30 min



Zubereiten  
25 min

## Für die Hackbällchen

1½	Bananen	Die Bananen schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Knoblauch fein hacken.
2	Knoblauchzehen	
500 g	Hackfleisch (Rind)	Das Hackfleisch sowie das Ei mit den Bananenstückchen und dem Knoblauch vermengen.
1	Ei	
3 EL	Semmelmehl	Die Fleischmasse mit Senf, Paprika, Chili, Tabasco, Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken. Durchkneten und Semmelmehl zugeben bis die Masse eine schöne Konsistenz zum Formen erreicht hat. Mit feuchten Händen kleine Bällchen formen.
1 TL	Senf	
1 TL	Paprika	
½ TL	Chili	
5 Tropfen	Tabasco	
	Salz & Pfeffer	
5 EL	Öl	Das Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen und die Hackfleischbällchen darin von allen Seiten braun anbraten. Die Bällchen herausnehmen und warm stellen.

## Für die Sauce

1	Zwiebel	Zwiebeln schälen, fein würfeln und in dem Bratfett andünsten.
500 g	Tomaten (passiert)	Die passierten Tomaten in die Pfanne geben.
1	Mango (reif)	Die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein lösen und in kleine Stücke schneiden. Die Bananen schälen und in Stücke schneiden. Das Obst in die Sauce geben.
1½	Bananen	
	Zitronensaft	Die Sauce mit Salz, Pfeffer, Zucker und Zitronensaft abschmecken. Die Fleischbällchen in die Sauce geben oder getrennt dazureichen. Vor dem Servieren mit frischem gehackten Koriander bestreuen.
	Salz & Pfeffer	
	Zucker	
	Koriandergrün	

Dazu passt am besten Reis. Wer kein Koriandergrün mag, kann es auch durch etwas glatte Petersilie ersetzen (oder ganz weglassen). Man kann die Bällchen natürlich auch pur als Fingerfood, mit Senf oder einem anderen Dip genießen.

**Quelle:** Irmis Kochbuch

# Hühnerbruststreifen süßsauer

## Gai Pad Prian Wan



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Ziehen lassen  
30 min



Zubereiten  
30 min

500 g	Hähnchenbrust	Das Fleisch nach dem Waschen trockentupfen und in Streifen schneiden. Mehl, Zucker, Brühpulver mit dem Fleisch mischen und 30 Minuten im Kühlschrank ziehen lassen.
4 EL	Tempura-Mehl	
1 EL	Zucker	
1 EL	Geflügelbrühe (instant)	
500 ml	Öl	Frittieröl in einer Pfanne oder einem kleinen Topf heiß werden lassen. Das Fleisch darin portionsweise in ca. 2-3 Minuten goldbraun braten. Herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
5	Knoblauchzehen	Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Zwiebel schälen und in Streifen schneiden. Die Ananas schälen, vierteln und den Mittelstrunk herausschneiden. Das Fruchtfleisch in 2 cm breite Stücke schneiden. Die Lauchzwiebeln waschen, putzen und in 2 cm lange Stücke schneiden.
2	Zwiebeln	
1	Ananas (klein)	
3	Lauchzwiebeln	
2 EL	Öl	Das Öl in einer Pfanne erhitzen und den Knoblauch darin goldbraun anbraten. Die Ananas und die Zwiebel zugeben und ca. 3 Minuten braten. Die Lauchzwiebeln hinzugeben und weitere 2 Minuten braten. Ketchup und Ananassaft zugeben. Unter Rühren aufkochen, das Fleisch hinzugeben und 2-3 Minuten garen. Mit Pfeffer abschmecken und servieren.
200 g	Ketchup	
100 ml	Ananassaft	
	Pfeffer	

Wenn es schnell gehen soll oder keine frische Ananas zu kriegen ist, dann kann diese auch mit 250 g Ananas aus der Dose ersetzt werden - da kommt auch der Ananassaft schon mit in der Dose.

**Quelle: Lust auf Genuss 1/2009**

# Stir Fried Chicken, Chili & Cashew Nuts

## Gai pad met ma muang



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Zubereiten  
45 min

500 g	Hähnchenbrust	Die Hähnchenbrust in 1 cm breite Streifen scheiden und mit dem Mehl in einer kleinen Schüssel vermengen.
3 EL	Mehl	
2	Zwiebeln	Die Zwiebeln schälen und in Achtel schneiden. Die Chilischoten entkernen und in kleine Streifen schneiden.
2	Chilischoten	
½ l	Öl (zum Frittieren)	In einem kleinen Topf das Öl heiß werden lassen. In kleinen Portionen die Hähnchenstreifen goldbraun frittieren. Herausnehmen und abtropfen lassen. Wenn das Fleisch fertig gebraten ist, die Zwiebeln und die Chili im Öl frittieren. Herausnehmen und mit dem Fleisch bei Seite stellen. Der Topf mit dem Öl kann nun abkühlen.
1 TL	Sesamöl	Das Sesamöl, mit der Austernsauce, der Sojasauce und der Brühe in eine große Schüssel geben. Mit der Chilipaste, Zucker und Pfeffer verrühren.
3 EL	Austernsauce	
3 EL	Sojasauce	
50 ml	Gemüsebrühe	
1 EL	Geröstete Chilipaste	
1 TL	Zucker	
½ TL	Pfeffer	
2	Lauchzwiebeln	Die Lauchzwiebeln waschen und in 1 cm breite Streifen schneiden. Die Karotten schälen und in kleine Streifen schneiden oder einfach grob hobeln. Die Cashewkerne aus der Dose ein bisschen zerkleinern. Alles mit zu der Sauce in die Schüssel geben.
2	Karotten	
150 g	Cashewkerne (geröstet aus der Dose)	
		Das gebratene Fleisch, die Zwiebeln und Chilies ebenfalls in die Schüssel geben und alles verrühren.
4 EL	Öl	Etwas von dem Öl vom Frittieren in einen Wok (oder eine große Pfanne) geben und heiß werden lassen. Alle Zutaten in den Wok geben und ca. 5 Minuten unter ständigem Rühren braten.

Das Fleisch kann auch in einer heißen Pfanne mit 5-10 EL Öl knusprig angebraten werden. Mit Reis servieren.

**Quelle: Time for Lime**

# Gefüllte Muschelnudeln



4 Portionen



Zubereiten  
40 min



Backen  
30 min

20 g	Butter	Für die Béchamelsauce Butter in einem Topf schmelzen. Mehl zugeben und unter Rühren 5-6 Minuten farblos andünsten. Mit Pernod ablöschen, die Hälfte der Milch zugießen und unter ständigem Rühren aufkochen.
20 g	Mehl	
4 EL	Pernod	
500 ml	Milch	
	Muskatnuss Salz & Pfeffer	Die restliche Milch zugießen, erneut unter Rühren aufkochen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen und die Sauce 20 bis 30 Minuten bei milder Hitze einkochen lassen. Dabei ab und zu umrühren.
20	Muschelnudeln	Inzwischen die Muschelnudeln in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen. In einem Sieb abgießen und etwas abkühlen lassen.
1 Scheibe	Toastbrot	Für die Hackmasse Toastbrot entrinden und in kleine Stücke zupfen. Fenchelsaat im Mörser grob zerstoßen. Hack, Toastbrot, Fenchelsaat, Chiliflocken, Parmesan und Ei mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
2 EL	Fenchelpulver	
400 g	Hackfleisch	
½ TL	Chili	
50 g	Parmesan	
1	Ei Salz & Pfeffer	
125 g	Mozzarella	Mozzarella in dünne Scheiben schneiden und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Eine Auflaufform mit Olivenöl ausreiben. Die Hackmasse in die Nudeln füllen und diese nebeneinander in die Auflaufform setzen. Die Béchamelsauce zugeben und mit Mozzarella belegen.
2 EL	Olivenöl	
Im heißen Ofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf der 2. Schiene 25-30 Minuten goldbraun überbacken.		

Mit gebratenem Fenchel anrichten.

**Quelle: ARD: "Tim Mälzer kocht"**

# Königshuhn

## Murg Shahjahani



4 Portionen



Vorbereiten

15 min



Zubereiten

30 min

600 g	Hähnchenbrust	Die Hähnchenbrust putzen und in größere Stücke schneiden. Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und in kleine Würfel schneiden. Alles in eine Schüssel geben.
2	Zwiebeln	
6	Knoblauchzehen	
150 g	Joghurt	Joghurt, Salz, Chilipulver, Garam Masala und Kurkuma hinzufügen und alles gut vermischen.
	Salz	
1 TL	Chilipulver	
1 TL	Garam Masala	
1 TL	Kurkuma	
5 EL	Öl	Das Öl in einem Topf erhitzen. Darin Nelken, Lorbeerblätter, Kardamom und Kreuzkümmel etwa eine halbe Minute anrösten.
10	Nelken	
3	Lorbeerblätter	
2 Kapseln	Kardamom (schwarz)	
1 TL	Kreuzkümmel	
		Die gewürzten Hühnchenstücke in den Topf geben und 20-25 Min. bei mittlerer Hitze braten, bis sich das Öl an der Oberfläche absondert.
150 g	Tomaten (passiert)	Das Tomatenpüree und die Cashewkerne dazugeben und 5 Min. bei schwacher Hitze schmoren lassen.
150 g	Cashewkerne	

Mit indischem Naan Brot servieren. Im Originalrezept wird ein ganzes Hühnchen mit ca. 1,5 kg verwendet, das in 8-10 große Stücke zerteilt wird.

**Quelle: Indien, Kochen und verwöhnen mit Originalrezepten, GU**

# Indian Butter Chicken

## Chicken Makhani



4 Portionen



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
30 min

### Für die Soße

1 EL	Erdnussöl	Die Zwiebel und Schalotte abziehen und fein hacken. Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Bei mittlerer Hitze die Schalotte und Zwiebel dünsten, bis sie weich und glasig sind.
1	Schalotte	
½	Zwiebel	
2 TL	Butter	Die Butter sowie Zitronensaft, Ingwer-Knoblauch Paste, Garam Masala, Chilipulver, Kreuzkümmel und das Lorbeerblatt hinzufügen. Unter rühren für eine Minute anbraten.
2 TL	Zitronensaft	
1 EL	Ingwer-Knoblauch Paste	
1 TL	Garam Masala	
1 TL	Chilipulver	
1 TL	Kreuzkümmel	
1	Lorbeerblatt	
250 ml	Tomaten (passiert)	Die passierten Tomaten hinzufügen und unter gelegentlichem Rühren für zwei weitere Minuten kochen lassen.
125 ml	Sahne	Sahne, Milch und Joghurt hinzufügen. Die Hitze reduzieren und für 10 Minuten leise köcheln lassen. Gelegentlich umrühren.
125 ml	Milch	
75 ml	Joghurt	
	Salz & Pfeffer	Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vom Herd nehmen und zur Seite stellen.

### Für das Fleisch

1 EL	Erdnussöl	Das Hähnchen in große Würfel schneiden. Währenddessen das Öl in einer schweren Pfanne erhitzen. Das Hähnchen bei mittlerer Hitze braten, bis es leicht angebräunt ist.
500 g	Hähnchenbrust	
1 TL	Garam Masala	Die Hitze reduzieren und mit Garam Masala und Cayennepfeffer würzen. Ein paar Löffel der Sauce hinzugeben und köcheln lassen bis die Soße reduziert ist und das Hähnchen gar ist.
1 Prise	Cayennepfeffer	
		Die Fleischwürfel in die Sauce geben.

Sauce evtl mit etwas in Wasser gelöster Stärke binden. Ich püriere die Sauce noch damit sie ganz glatt ist, dann braucht man die auch nicht binden.

Quelle: Hema

# Fränkischer Sauerbraten



4 Personen



Vorbereiten  
20 min



Beizen  
4 Tage



Schmoren  
3 Std

100 g	Karotten	Karotte, Lauch, Sellerie putzen und in grobe Stücke schneiden. Die Zwiebeln schälen und vierteln.
100 g	Sellerie	
50 g	Lauch	
2	Zwiebeln (mittelgroß)	
3	Lorbeerblätter	Das geschnittene Gemüse mit Lorbeerblättern, Pfefferkörnern, Wacholderbeeren, Nelken, Thymian, Salz und Wasser in einem Topf kurz aufkochen.
8	Pfefferkörner	
3	Wacholderbeeren	
3	Nelken	
1 Zweig	Thymian	
1 TL	Salz	
250 ml	Wasser	
1.2 kg	Rindfleisch (aus der Schulter)	Das Fleisch von Fett und Sehnen befreien und in eine Schüssel geben.
250 ml	Rotweinessig	Den Essig und Rotwein mit dem <b>abgekühlten</b> Sud vermengen und über das Fleisch gießen, bis es bedeckt ist. Für etwa 3-4 Tage abgedeckt in den Kühlschrank stellen und beizen.
250 ml	Rotwein	
1 EL	Butterschmalz	Nach dem Beizen, das Fleisch herausnehmen und trocken tupfen. In einem großen Bräter einen Esslöffel Butterschmalz erhitzen und das Fleisch von allen Seiten kräftig anbraten. Den Sud und den Rinderfond mit dem Gemüse über das Fleisch gießen. Den Braten abgedeckt im vorgeheizten Backofen für ca. 3 Stunden schmoren, bis das Fleisch weich ist.
500 ml	Rinderfond	
100 g	Saucenlebkuchen	Das Fleisch herausnehmen und warm stellen. Den Sud mit einem Mixstab pürieren und anschließend durch ein feines Sieb passieren. Den Saucenlebkuchen in der Sauce einweichen und einmal aufkochen lassen.  Mit Zucker, Salz und Pfeffer leicht süßsauer abschmecken.
2 EL	Zucker	
	Salz	
	Pfeffer	

Quelle: Alexander Herrmann

# Saltimbocca



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Zubereiten  
20 min

## Für die Kalbschnitzel

500 g	Kalbschnitzel	Die Kalbschnitzel in mittelgroße Stücke schneiden und von Sehnen und Fett befreien. Mit Parmaschinken und je einem Salbeiblatt belegen. Mit Zahnsochern feststecken.
10 Scheiben	Parmaschinken	
10 Blätter	Salbei	
	Salz	Die untere Seite mit Salz und Pfeffer würzen. Die Schnitzel leicht in Mehl wälzen und das überschüssige Mehl abklopfen.
	Pfeffer	
	Mehl	
3 EL	Butter	Die Schnitzel in heißer Butter etwa 1-2 Minuten von beiden Seiten goldbraun braten. Herausnehmen und warm stellen.

## Für die Soße

150 ml	Marsala	Den Bratenfond mit dem Marsala, Kalbsfond und Sahne ablöschen. Etwas einkochen lassen.
300 ml	Kalbsfond	
200 ml	Sahne	
2 EL	Butter	Butter mit dem Schneebesen unter die Soße rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
	Salz & Pfeffer	

Im Originalrezept von Dirk Wondra wurden statt den Kalbschnitzeln zwei Maishähnchenbrüste in je vier bis fünf Scheiben geschnitten. Später wurde dann statt dem Kalbsfond natürlich auch Geflügelfond verwendet.

Da Soße ja doch ein Getränk ist, sieht mein Rezept die dreifache Menge Soße vor. Sollte diese nicht genug einkochen, einfach mit etwas Mehlbutter nachhelfen.

**Quelle: Dirk Wondra - Aufgetischt - Erdbeere, Rhabarber und Spargel**

# Chilihähnchen men

Pfannengerührtes Hähnchen mit Paprika, Frühlingszwiebeln und Soba Nudeln.



2 Personen



Vorbereiten  
30 min



Zubereiten  
10 min

300 ml	Chilisauce	Die Chilisauce gemäß <b>Rezept</b> (Seite 143) zubereiten.
275 g	Soba Nudeln	Die Nudeln in reichlich kochendem Wasser in 2-3 Minuten soeben weich garen. In ein Sieb abgießen, unter fließendem kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen.
400 g	Hähnchenbrust	Die Hähnchenbrustfilets schräg in 1 cm breite Streifen schneiden.
1	Paprikaschote (rot)	Die Paprikaschote halbieren, Samen und Scheidewände entfernen und in feine Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen
1	Zucchini (klein)	und wie die Zucchini in feine Scheiben schneiden. Die
1	Zwiebel (rot)	Frühlingszwiebeln putzen und in etwa 2,5 cm lange Stücke
4	Lauchzwiebeln	schneiden.
3 EL	Öl	Einen Wok in 1-2 Minuten durch und durch erhitzen. Wenn er beinahe raucht, das Öl hineingeben. Das Fleisch und das geschnittene Gemüse zufügen und 3-4 Minuten pfannengerühren, bis das Fleisch gar und das Gemüse leicht gebräunt ist.
		Die Chilisauce untermischen und einmal aufkochen.
		Die Nudeln auf Schalen verteilen und mit Fleisch und Gemüse bedecken.

Quelle: Wagamama

# Linsen mit Spinat

## Palak Wali Dal



4 Personen



Kochen  
30 min



Braten  
5 min

200 g	Moong Linsen (gelb)	In einem Topf Wasser zum Kochen bringen. Die Linsen waschen und in das kochende Wasser geben. Salz und Kurkuma hinzufügen und bei mittlerer Hitze etwa 15 Minuten halb zugedeckt kochen lassen.
1 TL	Salz	
1 TL	Kurkuma	
200 g	Spinat	Inzwischen den Spinat gründlich waschen, fein schneiden, zu den Linsen geben und 10-15 Minuten mitkochen lassen.
2 EL	Ghee	Das Ghee (ersatzweise Butterschmalz) in einer Pfanne schmelzen lassen. Zuerst den Kreuzkümmel, danach die restlichen Gewürze hinzufügen und etwa eine halbe Minute rösten. Die Mischung zu den fertigen Linsen geben und leicht unterrühren.
½ EL	Kreuzkümmel	
1 TL	Paprikapulver (edelsüß)	
½ TL	Chilipulver	
½ TL	Garam Masala	

Dazu schmecken Chapati und Pfefferminzchutney.

**Quelle: Indien, Kochen und verwöhnen mit Originalrezepten, GU**

# Hähnchen mit Zwiebeln

## Chicken Dopiazza

**Do** bedeutet in der Hindi-Sprache 'zwei' und **piaz** 'Zwiebeln'. Der Name beschreibt ein Gericht, das die doppelte Menge Zwiebeln wie üblich vorsieht oder in dem Zwiebeln auf zweierlei Zubereitungsarten verwendet werden.



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Zubereiten  
20 min



Schmoren  
45 min

6	Zwiebeln	Die Zwiebeln schälen. Zwei Zwiebeln in Achtel schneiden. 1½ Zwiebeln grob hacken. Die restlichen 2½ Zwiebeln reiben und in einem Mulltuch kräftig ausdrücken. Den Saft auffangen und das ausgedrückte Fruchtfleisch wegwerfen.
500 g	Hähnchenbrust	Die Hähnchenbrust in grobe Stücke teilen.
5	Kartoffeln (klein)	Die Kartoffeln schälen und in große Stücke schneiden. Den Ingwer ebenfalls schälen und fein reiben. Die Tomaten in kleine Stücke schneiden. Die Chilischote von Kernen befreien und fein hacken.
1 EL	Ingwer	
2	Tomaten	
2	Chilischoten	
1½ TL	Chilipulver	Das Chilipulver mit etwas Wasser zu einer Paste verrühren. Den Joghurt mit einer Gabel aufschlagen.
75 ml	Sahnejoghurt	
75 ml	Öl	Das Öl in einem schweren Topf erhitzen und die gehackten Zwiebeln goldbraun anschwitzen. Die Zwiebeln mit einem Schaumlöffel herausheben, auf Küchenpapier abtropfen lassen und beiseite stellen.
3	Knoblauchzehen	In dem verbliebenen Öl den Knoblauch und das Lorbeerblatt und nach wenigen Minuten die Zimtstange und Kardamom anbraten. Zwei Minuten später die Pfefferkörner, Nelken und die gehackten Chilischoten zugeben.
1	Lorbeerblatt	
2½ cm	Zimtstange	
3 Kapseln	Kardamom	
½ TL	Pfefferkörner	
6	Nelken	
¼ TL	Kurkuma	Nach 30 Sekunden das Ingwerpüree, die Chilipaste und Kurkuma unterrühren. Die Hähnchenstücke, die Kartoffeln und die Tomaten in den Topf geben. Anschließend die Butter, Joghurt und Zucker einrühren. Alles zusammen 10-12 Minuten unter ständigem Rühren anschmoren, dabei aufpassen, dass die Gewürze nicht am Topfboden ansetzen. Nach Bedarf etwas Wasser zufügen.
1 EL	Butter	
½ TL	Zucker	
	Salz	Erst die Zwiebelhälften, dann den Zwiebelsaft und Salz zugeben und 2-3 Minuten rühren. Das Curry in eine feuerfeste Form füllen und bei 150°C im vorgeheizten Ofen in 40-45 Minuten garen.

1 TL	Garam Masala	Wenn Hähnchen und Kartoffeln weich sind, die Hälfte der gebratenen Zwiebeln unterrühren und mit Garam Masala bestreuen. Die restlichen gebratenen Zwiebeln unmittelbar vor dem Servieren aufstreuen.
------	--------------	--

Mit Sahnejoghurt und indischem Brot (z.B. Papadum oder Naan) und Reis servieren.

**Quelle: Indische Currys, Camellia Panjabi**

# Käsespätzle



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Kochen  
15 min



Braten  
30 min



Backen  
15 min

## Hausgemachte Spätzle

6	Eier
350 g	Mehl (Spätzlemehl)
1½ TL	Salz

Das Spätzlemehl und das Salz in die Schüssel einer Küchenmaschine geben. In der Mitte eine Mulde formen und die Eier hineinschlagen. Den Teig auf mittlerer Stufe ca. 15 Minuten mit den Knethaken schlagen.

Der Teig wird sich vom Rand lösen, aber noch sehr klebrig sein. Er ist fertig, wenn er Blasen wirft. Wer eher Spätzle (länglich) als Knöpfle (rundlich) mag, kann mit den Eiern noch 50 ml Milch hinzugeben, dann wird der Teig dünner.

In einem mittelgroßen Topf ca. 2 Liter Wasser mit einem Teelöffel Salz zum Kochen bringen. Den Spätzlehobel auf den Topf legen. In Portionen den Spätzleteig auf den Hobel geben und ins kochende Wasser steichen.

Wenn die Spätzle oben schwimmen, mit einem Schaumlöffel herauschöpfen und in ein Sieb geben.

## Karamalisierte Zwiebeln

750 g	Zwiebeln
750 ml	Öl
1 EL	Honig

Die Zwiebeln schälen und in halbe Ringe schneiden (ca. 3-4mm dick). Das Öl in einem mittelgroßen Topf erhitzen. Wenn es ca. 170°C erreicht hat, die Zwiebeln hinzugeben.

Für einige Zeit werden die Zwiebeln im Öl eher kochen als fritieren, bis all das enthaltene Wasser verdampft ist. Nicht ungeduldig werden, die Zwiebeln können gut 30-35 Minuten brauchen bis sie braun werden.

Wenn die Zwiebeln schließlich goldbraun sind, einen Esslöffel Honig hinzugeben und unterrühren. Die Zwiebeln mit einem Schaumlöffel herausnehmen oder in ein Sieb abgießen, wobei das Öl in einem anderen Topf aufgefangen wird. Mit zwei Gabeln auflockern und abkühlen lassen.

## Käsespätzle

300 g	Käse (z.B. Mischung aus Gruyere & Swizzrocker)
	Salz

Die Spätzle zusammen mit dem Käse in eine Auflaufform geben. Mit einer Prise Salz würzen und für 15 min im Ofen bei 180°C Umluft backen, bis der Käse geschmolzen ist und die Ränder anfangen knusprig zu werden.

Die Käsespätzle mit reichlich karamalisierten Zwiebeln servieren. Mit Schnittlauch garnieren.

Quelle: Rue

# Shakshuka

Ich habe Shakshuka zum ersten Mal bei Kitchen Impossible mit Tim Mälzer bekannt geworden. Hans Neuner mühte sich in Israel ab, um bei Dr. Shakshuka das gleichnamige Rezept nachzukochen.

An meinem Geburtstag waren wir in Toronto im Cafe Landwer frühstücken. Als ich Shakshuka auf der Karte sah, war der Fall klar und ich wusste was ich bestellen werde.

War super lecker und dann habe ich natürlich versucht Shakshuka zu Hause nachzukochen.



4 Portionen



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
30 min

4 EL	Olivenöl	Die Zwiebeln und Paprika in kleine Würfel schneiden. Olivenöl in einer großen Pfanne (gerne Gusseisen) auf mittlerer Flamme erhitzen. Die Zwiebel hinzufügen und andünsten. Wenn die Zwiebel anfängt Farbe zu bekommen dann die Paprikawürfel hinzufügen. Anbraten bis beides weich ist, dann den Knoblauch hineinpresse und die Gewürze hinzugeben. Für ein paar Minuten weiterbraten.
1	Zwiebel	
1	Spitzpaprika (rot)	
3	Knoblauchzehen	
2 TL	Paprikapulver	
½ TL	Kreuzkümmel	
½ TL	Cayennepfeffer	
	Salz & Pfeffer	
800 g	Tomaten (aus der Dose)	Das Tomatenmark in die Pfanne geben und für 1 Minute mit anrösten. Die Tomaten hinzugeben und grob zerdrücken. Den Zucker und Zitronensaft einrühren, zum Kochen bringen und dann die Hitze reduzieren und für 30 Minuten leise köcheln lassen. Abschmecken und bei Bedarf mehr Cayennepfeffer zugeben.
1 EL	Tomatenmark	
2 TL	Zucker	
1 EL	Zitronensaft	
6	Eier	Je nach Hunger sollten pro Person 1-2 Eier eingeplant werden. Die Temperatur auf niedrige Stufe reduzieren. Mit einem Esslöffel je nach Hunger 2-4 Mulden in die Masse eindrücken und die Eier vorsichtig hineingleiten lassen. Mit dem Stiel eines Holzkochlöffels vorsichtig die Ränder der Eiweiße leicht mit der Tomatenmasse verbinden. Ca. 10 Min. simmern lassen, bis das Eiweiß fest und das Eigelb noch leicht zähflüssig ist. Mit grob gehaktem Koriandergrün garnieren. Die Pfanne einfach in die Mitte des Tisches stellen.
	Koriandergrün	

Shakshuka schmeckt am Besten mit einem frischen aber weichen Weißbrot mit dem man die Sauce auftun kann – sagt Dr. Shakshuka und ich gebe ihm Recht. In Amsterdam stand im Cafe Bar Ramona gab es Shakshuka mit knusprig gebratener Chorizo. Sehr lecker. Statt die Eier in der Pfanne bei niedriger Flamme zu kochen, klappt das auch gut im vorgeheizten Ofen bei 180°C für ca. 10 Minuten.

**Quelle: The Guardian**

# Lasagne



6 Portionen



Vorbereiten  
45 min



Kühlstellen  
120 min



Kochen  
45 min



Backen  
35 min

## Für die Pasta

3	Eier	Das Mehl auf die Arbeitsfläsche geben und die Eier in eine Mulde darin aufschlagen. Das Salz zugeben und zu einem geschmeidigen Teig verkneten.
300 g	Mehl (Tipo 00)	
1 TL	Salz	

In Klarsichtfolie im Kühlschrank für mindestens 30 Minuten ruhen lassen.

## Für das Ragù alla Bolognese

2 EL	Olivenöl	Olivenöl in einem Topf erhitzen und die gewürfelten Zwiebeln darin glasig anschwitzen.
2	Zwiebeln	
2	Knoblauchzehen	Den Knoblauch pressen und zu den Zwiebeln geben. Kurz mit anschwitzen. Das Hackfleisch hinzugeben und anbraten.
800 g	Hackfleisch (Rind)	
2 EL	Tomatenmark	In der Mitte des Topfes etwas Platz machen und darin das Tomatenmark kurz mit anbraten. Mit passierten Tomaten und die Gemüsebrühe aufgießen und zum Kochen bringen.
500 ml	Passata	
250 ml	Gemüsebrühe	
1 EL	Salz & Pfeffer	Mit den Kräutern und Gewürzen abschmecken und den Orangensaft hinzugeben.
1 EL	Oregano	
½ EL	Thymian	
1 EL	Zucker	
2 EL	Orangensaft	
1 EL	Pizzagewürz	

Mindestens 30 min köcheln lassen, aber je länger desto besser.

## Für die Béchamelsauce

40 g	Butter	Die Butter in einem Topf bei mittlerer Hitze schmelzen. Mehl zugeben und unter Rühren 5-6 Minuten farblos andünsten.
40 g	Mehl	
400 ml	Milch	Die Hälfte der Milch zugießen und unter ständigem Rühren aufkochen. Die restliche Milch zugießen, erneut unter Rühren aufkochen.
	Salz & Pfeffer Muskatnuss	Mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen und die Sauce 20 bis 30 Minuten bei milder Hitze einkochen lassen. Dabei ab und zu umrühren.

## Schichten der Lasagne

Die Pasta mit der Nudelmaschine zu dünnen Lasagneplatten ausrollen. Dazu den Nudelteig in kleineren Portionen mehrfach

durch die Nudelmaschine drehen und immer wieder zusammenfallen. Dann nach und nach die Dicke der Paste reduzieren.

---

150 g	Mozzarella (gerieben)	Zuerst eine Schicht Ragù in eine Auflaufform geben. Darauf eine Lage Pasta. Dabei aufpassen dass diese die gesamte Sauce abdecken aber nicht überlappen. Dann wieder eine Schicht Ragù, darauf eine Schicht Béchamelsauce und dann wieder Pasta und so weiter. Zuletzt mit einer Schicht Sauce aufhören. Darauf den geriebenen Käse verteilen. Bei 180°C Umluft für ca. 35 Minuten im Ofen backen.
-------	--------------------------	--

# Picagge alle Erbe

Vor einigen Jahren habe ich eine Reportage über Sterneköche gesehen. Darin hatte Mario Gamba in seinem Restaurant Aquarello seine Picagge alle Erbe zubereitet. Eigentlich nur Bandnudeln mit Kräutern, aber das besondere ist, dass die Kräuter in den Nudeln selbst sind - nicht als gehackt oder püriert. Hierbei werden die dünnen Pastateigstreifen mit kleinen frischen Kräuterblättern verziert. Das Ergebnis ist eigentlich viel zu schön, um einfach aufgegessen zu werden. Dieses Rezept ist entweder eine schöne Hauptspeise oder ein Zwischengang für 6-8 Personen.



4 Portionen



Vorbereiten  
60 min



Ruhen  
60 min



Zubereiten  
15 min

300 g	Mehl (Tipo 00)	Das Mehl auf die Arbeitsfläche geben. Die Eier in eine Mulde darin aufschlagen. Mit einer Gabel (später mit den Händen) von innen nach außen zu einem geschmeidigen Nudelteig verarbeiten. Kräftig durchkneten. In Frischhaltefolie gewickelt für 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.
3	Eier	
½ TL	Salz	
100 g	Parmaschinken (1-1.5 Scheiben pro Portion)	Die Scheiben auf einem Backblech mit Backpapier auslegen. Für ca. 30 Minuten bei 100°C Umluft knusprig zu Parmaschinken Chips ausbacken.
	Oregano (frisch) Majoran (frisch) Basilikum (frisch) Thymian (frisch)	Die Kräuter von den Stängeln zupfen. Wichtig ist es nur weiche Blätter zu verwenden, um den Nudelteig nicht zu beschädigen.  Einen Teil des Teigs mit der Nudelmaschine sehr dünn ausrollen (bei mir auf Stufe 7 von 9). Eine Teigbahn auslegen und die Hälfte mit den Kräutern belegen. Die zweite Hälfte der Teigbahn darüber legen und andrücken (vorsichtig mit dem Nudelholz). Die Nudelmaschine eine Stufe dicker einstellen (bei mir auf Stufe 6 von 9) und die Teigbahn mit den Kräutern nochmal durchlassen. Mit dem Messer in ca. 2 x 20cm große Picagge schneiden. Mit Mehl bestäuben und auf Seite stellen. Mit dem Rest der Pasta genauso verfahren.
90 g	Butter	Butter in einer Pfanne schmelzen lassen. Die Gemüsebrühe hinzufügen und zu einem einfachen Butterfond verrühren.  Die Pasta in reichlich Salzwasser in ein paar Minuten etwas härter als bissfest kochen. Die Picagge aus dem Wasser nehmen und tropfnass in den Butterfond geben. Kurz aufkochen lassen und mit Pfeffer abschmecken.  Auf einem Teller anrichten. Frisch geriebenen Parmesan darüber und mit den Parmaschinken Chips servieren.
9 EL	Gemüsebrühe	
	Pfeffer	
	Parmesan	

Quelle: Spiegel TV

# Köttbullar

## Schwedische Fleischbällchen



4 Portionen



Vorbereiten  
30 min



Kühlstellen  
120 min



Zubereiten  
45 min

### Für die Fleischbällchen

500 g	Hackfleisch (Rind)
250 g	Hackfleisch (Schwein)
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
100 g	Semmelmehl
1	Ei
5 EL	Milch
	Salz & Pfeffer

Das Rinder- und Schweinehackfleisch vermischen. Die Zwiebel in feine Würfel schneiden, den Knoblauch pressen und zusammen mit dem Ei sowie den Semmelbröseln zum Hackfleisch geben. Die Milch untermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Hackfleischmasse zu kleinen, runden Bällchen formen. Auf einen Teller geben und mit Folie abgedeckt für 2 Stunden in den Kühlschrank stellen (das hilft die Form während des Bratens zu halten).

1 EL	Öl
------	----

Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Fleischbällchen hinzugeben und rundum anbraten.

Wenn die Bällchen angebraten und braun sind, in eine ofenfeste Form geben und abdecken. Für etwa 30 Minuten in den heißen Ofen geben (180°C or 160°C Umlauf).

### Für die Soße

40 g	Butter
40 g	Mehl
150 ml	Gemüsebrühe
350 ml	Rinderfond
200 ml	Sahne
3 TL	Sojasauce
2 TL	Senf (Dijon)
6 Körner	Piment

Die Butter in einer Pfanne schmelzen. Das Mehl einrühren und für 5 Minuten farblos andünsten.

Die Gemüsebrühe und den Rinderfond zugeben und unter Rühren aufkochen.

Sahne, Sojasauce und Senf unter Rühren aufkochen.

Traditionell mit den Lieblingskartoffeln servieren - entweder ein cremiges Püree oder kleine gekochte Kartoffeln. Ich mag aber auch kleine Nudeln z.B. Orichette sehr gerne da. Wer kein Freund der Schärfe von Zwiebeln ist, schwitzt die Zwiebelwürfel etwas an, ehe sie zur Hackfleischmasse dazugegeben werden.

Quelle: IKEA

# Detroit Style Pizza

In den USA gibt es öfters Diskussionen, ob nun Chicago Style oder New York Style Pizza besser ist. Detroit hat seine ganz eigene Variante an Pizza. Mich erinnert eine Detroit Style Pizza eher an ein überbackenes Focaccia mit knusprigem Rand und der Sauce auf dem Käse oben drauf. Gebacken wird die Pizza typischer Weise in einer rechteckigen Metall Form. Einer Form wie sie in der Automobil Industrie Detroit als Abtropfwanne oder zum Aufbewahren von Kleinteilen verwendet wurde. Meine ist 10x14 inch groß - also 25 x 35 cm mit einem ca. 5 cm hohen Rand.



2 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Gehen lassen  
180 min



Zubereiten  
10 min



Backen  
15 min

270 g	Mehl	Die Zutaten für 2 Minuten zu einem Teig verkneten. 10 Minuten gehen lassen.
1½ TL	Zucker	
1½ TL	Hefe	
220 ml	Wasser (lauwarm)	
¼ TL	Salz	Das Salz hinzugeben und weitere 8 Minuten kneten. Der Teig ist etwas klebriger als normaler Pizzateig - eben mehr wie Focaccia. Mit etwas Mehl zu einem Ball formen. 15 Minuten ruhen lassen.
2 EL	Olivenöl	Die Form mit Olivenöl einfetten. Den Teig mit geölten Fingern in die Form drücken. Die Fingerspitzen geben dabei die typischen Dellen wie beim Focaccia. Es ist nicht wichtig, wenn der Teig nicht ganz bis in die eine oder andere Ecke reicht. Das gibt sich von alleine wenn der Teig aufgeht. Abgedeckt 2-3 Stunden gehen lassen.
250 ml	Passata	Das frische Basilikum abzupfen und grob hacken. Die Kräuter zu den passierten Tomaten in eine Schüssel geben. Die Knoblauchzehe abziehen und in die Sauce pressen. Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.  Sieht nach nicht viel Sauce aus, aber das reicht. Es werden nur drei Streifen Sauce auf die Pizza gegeben. Eine andere Detroit Style Spezialität - Racing Stripes. Mehr Sauce drückt sich sonst zu tief in den Teig.
2 EL	Basilikum (frisch)	
1 EL	Olivenöl	
1	Knoblauchzehe	
1 TL	Oregano	
1 TL	Basilikum	
½ TL	Zucker	
½ TL	Pfeffer	
¼ TL	Salz	
280 g	Mozzarella	Ganz wichtig ist es den Käse ganz bis zum Rand auf dem Teil zu verteilen. Wenn der Rand nachher backt, dann macht das Olivenöl in der Form ihn knusprig und der Käse gratiniert und macht den Rand noch knuspriger. Auf den Käse kommen drei Streifen Sauce (der länge nach) Dann oben auf die Saucenstreifen kommt die Salami. Auf der unteren Schiene bei 260° bis 280°C Ober-/Unterhitze für 15 Minuten backen. Dann sollte der Teig am Rand richtig knusprig sein. Aus dem Ofen nehmen und 5 Minuten ruhen lassen. Dananch sollte sich die
80 g	Salami	

Pizza aus der Form lösen lassen und kann in 8 Stücke geschnitten, serviert werden.

Im Original Rezept wird Wisconsin Brickchese verwendet. Alternativ Monterey Jack. Beides in Deutschland eher schwer zu bekommen. Daher eben einen Gratin Käse oder Mozzarella, ganz nach Geschmack.

Klappt auch in Auflaufform der gleichen Größe (25 x 35 cm oder 30 x 30 cm).

**Quelle: America's Test Kitchen**

# Pollo al limone



4 Portionen



Marinieren  
4 Std



Grillen  
20 min



Zubereiten  
10 min

4	Hähnchenbrust	Die Schale der Zitrone abreiben und den Saft auspressen. Den Knoblauch reiben. Mit dem Öl und Honig zu einer Marinade vermischen. Das Fleisch mit der Marinade einreiben und für mindestens 4 Stunden darin marinieren.
1	Zitrone	
5 EL	Olivenöl	
1 EL	Honig	
1	Knoblauchzehe	
	Salz & Pfeffer	

Die Hähnchenbrust am grill bei starker Hitze auf beiden Seiten angrillen. Dann bei mittlerer Hitze durchziehen lassen. Alternativ: Die Hähnchenbrust bei 160°C (Umluft) ca. 40 Minuten (je nach Größe) im Backofen vorgaren. Kurz vor dem Servieren unter dem Grill bräunen.

150 g	Crème fraîche	Zwiebel und Knoblauch sehr fein würfeln. In Olivenöl in einem Topf glasig dünsten. Mit Zitronensaft ablöschen, Crème fraîche dazugeben. Sobald die Sauce kocht, alle weiteren Zutaten zugeben und ca. 3 Minuten köcheln lassen. Wenn die Sauce zu dick sein sollte, mit einem Schuß süßer Sahne etwas sämiger machen.
1	Zitrone	
1	Zwiebel (klein)	Heiße, frisch gekochte Taglierini oder Linguine in den Topf geben, mit frischem, in Streifen geschnittenen Basilikum vermischen.
1	Knoblauchzehe	
1 TL	Olivenöl	
1 Prise	Zucker	Die Pasta zusammen mit dem Zitronenhühnchen servieren.
	Salz & Pfeffer	
	Basilikum	

Im Original Rezept wird neben der Pasta mit der Crème fraîche Sauce auch noch Pasta mit einem grünen Sommer-Pesto serviert.

**Quelle: Primo**

# Spicy Chicken Fried Rice

## Yakimeshi

In der Erklärung wie ich zu dem Namen **Food Dictator** (Seite 42) gekommen bin, habe ich schon erwähnt, dass mein erstes und letztes Essen in Detroit meist "Spicy Chicken Fried Rice" bei Oishi's ist. Sehr oft nehme ich den Gebratenen Reis auch auf dem Flug nach Deutschland mit an Bord. Während die anderen Passagiere ihr Flugzeug Essen genießen, esse ich meinen gebratenen Reis. Der schmeckt auch kalt, wobei es mehr als einmal vorgekommen ist, dass mir eine aufmerksame Flugbegleiterin angeboten hatte, mein Essen aufzuwärmen. Großartiger Service von Delta.

Was liegt also näher als zu versuchen den Spicy Chicken Fried Rice nachzukochen. Gebratener Reis sieht einfach aus, aber ist schwieriger zu meistern als man denkt.



2 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Zubereiten  
10 min

200 g	Reis	Den Reis einige Stunden vorher kochen oder besser am Vortag. Er muss vollkommen abgekühlt sein, sonst wird der Reis eher matschig aber nicht knusprig.
200 g	Hähnchenbrust	Die Hähnchenbrust in kleine Würfel schneiden. Öl im Wok oder einer Pfanne erhitzen und das Fleisch bei starker Hitze kurz anbraten. Das Fleisch soll außen bräunen, aber auf keinen Fall trocken werden - es muss auch nicht komplett durchgebraten sein. Herausnehmen und beiseite stellen.
2 EL	Öl	
3	Eier	Die Eier verquirlen und im restlichen Öl krümmelig braten.
2	Karotten	Die Karottenwürfel dazugeben und 1-2 Minuten bei starker Hitze mitbraten.
3	Lauchzwiebeln	Die Lauchzwiebeln zusammen mit dem Reis und den Fleischwürfeln mit in den Wok geben. Bei starker Hitze braten lassen.
1 EL	Butter	Wenn der Reis knusprig gebraten ist, die Butter und das Sesamöl hinzugeben. Mit Sojasauce, dem Brühpulver sowie Salz & Pfeffer würzen. Siracha je nach gewünschter Schärfe hinzugeben. Gut durchrühren, fertig.
1½ EL	Sesamöl	
1 TL	Siracha	
4 EL	Sojasauce	
½ TL	Gemüsebrühe (Pulver)	
	Salz & Pfeffer	

Der Reis wird bei starker Hitze nur kurz gebraten. Die Karotten und Lauchzwiebeln in sehr kleine Würfel schneiden, am besten ehe man das Braten anfängt. Die Würfel sollten eine ähnliche Größe wie die Reiskörner haben. In englischen Rezepten, hab ich auch oft den Begriff Confetti-Rice gelesen, was es eigentlich gut trifft.

**Quelle: Pickled Plum**

# Zitronen Pasta



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Kochen  
15 min



Braten  
10 min

250 g	Salsiccia	Das Brät der Salsiccia aus der Pelle zupfen und zerkleinern. Das zerkleinerte Brät der Salsiccia in einer Pfanne in Olivenöl anbraten. Kurz bevor das Hack knusprig ist, den gehackten Knoblauch mit anbraten.
2	Knoblauchzehen	
1 EL	Olivenöl	
500 g	Nudeln (Penne)	In der Zwischenzeit die Penne in Salzwasser al dente kochen.
150 g	Parmesan	Parmesan in eine große Schüssel reiben. Die Zitronenschale dazureiben. Ordentlich Pfeffer darüber mahlen.
2	Zitronen (unbehandelt)	
	Pfeffer	
1 Bund	Petersilie (glatt)	Fertig gekochte Nudeln - gerne mit 2-4EL Kochwasser - in die Schüssel geben. Mit dem Gebratenen gut vermengen. Petersilie hacken und darüber streuen.

Statt der Salsiccia kann auch 200-250g gewürfelter Speck (nicht zu stark geräuchert) verwendet werden. Die Salsiccia darf gerne auch pikant gewürzt sein - ein bisschen Schärfe steht dem Gericht wirklich gut.

**Quelle: Primo**

# Pad Thai Gai

## Gebratene Nudeln mit Hähnchen



3 Portionen



Vorbereiten  
30 min



Zubereiten  
10 min

200 g	Reisnudeln (3-5 mm breit)	Die Reisnudeln für 10 Minuten in warmen (nicht kochenden) Wasser einweichen.
2	Schalotten	Die Schalotten schälen, halbieren und in feine Ringe schneiden.
2	Lauchzwiebeln	Den Knoblauch und Ingwer schälen und beides fein reiben. Das Grüne der Lauchzwiebeln in 2-3cm lange Stücke schneiden, diese je nach Größe längs halbieren oder vierteln. Das Weiße
2	Knoblauchzehen	fein hacken. Beiseite stellen.
1 TL	Ingwer	
100 g	Mungbohnsensprossen	Die Erdnüsse im Mörser grob zerstoßen. Die Mungbohnenkeimlinge waschen und putzen. Die Karotte
2 EL	Erdnüsse (geröstet und gesalzen)	schälen und in 3-4cm lange sehr dünne Stifte schneiden. Beiseite stellen.
1	Karotte (klein)	
7 TL	Fischsauce	Für die Saucenmischung Fischsauce, Zucker, Tamarindenpaste, Sojasauce, Siracha zusammen mit Wasser in einer Schale verrühren.
4½ TL	Brauner Zucker	
4½ TL	Tamarindenmus	
2½ TL	Sojasauce	
1 TL	Siracha	
4½ EL	Wasser	
220 g	Hähnchenbrust	Den Tofublock in 0,5cm-1cm große Würfel schneiden. Das Hähnchen putzen und in dünne Streifen schneiden.
150 g	Tofu	
2 EL	Öl	Die Pfanne auf hoher Stufe erhitzen, 2EL Öl hineingeben. Zuerst die Tofuwürfel anbraten - nicht zu lange braten - und dann herausnehmen. Dann die Hähnchenstreifen ebenfalls scharf anbraten bis sie Bratspuren haben und dann herausnehmen.
Währenddessen schon die Nudeln aus dem Wasser nehmen und abtropfen lassen.		
Die Hitze etwas reduzieren und im verbliebenen Öl die Schalotten und das Weiße der Lauchzwiebeln andünsten. Nach 30 Sekunden den Knoblauch und Ingwer hinzugeben. Darauf achten, dass nichts braun wird.		
Jetzt die Nudeln hinzugeben und alles gründlich vermischen und für 3-4 Minuten braten. Zwei Drittel der Saucenmischung dazugeben und wieder gründlich vermischen. Die Nudeln sollten jetzt weich werden, aber nicht matschig. Sie dürfen aber auch		

nicht mehr zäh sein. Gegebenenfalls noch von der restlichen Saucenmischung oder etwas heißes Wasser zugeben.

---

2	Eier	Die Eier aufschlagen und verquirlen. Mit dem Holzspatel die Nudelmasse in eine Hälfte der Pfanne schieben. Auf die freie Fläche einen Spritzer Öl geben und die Eier hineingleiten lassen. Kurz stocken lassen und dann mit dem Spatel zerteilen. Es sollte mehr einem Rührei als einem Omelett ähneln. Sobald das Ei zu einer festen Masse geworden ist, mit der Nudelmasse vermengen.
		Schliesslich die Tofuwürfel, die Hähnchenstreifen, die Mungbohnenkeimlinge, die Erdnüsse, die Karottenstifte und das Grüne der Lauchzwiebeln hinzufügen. Alles nochmals gründlich vermischen und solange weiter braten, bis die Lauchzwiebeln etwas weich geworden sind.
1	Limette	Eine Limette in Achtel schneiden. Die Pad Thai mit der Limette, etwas Koriandergrün und zusätzlichen Mungbohnenkeimlingen servieren.

---

Zum Braten am besten eine flache Antihaftpfanne mit 28cm Durchmesser verwenden. Damit kann man verhindern, dass das Ei anbrennt. Außerdem einen flachen Holzspatel verwenden. Statt Siracha gerne auch Chiliflocken.

# Die Welt der Gewürze

I have got spices  
and I am not  
afraid to use them

Manchmal verhilft nur ein einziges Gewürz einem Gericht zu dessen typischen Geschmack. Ein durchschnittliches Chili con Carne bekommt alleine durch die Zugabe von Kreuzkümmel schon den typischen Geschmack. Noch ein paar weitere gut dosierte und abgestimmte Gewürze mehr und es wird zu einem fantastischen Chili con Carne.

Kräuter und Gewürze verleihen einem Gericht den besonderen Geschmack und verfeinern frische Zutaten. Sie sind appetitanregend und machen Gerichte besser bekömmlich. So sorgen sie nicht nur für eine Geschmacksvielfalt, sondern haben viele nützliche Funktionen für unseren Körper.

Wie bei allen Zutaten gilt es insbesondere bei Gewürzen, beim Kauf nicht nur auf den Preis zu achten. Gewürze sind oft teuer, aber das hat einen Grund: Geschmack, Qualität & Authentizität.

Frisch gemahlener Paprika direkt aus Ungarn ist nicht mit dem Gewürz aus dem Supermarkt zu vergleichen, das unter gleichem Namen verkauft wird. Das Aroma, der betörende Geruch beim Öffnen des Glases, der bezaubernde Geschmack. Wer einmal Paprika aus Ungarn probiert hat, dem wird es schwer fallen wieder zum üblichen Gewürzpaprika zurück zu kehren.

The spice must  
flow

Nelken, Zimt, Kardamon stehen in Europa eher für Weihnachten. Dort gehören sie in Glühwein, Lebkuchen und Plätzchen. In Indien helfen die gleichen Gewürze einem Curry den unverwechselbaren Geschmack zu geben. Jede Region hat ihre typischen Gewürze. Erst diese erlauben es so richtig in eine Geschmackswelt einzutauchen. Eine gute Garam Masala Mischung, in der Pfanne angeröstet, um die Aromen so richtig zu entfalten, ist schon die halbe Miete.

Gegen ein Brühpulver als Grundwürze ist nichts einzuwenden. Es gibt dem Gericht eine gewisse Basis, die dann mit den typischen Gewürzen ausgebaut wird. Am besten selbst gemacht, aber auf jeden Fall ohne Geschmacksverstärker - egal ob künstlich oder natürlich.

He who controls the Spice, controls  
the universe!

— Baron Vladimir Harkonnen

# Kalbsrahmgulasch

## Pörkölt

Pörkölt ist ungarisch und heißt wörtlich übersetzt Angeröstetes. Bei uns würde man das Gericht als Gulasch bezeichnen. Janett Platino hat ein Originalrezept ausgegraben, das noch sehr traditionell österreichisch-ungarisch hergestellt wird. Aus der Zeit, als der Kaiser noch Franz-Josef hieß und Gulasch noch Pörkölt.



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Schmoren  
120 min

800 g	Kalbfleisch (Schulter)	Die Kalsschulter in Würfel schneiden. In einem großen Topf Öl erhitzen und die Würfel darin sorgfältig von allen Seiten anrösten. Dann wieder herausnehmen und bei Seite stellen.
2 EL	Öl	
450 g	Zwiebeln	Die gewürfelten Zwiebeln im selben Topf anrösten. Zum Schluss den fein geschnittenen Knoblauch hinzugeben.
3	Knoblauchzehen	
1 EL	Tomatenmark	Das Fleisch wieder hinzugeben. Salzen und Pfeffern. Das Tomatenmark sowie eine nicht zu geringe Menge edelsüßes Paprikapulver hinzufügen. Beides etwas anrösten.
	Salz & Pfeffer	
1 EL	Paprikapulver	
120 ml	Rotwein	Mit etwas Rotwein ablöschen und weiter erhitzen bis die Flüssigkeit verdunstet ist. Diese Prozedur mehrfach wiederholen, bis der gewünschte Bräunungsgrad erreicht ist. Dann mit der Fleischbrühe aufgießen und bei kleiner Flamme schmoren lassen - mindestens 1.5 Stunden.
1 l	Kalbsfond	
	Kümmel (gemahlen)	Gegen Ende der Garzeit etwas zerstoßenen Kümmel hinzufügen.
60 g	Bauchspeck	In der Zwischenzeit den Bauchspeck kleinschneiden und in der Pfanne mit ganz wenig Öl knusprig anbraten. Er wird dem Pörkölt erst beim Servieren zugegeben.
	Öl	
2 EL	Sauerrahm	Wenn das Fleisch weich geschmort ist, herausnehmen und warm stellen. Die Sauce im Topf belassen und pürieren. Die saure Sahne zur Sauce hinzufügen und etwas einkochen lassen, bis eine cremige Konsistenz erreicht ist. Zum Abschluß den Speck, den gehackten Majoran und das Fleisch zur Sauce hinzufügen.
	Majoran	

Im original Rezept wird das Pörkölt mit Polenta serviert und dazu noch kurz angebratene Streifen von Gemüsepaprika. Ich bevorzuge Nudeln.

