

easySoft®

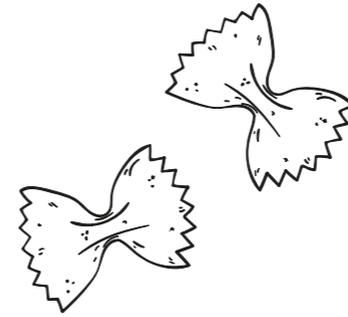
EASYSOFT



# KOCH BUCH

Leckere Erfolgsrezepte  
für jede Gelegenheit

DIE EASYSOFT  
**Neue  
Auflage**  
ERFOLGSREZEPTE



EASYSOFT



# KOCH BUCH

Leckere Erfolgsrezepte  
für jede Gelegenheit

© 2020 easySoft. GmbH



Aus Gründen der Lesbarkeit wird bei Personenbezeichnungen die männliche Form gewählt, alle anderen Geschlechter sind stets eingeschlossen.

## Liebe easySoft-Anwender, Liebe easySoft-Freunde,\*

das Füreinander und Miteinander ist uns bei easySoft in jeder Hinsicht wichtig. Und so freuen wir uns, Ihnen unser neustes Kochbuch zu präsentieren. Unsere Mitarbeiter\* haben in den letzten Monaten ihre persönlichen Lieblingsgerichte für Sie aufbereitet. Entstanden ist eine vielfältige Zusammenstellung herzhafter und süßer Speisen. Vom Badischen Dreierlei über erfrischenden Spinat-Salat mit Passionsfrucht bis zum Pariser Flan – für jeden Gaumen ist etwas dabei. Viele dieser Gerichte wurden bereits in unserer Unternehmensküche gekocht, fotografiert und zum Mittagessen serviert.

Lassen Sie sich mit dem **easySoft Kochbuch – Erfolgsrezepte für jede Gelegenheit** kulinarisch inspirieren. Wir wünschen Ihnen viel Freude bei der Zubereitung der Gerichte und Ihnen, Ihrer Familie und Ihren Freunden einen guten Appetit. Schmecken Sie easySoft!

Ihr

  
Andreas Nau



  
Friedhelm Seiler

  
Wilfried Hahn

*PS: Welches ist Ihr Lieblingsrezept in diesem Buch? Lassen Sie uns in den sozialen Medien an Ihrem #easySoftErfolgsrezept teilhaben.*

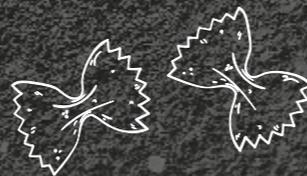
# Inhalt



1.

## Herzhaft

→ ab Seite 10



3.

## Pasta

→ ab Seite 70



2.

## Fisch

→ ab Seite 64



5.

## Suppen

→ ab Seite 100



4.

## Salate

→ ab Seite 88



6.

## Süßes

→ ab Seite 104



## Herzhaft

- 10 **Rindereintopf**  
Lucas Hermann, Web-Entwicklung
- 12 **Ossobuco alla milanese**  
Maik Hoffmann, Produktmanagement
- 14 **Sonnige Hähnchenbrustfilets**  
Matthias Bauer, Beratung | Schulung
- 16 **Gemischtes Gulasch**  
Sebastian Heil, Projektmanagement
- 18 **Schweinenacken vom Grill**  
Monika Klein, Projektmanagement-Office
- 20 **Tagliata di Manzo**  
Cem Lang, Bereichsleitung Beratung | Vertrieb
- 22 **Musaka**  
Daniel Lahm, Dualer Student Angewandte Informatik
- 24 **Schwäbische Wurstspätzle mit Kartoffelsalat**  
Harald Schneck, Buchhaltung | Controlling
- 26 **Baba Ghanoush (Auberginencreme)**  
Kerstin Oßwald, Administration Finance Center
- 28 **Spätzle-Gröschtel-Pfanne**  
Jörg Pfander, Softwaretest
- 30 **Shakshuka**  
Benjamin Kuttler, Personalleitung
- 32 **Schwäbische Lasagne (Maultaschenlasagne)**  
Benny Luz, Webentwicklung
- 34 **Schwäbische Kässpätzle**  
Jürgen Reusch, Beratung | Schulung
- 36 **Flammkuchen Winzer Art**  
André Fälker, Beratung | Schulung
- 38 **Flammkuchen vom Gasgrill**  
Andreas Gintaut, Softwaretest

- 40 **Panierte Zucchini mit Reis und Tomatensoße**  
Daniel Steidinger, Softwareentwicklung
- 42 **Chicorée mit Schinken und Käse**  
Daniel Neudeck, Administration Finance Center
- 44 **Ohren (Maultaschen)**  
Björn Ritter, Schnittstellen
- 46 **Kiwi-Halloumi-Burger**  
Raphael Schuldt, Beratung | Vertrieb
- 48 **Vegetarische Frikadellen**  
Daniel Wanner, IT-Administration
- 50 **Sojabratlinge**  
Matthias Autenrieth, Beratung | Schulung
- 52 **Paprika-Spiegelei**  
Johannes Diehl, Softwaretest | Testautomation
- 54 **Rustikales Bauernomelett**  
Alexander Fuchs, Softwaretest | Testautomation
- 56 **Pad Thai**  
Thomas Cless, Bereichsleitung Entwicklung
- 58 **Badisches Dreierlei**  
Fabian Stiefvater, Bereichsleitung Projektmanagement
- 60 **5 Minuten Pizza**  
Cedric Heinrich, Web Entwicklung | Design
- 62 **Eiersalat-Sandwich**  
Sonja Schmid, UI-/UX-Design | Usability

## Fisch

- 64 **Lachs auf Gemüsebett**  
Hermann Rost, Technischer Kundenberater | Schnittstellen
- 66 **Jakobsmuscheln mit Kräutern der Provence**  
Andreas Nau, Strategische Geschäftsführung
- 68 **Paella**  
Susanne Nau, Personal Training | Housekeeping

## Penne

- 70 **Gnocchi alla Sorrentina**  
Tim Kriebler, Frontend Web
- 72 **Thai Lasagne**  
Sven Schmidt, Facility Management

- 74 **Penne mit Hähnchenbrust in Weißwein-Zitronen-Rahm**  
Martin Reiter, Projektmanagement
- 76 **Sauce à la Bolognese**  
Miriam Kaiser, Softwareentwicklung App
- 78 **Schinken-Nudel-Auflauf**  
Björn Seth, Technischer Support
- 80 **Penne mit Mandelpesto**  
Markus Ernst, Technische Betreuung
- 82 **Austernpilz-Pasta**  
Oliver Haug, Bereichsleitung Technik
- 84 **Leichte Sommerpasta**  
Friedhelm Seiler, Operative Geschäftsführung
- 86 **Tagliatelle al Salmone**  
Michael Jantner, Beratung | Vertrieb

## Salate

- 88 **Farfalle Salat mit Rucola**  
Susanne Huth, Technischer Support
- 90 **Spinat-Salat mit Passionsfrucht**  
Elisabeth Freitag, Projektmanagement
- 92 **Grüner Salat mit Parmesan**  
Michael Jürgens, Beratung | Schulung
- 94 **Alb-Linsen-Salat mit Schafskäse**  
Daniel Hartmann, Marketing | Design
- 96 **Brotsalat mit Minze und Mozzarella**  
Daniela Weiterschau, Administration Finance Center
- 98 **Italienischer Brotsalat**  
Birgit Ziegner, Facility Management

## Suppen

- 100 **Curry-Suppe**  
Klaus Josenhans, Technischer Support
- 102 **Curry-Kokos-Fischsuppe**  
Hannah Oettinger, Beratung | Vertrieb

## Süßes

- 104 **Ofenschlupfer**  
Gerald Ruppert, Prozessmanagement
- 106 **Panna Cotta**  
Jonathan Stadelmaier, Online-Marketing | Text

- 108 **Apfel Crumble mit Vanilleeis**  
Ann-Sophie Povel, Auszubildende Kauffrau für Marketing
- 110 **Pfitzauf**  
David Heim, Softwareentwicklung
- 112 **Apfelküchle**  
Wolfgang Maier, Bereichsleitung Entwicklung
- 114 **Nusszopf**  
Bastian Pfitzner, Produktmanagement
- 116 **Tiramisu al Limoncello**  
Ines Hanisch, Inhaltlicher Support | Schulung
- 118 **Trauben-Cookie Dessert**  
Milena Zeh, Auszubildende Industriekauffrau
- 120 **Frischkäse-Hörnchen**  
Christine Hahn, Housekeeping | Feel Good Manager
- 122 **Kanadische Pancakes mit Ahornsirup**  
Tracy Ulinski, Übersetzung
- 124 **Johannisbeer-Eierlikör-Torte**  
Martin Geldmacher, Inhaltlicher Support
- 126 **Schwarzwälder Kirschtorte**  
Johanna Kratzmeier, IT-Administration
- 128 **Pariser Flan**  
Éric Louvard, Setup Builds | Versionsverwaltung
- 130 **Zimtschnecken**  
Elina Bergler, Softwareentwicklung
- 132 **Mohnkuchen**  
Daniel Lutschinski, Frontend Web
- 134 **Zitronenkuchen vom Blech**  
Annika Kraus, Assistenz Sales
- 136 **Gravensteiner Apfelkuchen**  
Matthias Zeltwanger, Akademieleitung
- 138 **Fruit Cookie Tarte**  
Katrin Brach, Beratung | Vertrieb
- 140 **Buchweizenbrot**  
Max Schiefele, Dokumentation | HelpCenter
- 142 **Saftiges Vollkornbrot**  
Miriam Strölin, Bereichsleitung Customer Experience
- 144 **Proja**  
Arijana Živkov, Softwaretest



# Rindereintopf



## ZUTATEN

Für 5 Personen

ca. 1 kg Gemüse:

1 gutes Stück Sellerie (ca. 200 g)

3-4 Möhren (ca. 350 g)

3 Petersilienwurzeln (ca. 250 g)

1-2 Pastinaken (ca. 100 g)

1 Stange Lauch/Porree

1 kg Kartoffeln

500 g Rindergulasch

Bratöl

Olivenöl

400-500 ml Rinderfond

2 Blätter Lorbeer

4 TL Rinderbrühe (Pulver)

## ZUBEREITUNG

### Vorbereitung:

Das Gemüse gut waschen. Möhren, Petersilienwurzeln und Pastinaken können wenn sie Bio-Gemüse sind, problemlos verwendet werden, ohne sie zu schälen. Das Gemüse in ca. 1-2 cm große Würfel und den Lauch in Ringe schneiden. Die Kartoffeln schälen ebenfalls in ca. 1,5 cm große Würfel schneiden und in einer separaten Schüssel sammeln.