**Quelle: Janett Platino**

# Chili con Carne



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Zubereiten  
2 Std

1 EL	Öl	Die Zwiebeln in schälen und in kleine Würfel schneiden. Das Öl in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebeln darin glasig andünsten. Kurz bevor die Zwiebeln fertig sind den Knoblauch mit in den Topf pressen und kurz andünsten.
2	Zwiebeln	
1	Knoblauchzehe	
800 g	Hackfleisch (Rind)	Das Hackfleisch hinzugeben und mit anbraten.
2 Dosen	Tomaten (stückig, a 400ml)	Die Dosentomaten zum Hackfleisch in den Topf geben. Zusätzlich noch 200ml Wasser (etwa eine halbe Dose). Aufkochen lassen.
200 ml	Wasser	
2½ TL	Kreuzkümmel	Würzen.
½ TL	Chili (scharf)	
2 TL	Paprika	
4 TL	Brühpulver	
1½ TL	Zucker	
1 Msp	Zimt	
1 TL	Oregano	
	Salz & Pfeffer	
40 g	Schokolade (dunkel - 70%)	
1 Dose	Kidneybohnen (400g)	15 Minuten vor Ende der zwei Stunden Kochzeit nochmals abschmecken. Die Kidneybohnen abspülen und zum Chili dazugeben.

# Chicken Tikka Masala



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Marinieren  
4 Std



Grillen  
45 min



Zubereiten  
45 min

600 g	Hähnchenbrust	Hühnerbrüste in mundgerechte Stücke schneiden. Zitrone auspressen, Hähnchenstücke mit Salz und Zitronensaft vermengen, ziehen lassen.
1	Zitrone	
2 TL	Salz	
2 TL	Kreuzkümmel	In der Zwischenzeit für die Marinade die Gewürze mit dem Joghurt gut vermengen, dann den geschälten Knoblauch und den geschälten Ingwer mit dem Pürierstab oder Mörser zu einer Paste pürieren, auch unter den Joghurt rühren. Hähnchenstücke zum Würzjoghurt geben, gut bedecken, marinieren lassen, am besten über Nacht.
1 EL	Garam Masala	
1 EL	Paprikapulver	
150 g	Joghurt (3.5%)	
1 Stck	Ingwer (halben Daumen groß)	
3	Knoblauchzehen	
1	Zwiebel	Für die Soße die Zwiebel schälen und würfeln, in einer Pfanne im heißen Ghee golden braten. In der Zwischenzeit Kardamomsamen aus den Kapseln entnehmen, mit den Nelken und der Zimtstange zusammen fein zermörsern.
2 EL	Ghee	
7 Kapseln	Kardamom (grün)	Geschälten Knoblauch und geschälten Ingwer mit dem Pürierstab oder Mörser zu einer Paste pürieren, zu den Zwiebelwürfeln in die Pfanne geben, golden anbraten, dann die gemörserten Gewürze zugeben.
½	Zimtstange	
4	Nelken	
1 Stck	Ingwer (etwa einen Daumen groß)	
6	Knoblauchzehen	Stückige Tomaten plus Wasser, ca. 200 ml (etwa die Hälfte der Tomatendose), zugeben, alles bei niedrigerer Hitze 15 Minuten köcheln lassen.
1 Dose	Tomaten (stückig - 400g)	
		Die Hähnchenstücke aus der Marinade nehmen, Marinade abstreifen, zur Seite stellen. Hähnchen auf metallene Spieße stecken, von jeder Seite ca. sechs Minuten grillen.
		Alternativ im Backofengrill: auf höchste Stufe stellen, die Hähnchenstücke auf ein Backblech geben, ca. 15–20 Minuten unter dem Grill gut Farbe annehmen lassen, einmal wenden.
1	Chilischote (klein - rot)	Verbleibende Joghurtmarinade in die Tomatensoße geben. Chilis in sehr feine Streifen schneiden, Zucker, Paprikapulver, Garam Masala, Sahne zugeben und verrühren. Die gegrillten Hähnchenstücke zur Soße geben, ein paar Minuten weiter simmern lassen.
1 EL	Zucker	
1 TL	Paprikapulver	
2 TL	Garam Masala	
100 ml	Sahne	
	Zitronensaft	Mit Salz und Zitronensaft abschmecken.

Salz  
8 Zweige Koriandergrün

Die Korianderblättchen von den Stängeln zupfen, großzügig über der Chicken Tikka Masala verteilen und servieren.

Dazu passen Reis oder Naan-Brot.

Haben mehr Garam Masala gebraucht (+1-2TL) auch mehr Zucker (2TL) und etwas mehr Sahne. Evtl. Korianderkörner, Kreuzkümmel und etwas Kurkuma (in anderen Rezepten gesehen). Haben die Sauce etwas mit Pürierstab aufgemixt.

**Quelle: Der Spiegel**

# Flammkuchen



3 Stück



Vorbereiten  
15 min



Gehen lassen  
60 min



Zubereiten  
10 min



Backen  
20 min

400 g Mehl  
¼ Würfel Hefe  
1 Prise Salz  
2 EL Olivenöl  
Wasser

Die Hefe in lauwarmen Wasser auflösen (etwa eine halbe Tasse).

Das Mehl, Olivenöl, Salz und die aufgelöste Hefe in eine Rührschüssel geben und auf mittlerer Stufe zu einem Teig kneten. Nach Bedarf mehr Wasser hinzugeben. Es soll ein geschmeidiger Teig entstehen, der sich leicht vom Schüsselrand löst.

Für 5-10 Minuten kneten lassen. Anschließend, zugedeckt für 1 Stunde gehen lassen.

150 g Sauerrahm  
150 g Schmand  
250 g Schinken  
2 Zwiebeln  
Salz & Pfeffer

Den Pizzastein im Ofen auf höchster Temperatur (280°C-300°C) vorheizen. Den Teig in drei gleiche Teile aufteilen und nochmals zu einem Ball formen und zugedeckt gehen lassen, während der Ofen vorheizt.

Den Sauerrahm in einer Schüssel mit dem Schmand verrühren und mit Salz & Pfeffer würzen. Etwas vorsichtig mit dem Salz, denn der Schinken bringt auch noch Salz mit.

Den Schwarzwälderschinken in dünne Streifen schneiden und beiseite Stellen. Am besten einen sehr aromatischer Räucherspeck.

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in sehr dünne Scheiben schneiden - beiseite Stellen.

Mehl

Jeweils einen Teigball mit etwas Mehl auf der Arbeitsfläche auf 30-40cm Durchmesser ausrollen. Mit 2EL der Sauerrahmmischung bestreichen und mit Zwiebelringen und Schinken belegen.

Im Ofen backen bis der Teig knusprig ist und die Zwiebeln anfangen braune Spitzen zu bekommen.

Die fertigen knusprigen Flammkuchen in Stücke schneiden und mit einem Glas Weißwein (oder Federweißer) genießen!

# Bigoli al Ragu di Salsiccia

Bigoli habe ich zum ersten mal am Gardasee in der Osteria Del 4 in Torri Del Benaco gegessen. Die frischen und ungewöhnlichen dicken Nudeln mit einer Soße aus Salsiccia und Tomaten waren fantastisch. Diese spezielle Nudelform ist typisch für Venetien. Bigoli werden mit einer Presse genannt Torchio oder Bigolaro geformt. Getrocknet habe ich die Nudeln in Deutschland noch nicht bekommen, aber im italienischen Supermarkt gibt's Bigolo frisch im Kühlregal.



4 Portionen



Vorbereiten  
10 min



Kochen  
30 min



Braten  
30 min

500 g	Bigoli (frisch)	Einen großen Topf Wasser für die Nudeln aufsetzen.
300 g	Salsiccia	Die Haut der Salsiccia entfernen und die Wurst in kleine Stücke zerteilen - mit den Händen oder einem Messer. Die Wurststücke sollen eher klein sein, aber nicht ganz so fein wie Hackfleisch.
1	Zwiebel	Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen. Die Zwiebelwürfel darin anbraten, bis sie anfangen weich zu werden.
3 EL	Olivenöl	
		Die Wurst zu den Zwiebeln in die Pfanne geben und anbraten.
1 Hand	Petersilie (glatt)	Während die Wurst anbrät, die Kirschtomaten halbieren und die Petersilie hacken.
250 ml	Gemüsebrühe	
100 ml	Weißwein (trocken)	Ein halbes Glass Weißwein hinzugießen und die Hitze hochdrehen. Wenn der Alkohol verdunstet ist, die Petersilie, die Tomaten, die Passata und die Brühe hinzugießen.
200 g	Kirschtomaten	
200 g	Passata	
		Auf niedriger Stufe für 20-25 Minuten ohne Deckel köcheln lassen. Gelegentlich umrühren.
	Salz	Während die Soße köchelt, reichlich Salz ins Nudelwasser geben und die Pasta darin al dente kochen.
	Salz & Pfeffer	Die Nudelsoße mit Salz und Pfeffer abschmecken.
30 g	Parmesan	Wenn die Nudeln fertig gekocht sind, abgießen und in die Pfanne mit dem Ragu geben. Die Pasta und die Soße in der Pfanne gut miteinander vermischen. Nach Geschmack mit Parmesankäse servieren.

Bei getrockneten Bigoli reichen 400g. Bucatini gehen als Ersatz, falls keine Bigoli zu bekommen sind - Hauptsache dick müssen sie sein. Die Salsiccia darf gerne auch mit Chili sein.

**Quelle: The Pasta Project**

# Korean Beef Bowl



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Zubereiten  
15 min

200 g	Reis Salz	Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, salzen und Reis gemäß Packungsanweisung kochen.
55 g 60 ml 2 TL ¼ TL ¼ TL	Brauner Zucker Sojasauce Sesamöl Chili (Flocken) Ingwer	In der Zwischenzeit braunen Zucker, Sojasauce und Sesamöl in einer Schüssel vermischen. Den Ingwer schälen & reiben und zusammen mit den Chili-Flocken zur Sauce geben.
2 ½	Lauchzwiebeln Karotte	Lauchzwiebeln schälen, waschen und schräg in dünne Ringe schneiden. Karotte schälen und in dünne Stifte schneiden. Beiseite stellen.
1 EL 2	Öl Knoblauchzehen	Öl in einer Pfanne erhitzen. Den Knoblauch schälen und pressen. In die Pfanne geben und für 1 Minute anbraten.
500 g	Hackfleisch (Rind)	Das Hackfleisch mit in die Pfanne geben und knusprig anbraten.  Das Saucengemisch dazu geben, unterrühren und kurz aufkochen (ca. 2 Minuten).
4	Eier	Die Eier in einer Pfanne als Spiegeleier braten. Das Eigelb soll dabei unbedingt flüssig bleiben.
½ TL	Sesam Siracha	In einer Schüssel zuerst Reis, dann Fleisch, Sesam, ein Spiegelei, Lauchzwiebeln und Karottenstreifen geben. Mit Siracha Sauce servieren.

Quelle: Marcel

# Pasta al Limone

## Zitronenpasta

Als Reaktion auf ein Tiktok einer kalifornischen Koch-Bloggerin, postete eine in Deutschland lebende Italienerin ein Rezept für ihre Variante des Klassikers Pasta al Limone. Das Rezept von Mammaculinaria ist rasant gemacht. Die dünne Pasta wird in wenigen Minuten in Zitronensaft, Olivenöl und etwas Wasser cremig gekocht. Weil die Stärke der Nudeln nicht im Kochwasser eines Topfes verschwindet, entsteht mit dieser Methode eine cremige Soße, ganz ohne Sahne und Käse.



2 Portionen



Vorbereiten  
5 min



Zubereiten  
10 min

3	Knoblauchzehen	Den Knoblauch schälen und grob hacken. Die Zitrone(n) waschen und die Zeste abreiben. Vorsicht: Nur das Gelbe der Schale, nicht den bitteren weißen Teil.
2	Zitronen	
Etwas Wasser im Wasserkocher aufkochen lassen.		
100 ml	Olivenöl	In einer Pfanne das Olivenöl und die Butter erhitzen.
1 TL	Butter	
1 TL	Chiliflocken	Knoblauch, Salz und Chili mit hineingeben und kurz anbraten, dann die rohen Nudeln in die Pfanne legen.
1 TL	Salz (evtl. etwas mehr)	
250 g	Capellini	Heißes Wasser in kleinen Schlucken hinzugeben und die Nudeln regelmäßig bewegen, damit sie nicht aneinander kleben. Vorsicht: Wenn man das erste Mal heißes Wasser ins Öl gibt, kann es stark spritzen.
1 Hand	Basilikum	Capellini benötigen nur drei bis vier Minuten zum Garen, dickere Spaghettisorten entsprechend länger. Wenn die Nudeln fast al dente sind, können die Zeste, der Zitronensaft und die Basilikumblätter hinzugegeben werden.
Gut durchrühren, noch eine Minute ziehen lassen und dann heiß servieren. Auf dem Teller mit Basilikum und Chili garnieren.		

Mit der Säure sollte man aufpassen: Zitronen sind in Deutschland manchmal arg beißend, im Gegensatz etwa zu italienischen Amalfi-Zitronen, die fast schon süß schmecken. Im Zweifel also lieber erst mal mit nur einer Zitrone anfangen und dann nach Geschmack mehr Säure zugeben.

Wie viele Pastagerichte wird Zitronenpasta in Italien gern als erster Gang serviert. An einem heißen Sommertag in Deutschland geht es aber auch als Hauptgericht durch. Wem die Säure zu stark ist, der kann mit Mozzarella oder geriebenem Parmesan gegensteuern. Auch eine extra Prise Salz kann helfen.

**Quelle: Der Spiegel**

# Gebratenes Rindfleisch mit Sojasauce

Am Vorabend zu einem Leadership-Summit hatten wir ein gemeinsames Kochevent. Das Motto war Thai und eines der Gerichte, das ich mit meinen Kollegen zubereiten durfte, war dieses Rindfleisch mit Sojasauce. Wirklich sehr lecker und ich habe es schon kurz danach zu Hause nachgekocht.



3 Portionen



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
20 min

1	Lauchzwiebel	Die Lauchzwiebeln putzen, Wurzeln und trockene Blätter entfernen und in feine Ringe schneiden. Die rote Zwiebeln schälen und in halbe Ringe schneiden. Den Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Strunk aus der Paprika schneiden, die Kerne und weißen Häutchen entfernen und die Paprika in Streifen schneiden.
1	Zwiebel (rot)	
1	Knoblauchzehe	
1	Paprikaschote (rot)	
250 g	Rindfleisch (Roastbeef)	Das Roastbeef trocken tupfen und in sehr feine Streifen schneiden. Das Öl in einer Pfanne (oder Wok) erhitzen, bis diese richtig heiß ist.
1 EL	Öl	Die Rindfleisch-Streifen portionsweise bei hoher Hitze scharf anbraten. Nur sehr kurz Braten, das Fleisch soll keinesfalls durchgebraten werden, sondern nur angebraten werden, so dass es deutliche Bratspuren bekommt. Das Fleisch herausnehmen und bei Seite stellen.
		Die Frühlingszwiebel, Zwiebelstreifen, Paprika-Streifen und die Knoblauch-Würfel unter Rühren in der Pfanne kurz kräftig anbraten. Herausnehmen und auf Seite stellen.
1 TL	Currypaste (rot)	Die rote Curry-Paste in dem heißen Öl unter Rühren leicht anrösten, bis Röstaromen aufsteigen.  Das Gemüse wieder dazu geben und unter Rühren kurz mitbraten.
50 ml	Gemüsebrühe	Das angebratene Gemüse mit der Gemüsebrühe ablöschen und die Hitze reduzieren. Die Maisstärke mit kaltem Wasser verrühren, in die Sauce einrühren und binden lassen. Mit der Sojasauce sowie mit Salz und Pfeffer abschmecken.
1 TL	Maisstärke	
1 EL	Sojasauce Salz & Pfeffer	
100 g	Spinat	Den Spinat verlesen. Die Blätter vom Thai-Basilikum abzupfen.
2 Stängel	Thai-Basilikum	
		Das Fleisch wieder in die Sauce geben und für etwa 3 Minuten ziehen lassen. Den Spinat hinzugeben und kurz zusammenfallen lassen.  Mit Thai-Basilikum garniert servieren.

Am besten kauft man eine dicke Scheibe vom Roastbeef und schneidet davon sehr dünne Scheiben ab - ähnlich wie beim Philly Cheesesteak Sandwich.

**Quelle: cookionista**

# Gebratene Udon Nudeln

## Yaki Udon

Yaki Udon sind ein einfaches japanisches Nudelgericht, das in weniger als 20 Minuten fertig sind. Wenige, flexible Zutaten, machen dieses Rezept zum perfekten Gericht für einen langen Arbeitstag. Udon Nudeln sind dicke Weizennudeln mit eine besonderen Textur. Gefrorene Udons sind perfekt, immer im Vorrat, schnell zubereitet und haben immer die richtige Textur. Bei getrockneten Nudeln, am besten 1 Minute von der Kochzeit abziehen, damit sie beim Braten nicht übergarren.



2 Portionen



Vorbereiten  
10 min



Braten  
5 min

5 EL	Sojasauce	Alle Zutaten für die Soße in einer kleinen Schüssel vermischen und beiseite stellen.
4 EL	Austernsauce	
2 EL	Mirin (Reiswein)	
4 TL	Brauner Zucker	
1½ TL	Reisessig	
3	Lauchzwiebeln	Die Lauchzwiebeln schräg in Ringe schneiden und beiseite stellen. Die Zwiebel schälen und in Spalten schneiden. Die Karotten schälen und längs in 3-4cm lange, dünne Streifen schneiden. Die Hähnchenbrust in dünne Streifen schneiden.
2	Karotten	
1	Zwiebel (klein)	
250 g	Hähnchenbrust	
1 EL	Öl	Die Pfanne auf hoher Stufe erhitze und das Öl hinzugeben. Das Fleisch scharf anbraten. Die Zwiebelspalten und Karottenstreifen hinzufügen und mitraten, bis das Fleisch durchgebraten und das Gemüse weich ist.
450 g	Udon Nudeln (gefroren)	Währenddessen einen mittelgroßen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Die Udon Nudeln aus dem Gefrierfach nehmen und gefroren für 1-2 Minuten im Wasser kochen. Vorsichtig umrühren und sofern sich alle Nudeln getrennt haben, sind sie auch schon fertig und können abgegossen werden. Nicht überkochen!
Die Nudeln, die Soße und die Lauchzwiebeln mit in die Pfanne geben. Je nach Geschmack auch weniger Soße hinzufügen. Für etwa 3 Minuten mitraten und sofort servieren.		

Dieses Rezept ist extrem flexibel und kann mit allem zubereitet werden, das der Kühlschrank hergibt. Statt Hähnchenbrust funktionieren auch Rindfleischstreifen, Hackfleisch, Tofu oder Shrimps. Quasi jedes Gemüse, das sich Kurzbraten lässt, kann verwendet werden, wie Broccoli, Zucchini, Pilze, Erbsen, Zuckerschoten, Bambus, etc.

**Quelle:** Drive Me Hungry

# Kefta Tajine mit Aprikosen und Mandeln

Meine Tajine hab ich in einer Shopping Mall in der Nähe von Detroit gekauft. In den Küchenläden bin ich immer wieder drum rum geschlichen. Wollte nichts kaufen was dann evtl. im Regal verstaubt. Irgendwann hab ich dann aber nachgegeben und eine gekauft. Die Tajine ist perfekt für ein schnell angesetztes Gericht, dass dann ohne Aufwand fertig gart.



2 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Zubereiten  
45 min

## Für die Soße

Tajine 10 Minuten wässern.

1	Zwiebel (rot)	Für die Soße Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer schälen. Zwiebeln fein würfeln und Knoblauch fein hacken. Ingwer fein reiben. Orange heiß abwaschen und 1/4 Schale abreiben. Halbe Orange auspressen.
1	Knoblauchzehe	
1 Stck	Ingwer (2.5cm)	
½	Orange (Bio)	
2 EL	Olivenöl	Olivenöl erhitzen und Zwiebeln mit Knoblauch, Ingwer, Orangenschale, Orangensaft, Mandeln, Zimtstange, Kreuzkümmel und Harissa ca. 3 Minuten anschwitzen.
50 g	Mandeln (geschält & gestiftet)	
½	Zimtstange	
½ TL	Kreuzkümmel	
½ TL	Harissa	
200 g	Tomaten (aus der Dose)	Die getrockneten Aprikosen würfeln. Die Salzzitrone in kleine Würfel schneiden. Zusammen mit Dosentomaten und Gemüsebrühe dazugeben und alles miteinander vermengen. Deckel auflegen und kaltes Wasser in die Dampfsperre füllen. Alles einmal aufkochen lassen und bei mittlerer Hitze 15 Minuten sanft köcheln lassen.
50 g	Aprikosen (getrocknet)	
1	Salzzitrone	
100 ml	Gemüsebrühe	

## Für die Kefta

1	Zwiebel (rot)	Währenddessen für die Kefta, Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln fein würfeln und Knoblauch fein hacken. Koriander waschen, trocken schleudern und fein hacken.
1	Knoblauchzehe	
3 Zweige	Koriandergrün	
250 g	Hackfleisch (Rind)	Hackfleisch mit Zwiebeln, Knoblauch und Koriander, sowie Harissa und Salz & Pfeffer vermengen. Zu Kugeln formen.
½ TL	Harissa	
	Salz & Pfeffer	
1 EL	Honig	Hackbällchen in die Tajine legen, mit Honig beträufeln und weitere 30 Minuten sanft köcheln lassen.

Quelle: Simply Yummy

# Thai-Bolognese

Während der Pandemie fing der Koch unserer Lieblings-Kochevent-Location an Soßen in Gläsern zum Mitnehmen anzubieten. Der absolute Favorit war dabei die Thai-Bolognese. Nachdem er leider etwas weiter weg gezogen ist, habe ich versucht dieses Fusion Food nachzukochen.



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Zubereiten  
75 min

2	Zwiebeln	Die Zwiebeln, den Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Die äußeren Blätter des Zitronengras entfernen und ein paar mal mit dem Messerrücken auf die Stängel schlagen. Ein Knoten in den Stängeln verhindert dass sie zerfallen und erleichtert später das Herausfischen. Die Karotten schälen und in kleine Würfel schneiden.
2	Knoblauchzehen	
8 cm	Ingwer	
2 Stängel	Zitronengras	
2	Karotten	
3 EL	Öl	Erdnussöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln und den Knoblauch glasig anschwitzen. Ingwer und Zitronengras zugeben und einige Minuten garen.
500 g	Hackfleisch (Rind)	Die Hitze etwas erhöhen und die Karottenwürfel sowie das Rinderhackfleisch zugeben und ein paar Minuten unter Rühren braten. Die Currypaste unterrühren und mit der Kokosmilch und dem Rinderfond ablöschen.
400 ml	Kokosmilch	
250 ml	Rinderfond	
3 EL	Currypaste (rot)	
½ Bund	Koriandergrün	Die Korianderstängel fein hacken und zur Sauce geben. Die Blätter auf Seite stellen.  Die Blattrippen aus den Limettenblättern entfernen und die Blätter sehr fein hacken. Mit zur Sauce geben.
10	Limettenblätter	
2	Limetten	Die Schale der Limetten abreiben. Die Hälfte zur Sauce geben und die andere Hälfte ebenfalls beiseite stellen.
3 EL	Sojasauce	
3 EL	Fischsauce	Die Limetten auspressen. Den Zucker, die Sojasauce, die Fischsauce und die Hälfte des Limettensaft auch in die Sauce geben.
2 TL	Zucker	
		Die Hitze reduzieren und die Sauce für ca. eine Stunde köcheln lassen.
		Mit dem restlichen Limettensaft abschmecken und ggf. durch mehr Sojasauce, Fischsauce, Zucker oder Currypaste nachwürzen.

Die Soße passt am besten zu Tagliatelle, da diese die schwere Soße besser aufnehmen, als die dünneren Spaghetti. Mit frisch geriebenem Parmesan, den Blättern vom Koriander, evtl. klein gehackten roten Thai-Chilis und dem Limettenabrieb garnieren.

**Quelle: Dirk Wondra**

# New York Club Sandwich

Der Sandwich-Klassiker ist einfach zuzubereiten. Ich nutze dazu auch gerne den Grill, dann bleibt die Küche sauber. Zum original New York Club Sandwich gehören grüner Salat, Tomaten, Hähnchenbrustfilet, Eier und etwas Speck.



2 Portionen



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
10 min

2	Eier	Die Eier hart kochen, abkühlen lassen, schälen und in Scheiben schneiden.
250 g	Hähnchenbrust	Das Hähnchenbrustfilet trocken tupfen, würzen und auf dem vorgeheizten Grill zubereiten.
6 Scheiben	Speck	Die Speckscheiben auf dem Grill knusprig grillen.
50 g 1 TL 3 Blätter	Mayonnaise Senf Eisbergsalat Salz & Pfeffer	Die Mayonnaise mit den Senf vermischen und nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen. Die Salatblätter klein schneiden und mit der Mayonnaise/Senf vermischen.
1	Tomate	Die Tomate in dünne Scheiben schneiden und Beiseite stellen.
6 Scheiben	Toastbrot (Sandwich Toast)	Die Toastscheiben rösten. Währenddessen alle anderen Zutaten zum Belegen bereitstellen.

Vier Toastscheiben bereit legen und mit dem Salat-Mayonnaise-Senf-Gemisch bestreichen.

Zwei der Toastscheiben (die linken) mit der dünn geschnittenen, gegrillten Hähnchenbrust belegen.

Dann kommen die anderen 2 Toastscheiben mit dem Salat-Mayonnaise-Senf oben drauf.

Darauf wiederum kommen die Tomatenscheiben, die Eier und der Speck. Nochmals Pfeffern.

Deckel drauf und mit Spießchen feststecken. Zu guter Letzt diagonal durchschneiden.

Wenn es schnell gehen soll, kann alternativ auch fertiger Hähnchenbrust-Aufschnitt verwendet werden.

**Quelle: Emmi koch einfach**

# Chinese Dumplings

## Jiaozi

Silke und Jan leben in der Nähe von Detroit und mit Ihnen haben ich viele leckere Restaurants und Bars in Detroit besucht. Vor ihrer Zeit in Michigan, haben sie einige Jahre in Shanghai gelebt. So kommt es, dass es bei den beiden zum chinesischen Neujahrfest, immer Dumplings gibt - der tradition nach, bringen sie Glück und Wohlstand. Mehr als einmal, haben sich also eine große Gruppe deutscher Expats bei Silke und Jan getroffen, zusammen Dumplings geformt und dann verzehrt.

Jiaozi als traditionelles Essen zu Neujahr ist etwas, das ich sehr gerne übernommen habe. Allerdings gibt es die nicht zu zum chinesischen Neujahr sondern auch zum 1. Januar - doppelt hält besser. Die Teigtaschen schmecken aber auch während des ganzen Jahres.



30 Stück



Vorbereiten  
60 min



Zubereiten  
20 min

350 g	Hackfleisch (gemischt)	Den Sellerie waschen, die Fäden ziehen und in sehr kleine Stücke schneiden. Den Ingwer schälen und reiben. Die Lauchzwiebeln sehr fein schneiden. Die Karotten schälen und reiben. Den Strunk aus den Chinakohlblättern heraus trennen und fein schneiden.  Die Gemüsewürfel mit dem Hackfleisch in einer Schüssel vermischen.  Ei, Sesamöl und Salz hinzugeben und alles mit der Hand zu einer gleichmäßigen Füllung verarbeiten. Die Konsistenz mit etwas Speisestärke justieren. Die Masse soll schön weich sein.
2 Stangen	Staudensellerie	
1	Karotte	
2	Lauchzwiebeln	
2 cm	Ingwer	
½	Ei	
1 EL	Sesamöl	
6 Blätter	Chinakohl	
1 TL	Speisestärke	
½ TL	Salz	
1	Teigblätter	Eine kleine Portion (etwa ein gestrichener TL) der Füllung in die Mitte auf ein Teigblatt geben. Die Ränder des Teigblatts mit Wasser anfeuchten. Den Teig zusammen falten zu einem Halbmond und die Ränder gut zusammendrücken.
2 l	Gemüsebrühe	Einen großen Topf Gemüsebrühe zum Kochen bringen.  Eine Portion Teigtaschen in die Brühe geben. Dabei umrühren, dass sie nicht zusammenkleben.  Das Wasser wieder zum kochen bringen. Eine halbe Tasse kaltes Wasser hinzufügen. Warten bis die Brühe wieder kocht.  Diesen Vorgang noch zweimal wiederholen. Wenn die Brühe zum dritten mal kocht, sind die Teigtaschen fertig. Abschöpfen und warm halten.

Dunkler Reissig  
Sojasauce  
Sesamöl

Die Gäste mischen sich am Tisch ihre Würzsauce aus chinesischem, dunklen Essig, Sojasauce und ein wenig Sesamöl nach Geschmack.

Die Teigtaschen können nach dem Kochen auch noch in einer Pfanne gebraten werden. Alternativ kann man sie auch wie Japanische Gyoza zubereiten. Eine Antihaftpfanne auf mittlerer Stufe erhitzen, 2 Esslöffel Öl hineingeben und Jiaozi mit der Unterseite in die Pfanne legen ohne dass sie sich berühren. 2-3 Minuten anbraten, sodaß die Unterseite leicht gebräunt ist. 75ml Wasser hinzugeben und einen Deckel auf die Pfanne setzen. 2 Minuten dämpfen, dann den Deckel abnehmen und das restliche Wasser verkochen lassen.

Ich kaufe fertige Teigplatten für die Dumplings. Mit viel Geduld und Übung kann man die auch selbst herstellen. Dazu 500g Mehl mit einem Teelöffel Salz in einer Schüssel mischen. Langsam 150-200ml kaltes Wasser hinzufügen - nur so viel Wasser zugeben wie nötig. Zu einen geschmeidigen Teigball kneten und anschließend für 30 Minuten ruhen lassen. Den Teig in kleine Stücke teilen und jedes rund auf 7.5 cm Durchmesser ausrollen.

**Quelle: Silke**

# Tomaten Basilikum Pasta Sauce

Die Zubereitung einer guten Pasta Sauce beginnt mit einem Soffrito. Dafür werden normalerweise Zwiebel, Sellerie, Karotte sehr fein gewürfelt und angebraten. Dieses Rezept geht einen anderen Weg. Die Zutaten des Soffrito werden püriert - statt mühsam klein geschnitten und dann in Olivenöl angebraten.



8 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Kochen  
2 Std

100 g	Zwiebel	Für das Soffrito eine Karotte schälen und in grobe Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen und grob Würfeln. Die Selleriestange mit den Blättern waschen und in grobe Stücke schneiden.
1 Stange	Staudensellerie (mit den Blättern)	
1	Karotte	
100 ml	Olivenöl	Das Gemüse in einen Mixer geben und mit dem Olivenöl mixen, bis es eine schöne, cremige Masse ergibt. Dieses Püree wird die geschmackliche Basis für die Tomatensauce.
3 EL	Olivenöl	Einen großen Topf bei niedriger bis mittlerer Hitze erhitzen. Das Olivenöl hineingeben und den Soffrito-Mix in den Topf geben.  Den Soffrito-Mix verteilen. Zugedeckt für 15-20 Minuten sanft köchen lassen. Gelegentlich umrühren, damit nichts ansetzt. Nach 10 Minuten wird die Farbe des Soffrito sich langsam verändern - es wird dunkler werden. Aufpassen dass es nicht anbrennt.
2200 g	Passata	Wenn das Soffrito fertig ist, die Tomaten hinzufügen und gut umrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.  Die Tomatensauce zugedeckt für 1.5 Stunden leise köcheln lassen. Gelegentlich umrühren. Nach einer Stunde den Deckel abnehmen und für weitere 30 Minuten köcheln lassen.
10 g	Salz Pfeffer	
75 g	Basilikum	Abgerundet wird diese leckere Tomatensauce durch viel frisches Basilikum. Entweder die Blätter nur grob oder in feine Streifen schneiden - ganz nach Belieben. Die Sauce vom Herd nehmen und das Basilikum hinzugeben.

Quelle: Vincenzo's Plate

# Cordon bleu

Im Urlaub in Straßburg, habe ich im Restaurant Au Petit Tonnelier ein Cordon Bleu bestellt. Als der Kellner fragte, ob es ok wäre, wenn das Cordon Bleu 20-25 Minuten dauert, hab ich mich schon gewundert. Als es dann serviert wurde, war mir klar warum. Als ich es probierte war ich froh, dass ich gewartet hatte. Es war kein flaches, gefülltes Schnitzel, sondern eine knusprig braun gebratene Rolle aus Hähnchen, Schinken und Käse.



2 Portionen



Vorbereiten  
30 min



Kühlstellen  
6 Std



Braten  
10 min



Garen  
20 min

2 Stck	Hähnchenbrust (ca. 180g pro Stück)	Die Hähnchenbrüste im Schmetterlingsschnitt dünn aufschneiden. Vorsichtig sehr dünn klopfen - das geht am besten zwischen zwei Gefrierbeuteln.
100 g	Schinken	
100 g	Gouda Salz & Pfeffer	Mit Salz & Pfeffer würzen. Mit den Schinken- und Käsescheiben belegen. Einen Rand am äußeren Ende der späteren Rolle ca. 1-2cm frei lassen. Zu einer festen Rolle aufrollen - der Käse und Schinken wird dabei fast bis zum Rand rutschen, der freigelassen wurde.
		Die Rollen jeweils mit Klarsichtfolie fest einwickeln. Für ca. 3 Stunden im Kühlschrank kalt stellen.
1	Mehl Ei Semmelmehl Panko	Die Rollen in Mehl wälzen und das überschüssige Mehl abklopfen. In aufgeschlagenem Ei wälzen. Panko und Semmelmehl mischen und die Rollen darin rundum panieren.  Die Rollen wieder mit Klarsichtfolie fest einwickeln. Für weitere etwa 3 Stunden im Kühlschrank kalt stellen.
	Öl Butterschmalz	In reichlich Öl und Butterschmalz bei mittlerer bis hoher Hitze braten, bis die Rollen schön gebräunt sind - das sollte etwa 5 Minuten dauern. Während des Bratens nach jeweils ca. 1 Minute um ein Viertel weiter drehen. Am Ende auch die Enden kurz braten.  Die Rollen herausnehmen und im vorgeheizten Ofen bei 150°C (Ober-/Unterhitze) fertig backen. Die Kerntemperatur bei Hähnchenbrust sollte 72°C erreichen. Nach 15-20 Minuten sollten die Rollen fertig gegart sein. In der Zwischenzeit die Beilagen zubereiten.

Im Restaurant wurde das Cordon Bleu mit Soße serviert, mit Lauchzwiebeln garniert und dazu gab es Pommes Frites. Bratkartoffeln passen auch perfekt dazu.

# Ginger Chicken Curry

Wie bei Shakshuka auch, ist dies ein Rezept, das ich bei Kitchen Impossible gesehen habe. Im Original wird es von einem pakistanischen Koch in Dubai zubereitet. Wenn man Tim Mälzer glauben darf, dann ist dies ein Lieblingsgericht von Tim Raue. Ist aber eigentlich auch egal, es sah lecker aus und ich musste es einfach nachkochen.



3 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Zubereiten  
20 min

## Für die Zwiebelpaste

100 g Schalotten  
200 ml Wasser

Die Schalotten schälen und in feine Streifen schneiden. Im Wasser für ca. 10 Minuten gar kochen. Dann pürieren und auf etwa 100 ml einreduzieren (falls nötig).

## Für das Curry

2 TL Kurkuma (gehäuft)  
1 TL Salz  
1 TL Pfeffer  
2 TL Garam Masala (gehäuft)  
1 TL Chilipulver  
1 EL Bockshornklee-Blätter

Die Currymischung aus den Gewürzen und den Blättern des Bockshornklee herstellen.

4 Knoblauchzehen  
75 g Ingwer  
250 g Tomaten  
2 Chilischoten (rot & grün)  
350 g Hähnchenbrust

Den Knoblauch schälen und fein hacken. Den Ingwer gründlich waschen (nicht schälen) und in dünne Julienne schneiden. Die Tomaten entkernen und in Streifen schneiden. Die Chilischoten grob klein schneiden. Das Hähnchenbrustfilet in ca. 2 cm breite Streifen schneiden.

60 ml Öl  
75 g Butter

Die Hähnchenbrust im heißen Öl anbraten. Das Fleisch sollte nicht braun werden.

Den Knoblauch, gefolgt von der Butter hinzufügen. Sobald diese geschmolzen ist den Ingwer hinzugeben und alles gut vermengen.

100 ml Tomaten (passiert)  
150 g Joghurt (3.5%)

Als nächstes Tomatensauce, wieder kurz rühren und aufkochen lassen. Dann die Zwiebelpaste zugeben, aufkochen lassen und Joghurt und Gewürze (Curry Mischung und die Bockshornkleeblätter) hinzugeben. Aufkochen lassen.

½ Bund Koriandergrün

Dann die Tomaten und Chili hinzugeben und wieder aufkochen lassen. Nun ca. 3 bis 5 Minuten köcheln. In dieser Zeit den Koriander grob hacken und kurz vor dem Servieren in das Ginger Chicken Curry geben.

Mit Roti, Naan und/oder Reis servieren. Je nach Geschmack, kann der Ingwer auch fein gerieben werden. Dann ist der volle Geschmack da, ohne dass man auf die Stücke beisst.

**Quelle: Food und Co.**

# Pizza Brot

## Bread and Butter Pizza

Ich bin ein großer Fan von Detroit Style Pizza. Dieses Pizza Brot ist viel schneller gemacht und erinnert mich dennoch an die Detroit Pizza. Butter und Parmesan auf der Unterseite sorgen dafür, dass das Brot karamellisiert und somit eine schöne Kruste bekommt, während die Oberseite schön weich und saftig bleibt.



3 Brote



Vorbereiten  
10 min



Backen  
20 min

3 Scheiben	Brot Butter Parmesan	Den Ofen auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.  Das Brot auf beiden Seiten großzügig mit Butter bestreichen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.  Frischen Parmesan Käse über die Brotscheiben reiben. Den Käse leicht in die Butter andrücken, so dass er besser auf der Brotscheibe hält.
100 g	Passata Salz Oregano Thymian Zucker	Die passierten Tomaten mit Salz, Zucker und Kräutern abschmecken.  Die Brotscheiben umdrehen, so dass die Käsesseite nun auf dem Backpapier liegt. Auf die Oberseite Tomatensauce geben und gleichmäßig verteilen.  Im vorgeheizten Ofen backen, bis die Unterseite goldbraun gebacken ist - etwa 10-12 Minuten.
60 g 50 g	Mozzarella Salami	Mit Mozzarella bestreuen und Salami-Scheiben darauf legen.  Im Ofen weitere etwa 10-12 Minuten backen bis der Käse geschmolzen ist und sich auf der Unterseite eine schöne, knusprige Kruste gebildet hat.

Quelle: All Recipes

# Gefüllte Zucchini Blüten

## Λουλουδάκια γεμιστά

Dieses leckere Sommergericht, habe ich zum ersten Mal in einem kleinen Bergdorf auf Kreta gegessen. Danach gleich noch einmal, nach der langen Tour durch die Samaria Schlucht. Die mit Reis und Gemüse gefüllten Zucchini Blüten sind voller Geschmack durch die Kräuter und die Zitrone.



2 Portionen



Vorbereiten  
40 min



Backen  
100 min



Ruhen  
30 min

### Für die Füllung

4 EL	Olivenöl	Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Das Olivenöl auf mittlerer Hitze in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebel hinzugeben, die Hitze etwas reduzieren und die Zwiebel für etwa 10 Minuten braten, bis sie weich ist und karamellisiert.
100 g	Zwiebel	
85 g	Lauchzwiebeln	Die Lauchzwiebel waschen, in kleine Würfel schneiden und mit in die Pfanne geben. Den Knoblauch schälen und ebenfalls in die Pfanne pressen. Beides für zwei Minuten mitbraten.
2	Knoblauchzehen	
100 g	Reis (Langkorn)	Den Reis hinzugeben und für 1-2 Minuten mitbraten.
75 g	Zucchini	Die Zucchini reiben und ein bisschen ausdrücken um überflüssiges Wasser zu entfernen. Mit in die Pfanne geben und ebenfalls für eine Minute mit braten.
180 g	Tomaten	Die Tomaten reiben und mit in die Pfanne geben. Für 2 Minuten mitbraten.
1½ EL	Dill	Die Pfanne von der Hitze nehmen. Die Kräuter hacken und unterrühren. Die abgeriebene Schale einer halben Zitrone und den Zitronensaft hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5 EL	Petersilie	
½ EL	Minze	
½	Zitronenschale	
1 EL	Zitronensaft	
	Salz & Pfeffer	

### Für die Zucchini Blüten

10	Zucchini Blüten (groß)	Zuerst die Zucchini Blüten vorbereiten. Dazu vorsichtig die Stempel aus dem Inneren der Blüten entfernen. Nacheinander in eine Schüssel mit kaltem Wasser tauchen und für 1-2 Minuten einweichen lassen. Herausnehmen, am unteren Ende halten und vorsichtig ausschütteln. Auf einem Tuch ablegen.
7 EL	Olivenöl	In jede der Blüten vorsichtig etwa 1-1.5 Teelöffel der Füllung geben. Die genaue Menge hängt von der Größe der Blüten ab - sie sollten bis etwa zur Hälfte gefüllt sein. Die Blätter am oberen Rand der Blüten vorsichtig verdrehen, um sie zu verschließen. In eine kleine Backform geben und die Spitze der Blüte dabei unter der Blüte fixieren.
4 EL	Zitronensaft	
120 ml	Gemüsebrühe Salz & Pfeffer	

Das Olivenöl und den Zitronensaft über die Blüten verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Gemüsebrühe in die Form geben.

Gut mit Alufolie bedecken und für 1.5 Stunden bei 150°C backen. Die Folie entfernen und für weitere 10 Minuten backen, damit die Blüten etwas Farbe bekommen.

---

Die Hitze ausschalten. Die Blüten bei geöffneter Ofentür für etwa 30 Minuten ruhen lassen. Das intensiviert ihren Geschmack noch mehr.

Mit einem Stück Feta Käse oder einen Löffel griechischen Joghurt servieren.

Die Zucchini Blüten sollen eng bei einander in der Form liegen, ohne dass Platz zwischen ihnen ist. Ich habe eine Form mit 20cm x 12cm verwendet.

Der Zitronengeschmack ist recht intensiv. Das steht dem Gericht sehr gut, aber natürlich kann die Menge Zitronensaft auch reduziert werden.

**Quelle: Real Greek Recipes**

# Orzo mit Zitronen-Hähnchen



2 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Zubereiten  
25 min

## Für die Hähnchenbrust

2	Hähnchenbrust	Die Hähnchenbrust auf beiden Seiten mit Salz & Pfeffer, Oregano und Paprika würzen.
½ TL	Oregano	
½ TL	Paprikapulver	
	Salz & Pfeffer	

1 EL	Olivenöl	Olivenöl und Butter in einer Pfanne auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen. Das Hähnchen für 5-6 Minuten pro Seite braten, bis es gold-braun und durch gegart ist. Das Hähnchen herausnehmen und Beiseite stellen
1 EL	Butter	

## Für die Orzo

1 EL	Butter	In der gleichen Pfanne, die Hitze auf mittlere Stufe reduzieren. Die Butter und die feingewürfelte Zwiebel hinzufügen. Für 3-4 Minuten weich dünsten.
1	Zwiebel	
3	Knoblauchzehen	

Den gepressten Knoblauch hinzufügen und für eine Minute weiter braten.

120 ml	Weißwein	Den Wein mit in die Pfanne geben und für 2-3 Minuten kochen. Dabei mit dem Kochlöffel den Bratensatz vom Boden der Pfanne lösen.
--------	----------	--

1	Zitrone	Die Zitronenschale abreiben und den Saft auspressen. Die Hühnerbrühe, Zitronensaft, die Zeste und die Orzo mit in die Pfanne geben. Gut umrühren und alles vermischen
500 ml	Hühnerbrühe	
250 g	Orzo	

Den Inhalt der Pfanne zum Kochen bringen und die Hitze reduzieren. Den Deckel auf die Pfanne geben. Die Orzo für etwa 10 Minuten kochen lassen und dabei gelegentlich umrühren um zu verhindern dass etwas an der Pfanne anliegt.

Kochen bis die Orzo weich sind und so gut wie alle Flüssigkeit aufgenommen haben.

Wenn die Orzo fertig sind, das Hähnchen wieder in die Pfanne geben und in die Orzo einbetten. Für 2-3 Minuten warm werden lassen.

30 g	Parmesan	Den Parmesan und die frische Petersilie einrühren. Nach Geschmack mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
2 EL	Petersilie	

Mit einer Zitronenspalte servieren. Der Wein kann natürlich auch durch Brühe ersetzt werden.

# Tagliatelle mit Parmaschinken und Salbei



2 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Ruhen  
30 min



Zubereiten  
40 min

## Für die Tagliatelle

3 Eier  
300 g Mehl (Typo 00)  
½ TL Salz

Das Mehl auf die Arbeitsplatte geben. Eine Mulde hineindrücken und die Eier darin aufschlagen. Das Salz hinzufügen. Mit einer Gabel aus der Mitte heraus vermischen. Mit den Händen zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten.

Den Nudelteig für eine halbe Stunde in Folie gewickelt im Kühlschrank ruhen lassen.

Den Nudelteig in 4-5 Portionen teilen. Mehrfach durch die Walzen der Nudelmaschine laufen lassen und danach immer wieder zusammenfalten. Dann stufenweise den Walzenabstand verringern und den Teig immer wieder durchlaufen lassen.

Wenn die gewünschte Dicke erreicht ist (bei mir ist das Stufe 6 von 10), dann durch die Schneidwalzen laufen lassen. Die Tagliatelle mit etwas Mehl bestäuben um Zusammenkleben zu verhindern.

Salz

Einen großen Topf mit Wasser aufsetzen. Zehn Gramm Salz pro Liter Wasser dazugeben. Die Pasta erst hinzufügen, wenn der Parmaschinken schon in der Pfanne ist. Sie braucht nur wenige Minuten.

## Für die Deko

1 EL Olivenöl  
20 g Parmaschinken

Olivenöl in einer Pfanne auf mittlerer Hitze erwärmen. Die Scheiben vom Parmaschinken flach in die Pfanne legen und von beiden Seiten knusprig braten. Herausnehmen.

4 Blätter Salbei

In der gleichen Pfanne die Salbei Blätter knusprig braten und anschließend herausnehmen.

## Für die Sauce

2 EL Olivenöl  
1 EL Butter  
1 Knoblauchzehe  
½ Chilischote

Olivenöl und Butter mit in die Pfanne geben die Hitze auf mittlere Stufe. Die Knoblauchzehe schälen, andrücken. Die Chilischote halbieren und die Kerne herausnehmen. Beides mit in die Pfanne geben und kurz anschwitzen.

50 g Parmaschinken

Den Parmaschinken in Streifen schneiden. In die Pfanne geben und ein paar Minuten anbraten.

10 Blätter Salbei

Die Salbeiblätter in dünne Streifen schneiden. Mit in die Pfanne geben und eine Minute mit braten.

Die Tagliatelle mit etwas Nudelwasser direkt aus dem Topf mit in die Pfanne geben.

30 g

Parmesan

Den Parmesan reiben und mit zur Pasta in der Pfanne geben.  
Alles gut vermischen.

Je nach Vorliebe die Konsistenz der Sauce anpassen.  
Aufkochen, macht sie etwas dicker, mehr Nudelwasser noch  
etwas dünner.

Die Tagliatelle auf tiefen Pasta-Tellern anrichten. Die Parmaschinken-Chips in die Pasta stecken und mit den Salbeiblättern dekorieren. Je nach Vorliebe noch frischen Parmesan darüber reiben

# Paneer Butter Masala



4 Portionen



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
40 min

## Für die Masala Paste

2	Zwiebeln	Die Zwiebel schälen und in große Würfel schneiden. Den Knoblauch und Ingwer ebenfalls schälen und in Würfel schneiden.
2	Knoblauchzehen	
1 Stck	Ingwer (daumengroß)	
2 EL	Öl	In einem schweren Topf, das Öl und die Butter auf kleiner bis mittlerer Stufe erhitzen. Die Nelken und Kardamom dazu geben und für ein paar Minuten anbraten.
2 EL	Butter	
5	Nelken	
2 Kapseln	Kardamom	
		Knoblauch, Ingwer und Zwiebeln mit in den Topf geben. Andünsten bis die Zwiebeln weich werden.
3	Tomaten	Die Tomaten würfeln und zusammen mit den Cashewkernen mit in den Topf geben. Für 2-3 Minuten mitbraten.
15	Cashewkerne	
		Zudecken und für etwa 10 Minuten köcheln lassen bis die Tomaten weich sind.
		Die Paste abkühlen lassen. Die Nelken und Kardamomkapseln herausnehmen. In den Mixer geben und glatt mixen. Durch ein Sieb passieren und die Tomaten-Zwiebel-Paste beiseite stellen.
<b>Für das Curry</b>		
1	Chilischote	Die Chilischote halbieren, die Kerne entfernen und hacken. Die Zwiebel schälen und (sehr) fein würfeln.
1	Zwiebel	
2 EL	Öl	In einem schweren Topf, das Öl und die Butter auf kleiner bis mittlerer Stufe erhitzen. Das Lorbeerblatt und die gehackte Chilischote dazu geben und für ein 3-5 Minuten anbraten.
2 EL	Butter	
1	Lorbeerblatt	
		Die Zwiebelwürfel dazugeben und mit anbraten bis die Zwiebel goldbraun wird.
½ TL	Kurkuma	Die Gewürze und Salz mit in den Topf geben. Unter Rühren für ein paar Minuten anbraten - ohne die Gewürze anzubrennen.
½ TL	Chilipulver	
¾ TL	Korianderkörner (gemahlen)	
¼ TL	Kreuzkümmel	
½ TL	Garam Masala	
1 TL	Salz	

Die Tomaten-Zwiebel-Paste dazugeben und gut unterrühren.  
Köcheln bis sich das Öl aus der Paste absetzt.

250 ml	Wasser	Wasser hinzufügen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.
5 EL	Sahne	Sahne dazu geben und unterrühren.
200 g	Paneer	Den Paneer in grobe Würfel schneiden und in die Sauce geben. Unterrühren. Für etwa 5 Minuten leise köcheln lassen bis der Paneer den Geschmack angenommen hat.
1 TL	Bockshornklee- Blätter	Die Korianderblätter grob hacken und zusammen mit den Bockshornkleeblättern zur Sauce geben.
1 EL	Koriandergrün	

Mit Roti, Naan oder Basmati-Reis servieren.

**Quelle: Hebbbar's Kitchen**

# Pizza



4 Stück



Vorbereiten  
30 min



Gehen lassen  
3 Std



Backen  
30 min

## Für den Pizzateig

368 g	Wasser (lauwarm)
8½ g	Hefe
613 g	Mehl (Typo 00)
18 g	Salz

Das lauwarme Wasser in eine Schüssel geben und die Hefe darin auflösen. Mehl und Salz vermischen und zum Wasser geben. In der Küchenmaschine mit dem Knetaken für 7-10 Minuten bei niedriger Geschwindigkeit kneten bis der Teig fest und elastisch ist.

Den Teig mit einem Tuch abgedeckt an einem warmen Ort für 2 Stunden gehen lassen bis er sein Volumen verdoppelt hat.

Nach dem Gehen, den Teig in 4 gleich große Stücke teilen - die haben dann ziemlich genau 250g und sind passend für eine 30cm Pizza. Jedes Stück mehrmals falten und zu einer perfekt abgerundeten Kugel formen. Die Teigstücke jeweils in eine separate Schüssel legen und abgedeckt weitere 60 Minuten gehen lassen.

## Für die Pizzaiola

1	Zwiebel
2	Knoblauchzehen
1 EL	Olivenöl

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln. In einem Topf in Olivenöl weich dünsten.

500 ml	Passata
	Salz
	Pfeffer
2 TL	Oregano
2 Stängel	Basilikum
1 Msp	Chili

Die Tomaten zufügen. Mit Salz, Pfeffer und Chili würzen. Die frischen Kräuter grob hacken und mit dem Oregano zur Sauce geben. Auf kleiner Hitze leise köcheln, bis eine aromatische Sauce entstanden ist. Die Pizzaiola sollte schön dick sein, sich aber gut verstreichen lassen und aromatisch duften.

## Für die Pizza

Den Pizzaofen rechtzeitig vorheizen (20-30min), so dass er die volle Hitze erreicht hat wenn die erste Pizza gebacken wird. Am besten einen Pizzaofen auf 450°C bis 500°C, aber ansonsten so heiß wie der Backofen mit Stein nur geht.

Eine Teigkugel auf eine leicht bemehlte Fläche legen. Mit bemehlten Händen mit den Fingerspitzen, den Teig zu einer kleinen flachen Scheibe drücken. Den Teig von der Mitte aus nach außen drücken und dabei die Finger spreizen, um die Scheibe etwas zu vergrößern. Den Teig aufnehmen und rundherum vorsichtig zusammenkneifen, wobei die Schwerkraft ihn nach unten zieht, um einen Kreis zu formen. Neapolitanischen Pizzaböden sind sehr dünn. Beim Ausziehen vorsichtig sein, damit

der Teig nicht reißt. Sollten kleine Löcher im Teig sein, vorsichtig zukneifen.

Jetzt die Pizza nach Wahl belegen.

---

100	Salami	Für drei meiner Lieblingspizzen, zuerst Tomatensauce und danach Mozzarella auf dem Pizzaboden verteilen. Danach Kochschinken, Salami und scharfe Salami darauflegen. Zum Abschluß noch ein paar dünne Zwiebelringe und geschnittene, milde Pepperoni oben drauf.
50	Salami	
120	Schinken	
300	Mozzarella	
	Pepperoni	Wenn der Ofen heiß genug ist, die Pizza auf einem leicht bemehlten Teigschieber in den Ofen schieben. Ein paar Minuten lang backen und dabei alle 30 Sekunden umdrehen, um sie gleichmäßig zu backen.
	Zwiebel	
100	Parmaschinken	Für eine Pizza Prosciutto di Parma, wird der Pizzaboden nur mit Tomatensauce und Mozzarella belegt und dann gebacken.
100	Mozzarella	
1 Hand	Rucola	Nach dem Backen die dünnen Scheiben Parmaschinken auf der noch heißen Pizza verteilen. Mit ein paar Blättern Rucola belegen und einen dünnen Faden Olivenöl darüberziehen.
	Olivenöl	

---

Die Pizza aus dem Ofen nehmen, in Stücke schneiden und genießen.

# BBQ

## Rezepte

Spare Ribs mit Honey Garlic Sauce .....	108
BBQ Spare Ribs .....	109
Burger Patties .....	110
Burger Buns .....	111
Hähnchen mit Soja-Ingwer-Glasur auf dem Zederbrett .....	112
Lachs auf dem Zedernbrett .....	113
Hähnchenbrust mit Zitrone und Oregano .....	114
Mango Minz Chutney .....	115
Kefta Kebab .....	116
Tandoori Hähnchen Spieße .....	117
Moinkballs .....	118
Pulled Pork Sandwiches .....	119
Fajitas de Pollo .....	121
Sous Vide Steak .....	122
Smashburger .....	123
Oklahoma Onion Smashburger .....	125

Intro asd asfsfs f sfd f

# Spare Ribs mit Honey Garlic Sauce



4 Portionen



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
6 Std

200 ml	Honig	Knoblauch hacken und zusammen mit Wasser, Honig sowie den Gewürzen zu einer Marinade/Sauce verrühren.
250 ml	Wasser	
8	Knoblauchzehen	
	Salz	
	Pfeffer	
1 TL	Ingwer (Pulver)	
1 TL	Ludwigs Leibspeise (Gewürzmischung)	

---

1½ kg	Rippchen (dünn)	Ribs in Alufolienbett legen und mit der Sauce einstreichen.
-------	-----------------	---

---

Bei 125°C für 5-6 Stunden mit Alufolie bedeckt garen. Dabei jede Stunde frisch bestreichen.

Am Ende den Alufoliendeckel abnehmen und ca. 20 Minuten grillen. Hierbei öfters bestreichen.

Für eine Gruppe ausgesprochener Fleischfresser, zu der meine Familie ab und an mutiert, waren 4 kg Rippchen und die 2½-fache Menge Marinade genau richtig.

**Quelle: Rue**

# BBQ Spare Ribs



4 Portionen



Vorbereiten  
30 min



Zubereiten  
6 Std

## Vorbereitung

1½ kg	Rippchen (dünn)	Alles überflüssige Fett und die innere Haut von den Rippchen entfernen. Die Rippchen abwaschen und trocken tupfen.
5 EL	Zucker (braun/ unraffiniert)	Alle Gewürze für den Rub vermischen
6 EL	Salz (grob)	Die Rippchen großzügig auf beiden Seiten mit dem Rub einreiben.
6 EL	Pfeffer (schwarz, grob gemahlen)	
5 EL	Knoblauch (granuliert)	
1 EL	Kreuzkümmel	
2 EL	Chili	
3 EL	Zwiebel (gehackt/ gerieben oder Pulver)	

## Smoking

	Den Smoker/Grill bei 100°C vorheizen. In Nathans Rezept sind es 225F was 107°C entspricht.
	Die Rippchen im Smoker/Grill für drei Stunden mit Hickory/ Mesquite mit der Fleischseite nach oben smoken.
Apfelsaft	Nach drei Stunden die Rippchen herausnehmen. Mit der Fleischseite nach unten eng in zwei Lagen Alufolie einwickeln. Vor dem Verschließen eine halbe Tasse Apfelsaft dazugeben.  Die eingewickelten Rippchen für zwei weitere Stunden auf den Smoker/Grill legen (keine neuen Holzchips notwendig).
BBQ-Sauce	Nach zwei Stunden die Rippchen auswickeln und mit der Fleischseite nach oben zurück auf den Grill legen. Großzügig mit BBQ Sauce bestreichen und für eine Stunde garen lassen.
	Vom Smoker nehmen und 5 Minuten Ruhen lassen.

3-2-1 method "... dive into deliciousness"

**Quelle: Nathan**

# Burger Patties



6 Burger



Vorbereiten  
15 min



Grillen  
10 min

1	Zwiebel (gross)	Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zusammen mit den Gewürzen und der Worcestersauce zu einer feinen Paste pürieren.
1 EL	Worcestersauce	
1 TL	Salz	
½ TL	Pfeffer	
2	Knoblauchzehen	
<hr/>		
660 g	Hackfleisch	Die Gewürzpaste mit dem Hackfleisch vermengen und die Masse gründlich durchkneten.
<hr/>		
Die gewürzte Fleischmasse in 6 gleich große Bällchen aufteilen. Mittels einer Burger Presse zu ca. 11 cm großen Patties formen. 2-3 Minuten von jeder Seite bei starker Hitze grillen.		

Deutlich besser als gekaufte Burger Buns sind die selbst gemachten nach einem **Rezept vom Grillsportverein** (Seite 111).

Die Burger Patties haben mit der Zwiebel dann etwa 125g vor dem Braten - knapp über dem Gewicht eines typischen Quarterpounders. So als Größenordnung kann eine Menge von 1,8 Burgern pro Person gelten. Das hat bei mir schon mehrmals auch bei großen Gruppen wunderbar gepasst.

# Burger Buns



10 Stück



Vorbereiten  
10 min



Gehen lassen  
90 min



Backen  
20 min

500 g Mehl  
10 g Salz  
½ Würfel Hefe  
1 Ei  
30 g Zucker  
40 g Butter (weich)  
25 g Milchpulver  
230 ml Wasser

Die Zutaten für 3 Minuten vorsichtig in der Küchenmaschine verkneten. Dann noch einmal 5 Minuten auf einer etwas höheren Stufe, so dass sich die Glutenstrukturen gut ausbilden.

---

1 Stunde gehen lassen.

---

Teig in 10 gleich schwere Stücke teilen, diese vorsichtig zu einer Kugel verkneten und dabei die Seiten immer schön nach innen drücken. Dadurch wird garantiert, dass die Brötchen schön aufgehen.

---

Teiglinge vorsichtig flach drücken und unter Folie weitere 30 Minuten gehen lassen.

---

Butter

Die Brötchen bei 180°C (160°C Umluft) ca. 15-20 Minuten je nach gewünschtem Bräunungsgrad backen. Noch heiß mit etwas geschmolzener Butter bestreichen und abkühlen lassen.

Je nach Geschmack mit Sesam bestreuen. Buns in der Burger Presse auf die gleiche Größe wie die Patties bringen. Magermilchpulver gibts im Reformhaus oder sogar bei Edeka (steht bei Kondensmilch und Kaffeeweißer).

**Quelle: Grillsportverein**

# Hähnchen mit Soja-Ingwer-Glasur auf dem Zederbrett



4 Portionen



Einweichen  
4 Std



Vorbereiten  
20 min



Kühlstellen  
2 Std



Grillen  
30 min

Ein unbehandeltes Zedernholz Brett für ca. 4 Stunden in Wasser wässern.

90 ml	Sojasauce	Für die Glasur Sojasauce, Essig und Zucker in einem kleinen Topf sanft erhitzen und etwa 20 Min. köcheln. Wenn die Mischung bis zur Hälfte reduziert ist vom Herd nehmen.
60 ml	Aceto Balsamico	
50 g	Brauner Zucker	
1 TL	Knoblauch	Den Knoblauch und Ingwer schälen und zusammen mit den Chili fein hacken. Zur Glasur hinzufügen und etwas abkühlen lassen.
1 TL	Ingwer	
½ TL	Chili	
2 EL	Sesamöl	Das Öl unterschlagen und die Hälfte der Glasur zur Seite stellen.
800 g	Hähnchenbrust	Die Hähnchenbrust von Fett und Sehnen befreien und in einer Schüssel mit der Hälfte der Glasur vermischen. Kalt stellen.

Den Grill für direkte und indirekte mittlere Hitze vorbereiten. Das eingeweichte Brett über direkte mittlere Hitze legen und den Grilldeckel schließen

Wenn sich nach 5-10 Minuten Rauch entwickelt, das Brett umdrehen. Das Hähnchen aus der Schüssel nehmen (die Glasur wird nicht mehr gebraucht) und auf dem rauchenden Brett anordnen (die dünnen Enden unter das Filet schlagen).

Den Deckel schließen und das Hähnchen über direkter mittlerer Hitze für 5-10 Min. grillen. Nun das Brett über indirekte mittlere Hitze ziehen und bei geschlossenem Deckel ca. 20 Min. weitergrillen bis der gewünschte Gargrad erreicht ist. Die Garzeit hängt von der Dicke der Filets ab. Hat das Filet eine Kerntemperatur von 72°C erreicht ist verzehrfertig und schön zart.

Während der letzten 10 Min. gelegentlich mit der beiseitegestellter Glasur bestreichen. Vom Grill nehmen und vor dem Servieren nochmal mit der Glasur bestreichen.

Quelle: Webers Grillbibel

# Lachs auf dem Zedernbrett



4 Portionen



Einweichen  
4 Std



Grillen  
30 min

Ein unbehandeltes Zedernholz Brett für ca. 4 Stunden in Wasser wässern.

Den Grill für direkte mittlere Hitze vorbereiten. Das eingeweichte Brett über direkte mittlere Hitze legen und den Grilldeckel schließen.

800 g	Lachs (Filet mit Haut)	Noch vorhandene Gräten aus dem Lachsfilet entfernen. Das Lachsfilet quer in vier Portionen schneiden, die Haut jedoch intakt lassen. Großzügig mit Salz und Pfeffer würzen.
80 g	Brauner Zucker Salz & Pfeffer	Wenn sich nach 5-10 Minuten Rauch entwickelt, das Brett umdrehen und das Lachsfilet mit der Hautseite nach unten darauflegen. Den braunen Zucker vorsichtig über die gesamte Oberfläche des Filets streuen.
		Den Deckel schließen und den Lachs garen, bis die Oberfläche leicht gebräunt und der gewünschte Gargrad erreicht ist- Die Garzeit hängt von der Dicke des Filets ab. Nach 15-20 Min. hat das Filet 60°C Kerntemperatur erreicht und ist verzehrfertig.

Dazu passt hervorragend **Salicornes** (Seite 131) - gebratener Meeresspargel mit ein wenig Zwiebeln und Speck.

**Quelle: Webers Grillbibel**

# Hähnchenbrust mit Zitrone und Oregano



6 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Marinieren  
2 Std



Grillen  
15 min

4 EL	Olivenöl	Die Schale der Zitronen fein abreiben und den Saft auspressen. Zusammen mit den anderen Zutaten für die Marinade in einer Schüssel verquirlen.
2	Zitronen (Bio)	
1 EL	Oregano (getrocknet)	
1 EL	Knoblauch	
2 TL	Paprikapulver	
1½ TL	Salz	
½ TL	Pfeffer	
6 Stck	Hähnchenbrust (je etwa 180 g)	Die Filets von Fett und Sehnen befreien und in die Marinade legen. Abgedeckt für ca 2 Stunden kalt stellen.

Den Grill für direkte mittlere Hitze vorbereiten.

Den Hähnchenfilets mit der glatten Seite nach unten über direkter mittlerer Hitze bei geschlossenem Deckel 8-12 Min grillen, bis das Fleisch druckfest und durchgegart ist. Ein- oder zweimal wenden. Die Garzeit hängt von der Dicke der Filets ab. Hat das Filet eine Kerntemperatur von 72°C erreicht ist es verzehrfertig, saftig und schön zart.

Quelle: Webers Grillbibel

# Mango Minz Chutney



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Grillen  
5 min

2	Mangos (reif & fest)	Den Grill für direkte mittlere Hitze vorbereiten.
½ EL	Öl	Das Fruchtfleisch der Mangos seitlich vom Kern schneiden, um möglichst viel Fruchtfleisch an einem Stück zu erhalten. Dünn mit Öl bestreichen.  Die Mangos mit der flachen Seite nach unten über direkter mittlerer Hitze bei geschlossenem Deckel etwa 2 Min. grillen, bis sie braun sind. Nicht wenden. Vom Grill nehmen.
2 EL	Minze (fein gehackt)	Das Fruchtfleisch der Mangos kreuzweise einschneiden. Die Fruchtfleischstücke mit einem Löffel aus der Schale heben, in eine kleine Schüssel geben und mit den übrigen Chutney Zutaten behutsam vermengen.
2 EL	Apfelessig	
½ TL	Zucker	
¼ TL	Salz	
¼ TL	Pfeffer	

Das Chutney ist in Webers Grillbibel zu indischem Tandoori Hähnchen empfohlen aber passt auch hervorragend zu **Hähnchenbrust mit Zitrone und Oregano** (Seite 114).

**Quelle: Webers Grillbibel**

# Kefta Kebab

## Marokkanische Hackfleisch Spieße

Rezepte für gegrillte Hackfleischspieße gibt es auch in der Libanesischen/arabischen Küche. Ich hab sie bei meinen US Trips schätzen gelernt, denn in der arabischen Küche in und um Dearborn kommen sie häufig vor.

Beim Marinieren vom Grillfleisch war ich zu bequem die typischen Gewürze wie Piment, Zimt, Kardamom, usw. zu mörsern. Deswegen hab ich auf Ras el-Hanout zurückgegriffen und das ist beim jährlichen Neujahrsgillen mit Freunden gut angekommen.



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Grillen  
10 min

600 g	Hackfleisch (Rind oder Lamm)	Das Hackfleisch in eine Schüssel geben. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein reiben. Die Petersilie von den Stängeln zupfen und fein hacken. Zum Hackfleisch geben.
½	Zwiebel (klein)	
1	Knoblauchzehe	
½ Bund	Petersilie	
½ TL	Paprikapulver	Die Gewürze ebenfalls zum Hack geben und gründlich durchmischen. Mit feuchten Händen eine kleine Menge der Hackmischung etwa 10cm lang um die Spieße formen und fest andrücken.
½ TL	Kreuzkümmel	
¼ TL	Salz	
¼ TL	Pfeffer (schwarz)	
⅛ TL	Cayennepfeffer	
½ TL	Ras el-Hanout	

Den Grill für direkte starke Hitze vorbereiten. Die Spieße für etwa 8-10 Min. grillen. Die Garzeit hängt von der Hitze des Grills und der Dicke der Fleischspieße ab. Dabei ein- oder zweimal wenden und aufpassen, dass das Fleisch nicht zu trocken wird.

Ras el-Hanout ist eine nordafrikanische Gewürzmischung die wörtlich übersetzt "Kopf des Ladens" heißt. Die Zusammensetzung unterscheidet sich regional und von Laden zu Laden. Ras el-Hanout kann als „der Chef des Ladens“ verstanden werden, weil die komplizierte Mischung nur vom Chef des Gewürzladens persönlich hergestellt wird. Es können bis zu 25 verschiedene Gewürze enthalten sein wie zum Beispiel Muskatnüsse, Zimtstangen, Macis, Anis, Gelbwurz, Chilischoten, Ingwerwurzel, Gewürznelke, Pimentkörner, Kardamomkapseln und Galgantwurzel, Kreuzkümmel, Kümmel und Rosenpaprika.

# Tandoori Hähnchen Spieße



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Marinieren  
2 Std



Grillen  
10 min

125 g	Joghurt (3.5% Fett)	Den Joghurt in eine Schüssel geben. Den Ingwer und Knoblauch schälen, fein hacken oder reiben und zusammen mit den Gewürzen mit dem Joghurt vermischen.
1 TL	Knoblauch (fein gehackt)	
1 TL	Ingwer (fein gehackt)	
1 TL	Garam Masala	
½ TL	Paprikapulver (edelsüß)	
1 TL	Salz	
½ TL	Zucker	
500 g	Hähnchen	Das Hähnchen (entweder Hähnchenbrust oder ausgelöste Hähnchenpberschenkel ohne Haut) in etwa 4 cm große Stücke schneiden. Das Würzpaste und das Fleisch in einem Plastikbeutel vermischen. Die Luft aus dem Beutel streichen, den Beutel fest verschließen und den Inhalt sanft durchkneten, um die Paste gleichmäßig zu verteilen. Für 2-4 Stunden kalt stellen.
1	Zwiebel (mittelgroß, rot) Öl	Die Zwiebel schälen, längs halbieren und jede Hälfte in 6 Spalten schneiden. Das Hähnchenfleisch aus dem Beutel nehmen. Die Paste wird nicht mehr gebraucht. Fleisch und Zwiebel abwechselnd auf Spieße stecken, von den Zwiebelspalten dabei nur die jeweils äußeren 2-3 Schichten verwenden. Fleisch und Zwiebel mit Öl einpinseln.

Den Grill für direkte mittlere Hitze vorbereiten. Die Spieße bei geschlossenem Deckel für 8-10 Min. grillen, bis das Fleisch durchgegart aber noch saftig ist. Dabei die Spieße ein- bis zweimal wenden.

# Moinkballs

Muh sagt die Kuh, das Schwein sagt Oink, mixt man beide, heißt das Moink. Moink Balls sind Fingerfood vom Grill. Rinderhack, umhüllt mit Schweinespeck, in Barbecue-Soße gebadet.



6 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Grillen  
25 min

800 g	Hackfleisch (vom Rind) Gewürzmischung (Dry Rub für Rind)	Das Fleisch würzen. Ein wenig Hack - die Menge und damit die Größe der Bällchen bestimmt jeder selbst - in die Hand geben, flach drücken, Käse einlegen, mit Hack umschließen, zu Bällchen formen. Klassisch sind sie golfballgroß.
200 g	Käse (Cheddar, Gouda, Mozzarella - je nach Geschmack)	
30 Scheiben	Bacon	Zwei oder drei Scheiben Bacon über Kreuz legen, den Moink Ball mittig daraufsetzen. Die Bacon-Enden von jeder Seite über das Bällchen legen, sodass der Moink Ball von Bacon umschlossen ist.
	BBQ-Sauce	Grill vorheizen, bei etwa 180°C indirekter Hitze werden die Moink Balls gegrillt. Je nach Größe zwischen 10 und 20 Minuten. Oder low and slow: bei 100°C etwa 40 Minuten. Man kann nicht viel falsch machen. "They are very forgiving", heißt es in Moink-Ball-Foren liebevoll. Danach werden die Moink Balls mit Barbecue-Soße glasiert und weitere 5 bis 10 Minuten gegrillt, bis der Bacon wie lackiert aussieht.

Wer das Ganze im Backofen macht: bei circa 180-200°C Umluft backen, bis der Speck kross ist, dann glasieren. Temperatur auf 220°C stellen, noch einmal 5-10 Minuten backen, bis der Bacon lackig glänzt.

**Quelle: Der Spiegel**

# Pulled Pork Sandwiches



6 Portionen



Vorbereiten  
30 min



Zubereiten  
12 Std



Kochen  
30 min

1200 g	Schweineschulter (Boston Butt)	Überschüssiges Fett wegschneiden. Die Worcestersauce, den braunen Zucker und den Apfelsaft vermischen. Mit einer Spritze in den Braten einspritzen. Das Fleisch mit Olivenöl einreiben und großzügig mit dem Dry Rub würzen.
120 ml	Apfelsaft (naturtrüb)	
1 EL	Brauner Zucker	
1 EL	Worcestersauce	
	Olivenöl Gewürzmischung (Ankerkraut - Pull that Piggy)	

Den Grill für indirektes Grillen bei niedriger Temperatur vorbereiten. Eine großzügige Hand voll Holzchips in Wasser einweichen (mind. 1 Std) und jetzt in die Smokerbox geben. Den Grill auf 110°C bringen und diese Temperatur konstant halten. Das Fleisch mit der Fettseite nach oben auf den Grill legen. Für 3-4 Stunden bei konstanter Temperatur grillen bis das Fleisch zw. 65°C und 70°C Kerntemperatur erreicht hat.

300 ml	Apfelsaft (naturtrüb)	Das Fleisch eng in mehrere Lagen Alufolie einwickeln. Vor dem Verschließen des Pakets den Apfelsaft hinzugeben. In weiteren 5-6 Stunden bei 110°C weitergaren. Holzchips werden jetzt keine mehr gebraucht, da das Fleisch in Alufolie gewickelt ist. Dieser Teil des Garens, kann genauso gut im Ofen passieren.
350 ml	Ketchup	Wenn das Fleisch 96°C erreicht hat ist es fertig und kann herausgenommen werden. Das Paket auswickeln, um den Apfelsaft in einen Topf zu gießen. Das Fleisch wieder einpacken und für 30 Minuten ruhen lassen. In der Zwischenzeit Ketchup, Apfelessig, Senf, braunen Zucker und Worcestersauce zu dem Bratsaft in den Topf geben. Die BBQ Sauce aufkochen und bis zur gewünschten Konsistenz einkochen lassen.
175 ml	Apfelessig	
4 EL	Senf	
50 g	Brauner Zucker	
2 EL	Worcestersauce	

Das Fleisch mit zwei Gabeln (oder den Händen) in kleine Stücke zerrupfen. Überschüssiges Fett aussortieren. Portionsweise mit der BBQ Sauce vermischen und auf Burgerbrötchen servieren. Nach Geschmack mit Salat, Zwiebeln, Relish, Jalapenos, Cole Slaw garnieren.

Lieber etwas früher anfangen, denn die Garzeit kann schwanken. Falls das Fleisch zu früh fertig ist, kann es im Ofen ohne Probleme bei 90°C warmgehalten werden. Ich hatte mittags mit einer Kerntemperatur von 14°C angefangen. Die stieg auch recht schnell auf 50° nach 1.5 Stunden. Dann dauerte es noch weitere 2.5 Stunden um auf 65°C zu kommen, wo ich dann das Fleisch mit dem Apfelsaft eingewickelt habe. Nach weiteren 5 Stunden war ich dann bei 93°C angekommen. Es war

dann schon 21 Uhr und ich wollte endlich essen. Also hab ich nicht bis 96°C Kerntemperatur gewartet, sondern mich daran gemacht das Fleisch ruhen zu lassen und die BBQ Sauce zuzubereiten. Um 21:30 gab es dann endlich Pulled Pork Sandwiches.

Statt einer fertigen Gewürzmischung für den Dry Rub, können auch 1EL Salz, 1TL Pfeffer, 2EL brauner Zucker, 1EL geräuchertes Paprika, 1TL Zwiebelpulver, 1TL Knoblauchpulver und 1TL Kreuzkümmel vermischt werden.

# Fajitas de Pollo



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Zubereiten  
20 min

600 g	Hähnchenbrust	Die Hähnchenbrust großzügig von allen Seiten mit dem Dry Rub würzen. Die Paprikaschote halbieren, das Kerngehäuse entfernen. Beides bei mittlerer Hitze auf dem Grill für ca 15-20 Minuten grillen. Das Hähnchen bis es durch gebraten aber noch schön saftig ist (ca. 75°C Kerntemperatur). Die Paprika bis sie weich ist - dabei kann die Schale aussen durchaus dunkel werden.
2 EL	Gewürzmischung (z.B. Magic Dust von Ankerkraut)	
2	Paprikaschote	
1 EL	Olivenöl	Die Zwiebel schälen, halbieren und in Ringe schneiden. Die Lauchzwiebeln putzen und in ca. 1-2 cm lange Stücke schneiden.
1½	Zwiebeln	
2	Lauchzwiebeln	Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebeln und Frühlingszwiebeln in der Pfanne bei mittlerer Temperatur glasig dünsten. Mit der Texicana Salsa aufgießen. Mit dem Saft von einer halben bis ganzen Limette und einem Teelöffel der Gewürzmischung abschmecken. Kurz einkochen lassen.
350 ml	Texicana Salsa	
1	Limette	
1 TL	Gewürzmischung (z.B. Magic Dust von Ankerkraut)	
200 g	Mozzarella	Käse, Nachochips und Sauerrahm jeweils in eine Schüssel geben und auf den Tisch stellen. Die Tomaten in würfel schneiden, den Eisbersalat in dünne Streifen schneiden und auch jeweils in einer Schüssel auf den Tisch stellen.
200 g	Sauerrahm	
3	Tomaten	
¼	Eisbersalat	
1 Hand	Nachochips	
1	Avocado	Für die Guacamole die Avocado halbieren und den Kern entfernen. Aus der Schale lösen und mi einer Gabel auf einem Teller zerdrücken. Mit dem Saft einer halben Zitrone, Salz, Pfeffer und einer Messerspitze Chili abschmecken.
½	Zitrone	
	Salz & Pfeffer	
1 Msp	Chili	Die Paprika und Hähnchenbrust vom Grill nehmen. Beides in dünne Streifen bzw. Scheiben schneiden. Ebenfalls auf den Tisch stellen.  Die Tortilla Fladen kurz auf dem Grill anwärmen. Wenn dann alle Zutaten auf dem Tisch stehen, kann jeder der Gäste sich seine Fajitas nach Lust und Laune zusammenbauen.
8	Tortilla-Fladen (20cm)	

Falls gerade keine fertige Gewürzmischung zur Hand ist, dann einfach jeweils einen halben Teelöffel Salz, Paprika, Kreuzkümmel mit einem viertel Teelöffel Pfeffer und Chili vermischen.

# Sous Vide Steak

## Das perfekte Steak ganz einfach



2 Portionen



Vorbereiten  
10 min



Garen  
4 Std



Braten  
3 min

450 g

Steak (2 Stück;  
3-4cm dick)

Die Steaks parieren. Einzeln in Sous-Vide Beutel vakuumieren. Im Sous-Vide Bad bei 53°C für 3-4 Stunden garen (ca. 30-40 min pro cm Dicke). Die Temperatur wird beim Braten noch 1-2 Grad zunehmen und dann ist das Steak perfekt Medium.

Das Steak kann auch länger im Sous-Vide Bad liegen. Das Steak kann nicht zu weit garen, das ist der Vorteil der Sous-Vide Methode.

1 EL

Öl

Die Steaks aus dem Wasserbad nehmen, aus dem Beutel nehmen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Entweder die Sear-Station des Grills oder eine Gusseisenpfanne vorheizen - so heiss wie es geht.

1 EL

Butter

Bei Verwendung einer Pfanne das Öl hineingeben und sofort die Steaks einlegen. Für 60 Sekunden auf der ersten Seite braten. Dann sollte sich das Fleisch leicht von der Pfanne lösen. Einmal wenden und nochmal 60 Sekunden braten.

Jetzt sollte das Fleisch auf beiden Seiten eine schöne braune Kruste haben. Für ein paar Sekunden die Steaks aufstellen, um auch die Ränder zu bräunen. Etwas Butter in die Pfanne und die Steaks mit der geschmolzenen Butter übergießen. Nach einigen Sekunden herausnehmen.

Zugedeckt für 3-5 Minuten ruhen lassen.

Salz & Pfeffer

Mit Salz und Pfeffer würzen und sofort servieren.

# Smashburger



4 Stück



Vorbereiten  
15 min



Zubereiten  
10 min

## Für die Burgersauce

2 EL Ketchup  
3 TL Mayonnaise  
1 TL Senf  
Siracha

Alle Zutaten für die Burgersauce verrühren und beiseite stellen. Siracha je nach Geschmack und gewünschter Schärfe.

## Für die Burger Toppings

1 Zwiebel  
Eisbergsalat  
1 Tomate

Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Wer mag kann die Würfel auch bei mittlerer Hitze in einer Pfanne mit etwas Öl leicht glasig andünsten - das nimmt ihnen ihre Schärfe.

Einige Blätter vom Salat einfach in lange, dünne Streifen schneiden. Die Tomate in dünne Scheiben schneiden - wirklich dünne, denn die Tomate soll ja nicht dicker sein als die Burger Patties.

Alles beiseite Stellen.

## Für die Burger Buns

4 Burger Buns  
Butter

Die Brötchen aufschneiden und beide Hälften mit Butter bestreichen. Die Gusseisenpfanne oder Platte auf mittlerer Stufe aufheizen. Das ist die ideale Zeit um die Brötchen auf der Schnittseite zu toasten, ehe die Pfanne zu heiss wird.

Die Brötchen aus der Pfanne nehmen. Die Sauce und die Zwiebelwürfel auf den Brötchenhälften verteilen. Die Unterseite der Brötchen mit Salatstreifen und zwei Tomatenscheiben belegen.

## Für die Burger Patties

520 g Hackfleisch (Rind)  
Salz & Pfeffer  
4 Käse (Cheddar)  
Scheiben

Die Gusseisenpfanne/-platte auf hoher Stufe erhitzen. Das Hackfleisch zu 8 gleichgroßen Bällchen formen - die sind kleiner als bei anderen Burger Rezepten, aber es werden auch zwei pro Burger.

Die Bällchen in die Pfanne legen - mit genügend Platz zu einander und nach Bedarf eben nacheinander. Mit einem großen Pfannenwender die Burger in der Pfanne ganz platt drücken. Das geht am besten mit etwas Backpapier darauf und etwas um Kraft auf den Pfannenwender auszuüben.

Für 45-60 Sekunden sehr knusprig braten. Mit dem Pfannenwender die Patties lösen und vorsichtig wenden - dabei aufpassen, dass all die schöne Kruste auch mit abgelöst wird.

Mit Salz & Pfeffer würzen - bei den dünnen Patties reicht es eine Seite zu würzen. Auf die Hälfte der Patties eine Scheibe Cheddar Käse legen und ein anderes Patty ohne Käse oben drauf. Das zweite Patty sorgt dafür, dass der Käse schön schmilzt und der Käse hält die Patties zusammen.

Nach 30 Sekunden sind die Patties auch schon fertig und können auf die vorbereiteten Brötchen gelegt werden. Dabei aufpassen, dass wirklich all die leckeren, knusprigen Hackfleisch Krümel mit aus der Pfanne gekratzt werden.

Gewürzgurken fehlen in meinem Rezept, weil ich die grünen Dinger einfach nicht mag, aber auf für viele dürfen die auf einem guten Burger nicht fehlen. Wer keine doppelten Burger Patties mag und die Burger etwas kleiner sein sollen, dann empfehle ich 360g Hackfleisch für 4 Burger.

# Oklahoma Onion Smashburger

Oklahoma Onion Smashburger sind extrem lecker und sehr einfach auf einer Grillplatte zuzubereiten. Angeblich wurden diese Burger in den 1920er Jahren in Oklahoma erfunden. Sie wurden nicht nur wegen des hervorragenden Geschmacks berühmt, sondern auch weil damals Fleisch rationiert wurde und die Zwiebeln ein guter Weg waren die Portionen zu strecken. Sie machen das Fleisch saftig und die karamelierten Zwiebeln geben dem Burger auch noch einen besonderen Geschmack.



4 Stück



Vorbereiten  
20 min



Kühlstellen  
60 min



Zubereiten  
10 min

## Für die Zwiebeln

2        Zwiebeln  
1 TL     Salz

Die Zwiebeln halbieren, schälen und in sehr dünne Scheiben schneiden. Gleichmäßige, sehr dünne Scheiben gelingen am besten mit dem Hobel.

Die Zwiebelringe mit dem Salz in eine Schüssel geben und gründlich durchmischen. Abdecken und für eine Stunde in den Kühlschrank stellen.

Das Salz zieht Wasser aus den Zwiebeln. Dadurch karamelisieren sie später perfekt auf dem Grill. Nach der Stunde das Wasser abgießen und die Zwiebeln ausdrücken. Beiseite stellen.

## Für die Burgersauce

2 EL     Ketchup  
3 TL     Mayonnaise  
1 TL     Senf  
           Siracha

Alle Zutaten für die Burgersauce verrühren und beiseite stellen. Siracha je nach Geschmack und gewünschter Schärfe.

## Für die Burger Toppings

           Eisbergsalat  
1        Tomate

Einige Blätter vom Salat einfach in lange, dünne Streifen schneiden. Die Tomate in dünne Scheiben schneiden - wirklich dünne, denn die Tomate soll ja nicht dicker sein als die Burger Patties.

Alles beiseite Stellen.

## Für die Burger Buns

4        Burger Buns  
           Butter

Die Brötchen aufschneiden und beide Hälften mit Butter bestreichen. Die Gusseisenpfanne oder Platte auf mittlerer Stufe aufheizen. Das ist die ideale Zeit um die Brötchen auf der Schnittseite zu toasten, ehe die Pfanne zu heiss wird.

Die Brötchen aus der Pfanne nehmen. Die Sauce auf den Brötchenhälften verteilen. Die Unterseite der Brötchen mit Salatstreifen und zwei Tomatenscheiben belegen.

## Für die Burger Patties

520 g Hackfleisch (Rind)  
Salz & Pfeffer  
4 Käse (Cheddar)  
Scheiben

Die Gusseisenpfanne/-platte auf hoher Stufe erhitzen. Das Hackfleisch zu 8 gleichgroßen Bällchen formen - die sind kleiner als bei anderen Burger Rezepten, aber es werden auch zwei pro Burger.

Die Bällchen in die Pfanne legen - mit genügend Platz zu einander und nach Bedarf eben nacheinander. Mit einem großen Pfannenwender die Burger in der Pfanne ganz platt drücken. Das geht am besten mit etwas Pergament oder Backpapier darauf und etwas um Kraft auf den Pfannenwender auszuüben.

Die Patties sehr großzügig mit Zwiebeln belegen und mit dem Pfannenwenger kräftig in das Fleisch drücken. Für 1-2 Minuten sehr knusprig braten. Mit dem Pfannenwender die Patties lösen und vorsichtig wenden - dabei aufpassen, dass all die schöne Kruste auch mit abgelöst wird.

Mit Salz & Pfeffer würzen - bei den dünnen Patties reicht es eine Seite zu würzen. Auf die Hälfte der Patties eine Scheibe Cheddar Käse legen und ein anderes Patty ohne Käse oben drauf. Das zweite Patty sorgt dafür, dass der Käse schön schmilzt und der Käse hält die Patties zusammen.

Nach weiteren 1-2 Minuten sind die Patties auch schon fertig und können auf die vorbereiteten Brötchen gelegt werden. Dabei aufpassen, dass wirklich all die leckeren, knusprigen Hackfleisch Krümel und Zwiebeln mit aus der Pfanne gekratzt werden.

Gewürzgurken fehlen in meinem Rezept, weil ich die grünen Dinger einfach nicht mag, aber auf für viele dürfen die auf einem guten Burger nicht fehlen. Wer keine doppelten Burger Patties mag und die Burger etwas kleiner sein sollen, dann empfehle ich 360g Hackfleisch für 4 Burger.

# Beilagen

## Rezepte

Poori .....	128
Focaccia mit Steinsalz und Rosmarin .....	129
Zitronenreis .....	130
Salicornes .....	131
Pommes Frites .....	132
Pommes Frites - ganz einfach .....	133
Balsamico Zwiebeln .....	134
Fränkisches Sauerkraut .....	135
Creamy Cole Slaw .....	136
Mung-Sprossen Salat .....	137
Knoblauch Naan .....	138

# Poori

## Frittiertes braunes Brot



20 Stück



Vorbereiten  
20 min



Zubereiten  
15 min

200 g	Mehl (Vollkorn)	Mehl und Salz zusammen durchsieben. Öl unterkneten und so viel Wasser dazugeben, dass ein fester Teig entsteht.
½ TL	Salz	
2 EL	Öl	
90 ml	Wasser (etwa)	

---

Teig etwa 10 Minuten auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche durchkneten, bis er weich und glatt ist.

Aus der Mischung 20 Bällchen formen und diese einzeln auf einer leicht eingeölkten Arbeitsfläche flach drücken. Zu Kreisen von 10 cm Durchmesser ausrollen. Die Pooris nicht aufeinander legen, weil sie sonst zusammen kleben.

---

1 l	Öl (zum Frittieren)	Öl in einem kleinen Topf sehr stark erhitzen. Jeweils ein Poori hineingeben und mit einer Schaumkelle in die Mitte drücken, so dass der Teig aufgeht. Schnell wenden und die andere Seite einige Sekunden fritieren. Abtropfen lassen und heiß servieren.
-----	---------------------	---

Mit meinem Arbeitskollegen Martin hatte ich super viel Spaß als wir zum ersten Mal Pooris gebacken haben. Wie die kleinen Kinder haben wir vor dem Topf gestanden, mit dem Löffel in der Mitte auf die Pooris gedrückt und dann gespannt zugesehen wie sie sich im heißen Fett langsam aufblähen.

**Quelle: Anne und Martin**

# Focaccia mit Steinsalz und Rosmarin



1 Fladen



Vorbereiten  
20 min



Gehen lassen  
90 min



Backen  
45 min

500 g	Weizenmehl (Type 550)	Das Mehl und den Grieß vermengen. Die Hefe mit den Fingern in das Mehl reiben.
20 g	Grieß (grob)	
15 g	Hefe (frisch)	
10 g	Salz	Das Salz, Olivenöl und Wasser zugeben und zu einem elastischen Teig verarbeiten. Dann 1 Stunde zugedeckt gehen lassen.
50 g	Olivenöl	
320 g	Wasser	
4 EL	Olivenöl	Den Teig mit der abgerundeten Seite der Teigkarte aus der Schüssel nehmen und auf ein mit Öl bestrichenes Blech legen. Das Olivenöl darüberträufeln und den Teig durch behutsames Drücken und Schieben mit den Fingern ausbreiten, bis er das gesamte Blech ausfüllt. Der Teig soll dabei nicht gezogen oder gestreckt werden. Mit einem Küchenhandtuch bedecken und an einem warmen, zugfreien Ort 45 Minuten gehen lassen.
		Den Teig erneut über die gesamte Fläche bearbeiten und mit den Fingerspitzen Vertiefungen hineindrücken; weitere 30 Minuten gehen lassen.
3 Zweige	Rosmarin Steinsalz (grob) Olivenöl	Den Ofen auf 250 °C vorheizen. Die Rosmarinnadeln abzupfen, gleichmäßig auf dem Fladen verteilen und leicht in den Teig drücken. Mit dem Steinsalz bestreuen und sofort in den vorgeheizten Ofen schieben. Die Temperatur auf 220 °C reduzieren und 25-30 Minuten backen, bis die Focaccia ein helles Goldbraun angenommen hat. Aus dem Ofen nehmen und auf einem Gitter abkühlen lassen. Mit weiterem Olivenöl bestreichen, solange das Focaccia heiss ist.

Quelle: Brot für Genießer

# Zitronenreis



4 Portionen



Kochen  
15 min



Vorbereiten  
10 min



Braten  
5 min

200 g	Reis (Basmati)	Den Reis in siedendes Wasser geben, gemäß Anweisung kochen und abgießen.
5 EL	Öl	Das Öl in einer kleinen Pfanne auf mittlerer Flamme erhitzen. Die Senfkörner hinzugeben und warten bis sie zu platzen beginnen.
1 EL	Senfsamen	
½ Hand	Curryblätter	Die Zitronenschale abreiben und zusammen mit den zerkleinerten Curryblättern zugeben. Eine Minute anbraten, bis die Zitronenschale etwas Farbe angenommen hat und dann vom Herd nehmen.
1	Zitrone	
½ Bund	Koriandergrün	Den abgegossenen, noch dampfenden Reis in eine Schüssel geben und die gerösteten Gewürze dazu geben. Den Saft der Zitronen (von vorher) und das gehackte Koriandergrün dazugeben. Nochmals abschmecken.

Zu einem leckeren (indischen) Curry servieren, z.B. **Jamie Oliver's Lieblings Curry** (Seite 46) oder **Jamie Oliver's Lieblings Curry (Fisch)** (Seite 47). Jamie Oliver gibt noch 2 TL Erbsen (Urad Dhal - getrocknet und halbiert) mit den Curryblättern und der Zitronenschale in die Pfanne.

**Quelle: Jamie Oliver**

# Salicornes

## Meeresspargel

Salicornes oder auch Meeresspargel genannt habe ich zuerst an der Fischtheke gesehen und bin neugierig geworden. Das Wildgemüse hat einen leicht pfeffrigen Geschmack und ist eine hervorragende Beilage zu gegrilltem Fisch. Nachdem ich meist derjenige in der Gruppe bin, der keinen Fisch isst, esse ich den Salicornes eben zu meinem Hühnchen.



4 Portionen



Vorbereiten  
5 min



Zubereiten  
10 min

250 g Salicornes  
75 g Speckwürfel  
1 Zwiebel  
1 EL Olivenöl

Die Zwiebel in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne die Speckwürfel bei mittlerer Hitze anbraten. Wenn die Würfel knusprig sind, die fein gewürfelte Zwiebel zugeben und weich dünsten. Den Salicornes hinzugeben und für ein paar Minuten mitbraten, bis der Meeresspargel warm und ein bisschen weich ist.

# Pommes Frites

## Heston's Triple Cooked Chips

Ich liebe Pommes. Als Kind ganz klar eines meiner Lieblingsessen - in großen Mengen. Aber knusprig müssen sie sein und am besten aus der Friteuse statt aus dem Backofen.

Der Dreisternekoch Heston Blumenthal sagt, er sei auf wenig so stolz wie auf seine perfekten Pommes. Bei Hestons Pommes, seinen "Chips", wie sie die Engländer nennen, geht es um Krossheit, Krossheit, Krossheit, so wie bei allen Pommes-Frites-Fanatikern dieser Welt.

Nachdem er die rohen Kartoffelstäbchen gewässert hat, damit sich ihre Stärke löst, die beim Frittieren dunkel werden kann, kocht er sie 20 Minuten lang, bis sie fast zerfallen. Die Außenhaut wird dadurch rissig. Und beim Frittieren - erst bei 130°C, dann noch mal bei 180°C - wird sie so knusprig wie hauchdünnes Glas. Zwischen den einzelnen Arbeitsschritten packt Heston seine Triple Cooked Chips (einmal gekocht, zweimal frittiert) noch ins Gefrierfach, für jeweils eine Stunde - aber das spare ich mir.



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Zubereiten  
45 min

1 kg	Kartoffeln (festkochend)	Kartoffeln schälen, in Stäbchen in Pommesgröße schneiden, etwa fingerdick. In eine Schüssel mit kaltem Wasser geben, mit den Fingern umrühren, ein paar Minuten im Wasser lassen, dann das Wasser wechseln.
	Salz	In der Zwischenzeit Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, salzen. Die abgetropften Kartoffelstäbchen 20 Minuten sanft köcheln lassen.
1 l	Öl	Öl in einem Topf auf 130°C erhitzen. Es hat die perfekte Temperatur für den ersten Frittiergang, wenn der Stiel eines Holzkochlöffels, in das Öl gehalten, ganz zarte, kaum wahrnehmbare Bläschen wirft.
		Pommes ca. 5 Minuten frittieren (je nach Topfgröße und Ölmenge gibt man die Pommes alle auf einmal oder in kleineren Mengen nach und nach in das Öl). Aus dem Fett heben, auf Küchentuch abtropfen lassen.
		Die Temperatur des Fettes auf 180°C erhöhen, ein Holzstiel wäre jetzt von blubbernden Bläschen wild umzingelt.
		Pommes in etwa 3 Minuten goldbraun frittieren. Eventuell Temperatur höher einstellen, wenn es länger dauern sollte - dann haben die Pommes die Fetttemperatur so sehr nach unten gedrückt, dass mehr Hitze her muss.
	Salz	Pommes aus dem Fett heben, mit Salz würzen.

Quelle: Der Spiegel

# Pommes Frites - ganz einfach

## Cold Fry Frites

Auf der Suche nach den perfekten Pommes Frites bin ich zunächst auf **Heston Blumenthal's Triple Cooked Chips** (Seite 132) gestoßen. Dabei fand ich aber auch ein Rezept, bei dem Pommes Frites in kaltem Öl zubereitet werden.

Kaltes Öl klingt zunächst komisch und widerspricht scheinbar allem was ich gelesen hatte. Aber die Zubereitungsart ist super einfach - es kann kein Fett überkochen wenn man die kalten Kartoffeln hineingibt. Die Pommes werden knusprig und überhaupt nicht fettig.

Das mehrfach Frittieren in anderen Rezepten erledigt sich hier quasi von selbst. Nach etwa 5 Minuten "kochen" die Kartoffelstäbchen. Zunächst verdampft bei etwa 100°C das Wasser aus den Kartoffeln. Nach 12-15 Minuten erreicht das Fett dann eine Temperatur bei der die Pommes bräunen. Nach 22-25 Minuten sind die Pommes Frites dann fertig.



4 Portionen



Vorbereiten  
25 min



Zubereiten  
25 min

1 kg	Kartoffeln (festkochend)	Kartoffeln schälen, in Stäbchen in Pommesgröße schneiden, etwa fingerdick. In eine Schüssel mit kaltem Wasser geben, mit den Fingern umrühren, ein paar Minuten im Wasser lassen, dann das Wasser wechseln. Insgesamt 15-20 Minuten wässern.
1½ l	Öl	Die Kartoffeln in einen großen, schweren Topf geben. Mit Öl bedecken - die nötige Menge Öl im Vergleich zum herkömmlichen Frittieren ist deutlich geringer.  Die Herdplatte auf hoher Stufe einschalten. In den ersten 10 Minuten nur gelegentlich umrühren. Wenn die Pommes anfangen zu bräunen, dann regelmäßig umrühren.
	Salz	Aus dem Fett heben, auf Küchentrepp abtropfen lassen. Mit Salz würfen.

Das Öl auskühlen lassen, evtl. filtern und später für 2-3 weitere Fuhren verwenden. Da das Öl zu keinem Zeitpunkt hoch erhitzt wird, kann es problemlos wiederverwendet werden.

# Balsamico Zwiebeln



2 Portionen



Vorbereiten  
5 min



Zubereiten  
20 min

3	Zwiebeln (groß)	Die Zwiebeln schälen, halbieren und in breite Streifen schneiden (1-1.5cm breit).
1 EL	Öl	
1 EL	Butter	Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebeln im heißen Fett kräftig anbraten. Die Hitze reduzieren und die Zwiebeln langsam weich dünsten.
1 EL	Brauner Zucker	Braunen Zucker nach Belieben hinzufügen und auf den Zwiebeln kurz karamelisieren lassen.
4 EL	Aceto Balsamico	Zum Schluss noch die Zwiebeln mit dem Balsamico ablöschen. Ein paar Minuten einköcheln lassen.

Honig statt Zucker.

Die Balsamico-Zwiebeln zum Beispiel frischen Kräutern wie Thymian oder Rosmarin verfeinern Für einen kräftigeren Geschmack mit Salz und Pfeffer abschmecken.

# Fränkisches Sauerkraut

Beim Wintergrillen mit Glühwein hatte Klaus, mit dem ich sonst eher Whisky trinke, einen großen Topf Sauerkraut beigesteuert. Ich selbst esse meine Bratwürste ohne Kraut, aber bei den anderen Gästen kam das Kraut so gut an, dass ich es einfach ins Kochbuch aufnehmen musste. Das Rezept füllt einen 5 Liter Topf gut aus, lässt sich aber natürlich in kleinerer Menge herstellen. Klaus verwendet für sein Sauerkraut, das Mildessa Weinsauerkraut von Hengstenberg (810g pro Dose).



40 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Zubereiten  
90 min

300 g	Schweinebauch (geräuchert)	Den geräucherten Schweinebauch - fränkisch: Bündle - ggf. entbeinen, die Schwarte im Ganzen abtrennen (aber aufbewahren) und das Fleisch in kleine Würfel schneiden.
2 EL	Butter	Die Butter in einen ausreichend großen Topf geben.
4 Dosen 4 EL	Sauerkraut Zucker Kümmel (viel) Lorbeerblätter Pfefferkörner (maßvoll) Wacholderbeeren (wenig) Salz	In 4 Schichten – jeweils bestehend aus einer Dose Sauerkraut, einem EL Zucker und je $\frac{1}{4}$ des gewürfelten Bündle, des Kümmels, der Lorbeerblätter, der Pfefferkörner und der Wacholderbeeren – weiter auffüllen. Die abgetrennte Schwarte auf die erste Schicht legen und mitkochen, um sie dann vor dem Servieren beiseite zu legen.
		Dann alles gut erhitzen, nach einer halben Stunde ab und zu gut durchmischen und insgesamt eine gute Stunde köcheln lassen.
1 Dose 1 EL	Sauerkraut Zucker	Die fünfte Dose mit einem EL Zucker nach dieser Zeit hinzufügen. Das führt dazu, dass das schon weich werdende Kraut mit knackigerem durchsetzt wird.
		Die weitere Kochzeit richtet sich nach der gewünschten Konsistenz. Mit weiterem Zucker und auch Salz abschmecken.

Wer die Kümmelkörner nicht so mag, sollte nicht darauf verzichten, sondern stattdessen Kümmelpulver verwenden. Durch mehrmaliges Erwärmen erhält das Kraut weiteres Aroma, wird aber auch weicher. Ansonsten kann man es mit Wilhelm Busch halten:

Eben geht mit einem Teller  
Witwe Bolte in den Keller,  
Daß sie von dem Sauerkohle  
Eine Portion sich hole,  
Wofür sie besonders schwärmt,  
Wenn er wieder aufgewärmt.  
(Max und Moritz, Zweiter Streich)

**Quelle: Klaus**

# Creamy Cole Slaw

Cole Slaw ist eine sehr traditionelle BBQ Beilage in den USA. Oft sind die Rezepte sehr schwer wegen einer großen Menge an Mayonnaise und Zucker. Dieses Rezept ist moderner, aber dennoch nah genug am Original.



8 Portionen



Zubereiten  
15 min



Durchziehen  
60 min

1 Kopf	Weißkohl (mittelgroß)	Die äußeren Blätter des Kohls entfernen. Den Kohlkopf vierteln und den Strunk entfernen. Auf einem Gemüsehobel in dünne Streifen hobeln.
2	Karotten (je nach Größe auch 3)	
		Die Karotten schälen und auf einem Gemüsehobel mit entsprechender Klinge in sehr dünne Streifen schneiden.
120 ml	Sahne	Den Knoblauch schälen und reiben. Zusammen mit Sahne, Milch, Zucker, Apfelessig, Mayonnaise und Salz gründlich vermischen.
120 ml	Milch (3,5%)	
110 g	Zucker	
90 ml	Apfelessig	
2 EL	Mayonnaise	
2	Knoblauchzehen	
1 TL	Salz	

Die Sauce über die Karotten-Kohl Mischung geben und gründlich vermischen. Mindestens eine Stunde kalt stellen.

Statt mit Weißkohl, lässt sich Cole Slaw sehr gut auch mit Spitzkohl zubereiten.