### Zubereitung:

Das Fleisch in einem großen Topf mit dem Bratöl scharf anbraten. Nach 3-5 Minuten ordentlich Olivenöl und das Gemüse (nicht die Kartoffeln) dazu geben und zusammen mit dem Fleisch ca. 15 Minuten anbraten. Mit 3 Litern Wasser und dem Rinderfond auffüllen, 4 Teelöffel Rinderbrühpulver zugeben und zwei Lorbeerblätter in den Topf geben. Rindfleisch und Gemüse mindestens 3 Stunden köcheln lassen. Die Kartoffeln zugeben und nochmal mindestens 1,5 Stunden köcheln lassen.

Wenn die Kartoffeln noch recht fest sind, oder der Eintopf noch etwas sämiger werden soll dann kann man ihn vor dem Servieren nochmal gut für eine halbe Stunde aufkochen.



# Ossobuco alla milanese



## ZUTATEN

### Für 4 Personen

4 Scheiben Kalbshaxen mit Knochen

2 große Zwiebeln

2 Zehen Knoblauch

2 große Möhren

3 Stangen Staudensellerie

2 EL Öl

200 ml Weißwein

2 EL Mehl

2 Dosen geschälte Tomaten

Salz, Pfeffer

Thymian

1 Zitrone, unbehandelt

1 Bund Petersilie

## ZUBEREITUNG

Die Selleriestangen putzen und in Scheiben schneiden, die Möhren schälen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und in Würfel schneiden. Die Kalbsscheiben waschen, trocken tupfen, würzen und in Mehl wenden.

Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen und das Fleisch von beiden Seiten scharf anbraten und dann auch wieder herausnehmen. Dann das gesamte Gemüse in derselben Pfanne anschwitzen. Mit dem Wein ablöschen. Beide Dosen Tomaten unterrühren und mit einer Gabel etwas zerdrücken. Nun das Fleisch wieder dazugeben und etwas mit der Sauce bedecken. Jetzt 2-2,5 Stunden schmoren lassen (je länger desto besser). Als Abschluss mit Salz, Pfeffer und Thymian abschmecken.

Nun zur sogenannten Gremolata, das TOPPING! Dazu die Zitronenschale abreiben und mit der fein gehackten Petersilie und dem gepressten Knoblauch mischen. Beim Servieren zum Fleisch reichen und nach Belieben einen Teelöffel übers Essen geben. Dazu passen Gnocchi, Risotto oder Bandnudeln.



# Sonnige Hähnchenbrustfilets



## ZUTATEN

Für 4 Personen

4 Hähnchenbrustfilets

1-2 Tomaten

1-2 Kugeln Mozzarella

Olivenöl

etwas frisches Basilikum

## ZUBEREITUNG

Hähnchenbrustfilets mit buntem Pfeffer und Salz würzen und in Olivenöl scharf in der Pfanne anbraten. Tomaten und Mozzarella in dünne Scheiben schneiden. Filets in Auflaufform geben, abwechselnd mit Tomate und Mozzarella belegen. Nochmal mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

Auflaufform bei 175 Grad Umluft ca. 20 Minuten überbacken. Die überbackenen Hähnchenbrustfilets mit frischem Basilikum garnieren.

## Tipp:

Mit Reis und buntem Gemüse wird daraus ein leichtes Sommeressen



# Gemischtes Gulasch



## ZUTATEN

Für 4 Personen

200 g Rindfleisch

200 g Schweinefleisch

200 g Kalbfleisch

100 g Speck

300 g Zwiebeln

30 g Mehl

3 Wacholderbeeren

1 Lorbeerblatt

5 Gewürzkörner

Paprikagewürz (leicht scharf)

Salz

125 ml saure Sahne

375 ml Brühe

½ Glas Rotwein

## ZUBEREITUNG

Das Fleisch in mittelgroße, den Speck und die Zwiebeln in kleine Würfel schneiden. Die Speckwürfelchen in einem Topf auslassen und dann die Fleischwürfel darin kräftig anbraten, salzen und das Mehl darüber streuen. Gewürze und Zwiebelwürfelchen dazugeben. Saure Sahne darüber gießen und die Bratenflüssigkeit verdampfen lassen. Nach und nach mit heißer Brühe auffüllen und das Fleisch unter häufigem Umrühren zugedeckt gar schmoren. Mit Paprikagewürz und Rotwein abschmecken.

Als Beilagen passen Kartoffeln mit diversen Gemüsesorten, Semmelknödel, Nudeln oder auch Spätzle.



# Schweinenacken vom Grill

Slow Food



## ZUTATEN

ca. 2,5 kg Schweinenacken am Stück

### Für die Marinade

1 l Bier (Export oder Altbier)

400 ml Orangensaft

400 ml Apfelsaft

2 EL Olivenöl

500 ml pürierte Tomaten

60 ml Brandwein Essig

2 TL Senf

60 g Zucker (oder Honig)

Salz, Pfeffer, Chilipulver

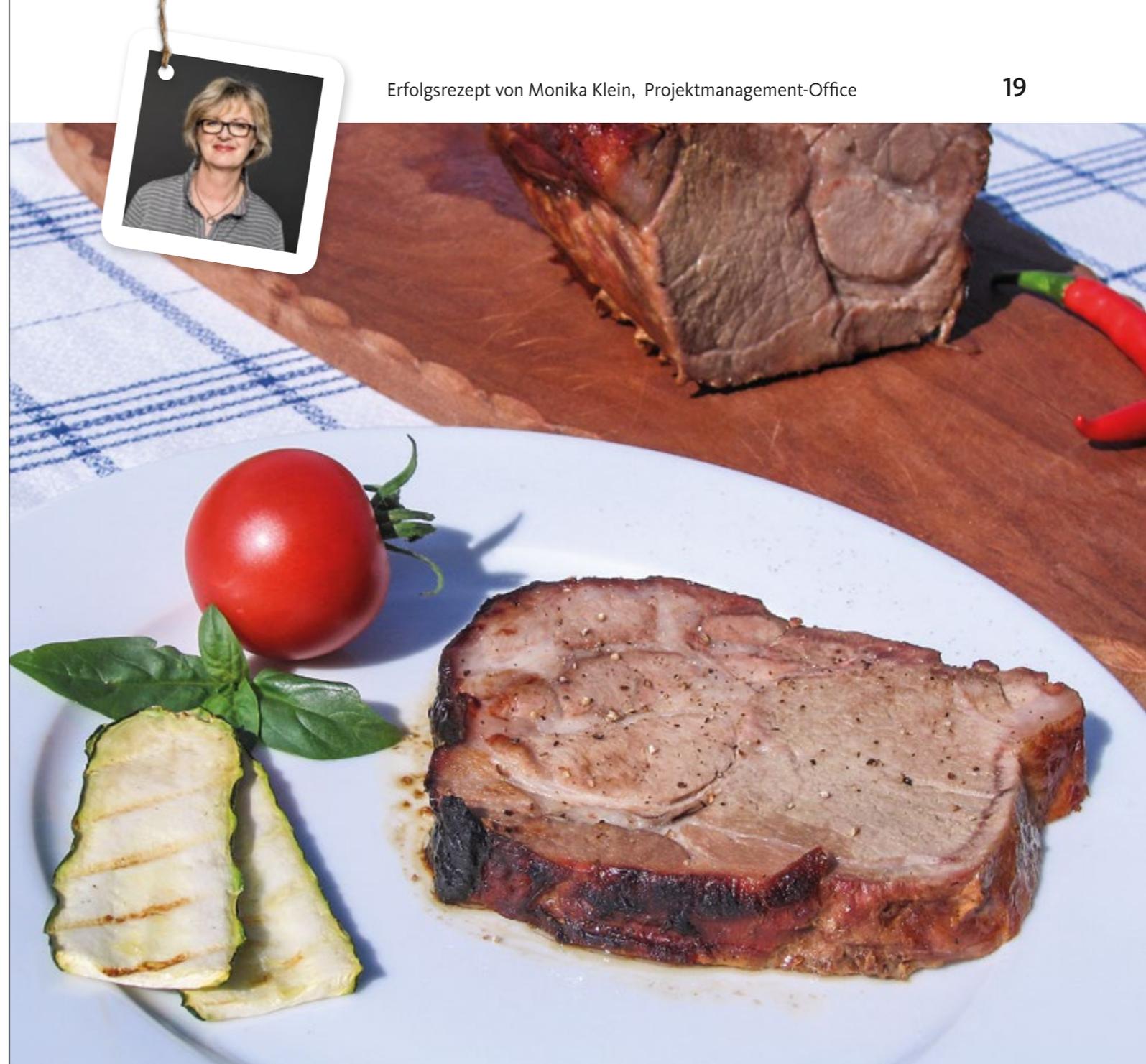
1 Zehe Knoblauch, 1 kleine Zwiebel

## ZUBEREITUNG

Den Schweinenacken auf Zimmertemperatur bringen und die Marinade zubereiten. Orangensaft/Apfelsaft, Olivenöl, Bier, Tomaten, Essig und Zucker zusammen verrühren. Mit Salz, Pfeffer, Chili und Zucker abschmecken. Knoblauch und Zwiebel grob zerkleinern und in die Marinade geben.

Schweinenacken in die Marinade geben und 24 Stunden kalt stellen. Abtropfen lassen und auf Kohlegrill oder Gasgrill (mit Deckel/indirektes Grillen) mit 120-130 Grad ca. 6 Stunden bis zu einer Kerntemperatur des Schweinenackens von 70 Grad grillen.

Den Schweinenacken während des Grillvorganges mehrfach mit Marinade einpinseln. Sobald der Schweinenacken seine Kerntemperatur erreicht hat, vom Grill nehmen, 10 Minuten ruhen lassen und portionieren.



# Tagliata di Manzo



## ZUTATEN

Für 4 Personen

800 g Rinderfilet(s) oder Hüfte

8 EL Olivenöl

2 Zweige Rosmarin

4 Knoblauchzehen

100 g Rucola

2 EL Zitronensaft

Balsamico Dressing (Crema)

frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

grobes Meersalz

## ZUBEREITUNG

Den Backofen vorheizen auf 150 Grad.

Die Rucola putzen, waschen und trocken schütteln. Den Zitronensaft mit Salz und Pfeffer verrühren und 4 EL Öl darunter schlagen. Die Rucola mit dem Dressing mischen und auf vier Teller verteilen. Kirschtomaten können noch zur farblichen Verschönerung dazu garniert werden.