**Quelle: Die Smoker Bibel**

# Mung-Sprossen Salat



4 Portionen



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
5 min

100 g	Mungbohnsensprossen (frisch)	Die Sprossen 2-3 Minuten bei 80°C in einem Dampfgarer dämpfen.
2 EL	Sojasauce	Die Zutaten für die Vinaigrette vermischen und probieren. Fisch- und Sojasaucen schmecken nie gleich, muss das Dressing angepasst werden bis es den gewünschten Geschmack trifft. Ggf. mit Palmzucker, Salz & Pfeffer und Chiliflocken abrunden.
1 EL	Fischsauce	
	Zucker (Palmzucker)	
	Chiliflocken	
	Salz & Pfeffer	
1 TL	Sesamsamen	Koriander hacken und mit dem Sesam untermischen. Ein kleines Stück vom Grünen einer Lauchzwiebel in sehr dünne Ringe schneiden und über den Salat streuen.
	Koriandergrün	
	Lauchzwiebel	

Quelle: High Foodality

# Knoblauch Naan



8 Fladen



Vorbereiten  
15 min



Gehen lassen  
30 min



Backen  
30 min

16 g Hefe  
120 ml Wasser (lauwarm)  
1 TL Zucker  
280 g Mehl  
3 EL Joghurt (gehäuft)  
½ TL Salz  
1 EL Öl

Die Hefe in lauwarmen Wasser auflösen. In einer Schüssel mit Zucker und Mehl vermischen. Joghurt, Salz und Öl hinzugeben. Alles zu einem Teig verarbeiten.

Wenn der Teig anfängt sich zu einer Kugel zu formen, herausnehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche für 10 Minuten kneten bis der Teig geschmeidig ist.

In einer geölte Schüssel abgedeckt für 30 Minuten gehen lassen. Der Teig soll sein Volumen verdoppeln.

2 Knoblauchzehen  
3 Stängel Koriandergrün

Den Teig herausnehmen und auf einer geölte Arbeitsfläche in 8 gleich große Stücke teilen. Diese zu mehrmals falten und zu kleinen, schönen Kugeln formen. Anschließend mit dem Nudelholz ausrollen.

Den Knoblauch schälen und in sehr dünne Scheiben schneiden oder sehr fein würfeln. Die Korianderblätter abzupfen und in feine Streifen schneiden.

Knoblauch und Koriander auf einer Seite des ausgerollten Naan verteilen. Das Naan umdrehen und nochmal mit dem Nudelholz ausrollen, so dass Knoblauch und Koriander in das Naan gedrückt werden.

Das Naan auf eine der folgenden drei Arten backen.

Auf dem Grill auf der Plancha bei geschlossenem Deckel für 2-3 Minuten pro Seite backen.

In einem Pizzaofen für 60-90 Sekunden auf jeder Seite backen.

Eine große schwere Pfanne bei 250°C im Ofen erhitzen. Darin das Naan für 2-3 Minuten pro Seite backen.

3 EL Butter  
(geschmolzen)

Wenn das Naan fertig gebacken ist, auf einer Seite mit etwas geschmolzener Butter bestreichen.

Quelle: Andy cooks

# Saucen & Marinaden

## Rezepte

Lauwarme Erdnusssauce .....	140
Erdnusssauce .....	141
Japanische Chilisauce .....	143
Salsa Fresca .....	144
Bacon Jam .....	145
Ultimate Smash Burger Sauce .....	146

## Informationen

Soße ist auch ein Getränk .....	142
What is a Foodie? .....	147

# Lauwarme Erdnusssauce

## Naam Jim Muh Sate



6 Portionen



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
20 min

150 g	Erdnüsse (geröstet u. gesalzen)	Die Erdnüsse im Mörser oder der Küchenmaschine fein zerstoßen.
2 EL	Öl	Öl in einem kleinen Topf erhitzen und die Currypaste darin bei mittlerer Hitze kurz anrösten.
2 EL	Currypaste (rot)	
1 Dose	Kokosmilch (400ml)	Kokosmilch hineinrühren und ca. 1 Minute kochen lassen.
3 EL	Brauner Zucker	Die Erdnüsse, sowie Zucker, Salz und Reisessig (alternativ geht auch milder Weinessig) hinzugeben. Bei milder Hitze ca. 15 Minuten sämig einkochen lassen.
1 TL	Salz	
3 EL	Reisessig	

Passt gut zu **Satay** (Seite 40). Als Alternative siehe auch **Brigitte's Rezept** (Seite 141). Statt Reisessig kann man auch einen milden Weißweinessig verwenden.

**Quelle: Markus Kochkurs (FBS Nürnberg)**

# Erdnussauce



6 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Zubereiten  
30 min

5	Chilischoten	Chilis, Ingwer, Zitronengras, Schalotten, Knoblauch, Cashews und Shrimp-Paste zu einer feinen Paste vermischen.
2 Stck	Ingwer (ca. 2cm)	
1 Stängel	Zitronengras	
5	Schalotten	
2	Knoblauchzehen	
10	Cashewkerne	
½ TL	Shrimp-Paste	
3 TL	Erdnussöl	Öl in einem Topf erhitzen und die Paste andünsten bis sie duftet.
200 ml	Kokosmilch	Die Zwiebel fein hacken und zusammen mit dem Tamarindensaft und der Kokosmilch in den Topf geben.
1	Zwiebel	
100 ml	Tamarindensaft	
Eine halbe Stunde köcheln lassen, bis alles eingedickt ist.		
3 TL	Zucker	Die Erdnüsse und die Sesamsamen zerstoßen. Zusammen mit Salz und Zucker in den Topf geben. Vom Ofen nehmen.
2 TL	Salz	
300 g	Erdnüsse (geröstet)	
2 TL	Sesamsamen (geröstet)	

Passt gut zu **Satay** (Seite 40). Als Alternative siehe auch **Markus Rezept** (Seite 140). Wenn kein Tamarindensaft zu bekommen ist, kann man entweder etwas Tamarindenmus in Wasser auflösen oder eine Tamarindschote in heissem Wasser einweichen und durch ein Sieb ausdrücken.

**Quelle: Bridget's Thai Kochkurs (VHS)**

# Soße ist auch ein Getränk

Wenn der Koch  
einen Fehler  
macht, gießt er  
ein wenig Sauce  
darüber und sagt,  
es wäre ein neues  
Gericht. (Paul  
Bocuse)

It is the sauce that  
distinguishes a  
good chef. The  
Saucier is a soloist  
in the orchestra of  
a great kitchen.  
(Fernand Point)

Die Soße ist die Krönung eines Gerichts. Sie rundet ein Gericht ab und verleiht ihm seinen unverwechselbaren Geschmack. Soßen machen Gerichte saftiger und können den Geschmack von Fleisch, Fisch oder Gemüse wunderbar unterstreichen. Soßen sind aber nicht nur bei Vor- oder Hauptspeisen wichtig, auch ein Nachtisch kann durch einen leckere Soße ergänzt und verfeinert werden.

Ich brauche viel Soße! Natürlich soll die Soße den Eigengeschmack der anderen Zutaten nicht übertünchen, sondern unterstützen. Dennoch brauche ich eher mehr als weniger Soße und so kommt meist auch ein Löffel mit auf den Tisch, um am Ende die restliche Soße auföffeln zu können.

Eine meiner liebsten Kindheitserinnerungen, die mit Essen zu tun haben, dreht sich um Rouladen Soße. Die Rouladen wurden am Samstag Abend schon vorbereitet und angebraten. Nach einer Stunde im Ofen war die Soße zwar noch nicht fertig, schmeckte aber schon sehr lecker. So sitze ich also nach dem Baden, in einem warmen Bademantel gewickelt auf der Couch, und schlürfe vor dem zu Bett gehen genüsslich eine Tasse voll von der halbfertigen Soße.

Noch heute wenn wir es sonntags klassisch Braten und Klöße gibt, lasse ich das Fleisch links liegen. Es geht nichts über Kloß mit Soße. Zwar braucht man das Fleisch um eine gute Soße hinzubekommen, aber essen können es dann die anderen. Im Restaurant bestelle ich mir meist einfach Kartoffelklöße oder Semmelklöße und dazu die Soße meiner Wahl. Dann schaut die Bedienung zwar oft etwas komisch, weil ich ja kein kleines Kind mehr bin, aber mich macht Kloß mit Soße einfach glücklich.

# Japanische ChilisaUCE

Chili und Ingwer verleihen dieser dicken, süßen Sauce ihren besonderen Pep. Fertig zubereiteten Gerichten verhilft sie zu einer attraktiven Farbe und Würze.



300 ml



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
30 min

1 TL	Ingwer	Den Ingwer schälen und fein reiben.
2 Stängel	Zitronengras	Die äußeren Blätter des Zitronengras entfernen. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen. Die Chilishote von Stiel und Kernen befreien. Alles fein hacken.
1	Chilischote	
1	Zwiebel (rot)	
2	Knoblauchzehen	
2 EL	Öl	Das Öl in einem kleinen Topf erhitzen. Die fein gehackten Zutaten zusammen mit Salz, Zucker und Sojasauce zufügen. Für 7-8 Minuten pfannenrühren, aber nicht bräunen.
½ TL	Salz	
½ TL	Zucker	
1 EL	Sojasauce	
1	Paprikaschote (rot)	Die Paprika halbieren, Samen und Scheidewände entfernen und fein hacken. Die Würfel mit dazugeben und 8-10 Minuten sanft mitgaren.
1 EL	Süße ChilisaUCE	Die ChilisaUCE, das Ketchup und Wasser einrühren. Aufkochen und 10 Minuten köcheln lassen.
1 EL	Ketchup	
300 ml	Wasser	

Die Sauce im Mixer kurz pürieren und durch ein Sieb passieren.

Die Sauce ist auch Bestandteil anderer Gerichte, wie beispielsweise dem leckeren **Chilihähnchen men** (Seite 57). Im Kühlschrank lässt sie sich mehrere Tage aufbewahren.

**Quelle: Wagamama**

# Salsa Fresca



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Ziehen lassen  
30 min

6	Tomaten	Tomaten waschen, putzen und klein würfeln. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Chilischote in feine Ringe schneiden.  Die Limette auspressen und den Koriander fein hacken.
2	Zwiebeln (rot)	
2	Knoblauchzehen	
1	Chilischote (grün)	
1	Limette	
1 Bund	Koriandergrün	
5 EL	Olivenöl Salz & Pfeffer	Die vorbereiteten Zutaten mit Öl mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.  Vorm Servieren ca. 30 Minuten bei Zimmertemperatur durchziehen lassen.

**Quelle: Lust auf Genuss 5/2012 - Feiern mit Freunden**

# Bacon Jam

Alles ist besser mit Bacon. Ganz getreu diesem Motto ist Bacon Jam eine leckere Ergänzung für jedes BBQ. Für diese Sauce wird Bacon erst eingefroren, so lässt er sich besser schneiden. Zum knusprig gebratenen Bacon, kommen Schalotten, Ahornsirup und Bourbon. Lecker!



30 Portionen



Gefrieren  
20 min



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
30 min

500 g	Bacon (Frühstücksspeck in dünnen Scheiben)	Bacon im Gefrierfach 15-20 Minuten anfrieren lassen.
300 g	Schalotten	Schalotten abziehen und in dünne Streifen schneiden. Knoblauch abziehen und fein würfeln.
2	Knoblauchzehen	
		Bacon längs halbieren, dann in Stücke (ca. 1 x 1 cm) schneiden. Bacon in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze in 15-20 Minuten unter gelegentlichen Rühren kross braten. Das Fett soll langsam aus dem Bacon ausbraten, damit er im eigenen Fett knusprig wird.
50 g	Brauner Zucker	Bacon in einem (Metall-)Sieb über einem Topf abtropfen lassen, Speckfett auffangen. 3-4EL vom Speckfett in der Pfanne erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin in 3-4 Minuten unter Rühren glasig dünsten. Zucker unterrühren, bis er geschmolzen ist. Dann die Gewürze einrühren.
1 TL	Senfkörner (dunkle Senfkörner)	
½ TL	Pfefferkörner	
½ TL	Pimentón de la Vera	
½ TL	Chiliflocken (getrocknet)	
100 ml	Bourbon (mild)	Masse mit Bourbon, Sirup und Essig ablöschen. Aufkochen und in ca. 3 Minuten sirupartig einkochen. Hitze reduzieren, den abgetropften Bacon dazugeben und ca. 5 Minuten köcheln. Noch heiß in ausgekochte saubere Gläser füllen. Gläser verschließen und den Bacon Jam abkühlen lassen.
100 ml	Ahornsirup	
50 ml	Aceto Balsamico	

Pimenton de la Vera ist geräuchertes Paprikapulver aus der spanischen Region La Vera. Die Schoten werden im Frühjahr gepflanzt und im Herbst vollreif per Hand geerntet. Direkt nach der Ernte werden die Schoten getrocknet und über Eichenholzrauch geräuchert. Pimentón de la vera schmeckt edelrauchig, aromatisch und bittersüß. In Spanien ist es eine Hauptzutat der landestypischen Paprika-Salami „Chorizo“.

Im verschlossenen Glas und kühl aufbewahrt hält der Bacon Jam mehrere Wochen.

**Quelle: Lust auf Genuss 6/2016 - Steaks, Burger & Co. für Genießer**

# Ultimate Smash Burger Sauce

Ein guter Smash Burger wird erst durch die Spezial-Sauce zu einem großartigen Smash Burger. Auf der Website des Herstellers meiner Smash Burger Presse, fand ich ein sehr gutes Rezept. Das Besondere ist der zitronige Geschmack der Ponzu Sauce.



4 Burger



Zubereiten  
5 min

2 EL	Mayonnaise	Mayonnaise, Ketchup, Senf und Ponzu in einer Schüssel miteinander verrühren.
2 EL	Ketchup	
½ EL	Senf	
1 EL	Ponzu	
	Siracha	Je nach gewünschter Schärfe etwas Siracha (alternativ auch Tabasco Sauce) unterrühren.

Wer (anders als ich) Gurken mag, kann unter die Sauce auch noch etwas süßes Gurken Relish mischen.

**Quelle: Sasquash**

# What is a Foodie?

Irgendwie mag ja jeder Essen, aber was ist es dann eigentlich was einen **Foodie** ausmacht? Meine Definition habe ich im Kapitel **Ich bin ein Foodie** (Seite 4) versucht und beschrieben warum ich mich als Foodie bezeichne. Beim Schreiben dieses Buches habe ich mich mit Freunden darüber unterhalten was sie darunter verstehen. Eine universell gültige Definition scheint es nicht zu geben. Jedem sind verschiedene Aspekte besonders wichtig - mal sind es eher die verwendeten Zutaten mal liegt der Fokus verstärkt auf den Gartechniken.

In diesem Kapitel habe ich verschiedene, verständliche Definitionen von "Profis" zusammengetragen. Glücklicherweise gibt es im Internet jede Menge davon, denn es scheint nicht nur mich zu beschäftigen worin sich Foodies von anderen Menschen unterscheiden.

For a foodie, eating is more than an act...it's an experience. Foodies don't just eat a meal, they revel in it and regard all facets of the dish in the process; the ingredients used as well as how and where they were sourced, the preparation (and skill related thereto), taste, texture, smell and presentation.

—Merilee Kern, **Executive Editor "The Luxe List"**

Foodies are people that talk while they're eating. Maybe not with their mouth full, but they talk about the experience of what they're eating, how it's cooked, who cooked it, the history of the dish and more. Those things are all to be discussed, explored and passed on as part of enjoying any meal. So the greater the diversity of what you eat, or the more fascinating the history, the more you have to talk about — and true foodies seek that out more than others.

—Andrea Cutright, **Foodily**

A foodie is someone who delights in all things food-related and seeks the high quality experience and taste. Today foodies unite for events, grub crawls, yelp reviews and even persuade restaurant owners to change menu items.

—Brandon Sowers, **bamgam.org**

A foodie is someone who seeks out experiences through flavor.

—Babette Pepaj, **BakeSpace.com**

A foodie is a person who is concerned enough about what they eat to search out the "best" food, know its source or provenance, and cares about flavor, taste, texture, aroma more than how much they can eat and how much it costs. Foodies often also want to eat seasonal, locally- and sustainably-produced food, too.

—Jill Nussinow, **The Veggie Queen**

The great differences between a foodie and person that just likes to eat, comes down to those who make it their mission to try every new restaurant and cuisine, those who spare no expense when it comes to eating out, and those who consider their free time to be a search for gastronomic delight; a foodie will go above and beyond, both budget and means, in an attempt to try the latest and greatest food around.

—Simon Joseph, **BiteHunte, Inc.**

The defining principles between a foodie and a eater of food is that a foodie delves into the whys, the flavors and the pairings of foods, always searching for defining

moments, creating, and the uniqueness of the combinations. Although not an expert in the field as a chef, a foodie revels in the newness of it, almost like a child at Christmas.

—Chef Mary Beth Lawton Johnson, **Executive Pastry Chef, Chef de Cuisine**

A foodie is a person who wants every bite to be an experience. Whether it's simple comfort food or a complex dish, foodies want it fresh, carefully prepared and memorably seasoned. Foodies don't drive through, but they do walk up to trucks, trailers or stands.

—Chef Chic Henderson, **Potato-Potahito**

A foodie is somebody who likes to eat, definitively; however, also a person who knows about food, where it comes from, what is in season, proper cooking techniques, responsibility — how it is caught (fish) or raised (cattle, chicken, etc.). Who never overeats, who is ready to accept that cooking sometimes takes longer than 20 minutes, somebody who can enjoy, a gourmet, somebody who likes a large plate with little food on it.

—Ula Robertson, **At Your Service NY Catering**

A foodie is someone who is extremely passionate about food; it's a way of life for them. They are in the know and want to be the first in their group to find out about the newest trends, such as an up and coming chef, restaurant openings, restaurant pop-ups and cannot miss the weekly local farmers market. Foodies are extremely knowledgeable about the food they are eating, while someone who loves food may not know where the food came from but enjoys the dining experience. [A Quintessential] foodie dish: brown butter basted abalone with roasted sweet corn spaetzle and a Bordelaise jus.

—Chris Brugler, **Chris Brugler Catering**

As a personal chef, I believe the difference is truly the appreciation of ingredients, subtle flavors and unique flavors. Someone who loves to eat will enjoy a good meal. A foodie will know that you used porcini mushrooms over generic, yuzu over lemon juice and champagne vinegar in their dressing. The foodie questions the ingredients, discusses the recipe. The lover just wants seconds. Lovers order what they know in a restaurant. Foodies order what's different. Lovers shop one grocery store. Foodies will spend the day visiting specialty shops for ingredients. It is truly love vs. passion.

—Laura MacDougall, **Home Plate Advantage**

# Desserts & Süßspeisen

## Rezepte

Panna Cotta .....	150
Zitronencreme mit Minze .....	151
Limetten Joghurtcreme .....	152
Karamellisierte Orangencreme .....	153
Scheiterhaufen mit Baileys und Bananen .....	154
Süßes Sushi .....	155
Applecrumble .....	156
Spekulatius Tiramisu .....	157
Lebkuchen Weihnachtsnachtisch .....	158
Cantuccini Mandarinen Trifle .....	159
Kaiserschmarrn .....	160
Milchreis .....	162
Schottische Creme .....	163
Sternanisduftende Crème Brûlée .....	164
Toffifee Brotaufstrich .....	165
Marzipan-Bratapfel .....	166
Vanillesauce .....	167
Vanille Pudding .....	168
French Toast mit Nutella .....	169
Mohn Himbeer Dessert .....	170
Grießbrei .....	171
Dutch Pancake .....	172
Bircher Müsli .....	173
American Pancakes .....	174
Jasmintee Creme Brulee .....	175

# Panna Cotta

**Panna cotta** ist Italienisch für „gekochte Sahne“. Damit ist das Rezept für dieses norditalienische Dessert auch fast schon beschrieben. Sahne wird vorsichtig erhitzt und mit Zucker und frischer Vanille aufgekocht. Die kleine Schwierigkeit an diesem Dessert ist die richtige Menge an Gelatine zu zugeben.

Die **Panna cotta** soll nach dem Erkalten ihre Form behalten, aber nicht zu fest sein. Die Mischung wird in Förmchen abgefüllt und nach dem Erstarren im Kühlschrank auf Dessertteller gestürzt. Dazu wird eine Sauce aus frischen Früchten serviert.



4 Portionen



Zubereiten  
20 min



Kühlstellen  
6 Std

750 ml	Sahne	Die Gelatine in eine halbe Tasse der Sahne einrühren und gemäß Anweisung quellen lassen. Den Rest der Sahne zum Kochen bringen.
3 TL	Gelatine (Pulver)	
1	Vanilleschote	Die Vanilleschote auskratzen und zusammen mit dem Zucker und der Gelatine in die heiße Sahne einrühren. In Schüsselchen abfüllen und im Kühlschrank fest werden lassen.
90 g	Zucker	

Man kann auch die Hälfte der Sahne durch Milch ersetzen. Creme fine als Ersatz für die Sahne schmeckte nicht so recht. Dazu am Besten Himbeer- oder Erdbeersauce.

**Quelle: Bridget**

# Zitronencreme mit Minze



12 Portionen



Zubereiten  
20 min



Kühlstellen  
4 Std

4	Zitronen	Zitronen waschen und die Schale mit dem Zestenreißer abziehen. Anschließend den Saft auspressen.
5 Blatt 150 g	Gelatine Puderzucker	Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Danach auspressen und in etwas Zitronensaft erwärmen, bis sich die Gelatine aufgelöst hat. Dann den restlichen Zitronensaft und den Puderzucker dazugeben
500 g	Mascarpone	Mascarpone mit dem Zitronensaft und den Zitronenzesten vermischen.
500 ml ½ Bund	Sahne Minze (frisch)	Die Minze fein hacken. Die Sahne schlagen und beides unter die Mascarpone Masse ziehen. In Förmchen füllen und kalt stellen.

**Quelle: Dirk Wondra Kräuterküche**

# Limetten Joghurtcreme



4 Portionen



Zubereiten  
20 min



Kühlstellen  
3 Std

3 Blatt	Gelatine	Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen.
1 250 g	Limette Joghurt	Limette waschen, trockenreiben und die Schale abreiben. Die Limettenschale in einer Schüssel mit dem Joghurt mischen.
60 g	Zucker	Die Limette halbieren und den Saft auspressen. Den Limettensaft mit dem Zucker kurz aufkochen lassen. Die eingeweichte Gelatine gut ausdrücken und in das noch heiße Zucker-Limettensaftgemisch geben. Kurz abkühlen lassen.
150 g	Sahne	Die Sahne steif schlagen. Die Zucker-Limetten Gelatine unter das Joghurt rühren. Die steifgeschlagene Sahne vorsichtig unterrühren.
Die Creme ca. 3 Stunden im Kühlschrank fest werden lassen.		

Quelle: Christina Matthes EB Kochevent

# Karamellisierte Orangencreme

Jedes Jahr trifft sich am ersten Weihnachtsfeiertag meine ganze Familie zum Essen. Mein Onkel und mein Daddy kümmern sich dann traditionell um Gans, Braten, Rotkraut, etc. Seit 2008 kümmere ich mich ums Dessert. Also war ich auf der Suche nach einem Rezept, das sich leicht für einer größere Anzahl zubereiten lässt.

Dieses Rezept ist eine interessante Mischung aus **fruchtig** durch die Orangen, **süß** durch den Karamell und **interessant** durch die Gewürze. Trotz des "heftigen" Weihnachtsessens hat meine Pate mehr als eines der Desserts in sich hineingestopft und ich hab noch ein paar mal gehört, dass ich das doch mal wieder machen sollte.



4 Portionen



Vorbereiten  
25 min



Zubereiten  
15 min



Kühlstellen  
120 min

2	Orangen (groß)	Die Orangen halbieren und den Saft auspressen. Dabei vorsichtig sein, dass die Orangenhälften nicht beschädigt werden. Orangenhälften sauber ausschaben und kühl stellen.  Es werden für die Creme 300 ml Saft benötigt. Sollte aus den Orangen weniger Saft gewonnen werden, dann gekauften Orangensaft hinzufügen.
1	Chilischote (klein)	Chili der Länge nach halbieren und die Kerne entfernen.
1 EL 20 g	Puderzucker Puddingpulver (Vanille)	Vom Orangensaft 100 ml abmessen und mit dem Puddingpulver und Puderzucker glattrühren.
2 4 Kapseln 2	Zimtstangen Kardamom (grün) Sternanis	Den restlichen Saft (200 ml) mit Gewürzen (Kardamom etwas andrücken) und Chili aufkochen, dann etwa 15 Minuten am Herdrand ziehen lassen.
		Die Gewürze entfernen. Das angerührte Puddingpulver in den Orangen-Gewürz-Sud gießen und aufkochen lassen. Dabei ständig weiterrühren.
150 g	Joghurt	Den nun dick gewordenen Saft in eine Schüssel umfüllen und den Joghurt untermischen.  Den Orangen-Gewürz-Joghurt rasch in die ausgehöhlten Orangenhälften füllen und für 2 Stunden in den Kühlschrank stellen.
4 EL	Brauner Zucker	Den Orangen-Gewürz-Joghurt gleichmäßig mit braunem Zucker bestreuen und mit einem Flammbierbrenner goldbraun karamellisieren. Die Creme sofort servieren.

Es ist wichtig beim Kauf der Orangen darauf zu achten, dass die Orangen am Ansatz geschlossen sind. Später beim Auspressen muss darauf geachtet werden, dass sie seitlich nicht einreißen.

**Quelle: Lust auf Genuss 11/2007**

# Scheiterhaufen mit Baileys und Bananen



6 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Backen  
35 min

½	Kastenweissbrot	Das Weißbrot in Scheiben schneiden und entrinden. Die Brotscheiben einzeln möglichst flach drücken und dünn, aber gleichmäßig mit Butter bestreichen. Einmal diagonal durchschneiden und beiseite legen.
50 g	Butter (Raumtemperatur)	
8	Eier	In einer Schüssel die Eier mit dem Zucker und dem Vanillemark mit dem Schneebesen verschlagen, bis eine helle, schaumige Masse entsteht.
140 g	Zucker	
1	Vanilleschote	
500 ml	Sahne	Sahne, Milch und Baileys gründlich einrühren.
550 ml	Milch	
4 Schuss	Baileys	
5	Bananen	Die Bananen schälen und in Scheiben schneiden - längs oder quer. Gleichzeitig die Mandeln im Ofen leicht rösten.
4 EL	Mandeln (gehobelt)	
Eine Auflaufform oder gleich etliche Portionsförmchen dünn mit Butter ausstreichen. Die Brotscheiben einzeln in die Eimischung tauchen und abwechselnd mit Bananen und Mandeln in die Form schichten. Zuletzt eine Lage Brot. Das Ganze mit der restlichen Eimischung übergießen und das Brot mit den Fingern zusammendrücken, damit es all die köstlichen Aromen aufsaugt.		
Die Oberfläche großzügig mit Puderzucker bestäuben und den Auflauf etwa 35 Minuten im Ofen backen, bis die Eimischung außen fest ist, innen aber noch wabbelt, wenn man die Form rüttelt. Abkühlen lassen und etwas zusammendrücken.		

Manchmal bekommt man zu einem Scheiterhaufen Eiscreme oder flüssige Sahne. Wenn er aber innen noch schön weich und cremig ist, schmeckt er ohne solche Extras am besten.

Das Rezept lässt sich beliebig abwandeln. Man kann z.B. Rosinen oder getrocknete Aprikosen einarbeiten oder andere Brotsorten wie Brioches oder Panettone verwenden.

Falls noch etwas von der flüssigen Masse übrig sein sollte, so lassen sich am nächsten Tag daraus hervorragende Pfannkuchen zubereiten. Einfach Mehl unter die Masse mixen und in einer Pfanne ausbacken.

**Quelle: Jamie's Kitchen**

# Süßes Sushi



4 Portionen



Kochen  
30 min



Vorbereiten  
10 min



Braten  
15 min



Zubereiten  
35 min

## Für den Sushireis

200 g	Sushireis
1	Vanilleschote
60 g	Zucker
200 ml	Kokosmilch
300 ml	Milch
2	Limetten
1 Prise	Salz

Sushireis in kaltem Wasser einweichen bis er schneeweiss ist (ca. 20-30 min). Den Reis mit der ausgekratzten Vanille, dem Zucker, dem Limettenabrieb, Salz, Milch und Kokosmilch zum Kochen bringen. Bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten mit geschlossenem Deckel ziehen lassen.

## Für die "Noriblätter"

200 g	Mehl
375 ml	Milch
2 EL	Zucker
4	Eier
20 g	Butter (flüssig)
2 EL	Minzpurée

Erst Mehl mit Milch glatt rühren und dann die restlichen Zutaten zu einem flüssigen Teig verarbeiten. Mehrere dünne Crepes backen.

## Für die Sushirollen

1	Mango
1	Kiwi
1	Aprikose
2	Feigen

Crepes auf Sushimattengröße schneiden und den warmen Reis portionsweise aufstreichen. Die Früchte in Streifen schneiden und nach Belieben auf dem Reis anordnen. Mit der Matte zu einer Sushirolle formen und überstehenden Crepeteig abschneiden. Kühl stellen.

Kurz vor dem Servieren in Stücke schneiden. Statt Sojasauce beim Original gibt es Schokoladensauce. Dieses Rezept gibt ca. 7 Rollen mit je 6-7 Sushi.

**Quelle: Ralf Zacherl - Die Kochprofis**

# Applecrumble

Mit etwas Zimt, den warmen Äpfeln und den Streuseln passt der Applecrumble hervorragend in die Winterzeit. Er lässt sich einfach vorbereiten und passt gut in die Reihe der Weihnachts-Nachspeisen für unser traditionelles Familien-Weihnachtessen. Aber nicht nur wenn es draussen kalt ist, sondern auch während des Rests des Jahres schmecken Äpfel mit Steuseln eigentlich immer.



8 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Backen  
15 min

3	Äpfel Zitronensaft Butter	Die Äpfel schälen, entkernen und in Stücke schneiden. Etwas Zitronensaft darübergerben und in gebutterte Auflaufförmchen füllen.
100 g	Butter	Butter, Müsli, Ei, Zucker, Zimt und Mandeln zu einer Art Streuselmasse verarbeiten und über die Äpfel verteilen.
150 g	Knuspermüsli	
1	Ei	
50 g	Brauner Zucker	
1 Prise	Zimt	
50 g	Mandeln (gehackt)	

Im Ofen bei 170°C für ca. 15-20 Minuten backen.

Zum Applecrumble passt im Winter gut ein selbstgemachtes Zimteis oder sonst ein leckeres Vanilleeis.

**Quelle: Dirk Wondra - Modernes Franken**

# Spekulatius Tiramisu



8 Gläschen



Vorbereiten  
15 min



Durchziehen  
60 min

250 g	Mascarpone	In einer großen Schüssel Mascarpone, Quark, Zucker, Vanillezucker mit dem Mixer cremig rühren.
250 g	Magerquark	
100 g	Zucker	
1 TL	Vanillezucker	
200 g	Sahne	Sahne steif schlagen und unter die Quarkmasse heben.
		Die Sahne-Quarkmasse nun als erste dünne Schicht in die Gläser füllen.
200 g	Gewürzspekulatius	Spekulatius grob zerkleinern und als zweite Schicht in die Gläser füllen.
400 g	Himbeeren (tiefgekühlt)	Ein paar Himbeeren darüber verteilen und dann die nächste Schicht Sahne-Quarkmasse zugeben.
		Nun immer im Wechsel Spekulatius-Stückchen, Himbeeren und Creme zugeben, bis die Gläser voll sind.
		Anschließend das Schichtdessert noch ca. 1-2 Stunden in den Kühlschrank stellen, damit die Spekulatius-Stücke schön durchtränkt werden.

Das Spekulatius-Tiramisu als Highlight nach dem Weihnachtsessen servieren – ich liebe Traditionen!

**Quelle: Edeka Blog**

# Lebkuchen Weihnachtsnachtisch



4 Portionen



Zubereiten

20 min

400 ml	Sahne	Die Sahne mit dem Vanillezucker steif schlagen.
2 Päck.	Vanillezucker	
400 g	Lebkuchen (Schokolade)	Die Oblaten von den Lebkuchen ablösen und die Lebkuchen grob zerbröseln.
350 g	Schattenmorellen (im Glas - 350g Abtropfgewicht)	Die Hälfte der Lebkuchen in eine Schüssel geben, die Hälfte der Kirschen darauf verteilen und gut mit Kirschsaff und der Hälfte des Kirschwassers tränken. Die halbe geschlagene Sahne darauf verteilen.
100 ml	Kirschwasser	
	Kakao	Mit der zweiten Schicht ebenso verfahren und das Ganze am Schluss mit Kakao bestäuben.

Aus der Reihe der Weihnachtsessen. Aber haben es mit Dosenmandarinen gemacht.

**Quelle: Anne und Martin**

# Cantuccini Mandarinen Trifle

Das traditionelle Dessert für Weihnachten 2017



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Durchziehen  
4 Std

250 g	Cantuccini	Die Cantuccini in einen Gefrierbeutel geben und mit den Nudelholz zerkleinern.
1 Dose 4 EL	Mandarinen (175g Abtropfgewicht) Amaretto	Die Mandarinen abgießen und den Saft auffangen. Es werden etwa 6 EL Saft benötigt. Mit dem Amaretto mischen (wenn Kinder mitessen, einfach den Amaretto durch Apfelsaft ersetzen oder entsprechend mehr Mandarinsaft verwenden)
250 g 250 g 3 EL	Mascarpone Quark (Magerstufe) Zucker	Den Quark mit Mascarpone und 3 EL Zucker verrühren.
200 ml 1 Päck.	Sahne Vanillezucker	Die Sahne mit Vanillezucker steifschlagen und unter die Mascarpone-Quark Masse heben.

Gläser bereitstellen und hübsch einschichten: zuerst eine Lage Cantuccini-Brösel, darüber etwas Mandarinsaft. Dann eine Schicht Mascarpone-Quark-Creme, darauf Mandarinstücke. Das Ganze einmal wiederholen.

Für mindestens 6 Stunden, besser noch über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen. Vor dem Servieren mit Kakaopulver oder Schokoraspeln oder gerösteten Mandelblättchen dekorieren.

**Quelle: Chefkoch**

# Kaiserschmarrn

## Tiroler Landgasthofrezept

Original Kaiserschmarrn habe ich in Österreich bei einem Winterurlaub in Salzburg gegessen. Sieht nach Pfannkuchen aus, ist aber ganz was anderes. Dieses traditionelle Rezept habe ich auf Chefkoch gefunden. Es stammt aus einem Tiroler Landgasthof und wird dort seit vielen Generationen so zubereitet. Auf jeden Fall nichts für Kalorienzähler.



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Ruhen  
30 min



Zubereiten  
15 min

100 g	Rosinen	Die Rosinen in 5 EL Rum mindestens eine halbe Stunde einlegen. Wer keinen Rum mag, nimmt Cognac. Kinder und Antialkoholiker nehmen Wasser. Wer keine Rosinen mag, so wie ich, überspringt diesen Schritt komplett.
5 EL	Rum	
6	Eigelb	Das Eigelb mit dem Vanillezucker, einer Prise Salz und 1 geh. EL Zucker schaumig aufschlagen.
1 Päck.	Vanillezucker	
1 EL	Zucker (gehäuft)	
1 Prise	Salz	
250 g	Mehl	Nach und nach abwechselnd jeweils einen Löffel Mehl und einen guten Schuss Milch einrühren, bis alles aufgebraucht ist. Die Butter zerlassen und einrühren. Der Teig wirkt ziemlich dünnflüssig, das ist genau richtig so.
500 ml	Milch	
50 g	Butter	
		Den Teig jetzt eine halbe Stunde ruhen lassen, danach nochmals gut durchschlagen.
6	Eiweiß	Dann das Eiweiß zu einem festen Eischnee aufschlagen und mit einem Löffel langsam aber gründlich unter die Teigmasse heben. Es sollten keine Eiweißflocken mehr zu sehen sein. Danach die Rosinen ohne den Rum unterrühren.
	Butter (zum Braten, ca. 15-25g je Pfanne)	In einer Pfanne Butter zerlassen und den Teig ca. 1 cm hoch eingießen. Hitze etwas reduzieren und goldgelb anbacken lassen. Immer mal wieder drunter schauen. Die Masse vierteln, umdrehen und wieder anbacken lassen. In mundgerechte Stücke teilen, mit 2 TL Zucker bestreuen und kurz karamellisieren lassen. Fast fertig: Auf Tellern anrichten und mit Puderzucker bestäuben.
6 TL	Puderzucker	
		Mit dem restlichen Teig genau so verfahren. Dabei vor jedem Eingießen in die Pfanne alles nochmals gut verrühren, da die Rosinen schnell zu Boden sinken. Ergibt gute drei Pfannen voll Schmarrn und macht 4 - 6 Personen satt. Traditionell wird der Kaiserschmarrn mit Pflaumenkompott serviert.

Karamellisieren bringt's: in einer beschichteten Pfanne brennt auch nichts an. Einfach Zucker drübergeben, wenden, eine halbe Minute warten, währenddessen auf die ungezuckerte Seite

Zucker geben, nochmals wenden, wieder eine halbe Minute warten, fertig. Nicht süß genug? Statt mehr Zucker in den Teig zu geben, sollte man den gewünschten Süßegrad anschließend mit Puderzucker erreichen. Zudem ist das Kompott meist auch recht süß und wer karamellisiert hat, der braucht dem Teig nicht nachzuhelfen. Warm halten: Klappert prima auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech oder in einer vorgewärmten Auflaufform bei 80 °C im Ofen mit Ober-/Unterhitze, wenn man mal mehrere hungrige Mäuler zu stopfen hat.

**Quelle: Chefkoch**

# Milchreis

Milchreis war als Kind immer eine gute Möglichkeit mich satt zu bekommen. Leider macht Milchreis aber Arbeit. Man steht die ganze Zeit neben dem Topf und rührt, damit der Reis nicht anbrennt. Der Versuch Reis zu kochen und den dann mit Milch zu vermischen, gibt leider nichtmal ansatzweise ein ähnliches Ergebnis. Dieses Rezept macht weniger Arbeit und bringt die richtige Konsistenz und den typischen Milchreisgeschmack.



4 Portionen



Kochen  
40 min

1 l	Vollmilch	In einem großen Topf die Butter schmelzen, anschließend den Rundkornreis kurz in der Butter anschwitzen. Nun die zimmerwarme Vollmilch sowie 4 EL Zucker hinzugeben. Das Mark der Vanilleschote sowie die aufgeschlitzte Schote ebenfalls in den Topf geben. Alles unter vorsichtigem Rühren mit dem Holzkochlöffel einmal aufkochen lassen und dabei aufpassen, dass sich nichts am Topfboden ansetzt.
250 g	Milchreis	
4 EL	Zucker	
1 EL	Butter	
1	Vanilleschote	

---

Nun den Topf auf eine Herdplatte stellen, die auf kleinster Stufe heizt. Den Milchreis im geschlossenen Topf exakt 30 Minuten ziehen lassen. Nach der Hälfte der Zeit einmal umrühren.

---

Nach 30 Minuten ist der Reis servierfertig, er kann warm und kalt gegessen werden.

Nach Geschmack Zimt und Zucker mischen und über den Milchreis geben oder Apfelmus, Rote Grütze, frisches Obst, etc. dazu reichen. Statt der Vanilleschote kann auch Vanillezucker zugegeben werden.

**Quelle: Chefkoch**

# Schottische Creme



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Kühlstellen  
4 Std

200 g	Himbeeren (TK)	Die noch gefrorenen Himbeeren auf vier große Gläser verteilen. Darauf die halbierten bzw. gebrochenen Löffelbiskuits geben.
80 g	Löffelbiskuits	
400 g	Sahne	Die Sahne steif schlagen. Vorsichtig mit dem Joghurt vermischen und auf die Biskuits geben.
400 g	Joghurt (3,5% Fett)	
6 TL	Brauner Zucker (Rohrzucker)	Das Ganze schön dick mit Rohrzucker bedecken (es darf keine Creme mehr durchscheinen).

Mindestend für 4 Stunden, am besten aber über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen.

Mit etwas Minze garnieren. Statt einzeln in Gläsern kann die Schottische Creme auch in einer großen Schüssel zubereitet werden.

**Quelle: Primo**

# Sternanisduftende Crème Brûlée



4 Portionen



Kochen  
30 min



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
45 min



Kühlstellen  
3 Std

500 ml	Sahne	Die Sahne in einer Kasserolle erhitzen, den Sternanis zugeben sowie Orangenschale, den Likör (wenn Kinder mitessen, den Likör weglassen) und den Zucker unterrühren. Zugedeckt neben dem Feuer mindestens eine halbe Stunde ziehen lassen, damit der Sternanis sein Aroma abgeben kann.
1	Sternanis	
	Orangenschale	
2 EL	Orangenlikör	
100 g	Zucker	
5	Eigelb (200g)	Eigelbe mit einer Gabel glatt rühren, langsam die gewürzte Sahne durch ein feines Sieb zufügen, alles sorgsam mischen. In flache Förmchen verteilen (ca. 10 cm Durchmesser). Ersatzweise Soufflee-Förmchen verwenden oder auch Kaffeetassen. Allerdings: je größer der Durchmesser, desto mehr Karamellkruste.
Im Backofen im Wasserbad garen: Die Förmchen in eine passende feuerfeste Form oder in das tiefe Backblech stellen, heißes Wasser angießen, sodass sie fast bis zum Rand davon umgeben sind. Bei 120-140 Grad Heißluft/Ober- & Unterhitze ca. 40 bis 45 Minuten garen.		
Im Dampfgarer bei 85 Grad 25 Minuten einstellen, dann noch 5 bis 10 Minuten nachziehen lassen.		
Die Förmchen kalt stellen – die Creme wirkt jetzt noch sehr flüssig, wird aber im Kühlschrank fest.		
Vor dem Servieren jeweils ein bis zwei Löffel Zucker sehr gleichmäßig auf der kalten Oberfläche verteilen und mit dem Gasbrenner abflämmen, bis er zum goldenen Karamell geschmolzen ist.		

Quelle: Martina & Moritz

# Toffifee Brotaufstrich



1 Portion



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
10 min



Kühlstellen  
60 min

125 g	Toffifee	Toffifee mit dem Messer klein hacken. Muss nicht gleichmäßig sein, da das Karamel und die Schokolade geschmolzen wird und in der fertigen Creme auch gerne Nussstückchen sein dürfen.
35 g	Sahne	Sahne und Butter in einem Topf bei niedriger Hitze schmelzen.
35 g	Butter	

Sobald die Butter-Sahne geschmolzen ist, die gehackten Toffifees dazugeben und unter ständigem Rühren schmelzen. Nicht zu heiss werden lassen. Nach ca. 3-4 Minuten, wenn sich die Toffifees aufgelöst haben, kann der Aufstrich in ein Einmachglas umgefüllt werden.

Nach dem Auskühlen ist der Toffifee Aufstrich fertig zum Verzehr.

**Quelle: Chefkoch**

# Marzipan-Bratapfel



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Backen  
30 min

1 150 g 80 g	Orange Marzipanrohmasse Walnusskerne	Orange auspressen. Marzipanrohmasse grob reiben. 4 Walnusshälften beiseite legen. Restliche Walnüsse hacken. Marzipan, Walnüsse und 4 El Orangensaft verkneten.
4 2 EL	Äpfel Zitronensaft	Äpfel nacheinander schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und die Viertel fächerartig einschneiden. Mit Zitronensaft besträufeln.
Auf 4 Apfelviertel je 1 gehäuften El Füllung geben. Mit den restlichen Apfelvierteln wieder zu einem ganzen Apfel zusammensetzen. Gefüllte Äpfel in 4 ofenfeste Portionsförmchen setzen.		
20 g 4 TL	Butter Zucker	Je 1 Walnusskern auf jeden Apfel geben, Butter flöckchenweise daraufgeben und mit 4 TL Zucker bestreuen. Mit restlichem Orangensaft beträufeln und im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf der mittleren Schiene ca. 25-30 Minuten goldbraun backen.
150 ml 4 TL ½ TL	Sahne Zucker Piment (gemahlen)	Sahne halbsteif schlagen. Piment und 1 TL Zucker mischen und kurz unter die Sahne rühren. Zu den Bratäpfeln servieren.

Das Rezept sieht einen Apfel plus Marzipan und Nüssen pro Person vor. Als Nachspeise nach einem Menü ist das eher zu reichhaltig, dann reicht das Rezept eher für 6 Personen.

**Quelle: Essen & Trinken**

# Vanillesauce



500 ml



Zubereiten  
15 min

1	Vanilleschote	Vanilleschoten der Länge nach mit einem spitzen Messer aufschlitzen, mit der Breitseite des Messers die Samen herauskratzen. Vanillesamen und leere Schoten in einen mittelgroßen Topf geben, Milch und Sahne dazugeben. Leise simmern lassen, bei niedriger Temperatur.
200 ml	Sahne	
200 ml	Milch	
4	Eigelb	In der Zwischenzeit die Eigelbe in eine Schüssel geben, mit dem Schneebesen gut verquirlen. Zucker unter ständigem Rühren einrieseln lassen, kräftig cremig schlagen.
60 g	Zucker	
Die Vanilleschoten-Sahne-Milch einmal aufkochen, dann durch ein Sieb passieren, sodass keine Schotenstücke und -fasern mehr in der Sahne-Milch sind.		
In einem frischen Topf die Vanille-Sahne-Milch noch einmal aufkochen, Temperatur danach sehr niedrig stellen. Dann 2 EL von der heißen Sahnemilch zur Ei-Zucker-Masse geben, sofort kräftig verquirlen. Den Vorgang drei- bis viermal wiederholen. Jetzt die verquirlte Ei-Zucker-Vanillemilch-Mischung in den Topf zur Vanillemilch geben, sofort gut verquirlen, die Temperatur langsam erhöhen. Mit einem weichen Gummispatel beständig rühren, bis die Masse andickt (wer ein Thermometer hat: wenn die Soße 82 Grad hat), dann sofort von der Flamme ziehen.		

Quelle: Spiegel

# Vanille Pudding



4 Portionen



Zubereiten

15 min

350 ml	Milch	Die Vanilleschote halbieren und das Mark auskratzen. Die Milch mit der ausgekratzten Schote in einem Topf auf mittlerer Hitze zum Kochen bringen.
1	Vanilleschote	
150 ml	Milch	Die restliche Milch mit den Eigelb, Zucker, Speisestärke und einer Prise Salz mit einem Schneebesen gut miteinander verrühren.
3	Eigelb	
50 g	Zucker	
35 g	Speisestärke (gehäuft)	
1 Prise	Salz	Die Schote aus der Milch nehmen und die Stärkemischung in die kochende Milch einrühren. Aufkochen lassen und unter Rühren ca. 1-2 Minuten weiterköcheln lassen.

Quelle: Kochbar

# French Toast mit Nutella



2 Portionen



Vorbereiten  
5 min



Zubereiten  
10 min

4 Scheiben	Toastbrot  Nutella	Zwei Scheiben Toast von je einer Seite mit Nutella bestreichen. Die anderen beiden Scheiben darauf legen.
2 120 ml 1 Msp 1 Msp	Eier Sahne Zimt Puderzucker	Zwei Eier in einer Schale aufschlagen. Die Sahne, den Puderzucker und Zimt dazu und unterrühren. Den Toast darin wenden - je Seite ca. eine halbe Minute liegenlassen.
1 EL	Butter Puderzucker	Eine Pfanne erhitzen und die Butter darin schmelzen lassen. Den Toast darin bei mittlerer Hitze braten.  Wenn die untere Seite braun wird, wenden und mit Puderzucker bestreuen. Noch einmal wenden und den Puderzucker leicht karamelisieren lassen.  Die Toasts herausnehmen. Diagonal durchschneiden und servieren.

Quelle: Steffen Hensler

# Mohn Himbeer Dessert



4 Portionen



Vorbereiten

15 min



Kühlstellen

4 Std

400 g	Himbeeren (tiefgekühlt)	Die tiefgefrorenen Himbeeren mit braunem Zucker mischen und in eine Auflaufform (ca. 20x20cm) geben.
25 g	Brauner Zucker	
400 ml	Sahne	Sahne steif schlagen. Schmand, flüssigen Honig, Vanillezucker und Mohn verrühren. Die Sahne unterheben.
400 ml	Schmand	
2 EL	Honig	
1 Päck.	Vanillezucker	
40 g	Mohn (gemahlen)	
75 g	Brauner Zucker	Die Masse auf die Himbeeren streichen. Dabei die Oberfläche mit dem Löffelrücken leicht eindellen. Mit braunem Zucker bestreuen.
Mindestens 4 Stunden oder über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen, bis die Zuckerkruste leicht flüssig wird und die Himbeeren aufgetaut sind.		

Quelle: Anne

# Grießbrei

Grießbrei gehörte als Kind zu meinen liebsten Süßspeisen. Schnell gemacht war Grießbrei eine gute Alternative, wenn ich mal wieder nicht mochte was es zum Essen gab. Serviert wurde Grießbrei dann immer mit etwas flüssiger Butter und viel Zimt & Zucker.



4 Portionen



Zubereiten  
15 min

1 l	Milch	Milch, Zucker, Vanillezucker und eine Prise Salz in einem Topf unter regelmäßigem Rühren zum Kochen bringen. Dabei aufpassen, dass die Milch nicht überkocht.
1 Päck.	Vanillezucker	
1 Prise	Salz	
100 g	Weichweizengrieß	Topf von der Herdplatte ziehen. Grieß in die Milch rieseln lassen und dabei mit dem Schneebesen gründlich verrühren. Zurück auf den Herd stellen und nochmals unter Rühren aufkochen.
	Zimt & Zucker	Vom Herd nehmen und zugedeckt für 5 Minuten quellen lassen. Nochmal durchrühren und noch warm mit Zimt & Zucker bestreut servieren.

*Für Grießbrei wie bei Oma*

1	Ei	Das Ei trennen. Eigelb und Butter unter den heißen Grießbrei rühren.
25 g	Butter	
		Eiweiß zu steifem Schnee schlagen und vorsichtig mit dem Schneebesen oder einem Teigschaber unter den Grießbrei heben.

**Quelle: Lecker.de**

# Dutch Pancake



2 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Backen  
15 min

## Für den Pancake

2	Eier	Den Backofen auf 220°C vorheizen (200°C Umluft). Eine ofenfeste Pfanne (z.B. Gusseisen) mit ca. 22cm Durchmesser mit in den Ofen stellen und aufheizen.
110 ml	Milch	
50 g	Mehl	
1 EL	Brauner Zucker	
1 Msp	Vanille	Milch, Mehl, Eier, Zucker, Vanille und Salz zu einem glatten Teig verrühren. Für 10 Minuten ruhen lassen.
1 Prise	Salz	
<hr/>		
2 EL	Butter	Die heiße Pfanne vorsichtig aus dem Ofen nehmen. Die Butter in die Pfanne geben. Gut verteilen, damit auch die Ränder eingefettet sind. Den Teig hineingießen und die Pfanne wieder in den Ofen stellen. Den Dutch Pancake ca. 15 Minuten backen.
<hr/>		
	Puderzucker	Den Pancake aus dem Ofen nehmen. Mit Puderzucker bestäuben und servieren.

## Wenn es noch was oben drauf sein darf

2 EL	Mascarpone	Während der Pancake bäckt, die Mascarpone mit dem Joghurt verrühren.
1 EL	Joghurt (griechischer)	
<hr/>		
100 g	Himbeeren Honig	Wenn der Pancake fertig ist, den Mascarpone-Joghurt und die Himbeeren darüber verteilen. Je nach Geschmack mit Honig beträufeln.

Quelle: Mit Liebe - Edeka

# Bircher Müsli



2 Portionen



Zubereiten  
10 min



Einweichen  
12 Std

4 EL	Haferflocken (grob)	Die Haferflocken mit Wasser in eine Schüssel geben und abgedeckt über Nacht einweichen lassen.
6 EL	Wasser	
1 EL	Zitronensaft	Zitronensaft und Joghurt unter die Haferflocken rühren.
2 EL	Joghurt (3,5% Fett)	
2	Äpfel (klein)	Die Äpfel waschen, vierteln, entkernen und mit einer Gemüseribe reiben. Die geriebenen Äpfel und die gehackten Mandeln unterrühren.
1 EL	Mandeln	
½ EL	Agavendicksaft	Bei Bedarf mit Agavendicksaft süßen und das Müsli sofort servieren.

Im Originalrezept von 1900 wird statt Joghurt gesüßte Kondensmilch verwendet. Das Detox Rezept, aus dem ich das Müsli habe, verwendet Sojadrink anstatt des Joghurts.