Das Filet trocken tupfen. Rosmarinzwige mit dem geschälten Knoblauch und dem Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch von allen Seiten ca. 1 Minute anbraten. Dann im heißen Ofen je nach Garwunsch 10-12 Minuten in Alufolie ruhen lassen. Das Filet mit einem scharfen Fleischmesser in schöne, nicht zu dicke Scheiben schneiden. Die Filetscheiben auf den Salat legen. Mit Meersalz und Pfeffer würzen. Zum Schluss mit Olivenöl und Balsamico Dressing je nach Geschmack dekorieren. Auch sehr gerne wird Parmesan (gehobelt) noch zur Deko verwendet. Ich selbst liebe grüne frische Pfefferkörner.



# Musaka



## ZUTATEN

### Für 4 Personen

500 g Hackfleisch

2 Zwiebeln

1,5 kg Kartoffeln

4 Eier

800 ml Milch

Salz, Pfeffer

Brühe (Vegeta)

## ZUBEREITUNG

Zwiebeln würfeln und mit dem Hackfleisch in einer Pfanne dünsten. Etwas Pfeffer und Salz hinzufügen und die Mischung garen bis das Hackfleisch durch ist. Dabei gut umrühren.

Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. In einer Auflaufform Kartoffeln und Hackfleisch abwechselnd schichten.

Eier und Milch in der Pfanne verquirlen, in der man das Fleisch gedünstet hat und mit etwas Vegeta würzen. Falls nötig nochmals salzen und in die Auflaufform füllen.

Bei 250 Grad im Ofen auf mittlerer Schiene backen bis die Kartoffeln gar sind. Bei 2mm dicken Scheiben sind das etwa 35 Minuten.



# Schwäbische Wurstspätzle mit Kartoffelsalat

## ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

### Für die Wurstspätzle:

500 g Mehl

5 Eier

500 g Lyoner am Stück

ca. 225 ml Wasser

Salz

Fleischbrühe

### Für den Kartoffelsalat:

500 g Kartoffeln (festkochend)

2 Zwiebel

125 ml Gemüsebrühe

Salz, Pfeffer, Weißweinessig und Öl

## ZUBEREITUNG

**Wurstspätzle:** Mehl, Eier, Salz und Wasser zu einem glatten Teig verarbeiten. Die Wurst fein hineinreiben und vermengen.

Den fertigen Teig entweder von Hand direkt in kochendes Wasser schaben oder mit einer Spätzlespresse hineindrücken. Wenn die Spätzle an die Oberfläche aufsteigen, heraussieben und in kaltem Wasser abschrecken. Die Wurstspätzle werden mit Fleischbrühe serviert, Kartoffelsalat rundet das Essen ab.

**Kartoffelsalat:** Kartoffeln kochen, schälen und in dünne Scheiben schneiden. Zwiebel schneiden und zu den Kartoffeln geben. Etwas Gemüsebrühe darüber gießen und mit Essig, Salz, Pfeffer und Öl abschmecken.



# Baba Ghanoush

Auberginencreme



## ZUTATEN

Für 6 Personen

2 Auberginen, à 400 g

2 Knoblauchzehen

70 g Tahin (Sesampaste), ca. 3 EL

3-4 EL Olivenöl

3-4 EL Zitronensaft

Salz

etwas Kreuzkümmel, gemahlen

1 Msp. Cayennepfeffer

2 Stiele Minze oder glatte Petersilie

Paprika süß

Granatapfelkerne zum Dekorieren

## ZUBEREITUNG

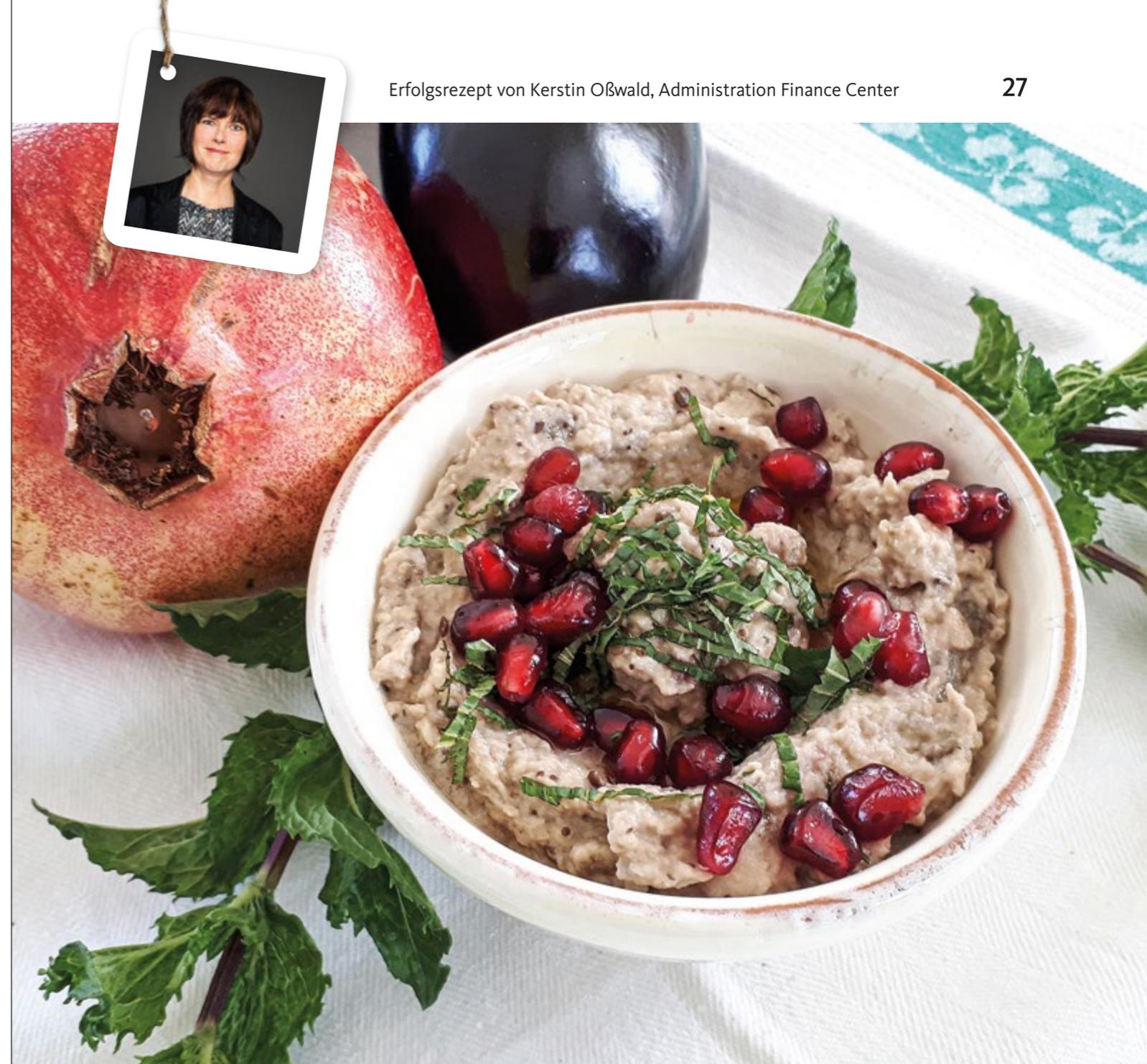
Auberginen rundum mit der Gabel einstechen, auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Gas 3; Umluft 180 Grad) 40-45 Minuten garen, dabei gelegentlich wenden. Nach 20 Minuten die ungeschälten Knoblauchzehen mit auf das Backblech geben und ebenfalls mehrmals wenden.

Auberginen leicht abkühlen lassen, längs halbieren und das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale schaben. Ausgetretenen Saft in eine Schüssel geben. Das Fruchtfleisch fein hacken, Knoblauch aus der Haut drücken und mit Auberginen und der Flüssigkeit in der Schüssel mischen.

Tahin, 3 EL Olivenöl, Zitronensaft, Salz, Kreuzkümmel und Cayennepfeffer untermischen, alles mit einer Gabel zu einem groben Mus zerdrücken.

Minzblätter von den Stielen abzupfen und fein schneiden. Baba Ghanoush mit restlichem Olivenöl beträufeln, mit Minze, Paprikapulver bestreuen und mit Granatapfelkernen dekoriert servieren. Dazu gibt es Fladenbrot mit Sesam und Schwarzkümmel.

Erfolgsrezept von Kerstin Oßwald, Administration Finance Center



# Spätzle-Gröschtel-Pfanne



## ZUTATEN

Für 2 Personen

400 g frische Pfifferlinge

2 EL Butterschmalz (alternativ Butter)

50 g Schalotten

½ Bund Petersilie

500 g Eierspätzle

200 g Sahne

50 ml Gemüsefond

1 Prise Muskatnuss

Salz, Pfeffer

1 Messerspitze Chiliflocken

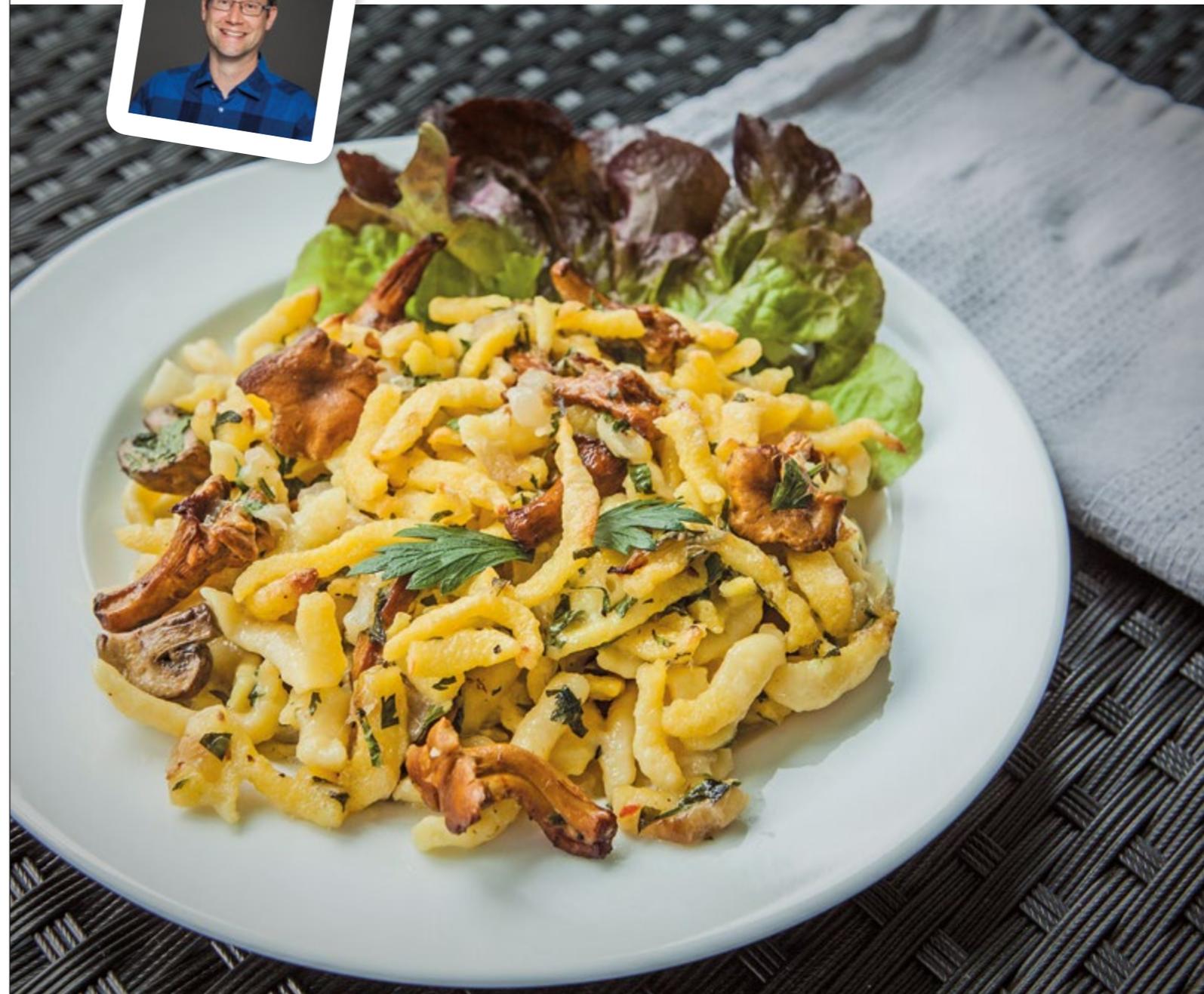
200 g Bergkäse

## ZUBEREITUNG

Pfifferlinge putzen, dabei die Stielenden kürzen. In einer großen Pfanne Butterschmalz erhitzen. Die Pfifferlinge bei starker Hitze unter Rühren etwa 3 Minuten anbraten. Die Schalotten schälen und fein würfeln. Die Petersilie fein hacken. Die Hälfte der Schalotten und der Petersilie in die Pfanne geben.

Die Spätzle dazugeben und unter Rühren 3 Minuten anbraten. Mit Sahne und Gemüsefond ablöschen, kurz einkochen und mit Salz, Pfeffer, Muskat und Chiliflocken abschmecken.

Den Bergkäse fein reiben, in die Pfanne geben und gut verrühren. Das Gröschtel mit der restlichen Petersilie sowie Schalotten bestreuen und sofort servieren.



# Shakshuka



## ZUTATEN

### Für 4 Personen

1 Zwiebel mittelgroß

2 Zehen Knoblauch

6 Eier

1 Tomate, frisch

2 Dosen stückige Tomaten (ca. 800 g)

1/2 Bund Petersilie

1 rote Paprika (wer es scharf mag, nimmt eine Peperoni dazu)

2 EL Olivenöl

2 EL Tomatenmark

1/2 TL Paprikapulver edelsüß

1/2 TL Kreuzkümmel/Cumin, gemahlen

1/2 TL Salz

1/2 TL Pfeffer

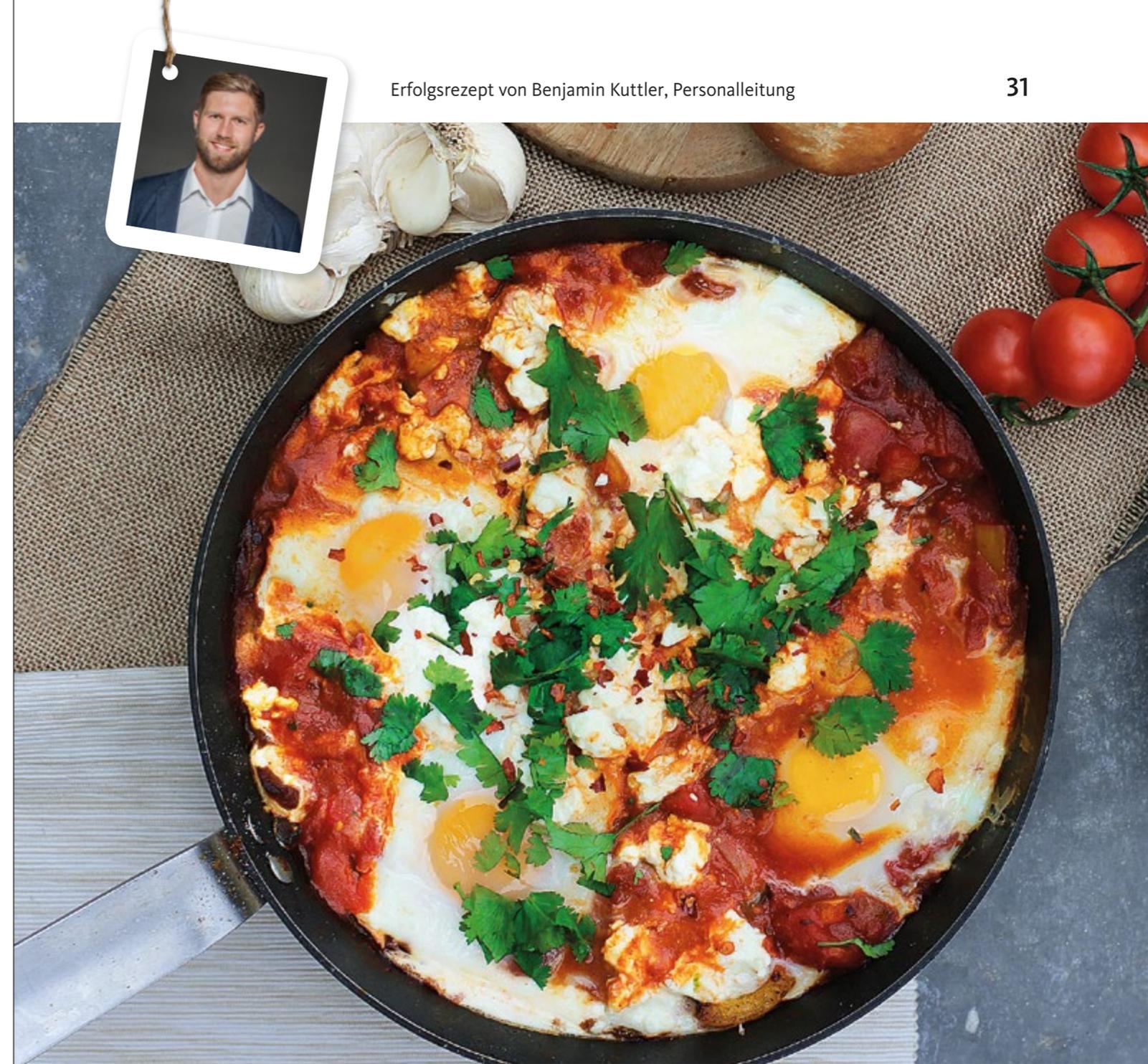
## ZUBEREITUNG

Zwiebel, Knoblauchzehen und Paprika hacken und in Olivenöl andünsten. Stückige Tomaten dazugeben. Sauce aufkochen und Tomatenmark einrühren. Mit Paprikapulver, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer würzen und offen ca. 20 Minuten einkochen lassen. Tomatensauce in eine Auflaufform geben.

In die Tomatensauce 6 Mulden drücken. In jede Mulde ein Ei hineingleiten lassen und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft: 180 Grad) auf mittlerer Schiene ca. 15 Minuten nach Belieben stocken lassen. Tomate in kleine Würfel schneiden, Petersilie hacken. Shakshuka mit Tomatenwürfeln und Petersilie bestreuen.

## Tipp:

Shakshuka gehört zu den israelischen Nationalgerichten und wird dort oft mit Pitabrot meist zum Frühstück serviert.



# Schwäbische Lasagne

*Maultaschen-  
lasagne*



## ZUTATEN

### Für 4 Personen

1 kg Maultaschen

2 Dosen Tomaten stückig (800g)

2 Pck. Gratinkäse (300g)

1/3 Becher Sahne

1 kleine Zwiebel

2 Zehen Knoblauch

2 EL Tomatenmark

5 EL Olivenöl

Oregano

Zucker

Salz, Pfeffer

## ZUBEREITUNG

Die Zwiebeln und den Knoblauch möglichst klein schneiden (oder pressen) und im Öl leicht anbraten. Parallel dazu den Backofen schon mal auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Tomaten und das Tomatenmark hinzugeben und 10 Minuten lang leicht köcheln lassen. Währenddessen schon mal die Maultaschen in Scheiben schneiden.

Die Sahne und ungefähr ein Viertel des Käses in die Tomatenmasse einrühren. Auch den Zucker und den Oregano hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Maultaschen mit dem Rest vermengen und in eine Auflaufform geben. Den restlichen Käse darauf verteilen.

Die schwäbische Lasagne bei 200 Grad ca. 25 Minuten lang backen. Wenn die Käsekruste goldbraun ist oder es nach Lasagne duftet, ist sie fertig.



# Schwäbische Kässpätzle



## ZUTATEN

### Für die Spätzle

500 g Mehl, Type 405 oder Spätzlesmehl

1 TL Salz

5 Eier

200 ml Wasser, lauwarm

3 l Wasser, leicht gesalzen

### Außerdem

300 g geriebener Käse z.B. Emmentaler

200 ml Schlagsahne

50 g Butter

3 Zwiebeln (ca. 200g)

Salz, Pfeffer

## ZUBEREITUNG

Mehl, Eier, Salz in eine Schüssel füllen, zunächst nur die Hälfte des Wassers zugeben und zu einem Teig verkneten. Der Teig muss von glatter, zäher Konsistenz sein und nur schwer vom Rührlöffel oder Knethaken fallen. Bei Bedarf noch Wasser zugeben. Durch eine Spätzlespresse drücken oder vom Brett schaben – direkt ins siedende Salzwasser. Die frei schwimmenden Spätzle kochen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen, dann abschöpfen und schichtweise in eine feuerfeste Form geben.