**Quelle: Detox - Das Kochbuch**

# American Pancakes



14 Stück



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
15 min

50 g	Butter	Die Butter in einem Topf schmelzen lassen. Zur Seite stellen, so dass sie etwas abkühlen kann. Sie sollte nicht heiß sein.
300 g	Mehl	Die trockenen Zutaten in einer großen Schüssel miteinander vermengen. Ebenfalls zur Seite stellen.
70 g	Zucker	
2 TL	Backpulver	
½ TL	Natron	
¼ TL	Salz	
1 Päck.	Vanillezucker	
500 ml	Buttermilch	In einer weiteren Schüssel die Eier mit einem Schneebesen verquirlen. Die Buttermilch hinzufügen und verquirlen bis beide Zutaten sich gut verbunden haben.
2	Eier (Größe M)	
		Die geschmolzene, lauwarme Butter mit einem Kochlöffel unterrühren.
		Die flüssigen Zutaten in die Schüssel mit den trockenen Zutaten gießen. Nur kurz mit den Schneebesen vermengen - maximal 20 Sekunden.
		Auch wenn der Teig recht dickflüssig ist, er sollte nicht "überrührt" werden, sonst wird er zäh und die Pancakes werden nicht fluffig. Es dürfen ruhig noch ein paar Klümpchen zu sehen sein, das ist besser als ein homogener Teig, der Gummi-Pancakes ergibt.
	Butterschmalz (alternativ Öl)	In einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze etwas Butterschmalz oder Pflanzenöl erhitzen. Sobald es heiß ist, einen kleinen Schöpflöffel (ca. 50 ml) oder 1/4 Cup (ca. 60 ml) Teig in die heiße Pfanne geben. Nicht zu viele Portionen, damit die Pancakes nicht ineinander laufen. Ein Pancake hat ca. 7-10 cm Durchmesser. Die Teigmenge ergibt ungefähr 14 Stück.
		Wenn die Ränder leicht trocken aussehen und sich kleine Bläschen auf dem Teig bilden (nach ca. 1-2 Minuten), die Pancakes wenden und weitere 2 Minuten braten. Für die nächsten Portionen wieder etwas Butterschmalz / Pflanzenöl in der Pfanne erhitzen.

Die Pancakes zum Warmhalten bei ca. 80 °C Umluft in den Backofen stellen geben, bis alle Portionen fertig sind. Ganz amerikanisch, mit Ahornsirup und Puderzucker servieren. Ein paar Früchte oder eine Scheibe knuspriger in Ahornsirup getauchter Bacon passen hervorragend dazu.

**Quelle: Emmi Kocht Einach**

# Jasmintee Creme Brulee

In unserem Lieblings-Sushi-Restaurant gibt es eine super leckere Nachspeise. Selbst wenn wir schon vollends satt sind, eine Jasmintee Creme Brulee geht immer. Mein Rezept für **weihnachtliche Creme Brulee** (Seite 164) abzuwandeln, war zum Glück einfacher als angenommen.



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Zubereiten  
45 min



Kühlstellen  
3 Std

500 ml Sahne  
2 Beutel Jasmintee  
100 g Zucker

Die Sahne in einer Kasserolle erhitzen und den Zucker unterrühren. Die Hitze ausschalten und die Teebeutel in der Sahne für 10 Minuten zugedeckt ziehen lassen.

5 Eigelb

Eigelbe mit einer Gabel glatt rühren, langsam die Jasmintee-Sahne zufügen, alles sorgsam mischen. In flache Förmchen verteilen (ca. 10 cm Durchmesser). Ersatzweise Soufflee-Förmchen verwenden oder auch Kaffeetassen. Allerdings: je größer der Durchmesser, desto mehr Karamellkruste.

Im Backofen im Wasserbad garen: Die Förmchen in eine passende feuerfeste Form oder in das tiefe Backblech stellen, heißes Wasser angießen, sodass sie fast bis zum Rand davon umgeben sind. Bei 120-140 Grad Heißluft/Ober- & Unterhitze ca. 40 bis 45 Minuten garen.

Im Dampfgarer bei 85 Grad 25 Minuten einstellen, dann noch 5 bis 10 Minuten nachziehen lassen.

Die Förmchen kalt stellen – die Creme wirkt jetzt noch sehr flüssig, wird aber im Kühlschrank fest.

Vor dem Servieren jeweils ein bis zwei Löffel Zucker sehr gleichmäßig auf der kalten Oberfläche verteilen und mit dem Gasbrenner abflämmen, bis er zum goldenen Karamell geschmolzen ist.



# Eis & Sorbets

## Rezepte

Zitronen Sorbetto .....	178
Sorbet mit Apfel und Bisongras-Wodka .....	179
Gin-Tonic Sorbet .....	180
Baileys Eiscreme .....	181
Vanille Eiscreme .....	182
Nutella Eiscreme .....	183
Apfel Zimt Eiscreme .....	184
Rocher Eiscreme .....	185
Kokos Eiscreme .....	186
Key Lime Frozen Yogurt .....	187
Joghurt-Eis .....	188
Pistazieneis .....	189
Haselnusseis .....	190
Walnusseis .....	191
O-Saft Eis .....	192
Fruchtiges Tropen Eis .....	193
Kinder Schokolade Eis .....	194
Weisses Schokoladen Eis .....	195
Sesam Eis .....	196

# Zitronen Sorbetto



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Kühlstellen  
6 Std



Zubereiten  
45 min



Gefrieren  
2 Std

200 ml Wasser  
175 g Zucker

Das Wasser in einen Topf geben und den Zucker hinzufügen. Bei schwacher Hitze zum Kochen bringen, regelmäßig rühren, bis der Zucker sich aufgelöst hat. Hitze reduzieren und 5 Minuten simmern lassen, weiter rühren, bis die Flüssigkeit zu Sirup wird.

Sirup in eine hitzebeständige Schüssel geben und 30 Minuten lang zur Seite stellen, gelegentlich umrühren, bis die Masse auf Raumtemperatur abgekühlt ist.

150 ml Zitronensaft (ca. 4 Zitronen)

Den Zitronensaft zum Sirup geben und mit dem Pürierstab vermengen. Abdecken und in den Kühlschrank stellen, möglichst über Nacht, jedoch mindestens 6 Stunden lang, bis die Mischung gut durchgekühlt ist (mind. 4°C).

Die gekühlte Mischung in die Eismaschine geben und gemäß den Herstelleranweisungen rühren.

Wenn der Rührvorgang beendet ist, die Eiscreme mit einem Löffel oder Spatel in einen Gefrierbehälter mit Deckel schaben. Gefrieren, bis das Sorbetto soweit gefroren ist, dass eine löffelfähige Textur entstanden ist (mind. 2-3 Stunden). Jede Portion vor dem Servieren mit einem Stück Zitronenschale garnieren.

**Quelle: The Icecreamists - Exclusive Eiscreme und andere Laster**

# Sorbet mit Apfel und Bisongras-Wodka



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Kühlstellen  
6 Std



Zubereiten  
45 min



Gefrieren  
2 Std

150 ml Wasser  
125 g Zucker

Das Wasser in einen Topf geben und den Zucker hinzufügen. Bei schwacher Hitze zum Kochen bringen, regelmäßig rühren, bis der Zucker sich aufgelöst hat. Hitze reduzieren und 5 Minuten simmern lassen, weiter rühren, bis die Flüssigkeit zu Sirup wird.

Sirup in eine hitzebeständige Schüssel geben und 30 Minuten lang zur Seite stellen, gelegentlich umrühren, bis die Masse auf Raumtemperatur abgekühlt ist.

250 ml Apfelsaft  
Zitronensaft (einer halben Zitrone)

Apfelsaft und Zitronensaft hinzugeben und mit dem Pürierstab vermengen. Abdecken und in den Kühlschrank stellen, möglichst über Nacht, jedoch mindestens 6 Stunden lang, bis die Mischung gut durchgekühlt ist (mind. 4°C).

4 cl Zubrowka Wodka

Wodka hinzufügen, die gekühlte Mischung in die Eismaschine geben und gemäß den Herstelleranweisungen rühren.

Wenn der Rührvorgang beendet ist, die Eiscreme mit einem Löffel oder Spatel in einen Gefrierbehälter mit Deckel schaben. Gefrieren, bis das Sorbetto soweit gefroren ist, dass eine löffelfähige Textur entstanden ist (mind. 2-3 Stunden).

**Quelle: The Icecreamists - Exclusive Eiscreme und andere Laster**

# Gin-Tonic Sorbet



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Kühlstellen  
6 Std



Zubereiten  
45 min



Gefrieren  
2 Std

150 ml	Wasser	Das Wasser in einen Topf geben und den Zucker hinzufügen. Bei schwacher Hitze zum Kochen bringen, regelmäßig rühren, bis der Zucker sich aufgelöst hat. Hitze reduzieren und 5 Minuten simmern lassen, weiter rühren, bis die Flüssigkeit zu Sirup wird.
125 g	Zucker	
150 ml	Tonic Water	Sirup in eine hitzebeständige Schüssel geben und 30 Minuten lang zur Seite stellen, gelegentlich umrühren, bis die Masse auf Raumtemperatur abgekühlt ist. Tonic Water in eine Schüssel geben, den Zuckersirup hinzufügen. Die Mischung abdecken und in den Kühlschrank stellen, möglichst über Nacht, jedoch mindestens 6 Stunden lang, bis die Mischung gut durchgekühlt ist (mind. 4°C).
2 EL	Gin Zitronensaft (einer halben Zitrone)	Gin, Limettensaft und Zitronensaft zur gekühlten Mischung hinzufügen, die Mischung in die Eismaschine geben und gemäß den Herstelleranweisungen rühren.
1	Limette (Saft)	
<p>Wenn der Rührvorgang beendet ist, die Eiscreme mit einem Löffel oder Spatel in einen Gefrierbehälter mit Deckel schaben. Gefrieren, bis das Sorbetto soweit gefroren ist, dass eine löffelfähige Textur entstanden ist (mind. 2-3 Stunden). Jede Portion vor dem Servieren mit einigen Limettenscheiben garnieren.</p>		

**Quelle: The Icecreamists - Exclusive Eiscreme und andere Laster**

# Baileys Eiscreme

## Eiscreeame mit Irish Cream und Brandy



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Kühlstellen  
6 Std



Zubereiten  
45 min



Gefrieren  
2 Std

250 ml	Vollmilch	Milch und Creme double in einen großen Topf geben und unter gelegentlichem Rühren leicht erhitzen, bis die Masse dampft, ohne jedoch zu kochen.
125 ml	Creme double	
2	Eigelb	In der Zwischenzeit die Eigelbe in einer hitzebeständigen Schüssel glatt rühren. Den Zucker hinzufügen und rühren, bis die Masse blass und leicht luftig ist.  Nach und nach langsam die heiße Milch zur Eimischung geben, dabei ständig rühren, damit die Eier nicht stocken. Die Mischung zurück in den Topf geben und bei niedriger Temperatur häufig umrühren, bis die Creme auf der Rückseite eines Holzlöffels einen leichten Film bildet. Nicht mehr kochen lassen.
66 g	Zucker	
60 ml	Baileys	Irish Cream und Brandy einrühren, die Mischung zurück in die Schüssel geben und ca. 30 Minuten lang zur Seite stellen, gelegentlich umrühren, bis die Masse auf Raumtemperatur abgekühlt ist.  Die abgekühlte Mischung abdecken und in den Kühlschrank stellen, möglichst über Nacht, jedoch mindestens 6 Stunden lang, bis die Mischung gut durchgekühlt ist (mind. 4°C). Die gekühlte Mischung in die Eiscrememaschine geben und gemäß den Herstelleranweisungen rühren.  Wenn der Rührvorgang beendet ist, die Eiscreme mit einem Löffel oder Spatel in einen Gefrierbehälter mit Deckel schaben. Gefrieren, bis die Eiscreme soweit gefroren ist, dass eine löffelfähige Textur erreicht ist (mind. 2 Stunden). Auf jede Portion vor dem Servieren etwas Baileys träufeln.
2 TL	Brandy	

Quelle: The Icecreamists - Exclusive Eiscreeame und andere Laster

# Vanille Eiscreme



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Kühlstellen  
6 Std



Zubereiten  
45 min



Gefrieren  
2 Std

250 ml	Vollmilch	Milch und Creme double in einen großen Topf geben. Die Vanillesamen hinein schaben, dann die leere Schote hinzufügen und unter gelegentlichem Rühren leicht erhitzen, bis die Masse dampft, ohne jedoch zu kochen.
125 ml	Creme double	
1	Vanilleschote	
2	Eigelb	In der Zwischenzeit die Eigelbe in einer hitzebeständigen Schüssel glatt rühren. Den Zucker hinzufügen und rühren, bis die Masse blass und leicht luftig ist.
66 g	Zucker	
Nach und nach langsam die heiße Milch zur Eimischung geben, dabei ständig rühren, damit die Eier nicht stocken. Die Mischung zurück in den Topf geben und bei niedriger Temperatur häufig umrühren, bis die Creme auf der Rückseite eines Holzlöffels einen leichten Film bildet. Nicht mehr kochen lassen.		
Zurück in die Schüssel geben und ca. 30 Minuten lang zur Seite stellen, gelegentlich umrühren, bis die Masse auf Raumtemperatur abgekühlt ist.		
Die abgekühlte Mischung abdecken und in den Kühlschrank stellen, möglichst über Nacht, jedoch mindestens 6 Stunden lang, bis die Mischung gut durchgekühlt ist (mind. 4°C). Die Vanilleschote entfernen und die Mischung in die Eiscrememaschine geben und gemäß den Herstelleranweisungen rühren.		
Wenn der Rührvorgang beendet ist, die Eiscreme mit einem Löffel oder Spatel in einen Gefrierbehälter mit Deckel schaben. Gefrieren, bis die Eiscreme soweit gefroren ist, dass eine löffelfähige Textur erreicht ist (mind. 2 Stunden).		

Falls kein Creme double zur Hand ist: Mit 200ml Sahne (30% Fett) und 175ml Vollmilch (3% Fett) hat die Mischung einen ähnlichen Fettgehalt.

**Quelle: The Icecreamists - Exclusive Eiscreme und andere Laster**

# Nutella Eiscreme

## Eiscreme mit Haselnussschokolade



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Kühlstellen  
6 Std



Zubereiten  
45 min



Gefrieren  
2 Std

250 ml	Vollmilch	Milch und Creme double in einen großen Topf geben und unter gelegentlichem Rühren leicht erhitzen, bis die Masse dampft, ohne jedoch zu kochen.
125 ml	Creme double	
2	Eigelb	In der Zwischenzeit die Eigelbe in einer hitzebeständigen Schüssel glatt rühren. Den Zucker hinzufügen und rühren, bis die Masse blass und leicht luftig ist.
66 g	Zucker	
150 g	Nutella	Milch vom Herd nehmen und mit dem Handrührgerät das Nutella einrühren und zu einer Masse verrühren. Nach und nach langsam die Schokomilch zur Eimischung geben, dabei ständig rühren, damit die Eier nicht stocken. Die Mischung zurück in den Topf geben und bei niedriger Temperatur häufig umrühren, bis die Creme auf der Rückseite eines Holzlöffels einen leichten Film bildet. Nicht mehr kochen lassen.
Die Mischung zurück in die Schüssel geben und ca. 30 Minuten lang zur Seite stellen, gelegentlich umrühren, bis die Masse auf Raumtemperatur abgekühlt ist.		
Die abgekühlte Mischung abdecken und in den Kühlschrank stellen, möglichst über Nacht, jedoch mindestens 6 Stunden lang, bis die Mischung gut durchgekühlt ist (mind. 4°C). Die gekühlte Mischung in die Eiscrememaschine geben und gemäß den Herstelleranweisungen rühren.		
Wenn der Rührvorgang beendet ist, die Eiscreme mit einem Löffel oder Spatel in einen Gefrierbehälter mit Deckel schaben. Gefrieren, bis die Eiscreme soweit gefroren ist, dass eine löffelfähige Textur erreicht ist (mind. 2 Stunden). Auf jede Portion vor dem Servieren etwas Baileys träufeln.		
6 EL	Nutella	Zur Herstellung einer leckeren Schokosauce 6 Esslöffel Nutella in eine hitzebeständige Schüssel geben und bei mittlerer Einstellung 60 Sekunden lang in der Mikrowelle erwärmen, dann über die Eiscreme gießen.

Quelle: The Icecreamists - Exclusive Eiscreme und andere Laster

# Apfel Zimt Eiscreme



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Kühlstellen  
6 Std



Zubereiten  
45 min



Gefrieren  
2 Std

250 ml	Vollmilch	Milch und Creme double in einen großen Topf geben und unter gelegentlichem Rühren leicht erhitzen, bis die Masse dampft, ohne jedoch zu kochen.
125 ml	Creme double	

2	Eigelb	In der Zwischenzeit die Eigelbe in einer hitzebeständigen Schüssel glatt rühren. Den Zucker hinzufügen und rühren, bis die Masse blass und leicht luftig ist.
66 g	Zucker	

Nach und nach langsam die heiße Milch zur Eimischung geben, dabei ständig rühren, damit die Eier nicht stocken. Die Mischung zurück in den Topf geben und bei niedriger Temperatur häufig umrühren, bis die Creme auf der Rückseite eines Holzlöffels einen leichten Film bildet. Nicht mehr kochen lassen.

Die Mischung zurück in die Schüssel geben und ca. 30 Minuten lang zur Seite stellen, gelegentlich umrühren, bis die Masse auf Raumtemperatur abgekühlt ist.

Die abgekühlte Mischung abdecken und in den Kühlschrank stellen, möglichst über Nacht, jedoch mindestens 6 Stunden lang, bis die Mischung gut durchgekühlt ist (mind. 4°C).

100 g	Apfelmus	Das Apfelmus und den Zimt zur gekühlten Mischung geben und gut mit einem Pürierstab vermengen. Die Mischung in die Eiscrememaschine geben und gemäß den Herstelleranweisungen rühren.
2 TL	Zimt	

Wenn der Rührvorgang beendet ist, die Eiscreme mit einem Löffel oder Spatel in einen Gefrierbehälter mit Deckel schaben. Gefrieren, bis die Eiscreme soweit gefroren ist, dass eine löffelfähige Textur erreicht ist (mind. 2 Stunden). Jede Portion vor dem Servieren mit Zimt bestreuen.

**Quelle: The Icecreamists - Exclusive Eiscreme und andere Laster**

# Rocher Eiscreme

## Eiscreme aus Pralinen und Schokolade



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Kühlstellen  
6 Std



Zubereiten  
45 min



Gefrieren  
2 Std

250 ml	Vollmilch	Milch und Creme double in einen großen Topf geben und unter gelegentlichem Rühren leicht erhitzen, bis die Masse dampft, ohne jedoch zu kochen.
125 ml	Creme double	
2	Eigelb	In der Zwischenzeit die Eigelbe in einer hitzebeständigen Schüssel glatt rühren. Den Zucker hinzufügen und rühren, bis die Masse blass und leicht luftig ist.  Nach und nach langsam die heiße Milch zur Eimischung geben, dabei ständig rühren, damit die Eier nicht stocken. Die Mischung zurück in den Topf geben und bei niedriger Temperatur häufig umrühren, bis die Creme auf der Rückseite eines Holzlöffels einen leichten Film bildet. Nicht mehr kochen lassen.
66 g	Zucker	
150 g	Nuss-Nougat-Creme (z.B. Nutella)	Nuss-Nougat-Creme hinzufügen und mit einem Pürierstab vermengen. Die Mischung zurück in die Schüssel geben und ca. 30 Minuten lang zur Seite stellen, gelegentlich umrühren, bis die Masse auf Raumtemperatur abgekühlt ist.  Die abgekühlte Mischung abdecken und in den Kühlschrank stellen, möglichst über Nacht, jedoch mindestens 6 Stunden lang, bis die Mischung gut durchgekühlt ist (mind. 4°C). Die gekühlte Mischung in die Eiscrememaschine geben und gemäß den Herstelleranweisungen rühren.
75 g	Nuss-Nougat-Creme (z.B. Nutella)	Wenn der Rührvorgang beendet ist, die Nuss-Nougat-Creme in eine hitzebeständige Schüssel geben und in der Mikrowelle bei mittlerer Hitze 20 Sekunden lang oder bis sie dickflüssig ist, erwärmen. Zusammen mit den grob gehackten Schokopralinekugeln unter die Eiscreme heben.  Mit einem Löffel oder Spatel in einen Gefrierbehälter mit Deckel schaben. Gefrieren, bis die Eiscreme soweit gefroren ist, dass eine löffelfähige Textur erreicht ist (mind. 2 Stunden).
6	Ferrero Rocher	

Quelle: The Icecreamists - Exclusive Eiscreme und andere Laster

# Kokos Eiscreme



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Kühlstellen  
6 Std



Zubereiten  
45 min



Gefrieren  
2 Std

400 ml	Kokosmilch	Kokosmilch in einen großen Topf geben und unter gelegentlichem Rühren leicht erhitzen, bis die Masse dampft, ohne jedoch zu kochen.
2	Eigelb	In der Zwischenzeit die Eigelbe in einer hitzebeständigen Schüssel glatt rühren. Den Zucker hinzufügen und rühren, bis die Masse blass und leicht luftig ist.  Nach und nach langsam die heiße Milch zur Eimischung geben, dabei ständig rühren, damit die Eier nicht stocken. Die Mischung zurück in den Topf geben und bei niedriger Temperatur häufig umrühren, bis die Creme auf der Rückseite eines Holzlöffels einen leichten Film bildet. Nicht mehr kochen lassen.
66 g	Zucker	
		Die Mischung zurück in die Schüssel geben und ca. 30 Minuten lang zur Seite stellen, gelegentlich umrühren, bis die Masse auf Raumtemperatur abgekühlt ist.
		Die abgekühlte Mischung abdecken und in den Kühlschrank stellen, möglichst über Nacht, jedoch mindestens 6 Stunden lang, bis die Mischung gut durchgekühlt ist (mind. 4°C).
40 g	Kokosraspel	Die Kokosraspel in der Pfanne leicht anrösten ohne dass sie viel Farbe nehmen, zur gekühlten Mischung geben und gut unterrühren. Die Mischung in die Eiscrememaschine geben und gemäß den Herstelleranweisungen rühren.  Wenn der Rührvorgang beendet ist, die Eiscreme mit einem Löffel oder Spatel in einen Gefrierbehälter mit Deckel schaben. Gefrieren, bis die Eiscreme soweit gefroren ist, dass eine löffelfähige Textur erreicht ist (mind. 2 Stunden).

# Key Lime Frozen Yogurt



4 Portionen



Vorbereiten

15 min



Zubereiten

45 min

450 g Joghurt

170 g Gesüßte  
Kondensmilch

2 Limetten

60 ml Limettensaft

2 Msp Vanille

Die Schale von zwei Limetten abreiben. Die Limetten auspressen - es werden 60ml Limettensaft benötigt. Alle Zutaten vermischen und in einer Eismaschine gefrieren lassen.

Den Frozen Yogurt mit zerbröselten Butterkeksen und Schlagsahne servieren.

**Quelle: Food.com**

# Joghurt-Eis

Meine Rezepte für Eis sind normalerweise eher puristisch, wobei Sahne, Milch und Eier die Hauptbestandteile der Eismasse bilden. Bei Speiseeis, kommt es auf das perfekte Verhältnis von Zucker und Fett in der Eismasse an. Das Eis soll den cremigen, sahnigen Geschmack haben ohne einen Fettfilm auf der Zunge zu haben, nachdem man das Eis gegessen hat. Zucker wiederum ist das Frostschutzmittel und beeinflusst den Gefrierpunkt, wodurch das Eis cremiger bleibt.

Durch den Einsatz verschiedener Zuckerarten, wird die gewünschte gefrierhemmende Wirkung und Süße erreicht. Zusätzliche zu den Zuckern mit ihren verschiedenen Eigenschaften, helfen natürliche Bindemittel und Füllstoffe das perfekte Verhältnis von flüssigen und trockenen Zutaten zu erreichen. Bei der Bilanzierung der Zutaten kommt dann der Ingenieur in mir durch - alle Zutaten und deren Einfluss auf die verschiedenen Eigenschaften wird kleinlich berechnet. Folglich sind dann für das genaue Dosieren der Zutaten eine grammgenaue Waage sowie eine Feinwaage unabdinglich.



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Zubereiten  
60 min

445 g	Joghurt (3.5%)	Die flüssigen Zutaten in einen Behälter geben.
75 g	Sahne	
82 g	Zucker	Die Trockenzutaten in einem zweiten Behälter abwiegen.
27 g	Glukosepulver	
18 g	Inulin	
20 g	Maltodextrin	
31 g	Magermilchpulver	
½ g	Meersalz	Mit der Feinwaage Meersalz, Zitronensäurepulver, Johannisbrotkernmehl und Guarkernmehl abwiegen. Zu den Trockenzutaten geben und gut vermengen (das verhindert, dass die Bindemittel verklumpen, wenn sie mit Flüssigkeit in Verbindung kommen).
1½ g	Zitronensäurepulver	
0.27 g	Johannisbrotkernmehl	
0.2 g	Guarkernmehl	
		Die Trockenzutaten zu den flüssigen Zutaten geben und sofort gut mixen. Ab damit in die Eismaschine.

## Für das Waldfrucht-Variiegato

100 g	Waldfrüchte	Das Waldfrucht-Variiegato kann kalt oder warm hergestellt werden. Alle Zutaten mmit dem Mixer gut pürieren. Vor dem Unterheben, sollte man das Joghurt Eis erst ein wenig hart werden lassen. Am Ende soll das Eis vom Jogurt durchzogen sein und nicht komplett vermischt.
10 g	Vanillezucker	
25 g	Zucker	

**Quelle: Eis aus dem Wunderland**

# Pistazieneis

So richtig gutes Pistazieneis ist schwer zu finden. Pistazien sind teuer und es gibt große Qualitätsunterschiede. Das meiner Meinung nach beste, ist das **Pistaccio Pistaccio** von Ben & Jerry's, aber das gibt es in Deutschland leider nicht. Also selbst machen. Ein wichtiger Teil sind die ganzen, gerösteten Pistazien, die kurz vor Ende zur Eiscreme kommen.



4 Portionen



Backen  
8 min



Kochen  
15 min



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
60 min

150 g Pistazienkerne

Den Ofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Pistazien für 6-8 Minuten auf einem Blech rösten. 65g der Pistazien kerne auf Seite stellen, die kommen später im Ganzen zum Eis dazu. Der Rest wird mit gekocht und gibt dem Eis den herrlichen Geschmack und die Farbe.

140 g Sahne (32%)

315 g Milch (3.5%)

Die Milch und Sahne in einem Topf abwägen. 85g der Pistazien dazugeben und mit einem Mixstab kräftig mixen, bis die Pistazien ganz fein sind. Unter Rühren auf ca. 65-70°C erwärmen und bei dieser Temperatur für 10-15 Minuten halten, so dass die Pistazien Geschmack und Farbe abgeben.

Die Pistazienmilch durch ein feines Sieb gießen und dann zurück in den Topf. Das entfernt den größten Teil der gemahlene Pistazien wieder. Die haben ihren Zweck erfüllt und ohne sie hat das Eis ein schöneres Mundgefühl. Die Mischung zurück in den Topf geben.

78 g Zucker

26 g Glukosepulver

5 g Dextrose

19 g Maltodextrin

29 g Magermilchpulver

1½ g Meersalz

0.26 g Johannisbrotkernmehl

0.2 g Guarkernmehl

Die Trockenzutaten abwägen und mit der Feinwaage noch Salz, Johannisbrotkernmehl und Guarkernmehl dazuwägen. Alles mit in den Topf geben und sofort mixen.

Den Mix kurz ruhen lassen, erneut mixen und dann ab damit in die Eismaschine.

Kurz bevor das Eis in der Maschine zu fest wird, noch die 65g Pistazien im ganzen dazugeben.

Bei der Verwendung von 1.5% Milch, sollten entsprechend 161g Sahne und 294g Milch verwendet werden, um den richtigen Fettgehalt zu bekommen.

**Quelle: Eis aus dem Wunderland**

# Haselnusseis

Schoko, Nuss, Banane mit Sahne. Die Standardbestellung meines Daddys in der Eisdielen. Schoko und Banane sind nicht mein Favorit, aber ein gutes Haselnusseis ist schon mein Ding. Am liebsten mit gerösteten Nusstückchen.



4 Portionen



Backen  
8 min



Kochen  
15 min



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
60 min

150 g	Haselnüsse (gehackt)	Den Ofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die gehackten Haselnüsse für 6-8 Minuten auf einem Blech rösten. 65g der Nüsse auf Seite stellen, die kommen später im Ganzen zum Eis dazu. Der Rest wird mitgekocht und gibt dem Eis den herrlichen Geschmack und die Farbe.
140 g	Sahne (32%)	Die Milch und Sahne in einem Topf abwiegen. 85g der Haselnüsse dazugeben und mit einem Mixstab kräftig mixen, bis die Nüsse ganz fein sind. Unter Rühren auf ca. 65-70°C erwärmen und bei dieser Temperatur für 10-15 Minuten halten, so dass die Haselnüsse Geschmack und Farbe abgeben.
315 g	Milch (3.5%)	
78 g	Zucker	Die Trockenzutaten abwiegen und mit der Feinwaage noch Salz, Johannisbrotkernmehl und Guarkernmehl dazuwiegen. Alles mit in den Topf geben und sofort mixen.
26 g	Glukosepulver	
5 g	Dextrose	Den Mix kurz ruhen lassen, erneut mixen und dann ab damit in die Eismaschine.
19 g	Maltodextrin	
29 g	Magermilchpulver	
1½ g	Meersalz	
0.26 g	Johannisbrotkernmehl	
0.2 g	Guarkernmehl	

Kurz bevor das Eis in der Maschine zu fest wird, noch die 65g gehackten Haselnüsse dazugeben.

Bei der Verwendung von 1.5% Milch, sollten entsprechend 161g Sahne und 294g Milch verwendet werden, um den richtigen Fettgehalt zu bekommen.

**Quelle: Eis aus dem Wunderland**

# Walnusseis

Während mein Daddy eher **Haselnusseis** (Seite 190) bevorzugt, war beim meiner Mama und mir Walnusseis noch höher im Kurs. Am liebsten mit vielen, knusprigen Walnüssen. Meine Oma hatte im Gefrierfach sehr oft eine Großpackung, aber selbst die hielt nicht wirklich lange.



4 Portionen



Backen  
8 min



Kochen  
15 min



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
60 min

150 g Walnüsse (gehackt) Den Ofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die gehackten Walnüsse für 6-8 Minuten auf einem Blech rösten. 65g der Nüsse auf Seite stellen, die kommen später im Ganzen zum Eis dazu. Der Rest wird mit gekocht und gibt dem Eis den herrlichen Geschmack und die Farbe.

140 g Sahne (32%)  
315 g Milch (3.5%) Die Milch und Sahne in einem Topf abwiegen. 85g der Walnüsse dazugeben und mit einem Mixstab kräftig mixen, bis die Nüsse ganz fein sind. Unter Rühren auf ca. 65-70°C erwärmen und bei dieser Temperatur für 10-15 Minuten halten, so dass die Walnüsse Geschmack und Farbe abgeben.

Die Walnussmilch durch ein feines Sieb gießen und dann zurück in den Topf. Das entfernt den größten Teil der gemahlene Nüsse wieder. Die haben ihren Zweck erfüllt und ohne sie hat das Eis ein schöneres Mundgefühl. Die Mischung zurück in den Topf geben.

78 g Zucker  
26 g Glukosepulver  
5 g Dextrose Die Trockenzutaten abwiegen und mit der Feinwaage noch Salz, Johannisbrotkernmehl und Guarkernmehl dazuwiegen. Alles mit in den Topf geben und sofort mixen.

19 g Maltodextrin  
29 g Magermilchpulver Den Mix kurz ruhen lassen, erneut mixen und dann ab damit in die Eismaschine.

1½ g Meersalz

0.26 g Johannisbrotkernmehl

0.2 g Guarkernmehl

Kurz bevor das Eis in der Maschine zu fest wird, noch die 65g gehackten Walnüsse dazugeben.

Bei der Verwendung von 1.5% Milch, sollten entsprechend 161g Sahne und 294g Milch verwendet werden, um den richtigen Fettgehalt zu bekommen.

**Quelle: Eis aus dem Wunderland**

# O-Saft Eis



4 Portionen



Vorbereiten

10 min



Zubereiten

60 min

458 g	Orangensaft	Orangensaft und Wasser in einen großen Behälter geben.
63 g	Wasser	
78 g	Zucker	Die Trockenzutaten abwiegen und mit der Feinwaage noch Salz, Johannisbrotkernmehl, Guarkernmehl und Zitronensäurepulver dazuwiegen. Alles zu den flüssigen Zutaten geben und sofort mixen.
43 g	Glukosepulver	
28 g	Maltodextrin	
25 g	Inulin	
3 g	Dextrose	
0.47 g	Meersalz	
0.31 g	Johannisbrotkernmehl	
0.22 g	Guarkernmehl	
1 g	Zitronensäurepulver	

Den Mix kurz ruhen lassen, erneut mixen und dann ab damit in die Eismaschine.

**Quelle: Eis aus dem Wunderland**

# Fruchtiges Tropen Eis



4 Portionen



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
60 min

179 g	Mangosaft	Mangosaft, Maracujasaft und Wasser in einen großen Behälter geben.
179 g	Maracujasaft	
163 g	Wasser	
78 g	Zucker	Die Trockenzutaten abwiegen und mit der Feinwaage noch Salz, Johannisbrotkernmehl, Guarkernmehl und Zitronensäurepulver dazuwiegen. Alles zu den flüssigen Zutaten geben und sofort mixen.
45 g	Glukosepulver	
27 g	Maltodextrin	
25 g	Inulin	
3 g	Dextrose	
0.4 g	Meersalz	
0.31 g	Johannisbrotkernmehl	
0.22 g	Guarkernmehl	
½ g	Zitronensäurepulver	

Den Mix kurz ruhen lassen, erneut mixen und dann ab damit in die Eismaschine.

Für ein reines Maracuja-Eis, das sehr sauer, aber unglaublich erfrischend ist, einfach die doppelte Menge Maracujasaft nehmen und die Mango und das Zitronensäurepulver weglassen. Für ein pures Mango-Eis, einfach die Maracuja weglassen, die doppelte Menge Mangosaft nutzen und 1.5g Zitronensäurepulver hinzugeben.

**Quelle: Eis aus dem Wunderland**

# Kinder Schokolade Eis



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Zubereiten  
60 min

163 g	Sahne (32%)	Die Milch und Sahne in einem großen Behälter abwiegen.
269 g	Milch (3.5%)	
56 g	Zucker	Die Trockenzutaten abwiegen und mit der Feinwaage noch Salz, Johannisbrotkernmehl und Guarkernmehl dazuwiegen. Alles zu den flüssigen Zutaten geben und sofort mixen.
22 g	Glukosepulver	
17 g	Inulin	
16 g	Maltodextrin	
27 g	Magermilchpulver	
½ g	Meersalz	
0.26 g	Johannisbrotkernmehl	
0.2 g	Guarkernmehl	
130 g	Kinder Schokolade	Die Schokoriegel in ca. 2cm lange Stücke teilen und unter die Eismasse mixen. Wenn in der Mischung dann kleine Stücke sind, die wie Mini-Stracciatella-Stücke aussehen, ist das Eis fertig gemischt. Ab damit in die Eismaschine.

Das Eis kann nicht nur mit Kinder Schokolade Riegeln hergestellt werden, sondern auch mit Kinder Bueno oder Kinder Schoko Bons.

**Quelle: Eis aus dem Wunderland**

# Weisses Schokoladen Eis



4 Portionen



Kochen  
10 min



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
60 min

90 g	Sahne (32%)	Die Milch und Sahne in einem Topf abwiegen und unter Rühren auf ca. 65-70°C erwärmen. Darin die weiße Schokolade auflösen.
394 g	Milch (3.5%)	
100 g	Weisse Schokolade	
39 g	Zucker	Die Trockenzutaten abwiegen und mit der Feinwaage noch Salz, Johannisbrotkernmehl und Guarkernmehl dazuwiegen. Alles mit in den Topf geben und sofort mixen.
12 g	Vanillezucker	
21 g	Glukosepulver	Den Mix kurz ruhen lassen, erneut mixen und dann ab damit in die Eismaschine.
16 g	Maltodextrin	
27 g	Magermilchpulver	
½ g	Meersalz	
0.26 g	Johannisbrotkernmehl	
0.2 g	Guarkernmehl	

**Quelle: Eis aus dem Wunderland**

# Sesam Eis



4 Portionen



Braten  
5 min



Kochen  
15 min



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
60 min

80 g	Schwarzer Sesam	Den schwarzen Sesam ca. 5 Minuten in einer Pfanne ohne Öl rösten, bis dieser anfängt zu duften. Den Sesam in einen Mörser oder Zerkleinerer geben und sehr fein mahlen.
140 g	Sahne (32%)	Die Milch und Sahne in einem Topf abwiegen. Den gemahlene Sesam dazugeben und mit einem Mixstab kräftig mixen, bis der Sesam gut eingemixt ist. Unter Rühren auf ca. 65-70°C erwärmen und bei dieser Temperatur für 10-15 Minuten halten, so dass der Sesam Geschmack und Farbe abgibt.
315 g	Milch (3.5%)	
		Die Sesammilch durch ein feines Sieb gießen und dann zurück in den Topf. Das entfernt den größten Teil des gemahlene Sesams wieder. Dieser haben ihren Zweck erfüllt und ohne ihn hat das Eis ein schöneres Mundgefühl. Die Mischung zurück in den Topf geben.
79 g	Zucker	Die Trockenzutaten abwiegen und mit der Feinwaage noch Salz, Johannisbrotkernmehl und Guarkernmehl dazuwiegen. Alles mit in den Topf geben und sofort mixen.
26 g	Glukosepulver	
5 g	Dextrose	Den Mix kurz ruhen lassen, erneut mixen und dann ab damit in die Eismaschine.
19 g	Maltodextrin	
29 g	Magermilchpulver	
1½ g	Meersalz	
0.26 g	Johannisbrotkernmehl	
0.2 g	Guarkernmehl	

Bei der Verwendung von 1.5% Milch, sollten entsprechend 161g Sahne und 294g Milch verwendet werden, um den richtigen Fettgehalt zu bekommen.

**Quelle: Eis aus dem Wunderland**

# Getränke

## **Cocktails, Longdrinks & andere Getränke**

### Rezepte

The Rum Old Fashioned .....	198
The Rye Old Fashioned .....	199
Sazerac .....	200
Demerara Sirup .....	201
Erdbeer Daiquiri .....	202
White Russian .....	203
Eierlikör .....	204
Muldoon Passion .....	205
Ingwer Shot .....	206

# The Rum Old Fashioned



1 Drink



Zubereiten  
5 min

6 cl	Rum (Ron Botucal)	Rum, <b>Demerara Sirup</b> (Seite 201), Bitter und einen Schuss
2 Schuss	Schokoladen-Bitter	Wasser in ein Mixing Glas geben und verrühren. Eiswürfel
2 Schuss	Orangen-Bitter	hinzugeben und Rühren bis der Drink gut vermischt und gekühlt
1½ TL	Demerara Sirup	ist (ca. 20-30 mal).
1 Schuss	Wasser	Den Drink in ein Old Fashioned Glas über einen großen Eiswürfel
		abgießen.
1 Stck	Orangenschale	Ein daumengroßes Stück Orangenschale abschälen. Über dem
		Glas zusammendrücken und einmal über den Rand des Glases
		wischen. In den Drink geben und ein paar mal umrühren.

Statt des Demerara Sirups kann man auch einen Würfel brauen Zucker ins Glas geben und solange rühren, bis er sich aufgelöst hat.

**Quelle: Atelier Cocktail Bar - Bohemia Suites & Spa**

# The Rye Old Fashioned



1 Drink



Zubereiten  
5 min

6 cl	Rye Whiskey	Whiskey, <b>Demerara Sirup</b> (Seite 201) und Bitter in ein Mixing Glas geben und verrühren. Eiswürfel hinzugeben und Rühren bis der Drink gut vermischt und gekühlt ist (ca. 20-30 mal).  Den Drink in ein Old Fashioned Glas über einen großen Eiswürfel abgießen.
2 Schuss	Angostura-Bitter	
2 TL	Demerara Sirup	
1 Stck	Orangenschale	Ein daumengroßes Stück Orangenschale abschälen. Über dem Glas zusammendrücken und einmal über den Rand des Glases wischen. In den Drink geben und ein paar mal umrühren.

Statt des Demerara Sirups kann man auch einen Würfel brauen Zucker ins Glas geben und solange rühren, bis er sich aufgelöst hat.

# Sazerac

Während meiner Zeit in den USA war der Old Fashioned mein Go-To Drink - bevorzugt mit Rye Whiskeys aus lokalen Destillieren. Jan, der meine Vorliebe teilt, hat mir später den Sazerac näher gebracht - quasi einen Cousin des Old Fashioned.

Der Sazerac ist ein sehr alter, klassischer Cocktail und gilt seit 2008 offiziell als Cocktail der Stadt New Orleans. Genau dort ist der Legende nach 1859 zum ersten Mal gemixt worden. Drinks, die wie der Sazerac aus einer Spirituose, Zucker und einem Bitter gemixt werden, gelten als Urform des Cocktails. Das Besondere am Sazerac ist das leichte Anis Aroma des Absinth. Klassisch wird der Drink ohne Eiswürfel im Glas serviert.



1 Drink



Zubereiten  
5 min

Ein Old Fashioned Glass mit Eis füllen und auf Seite stellen, während der Drink in einem Mix-Glass zubereitet wird.

60 ml	Rye Whiskey	Whiskey, <b>Demerara Sirup</b> (Seite 201) und Bitter in ein Mixing Glas geben und verrühren. Eiswürfel hinzugeben und Rühren bis der Drink gut vermischt und gekühlt ist (ca. 20-30 mal).
3 Schuss	Peychaud-Bitter	
1½ TL	Demerara Sirup	
½ cl	Absinth	Das Eis aus dem Old Fashioned Glas herausnehmen. Das Glas mit ein wenig Absinth ausspülen (den überschüssigen Absinth wieder ausgießen)
		Die Whiskey Mischung in das ausgespülte Glas abgießen.
1 Stck	Zitronenschale	Ein daumengroßes Stück Zitronenschale abschälen. Über dem Glas zusammendrücken und einmal über den Rand des Glases wischen. Traditionalisten geben die Schale nicht in den Drink, sondern klemmen die an den Rand des Glases.

Der Absinth kann auch mittels einer kleinen Sprühflasche im Glas verteilt werden. Das Rezept kann auch mit Bourbon zubereitet werden, doch erstens ist es dann kein traditioneller Sazerac mehr und außerdem steht der etwas kräftigere Roggen Whiskey dem Rezept sehr gut. Statt des Demerara Sirups kann man auch einen Würfel brauen Zucker ins Glas geben und solange rühren, bis er sich aufgelöst hat.

**Quelle: Jan**

# Demerara Sirup

Dieser Zuckersirup kommt bei Drinks wie dem **Old Fashioned** (Seite 198) zum Einsatz. Der Sirup löst sich viel einfacher als Zucker im Glas auf.



230 ml



Zubereiten  
10 min

200 g Zucker (braun)  
100 ml Wasser

Den Zucker zusammen mit dem Wasser in einem kleinen Topf über kleiner Flamme erhitzen. Umrühren bis sich der Zucker vollständig aufgelöst hat. Auskühlen lassen.

# Erdbeer Daiquiri

## Frozen Strawberry Daiquiri



6 Gläser



Zubereiten  
10 min

600 g	Erdbeeren (tiefgefroren)	Die Erdbeeren, Rum, Triple Sec und Agavendicksaft in einen Mixer geben. Der Mixer sollte stark und stabil genug sein, um die gefrorenen Eisbeeren zu mixen.
80 g	Agavendicksaft	
160 g	Rum	
80 g	Triple Sec	
	Wasser	Wasser zugeben und mixen bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist (ca. 300-400ml).

**Quelle: Rue**

# White Russian

White Russian war zu Studenienzeiten fester Bestandteil vieler Parties. Damals war das Rezept etwas gröber: 1 Flasche Wodka, 1 Flasche Kahlua und 3 Packungen Milch. Man gebe alles in einen Eimer, rühre kräftig um und schöpfe das ganze dann in Gläser.

Die Zubereitungsform ist heute etwas feiner, aber ich mag den White Russian immer noch mit Milch, statt Sahne. Allerdings muss ich zugeben, dass der White Russian feiner aussieht, wenn ca. 4cl Sahne am Ende vorsichtig über das Eis auf den Wodka und Kahlua gegeben wird. Dabei bildet sich eine Schicht aus Sahne oben auf dem Drink, die sich dann langsam vermischt.



1 Glas



Zubereiten  
5 min

5 cl      Wodka  
3 cl      Kahlua  
16 cl     Vollmilch

Wodka und Kahlua in ein Old Fashioned Glass geben, mit Vollmilch mischen und mit Eiswürfeln servieren.

# Eierlikör



2 Liter



Zubereiten

20 min

12	Eigelb	Eigelb, Zucker und Vanillezucker mit dem Mixer gut vermischen bis die Masse cremig ist.
500 g	Zucker	
6 Päck.	Vanillezucker	
400 ml	Sahne	Anschließend langsam Sahne, Kondensmilch und Wodka zugeben und mit der Ei-Zucker Masse vermischen.
620 ml	Kondensmilch	
700 ml	Wodka	
3 Päck.	Paradiescreme Vanille (je 60g)	Zum Schluss eine kleine Menge der Flüssigkeit entnehmen und mit der Paradiescreme verrühren.  Sobald sich die Paradiescreme aufgelöst hat, zum Rest der Flüssigkeit geben und unterrühren. In Flaschen abfüllen und im Kühlschrank lagern.

Quelle: Johanna

# Muldoon Passion

Muldoon Whiskey Liqueur habe ich auf der Whiskey Messe in Nürnberg kennengelernt. Obwohl wir natürlich eher wegen der Single Malts da waren, war der Muldoon Whiskey Likör so lecker, dass ich gleich eine Flasche mitgenommen habe. Das Rezept ist ideal für einen Aperitif an einem warmen Sommertag.



1 Drink



Zubereiten  
5 min

50 ml	Muldoon Irish Whiskey Liqueur	Den Muldoon mit Limettensaft und Maracuja Sirup auf Eis in einen Cocktailshaker geben. Shaken und in ein frisches Longdrink-Glas abgießen.
20 ml	Maracuja Sirup	
12 ml	Limettensaft	
	Ginger Ale	Frisches Eis dazu und mit Ginger Ale auffüllen. Mit einer Scheibe Limette garnieren.

**Quelle: Muldoon Licqueurs**

# Ingwer Shot



8 Portionen



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
5 min

2	Orangen	Orangen und Zitronen auspressen.
1	Zitrone	
100 g	Ingwer	Ingwer schälen und grobe Stücke schneiden. Den Apfel vierteln und entkernen.
1	Apfel	
	Agavendicksaft	Den Saft mit dem Apfel und Ingwer in einen Mixer geben und pürieren. Bei Bedarf ein wenig Wasser untermischen. Je nach Geschmack mit Agavendicksaft süßen.

Der Ingwerdrink ist in einer verschließbaren Flasche im Kühlschrank etwa eine Woche haltbar.

# Kuchen & Gebäck

## Rezepte

Mamas Käsekuchen .....	208
New York Cheesecake .....	209
Nuss-Marzipan-Zopf .....	210
Kanelbullar .....	211
Mallorquinischer Mandelkuchen .....	212
Chocolate Chip Cookies .....	214
Schoko Pecan Cookies .....	215
Walnuss Schokoladen Brownies .....	216
Cornflakes Butterkuchen .....	217
Vanillekipferl .....	218
Zimtsterne .....	219
Butterplätzchen .....	220
Butterplätzchen zum Ausstechen .....	221
Hafermakronen .....	222
Bunte Rumkugeln .....	223
Scottish Shortbread .....	224
Waffeln .....	225
Lütticher Waffeln .....	226
Pasteis de Nata .....	227
Omas Nusskuchen .....	228
Buttermilch Kokos Kuchen .....	229
Monkeybread .....	230
Kanelknuter .....	232
Rotweinkuchen .....	233
Banana Bread .....	234

## Informationen

Kitchen - Cheatsheet .....	213
----------------------------	-----

# Mamas Käsekuchen



1 Springform



Vorbereiten  
30 min



Backen  
60 min

## Für den Boden

125 g	Margarine	Margarine mit Zucker und Ei schaumig schlagen.
125 g	Zucker	
1	Ei	

---

250 g	Mehl	Mehl und Backpulver dazusieben und das Ganze zu einem Mürbteig verarbeiten.
1 TL	Backpulver	

---

Eine Springform mit dem Mürbteig auslegen, am Rand etwas hochziehen und dann 10 Minuten bei 180°C vorbacken.

## Für die Füllung

5	Eier	Die Eier trennen und das Eiweiß steif schlagen.
---	------	---

---

¼ l	Milch	Die Milch in einem kleinen Topf erwärmen. Wenn die Milch zu kochen beginnt das Puddingpulver einrühren und den Topf vom Herd nehmen. Abkühlen lassen.
½ Päck.	Puddingpulver (Vanille)	

---

125 g	Butter	Die übrigen Eigelbe zusammen mit der Butter und dem Zucker schaumig schlagen.
125 g	Zucker	

---

500 g	Quark	Den Quark in die Masse einrühren.
-------	-------	-----------------------------------

---

Die steif geschlagenen Eiweiße vorsichtig unterheben. Die Masse auf den vorgebackenen Teig geben und ca. 1 Stunde bei 160°C backen.

**Quelle: Familienrezept**

# New York Cheesecake



1 Springform



Vorbereiten  
20 min



Backen  
50 min

## Für den Boden

200 g Butterkekse  
100 g Butter

Die Butterkekse zerbröseln, gut mit der flüssigen Butter vermischen und auf den Boden einer Backform drücken. Bei 180 Grad im vorgeheizten Ofen 5-10 Minuten vorbacken, dann herausholen.

## Für den Belag

200 g Zucker  
3 EL Speisestärke  
600 g Frischkäse  
200 g Magerquark  
150 g Sahne  
1 Ei  
2 EL Zitronensaft

Den Zucker mit Stärke, Frischkäse und Magerquark cremig rühren. Das Ei, die Sahne und den Zitronensaft dazugeben und alles glatt rühren. Nicht mit dem Rührgerät schlagen, sondern langsam cremig rühren, das ist ganz wichtig.

Die Creme auf den vorgebackenen Boden streichen und den Kuchen weitere ca. 45 Minuten backen. Wenn der Rand leicht braun ist, herausnehmen.

## Für den Guss

250 g Schmand  
2 EL Zucker  
1 Päck. Vanillezucker  
1 TL Zitronensaft

Die Zutaten für den Guss miteinander verrühren. Den Guss auf den Kuchen streichen und den Kuchen nochmal 5 Minuten backen.

---

Am besten über Nacht auskühlen lassen.

**Quelle: Chefkoch**

# Nuss-Marzipan-Zopf



1 Zopf



Vorbereiten  
20 min



Gehen lassen  
45 min



Backen  
60 min

250 ml Milch  
1 Würfel Hefe  
50 g Zucker

Die Milch leicht erwärmen und dann die Hefe und den Zucker in der lauwarmen Milch auflösen.

80 g Butter  
500 g Mehl  
1 Prise Salz

Die Milch-Hefe-Zucker Mischung mit Butter, Mehl und Salz zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten.

Den Hefeteig 45 Minuten gehen lassen.

200 g Marzipan  
2 Eier  
2 EL Zucker  
150 g Mandeln (gemahlen)  
1 Schuss Rum

Die Eier trennen und die Eiweiße zusammen mit dem Marzipan, den Mandeln, dem Zucker und dem Rum zu einer Füllung für den Zopf verarbeiten.

Den Teig dünn ausrollen (ca. 45x45 cm) und die Füllung gleichmäßig darauf verstreichen. Den Teig zu einer Rolle formen. Dann in der Mitte der Länge nach durchschneiden, ein Ende wieder zusammendrücken und dann die beiden Hälften abwechseln übereinander schlagen.

Den Zopf leicht gebogen auf ein Backblech legen und mit den Eigelben (von vorher) bestreichen. Bei 170 °C ca. 50 Minuten lang backen.

**Quelle: Familienrezept**

# Kanelbullar

**Kanelbullar** - eine Art Zimtschnecke - sind eine schwedische Backwarenspezialität. Sie ist eines der bekanntesten und beliebtesten Gebäcke Schwedens und wurde in den 1920er Jahren eingeführt, als nach dem Ersten Weltkrieg die Verfügbarkeit von Backzutaten zunahm. Die Kanelbulle besteht hauptsächlich aus Weizenmehl, Milch, Hefe, Zucker und Butter oder Margarine. Oft wird der Teig mit Kardamom gewürzt. Die Füllung besteht normalerweise aus Butter/Margarine, Zucker und natürlich Zimt; aber auch andere Gewürze, Früchte und ähnliches sind möglich. Die Kanelbullar werden mit aufgeschlagenem Ei bestrichen und mit Hagelzucker bestreut. Kanelbullar sind bei uns bei IKEA unter dem Namen **Giffjar Kanel** erhältlich.