Jede Schicht pfeffern und salzen, mit geriebenem Käse bestreuen und mit Schlagsahne begießen. Die Zwiebeln schneiden, in der Butter andünsten und über die Spätzle geben. Bei 200 Grad 15 Minuten im Ofen überbacken und mit frischem grünen Salat servieren.

Alternative für Eilige: 500 g fertige Spätzle ins siedende Salzwasser geben und nach Packungsangabe kochen und abgießen, mit geriebenem Käse schichtweise in die feuerfeste Form geben. Nach dem Überbacken im Ofen mit Röstzwiebeln bestreuen.



# Flammkuchen Winzer Art



## ZUTATEN

### Für 1 Flammkuchen

100 g rote Zwiebeln

1 EL Öl

1 Knorr-fix Beutel für Spaghetti alla Carbonara

50 g Crème fraîche

150 g blaue Weintrauben (kernlos)

40 g Schinkenspeckwürfel

1 Pck. Flammkuchenteig

50 g Frischkäse

## ZUBEREITUNG

Zwiebeln schälen, halbieren, in Streifen schneiden und in heißem Öl dünsten. Beutelinhalt (Spaghetti alla Carbonara) in einem kleinen Topf in 125 ml kaltes Wasser einrühren. Unter Rühren kurz aufkochen. Beiseite stellen und Crème fraîche unterrühren. Trauben erst unter heißem Wasser, danach kurz unter kaltem Wasser abspülen und halbieren. Flammkuchenteig entrollen und mit dem Papier auf ein Backblech legen. Carbonara-Crème-fraîche-Sauce darauf verstreichen. Mit Zwiebeln, Speckwürfeln, Trauben belegen und Frischkäse darüber verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad ca. 15 Minuten backen. Abschließend den Flammkuchen in 12 Stücke schneiden.

## Tipp:

Einfach lecker mit  
einem gekühlten  
Badischen Rivaner oder  
Müller-Thurgau



# Flammkuchen vom Gasgrill



## ZUTATEN

### Zubehör

Gasgrill mit Deckel und ein Pizzastein

### Zutaten für einen Flammkuchen

1 Pck. Flammkuchenteig

### Belag

50 g Speckwürfel (Katenschinken)

2-3 Frühlingszwiebeln

100 g Schmand (oder Crème fraîche)

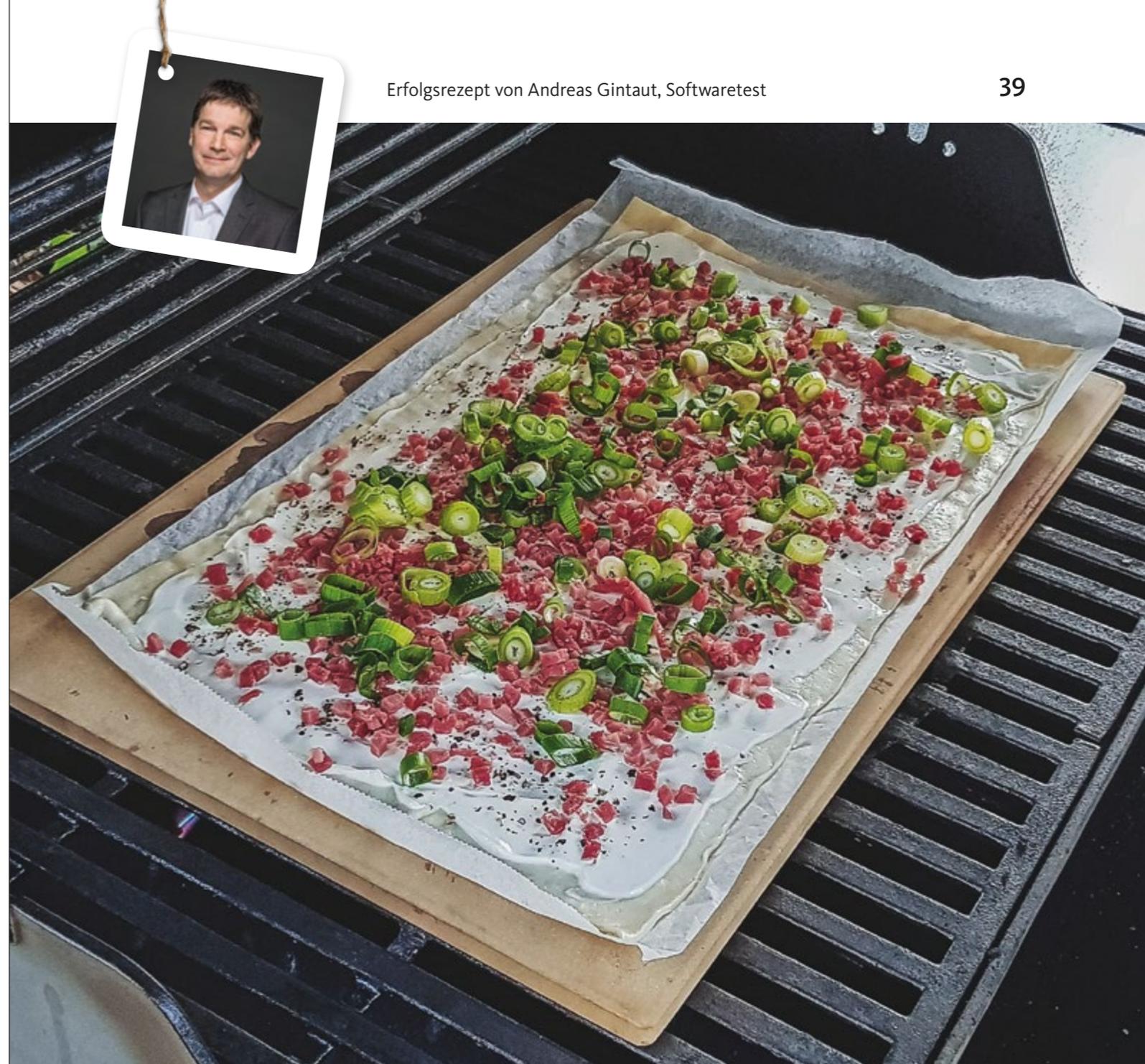
Pfeffer

## ZUBEREITUNG

Pizzastein auf den Grillrost legen und Grill mit allen Brennern für 10-15 Minuten auf ca. 230 Grad vorheizen. Währenddessen die Flammkuchen folgendermaßen vorbereiten: 1. Schmand (bzw. Crème fraîche) ca. 2 mm dick auf den Flammkuchenteig streichen. 2. Speckwürfel gleichmäßig verteilen. 3. Frühlingszwiebel klein schneiden und ebenfalls auf dem Flammkuchen verteilen. 4. Mit Pfeffer aus der Mühle würzen.

Den Brenner direkt unter dem Pizzastein jetzt auf kleinste Stufe stellen, um zu vermeiden, dass der Flammkuchen anbrennt (der Pizzastein hat mittlerweile genügend Wärme gespeichert).

Flammkuchen auf den Pizzastein legen. Man kann dabei das Backpapier noch dran lassen und erst nach ca. 2-3 Minuten zwischen Flammkuchen und Pizzastein raus ziehen, weil der Boden des Flammkuchens sich dann bereits vom Papier gelöst hat. Bei geschlossenem Deckel dauert es ca. 8 Minuten bis der Flammkuchen fertig ist. Zwischendurch 1-2 mal den Boden überprüfen, ob die gewünschte Bräune erreicht ist.



# Panierte Zucchini

mit Reis und Tomatensoße



## ZUTATEN

Für 3-4 Personen

4 Zucchini	.....
2 Tassen Reis	.....
1-2 Tomaten in der Dose	.....
1 Ei	.....
1 Pck. geriebener Käse	.....
1 Zwiebel	.....
Paniermehl	.....
Bratöl	.....
Salz, Pfeffer	.....
Gemüsebrühe	.....

## ZUBEREITUNG

Den Reis nach Packungsanweisung garen und würzen.

Zwiebel in Öl glasig dünsten. Die Tomatensoße dazu geben und zum Kochen bringen. Mit Salz, Pfeffer, Gemüsebrühe und italienischen Kräutern abschmecken.

Die Zucchini waschen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Paniermehl in eine Schale geben. In einer weiteren Schale das Ei verquirlen. Die Zucchini nacheinander in das Ei eintauchen, herausnehmen und im Paniermehl wenden. Anschließend werden die Zucchini in einer Pfanne mit Öl angebraten. Die Zucchini in eine Auflaufform geben und mit geriebenem Käse bestreuen. Anschließend die Auflaufform abdecken, damit der Käse verlaufen kann. Die weiteren Zucchini zubereiten und als weitere Schicht in die Auflaufform geben und ebenfalls mit Käse bestreuen.



# Chicorée mit Schinken und Käse



## ZUTATEN

Für 2 Personen

4 Chicorée

8 Scheiben Kochschinken

200 g geriebenen Käse

2 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer

## ZUBEREITUNG

Den Chicorée waschen und den unteren bitteren Teil abschneiden (der Chicorée kann auch vorher in leicht salzigem Wasser ein paar Minuten gekocht werde). Anschließend halbieren und auf die Innenseiten eine Prise Salz und Pfeffer streuen. Das Olivenöl ebenfalls gleichmäßig auf die Innenseiten geben.

Die halben Stücke in den Kochschinken einwickeln, auf ein Backblech oder eine eingefettete Auflaufform geben und den Käse darüber streuen.

Bei ca. 200 Grad für ca. 20 Minuten überbacken.



# Ohren

In Wirklichkeit Maultaschen



## ZUTATEN

### Für den Teig:

500 g Mehl

4 Eier

2 EL Öl

Salz

### Für die Füllung:

50 g magerer Speck

250 g gemischtes Hackfleisch

200 g Spinat

2 fein gewürfelte Zwiebeln

3 Eier

2 Brötchen

Fein geschnittene Petersilie

Salz, Pfeffer

## ZUBEREITUNG

**Füllung:** Den Speck und die Zwiebeln würfeln und in Butter anbraten. Die zuvor eingeweichten Brötchen, die Petersilie und den Spinat durch den Fleischwolf drehen, anschließend mit den Speckzwiebeln mischen. Diese Masse zum Hackfleisch geben und mit den Eiern unterarbeiten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**Teig:** Aus Mehl, Eiern, Öl und Salz einen glatten, festen Nudelteig kneten, dann recht dünn ausrollen. Die Hälfte des Nudelteigs im Abstand von etwa 7 cm mit der Füllung belegen, die Zwischenräume mit Eiweiß bestreichen. Dann die andere Hälfte des ausgerollten Nudelteigs darüber schlagen und in den Zwischenräumen andrücken. Nun die Ohren ausschneiden.

Die fertigen Maultaschen in kochende Fleischbrühe geben und etwa 15 Minuten ziehen lassen.



# Kiwi-Halloumi-Burger



## ZUTATEN

Für 2 Personen

1 Süßkartoffel  
 .....  
 200 g Halloumi  
 .....  
 1 Kiwi  
 .....  
 1 Tomate  
 .....  
 ½ Gurke  
 .....  
 1 Salatherz (Romana)  
 .....  
 2 Sesam-Burgerbrötchen  
 .....  
 10 g italienischer Hartkäse  
 .....  
 5 ml Kürbiskernöl  
 .....  
 20 ml Mayonnaise  
 .....  
 ½ EL Butter  
 .....  
 1 EL Öl  
 .....  
 ½ EL Essig  
 .....  
 Salz, Pfeffer nach Geschmack  
 .....

## ZUBEREITUNG

Wasche das Gemüse ab. Zum Kochen benötigst du 1 große Pfanne, 1 Gemüsereibe, 1 große Schüssel und 1 Backblech mit Backpapier.

Heize den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze (180 Grad Umluft) vor. Süßkartoffel schälen, in ca. 1 cm breite Spalten schneiden und auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Mit reichlich Salz und Pfeffer bestreuen und auf der mittleren Schiene im Backofen 15-20 Minuten backen.

Halloumi in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Kiwi schälen und in Scheiben schneiden. Tomate halbieren, Strunk entfernen und Tomatenhälften in Scheiben schneiden. Gurke in 1 cm große Würfel schneiden. Salatherz halbieren, Strunk entfernen und Salat in Streifen schneiden. Burgerbrötchen aufschneiden. In einer großen Pfanne Butter bei mittlerer Hitze erwärmen, Brötchenhälften darin mit der Schnittfläche nach unten jeweils 2-3 Minuten rösten. Anschließend herausnehmen und kurz beiseitestellen. In der Pfanne Öl erhitzen und Halloumischeiben darin auf jeder Seite 2 Minuten goldbraun anbraten. Hartkäse grob reiben.



In einer großen Schüssel Kürbiskernöl, Essig, Salz und Pfeffer zu einem Dressing vermischen. Salatstücke, Gurkenwürfel und geriebenen Hartkäse hineingeben und gut vermischen.

Brötchenhälften mit ein wenig Mayonnaise bestreichen. Mit Tomaten-, Halloumi- und Kiwischeiben belegen. Zusammen mit Salat und Süßkartoffelspalten genießen.

# Vegetarische Frikadellen



## ZUTATEN

150 g Reis  
 .....  
 2 Eier  
 .....  
 2 Möhren  
 .....  
 2 mittelgroße Zwiebeln  
 .....  
 Semmelbrösel  
 .....  
 Salz, Pfeffer  
 .....  
 3 EL Kräuter, TK, gemischt  
 .....  
 150 g Emmentaler  
 .....  
 1 l Gemüsebrühe  
 .....  
 Butterschmalz  
 .....

## ZUBEREITUNG

Die Brühe aufkochen, den Reis hineingeben und 15 Minuten kochen. Er sollte dann noch etwas „al dente“ sein. Reis abgießen und abkühlen lassen. Man kann natürlich auch einen Rest vom Vortag nehmen. Dann aber später mit dem Salz nicht sparen. Der Reis sollte schon schön würzig sein.

Käse raspeln. Die Möhren putzen und raspeln. Ob man Käse und Möhren fein oder grob raspelt, bleibt dem eigenen Gusto überlassen. Zwiebeln fein würfeln.

Reis, Käse, Möhren, Zwiebeln und Eier miteinander verrühren. Pfeffer (ruhig reichlich), Salz und Kräuter einrühren. Nun Semmelbrösel einrühren, bis die Masse etwas Konsistenz hat. Dann ca. 15 Minuten quellen lassen. Prüfen, ob die Masse unter Druck in den Händen zu einer Frikadelle geformt werden kann. Wenn ja, wird sie anschließend noch leicht in Semmelbröseln gewälzt. In reichlich Butterschmalz bei geringer Hitze vorsichtig von beiden Seiten goldbraun braten. Nach dem Braten auf einem Küchenkrepp das Fett abtropfen lassen.



# Sojabratlinge



## ZUTATEN

150 g Soja (Schnetzel), fein

400 ml Wasser

2 Zwiebeln, gehackt

8 El Mehl

8 El Semmelbrösel für Teigmasse und zum Panieren

2 Eier

Petersilie, frisch, gehackt

n. B. Gewürze (Salz, Pfeffer, Kräuter etc.)

Öl, zum Braten

## ZUBEREITUNG

Die Sojaschnetzel in ca. 200 ml Gemüsebrühe aufkochen und 10 Minuten ziehen lassen. Die Gemüsebrühe mit einem Sieb abgießen und in eine Schüssel geben. Die Zwiebeln schälen und klein schneiden. Alle Zutaten mischen, alles gut vermengen und aus der Masse Frikadellen formen. Je nachdem ob die Masse zu fest oder zu dünn ist, noch etwas Wasser oder Paniermehl beifügen. Die Frikadellen in Öl von beiden Seiten goldgelb ausbacken.

### Tipp:

Anstatt der Semmelbrösel kann man auch ein altbackenes Brötchen oder Toastbrot verwenden. Wenn man die Zwiebeln vorher noch anbrät, bekommen die Frikadellen noch mehr Geschmack.

Eine sehr leckere vegetarische Alternative zu Fleischküchlein.



# Paprika-Spiegelei



## ZUTATEN

Für 4 Personen

2 dicke große rote Paprikaschoten

1/2 Salatgurke

2 mittelgroße Möhren

3 EL Apfelessig

Salz, Pfeffer, Zucker

3 EL Öl

4 EL Butter

4 Eier

## ZUBEREITUNG

### Paprika-Spiegelei

Das Stielende der Paprika herausdrehen oder -schneiden und die Kerne entfernen. Paprika waschen und in ca. 1,5 cm dicke Ringe schneiden. 4 schöne Paprikaringe beiseite legen.

### Salat

Den Rest Paprika würfeln. Die Gurke waschen und die Möhren schälen. Beides in dünne Scheiben schneiden. Apfelessig mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker verrühren. Öl darunter schlagen. Paprikawürfel, Gurke, Möhren und Vinaigrette mischen.

2 EL Butter in einer großen Pfanne erhitzen. Paprikaringe darin pro Seite ca. 1 Minute anbraten, dann wenden. Eier nacheinander aufschlagen und in jeweils 1 Paprikaring gleiten lassen. Bei schwacher Hitze ca. 10 Minuten stocken lassen. Fertige Spiegeleier mit etwas Salz würzen und mit dem Salat anrichten.



# Rustikales Bauernomelett



## ZUTATEN

Für 2 Personen

250 g Champignons, frisch

½ Bund Frühlingszwiebeln/Lauchzwiebeln

200 g Kartoffeln, festkochend

4 Eier

100 ml Milch

1 Prise Muskatnuss, gerieben

1 EL Petersilie, gehackt

Salz, Pfeffer

Öl für die Pfanne

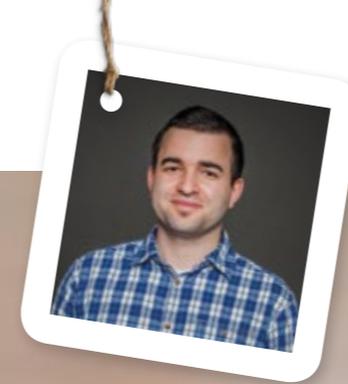
## ZUBEREITUNG

Die Pilze trocken abreiben und anschließend, je nach Größe, vierteln/achteln. Lauchzwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden, die Kartoffeln schälen und würfeln. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Kartoffelwürfel hineingeben, das Ganze salzen und pfeffern und zugedeckt für ca. 10 Minuten dünsten. Gelegentlich wenden. Die Pilze und die Frühlingszwiebeln nach dieser Zeit hinzugeben und für ca. 3 Minuten mit anbraten.

Die Eier mit der Milch vorsichtig verquirlen, mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen und daraufhin in die Pfanne geben. Das Ganze nun bei geringer Hitze für ca. 10 Minuten stocken lassen.

Wenn die Masse gestockt ist, das Ganze in der Pfanne vierteln, vorsichtig wenden und für weitere 5 Minuten braten.

Auf Tellern anrichten und mit der Petersilie bestreuen.



# Pad Thai

Thailändische gebratene  
Reisnudeln mit Gemüse



## ZUTATEN

### Für 4 Personen

200 g Reisnudeln

4 (oder mehr) Knoblauchzehen

200 g geräucherter Tofu mit Sesam

1-2 Bund Frühlingszwiebeln

100 g frische Sojabohnensprossen

8 EL Erdnussöl

4 Eier

### Für die Sauce

20 g gepresste Tamarinde oder 10 TL Austernsauce

6 EL Fischsauce

4 EL brauner Zucker

8 TL Reissessig

1 TL geröstetes Chilipulver

### Zum Anrichten

Limetten

gemahlene Erdnüsse

## ZUBEREITUNG

Die Nudeln je nach Packungsangabe kochen. Die gepresste Tamarinde 10 Minuten in 12 EL Wasser einweichen. Knoblauch schälen und zerkleinern. Den Tofu würfeln. Frühlingszwiebeln waschen und in kleine Scheiben schneiden. Die Sojabohnensprossen waschen und in einem Sieb abtropfen. Für die Sauce die Tamarinde durchkneten und durch ein Sieb pressen. Fischsauce, Zucker, Reissessig und Chilipulver unterrühren (ggf. die Austernsauce hinzufügen).

Öl im Wok erhitzen und den Knoblauch goldgelb braten. Nudeln abgießen und kurz im Wok anbraten. Die Sauce hinzufügen und bei mittlerer Hitze umrühren. Anschließend die Nudeln an den Wok-Rand schieben und etwas Öl in den Wok geben und Tofu anbraten. Die Frühlingszwiebeln hinzugeben und kurz mitbraten. Anschließend an den Wok-Rand schieben.

Die Eier in den Wok geben und das „Rührei“ hellbraun braten. Anschließend den kompletten Wok kurz umrühren. Das fertige Pad Thai mit Limettensaft beträufeln und mit den gemahlene Erdnüssen dekorieren.