80 Röllchen



Zubereiten  
45 min



Gehen lassen  
75 min



Backen  
30 min

150 g	Butter	Milch mit Butter und Zucker in einem Topf auf 37° erwärmen.
500 ml	Milch	
150 g	Zucker	
50 g	Hefe	Den Topf vom Herd nehmen und die Hefe in der warmen Milch-Butter Mischung auflösen.
1 Prise	Salz	Den Kardamom fein mahlen. Die warme Flüssigkeit mit Mehl, Salz und dem gemahlene Kardamom zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Die Menge an Mehl schwankt etwas, der Teig soll sich leicht von der Schüssel lösen.
5 Kapseln	Kardamom (grün)	
850 g	Mehl	
Den Teig 45 Minuten zugedeckt gehen lassen.		
120 g	Zucker	Den Teig in 4 Teile teilen und jeweils eine dünne rechteckige Fläche ausrollen. Mit je einem Viertel der weichen/flüssigen Butter (25 g) bestreichen. Mit je einem Viertel des Zuckers (30 g) und Zimts (2 TL) bestreuen. Zu einer Wurst rollen und in ca. 3 cm dicke Scheiben schneiden. Die Stücke mit der geschnittenen Seite nach unten auf das Backblech legen.
2 TL	Zimt	
100 g	Butter	
Den Teig so noch einmal aufgehen lassen. Er wird in 30 Minuten ungefähr doppelt so groß.		
1	Ei	Die Kanelbullar (Zimtschnecken) mit geschlagenem Ei bepinseln. Je nach Geschmack auch noch mit Hagelzucker bestreuen.
Auf der mittleren Stufe im vorgeheizten Backofen bei 250° (Umluft) etwa 5 - 8 Minuten backen.		

Bei mir waren es ziemlich genau 6 Minuten Backzeit. Unter einem Handtuch abkühlen lassen.

# Mallorquinischer Mandelkuchen

## Gató de almendra

Manche Rezepte finden sich, wenn man es am wenigsten erwartet. Das Rezept für diesen Mallorquinischen Mandelkuchen habe ich beim Warten an der Kasse im Supermarkt gesehen. Der typisch mallorquinische Mandelkuchen kommt ohne Mehl, dafür aber mit ganz viel Aroma daher. Schnell gemacht und super lecker.



12 Stücke



Vorbereiten  
20 min



Backen  
60 min

8	Eier	Die Eier trennen. Eiweiß steif schlagen und kalt stellen.
250 g	Zucker	Eigelb mit Zucker und Vanillezucker cremig schlagen.
1 Päck.	Vanillezucker	
1 TL	Zimt	Orangen- und Zitronenabrieb sowie Zimt, gemahlene Mandeln und Licor 43 zugeben. Dann Eiweiß vorsichtig unterheben.
320 g	Mandeln (gemahlen)	
1	Orange (Bio)	
1	Zitrone (Bio)	
3 EL	Licor 43	
		Masse in einer gefetteten Springform bei 180°C (160°C Umluft) ca. 60 Minuten backen.
40 g	Mandelkerne	Mandelkerne grob hacken und in einer Pfanne goldbraun anrösten. Den fertigen Kuchen mit Mandeln bestreuen.

Statt Mandelkernen eine Creme aus 250g Mascarpone sowie dem Abrieb und Saft einer Bio-Orange als Topping auf den Kuchen geben und mit Puderzucker bestreuen.

**Quelle: Rewe - Deine Küche**

# Kitchen - Cheatsheet

Imperial	Metric
1/2oz	15g
3/4oz	20g
1oz	30g
2oz	60g
3oz	85g
4oz (1/4lb)	115g
5oz	140g
6oz	170g
7oz	200g
8oz (1/2lb)	230g
9oz	255g
10oz	285g
11 oz	310g
12oz	340g
(3/4lb)	
13oz	370g
14oz	400g
15oz	425g
16oz (1lb)	450g
24oz	680g
32oz (2lb)	0,9kg
48oz (3lb)	1,4kg
<b>1kg = 35oz/2.2lbs</b>	
<b>1oz = 28,35g</b>	
<b>1g = 0,035oz</b>	

°F	°C	
250	120	Very Slow
275	140	
300	150	Slow
325	170	
350	180	Moderate
375	190	
400	200	Mod. Hot
425	220	
450	230	Hot
475	240	Very Hot
<b>°C x 1,8 + 32 = °F</b>		
<b>(°F -32) /1,8 = °C</b>		
<b>Water boils at 100°C / 212°F</b>		
<b>Water freezes at 0°C / 32°F</b>		
One Cup	Imp	Metric
Flour	5oz	140g
Caster Sugar	8oz	225g
Brown Sugar	6oz	170g
Butter	8oz	225g
Sultanas/Raisins	7oz	200g
Currants	5oz	140g
Golden Syrup	12oz	340g
Uncooked Rice	7oz	200g
Grated Cheese	4oz	110g

Pint	Metric	Cups	Fl Oz.
	100ml		3 1/2
	125ml	1/2	4 1/2
1/4	150ml		5
	200ml		7
	250ml	1	9
1/2	275ml		10
	300ml		11
	400ml		14
	500ml	2	18
1	570ml		20
	750ml	3	26
1 3/4	1,0l	4	35
2	1,1l		40
	1,3l	5	46
3	1,7l		60
	2,0l	8	70
<b>1 Liter = 1,76 Pints</b>			
<b>1 Pint UK = 568ml</b>			
<b>1 Pint US = 16 fl oz</b>			
<b>1fl oz = 28,41ml</b>			
<b>1ml = 0,035fl oz</b>			
<b>1 CUP US = 250ml</b>			
<b>1 teaspoon = 5ml</b>			
<b>1 dessertspoon = 10ml</b>			
<b>1 tablespoon = 15ml</b>			

# Chocolate Chip Cookies



24 Cookies



Vorbereiten  
30 min



Backen  
1 Std

240 g	Butter	Die Butter cremig schlagen. Mit dem weißen und braunen Zucker sowie dem Vanillezucker verrühren.
180 g	Zucker	
180 g	Brauner Zucker	
1 Päck.	Vanillezucker	
2	Eier	Wenn sich der Zucker gelöst hat, die Eier unterschlagen.
420 g	Mehl	Das Mehl sieben und mit dem Salz und dem Backpulver mischen. Die Mischung langsam unter die Teigmasse ziehen.
1 Prise	Salz	
1 TL	Backpulver	
300 g	Schokotröpfchen	Die Schokolade und die Nüsse unterrühren.
240 g	Walnüsse (gehackt)	
Kleine Häufchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. 10-15 Minuten bei 180 °C bei Umluft backen und danach abkühlen lassen.		

Für große Cookies sollten die Häufchen ca 65 g pro Stück sein. Dann sind da 9-10 cm große Cookies draus geworden. 8 Stück pro Blech.

**Quelle: Chef's Steffi**

# Schoko Pecan Cookies



25 Cookies



Zubereiten  
45 min



Backen  
45 min

200 g	Butter	Weiche Butter mit Salz und Zucker schaumig schlagen.
150 g	Brauner Zucker	
1 Prise	Salz	
2 Päck.	Vanillezucker	

---

1	Ei	Das Ei unterschlagen.
---	----	-----------------------

---

300 g	Mehl	Das Mehl mit dem Backpulver vermischen und nach und nach unter den Teig rühren.
1 TL	Backpulver	

---

100 g	Pecanüsse	Die Pecannüsse grob hacken und zusammen mit den Schokotröpfchen unter den Teig rühren.
75 g	Schokotröpfchen	

---

Den Teig eine halbe Stunde zugedeckt im Kühlschrank ruhen lassen.

---

Mit einem Esslöffel ca. 25 kleine Häufchen abstechen und mit Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen. Im vorgeheizten Ofen bei 175°C (Umluft 160°C) ca. 12-15 Minuten backen.

**Quelle: Chef's Steffi**

# Walnuss Schokoladen Brownies



16 Stück



Vorbereiten  
20 min



Backen  
18 min

125 g	Butter (weich)	Butter und Hälfte der Schokolade im Wasserbad schmelzen. Gut verrühren.
100 g	Bitterschokolade (70% Kakaoanteil)	
150 g	Zucker	Zucker, Eier und Vanille zugeben und mit Handrührgerät gleichmäßig verrühren. Mehl sieben, zugeben und mit Spachtel vorsichtig unter die Masse heben, der Teig muss dick und dunkel werden, ohne Mehlsuren. Nicht zu lange rühren.
2	Eier (verquirlt)	
1 TL	Vanille Aroma	
115 g	Mehl	
200 g	Walnüsse	Quadratische Backform von 20x20cm mit Backpapier auslegen, den Teig in die Form streichen. Mit Nüssen und zerbröckelten Schokoladenstücken bestreuen, einige tief in den Teig drücken.
100 g	Bitterschokolade	
Im auf 180°C vorgeheizten Ofen 17-18 Minuten backen, Die Ränder sollten fest wirken, in der Mitte ist der Teig noch nicht fertig und gart dann außerhalb des Backofens fertig. Etwas abkühlen lassen und in 16 Quadrate schneiden.		

Nach Belieben mit Puderzucker bestäuben.

**Quelle: Bridget**

# Cornflakes Butterkuchen



24 Stück



Vorbereiten  
20 min



Backen  
20 min

250 g	Sahne	Schlagsahne in eine Schüssel gießen und halbsteif schlagen.
225 g	Zucker	Den Zucker einrieseln lassen und Sahne kurz weiterschlagen. Zuerst Mehl und Backpulver, dann die Eier nacheinander gut unterrühren.
350 g	Mehl	
1 Päck.	Backpulver	
4	Eier (Größe M)	
		Den Teig auf ein gefettetes oder mit Backpapier ausgelegtes Backblech (30 x 40 cm) streichen. Im vorgeheizten Ofen bei 200 °C (Umluft 180 °C) auf der zweiten Schiene von unten 10 Minuten vorbacken.
180 g	Butter	Butter, Zucker und Milch aufkochen. Vom Herd nehmen und die Cornflakes zugeben. Masse auf den vorgebackenen Teig verteilen und weitere 12 Minuten backen. Lauwarm servieren.
170 g	Zucker	
3 EL	Milch	
120 g	Cornflakes	

Im Originalrezept bäckt Tim Mälzer den Kuchen ohne lästiges Abwiegen von Mehl, Zucker und Cornflakes, sondern verwendet stattdessen den Sahnebecher. Da Sahnebecher bei mir aber nur 200 g Inhalt haben, das Rezept aber einen Becher mit 250 g Inhalt verwendet, geht das nicht so einfach. Ausserdem brauche ich die Waage dann eh für die Butter. Ganz Ingenieur habe ich dann eben auf das bewährte metrische System zurückgegriffen und wiege die Zutaten kurz ab. Der Vollständigkeit wegen: das Rezept verwendet 1¼ Becher Zucker, 2 Becher Mehl und 3 Becher Cornflakes.

**Quelle: Tim Mälzer - Born To Cook 2**

# Vanillekipferl



50 Stück



Vorbereiten  
30 min



Backen  
30 min

210 g	Butter	Butter und Zucker schaumig schlagen.
70 g	Zucker	
170 g	Mandeln (gemahlen)	Die Butter-Zucker Masse mit Mandeln, Mehl und Salz zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten.
250 g	Mehl	
1 Prise	Salz	
		Zu kleinen Hörnchen formen und auf Bleche mit Backpapier setzen. Bei 180° (Ober-/Unterhitze) 10-15 Minuten backen.
2 EL	Puderzucker	Puderzucker mit Vanille Zucker mischen. Die Vanillekipferl 2-3 Minuten abkühlen lassen und in die Zuckermischung tauchen.
2 Päck.	Vanillezucker	

Die Vanillekipferl dürfen im Ofen nicht groß Farbe annehmen. Sie sollen recht hell bleiben. Mit 15 Gramm Teig pro Kipferl waren sie ziemlich groß. 10 Gramm dürften zu klein sein.

**Quelle: Familienrezept**

# Zimtsterne



40 Plätzchen



Vorbereiten  
30 min



Backen  
30 min

3	Eiweisse	Das Eiweiss steif schlagen und dann löffelweise den gesiebten Puderzucker unterschlagen. Eine halbe Tasse für die Glasur abnehmen und beiseitestellen.
250 g	Puderzucker	
250 g	Mandeln (gemahlen)	Die Mandeln sowie den Zimt mit dem Eischnee zu einem leichten Teig kneten.
1½ TL	Zimt	
100 g	Mandeln (gemahlen)	Die Arbeitsfläche mit den Mandeln dünn bestreuen. Darauf den Teig ca. 0,5 - 0,7 cm dick ausrollen. Sterne ausstechen und auf Bleche mit Backpapier setzen.
Die Sterne mit dem zurückbehaltenen Eischnee bestreichen und bei 160°C (Ober-/Unterhitze) ca. 10-12 Minuten backen.		

Quelle: Bridget

# Butterplätzchen

Ich habe einen Plätzchen-Fleischwolf. Einen ganz klassischen, den man an der Tischkante festschraubt und dann von Hand kurbelt. Den Fleischwolf habe ich von zu Hause mitgenommen und das wichtige daran ist der Aufsatz für Spritzgebäck. Wenn meine Mama mit uns Plätzchen gebacken hat, es aber ein bisschen schneller gehen sollte als beim Plätzchenausstechen, kam der Fleischwolf zum Einsatz. Heute hole ich ihn immer zur Weihnachtszeit aus dem Keller und backe leckere Butterplätzchen.



3 Bleche



Vorbereiten  
45 min



Backen  
30 min

250 g	Butter	Butter und Zucker schaumig schlagen.
250 g	Zucker	
1	Ei	Das Ei und das Eigelb unter die Butter/Zucker Mischung schlagen.
1	Eigelb	
500 g	Mehl	Die Zutaten mit dem Mehl und dem Backpulver zu einem Plätzchenteig verkneten.
1 Prise	Backpulver	
30 Minuten bis 1 Stunde in Folie eingewickelt im Kühlschrank ruhen lassen.		
Den Teig portionsweise in den Fleischwolf geben, zu Plätzchen pressen und auf ein Backblech legen. Bei 180°C (Ober-/Unterhitze) ca. 8-10 Minuten backen.		

**Quelle: Familienrezept**

# Butterplätzchen zum Ausstechen



3 Bleche



Vorbereiten  
45 min



Backen  
30 min

250 g	Butter	Butter und Zucker schaumig schlagen.
250 g	Zucker	
2	Eigelb	Die Eigelbe unter die Butter/Zucker Mischung schlagen.
500 g	Mehl	Die Zutaten mit dem Mehl und dem Backpulver zu einem Plätzchenteig verkneten.
1 Prise	Backpulver	
30 Minuten bis 1 Stunde in Folie eingewickelt im Kühlschrank ruhen lassen.		
Auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche vorsichtig zu einer Dicke von ca. 5 mm ausrollen. Kleine Förmchen ausstechen und auf Bleche mit Backpapier setzen. Bei 180°C (Ober-/Unterhitze) ca. 8-10 Minuten backen.		

**Quelle: Familienrezept**

# Hafermakronen



150 Stück



Vorbereiten  
30 min



Backen  
90 min

400 g Butter Butter und Zucker schaumig schlagen.

400 g Zucker

---

2 Butter Vanille Aroma Eier und Aroma unterschlagen.  
Fläschchen

3 Eier

---

375 g Haferflocken (kernige) Mehl, Backpulver, Haferflocken und Mandeln unterrühren.

125 g Mandeln (Plättchen)

200 g Mehl

2 TL Backpulver

---

Mit einem Teelöffel Häufchen auf ein Backblech setzen und 8-10 Minuten bei 160°C Umluft backen.

16 Stück pro Blech

**Quelle: Familienrezept**

# Bunte Rumkugeln



1 Blech



Vorbereiten  
30 min



Backen  
60 min

200 g	Blockschokolade	Die Blockschokolade im Wasserbad zum Schmelzen bringen.
2	Eiweiß	Nüsse, Zimt, Rum und Eiweiß mischen.
2 Msp	Zimt Rum	
280 g	Haselnüsse (geröstet und gemahlen)	
		Die geschmolzene Blockschokolade mit den anderen Zutaten vermischen.
100 g	Bunte Streusel	Die Masse zu Kugeln formen und in den bunten Zuckerstreuseln wenden.  Für eine Stunde bei 50°C im Ofen trocknen.

Je länger die Rumkugeln liegen, umso besser schmecken sie.

**Quelle: Familienrezept**

# Scottish Shortbread

## All-Butter Scottish Shortbread

Bei einer Tour durch Schottland zwischen Whisky Tasting und Destillery Tour sind wir auch an einer Shortbread Fabrik vorbei gekommen. Der klassische, buttrige Geschmack war genau das richtige vor dem nächsten Tasting.

An einem Tasting Abend wieder zurück in Deutschland, hatte Peter dann Shortbread nach diesem Rezept mitgebracht. Auch ausserhalb von Schottland sehr lecker.



40 Stück



Vorbereiten  
20 min



Backen  
50 min

225 g	Butter	In einer großen Schüssel Butter, Salz und Zucker schaumig rühren.
110 g	Zucker (extra fein)	
1 Prise	Salz	
240 g	Mehl	In einer separaten Schüssel Mehl und Stärke vermischen. In die Butter/Zucker Mischung sieben. Schnell und gründlich vermischen. Aber nicht zu lange, sonst wird die Butter im Teig zu warm. Die Mischung auf einer kalten, leicht bemehlten Oberfläche zu einem lockeren Teig kneten.
100 g	Maisstärke	
		Den Teig zwischen Pergamentpapier zu einem 6-8mm dicken Teig ausrollen Die Oberfläche mit einer Gabel einstechen. In die gewünschte Form schneiden oder ausstechen.
		Im vorgeheizten Backofen bei 170°C (150°C Umluft) auf Backpapier für 20-25 Minuten backen. Das Shortbread soll hell bleiben und höchstens am Rand leicht bräunen.
Zucker (extra fein zum Bestäuben)		Noch warm mit feinem Zucker bestreuen und auskühlen lassen.

Quelle: Peter - The spruce Eats

# Waffeln

## Einfaches Grundrezept



8 Stück



Vorbereiten

10 min



Zubereiten

20 min

125 g	Butter	Für den Waffelteig Butter, Zucker, Vanillezucker und 1 Prise Salz cremig rühren. Eier nacheinander unter den Waffelteig rühren.
75 g	Zucker	
1 Päck.	Vanillezucker	
1 Prise	Salz	
3	Eier	

250 g	Mehl	Mehl und Backpulver mischen und abwechselnd mit der Milch unterrühren.
2 TL	Backpulver	
200 ml	Milch	

Öl (fürs Waffeleisen) Pro Waffel 2-3 EL Waffelteig in die Mitte des heißen, geölten Waffeleisens geben, dieses schließen und die Waffeln backen bis sie goldbraun sind.

Die fertigen Waffeln einzeln auf einem Kuchengitter abdämpfen lassen. Nicht übereinanderlegen, da sie sonst schnell pappig werden. Bis zum Verzehr können die Waffeln im Backofen bei ca. 100 Grad warmgehalten werden.

**Quelle:** [Lecker.de](https://www.lecker.de)

# Lütticher Waffeln

Bei Belgischen Waffeln unterscheidet man zwischen den Brüsseler Waffeln und Lütticher Waffeln. Brüsseler Waffeln bestehen aus einem weichen Rührteig, während die Lütticher Waffeln aus Hefeteig bestehen und als dick, zuckersüß und buttertriefend beschrieben werden können. Bei den Lütticher Waffeln wird Hagelzucker in den Teig gegeben.



12 Stück



Vorbereiten  
20 min



Gehen lassen  
40 min



Zubereiten  
20 min

100 g	Butter	Die Butter mit Milch und Zucker in einem Topf langsam erwärmen. Die Vanilleschote längs halbieren und das Mark herauskratzen. Das Mark und die Schote in die Milch geben. Die Butter soll schmelzen, aber das Butter-Milch-Zucker-Gemisch soll dabei nicht mehr als lauwarm (38°C) werden. Die Hefe hineinbröckeln und auflösen.
175 ml	Milch	
50 g	Zucker	
1	Vanilleschote	
30 g	Hefe	
400 g	Mehl	Das Mehl und eine Prise Salz in eine große Schüssel geben. Die Vanilleschote aus der Milch nehmen und die warme Hefemilch mit den Eiern zum Mehl geben. Zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten.
1 Prise	Salz	
2	Eier	
		Zugedeckt an einem warmen Ort ca. 45 Minuten gehen lassen.
150 g	Hagelzucker	Den Hagelzucker unter den Teig kneten.
	Öl	Ein rechteckiges Waffeleisen vorheizen und dünn mit Öl ausstreichen. Aus jeweils zwei Eßlöffeln Teig etwa 12 goldbraune Waffeln backen.

Das Waffeleisen muss zwischen durch immer wieder gereinigt werden, denn der Zucker karamelisiert und kann sonst schwarz werden.

**Quelle: Lecker**

# Pasteis de Nata

## Puddingtörtchen aus Lissabon



6 Törtchen



Vorbereiten  
30 min



Backen  
15 min

250 ml	Sahne	Sahne in einem Topf auf mittlerer Hitze erwärmen bis sie dampft aber ohne zu Kochen.
80 g	Zucker	Zucker und Eigelbe in eine Schüssel geben und schaumig schlagen.
4	Eigelb	
2 TL	Speisestärke	Die Schale einer halben Zitrone abreiben und zusammen mit einer Prise Salz sowie der Speisestärke unterschlagen.
1 Prise	Salz	
	Zitronenschale (einer halben Zitrone)	
<p>Die warme Sahne in kleinen Portionen unter ständigem Rühren in die Eigelbmasse einrühren. Ständig weiterrühren, sonst gibt es Rührei.</p> <p>Die Mischung zurück in den Topf geben und bei mittlerer Hitze unter Rühren erwärmen. Zur Rose abziehen (ca 80°C).</p> <p>Lauwarm auskühlen lassen. Mit einer Klarsichtfolie abdecken, damit keine Haut entsteht.</p>		
250 g	Blätterteig	Blätterteig ausrollen und Kreise ausschneiden, die so groß sind, dass sie in die Muffinförmchen passen. Die Förmchen mit Teig auslegen und andrücken.
<p>Ofen auf 250 Grad vorheizen. Die Creme bis 1 cm unter den Rand in die Förmchen einfüllen. Auf der mittleren Schiene 10 bis 12 Minuten backen. Dabei immer beobachten! Die Oberfläche sollte karamellisieren und leicht dunkel sein.</p> <p>Die Törtchen aus dem Ofen nehmen, auf einem Gitter auskühlen lassen und mit Zimt bestreut servieren.</p>		

Quelle: Der Spiegel

# Omas Nusskuchen

Meine Oma hat in ihren Rezepten so gut wie immer Mandeln statt Haselnüssen verwendet. Man könnte jetzt argumentieren, dass Mandeln aber nunmal keine echten Nüsse sind, sondern die Steinkerne einer Steinfrucht. Aber wenn Oma den Kuchen Nusskuchen nennt, dann ist das ein Nusskuchen. Fertig und Ende der Diskussion. Zumal bei diesem saftigen Kuchen am Ende wirklich egal ist, ob es Mandeln oder Haselnüsse waren, die ihn so lecker machen.



16 Stücke



Vorbereiten  
45 min



Backen  
30 min

150 g	Mehl	Das Mehl, Zucker, Backpulver in einer Schüssel gut vermischen und dann auf die Arbeitsfläche geben. Die gekühlte Butter in Würfel schneiden und mit dem Ei zum Teig geben. Mit den Händen geschwind zu einem glatten Mürbeteig verkneten (nur so lange kneten wie nötig!). Den Mürbeteig in Frischhaltefolie einwickeln und mindestens eine halbe Stunde in den Kühlschrank stellen.
75 g	Zucker	
½ TL	Backpulver	
1	Ei	
25 g	Butter	
200 g	Butter	Für die Füllung, Butter in einem nicht zu kleinen Topf auf dem Ofen zum Schmelzen bringen. Zucker und Mandeln zugeben und gut umrühren. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.
300 g	Zucker	
200 g	Mandeln (gehackt)	
200 g	Mandeln (gemahlen)	
3	Eier	Wenn die Füllung lauwarm abgekühlt ist, die Eier einrühren.
		Den Mürbeteig aus dem Kühlschrank nehmen und mit den Fingern dünn in einer Kuchenform verteilen und am Rand leicht hochziehen.
		Bei meiner Oma musste es immer eine Steingut oder Porzellan Auflaufform sein. Ich benutze eine 25 x 25 cm große Auflaufform mit einem 5 cm hohen Rand.
		Die Füllung auf den Teig geben und bei 175°C Ober-/Unterhitze für 30 Minuten backen.

**Quelle: Familienrezept**

# Buttermilch Kokos Kuchen



24 Stück



Vorbereiten  
20 min



Backen  
20 min

600 g	Mehl	Alle Zutaten mit der Rührmaschine zu einem Teig vermischen. Den Teig auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech verteilen.
350 g	Zucker	
1½ Päck.	Backpulver	
2	Eier	
400 ml	Buttermilch	
240 g	Kokosflocken	Zucker, Kokosflocken und Vanillezucker vermischen. Auf dem Teig verteilen. Bei 200° Ober-/Unterhitze für 20 Minuten backen.
240 g	Zucker	
1 Päck.	Vanillezucker	
400 ml	Sahne	Nach dem Herausnehmen den Kuchen etwa 10 Minuten abkühlen lassen. Die Sahne gleichmäßig über den noch warmen Kuchen gießen.

**Quelle: Familienrezept**

# Monkeybread

Monkeybread habe ich zum ersten Mal beim Thanksgiving Essen in unserem Büro bei Detroit gegessen. Monekybread besteht aus kleinen Teigbällchen, die in Butter, Zimt und Zucker gewälzt werden.

Es ist quasi eine Gugelhupfform voller klebrig-süßer Zimtröllchen über die vor dem Backen auch noch eine Karamellsauce gegeben wird. Monekybread geht zum Frühstück, Brunch oder Dessert - oder eigentlich immer. Am besten mit Vanille-Zuckerguss überziehen und dann zum Auseinandernzapfen servieren. Jeder zupft sich ein Stück vom Monkeybread ab - genau wie Äffchen ihr Futter auseinanderzupfen.



1 Kuchenform



Vorbereiten  
60 min



Gehen lassen  
150 min



Backen  
45 min

360 ml	Milch	Die Milch vorsichtig erwärmen bis sie lauwarm ist. Die Hefe und den Zucker einrühren. Zugedeckt für 5 Minuten gehen lassen.
1 Würfel	Hefe	
50 g	Zucker	
2	Eier (groß)	Die Eier, weiche Butter, Salz und ein Viertel des Mehl hinzugeben. Für 30 Sekunden auf niedriger Stufe kneten. Die Seiten herunterkratzen und das übrige Mehl hinzugeben. Auf mittlerer Stufe kneten bis alles zu einem Teig verarbeitet ist, der sich von den Seiten der Schüssel löst - etwa 2-3 Minuten. Nochmal für 2 Minuten weiterkneten - entweder in der Maschine oder von Hand auf einer leicht gemehlten Arbeitsfläche.
70 g	Butter	
1 Prise	Salz	
625 g	Mehl	
		Eine große Schüssel leicht einfetten. Den Teig in die Schüssel geben. Dabei wenden so dass alle Seiten leicht eingefettet sind. Abgedeckt and einem warmen Ort für 1-2 Stunden gehen lassen. Dabei sollte der Teig sich etwa in der Größe verdoppeln.
170 g	Butter	Die Butter in einer mittelgroßen Schüssel schmelzen. In einer anderen Schüssel Zucker und Zimt mischen.
250 g	Zucker	
1 TL	Zimt	
80 g	Pecanüsse (gehackt)	Eine Gugelhupfform großzügig einfetten.
		Den Teig zu kleinen Bällchen formen - es sollten etwa 64 Bällchen werden. Eines nach dem anderen ein kleines Stück Teig zu einem kleinen Bällchen rollen. Jedes Bällchen in die geschmolzenen Butter tauchen und danach in der Zimt-Zucker Mischung wälzen.
		Es kann sein, dass mehr Zimt-Zucker nötig ist, je nachdem wie dick die Bällchen umhüllt werden. Die Bällchen in die Gugelhupfform legen und so langsam die Form füllen. Nach jeder Schicht einige Pecanüsse zwischen den Bällchen verteilen. Die Form abgedeckt nochmals 20 Minuten gehen lassen.

60 g	Butter	Für den Karamell in einem Topf Zucker, Butter und Schlagsahne auf dem Herd zum Kochen bringen und unter Rühren für 3 Minuten kochen. Die Vanille einrühren und den Karamell über die Bällchen gießen.
145 g	Zucker	
60 ml	Sahne	
2 Msp	Vanillemark	

---

Den Rost auf eine untere Schiene einstellen und den Ofen auf 175°C vorheizen. Es ist besser das Monkey Bread auf unterer Schiene zu backen, so dass die Oberseite nicht anbrennt.

Für 35-45 Minuten backen, bis die Oberseite goldbraun ist. Falls die Oberseite zu schnell braun wird, lose mit Folie abdecken.

Für 5-10 Minuten abkühlen lassen und dann auf eine Kuchenplatte oder einen großen Teller stürzen.

---

120 g	Zucker (fein)	Für den Guss Die Zutaten verrühren. Über das Moneybread verteilen.
45 ml	Milch	
1 Msp	Vanillemark	

Das Moneybread in großzügige Stücke schneiden oder jeden selbst die süßklebrigen Stücke abzupfen lassen.

# Kanelknuter

## Norwegische Zimtknoten



15 Stück



Vorbereiten  
15 min



Gehen lassen  
90 min



Backen  
12 min

½ Würfel	Hefe	Milch in einer Schüssel lauwarm erhitzen (Vorsicht, nicht zu heiß, sonst kann die Hefe später nicht mehr arbeiten). Hefe in der Milch unter Rühren mit einem Schneebesen auflösen. Zucker und Butter ebenfalls dazugeben.
220 ml	Milch	
80 g	Butter	
70 g	Zucker	
500 g	Mehl	Die Masse zusammen mit Mehl und einer Prise Salz entweder in die Küchenmaschine geben und gut durchkneten lassen - oder selber mit den Händen kneten. Wichtig ist, dass ein geschmeidiger Teig entsteht, der nicht mehr klebt. Das kann bestimmt 5 Minuten dauern. Teig in eine Schüssel geben und mit dem Küchentuch bedeckt mind. 60 Minuten an einem warmem Ort gehen lassen.
1 Prise	Salz	
150 g	Butter (warm)	In der Zwischenzeit die Füllung herstellen. Die Vanilleschote der Länge nach halbieren und mit einem Messer auskratzen. Die warme Butter, Zucker, Zimt und Vanille mit der Gabel zu einer Creme rühren.
120 g	Zucker	
2 EL	Zimt	
1	Vanilleschote	
Teig auf einer bemehlten Arbeitsplatte zu einem Rechteck ausrollen. Darauf die Creme verteilen. Den Teig von der linken und der rechten Seite so übereinander klappen, dass ein 3-lagiger Teig entsteht. Von der kürzeren Seite ca. 15 dünne Streifen schneiden. Diesen Streifen zu einer Kordel drehen und einen Knoten in die Kordel machen. Die Teigknoten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen und nochmal für mind. 30 Minuten unter einem Tuch gehen lassen.		
4 EL	Hagelzucker	Anschließend gehen die Bleche für 12 Minuten bei 200 Grad Ober- und Unterhitze in den vorgeheizten Backofen. Wer mag, streut vorher noch etwas Hagelzucker drüber.

Die Zimtknoten schmecken am allerallerbesten, wenn sie noch warm sind.

# Rotweinkuchen



1 Kuchenform



Vorbereiten  
15 min



Backen  
60 min

200 g	Butter	Butter, Zucker und Vanillezucker in einer Schüssel schaumig rühren.
200 g	Zucker	
1 Päck.	Vanillezucker	
4	Eier	Die Eier in die Schüssel geben und gut unterrühren.
125 ml	Rotwein	Rotwein einrühren.
250 g	Mehl	Mehl mit Backpulver vermischen und in den Teig sieben. Zimt und Kakao dazugeben. Gut verrühren.
1 Päck.	Backpulver	
1 TL	Zimt	
1 TL	Kakao	
100 g	Schokostreusel	Die Schokostreusel vorsichtig unter den Teig rühren.
	Butter	Eine Rührkuchenform mit Butter einfetten und Mehl bestäuben. Für eine Stunde im vorgeheizten Ofen bei 180°C Ober-/Unterhitze backen.
	Mehl	
	Schokoglasur	Auskühlen lassen. Nach Belieben mit Schokoglasur überziehen.

**Quelle: Familienrezept**

# Banana Bread

Das Bananenbrot habe ich zum ersten mal bei Jan und Silke in den USA gegessen. Wir hatten gerade ein Bett aus meiner Wohnungsauflösung in ihr Gästezimmer geschafft. Danach saßen wir in der Küche und da stand noch Bananenbrot. Hatte ich vorher noch nie probiert - war einfach saftig und lecker. Das Rezept ist zwar aus dem Internet, aber angeblich ein vier Generationen altes Familienrezept.



1 Portion



Vorbereiten  
15 min



Backen  
60 min

115 g	Butter (weich)	Butter und Zucker in einer Schüssel schaumig rühren.
200 g	Zucker	
2	Eier	Die Eier und Vanille hinzufügen und gute verrühren.
1 Msp	Vanille	
3	Bananen (reif)	In einer zweiten Schüssel die sehr reifen (braunen) Bananen zu einem Püree zerdrücken. Zur Mischung in der anderen Schüssel geben und verrühren.
240 g	Mehl	Das Mehl, Salz, Backpulver hinzugeben und gut verrühren.
½ TL	Backpulver	
½ TL	Salz	
90 g	Pecanüsse	Die Nüsse hacken, zum Teig geben und unterrühren.  Ein Trick, um zu verhindern dass die Nüsse zum Boden sinken, ist einen Esslöffel Mehl mit den Nüssen zu vermischen ehe sie zum Teig gegeben werden - das hält sie an ihrem Platz im Teig.  Nachdem alles vermischt ist, den Teig in eine gefettete Kastenform geben. Ein paar Mal aufstoßen, um Luftblasen aus dem Teig zu entfernen.  Im vorgeheizten Ofen bei 175°C für eine Stunde backen.

Die Pecannüsse können auch durch Walnüsse ersetzt oder weggelassen werden.

**Quelle: Reddit**

# Versuchsküche

## Rezepte

BBQ Sauce .....	236
Mousse au Chocolat .....	237
Glühwein .....	239
Linsenbratlinge .....	240
Knoblauchbrot .....	241
Naan .....	243
Süße Tapiokaperlen in Kokosmilch .....	244
Roti .....	245
New York Cheesecake im Glas .....	246
Fleischbällchen Spieße .....	247
Pecan Pie .....	249
Butter Chicken .....	251
Chimichurri .....	253
Cinnamon Roll Pancakes .....	254
Chettinad Pepper Paneer Masala .....	255
Ultimative Nussplätzchen .....	257
Orange Chicken .....	258
Türkische Nudeln .....	260
Zitronenmuffins .....	262
Walnussküchlein .....	263
Spaghetti Aglio e Olio .....	264
Tomatenmarmelade .....	265
Ei-Sambal-Shakshuka .....	267
Orecchiette di Manzo al Limone .....	269

## Informationen

Rezept Backlog .....	270
----------------------	-----

# BBQ Sauce



4 Portionen



Vorbereiten  
5 min



Zubereiten  
15 min

1	Zwiebel (mittelgroß)	Die Zwiebel schälen und klein würfeln. Zwiebeln in Olivenöl für 5 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten. Nach 2 Minuten den Knoblauch in den Topf pressen.
3	Knoblauchzehen	
1 EL	Olivenöl	
1 EL	Salz & Pfeffer Brauner Zucker	Mit Salz & Pfeffer würzen. Einen Esslöffel Zucker mit in den Topf geben und karamelisieren lassen.
1 TL	Geräuchertes Paprikapulver	Das Paprikapulver hinzugeben und 1-2 Minuten mitbraten.
1 EL	Apfelessig	Apfelessig hinzugeben und kurz aufkochen lassen.
1½ EL	Worcestersauce	Worcestersauce und Ketchup hinzugeben. Köcheln lassen bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.
6 EL	Ketchup	

**Quelle: Gordon Ramsey**

# Mousse au Chocolat



4 Portionen



Zubereiten  
30 min



Kühlstellen  
3 Std

250 g Schokolade (mind. 70% Kakaoanteil) Die Schokolade mit dem Küchenmesser grob hacken, sodass sie leichter schmilzt, Schokolade in eine Metallschüssel geben. Wasser in einem großen Topf zum Sieden bringen, es soll auf keinen Fall kochen, die Schüssel in den Topf stellen, aber so, dass der Schüsselboden NICHT mit dem siedenden Wasser in Kontakt kommt. Platte ausschalten, Topf aber auf der Platte stehen lassen, die Schokolade schmilzt jetzt langsam und sanft.

4 Eier (sehr frisch)  
2 Prisen Meersalz Die Eier trennen, Eigelbe in eine zweite Metallschüssel geben (am besten eine mit rundem Boden), beiseite stellen. Dann die Eiweiße mit 2 Prisen Meersalz zu einem steifen Eischnee schlagen, er soll "Zipfelmützen" auf den Rührschlegeln formen, wenn man sie herauszieht.

Dazwischen immer nach der schmelzenden Schokolade sehen, sie mit einem Gummispatel ein wenig bewegen. Ist sie geschmolzen, Schüssel mit einem Teller abdecken und so stehen lassen.

125 g Sahne  
80 g Zucker  
2 EL Espresso (oder Wasser stattdessen) Sahne schlagen, sie soll aber nicht so steif geschlagen werden wie der Eischnee. So verbindet sie sich später leichter mit der Schokoladen-Ei-Crème, die als nächstes zubereitet wird.

Wasser in einem zweiten Topf erhitzen. Sobald es kocht, Temperatur herunterschalten, das Wasser soll sieden. Jetzt die Metallschüssel mit den Eigelben auf den Topf aufsetzen, hier auch wieder darauf achten, dass Schüssel und Wasser nicht direkt miteinander in Berührung kommen. Mit einem Schneebesen - oder kraftschonender - mit dem Rührgerät die Eigelbe mit 3 EL Zucker und mit 2 EL Wasser oder Espresso aufschlagen.

5 - 8 min schlagen, bis eine dickcremige Masse entsteht, Sabayon genannt. Wenn sich nichts tut, ist das Wasser nicht heiß genug, dann vorsichtig und unter beständigem Weiterrühren die Temperatur schrittweise erhöhen, auf keinen Fall zu forsich, denn bei zu hoher Temperatur wird aus dem Eigelb Rührei.

Jetzt rasch arbeiten: Sabayon vom Wasserbad nehmen, die flüssige Schokolade mit dem Schneebesen gut einrühren. Dann die Hälfte der geschlagenen Sahne in die Schoko-Ei-Masse einrühren, wenn alles gut verbunden ist, die restliche Sahne vorsichtig unterheben. Den steifen Eischnee in drei Portionen ebenfalls vorsichtig unterheben.

Mindestens drei Stunden oder über Nacht kühl stellen.

Zur Mousse passen geschlagene Sahne, Himbeersoße und frische Beeren. Dunkle Schokolade (70 % Kakaoanteil), nehmen Sie die beste, die Sie bekommen können! Vielleicht ein kleiner Schuss Kirsch- oder Himbeergeist mit dem Wasser/Espresso zur Masse geben.

**Quelle: Der Spiegel**

# Glühwein



25 Portionen



Vorbereiten  
5 min



Zubereiten  
10 min



Ziehen lassen  
1 Std

5 l	Rotwein (trocken)	Wein und Orangensaft in einen Topf geben. Auf den Herd stellen und langsam erhitzen.
½ l	Orangensaft	
400 g	Orangen	Orangen in Scheiben schneiden. Zusammen mit Zimtstange, Nelken und Zucker in den Topf geben.
40 g	Zimtstange	
8 g	Nelken	Umrühren und vorsichtig auf maximal 78°C erhitzen. Nicht kochen! Für mindestens eine Stunde ziehen lassen.
200 g	Zucker	

Zusätzlich können nach Belieben noch Kardamom, frische Vanille und Sternanis zugegeben werden. Der Glühwein kann auch über Nacht ziehen und dann wieder erwärmt werden.

**Quelle: Silke**

# Linsenbratlinge



8 Patties



Einweichen

10 Std



Zubereiten

15 min



Grillen

10 min

250 g	Linsen (Belugalinsen oder Gourmetlinsen)	Die Linsen über Nacht einweichen.
		Die Linsen abtropfen lassen und in eine Schüssel geben.
2	Zwiebeln	Die Zwiebel und Karotte raspeln, den Knoblauch pressen und alles zu den Linsen geben.
1	Knoblauchzehe	
1	Karotte	
½ TL	Paprikapulver	Die Gewürze und den Senf zu der Linsenmasse geben und vermengen. Mit feuchten Händen zu 8 Patties formen.
1 TL	Senf (mittelscharf bis scharf)	
	Salz & Pfeffer	

Würzen je nach Geschmack: Majoran, Kreuzkümmel, Petersilie. Ruhig variieren je nach Geschmack und Jahreszeit. Mit Öl am besten auf eine Platte grillen. Nur einmal wenden, so dass sie nicht zerfallen. Von jeder Seite etwa 5 Minuten bei mittlerer Hitze.

**Quelle: Verena**

# Knoblauchbrot



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Kühlstellen  
30 min



Gehen lassen  
90 min



Backen  
23 min

200 g	Mehl	Die Zutaten in eine Schüssel geben und zu einem Teig verkneten. Ei und Milch sollten zusammen ein Gewicht von 135g haben - also je nach Größe des Eis die Menge an Milch anpassen. Für fünf Minuten kneten.  Der Teig ist nach den fünf Minuten noch recht klebrig. In Folie eingewickelt für 30 Minuten in den Kühlschrank legen.
15 g	Zucker	
2 g	Salz	
3 g	Hefe (Trockenhefe)	
1	Ei	
85 ml	Milch	
20 g	Butter (weich)	Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und weiter kneten - jetzt sollte er deutlich weniger klebrig sein. Kleine Stücke sollte man mit den Händen schon zu einer dünnen Schicht ausziehen können, ohne dass der Teig reißt. Um ihn noch geschmeidiger zu machen, weiche Butter hinzufügen und einarbeiten.  Nach 8 Minuten Kneten sollte der Teig jetzt nochmal geschmeidiger sein. Auf der Arbeitsfläche lang ziehen und wieder zusammen kneten. Mehrmals wiederholen. Nach 15 Minuten Kneten insgesamt, sollten sich Stücke des Teigs problemlos zu einer sehr dünnen Schicht ausziehen lassen ohne zu reißen.  In einer Schüssel zugedeckt für eine Stunde gehen lassen.
40 g	Butter	In der Zwischenzeit, in einem Topf bei niedriger Hitze Butter schmelzen. Knoblauch schälen, pressen und dazugeben. Salz dazugeben. Bei niedriger Hitze den Knoblauch andünsten. Er soll keine Farbe nehmen, sondern nur die Schärfe verlieren.
5	Knoblauchzehen (etwa 20g)	
¼ TL	Salz	
2	Lauchzwiebel (nur das Grüne)	Das Grüne der Lauchzwiebeln putzen und in dünne Ringe schneiden. Ein Viertel beiseite stellen, die werden am Schluss auf das Brot gegeben.  Nach einer Stunde hat der Teig seine Größe etwa verdoppelt. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen Die Knoblauchbutter darauf verstreichen Das Grüne der Lauchzwiebeln darauf verteilen.  Den Teil in 18 gleich große, rechteckige Stücke schneiden. Die Scheiben werden später nebeneinander in eine Kastenform gestellt. Eine Seite sollte also in etwa so lang (oder etwas kürzer) als die Breite einer Kastenform sein. Immer drei Stücke aufeinander stapeln und dann seitlich in eine Kastenform stellen. Zugedeckt nochmal 30 Minuten gehen lassen.

1 Ei Mit geschlagenem Ei bestreichen. Sesam und die restlichen  
1 TL Sesamsamen Ringe der Lauchzwiebeln darauf streuen.

Im vorgeheizten Ofen bei 170°C Ober-/Unterhitze für 23 Minuten  
backen, bis das Brot aussen knusprig und innen noch saftig/  
weich ist.

Durch die spezielle Art das Brot aus Scheiben zusammensetzen, kann sich jeder sein Stück Brot  
einfach vom Laib abziehen.

**Quelle: Taste life**

# Naan

## Indisches Naan Brot



8 Portionen



Vorbereiten  
10 min



Gehen lassen  
80 min



Zubereiten  
10 min

150 ml Milch (lauwarm)  
½ EL Zucker  
2 TL Hefe (Trockenhefe)

Milch in eine Schüssel gießen. Zucker und Hefe einrühren. An einem warmen Ort ca. 20 Minuten ruhen lassen, bis die Hefe sich aufgelöst hat und die Mischung schaumig wird.

500 g Mehl  
½ TL Salz  
1 TL Backpulver  
2 EL Zucker  
2 EL Öl

Das Mehl in eine große Schüssel geben, Salz und Backpulver untermischen. Zucker, die Milch mit der aufgelöste Hefe und Pflanzenöl dazugeben.

150 ml Joghurt (Vollmilch)  
1 Ei  
¼ TL Öl

Den Joghurt leicht aufschlagen und dazugeben. Das Ei leicht schlagen und ebenfalls zur Mischung geben.

Alles gut 10 Minuten durchkneten, bis der Teig glatt und geschmeidig ist. 1/4 TL Öl in eine Schüssel geben und die Teigkugel darin herumrollen.

Die Schüssel mit Frischhaltefolie bedecken und den Teig an einem warmen Ort 1 Stunde gehen lassen, so dass er sich verdoppelt.

Den Teig erneut durchkneten, in 8 gleich große Kugeln teilen und mit einem Tuch bedecken.

Die erste Kugel mit etwas Mehl dünn auswallen, entweder tropfenförmig oder rund.

Eine Pfanne (ohne Öl) auf großer Flamme erhitzen. Ich nehme dazu eine unbeschichtete Gusseisen-Pfanne, da ich diese ohne Gefahr für die Beschichtung trocken erhitzen kann.

Erst, wenn die Pfanne sehr heiß ist den Fladen hineingeben. Auf einer Seite braten, bis er Blasen wirft. Dann noch kurz umdrehen (Vorsicht, jetzt kann das Naan leicht verbrennen!) und die andere Seite kurz bräunen.

Das Naan noch warm servieren. Entweder pur servieren oder noch mit Butter und/oder Knoblauch bestreichen. Schmeckt genial zu jeder Art von Curry oder zu Gerichten mit Sauce.

**Quelle: Chefkoch**

# Süße Tapiokaperlen in Kokosmilch

Tapiokaperlen sind kleine, zu Kugeln gepresste Tapiokastärke aus der Maniokwurzel. Diese Perlen sind vielleicht noch vom kurzzeitig sehr beliebten Bubble Tea bekannt. Amy, eine Kollegin, hatte zu einem Workshop eine große Portion von Tapiokaperlen in Kokosmilch mitgebracht. Das ganze Team war total begeistert und deswegen landet das Rezept auch hier in meinem Kochbuch.



6 Portionen



Zubereiten  
30 min

100 g	Tapiokaperlen (klein)	<p>In einem Topf 1l Wasser zum Kochen bringen. Das Verhältnis von Tapioka Perlen zu Wasser ist 1:10.</p> <p>Wenn das Wasser kocht, die Tapioka Perlen hinzugeben. Die Hitze reduzieren und gelegentlich umrühren.</p> <p>Nach etwa 5 Minuten, sollten die Tapioka Perlen größtenteils durchsichtig sein - mit einem kleinen weissen Punkt in der Mitte. Den Herd ausschalten und den Deckel auf den Topf legen. Zugedeckt für 15-20 Minuten ziehen lassen, bis die Perlen komplett durchsichtig sind.</p> <hr/> <p>Das Wasser abgießen und die Perlen mit kaltem Wasser waschen, bis sie nicht mehr heiss und klebrig sind.</p>
250 ml	Kokosmilch	<p>Die Milch in in einem Topf erwärmen. Den Zucker dazugeben und auflösen. Die Vanilleschote halbieren, auskratzen und mit in die Milch geben. Die Kokosmilch hinzufügen.</p>
250 ml	Milch	
125 g	Zucker	
½	Vanilleschote	
125 g	Weintrauben	<p>Die Tapioka Perlen hinzugeben. Trauben hinzufügen und entweder servieren oder in den Kühlschrank geben und kalt servieren.</p>

Statt Weintrauben, wie bei Amy, passt auch eine in Würfel geschnittene Mango hervorragend dazu. Evtl. noch 1-2EL Kokosraspel in einer Pfanne farblos anrösten und dazugeben.

**Quelle:** Amy

# Roti



4 Brote



Vorbereiten  
10 min



Gehen lassen  
30 min



Backen  
10 min

220 g Mehl  
120 ml Wasser  
1 TL Salz

Mehl, Wasser und Salz zu einem Teig verkneten, in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 Minuten ruhen lassen.

1 EL Öl

Den Teig in 4 Portionen teilen und zu Fladen ausrollen, die gerade den Boden der Pfanne bedecken, in der ihr sie gebacken werden sollen.

Die Pfanne auf großer Hitze komplett aufheizen und lediglich mit etwas Küchenkrepp einen Tropfen Öl in der Pfanne verteilen. Es darf kein Öl in der Pfanne fließen.

Von beiden Seiten die Roti Fladen solange backen, bis sich Blasen bilden. Das sind in der Regel ca. 30 Sekunden von jeder Seite.

Roti passen wie Naan auch, hervorragend zu Currys aller Art.

**Quelle: Food und Co.**

# New York Cheesecake im Glas



6 Gläser



Vorbereiten  
20 min



Backen  
45 min

## Für den Boden

140 g Butterkekse  
70 g Butter

Die Butterkekse zerbröseln, gut mit der flüssigen Butter vermischen. Auf sechs hitzebeständige Gläser (220ml) verteilen und auf dem Boden festdrücken. Bei 180 Grad im vorgeheizten Ofen 5-10 Minuten vorbacken, dann herausholen.

## Für den Belag

130 g Zucker  
2 EL Speisestärke  
400 g Frischkäse  
130 g Magerquark  
100 g Sahne  
1 Ei  
1½ EL Zitronensaft

Den Zucker mit Stärke, Frischkäse und Magerquark cremig rühren. Das Ei, die Sahne und den Zitronensaft dazugeben und alles glatt rühren. Nicht mit dem Rührgerät schlagen, sondern langsam cremig rühren, das ist ganz wichtig.

Die Creme auf den vorgebackenen Boden in den Gläsern verteilen. Für weitere ca. 40 Minuten backen. Wenn der Rand leicht braun ist, herausnehmen.

## Für den Guss

170 g Schmand  
1½ EL Zucker  
1 Päck. Vanillezucker  
1 TL Zitronensaft

Die Zutaten für den Guss miteinander verrühren. Den Guss auf die Gläschen verteilen und den Kuchen nochmal 5 Minuten backen.

# Fleiscbällchen Spieße

## Tsukune

Bei einem Bring-Your-Own-Grillen im Büro hat Philipp diese super leckeren, fluffigen Hackbällchen-Spieße mitgebracht. Am Grill noch lecker glasiert, waren sie einfach hervorragend und ich musste nach dem Rezept fragen. Das Rezept war in Japanisch, doch mit einer Mischung aus Google Translate und Hilfe von Philipp habe ich es doch geschafft die Tsukune nachzukochen.



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Kochen  
10 min



Grillen  
10 min

250 g Hackfleisch (Hähnchen) Das Hackfleisch mit dem Salz in eine Schüssel geben und mit dem Ende eines Nudelholzes stampfen, bis die Masse glatt ist.

1 Prise Salz

4 Blätter Shiso (sehr fein) Die Lauchzwiebel sehr fein schneiden und mit den anderen  
1 Lauchzwiebel Zutaten zur Hackmasse geben und durchkneten.

3½ EL Panko

1 Ei

1½ EL Kartoffelstärke

1 TL Austernsauce

1 TL Zucker (Rohrzucker)

1 TL Sake

1 TL Sesamöl

1 TL Mayonnaise

½ TL Brühpulver

½ TL Ingwersaft

Pfeffer

Die Hackmasse mit feuchten Händen zu Bällchen formen (etwa 1 EL Masse pro Bällchen).

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und die Hackbällchen leicht unter dem Siedepunkt fertig garen lassen. Nach etwa 10 Minuten sollten sie durchgegart sein.

Abgießen, abkühlen lassen und jeweils 3 oder 4 Bällchen auf einen Holzspieß stecken.