Wer möchte, kann in Schritt 5 Hühnchenfleisch mitbraten.



# Badisches Dreierlei

Wird traditionell in vielen badischen Gasthäusern angeboten



## ZUTATEN

### Bibbeleskäs

500 g Magerquark

100 g Crème fraîche

¼ l Sahne

1 Schalotte

1 Knoblauchzehe

1 Bund Schnittlauch

Salz und frisch gemahlener Pfeffer

### Brägele

7 große festkochende Kartoffeln

2 Schalotten

evtl. Speckwürfel

Butterschmalz zum Anbraten

Salz und frisch gemahlener Pfeffer

### Wurstsalat

350 g Kalbslyoner

150 g Allgäuer Bergkäse

1 große Höri-Bülle (aromatische, milde Zwiebel)

2 kleine Gewürzgurken

1 EL Senf

30 ml milder Obstessig

100 ml Rapsöl

Salz und frisch gemahlener Pfeffer

## ZUBEREITUNG

### Wurstsalat

Zuerst wird der Wurstsalat zubereitet, da dieser nach der Zubereitung ruhen sollte. Die Kalbslyoner und den Käse in feine Streifen schneiden. Die Gewürzgurke würfeln und die Zwiebel(n) in feine Ringe schneiden. Aus dem Öl, dem Essig, dem Senf eine Brühe herstellen, Bülle (Zwiebel) und Gurke zufügen und anschließend nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen. Die Brühe mit den Wurststreifen und dem Käse vermischen und mindestens 30 Minuten ziehen lassen.



### Bibbeleskäs

Den Magerquark durch ein Haarsieb streichen, wodurch er lockerer wird, und mit der Crème fraîche verrühren. Sahne steif schlagen und unterheben. Schalotte und Knoblauchzehe fein hacken, den Schnittlauch waschen, trocken schütteln, in Ringe schneiden und alles untermischen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Benannt wird er nach den „Bibbele“, alemannisch für Küken, die in früheren Zeiten damit zugefüttert wurden.

### Brägele

Die gekochten Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden – die Zwiebeln in feine Ringe. Eine Pfanne samt Butterschmalz erhitzen und die Kartoffeln knusprig-golden anbraten. Am besten eignet sich eine gusseiserne Pfanne, in dieser werden die Brägele besonders kross. Die Zwiebeln leicht mit andünsten und anschließend mit Pfeffer und Salz abschmecken.

# 5 Minuten Pizza



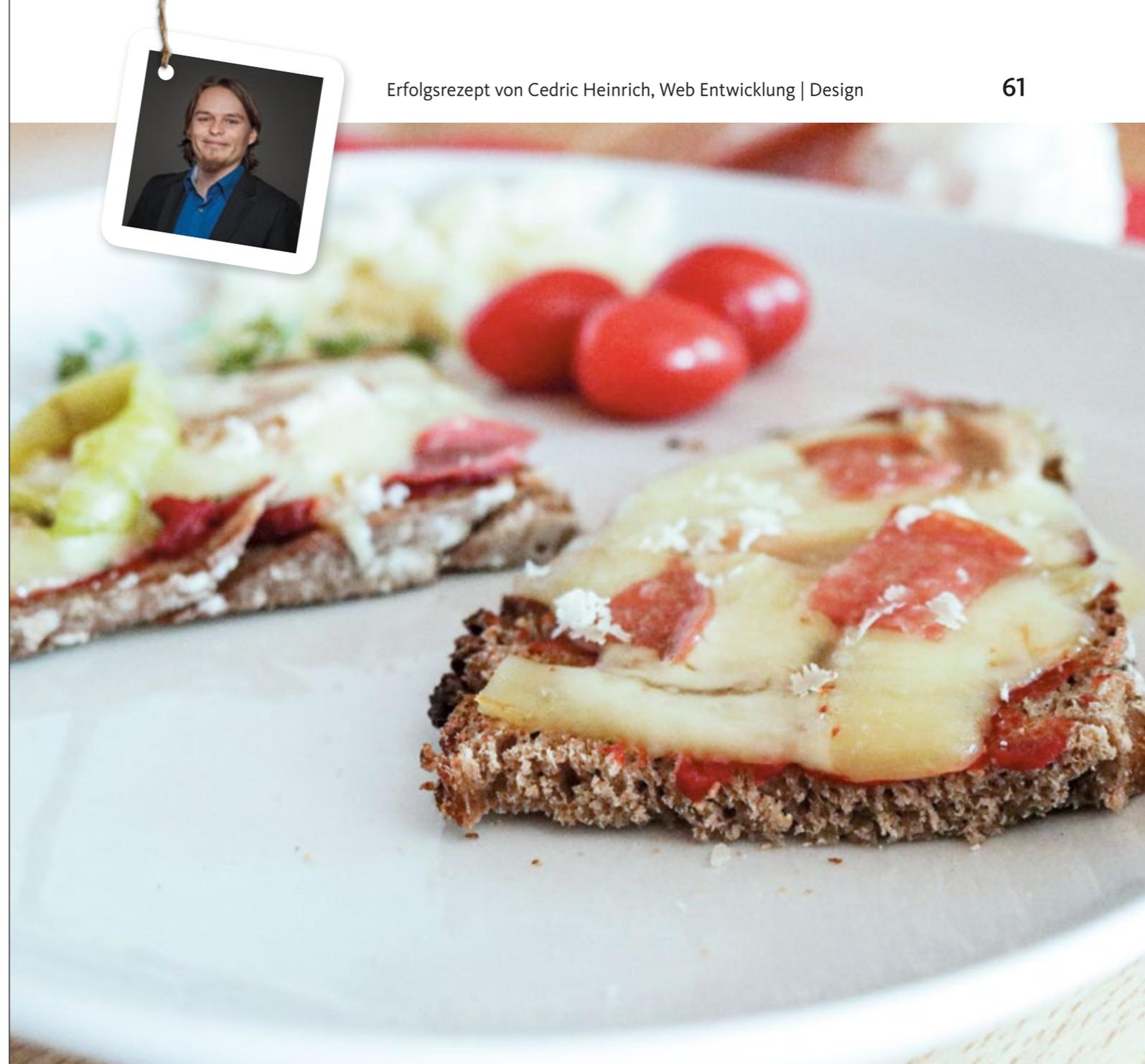
## ZUTATEN

2 große Scheiben Brot (möglichst helle, dichte Krume)  
 .....  
 20 g Tomatenmark  
 .....  
 80 g Scheibenkäse oder Mozzarella  
 .....  
 Belag nach Belieben Schinken, Pilze, Pepperoni, etc.  
 .....  
 Parmesan  
 .....  
 Natives Olivenöl  
 .....  
 Thymian  
 .....  
 Rosmarin  
 .....  
 Oregano  
 .....  
 ¼ Knoblauchzehe  
 .....

## ZUBEREITUNG

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen. Die Gewürze, am Besten frisch geerntet, fein hacken und mit dem Tomatenmark vermengen. Da es eine Notfall-Pizza ist, genügt auch eine Dose „italienische Kräuter“. Die Pizzasauce großzügig auf die Brotscheiben streichen. Den Käse in dünne Streifen schneiden, anschließend auf den Brot-Pizzen verteilen. Nach Belieben weitere Zutaten in angemessene Größe schneiden und hinzugeben.

Die Pizza-Brotscheiben 5 Minuten im vorgeheizten Backofen überbacken. Abschließend mit Olivenöl beträufeln und mit Parmesan verfeinern.



# Eiersalat-Sandwich



## ZUTATEN

### Für 4 Personen

4 große Tomaten

4 Scheiben Brot

6 Eier

½ Bund Schnittlauch

½ Schale Kresse

100 g Rucola

4 EL Mayonnaise

1 EL mittelscharfer Senf

Salz, Pfeffer und geräuchertes Paprikagewürz

## ZUBEREITUNG

Zuerst werden die Eier ca. 8 min lang hart gekocht und danach zum Abkühlen beiseite gestellt.

Für den Eiersalat den Schnittlauch waschen, trockenschütteln und fein hacken. Die abgekühlten Eier schälen und mit einer Gabel zerdrücken, mit Mayonnaise und Senf gut vermengen und den Schnittlauch dazugeben. Mit Pfeffer, Salz und dem Paprika Gewürz abschmecken und beiseitestellen.

Vor dem Anrichten werden noch die Brotscheiben kurz im Backofen getoastet, die Tomaten in Scheiben geschnitten und der Rucola gewaschen.

Das Brot wird mit Rucola, 2-3 EL Eiersalat und den Tomaten belegt. Zum Schluss wird das Sandwich mit Kresse garniert. Wer keinen Rucola mag kann diesen auch durch Feldsalat ersetzen.



# Lachs auf Gemüsebett

mit Kartoffelpüree und Knoblauch Dip

## ZUTATEN

Für 2 Personen

2 Lachsfilet frisch à 150 g

400 – 500 g Kartoffeln

1 große Möhre

1 Porree

½ Peperonischote rot

2 Zehen Knoblauch

Paprikapulver rosenscharf

Curry

Kräuter der Provence

Salz und bunter Pfeffer (frisch gemahlen)

2 TL Olivenöl

2 TL Wasser

60 g Butter

100 ml Milch

Muskat frisch gerieben

## ZUBEREITUNG

### Cremiger Knoblauch Dip

Die beiden Knoblauch Zehen schälen, anschließend mit der Knoblauchpresse pressen und in eine kleine Schale geben. Zuerst 2 TL Olivenöl hinzugeben, eine Prise Salz und den Knoblauch mit dem Olivenöl cremig rühren, danach 2 TL Wasser hinzugeben und nochmal gut umrühren. Jetzt noch kleine Peperonistückchen schneiden und dem Knoblauch Dip in der gewünschten Menge hinzufügen und nochmal vermengen und danach stehen lassen bis zum Servieren.

### Kartoffelpüree

Die Kartoffel schälen, waschen und in Würfel schneiden. Danach die Kartoffel in einen Topf geben, Wasser hinzufügen bis die Kartoffeln gut bedeckt sind und kochen bis die Kartoffeln weich sind. Dann das Wasser abschütten und die Kartoffeln mit dem Kartoffelstampfer pürieren. Jetzt die Butter hinzugeben, eine Prise Salz und frisch geriebener Muskat nach Geschmack hinzugeben und mit dem Kartoffelstampfer weiter pürieren bis eine feine Konsistenz entsteht, anschließend nach und nach Milch nach Belieben hinzufügen und immer wieder weiter pürieren, bis die gewünschte Konsistenz entsteht. Anschließen noch kräftig mit dem Holzlöffel umrühren.