2 EL Sojasauce

2 EL Mirin

2 EL Zucker

2 EL Sake

Die Zutaten für die Soße in einem kleinen Topf erhitzen und etwa 5 Minuten bei leichter Hitze köcheln lassen.

Die Fleischbällchen für etwa 10 Minuten grillen und dabei mehrmals mit der Soße bestreichen.

---

1	Eigelb Chilipulver	Nach Geschmack mit Chili bestreuen und mit einem Eigelb zum Dippen servieren.
---	-----------------------	---

Das Rezept funktioniert auch ohne ohne Shiso - ein etwas minziges, leicht bitteres Blatt. Philipp weicht die Semmelbrösel noch in etwas Milch ein, was die Bällchen noch fluffiger macht.

**Quelle: Philipp**

# Pecan Pie



12 Stücke



Vorbereiten  
30 min



Kühlstellen  
130 min



Backen  
55 min

## Für den Boden

160 g Mehl  
1 TL Zucker  
½ TL Salz  
115 g Butter

Mehl, Zucker, Salz in einer Schüssel vermischen. Die kalte Butter in Würfel schneiden und hinzufügen.

Mit Hilfe von Knethaken oder zweier Gabeln, die Butter in den Teig einarbeiten. Die ideale Konsistenz sind erbsengroße Stücke von Butter die von Mehl überzogen sind. Ein paar größere Stücke Butter sind ok.

60 ml Wasser (eiskalt)

Das Wasser abmessen und Eiswürfel hinzufügen. Umrühren. Wenn das Wasser abgekühlt ist, wieder 60ml abmessen, da etwas Eis geschmolzen ist. Das Wasser portionsweise (je zwei Esslöffel) zum Teig geben und nach jeder Portion umrühren. Kein weiteres Wasser hinzufügen, wenn der Teig sich zu größeren Klumpen verbunden hat. Der Teig fühlt sich leicht feucht und etwas klebrig an. Nicht mehr Wasser hinzufügen als nötig.

Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben. Mit bemehlten Händen, den Teig falten bis das Mehl vollständig eingearbeitet ist. Zu einer Kugel formen, flach drücken, in Klarsichtfolie einwickeln und für mindestens zwei Stunden kühl stellen.

1 Ei

Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche ausrollen. Dabei leichten Druck mit dem Nudelholz ausüben. Von der Mitte aus in alle Richtungen ausrollen und den Teig immer wieder drehen. Die Ränder glätten, sollten Risse auftreten.

Zu einem Durchmesser von 30cm ausrollen. In eine Kuchenform mit 23cm Durchmesser legen und vorsichtig andrücken. Für einen schönen Rand, den Überstehenden Teig nach unten Falten und einen schönen Rand formen, so daß eine etwa 2cm hohe Kuchenform entsteht.

Ein Ei verquirlen und den Rand damit bestreichen. Die Kuchenform nochmal für 10 Minuten kühl stellen.

## Für die Füllung

250 g Pecanüsse

Die Pecanüsse grob hacken - einige können auch noch ganz bleiben. Gleichmäßig auf dem Kuchenteig verteilen.

3 Eier  
240 ml Maissirup (dunkel)  
100 g Brauner Zucker

Die Butter schmelzen. Mit dem Maissirup, dem Zucker, den Eiern, Salz und Zimt vermischen. Die Vanilleschote halbieren und auskratzen. Das Vanillemark ebenfalls in die Füllung mischen. Über die Pecanüsse geben.

1 Vanilleschote  
60 g Butter  
½ TL Salz  
½ TL Zimt

Den Ofen auf 175°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kuchenform auf einem Gitter im unteren Drittel des Ofens für 50-55 Minuten backen oder bis die Oberfläche leicht gebräunt ist. Falls die Kruste zu schnell bräunt, kann sie auch mit einem Streifen Alufolie oder Backpapier abgedeckt werden,

Den Kuchen aus dem Ofen nehmen und auf einem Gitter vollständig abkühlen lassen. Dabei setzt sich die Füllen während sie abkühlt.

Den Kuchen warm oder bei Zimmertemperatur mit Schlagsahne oder Eiscreme servieren. In den USA wird zum Vermischen des Teigs ein spezieller Pastry Cutter verwendet. Knethaken oder Gabeln gehen aber auch. Hauptsache es kommt keine Wärme in den Teig, wie das beim Kneten mit den Händen wäre. Der Teig kann auch mehrere Tage vorher gemacht und im Kühlschrank gelagert werden.

**Quelle: Sally's Baking Recipes**

# Butter Chicken



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Kühlstellen  
3 Std



Zubereiten  
1 Std

## Für die Marinade

1 Stck	Ingwer (daumengroß)	Knoblauch und Ingwer schälen. Mit einer Reibe sehr fein reiben und vermischen. Die Hälfte abgedeckt in den Kühlschrank stellen, diese wird später für die Sauce benötigt.
6	Knoblauchzehen	
600 g	Hähnchenbrust	Das Fleisch in Streifen schneiden und in eine Schüssel geben.
1 TL	Kurkuma	Die Gewürze und das Salz zum Fleisch geben.
1½ TL	Kreuzkümmel	
1½ TL	Korianderkörner (gemahlen)	
1 TL	Garam Masala	
1 TL	Chilipulver	
1 TL	Salz	
1	Zitrone	
120 g	Joghurt	

## Für die Sauce

1	Zwiebel (groß)	Die Zwiebel schälen und in Würfel schneiden. Die Chilischote halbieren, die Kerne entfernen und in dünne Streifen schneiden.
1	Chilischote (grün)	
3 EL	Butter	Butter und Öl in einem schweren Topf auf mittlerer Hitze erwärmen. Darin Kardamom, Lorbeerblätter, Nelken und Zimtstange anrösten.
2 EL	Olivenöl	
4 Kapseln	Kardamom	
2	Lorbeerblätter	
4	Nelken	
5 cm	Zimtstange	
½ TL	Kurkuma	Nach etwa 3-5 Minuten die Gewürze, das Salz und die gewürfelte Zwiebel dazugeben und mit anbraten. Die Zwiebel soll dabei keine Farbe annehmen.
1½ TL	Kreuzkümmel	
1 EL	Garam Masala	
1 TL	Chilipulver	
1½ TL	Korianderkörner (gemahlen)	
	Salz	

		Nach etwa 5 Minuten die restliche Ingwer/Knoblauchpaste hinzugeben und nochmal für 2-3 Minuten braten.
60 g	Cashewkerne	Die geschnittenen Chilis und die Cashewkerne mit in den Topf geben und unter Rühren ein paar Minuten mit anbraten.
240 ml	Wasser	Das Wasser in den Topf geben und ggf. den Satz vom Topfboden lösen. Die Dosentomaten dazugeben und umrühren.  Die Sauce etwa 20 Minuten köcheln lassen. Ggf. noch 100ml Wasser dazugeben. Die Temperatur herunterdrehen und weitere 25 Minuten köcheln lassen - gelegentlich umrühren.
1 Dose	Tomaten	
		Das marinierte Fleisch auf Spieße stecken. Auf dem Grill bei hoher Hitze grillen - es muss Farbe und Röstaromen bekommen.  Alternativ, das marinierte Fleisch auf ein Blech legen und direkt unter dem Grill im Ofen für 10-15 Minuten grillen bis es Farbe bekommen hat.
1 EL	Zucker	Lorbeerblätter, Zimtstange, Nelken und Kardamom herausnehmen - nicht wahnsinnig machen wenn nicht alle gefunden werden. Die Sauce in den Mixer geben und gründlich glatt mixen. Durch ein Sieb zurück in den Topf passieren. Den Zucker dazugeben (kann auch etwas mehr oder weniger sein) und ggf. nachwürzen.
100 ml	Sahne	Das Fleisch mit in die Sauce geben. Die Sahne und die Butter dazu und alles unterrühren.
	Koriandergrün	
3 EL	Butter	Wenn die Sauce glatt und heiß ist, kann serviert werden, Mit etwas Koriandergrün garnieren.

Mit Basmati Reis oder Naan Brot servieren.

**Quelle: Andy Cooks**

# Chimichurri



8 Portionen



Vorbereiten  
10 min



Ziehen lassen  
1 Std

1 Bund	Petersilie	Knoblauch schälen. Die Chilischote halbieren und die Kerne entfernen. Beides sehr fein hacken. Die Petersilie abzupfen und die Blätter fein hacken. Die Menge sollte in etwa eine halbe Tasse voll ergeben.
2	Knoblauchzehen	
1	Chilischote	
250 ml	Olivenöl	Alle Zutaten in einer Schüssel vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2 EL	Rotweinessig	
$\frac{3}{4}$	Oregano (getrocknet)	Für mindestens 10 Minuten ziehen lassen, so dass alle Zutaten ihre Aromen ans Öl abgeben können. Idealerweise für 2 Stunden ziehen lassen. Chimichurri kann gut vorbereitet werden und im Kühlschrank aufbewahrt werden.
$\frac{3}{4}$	Salz	
	Pfeffer	

Der Rotweinessig kann auch durch Zitronensaft ersetzt werden.

Chimichurri eignet sich hervorragend, um ein paar Löffel über das fertige Steak zu geben. Es kann auch benutzt werden, um die Sauce schon während des Grillens auf Hähnchen oder Steak zu streichen. Es wird eher nicht als Marinade benutzt.

**Quelle: Cafe Delites**

# Cinnamon Roll Pancakes



4 Portionen



Vorbereiten  
20 min



Backen  
30 min

## Für den Cinnamon Swirl

45 g	Butter	Die Butter in einem kleinen Topf schmelzen. Braunen Zucker und Zimt hinzugeben und unter Rühren erhitzen bis der Zucker schmilzt.
130 g	Brauner Zucker	
¾ TL	Zimt	

80 ml	Sahne	Die Sahne mit in den Topf geben und gut unterrühren. Vom Herd ziehen.
-------	-------	---

## Für die Pancakes

220 g	Mehl	Mehl, Backpulver und Salz in einer Schüssel vermischen.
1 EL	Backpulver	
1 TL	Salz	

475 ml	Buttermilch	In einer Rührschüssel Buttermilch, Eier und Öl verrühren. Die trockenen Zutaten und die Vanille dazugeben. Unterrühren, bis der Teig keine Klümpchen mehr hat und alles gleichmäßig vermischt ist - aber nicht über-mixen.
2	Eier	
1 Msp	Vanille	
2 EL	Öl	

2 TL	Öl	In einer beschichteten Pfanne einen viertel Teelöffel erhitzen. Jeweils eine Portion von etwa 120ml in die Pfanne geben - das sollte einen Pfannkuchen von etwa 15cm Durchmesser ergeben.
------	----	---

In einer spiralförmigen Bewegung eine gleichmäßige Spur des Cinnamon Swirl auf dem Pfannkuchen verteilen.

Die Pfannkuchen für zweieinhalb Minuten backen, bis die Ränder anfangen trocken zu werden, der Pfannkuchen hochgeht und sich kleine Luftbläschen bilden. Wenden und noch einmal für eineinhalb Minuten backen.

Jeweils zwei Pfannkuchen auf einen Teller stapeln und mit Puderzucker bestreuen.

**Quelle: The Cheesecake Factory**

# Chettinad Pepper Paneer Masala

## Paneer Chettinad Curry



4 Portionen



Vorbereiten  
15 min



Kochen  
30 min

### Für die Masala Paste

1 TL	Öl	In einer Pfanne Öl erhitzen.
¼ TL	Fenchel	Fenchel, Kreuzkümmel, Korianderkörner, Pfeffer, Stern Anis, Lorbeerblatt, Nelken, Kardamom, Muskatblüte, Zimt, getrocknete Chilis und Curryblätter hinzufügen.
1 TL	Kreuzkümmel	
1 TL	Korianderkörner	
½ TL	Pfeffer	Auf niedriger Hitze rösten, bis die Gewürze anfangen zu duften.
1	Sternanis	
1	Lorbeerblatt	
½ TL	Nelken	
3 Kapseln	Kardamom	
1	Muskatblüte	
3 cm	Zimt	
5	Chili (rot, getrocknet)	
12	Curryblätter	
120 ml	Kokosraspel	Eine halbe Tasse Kokosnussraspeln - am besten frisch - hinzufügen und rösten bis die Kokosnuss goldbraun wird.
	Wasser	Abkühlen lassen und in den Mixer geben. Mit etwas Wasser im Mixer zu einer gleichmäßigen Paste verarbeiten.  Die Chettinad Masala Paste aufseiten stellen.

### Für das Curry

3 EL	Öl	Das Öl in einem großen schweren Topf - im Original ein Kadai - erhitzen.
1	Lorbeerblatt	Lorbeerblatt, Fenchel, Kreuzkümmel und Curryblätter hinzugeben und braten bis die Gewürze anfangen zu duften.
½ TL	Fenchel	
1 TL	Kreuzkümmel	
12	Curryblätter	
1	Zwiebel	Die Zwiebel schälen und würfeln. Den Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Ingwer schälen und reiben. Zu den Gewürzen geben und braten bis die Zwiebel goldbraun wird.
4	Knoblauchzehen	
3 cm	Ingwer	
½ TL	Kurkuma	Bei niedriger Hitze, Kurkuma, Chilipulver, Kreuzkümmel, Koriander und Salz hinzugeben und kurz mit rösten.
½ TL	Chilipulver	

¼ TL	Kreuzkümmel (gemahlen)	
½ TL	Korianderkörner (gemahlen)	
1 TL	Salz	
1	Tomate	Die Tomate würfeln und hinzugeben. Weiterbraten bis sie weich wird.
		Die vorbereitete Chettinad Masala Paste hinzugeben und für 10 Minuten köcheln (bis sich das Öl so ein bisschen absetzt).
700 ml	Wasser	Wasser hinzufügen und umrühren - ggf. die Konsistenz noch anpassen.
250 g	Paneer	Wenn die Sauce kocht, die Paneerwürfel hinzugeben. Für etwa 10 Minuten leise köcheln, so dass sich die Gewürze verbinden können.
2 EL	Koriandergrün	Geschnittenes Koriandergrün hinzufügen und servieren.

Zum Chettinad Curry passen am besten Roti oder Reis.

**Quelle: Hebbbar's Kitchen**

# Ultimative Nussplätzchen

Während eines langen Wochenendes in Dresden, waren wir am Samstag Abend auf der Suche nach einem Bäcker. Wir wollten uns noch eine Kleinigkeit zu essen kaufen, um Turandot in der Semperoper nicht mit leerem Magen zu sehen.

Wir fanden die Kexerei. Eine Bäckerei die nur Kekse (und Stollen) verkauft. Sehr lecker. Wir waren am Sonntag gleich nochmal da. Am meisten in Erinnerung sind die Nussplätzchen geblieben. Also habe ich versucht die nachzubacken.



4 Bleche



Vorbereiten  
30 min



Kühlstellen  
60 min



Backen  
60 min

300 g Haselnüsse (ganz) Haselnüsse im Ofen bei 180 Grad auf dem Backblech rösten, bis sie duften und die Farbe der Schalen dunkelbraun wird. Blech aus dem Ofen nehmen und kurz abkühlen lassen.

Die Nüsse reiben - damit ein Teil der Schalen der Haselnüsse sich löst. Beiseite stellen.

250 g Butter Butter und Zucker schaumig schlagen.

250 g Zucker

2 Eigelb Die Eigelbe unter die Butter/Zucker Mischung schlagen.

500 g Mehl Die Zutaten mit dem Mehl und dem Backpulver zu einem Plätzchenteig verkneten.  
1 Prise Backpulver

Die Haselnüsse in den Teig einarbeiten. Zwei Rollen aus dem Teig formen - geht auch rechteckig.

Eine Stunde in Folie eingewickelt im Kühlschrank ruhen lassen.

Auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche mit einem scharfen Messer vorsichtig Scheiben von ca. 1 cm Dicke von der Rolle abschneiden. Auf Bleche mit Backpapier setzen. Bei 180°C (Ober-/Unterhitze) ca. 12-16 Minuten backen.

Ich bevorzuge die Haselnüsse im Ganzen. Mit einem scharfen Messer ist es auch nicht schwer durch die Haselnüsse zu schneiden. Alternativ, die Nüsse vor dem Vermischen mit dem Teig in eine Gefrierüte geben und mit dem Nudelholz grob zerkleinern.

# Orange Chicken

Orange Chicken ist ein typisches Asia Lieferdienst Gericht in den USA. Ich habe eine ganz persönliche Beziehung zu Orange Chicken. Als ich für mein damaliges Projekt in Detroit war, um es an meinen Nachfolger zu übergeben, hatte ich mich am Flughafen mit einem Kollegen getroffen. Ryan flog zurück nach Seattle und ich zurück nach Deutschland.

Bein einem leckeren Teller Orange Chicken am Flughafen, machte er mir ein Angebot, das noch lange nachwirken sollte. Nicht nur, habe ich mit Ryan das größte internationale Projekt geleitet, es hat auch dazu beigetragen, dass ich später für mehrere Jahre in Detroit gelebt habe. Ich denke also öfters mal an dieses eine schicksalshafte Essen zurück.



4 Portionen



Vorbereiten  
30 min



Braten  
60 min

## Für das knusprige Hähnchen

500 g	Hähnchenbrust	Die Hähnchenbrust in 2cm große Würfel schneiden - nicht zu klein, sonst werden die beim Braten später trocken (und machen mehr Arbeit).
	Salz	
	Pfeffer	
	Paprikapulver	Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Knoblauchpulver würzen.
	Knoblauch (granuliert)	
80 g	Mehl	Mehl, Speisestärke, Backpulver in einer Schüssel vermischen. Das Ei und Wasser hinzugeben und gut verrühren. Der Teig soll die Konsistenz, von dickflüssigem Pfannkuchenteig haben.
80 g	Speisestärke	
2 Msp	Backpulver	
110 ml	Wasser	Das Fleisch in die Nass-Panade geben, gut umrühren und für 30 Minuten kühl stellen.
1	Ei (eiskalt)	
1 Liter	Öl	Das Öl in einem Topf auf 160°C erhitzen. Das Fleisch in Portionen für 3 Minuten frittieren. Herausnehmen und abtropfen lassen.  Für den zweiten Frittier-Gang das Öl auf 175-180°C erhitzen. Das Fleisch nochmals portionsweise für 2-3 Minuten frittieren bis es goldbraun und knusprig ist. Warmstellen.

## Für die Orangen-Sauce

2	Orangen	Die Orangen auspressen. Es werden insgesamt 230ml Saft benötigt.
1 EL	Öl	Ingwer und Knoblauch schälen und fein reiben. Öl in einer Pfanne oder Wok erhitzen und darin Ingwer, Knoblauch und Chiliflocken bei mittlerer Hitze leicht anbraten.
1 TL	Ingwer	
1 TL	Knoblauch	
½ TL	Chiliflocken	
50 g	Zucker	Zucker mit in die Pfanne geben und schmelzen lassen.

70 ml	Reisessig	Mit dem O-Saft ablöschen. Reisessig, Sesamöl, Sojasauce dazugeben und unterrühren.
1 TL	Sesamöl	
4 EL	Sojasauce	
3 EL	Wasser	Speisestärke in kaltem Wasser auflösen. Die Sauce damit zur gewünschten Konsistenz abbinden und kurz aufkochen lassen. Die Hitze reduzieren.
1 TL	Speisestärke	
1½ TL	Honig	Mit Honig abschmecken. Gegebenenfalls mit Sojasauce, Essig, Orangensaft, Chili, nachwürzen.
3	Lauchzwiebeln	Lauchzwiebeln schräg in dünne Ringe schneiden.
2 TL	Sesam	Das Fleisch zur Sauce in die Pfanne geben. Lauchzwiebeln und Sesam hinzugeben und unterrühren, so dass alles gleichmäßig von der Orangensauce umhüllt ist.

Mit Reis servieren.

Beim Test-Kochen, habe ich noch die abgeriebene Schale einer Orange zur Sauce gegeben. Diese hatte anschließend eine leichte Bitternote.

# Türkische Nudeln

## Yogurtlu Eriste

Bei diesem Gericht trifft Pasta auf cremigen Joghurt und eine würzige Hackfleischsoße. Abgerundet wird das Ganze mit einer schnell gemachten Paprikabutter. Das Rezept ist obendrein sehr einfach und geht schnell.



3 Portionen



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
15 min

300 g	Nudeln	Die Nudeln in Salzwasser bissfest kochen.
2 EL	Olivenöl	Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Etwas Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und das Hack "krümelig" braten.
450 g	Hackfleisch	
1	Zwiebel	Die Zwiebeln dazu geben und mitbraten.
2	Knoblauchzehen	In der Mitte des Topfes eine Mulde frei schieben und den Knoblauch hineinpressen. Etwa eine Minute mitbraten lassen.
1 EL	Tomatenmark	
2	Tomaten	Die Tomaten halbieren und das Kerngehäuse Herausnehmen. Die Tomaten würfeln, mit in die Pfanne geben und kurz mitbraten.
		Das Tomatenmark hinzugeben unterrühren und für eine weitere Minute braten.
50 ml	Wasser	Das Wasser in die Pfanne geben, den Satz lösen und das Wasser wieder fast vollständig verkochen lassen.
½ TL	Kreuzkümmel	
1 Prise	Oregano Salz & Pfeffer	Mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und Oregano abschmecken.
200 g	Joghurt Salz	In der Zeit den Joghurt mit Salz abschmecken. Wer mag gibt noch eine kleingehackte Knoblauchzehe hinzu.
2 EL	Butter	Die Butter in einem kleinen Topf schmelzen, das Paprikapulver dazu geben und verrühren. Die Butter vom Herd ziehen, damit sie nicht verbrennt.
1 TL	Paprikapulver (edelsüß)	
1 EL	Petersilie	Die Petersilie hacken. Die Nudeln abgießen. Dazu das Hackfleisch mit der Pasta vermischen. Den Joghurt oben drüber geben und die Paprikabutter darüber träufeln. Mit der Petersilie anrichten.

Das Hackfleisch für die würzige Hackfleischsoße darf ruhig etwas Farbe bekommen. Es kann schön scharf und krümelig angebraten werden. Die Röststoffe bringen einen herzhaften Geschmack.

Bei der Butter ist etwas mehr Vorsicht geboten, dass sie nicht im Topf verbrennt. Nachdem das Paprikapulver eingerührt ist, kann sie schon vom Herd gezogen werden.

Quelle: Fissler

# Zitronenmuffins

Zum Geburtstags-Frühstück brauchte ich etwas um die Kerzen darauf zu stecken. Ein Kuchen für zwei Personen war mir zu viel, also Muffins, aber nicht die üblichen Schoko Muffins. Diese saftigen Zitronenmuffins schmecken dezent säuerlich, erfrischend und natürlich trotzdem schön süß.



12 Stück



Vorbereiten  
10 min



Backen  
18 min

## Für den Teig

260 g	Mehl	Backofen auf 175°C Ober- und Unterhitze vorheizen
½ TL	Natron	Mehl, Natron, Backpulver, Zucker, Salz und Zitronenabrieb in einer Schüssel gut vermischen.
2 TL	Backpulver	
130 g	Zucker	
1 Prise	Salz	
½ TL	Zitronenschale	
2	Eier	Die Butter in einem Topf vorsichtig schmelzen. Sie soll nur flüssig, aber nicht warm werden.
120 g	Butter	
210 g	Joghurt	In einer zweiten Schüssel Eier, Butter und Joghurt verquirlen.
3 EL	Zitronensaft	Die flüssigen Zutaten mit dem Zitronensaft zu den trockenen Zutaten geben. Alles kurz und bei niedriger Geschwindigkeit miteinander verrühren, aber nur so lange, bis alles homogen ist.  Den Teig in Silikon-Muffin-Förmchen geben. Die Formen dabei nur zu etwa zwei Dritteln füllen. Muffins rund 18-20 Minuten backen. Sie sollen natürlich gar, aber noch schön saftig sein. Muffins abkühlen lassen.

## Für die Glasur

100 g	Puderzucker	Den gesiebten Puderzucker mit Zitronensaft und so viel Milch verrühren, bis sich ein glatter, nicht zu flüssiger Guss ergibt. Die Muffins damit bestreichen und mit etwas Zitronenabrieb dekorieren.
1½ EL	Zitronensaft	
1 EL	Milch (grobe Angabe)	

Wer es besonders zitronig mag, kann einen Teelöffel Zitronenabrieb in den Teig geben

**Quelle: Backen macht glücklich**

# Walnussküchlein

Bei der Zubereitung von Creme Brulee bleiben immer Eiweiße übrig. Daraus kann natürlich auch noch etwas leckeres entstehen. Mini-Walnuss-Küchlein.



12 Stück



Vorbereiten  
15 min



Backen  
15 min

125 g	Butter	Die Butter in einem kleinen Topf auf milder Hitze aufkochen, bis sie nach Haselnuss duftet. Den Topf rechtzeitig beiseitestellen, damit der Topfboden abkühlt.
5	Eiweisse	Zucker und Eiweiße mit einem Holzlöffel verrühren, nicht schaumig schlagen! So lange rühren, bis der Zucker aufgelöst ist.
125 g	Zucker	
50 g	Walnüsse (gerieben)	Die Walnüsse mit Mehl mischen und unter das Eiweiß rühren.
40 g	Mehl	Jetzt auch Likör und Zitronenschale einarbeiten.
1 EL	Zitronenlikör	
	Zitronenschale	

Schließlich langsam die Butter zufügen, dabei ständig rühren und langsam gießen, damit sich beides gut verbindet.

Inzwischen die Förmchen sehr sorgfältig mit Butter auspinseln, die Masse gleichmäßig darin verteilen – die darf die Förmchen nur zu zwei Dritteln füllen.

Bei 190 Grad Heißluft ca. 10-15 Minuten backen, bis die Törtchen aufgegangen und goldbraun geworden sind. Unbedingt noch warm aus den Förmchen lösen!

**Quelle: Martina und Moritz**

# Spaghetti Aglio e Olio

Spaghetti aglio e olio ist eines der bekanntesten und auch einfachsten italienischen Pastagerichte. Gutes muss nicht kompliziert sein. Selbst wenn sich ein Zwei Sterne Koch des Rezepts annimmt, ist es immer noch schnell und einfach nachgekocht. Dieses Rezept ist eine raffinierte Abwandlung des Klassikers aus Neapel.



2 Portionen



Zubereiten  
15 min

300 g	Spaghetti Salz	Wasser in einem großen Topf mit reichlich Salz zum Kochen bringen. Die Spaghetti hineingeben. Während die Pasta al-dente kocht wird die Sauce zubereitet.
5	Knoblauchzehen	Die Knoblauchzehen schälen, der Länge nach halbieren und den Keimling herausnehmen.  Den Knoblauch in einen kleinen Topf mit kaltem Wasser geben. Zum Kochen bringen, für 10 Sekunden kochen lassen und in ein Sieb abgießen.  Den Vorgang nun noch 4-5 weitere Male wiederholen bis der Knoblauch weich ist. Danach hat er nicht mehr den scharfen, rohen Knoblauchgeschmack.
60 ml 30 ml	Olivenöl Wasser	Den weichen Knoblauch mit Olivenöl und Wasser mit dem Stabmixer aufmixen bis die Sauce cremig ist. Durch ein Sieb in eine Schüssel gießen, um evtl. Knoblauchreste aufzufangen.
	Petersilie (glatt) Salz & Pfeffer Chiliflocken	Die Pasta direkt aus dem Topf in die Schüssel zur Sauce geben und vermischen. Die Sauce wird nur durch die Hitze der Pasta erwärmt.  Fein gehackte Petersilie dazugeben. Mit Salz & Pfeffer abschmecken.  Pasta auf einem Teller anrichten, noch etwas von der Sauce darüber geben. Mit Petersilie garnieren und ein paar Chiliflocken darüber streuen.

Quelle: Alessandro Negrini

# Tomatenmarmelade

Im Urlaub auf Rhodos gab es zum Grillkäse Tomatenmarmelade. Tomate und Marmelade passte vorher in meinem Kopf nicht zusammen, aber ich lag falsch. Pur ist die Marmelade sehr süß, aber mit dem Käse eine geniale Kombination. Also haben wir bei einem Ausflug nach Lindos gleich ein Glas gekauft. Zuhause war das dann natürlich irgendwann leer und ich musste herausfinden wie man die Marmelade selbst kocht.

Es ist gar nicht schwer. Den Strunk aus den Tomaten schneiden und diese grob in Stücke schneiden. Auch die Kerne können drin bleiben - es wird später eh alles püriert. Wer es weniger scharf mag, dann die Chilischote auch weglassen. Ein paar Gewürze und schon kann eine sehr gute Marmelade daraus werden.



5 Gläser



Vorbereiten  
20 min



Kochen  
20 min

1000 g	Tomaten	Den Strunk aus den Tomaten schneiden und diese vierteln.
125 g	Zwiebeln (rot)	Zwiebel und Knoblauch in grobe Würfel schneiden. Basilikum grob durchschneiden.
1	Knoblauchzehe	
30 Blätter	Basilikum	
3 EL	Olivenöl	Olivenöl in einem großen Topf erhitzen, Zwiebel darin glasig anschwitzen, ohne das sie Farbe bekommt. Knoblauch und Chilischote dazu geben, ca 30 Sekunden rührend anbraten.
½	Chilischote	
1½ g	Zimt	Die trockenen Gewürze dazu geben, ca 30 Sekunden anbraten bis es herrlich duftet.
0.6 g	Ingwer (Pulver)	
2½ g	Chilipulver	Tomaten, Tomatenmark und Vanille dazu geben und alles für ca. 10 Minuten auf kleiner Hitze vor sich hin schmurgeln lassen.
1 TL	Salz	
130 g	Tomatenmark	
½	Vanilleschote	
500 g	Gelierzucker (2:1)	Den Basilikum hinzufügen.
5 g	Zitronensäurepulver	Die Masse mit dem Pürierstab je nach Geschmack grob oder fein pürieren. (Ich püriere fein.) Wenn eine Vanillestange genutzt wird, diese vorher herausnehmen.
		Nach dem Pürieren den Gelierzucker und die Zitronensäure dazu geben und für 5 Minuten sprudelnd kochen lassen.
		Gelierprobe machen und eventuell nochmal 1-2 Minuten köcheln lassen.
		Die Marmelade in heiß ausgespülte Gläser füllen, verschließen und abkühlen lassen. Angebrochene Gläser im Kühlschrank aufbewahren.

Die Gewichtsangaben sind mit Werten wie 0,6 Gramm etwas tricky, da empfiehlt sich wirklich eine Feinwaage.

Wenn alle Zutaten im Topf püriert und eingekocht sind, empfiehlt es sich eine Gelierprobe zu machen. Einen Löffel Tomatenmarmelade aus dem Topf auf eine Untertasse geben und diese schräg halten. Wenn die Flüssigkeit in kurzer Zeit halbwegs fest wird, ist die Marmelade genug eingekocht und geliert gut, wenn sie abgekühlt ist.

**Quelle: Maltes Kitchen**

# Ei-Sambal-Shakshuka

Dieses Rezept ist eine willkommene Abwandlung einer Shakshuka, das wir bei Ottolenghi gefunden haben. Er sagt, er habe sich von Nasi Lemak aus Malaysia inspirieren lassen und das Gericht mit den Eiern und der Tomatensauce in der Pfanne erinnert eben stark and Shakshuka aus dem Mittleren Osten.



4 Portionen



Zubereiten  
60 min

1 ½ TL	Fenchel (ganz)	Die Körner aus den Kardamomkapseln, mit den Fenchelsamen und den Nelken in einer kleinen Pfanne auf niedriger bis mittlerer Hitze leicht anrösten. Nach etwa 2 Minuten, wenn die Gewürze schön duften, herausnehmen und in einem Mörser zu einem Pulver zerstoßen.
2	Nelken	
2 Kapseln	Kardamom	
½ TL	Zimt	
1 ½ EL	Curry	
		Das Zimt- und Currypulver hinzugeben und beiseite stellen.
160 g	Zwiebel (rot)	Zwiebeln schälen und klein würfeln. Den Ingwer und Knoblauch schälen und fein reiben. Die Blätter vom Koriander abzupfen und beiseite stellen. Die Stängel fein schneiden. Ebenso die Curryblätter. Ingwer Knoblauch schälen reiben Coriander Stängel hacken, Blätter beiseite stellen
10 g	Ingwer	
5	Knoblauchzehen	
10	Curryblätter	
10 g	Koriandergrün	
3 EL	Olivenöl	Olivenöl in eine Pfanne, zu der es einen Deckel gibt, geben und auf mittlerer Stufe erhitzen. Senfsamen und Curryblätter hinzufügen. Für etwa eine Minute braten, bis die Senfsamen anfangen zu platzen.
½ TL	Senfsamen	
		Die Zwiebelwürfel hinzufügen und für etwa 7 Minuten unter Rühren braten bis sie anfangen Farbe zu nehmen.
150 g	Tomaten (Kirschtomaten)	Den Ingwer und Knoblauch, die Korianderstängel und die frischen Tomaten hinzufügen. Für weitere 5 Minuten kochen.
		Die Fenchel-Gewürzmischung hinzufügen und für 2 Minuten Weiterbraten, bis die Gewürze lecker duften.
1 ½ TL	Sambal Oelek	Sambal Oelek, Dosentomaten, Tamarinenpaste, Wasser, Zucker und Salz hinzugeben. Gut umrühren und zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren und bei niedriger bis mittlerer Hitze für 20-25 Minuten, ohne Deckel köcheln lassen, bis die Sauce eingedickt ist.
1 Dose	Tomaten (400g)	
60 g	Tamarindenmus	
300 ml	Wasser	
15 g	Zucker (Palmzucker)	
1 ¼ TL	Salz	
5	Eier	Die Eier in die Sauce aufschlagen. Etwas Salz und Pfeffer über jedes der Eier geben. Den Deckel auf die Pfanne geben und für 7-8 Minuten köcheln lassen, bis das Eiweiß fertig gekocht ist und das Eigelb noch weich ist.
	Salz	
	Pfeffer	

1 EL	Olivenöl	In der Zwischenzeit Olivenöl in eine kleine Pfanne geben und auf mittlerer Stufe erhitzen. Curryblätter hinzugeben und für etwa eine Minute braten. Von der Hitze nehmen.
10	Curryblätter	

Wenn die Eier fertig gegart sind, das Öl und die gebratenen Curryblätter darüber geben und sofort servieren.

Dazu passt am besten Fladenbrot oder jede Art von Brot mit dem die Sauce aufgenommen werden kann.

Sie Sauce kann gut vorbereitet werden, bis zu dem Punkt, an dem die Eier in die Pfanne gegeben werden.

**Quelle: Ottolenghi**

# Orecchiette di Manzo al Limone

Dieses Gericht hab ich auf der Karte der bekannten italienischen Restaurantkette entdeckt. Allerdings bin ich kein Freund von Rucola, so hatte ich es nicht bestellt. Es klang aber sehr verlockend, also habe ich es zu Hause nachgekocht und zwar eine Variante mit frischem Spinat.

Die Pasta di Manzo al Limone kombiniert zartes Rinderfilet (Manzo) mit einer cremigen Limettensauce und frischem Spinat. Es lohnt sich extra Orecchiette - Öhrchen-förmige Pasta - zu kaufen, denn die kleinen Nudeln nehmen die leckere Soße besonders gut auf.



3 Portionen



Vorbereiten  
10 min



Zubereiten  
15 min

1	Zwiebel	Pastawasser aufsetzen. Die Zwiebel in Würfel und die Paprika in Streifen schneiden.
1	Paprika (rot)	
2 EL	Olivenöl	Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Das Rinderfilet in Streifen schneiden und in der erhitzten Pfanne kurz scharf anbraten. Mit Salz sowie Pfeffer würzen. Danach aus der Pfanne herausnehmen.
300 g	Rindfleisch (Filet)	
	Salz & Pfeffer	
1	Limette	Zwiebel und Paprika in die Pfanne geben und für ca. 2-3 Minuten auf mittlerer Stufe anschwitzen.
1 Zweig	Rosmarin	
		Abrieb der Limette und etwa 1 TL vom frischen Rosmarin in die Pfanne geben.
300 g	Pasta (Orecchiette)	Die Orecchiette ins Pastawasser geben und gemäß Packungsanweisung al dente kochen.
200 g	Mascarpone	Eine Hälfte der Limette auspressen und den Saft in die Pfanne geben.
		Die Mascarpone hinzugeben, gut verrühren und mit 1-2 Kellen Pastawasser aufgießen. Köcheln lassen.
100 g	Spinat (frisch)	Spinat einrühren und danach mit Salz und Pfeffer abschmecken.
	Salz & Pfeffer	
20 g	Parmesan	Rinderfiletstreifen und Orecchiette direkt aus dem Topf wieder in die Pfanne geben.
		Parmesan über alle Zutaten reiben und gut schwenken.

Vorsicht beim Zugeben des Limettensaft. Lieber langsam hinzufügen und zwischendurch probieren. Wer es schärfer mag, kann auch mit Chili und/oder Chili- / Knoblauchöl verfeinern.

**Quelle: Ftaliancook**

# Rezept Backlog

So richtig fertig fertig wird Food! wohl nie werden. Es werden immer weiter neue Rezepte und Inhalte dazukommen. Wie viele kleinere Softwareprojekte leidet auch Food! and akuter **Featuritis**. Irgendwie wird die Liste der Dinge, die ja auch noch ganz cool wären, eher länger als kürzer.

Wenn ich koche, dann gibt durchaus mehr Abwechslung als die Rezepte, die aktuell in Food! enthalten sind. Diese Liste ist meine mehr oder weniger - aber eher weniger - vollständige Liste von Rezepten die ich irgendwann noch ins Kochbuch aufnehmen möchte. Manche hab ich schon oft gekocht und muss sie nur noch Abtippen. Andere sind Ideen, die ich irgendwo aufgeschnappt habe, und die ich erst ausprobieren muss - manche werden es nicht ins Kochbuch schaffen.

Rezept	Quelle/Beschreibung
Bacon Bomb	
Brühpulver	
Rouladen	
Servierten Knödel	
Nusshäufchen	
Zitronentarte	
Dampfnudeln	
Nussrolle	
Eis - Melone, Erdbeer	
Curry Pulver Uta	
Schokokuchen mit flüssigem Kern	
Lemon Squares	
Rohrnudeln	
Karotten Orangen Suppe mit Ingwer und Koriander	
Crema Catalan	
Curry Paste	
Frühlingsrollen	
Putengeschnetzeltes mit Curry und Banane	
Pasta mit Walnussauce	
Cantuccini	
Zimtparfait	
Bratapfel	
Vanillesabayon	
Fisch in Salzkruste	
Jelly Shots	
Quiche Lorraine	
Couscous	
Tomaten Orangen Salat	Eleon
Lebneh	<b>Food 52, Cooking Light, The mediterranean dish</b>

<b>Rezept</b>	<b>Quelle/Beschreibung</b>
Tabouleh	Zeher
Clementine Jelly	<b>Jamie Oliver</b>
Lime Semifreddo Cheesecake	<b>BBC Good Food</b>
Amarettinie Quarkmousse mit Karamell	<b>Lecker.de</b>
Cheesecake-Creme mit Mango-Passions-Coulis	<b>ursprünglich Lecker.de</b>
Lebkuchen Panna Cotta	2014 <b>Essen &amp; Trinken</b>
Chimichurri	<b>High Foodality</b>
The Gaucho Burger	<b>High Foodality</b>
Crepes Suzette	<b>Der Spiegel</b>
Zimteis	
Jogurteis	
Asiatischer Nudelsalat	Jamie Oliver
Knoblauchcreme Suppe mit Brot und Mandeln	Jamie Oliver
Nkatse Nkwan - Erdnußsuppe mit Huhn	Ghana
Kokos Panna Cotta mit Passionsfrucht-Bananen-Curry	
Rezepte aus Ave!WG	
RiceCrispiesMarshmallows	
Malte's Kitchen	<b>Malte's Kitchen</b>
Salzburger Knödel mit Orangenragout	Dessert von Elisabeth Kodim für die Sendung vom 15. November 2012
Bombay Kartoffeln	<b>Jamie Oliver</b>
Focaccia	<b>BBC Food</b>
Nutella Sternbrot	<b>Facebook</b>
Orange Chicken	<b>The Woks of Life</b>
Asian Honey Chicken	<b>Damn Delicious</b>
Panna Cotta	<b>Tim Mälzer</b>
Ofentomatensauce	<b>Tim Mälzer</b>
Piccata Milanese	<b>Chefkoch, Chefkoch</b>
Risotto mit geröstetem Knoblauch und Mandel-Pangritata	<b>Chefkoch</b>
Curry	<b>Jamie Oliver</b>
Roasted red onion & bacon	<b>Jamie Oliver</b>
Potato - Wedges	<b>Chefkoch</b>
Watermelon Granita	<b>Jamie Oliver</b>
Easy Sausage Carbonara	<b>Jamie Oliver</b>
Spicy General Tso's Chicken	<b>Marion's Kitchen</b>
Thai Lemongrass Chicken	<b>Marion's Kitchen</b>
Curry Udon	<b>Curry Roux</b>

<b>Rezept</b>	<b>Quelle/Beschreibung</b>
Chinese Dumplings	
Schoko-Schmarrn mit Mango-Kompott (Tim Mälzer)	<a href="https://www.ndr.de/ratgeber/kochen/rezepte/rezeptdb6_id-9031_station-ndrtv.html">https://www.ndr.de/ratgeber/kochen/rezepte/rezeptdb6_id-9031_station-ndrtv.html</a> INDR
Frittierte Milchreisbällchen	<b>WDR</b>
Cinnamon Butter Dip	Basement Burger Bar
Pamb oli	<b>Essen und Trinken</b>
Rendang	
Gegrillte Marshmallow Erdbeeren	<b>Youtube</b>
TOMATEN-ORANGEN-SALAT	<b>Gute Küche</b>
Pecan Pie	
Pudding Streuselkuchen	<b>Sunday Cake</b>
Türkische Nudeln mit Knoblauchsauce	<b>Chefkoch Chefkoch 2</b>
Grießcreme mit Amarettini und karamellisierten Pistazien	<b>Lecker</b>
Roasted red onion & bacon	<b>Jamie Oliver Jamie Oliver</b>
Amerikanische Pancakes	<b>Chefkoch</b>
Rewe Rezepte (daher kommt zum beispiel der Mallorcinische Mandelkuchen)	<b>Rewe</b>
Best Places to Eat in Detroit	<b>Samantha Brown</b>
Thai Style grilled Chicken	<b>Marion's Kitchen</b>
Thai Chicken and Ginger Noodles	<b>Marion's Kitchen</b>
Thai Chicken and Ginger Stir Fry	<b>Marion's Kitchen</b>
Cole Slaw	<b>Inspired Taste Dinner Then Dessert Simply Recipes</b>
Gyoza	<b>Malte's Kitchen</b>
Sprossensalat	<b>Bento Daisuki</b>
Key Lime Pie	<b>Once Apon A Chef</b>
Vanilleeis von Verena	<b>Chefkoch</b>
Superschnelle Nusshörnchen	<b>Slava</b>
Sandwich Brot	<b>BearBite</b>
Schäufele	<b>Nürnberg</b>
Polpette	<b>Edeka Jamie Oliver</b>
Russische Honigtorte	<b>Ofenkieker</b>
Tajine mit Salzzitronen	<b>Hähnchen-Tajine mit Kürbis, Salzzitrone und Walnüssen, Hähnchen mit Salzzitronen aus der Tajine, Marokkanische Fleischbällchen-Tajine mit Zitrone, Tajine mit Huhn und Salzzitronen, , ,</b>
Mojo Rojo	
Hackbällchen in rotem Curry	

# Nur beste Zutaten

Es ist sehr leicht hervorragende Zutaten durch falsche Zubereitung zu ruinieren. Ein wochenlang abgehangenes Steak wird wenn es trocken gebraten ist einfach ungenießbar. Andersherum ziehen die falschen Zutaten ein Gericht runter.

Ein Koch sollte den Originalgeschmack der Zutaten hervorzuheben, anstatt ihn zu kaschieren. Bei den Zutaten geht es nicht nur um den Preis - teurer heisst nicht automatisch besser. Es geht auch um Qualität, Frische und die richtigen & authentischen Zutaten für das jeweilige Gericht.

Gute Zutaten müssen nicht automatisch teuer sein. Beim genauen hinsehen, sind viele Zutaten sogar günstiger, wenn Rezepte von Grund auf gekocht werden, als auf Convenience Produkte zurückzugreifen. Einige Zutaten, hingegen haben ihren Preis, aber für gute Qualität lohnt es sich zu investieren. Ein Stück Wagyu Rind oder eine langsame gewachsene Entenbrust sind es wert. Für das gleiche Geschmackserlebnis braucht man auch viel weniger davon. Lieber weniger und seltener, aber dafür hervorragend.

Authentizität der Zutaten und die richtige Art/Sorte sind extrem wichtig. Reis ist nicht gleich Reis. Während Basmati oder Jasminreis eine gute Wahl für asiatische Gerichte sind, eignen sie sich nicht für Risotto oder Milchreis. Eine japanische Sojasauce schmeckt anders als eine Thai-Sojasauce.

In meiner Zeit in Detroit, hatte ich Schwierigkeiten meine gewohnten Zutaten zu bekommen. Einige habe ich aus Deutschland mitgenommen. Andere habe ich lange gesucht. Wieder andere Zutaten habe ich eben nicht bekommen und irgendwie ersetzt oder die Gerichte eben nicht gekocht.

Paprika aus Ungarn oder Thymian-Honig aus Kos sind genausowenig zu bekommen wie frische Eier von den Hühnern von Brigittes Mama. Aber für diese Zutaten ist es möglich Ersatz zu finden. Je nach Zeit mache ich auch meine Pasta nicht selbst, sondern greife auf fertige zurück. Bei anderen Zutaten gibt es meiner Meinung nach eher keinen Ersatz. Fertig geriebener Parmesan hat sehr of eher etwas mit Sägespäne zu tun als mit frische geriebenem Parmesan vom Stück.

Echtes Essen hat keine Zutaten, die Zutaten sind das echte Essen.  
(Jamie Oliver)

Wenn ein Mann für dich kocht und der Salat enthält mehr als drei Zutaten, meint er es ernst.  
(Penelope Cruz)

Geschmäcker sind verschieden. Bis jeder Leser seine eigenen Favoriten gefunden hat, habe ich hier eine Liste meiner Zutaten zusammengestellt. Das soll keine Werbung sein, sondern eine Hilfe, um den Gerichten beim Nachkochen den richtigen Geschmack zu verleihen.



### **Panang Curry Paste**

Die Curry Paste mit dem roten Hahn (Red Cock) war die erste Curry Paste die ich ausprobiert hatte und ich bin immer wieder dahin zugekehrt. Meiner Meinung die beste Curry Paste, wenn man keine Lust oder Zeit hat Curry Paste aufwändig selbst zu machen.



### **Rote Curry Paste**

Ebenso wie bei der Panang Curry Paste, finde ich auch die rote Curry Paste dieser Marke am besten.



### **Oystersauce**

Bei unserem Kochkurs am Klong Dao Beach auf Ko Lanta, hatte uns Junie diese Marke empfohlen. Sie meinte, wir sollten einfach nach der Flasche suchen, auf der die Köchin aussieht wie Jackie Kennedy.



### **Sojasauce\_Healthy\_Boy**

Wie die Oystersauce auch, hatte Junie auf Ko Lanta uns diese Thai-Sojasauce empfohlen. Zum Glück gibt es die bei uns in fast jedem Asienmarkt.



### **Thai Chili Paste**

Vor dem Kochkurs auf Ko Lanta hatte ich diese Chili Paste noch nie gesehen. Sie ist wichtiger Bestandteil des **Stir Fry mit Cashewnüssen** (Seite 51).

# Quellen - Inspiration

## Alles nur geklaut

**[Alexander Herrmann]**

**[America's Test Kitchen]** <https://www.americastestkitchen.com>

**[Anne und Martin]** Anne und Martin sind die Eltern meines zweiten Patenkindes Linda. Während Anne sehr gerne und lecker kocht, so teile ich mit Martin die Begeisterung fürs Grillen und guten Scotch.

**[ARD: "Tim Mälzer kocht"]**

**[Atelier Cocktail Bar - Bohemia Suites Spa]**

**[Bridget]**

**[Bridget's Thai Kochkurs (VHS)]** Bridget hat mit ihrer Freundin Danni im Jahr 2003 am Bildungszentrum einen Kochkurs bei Ute Bruchner gemacht. Aus diesem Kochkurs mit dem Schwerpunkt auf Gerichten aus Thailand stammen einige leckere Rezepte, die ich regelmäßig koche.

**[Brot für Genießer]**

**[Chefkoch]**

**[Chef's Steffi]** Chef heißt eigentlich Christian. Er hatte mit mir angefangen Elektrotechnik in Erlangen zu studieren.

**[Christina Matthes EB Kochevent]** Während meiner Zeit beim Quality & Knowledge Management bei EB hatten wir als Teamevent einen Kochabend veranstaltet. Unter der Anleitung von Christina Matthes (<http://www.kochschule-matthes.de>) kochten wir ein leckeres Menü.

**[Danni]**

**[Dirk Wondra - Aufgetischt - Erdbeere, Rhabarber und Spargel]**

**[Dirk Wondra Kräuterküche]** Zusammen mit den Eltern unseres Patenkindes und Freunden veranstalten wir jedes Jahr einmal ein Kochevent bei Dirk Wondra (<http://www.aufgetischt-online.de/>). Dort kochen wir dann unter professioneller Anleitung ein leckeres Menü und nehmen jedes Mal neben vielen Tipps und Tricks auch leckere Rezepte mit nach Hause.

**[Dirk Wondra - Modernes Franken]**

**[Edeka Blog]**

**[Eva]** Eva und Dirk sind gute Freunde, die ich durch Bridget kennen lernen durfte. Eva ist definitiv die Person auf der ganzen Welt mit den meisten Kochbüchern (zumindest die größte Anzahl an Büchern die ich je auf einem Haufen gesehen habe). Diese werden dann natürlich auch benutzt, um uns mit (stets viel zu üppigen) Menüs zu verwöhnen.

**[Familienrezept]**

**[Food.com]** <https://www.food.com>

[Grillsportverein]

[Gordon Ramsey]

[The Guardian] <https://www.theguardian.com/international>

[Hema]

[High Foodality]

[Horst] Von meinem (Paten-)Onkel hab ich nicht nur meinen zweiten Vornamen, sondern auch einige Rezepte. Bei uns in der Familie nicht ganz unüblich kochen die Männer auch gerne und gut.

[IKEA]

[Indische Currys, Camellia Panjabi]

[Indien, Kochen und verwöhnen mit Originalrezepten, GU]

[Irmi's Kochbuch]

[Jamie Oliver]

[Jamie's Kitchen]

[Johanna]

[Lecker.de] <https://www.lecker.de>

[Janett Platino]

[Johann Lafer]

[Lust auf Genuss 11/2007] Andere Informatiker bekommen ein c't Abo. Ich habe vor einigen Jahren von Bridget ein Abo von "Lust auf Genuss" bekommen. Vorher hatte ich mir doch fast jede Ausgabe gekauft. Was für Kinder die Süßigkeiten an der Kasse im Supermarkt sind, sind für mich die Zeitschriften wie "Essen und Trinken" oder eben "Lust auf Genuss". Titel der Ausgabe 11/2007 war **Gäste & Feste Super-Menüs für schöne Feiertage**.

[Lust auf Genuss 1/2009] **Thai-Food** Echt thailändisch kochen. Von mild bis würzig. Currys, Suppen, Snacks.

[Lust auf Genuss 02/2010]

[Lust auf Genuss 12/2010] **Feine Suppen & Eintöpfe**

[Lust auf Genuss 5/2012] **Feiern mit Freunden**

[Lust auf Genuss 10/2012] **Magischer Orient**

[Lust auf Genuss 06/2016] **Steak, Burger & Co. für Genießer**

[Marion's Kitchen] <https://www.marionskitchen.com>

[Markus Kochkurs (FBS Nürnberg)] Markus ist ein Kollege bei Elektrobot - zunächst bei QM und später bei Ford SYNC. Im gleichen Maße wie er sich für agile Software Entwicklung begeistert, so begeistert er sich auch für leckeres Essen. Markus ist stets eine Quelle für leckere und oft auch außergewöhnliche Rezepte.

[Martin]

**[Martina & Moritz]** <https://www1.wdr.de/verbraucher/rezepte/koeche/uebersicht-kochen-mit-martina-und-moritz-100.html>

**[Nathan]**

**[Peter - The spruce Eats]**

**[Pickled Plum]** <https://pickledplum.com>

**[Primo]**

**[Silke]**

**[Spiegel TV]**

**[Der Spiegel]** <https://www.spiegel.de/thema/nervennahrung/>

**[Rewe - Deine Küche]**

**[Rue]**

**[Ralf Zacherl - Die Kochprofis]**

**[Taste Life]**

**[The Icecreamists - Exclusive Eiscreme und andere Laster]**

**[Tim Mälzer - Born To Cook 2]**

**[Time for Lime]**

**[Verena]**

**[Wagamama]**

**[Webers Grillbibel]**

# Index - Name

## A

American Pancakes, 174  
Apfel Zimt Eiscreme, 184  
Applecrumble, 156

## B

Bacon Jam, 145  
Baileys Eiscreme - Eiscreeeme mit Irish Cream und Brandy, 181  
Balsamico Zwiebeln, 134  
Bananenbrot - Banana Bread, 234  
BBQ Sauce, 236  
BBQ Spare Ribs, 109  
Bigoli al Ragù di Salsiccia, 82  
Bircher Müsli, 173  
Brotsalat - Panzanella, 21  
Brownies - Walnuß-Schokoladen-Brownies, 216  
Burger Buns, 111  
Burger Patties, 110  
Butter Chicken, 251  
Buttermilch Kokos Kuchen, 229  
Butterplätzchen, 220  
Butterplätzchen zum Ausstechen, 221

## C

Cantuccini Mandarinen Trifle, 159  
Carbonara - Spaghetti Carbonara, 39  
Chettinad Pepper Paneer Masala - Paneer Chettinad Curry, 255  
Chiang Mai Noodle Soup - Khao Soi, 25  
Chicken Tikka Masala, 79  
Chili con Carne, 78  
Chilihähnchen men, 57  
Chilisauce - Japanische Chilisauce, 143  
Chimichurri, 253  
Chinese Dumplings - Jiaozi, 91  
Chocolate Chip Cookies, 214  
Cinnamon Roll Pancakes, 254  
Cordon bleu, 94  
Cornflakes Butterkuchen, 217  
Creamy Cole Slaw, 136  
Crème Brûlée - Sternanisduftende Crème Brûlée, 164  
Curry - Jamie Olivers Lieblings-Curry, 46  
Curry - Jamie Olivers Lieblings-Curry - Fisch, 47

## D

Demerara Sirup, 201  
Detroit Style Pizza, 69  
Dutch Pancake, 172

## **E**

Eierlikör, 204  
Ei-Sambal-Shakshuka, 267  
Erdbeer Daiquiri - Frozen Strawberry Daiquiri, 202  
Erdnuss-Pfanne - New World, 37  
Erdnusssauce, 141  
Erdnusssauce - Lauwarme Erdnusssauce - Naam Jim Muh Sate, 140

## **F**

Fajitas de Pollo, 121  
Flammkuchen, 81  
Fleischbällchen Spieße - Tsukune, 247  
Focaccia mit Steinsalz und Rosmarin, 129  
Fränkischer Sauerbraten, 55  
French Toast mit Nutella, 169  
Fruchtiges Tropen Eis, 193

## **G**

Gebratenes Rindfleisch mit Sojasauce, 85  
Gebratene Udon Nudeln - Yaki Udon, 87  
Gefüllte Muschelnudeln, 52  
Gefüllte Zucchini Blüten - Λουλουδάκια γεμιστά, 98  
Ginger Chicken Curry, 95  
Gin-Tonic Sorbet, 180  
Grießbrei, 171

## **H**

Hafermakronen, 222  
Hähnchenbrust mit Zitrone und Oregano, 114  
Hähnchen mit Soja-Ingwer-Glasur auf dem Zederbrett, 112  
Hähnchen mit Zwiebeln - Chicken Dopiazza, 59  
Haselnusseis, 190  
Hühnerbruststreifen süßsauer - Gai Pad Prian Wan, 50  
Hühnersuppe mit Zitronengras - Tom Kha Gai, 24

## **I**

Indian Butter Chicken - Chicken Makhani, 54  
Ingwer Shot, 206

## **J**

Jasmintee Creme Brulee, 175  
Joghurt-Eis, 188

## **K**

Kaiserschmarrn - Tiroler Landgasthofrezept, 160  
Kalbsrahmgulasch - Pörkölt, 77  
Kanelbullar, 211  
Kanelknuter - Norwegische Zimtknoten, 232  
Karottensuppe mit Ingwer, 28  
Käsekuchen - Mamas Käsekuchen, 208  
Käsekuchen - New York Cheesecake, 209

Käsespätzle, 61  
Kefta Kebab - Marokkanische Hackfleisch Spieße, 116  
Kefta Tajine mit Aprikosen und Mandeln, 88  
Key Lime Frozen Yogurt, 187  
Kinder Schokolade Eis, 194  
Knoblauchbrot, 241  
Knoblauch Naan, 138  
Kokos Eiscreme, 186  
Königshuhn - Murg Shahjahani, 53  
Korean Beef Bowl, 83  
Köttbullar - Schwedische Fleischbällchen, 67  
Kräuter-Flädle, 31  
Kürbissuppe mit Ingwer und Kokosmilch, 29

## **L**

Lachs auf dem Zedernbrett, 113  
Lasagne, 64  
Lebkuchen Weihnachtsnachtisch, 158  
Limetten Joghurtcreme, 152  
Linsenbratlinge, 240  
Linsen mit Spinat - Palak Wali Dal, 58

## **M**

Mandelkuchen - Mallorquinischer Mandelkuchen - Gató de almendra, 212  
Mango Minz Chutney, 115  
Mango Mozzarella, 18  
Marzipan-Bratapfel, 166  
Milchreis, 162  
Mohn Himbeer Dessert, 170  
Moinkballs, 118  
Monkeybread, 230  
Mousse au Chocolat, 237  
Muldoon Passion, 205  
Mung-Sprossen Salat, 137

## **N**

Naan - Indisches Naan Brot, 243  
New York Cheesecake im Glas, 246  
New York Club Sandwich, 90  
Nuss-Marzipan-Zopf, 210  
Nutella Eiscreme - Eiscreme mit Haselnussschokolade, 183

## **O**

Oklahoma Onion Smashburger, 125  
Old Fashioned - The Rum Old Fashioned, 198  
Old Fashioned - The Rye Old Fashioned, 199  
Omas Nusskuchen, 228  
Orange Chicken, 258  
Orangencreme - Karamellisierte Orangencreme, 153  
Orecchiette di Manzo al Limone, 269  
Orzo mit Zitronen-Hähnchen, 100  
O-Saft Eis, 192

## **P**

Pad Thai Gai - Gebratene Nudeln mit Hähnchen, 74  
Paneer Butter Masala, 103  
Panna Cotta, 150  
Pasta al Limone - Zitronenpasta, 84  
Pasteis de Nata - Puddingtörtchen aus Lissabon, 227  
Pecan Pie, 249  
Picagge alle Erbe, 66  
Pistazieneis, 189  
Pizza, 105  
Pizza Brot - Bread and Butter Pizza, 97  
Pollo al limone, 71  
Pommes Frites - ganz einfach - Cold Fry Frites, 133  
Pommes Frites - Heston's Triple Cooked Chips, 132  
Poori - Frittiertes braunes Brot, 128  
Pulled Pork Sandwiches, 119

## **R**

Rindersuppe, 30  
Rindfleischsalat, 17  
Rocher Eiscrème - Eiscrème aus Pralinen und Schokolade, 185  
Roti, 245  
Rumkugeln - Bunte Rumkugeln, 223

## **S**

Salicornes - Meeresspargel, 131  
Salsa Fresca, 144  
Saltimbocca, 56  
Satay, 40  
Sauerkraut - Fränkisches Sauerkraut, 135  
Sazerac, 200  
Scharfe Bananen-Fleischbällchen, 49  
Scheiterhaufen mit Baileys und Bananen, 154  
Schoko Pecan Cookies, 215  
Sesam Eis, 196  
Shakshuka, 63  
Shortbread - All-Butter Scottish Shortbread, 224  
Smashburger, 123  
Sorbet mit Apfel und Bisongras-Wodka, 179  
Spaghetti Aglio e Olio, 264  
Spaghetti Bolognese, 38  
Spare Ribs mit Honey Garlic Sauce, 108  
Spekulatius Tiramisu, 157  
Spicy Chicken Fried Rice - Yakimeshi, 72  
Steak - Sous Vide Steak - Das perfekte Steak ganz einfach, 122  
Stir Fried Chicken - Chili and Cashew Nuts - Gai pad met ma muang, 51  
Sushi - Süßes Sushi, 155  
Süße Tapiokaperlen in Kokosmilch, 244

## **T**

Tabouleh, 20  
Tagliatelle mit Parmaschinken und Salbei, 101

Tandoori Hähnchen Spieße, 117  
Thai-Bolognese, 89  
Thai Curry, 45  
Thai-Nudeln mit Erdnußsauce, 41  
Thai-Nudelsalat mit Hack, 19  
Tiroler Speckknödel, 32  
Toffifee Brotaufstrich, 165  
Tomaten Basilikum Pasta Sauce, 93  
Tomatenmarmelade, 265  
Tomatensuppe - Herzhafte italienische Tomatensuppe, 27  
Türkische Nudeln - Yogurtlu Eriste, 260

## **U**

Ultimate Smash Burger Sauce, 146  
Ultimative Nussplätzchen, 257

## **V**

Vanille Eiscreme, 182  
Vanillekipferl, 218  
Vanillesauce, 167

## **W**

Waffeln, Lütticher Waffeln, 226  
Walnusseis, 191  
Walnussküchlein, 263  
Weisses Schokoladen Eis, 195  
White Russian, 203

## **Z**

Zimtsterne, 219  
Zitronencreme mit Minze, 151  
Zitronenmuffins, 262  
Zitronen Pasta, 73  
Zitronenreis, 130  
Zitronen Sorbetto, 178

# Index - Region

## A

Argentinien  
Chimichurri, 253

## B

Belgien  
Lütticher Waffeln, 226  
Pommes Frites - ganz einfach, 133

## C

China  
Chinese Dumplings, 91

## D

Deutschland  
Fränkischer Sauerbraten, 55  
Fränkisches Sauerkraut, 135  
Käsespätzle, 61  
Kräuter-Flädle, 31  
Rindersuppe, 30

## F

Frankreich  
Cordon bleu, 94  
Flammkuchen, 81  
Mousse au Chocolat, 237  
Sternanisduftende Crème Brûlée, 164

## G

Griechenland  
Gefüllte Zucchini Blüten, 98  
Tomatenmarmelade, 265

## I

Indien  
Butter Chicken, 251  
Chettinad Pepper Paneer Masala, 255  
Chicken Tikka Masala, 79  
Hähnchen mit Zwiebeln, 59  
Indian Butter Chicken, 54  
Jamie Oliver's Lieblings-Curry, 46  
Jamie Oliver's Lieblings-Curry - Fisch, 47  
Knoblauch Naan, 138  
Königshuhn, 53  
Linsen mit Spinat, 58  
Mango Minz Chutney, 115  
Naan, 243

Paneer Butter Masala, 103  
Poori, 128  
Roti, 245  
Tandoori Hähnchen Spieße, 117  
Zitronenreis, 130

#### Irland

Baileys Eiscreme, 181  
Muldoon Passion, 205

#### Israel

Shakshuka, 63

#### Italien

Bigoli al Ragù di Salsiccia, 82  
Brotsalat, 21  
Focaccia mit Steinsalz und Rosmarin, 129  
Gefüllte Muschelnudeln, 52  
Herzhafte italienische Tomatensuppe, 27  
Lasagne, 64  
Orecchiette di Manzo al Limone, 269  
Panna Cotta, 150  
Pasta al Limone, 84  
Picagge alle Erbe, 66  
Pizza, 105  
Pollo al limone, 71  
Saltimbocca, 56  
Spaghetti Aglio e Olio, 264  
Spaghetti Bolognese, 38  
Spaghetti Carbonara, 39  
Tagliatelle mit Parmaschinken und Salbei, 101  
Tomaten Basilikum Pasta Sauce, 93  
Zitronencreme mit Minze, 151  
Zitronen Pasta, 73

## J

#### Japan

Chilihähnchen men, 57  
Fleischbällchen Spieße, 247  
Gebratene Udon Nudeln, 87  
Japanische Chilisauce, 143  
Jasmintee Creme Brulee, 175  
Mung-Sprossen Salat, 137  
Spicy Chicken Fried Rice, 72  
Süßes Sushi, 155

## L

#### Libanon

Tabouleh, 20

## M

#### Marokko

Kefta Kebab, 116  
Kefta Tajine mit Aprikosen und Mandeln, 88

#### Mexiko

Fajitas de Pollo, 121  
Salsa Fresca, 144

## **N**

Niederlande  
Eierlikör, 204  
Norwegen  
Kanelknuter, 232

## **O**

Österreich  
Kaiserschmarrn, 160  
Kräuter-Flädle, 31  
Rindersuppe, 30  
Tiroler Speckknödel, 32

## **P**

Pakistan  
Ginger Chicken Curry, 95  
Polen  
Sorbet mit Apfel und Bisongras-Wodka, 179  
Portugal  
Pasteis de Nata, 227

## **S**

Schweden  
Kanelbullar, 211  
Köttbullar, 67  
Schweiz  
Bircher Müsli, 173  
Spanien  
Mallorquinischer Mandelkuchen, 212  
Südkorea  
Korean Beef Bowl, 83

## **T**

Thailand  
Chiang Mai Noodle Soup, 25  
Erdnussauce, 141  
Gebratenes Rindfleisch mit Sojasauce, 85  
Hühnerbruststreifen süßsauer, 50  
Hühnersuppe mit Zitronengras, 24  
Lauwarme Erdnussauce, 140  
Pad Thai Gai, 74  
Rindfleischsalat, 17  
Satay, 40  
Stir Fried Chicken, Chili & Cashew Nuts, 51  
Thai Curry, 45  
Thai-Nudeln mit Erdnußsauce, 41  
Thai-Nudelsalat mit Hack, 19  
Türkei  
Türkische Nudeln, 260

## U

Ungarn

Kalbsrahmgulasch, 77

Uruguay

Chimichurri, 253

USA

American Pancakes, 174

Bacon Jam, 145

Balsamico Zwiebeln, 134

Banana Bread, 234

BBQ Sauce, 236

BBQ Spare Ribs, 109

Burger Buns, 111

Burger Patties, 110

Chili con Carne, 78

Chocolate Chip Cookies, 214

Cinnamon Roll Pancakes, 254

Creamy Cole Slaw, 136

Detroit Style Pizza, 69

Dutch Pancake, 172

Key Lime Frozen Yogurt, 187

Moinkballs, 118

Monkeybread, 230

New York Cheesecake, 209

New York Cheesecake im Glas, 246

New York Club Sandwich, 90

Oklahoma Onion Smashburger, 125

Orange Chicken, 258

Pecan Pie, 249

Pizza Brot, 97

Pulled Pork Sandwiches, 119

Sazerac, 200

Schoko Pecan Cookies, 215

Smashburger, 123

Sous Vide Steak, 122

Spare Ribs mit Honey Garlic Sauce, 108

Ultimate Smash Burger Sauce, 146

Walnuss Schokoladen Brownies, 216

## V

Vereinigtes Königreich

Chicken Tikka Masala, 79

Pommes Frites, 132

Scottish Shortbread, 224

# Index - Hauptzutat

## A

Absinth

Sazerac, 200

Aceto Balsamico

Balsamico Zwiebeln, 134

Ananas

Hühnerbruststreifen süßsauer, 50

Apfel

Apfel Zimt Eiscreme, 184

Applecrumble, 156

Bircher Müsli, 173

Marzipan-Bratapfel, 166

Sorbet mit Apfel und Bisongras-Wodka, 179

Aprikosen

Kefta Tajine mit Aprikosen und Mandeln, 88

## B

Bacon

Bacon Jam, 145

Moinkballs, 118

Baileys

Baileys Eiscreme, 181

Scheiterhaufen mit Baileys und Bananen, 154

Bananen

Banana Bread, 234

Scharfe Bananen-Fleischbällchen, 49

Scheiterhaufen mit Baileys und Bananen, 154

Brot

Pizza Brot, 97

Bulgur

Tabouleh, 20

Butter

Scottish Shortbread, 224

Buttermilch

American Pancakes, 174

Buttermilch Kokos Kuchen, 229

Cinnamon Roll Pancakes, 254

## C

Cabanossi

Herzhafte italienische Tomatensuppe, 27

Cantuccini

Cantuccini Mandarinen Trifle, 159

Cashewkerne

Königshuhn, 53

Chili

Japanische Chilisauce, 143

Cornflakes

Cornflakes Butterkuchen, 217

## **E**

Ei

Ei-Sambal-Shakshuka, 267

Eier

Eierlikör, 204

Kaiserschmarrn, 160

Spaghetti Carbonara, 39

Eigelb

Jasmintee Creme Brulee, 175

Sternanisduftende Crème Brûlée, 164

Eiweiß

Walnussküchlein, 263

Erdbeeren

Erdbeer Daiquiri, 202

Erdnüsse

Erdnuss-Pfanne - New World, 37

Erdnusssauce, 141

Lauwarme Erdnusssauce, 140

Thai-Nudeln mit Erdnußsauce, 41

## **F**

Fenchel

Gefüllte Muschelnudeln, 52

Ferrero Rocher

Rocher Eiscreme, 185

Fisch

Jamie Oliver's Lieblings-Curry - Fisch, 47

## **G**

Garam Masala

Tandoori Hähnchen Spieße, 117

Gin

Gin-Tonic Sorbet, 180

Glasnudeln

Thai-Nudelsalat mit Hack, 19

Gouda

Cordon bleu, 94

Grieß

Grießbrei, 171

## **H**

Hackfleisch

Burger Patties, 110

Chili con Carne, 78

Gefüllte Muschelnudeln, 52

Kefta Kebab, 116

Kefta Tajine mit Aprikosen und Mandeln, 88

Korean Beef Bowl, 83

Moinkballs, 118

Scharfe Bananen-Fleischbällchen, 49

- Spaghetti Bolognese, 38
- Thai-Bolognese, 89
- Thai-Nudelsalat mit Hack, 19
- Türkische Nudeln, 260
- Haferflocken
  - Bircher Müsli, 173
  - Hafermakronen, 222
- Hähnchen
  - Chiang Mai Noodle Soup, 25
  - Chilihähnchen men, 57
  - Fajitas de Pollo, 121
  - Hähnchen mit Soja-Ingwer-Glasur auf dem Zederbrett, 112
  - Hähnchen mit Zwiebeln, 59
  - Hühnerbruststreifen süßsauer, 50
  - Hühnersuppe mit Zitronengras, 24
  - Jamie Oliver's Lieblings-Curry, 46
  - Königshuhn, 53
  - Orange Chicken, 258
  - Orzo mit Zitronen-Hähnchen, 100
  - Pollo al limone, 71
  - Satay, 40
  - Spicy Chicken Fried Rice, 72
  - Stir Fried Chicken, Chili & Cashew Nuts, 51
  - Tandoori Hähnchen Spieße, 117
- Hähnchenbrust
  - Cordon bleu, 94
  - Ginger Chicken Curry, 95
  - Hähnchenbrust mit Zitrone und Oregano, 114
- Haselnüsse
  - Haselnusseis, 190
- Himbeeren
  - Mohn Himbeer Dessert, 170
  - Spekulatius Tiramisu, 157

## I

- Ingwer
  - Ginger Chicken Curry, 95
  - Ingwer Shot, 206
  - Japanische Chilisauce, 143
  - Karottensuppe mit Ingwer, 28
  - Kürbissuppe mit Ingwer und Kokosmilch, 29

## J

- Jasmintee
  - Jasmintee Creme Brulee, 175
- Joghurt
  - Joghurt-Eis, 188
  - Karamellisierte Orangencreme, 153
  - Key Lime Frozen Yogurt, 187
  - Limetten Joghurtcreme, 152
  - Tandoori Hähnchen Spieße, 117
  - Türkische Nudeln, 260

Zitronenmuffins, 262

## **K**

Kahlua

White Russian, 203

Kalbfleisch

Kalbsrahmgulasch, 77

Saltimbocca, 56

Karotten

Creamy Cole Slaw, 136

Karottensuppe mit Ingwer, 28

Kartoffeln

Hähnchen mit Zwiebeln, 59

Pommes Frites, 132

Pommes Frites - ganz einfach, 133

Käse

Käsespätzle, 61

Kidneybohnen

Chili con Carne, 78

Kinder Schokolade

Kinder Schokolade Eis, 194

Knoblauch

Knoblauchbrot, 241

Spaghetti Aglio e Olio, 264

Kokosflocken

Buttermilch Kokos Kuchen, 229

Kokosmilch

Chiang Mai Noodle Soup, 25

Hühnersuppe mit Zitronengras, 24

Kokos Eiscreme, 186

Kürbissuppe mit Ingwer und Kokosmilch, 29

Süße Tapiokaperlen in Kokosmilch, 244

Thai Curry, 45

Koriandergrün

Salsa Fresca, 144

Kürbis

Kürbissuppe mit Ingwer und Kokosmilch, 29

## **L**

Lachs

Lachs auf dem Zedernbrett, 113

Lauchzwiebeln

Chilihähnchen men, 57

Herzhafte italienische Tomatensuppe, 27

Thai-Nudeln mit Erdnußsauce, 41

Lebkuchen

Lebkuchen Weihnachtsnachtisch, 158

Limette

Key Lime Frozen Yogurt, 187

Orecchiette di Manzo al Limone, 269

Limetten

Limetten Joghurtcreme, 152

## Linsen

Linsenbratlinge, 240

## Linsen - Gelbe Moong Linsen

Linsen mit Spinat, 58

## M

### Mandarinen

Cantuccini Mandarinen Trifle, 159

### Mandeln

Kefta Tajine mit Aprikosen und Mandeln, 88

Mallorquinischer Mandelkuchen, 212

Zimtsterne, 219

### Mango

Mango Minz Chutney, 115

Mango Mozzarella, 18

Rindfleischsalat, 17

### Mangosaft

Fruchtiges Tropen Eis, 193

### Maracujasaft

Fruchtiges Tropen Eis, 193

### Marsala

Saltimbocca, 56

### Marzipan

Marzipan-Bratapfel, 166

Nuss-Marzipan-Zopf, 210

### Mascarpone

Orecchiette di Manzo al Limone, 269

Spekulatius Tiramisu, 157

Zitronencreme mit Minze, 151

### Mehl

Kaiserschmarrn, 160

### Minze

Zitronencreme mit Minze, 151

### Mozzarella

Mango Mozzarella, 18

Pizza Brot, 97

### Muldoon Irish Whiskey Liqueur

Muldoon Passion, 205

### Mungbohnen sprossen

Mung-Sprossen Salat, 137

### Muschelnudeln

Gefüllte Muschelnudeln, 52

## N

### Nudeln

Chiang Mai Noodle Soup, 25

### Nüsse

Nuss-Marzipan-Zopf, 210

### Nutella

French Toast mit Nutella, 169

Nutella Eiscreme, 183

## O

- Olivenöl
  - Chimichurri, 253
  - Spaghetti Aglio e Olio, 264
- Orange
  - Orange Chicken, 258
- Orangen
  - Karamellisierte Orangencreme, 153
- Orangensaft
  - O-Saft Eis, 192
- Orzo
  - Orzo mit Zitronen-Hähnchen, 100

## P

- Paneer
  - Chettinad Pepper Paneer Masala, 255
- Paprika
  - Chilihähnchen men, 57
  - Erdnuss-Pfanne - New World, 37
  - Japanische Chilisauce, 143
- Parmaschinken
  - Saltimbocca, 56
  - Tagliatelle mit Parmaschinken und Salbei, 101
- Parmesan
  - Spaghetti Carbonara, 39
- Pecanüsse
  - Pecan Pie, 249
- Pepperoni
  - Herzhafte italienische Tomatensuppe, 27
- Petersilie
  - Chimichurri, 253
  - Tabouleh, 20
- Peychaud-Bitter
  - Sazerac, 200
- Pistazienkerne
  - Pistazieneis, 189
- Pudding
  - Karamellisierte Orangencreme, 153

## R

- Reis
  - Milchreis, 162
  - Spicy Chicken Fried Rice, 72
  - Süßes Sushi, 155
  - Zitronenreis, 130
- Rindfleisch
  - Fränkischer Sauerbraten, 55
  - Gebratenes Rindfleisch mit Sojasauce, 85
  - Orecchiette di Manzo al Limone, 269
  - Rindfleischsalat, 17
- Rum
  - Bunte Rumkugeln, 223

Erdbeer Daiquiri, 202  
The Rum Old Fashioned, 198  
Rye Whiskey  
Sazerac, 200

## **S**

Sahne  
Jasmintee Creme Brulee, 175  
Mohn Himbeer Dessert, 170  
Panna Cotta, 150  
Sternanisduftende Crème Brûlée, 164  
Zitronencreme mit Minze, 151  
Salami  
Pizza Brot, 97  
Salat  
Rindfleischsalat, 17  
Salbei  
Saltimbocca, 56  
Tagliatelle mit Parmaschinken und Salbei, 101  
Salicornes  
Salicornes, 131  
Salsiccia  
Bigoli al Ragù di Salsiccia, 82  
Zitronen Pasta, 73  
Salz Zitronen  
Kefta Tajine mit Aprikosen und Mandeln, 88  
Sambal Oelek  
Ei-Sambal-Shakshuka, 267  
Saucenlebkuchen  
Fränkischer Sauerbraten, 55  
Sauerkraut  
Fränkisches Sauerkraut, 135  
Sauerrahm  
Flammkuchen, 81  
Schinken  
Cordon bleu, 94  
Flammkuchen, 81  
Schokolade  
Bunte Rumkugeln, 223  
Mousse au Chocolat, 237  
Walnuss Schokoladen Brownies, 216  
Schwarzer Sesam  
Sesam Eis, 196  
Soba Nudeln  
Chilihähnchen men, 57  
Sojasauce  
Gebratenes Rindfleisch mit Sojasauce, 85  
Korean Beef Bowl, 83  
Spaghetti  
Spaghetti Carbonara, 39  
Spare Ribs  
BBQ Spare Ribs, 109

- Spare Ribs mit Honey Garlic Sauce, 108
- Speck
  - Spaghetti Carbonara, 39
  - Tiroler Speckknödel, 32
- Spekulatius
  - Spekulatius Tiramisu, 157
- Spinat
  - Gebratenes Rindfleisch mit Sojasauce, 85
  - Linsen mit Spinat, 58
- Steak
  - Sous Vide Steak, 122

## **T**

- Tapiokaperlen
  - Süße Tapiokaperlen in Kokosmilch, 244
- Toffifée
  - Toffifée Brotaufstrich, 165
- Tomaten
  - Brotsalat, 21
  - Ei-Sambal-Shakshuka, 267
  - Herzhafte italienische Tomatensuppe, 27
  - Salsa Fresca, 144
  - Spaghetti Bolognese, 38
  - Tabouleh, 20
  - Tomaten Basilikum Pasta Sauce, 93
  - Tomatenmarmelade, 265

## **U**

- Udon Nudeln
  - Gebratene Udon Nudeln, 87

## **V**

- Vanille
  - Vanille Eiscreme, 182
  - Vanillesauce, 167

## **W**

- Walnüsse
  - Walnussküchlein, 263
  - Walnuss Schokoladen Brownies, 216
- Walnuskerne
  - Walnusseis, 191
- Weissbrot
  - Brotsalat, 21
  - Scheiterhaufen mit Baileys und Bananen, 154
- Weißbrot
  - Tiroler Speckknödel, 32
- Weisse Schokolade
  - Weisses Schokoladen Eis, 195
- Weißkohl
  - Creamy Cole Slaw, 136
- Whiskey

The Rye Old Fashioned, 199

Wodka

Sorbet mit Apfel und Bisongras-Wodka, 179

White Russian, 203

## **Z**

Zimt

Apfel Zimt Eiscreme, 184

Cinnamon Roll Pancakes, 254

Kanelbullar, 211

Kanelknuter, 232

Zimtsterne, 219

Zitrone

Hähnchenbrust mit Zitrone und Oregano, 114

Orzo mit Zitronen-Hähnchen, 100

Pollo al limone, 71

Zitronencreme mit Minze, 151

Zitronenreis, 130

Zitronen

Pasta al Limone, 84

Zitronenmuffins, 262

Zitronen Pasta, 73

Zitronen Sorbetto, 178

Zitronengras

Hühnersuppe mit Zitronengras, 24

Japanische Chilisauce, 143

Zucchini Blüten

Gefüllte Zucchini Blüten, 98

Zucker

Demerara Sirup, 201

Zwiebeln

Balsamico Zwiebeln, 134

Erdnuss-Pfanne - New World, 37

Hähnchen mit Zwiebeln, 59

# Index - Zeit

## F

### Frühstück

- American Pancakes, 174
- Bircher Müsli, 173
- Cinnamon Roll Pancakes, 254
- Dutch Pancake, 172
- French Toast mit Nutella, 169
- Toffifee Brotaufstrich, 165

## G

### Grillsaison

- Bacon Jam, 145
- Balsamico Zwiebeln, 134
- BBQ Sauce, 236
- BBQ Spare Ribs, 109
- Brotsalat, 21
- Burger Buns, 111
- Burger Patties, 110
- Chimichurri, 253
- Creamy Cole Slaw, 136
- Fajitas de Pollo, 121
- Hähnchenbrust mit Zitrone und Oregano, 114
- Hähnchen mit Soja-Ingwer-Glasur auf dem Zederbrett, 112
- Kefta Kebab, 116
- Knoblauchbrot, 241
- Lachs auf dem Zedernbrett, 113
- Linsenbratlinge, 240
- Mango Minz Chutney, 115
- Moinkballs, 118
- Salicornes, 131
- Sous Vide Steak, 122
- Spare Ribs mit Honey Garlic Sauce, 108
- Tandoori Hähnchen Spieße, 117
- Tomatenmarmelade, 265
- Ultimate Smash Burger Sauce, 146

## N

### Neujahr

- Chinese Dumplings, 91

## S

### Sommer

- Brotsalat, 21
- Pasta al Limone, 84

## W

### Weihnachten

- Bunte Rumkugeln, 223

Butterplätzchen, 220  
Butterplätzchen zum Ausstechen, 221  
Cantuccini Mandarinen Trifle, 159  
Hafermakronen, 222  
Karamellisierte Orangencreme, 153  
Lebkuchen Weihnachtsnachtsch, 158  
Marzipan-Bratapfel, 166  
Scottish Shortbread, 224  
Spekulatius Tiramisu, 157  
Sternanisduftende Crème Brûlée, 164  
Ultimative Nussplätzchen, 257  
Vanillekipferl, 218  
Zimtsterne, 219

Winter

Apfel Zimt Eiscreme, 184  
Applecrumble, 156  
Käsespätzle, 61

# Historie

Version	Datum	Anmerkung	Rezepte
13.122	02.05.2013	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Es ist angerichtet: Erste offizielle Food! Verkostung</li> <li>▶ Die neuen Küchengeräte sind eingetroffen: Food! wird jetzt durch den FoodGenerator erstellt.</li> <li>▶ Der erste Gang besteht aus einem köstlichen PDF. Momentan der einzige Gang - alle PDF Allergiker müssen sich noch etwas gedulden.</li> <li>▶ Das PDF wird serviert mit automatischem Inhaltsverzeichnis und Indizes, Links zwischen Rezepten mit Seitenzahlen sowie der Schriftart Century Gothic.</li> <li>▶ Wie bei jeder Neueröffnung ist das ein oder andere noch nicht ganz vollständig. So sind unter anderem das Vorwort und Quellenverzeichnis noch in Arbeit.</li> </ul>	35
15.025	25.01.2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Die Rezeptur wurde leicht verfeinert: Food! kommt jetzt mit dem Untertitel: In taste we trust.</li> <li>▶ Gute Nachrichten für PDF Allergiker: Das Food! Menü wurde durch weitere Gänge erweitert, so stehen jetzt auch HTML und eBook (ePub) zur Auswahl.</li> <li>▶ Serviert mit der Schriftart Muli</li> <li>▶ Food! verwendet nur noch organische Zutaten: Rezepte in der Food Markup Language (FML) und native Inhalte in DocBook.</li> <li>▶ Erste Rezepte mit Photos garniert.</li> </ul>	45
16.025	25.01.2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Speisekarte vergrößert neuen Rezepten: Applecrumble, NY Cheesecake, Salsa Fresca, Spekulatius Tiramisu, Tabouleh, Thai Nudelsalat mit Hackfleisch</li> <li>▶ Küchenumbau abgeschlossen: FoodGenerator besser aufgestellt, um die verschiedenen Gänge zuzubereiten. Prüfung durch den Küchenchef auf CSS/HTML Compliance ehe Food! serviert wird.</li> <li>▶ Food! wird im PDF Gang wieder mit der Schriftart Century Gothic serviert.</li> <li>▶ Anrichteweise für den HTML Gang verfeinert: Die Startseite wird nun serviert mit einem Diagramm der Gerichte, einer Weltkarte und einer TagCloud. Zusätzlich kommt im HTML Gang nun auch ein Impressum, Versions-Information und Bildergalerien als Beilage.</li> </ul>	51
16.028	28.01.2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Messer geschärft: Kleinere Änderungen in Formulierungen und Rechtschreibfehler behoben.</li> <li>▶ Das Krapfenrezept meiner Oma zum Menü hinzugefügt.</li> </ul>	51

Version	Datum	Anmerkung	Rezepte
16.031	31.01.2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Speisekarte erweitert: Walnuss Schokoladen Brownies, Karottensuppe mit Ingwer, Kürbissuppe mit Kokosmilch und Ingwer, Focaccia mit Rosmarin und Steinsalz, Cornflakes Butterkuchen</li> <li>▶ Gewürzmischung im HTML Gang verfeinert: Die Anzahl der Rezepte pro Land angepasst.</li> </ul>	56
16.035	04.02.2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Food! gibt es jetzt auch Kids-Menü: HTML Anrichteweise für Small Screens verbessert und Fehler im Responsive Design behoben.</li> <li>▶ Töpfe geschrubbt: Rechtscheibfehler korrigiert und kleine Korrekturen im Text.</li> </ul>	56
17.015	15.01.2017	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Größere Speisekarte: Indian Butter Chicken, Lebkuchen-Weihnachtsnachtisch, Spare Ribs</li> <li>▶ Umstrukturierung der Arbeitsabläufe in der Küche: Food! neu strukturiert und in mehrere Teile aufgespalten.</li> <li>▶ HTML Gang nun garniert mit Schriftart Roboto und eigenem Logo.</li> <li>▶ Rezeptur des Food Dictators, Danksagung und Kolophon verändert, um besser verdaulich zu sein.</li> <li>▶ Der PDF Gang ist nun einheitlich garniert. Unabhängig ob der Koch Rechts- oder Linkshänder ist, liegen die Zitate immer auf der richtigen Seite der Notizen.</li> <li>▶ Küchenumbau abgeschlossen: Saubere Trennung zwischen Food! Inhalten und Food Generator fertiggestellt.</li> </ul>	59
17.166	15.06.2017	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Zeitgemäße Anrichteweise im HTML Gang: Neues Layout und Design</li> <li>▶ Umzug nach food-dictator.org</li> </ul>	59
17.279	06.10.2017	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Neuer Gang im Menü: Einzelne PDFs pro Rezept können alternativ zum Gesamt-Menü gewählt werden.</li> <li>▶ Neue Beilage im HTML Gang: Menü zur besseren Navigation</li> <li>▶ Besseres Verständnis der Food! Besucher durch Einbindung von Piwik</li> </ul>	59
18.007	07.01.2017	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Neue Rezepte in der Speisekarte: Hähnchenbrust mit Zitrone und Oregano Hähnchen mit Soja-Ingwer-Glasur auf dem Zederbrett, Lachs auf dem Zedernbrett, Mango Minz Chutney, Spaghetti Carbonara, Cantuccini Mandarinen Triffle</li> <li>▶ Im PDFs Gang werden Rezepte mit QR Codes garniert.</li> </ul>	65
18.009	09.01.2017	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Speisekarte erweitert: Kefta Kebab und Tandoori Hähnchen Spieße</li> </ul>	67
18.034	04.02.2018	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Küchenabläufe verbessert: Umstellung des Handlings im Food Generator für offizielle Releases (Tagging)</li> </ul>	67

Version	Datum	Anmerkung	Rezepte
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Zutaten verbessert: Umstellung der zusätzlichen Beilagen im HTML Gang auf natives Docbook Format</li> <li>▶ HTML Inhalte mit Blockquotes ganiert.</li> </ul>	
20.109	18.04.2020	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Neue Gerichte auf der Speisekarte: Brotsalat, Mallorquinischer Mandelkuchen, Scottish Shortbread, Apfel Wodka Sorbet, Zitronen Sorbet, Gin Tonic Sorbet, Apfel Zimt Eiscreme, Baileys Eis, Nutella Eis, Rocher Eiscreme, Vanille Eis, Kokoseis, Käsespätzle, Eierlikör, Frozen Strawberry Daiquiri, Demerara Sirup, The Rum Old Fashioned, White Russian, Kaiserschmarrn, Waffeln Grundrezept, Khao Soi Suppe</li> <li>▶ Anrichteweise im HTML Gang verfeinert: Bilder im Header der Rezepte und im Inhaltsverzeichnis.</li> <li>▶ Schriftarten aus eigenem Anbau: Hosting der benutzten Fonts, statt sie von Google einzubinden.</li> <li>▶ Neuer Gang im Food! Menü: Progressive Web Application (PWA). Food! ist damit auf unterstützen Geräten/Browsern offline verfügbar und schmeckt mit Splash Screen geänderter Navigation mehr nach App als nach Webseite.</li> <li>▶ Küchenabläufe geändert: Der allseits geschätzte Buttler Jenkins serviert Food! nun mittels Jenkinsfile, Pipelines und Gradle</li> <li>▶ Entfernung von Piwik aus der Zutatenliste, um den einen möglicherweise negativen Beigeschmack im Sinne des Datenschutzes zu verhindern.</li> <li>▶ Verkürzung der Lieferzeiten: Webinhalte werden mit verbesserter Cache Policy und in moderneren Formaten (z.b. WebP) ausgeliefert.</li> <li>▶ Einsatz regionaler Produkte: Die Weltkarte auf der Startseite ist selbst gehostet, statt sie von Google einzubinden.</li> <li>▶ Barrierefreiheit der Speisekarte im Internet: Kontrast der Schrift verbessert, alternative Titel für Links eingebunden und Sprache sowie Encoding richtig eingestellt.</li> <li>▶ Für ganz eilige Gäste: Eine Suchfunktion auf der Webseite hilft beim Finden der Lieblingsrezepte.</li> </ul>	88
20.182	30.06.2020	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Neue Gerichte auf der Speisekarte: Lasagne, Milchreis, Moinkballs, Pasteis de Nata, Pulled Pork, Salicornes, Shakshuka, Nusskuchen, Fajitas, Picagge alle Erbe, Bacon Jam, Triple Cooked Chips</li> <li>▶ Die Triple Cooked Chips sind das 100. Rezept das es auf die Speisekarte geschafft hat.</li> <li>▶ Küche umgebaut und eine Versuchsküche eingerichtet: Neue Rezepturen werden in der Testküche verfeinert ehe sie es auf die reguläre</li> </ul>	102

Version	Datum	Anmerkung	Rezepte
		<p>Speisekarte schaffen. Momentan sind Köttbullar und Detroit Style Pizza in der Testphase. Außerdem führt der Koch eine Liste an Rezepten, die in Zukunft ausprobiert werden sollen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Anrichteweise im HTML Gang verfeinert: Inhaltsverzeichnis übersichtlicher gestaltet.</li> </ul>	
20.291	17.10.2020	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Neue Gerichte auf der Speisekarte: Buttermilchkuchen, Pollo al Limone, Pommes Frites, Key Lime Icecream, Spicy Chicken Fried Rice, Pörkölt, Monkeybread</li> <li>▶ Neu in der Testküche: BBQ-Sauce</li> <li>▶ Rezepturen für einige Rezepte verfeinert: Koettbullar, Detroit Style Pizza, Pulled Pork</li> </ul>	110
20.341	06.12.2020	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Neue Gerichte auf der Speisekarte: Pad Thai, Schottische Creme, Rye Old Fashioned, Chili con Carne, Zitronen Pasta, Chicken Tikka Masala, Sous Vide Steak, Balsamico Zwiebeln, Kanelknuter</li> <li>▶ Neu in der Testküche: Mousse au Chocolat</li> <li>▶ Rezepturen für einige Rezepte verfeinert: Köttbullar</li> </ul>	120
21.001	01.01.2021	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Neue Gerichte auf der Speisekarte: Sternanisduftende Crème Brûlée, Flammkuchen, Rindersuppe, Flädle</li> <li>▶ Neu in der Testküche: Glühwein, Linsenbratlinge, Knoblauchbrot, Chinese Dumplings, Mung-Sprossen Salat, Naan</li> <li>▶ Liste der Zusatzstoffe verbessert: Ungenaue Maßangaben in Rezepten aufgeräumt und eine Erläuterung zu Maßen und Gebindegrößen hinzugefügt</li> <li>▶ Bedienungsanleitung: Wie dieses Buch zu lesen ist.</li> <li>▶ Einen Ausflug in die Welt der Gewürze und eine Übersicht der Zutaten für den interessierten Gast hinzugefügt.</li> <li>▶ COVID-19 Lockdown genutzt um die Einrichtung zu erneuern: Upgrade auf neueste Bootstrap Version inklusive einiger kleinerer Verbesserungen.</li> </ul>	130
22.085	26.03.2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Neue Gerichte auf der Speisekarte: <b>Bigoli al Ragù di Salsiccia</b> (Seite 82), <b>Toffifee Brotaufstrich</b> (Seite 165), <b>French Toast mit Nutella</b> (Seite 169), <b>Muldoon Passion</b> (Seite 205), <b>Vanillepudding</b> (Seite 168), <b>Marzipan-Bratapfel</b> (Seite 166), <b>Vanillesauce</b> (Seite 167), <b>Smashburger</b> (Seite 123), <b>Mohn Himbeer Dessert</b> (Seite 170), <b>Grießbrei</b> (Seite 171), <b>Dutch Pancake</b> (Seite 172)</li> <li>▶ Rezeptur für <b>Pad Thai</b> (Seite 74) verfeinert.</li> <li>▶ Neu in der Testküche: <b>Cordon bleu</b> (Seite 94), <b>Kefta Tajine mit Aprikosen und Mandeln</b> (Seite 88)</li> </ul>	143

Version	Datum	Anmerkung	Rezepte
		▶ Anrichteweise im HTML Gang verfeinert: Scroll to Top Element eingefügt.	
22.086	27.03.2022	▶ Abläufe im HTML Gang verändert, so dass die Progressive Web App stets nur frische Gerichte ausliefert.	143
22.108	18.04.2022	▶ Neue Gerichte auf der Speisekarte: <b>Korean Beef Bowl</b> (Seite 83), <b>Bircher Müsli</b> (Seite 173), <b>Rotweinkuchen</b> (Seite 233), <b>Fränkisches Sauerkraut</b> (Seite 135), <b>Ingwer Shot</b> (Seite 206) ▶ Neu in der Testküche: <b>Banana Bread</b> (Seite 234)	149
22.351	18.12.2022	▶ Neue Gerichte auf der Speisekarte: <b>Butterplätzchen (für den Fleischwolf)</b> (Seite 220), <b>Bunte Rumkugeln</b> (Seite 223), <b>Oklahoma Onion Smashburger</b> (Seite 125), <b>Pasta al Limone</b> (Seite 84), <b>Joghurt-Eis</b> (Seite 188) ▶ Neu in der Testküche: <b>Süße Tapiokaperlen in Kokosmilch</b> (Seite 244) ▶ Rezept für <b>Cordon Bleu</b> test gekocht und angepasst (Seite 94) ▶ Das Einkaufen erleichtert: Beim Schreiben der Speisekarte, kann der Küchenchef die notwendigen Zutaten bequem zum digitalen Einkaufszettel in Bring! hinzufügen. ▶ Den Urlaub genutzt, um einige kleine Verbesserungen in der Küche vorzunehmen. Der Food Generator enthält jetzt weniger feste Vorgaben, ist besser dokumentiert und getestet. Der HTML Gang wird nochmal extra durch Cucumber Tests geprüft.	155
23.036	05.02.2023	▶ Neue Gerichte auf der Speisekarte: <b>Lütticher Waffeln</b> (Seite 226) ▶ Neu in der Testküche: <b>Thai-Bolognese</b> (Seite 89) ▶ Rezept für <b>Kefta Tajine</b> noch mit einer Salzzitrone verfeinert. (Seite 88)	157
23.071	12.03.2023	▶ Neu in der Testküche: <b>Rindfleisch mit Sojasauce</b> (Seite 85), <b>Ginger Chicken Curry</b> (Seite 95), <b>Roti</b> (Seite 245), <b>Sazerac</b> (Seite 200)	161
23.281	06.08.2023	▶ Anrichteweise verbessert: Zu jedem Rezept werden jetzt Icons für die Art des Gerichts und die Zubereitungsschritte angezeigt ▶ Kundenservice erweitert: Nutzer der WebApp können nun Push Benachrichtigungen erhalten. ▶ Neue Gerichte auf der Speisekarte: <b>Rindfleisch mit Sojasauce</b> (Seite 85), <b>Sazerac</b> (Seite 200), <b>Yaki Udon - Gebratene Udon Nudeln</b> (Seite 87), <b>Kefta Tajine</b> (Seite 88), <b>Banana Bread</b> (Seite 234), <b>Thai-Bolognese</b> (Seite 89)	167

Version	Datum	Anmerkung	Rezepte
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Neu in der Testküche: <b>New York Club Sandwich</b> (Seite 90), <b>New York Cheesecake im Glas</b> (Seite 246), <b>Hackbällchen Spieße - Tsukune</b> (Seite 247), <b>Pistazieneis</b> (Seite 189), <b>Pecan Pie</b> (Seite 249)</li> </ul>	
24.049	18.02.2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Neu in der Testküche: <b>Butter Chicken</b> (Seite 251), <b>Paneer Butter Masala</b> (Seite 103), <b>Chimichurri</b> (Seite 253), <b>Pizza</b> (Seite 105), <b>O-Saft Eis</b> (Seite 192), <b>Fruchtiges Tropen Eis</b> (Seite 193), <b>Schwarzes Sesam-Eis</b> (Seite 196), <b>Kinder Schokolade Eis</b> (Seite 194), <b>Weisses Schokoladen Eis</b> (Seite 195) <b>Cinnamon Roll Pancakes</b> (Seite 254), <b>Chettinad Pepper Paneer Masala</b> (Seite 255), <b>Knoblauch Naan</b> (Seite 138), <b>Ultimative Nussplätzchen</b> (Seite 257), <b>Orange Chicken</b> (Seite 258)</li> <li>▶ Aus der Testküche auf die Speisekarte: <b>Chinese Dumplings - Jiaozi</b> (Seite 91), <b>Pistazieneis</b> (Seite 189), <b>Cordon bleu</b> (Seite 94), <b>Ginger Chicken Curry</b> (Seite 95), <b>New York Club Sandwich</b> (Seite 90)</li> <li>▶ Neue Gerichte auf der Speisekarte: <b>Tomaten Basilikum Pasta Sauce</b> (Seite 93), <b>Creamy Cole Slaw</b> (Seite 136), <b>Haselnusseis</b> (Seite 190), <b>Walnusseis</b> (Seite 191)</li> </ul>	185
25.082	23.03.2025	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Neu in der Testküche: <b>Türkische Nudeln</b> (Seite 260), <b>Zitronenmuffins</b> (Seite 262), <b>Walnussküchlein</b> (Seite 263), <b>Spaghetti Aglio e Olio</b> (Seite 264)</li> <li>▶ Aus der Testküche auf die Speisekarte: <b>Paneer Butter Masala</b> (Seite 103), <b>Pizza</b> (Seite 105), <b>O-Saft Eis</b> (Seite 192), <b>Fruchtiges Tropen Eis</b> (Seite 193), <b>Schwarzes Sesam-Eis</b> (Seite 196), <b>Kinder Schokolade Eis</b> (Seite 194), <b>Weisses Schokoladen Eis</b> (Seite 195)</li> <li>▶ Neue Gerichte auf der Speisekarte: <b>American Pancakes</b> (Seite 174), <b>Pizza Brot</b> (Seite 97), <b>Gefüllte Zucchini Blüten</b> (Seite 98), <b>Orzo Zitronen Hähnchen</b> (Seite 100), <b>Tagliatelle mit Parmaschinken und Salbei</b> (Seite 101), <b>Jasmintee Creme Brulee</b> (Seite 175), <b>Tiroler Speckknödel</b> (Seite 32), <b>Ultimate Smash Burger Sauce</b> (Seite 146)</li> </ul>	197
25.337	03.12.2025	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Neu in der Testküche: <b>Tomaten Marmelade</b> (Seite 265), <b>Ei-Sambal-Shakshuka</b> (Seite 267), <b>Orecchiette di Manzo al Limone</b> (Seite 269)</li> <li>▶ Aus der Testküche auf die Speisekarte: <b>Mung-Sprossen Salat</b> (Seite 137), <b>Knoblauch Naan</b> (Seite 138)</li> </ul>	200

# Kolophon und Danksagung

Am Ende dieses Buches bleibt mir nur die Hoffnung auszusprechen, dass der Leser interessante Rezepte zum Nachkochen gefunden hat und ein bisschen Spaß beim Lesen hatte. Viel wichtiger als das pure Nachkochen ist jedoch die Anregung sich die Zeit zu nehmen um etwas Leckerer zu zaubern. Es ist nie zu spät die Leidenschaft fürs Kochen zu entdecken und man kann ein Leben lang dazu lernen.

Ich habe mich an jeder Stelle um größtmögliche Sorgfalt und Genauigkeit bemüht, doch kann man Vollständigkeit und Fehlerfreiheit nie garantieren. Das gilt ganz besonders beim Kochen, wo immer ein bisschen Gefühl gefragt ist. Wir kochen schließlich nicht im Labor unter immer genau gleichen Bedingungen. Die Rezepte stellen einen Startpunkt dar, doch möchte ich jeden ermutigen sie nach dem eigenen Geschmack abzuwandeln und Neues auszuprobieren.

Für die technisch Interessierten sei noch erwähnt, dass dieses Kochbuch durch den **Food Generator** erstellt wird. Eine in **Java** geschriebene Anwendung, die sich neben der Erstellung der verschiedenen Ausgabeformate, auch um Konsistenzprüfungen und Versionierung kümmert. Die Daten für die Rezepte sind in einem XML Format gespeichert - der **Food Markup Language** (kurz FML). Der Food Generator konvertiert die Rezepte mittels **XSLT** in das **Docbook** Format.

Neben den automatisch generierten Inhalten für Rezepte gibt es noch manuell im Docbook Format geschriebene Inhalte - wie dieses Kolophon. Eine zentrales Docbook Dokument bündelt die manuell erstellten und generierten Inhalte. Diese werden mittels angepasster **docbook-xsl** Stylesheets und der dazugehörigen Toolchain aus **XSLT** Prozessor, **Apache FOP**, etc. in verschiedene Ausgabe Formate gewandelt. Es werden sowohl Druckformate, wie **PDF**, aber auch Formate für den eBook Reader (**ePub**) und eine Variante in **HTML** für meine **Webseite** erstellt.

Dieses Buch nutzt auf seinen 305 Seiten die Schriftart **Century Gothic**. Die ersten Versionen wurden auf normalem Druckerpapier ausgedruckt und mittels Spiralbindung gebunden. Natürlich eine Version für meine Küche und wie erwartet haben meine Lieblingsrezepte auch schon einige Flecken abbekommen, aber wie am Anfang erklärt war das ja auch Teil der Motivation dieses Kochbuchs.

Tipps habe ich mir von Isabel und Michi geholt, denen ich an dieser Stelle für die Geduld mit meinen unzähligen Fragen danke. Vielen Dank auch an alle meine Korrekturleser - alle Fehler die übrig sind habe ich zu verantworten.

Außerdem möchte ich mich bei Midi bedanken, der mich zum Food-Dictator ernannt hat. Danni hatte die ersten Fotos für das Kochbuch geschossen und mich damit überzeugt, dass es auch als nicht Profi Fotograf möglich ist, leckere Food Bilder zu schießen. Damit war klar, dass mein Kochbuch dringend Fotos braucht.

Die größte Danksagung gilt all denen, die ihre Rezepte mit mir geteilt haben. Danken möchte ich auch meinen Eltern, die mich immer in der Küche helfen ließen und damit den Grundstein für meine Begeisterung gelegt haben. Nicht zuletzt sei Brigitte gedankt, die mich immer unterstützt und - viel wichtiger - nie die Geduld verliert.