Erfolgsrezept von Hermann Rost, Technischer Kundenberater | Schnittstellen

### Lachfilet mit Gemüsebett

Das frische Lachfilet mit einer Prise Salz, Paprikapulver, frisch gemahlenem, buntem Pfeffer und Kräuter der Provence nach Belieben würzen. Die Karotte schälen, waschen und in Streifen schneiden. Den Porree waschen und in Streifen schneiden. Das Backpapier auslegen und ein Gemüsebett aus Karotten und

Porree in der Mitte des Backpapiers für das Lachsfilet vorbereiten. Das Lachfilet drauflegen, das Backpapier verschließen und an beiden Enden verdrehen. Das Päckchen auf einem Backblech 30 Minuten bei 200 Grad Umluft im vorgeheizten Backofen garen.

# Jakobsmuscheln

mit Kräutern der Provence auf Tomatenbrot



## ZUTATEN

Für 4 Personen

8 dünne Scheiben Baguette

250 ml Tomatensaft

2-3 Zehen Knoblauch (fein gewürfelt),

Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer

8 Stück Jakobsmuscheln

20 ml Zitronensaft

20 ml Olivenöl

1 Scheibe Toastbrot

200 g Crème fraîche

2 Eigelb

Salz, Cayennepfeffer, Muskat

3 g Kräuter der Provence

## ZUBEREITUNG

### Tomatenbrot

Tomatensaft mit Knoblauch, Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen. Die Baguettescheiben in dem Tomatensaft tränken, dann in den Schalen der Jakobsmuscheln anrichten (alternativ in einer Auflaufform).

### Jakobsmuscheln

Die Jakobsmuscheln kalt abspülen und trockentupfen. Mit Zitronensaft und Olivenöl beträufeln. Tipp: Die Jakobsmuschelschalen kann man günstig im Internet bestellen z.B. [www.lobsterking.de](http://www.lobsterking.de) und immer wieder verwenden.

### Gratinsauce

Das Toastbrot toasten, fein reiben und mit den restlichen Zutaten gründlich vermischen.

### Zubereitung

Die Jakobsmuscheln auf dem Tomatenbaguette platzieren. Jetzt die Gratinsauce auf den Muscheln so verteilen, dass diese ganz bedeckt sind. Direktes Grillen mit geschlossenem Deckel bei 260 - 290 Grad. Grillzeit: 8-10 Minuten (alternativ im Heißlufttherd). Nach Wunsch mit Thymianzweigen und Lavendel garnieren.



**Tipp:**

Perfekt rundet ein Feudo Arancio Grillo, Weißwein aus Sizilien, diese Vorspeise ab.

[www.jacques.de/weine/1580/2017-feudo-arancio-grillo](http://www.jacques.de/weine/1580/2017-feudo-arancio-grillo)

# Paella



## ZUTATEN

### Für 4 Personen

300 g Paella Reis (Arborio Reis)  
 1 große Zwiebel in Würfelchen  
 1 rote Paprikaschote in Würfelchen  
 1 gelbe Paprikaschote in Würfelchen  
 250 g Buschbohnen in kurzen Stücken  
 250 g Erbsen (evtl. tiefgekühlt)  
 Instant-Hühnerbrühe  
 Salz, Pfeffer, Hähnchengewürz  
 1-2 Dosen Safran gemahlen  
 ½ l trockenen Weißwein  
 Wasser  
 Olivenöl

### Für die Fleisch-Paella:

150 g Chorizo (Spanische Hartwurst in Scheiben)  
 400 g Hühnerbrust, würfeln und mit  
 Hähnchenwürzer marinieren

300 g Schweine-Nacken  
 (evtl. fertig mariniert vom Metzger), würfeln  
 300 g Lammkeule in Scheiben, würfeln  
 2 Hähnchenkeulen

### Fisch- und Meeresfrüchte-Paella:

500 g Fischfilet, z.B. Kabeljau, Seelachs, Rotbarsch  
 450 g Meeresfrüchte (tiefgekühlt)  
 500 g frische Miesmuscheln  
 300 g frische Garnelen, nicht geschält  
 1 Pck. King Prawns Provencale, tiefgekühlt

## ZUBEREITUNG

Die Gemüse und die Zwiebelwürfel in einer großen Pfanne (am besten in einer Paella-Pfanne) in Olivenöl bissfest andünsten, aus der Pfanne nehmen. Die verschiedenen Fleischwürfel ebenfalls anbraten und in eine Schüssel geben. In einem Extratopf mind. 750 ml Wasser und 250 ml trockenen Weißwein aufkochen, Hühner-Bouillon einrühren, mit Salz abschmecken. Den Reis in Olivenöl anschwitzen, dann mit einem Teil der Bouillon ablöschen und ständig rühren, bis die Brühe aufgesogen ist. Immer wieder Brühe angießen, so, dass der Reis sämig bleibt. Nach ca. 10 - 15 Minuten die Fleischstücke mit der Wurst oder den gebratenen Fisch und die gedünsteten Garnelen zufügen, damit die Reispfanne Aroma bekommt. Auch den Bratensaft verwenden. Weiter an-



gießen mit Brühe, die Gemüse zufügen. In die letzte Flüssigkeit den Safran einrühren und unterrühren. Die Hähnchenkeulen auf dem Grill grillen bzw. in der Pfanne von allen Seiten gut durchbraten während der Reis kocht. Die fertige Reispfanne

mit den fertigen Hähnchenkeulen garnieren. Bei der Meeresfrüchte-Paella werden zum Schluss die in Weißwein gekochten Muscheln aufgelegt und in Knoblauchbutter gebratene Garnelen sind das i-Tüpfelchen.

# Gnocchi alla Sorrentina



## ZUTATEN

### Gnocchi

700 g Kartoffeln, mehlig kochend

1 Eigelb

200 g Mehl

4 EL Hartweizengrieß

Salz

### Tomatensoße

1 Dose passierte Tomaten

1 kleine Zwiebel

1 Zehe Knoblauch

Olivenöl

1 TL Oregano

Salz, Pfeffer

Basilikum

125 g Mozzarella

## ZUBEREITUNG

Die ungeschälten Kartoffeln in gesalzenem Wasser ca. 30 Minuten weichkochen. Nachdem sie etwas abgekühlt sind die Kartoffeln zunächst schälen und dann mithilfe einer Kartoffelpresse in eine große Schüssel pressen. Anschließend Mehl, Eigelb, Hartweizengrieß sowie eine Prise Salz hinzugeben und zu einem Teig kneten. Dieser wird auf einer mehligten Arbeitsfläche stückweise mit den Händen zu daumendicken Rollen geformt, welche in ca. 1-2 cm Stücke unterteilt werden. Mithilfe eines Rillenbretts werden die Teigstücke nun in die klassische Gnocchi-Form gebracht. Alternativ ist dies auch durch das Rollen über eine umgedrehte Gabel möglich. Währenddessen den restlichen Teig mit einem feuchten Küchentuch bedecken, damit dieser nicht austrocknet. In siedendem Salzwasser die Gnocchis kochen, bis sie weich sind und an der Oberfläche schwimmen.

Für die Tomatensoße werden Zwiebel und Knoblauch in Olivenöl angebraten, die passierten Tomaten hinzugegeben und das Ganze ca. 15 Minuten geschlossen köcheln gelassen. Abschließend mit Salz, Pfeffer und Oregano abschmecken. Beim Anrichten mit Mozzarellastreifen und frischem Basilikum garnieren.



# Thai Lasagne



## ZUTATEN

Für 4-6 Personen

- 1 Ingwer (3-5 cm) .....
- 2 Stangen Zitronengras .....
- 1 kleine Zwiebel .....
- 2 Zehen Knoblauch .....
- 500 g Hackfleisch vom Rind .....
- 2-4 EL rote Currypaste (je nach Schärfe) .....
- 1 Dose Tomaten .....
- 1 Glas Bambussprossen .....
- 250 g Pilze (Champignons) .....
- Sonnenblumenöl, Mehl .....
- 250 ml Fleischbrühe .....
- 1 Dose Kokosmilch .....
- 1 EL brauner Zucker .....
- ½ Biozitronen, gerieben .....
- 3 Stauden Pak Choi (in feine Streifen schneiden) .....
- 450 g Käse .....
- Lasagneblätter (je nach Auflaufform) .....

## ZUBEREITUNG

Ingwer, Zwiebel, Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Das Zitronengras halbieren, den Strunk herausschneiden und in feine Ringe schneiden. Eine Pfanne erwärmen, das Sonnenblumenöl hineingeben und das Zitronengras mit dem Ingwer, den Zwiebeln und Knoblauch andünsten. Das Hackfleisch und die rote Currypaste zugeben und unter Rühren 6 Minuten anbraten. Bambussprossen abgießen und dazu mischen. Tomaten dazugeben, ca. 5 Minuten köcheln lassen. Wenn Tomaten zu groß sind, mit Löffel zerkleinern. Je nach Geschmack Tomatenmark dazu geben. Im Anschluß den Choi in feine Streifen schneiden und blanchieren.

### Kokossoße

Mit Öl, Mehl und Brühe eine Mehlschwitze herstellen. Kokosmilch dazu geben mit Zitronensaft, gerieben Schale, Zucker, Salz, Pfeffer, Muskat abschmecken und 5 Minuten ziehen lassen.

Auflaufform leicht fetten und mit dünner Schicht Kokossoße füllen. Darüber eine Schicht Lasagneblätter, Schicht Tomatensoße und dünn geschnittene Pilze. Eine Schicht Lasagneblätter, Kokossoße, Pak Choi und eine dünne Schicht Käse. Wiederholen bis Auflaufform gefüllt ist. Im Backofen bei 180 Grad ca. 30 Minuten backen lassen, dann mit restlichem Käse noch mal 15 bis 20 Minuten überbacken.



# Penne mit Hähnchenbrust

*in Weißwein-Zitronen-Rahm*



## ZUTATEN

Für 4 Personen

600 g Hähnchenbrustfilet

300 g Tiefkühl-Erbsen

1-2 Zwiebeln

300 ml Schlagsahne

Weißwein nach Belieben

4 EL Zitronensaft

2 TL abgeriebene Zitronenschale

400 g Nudeln (Penne)

4 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer

Rucola

## ZUBEREITUNG

Das Hähnchenbrustfilet in ca. 1,5 cm große Stücke würfeln, die Zwiebeln vierteln und in Streifen schneiden. Die Nudeln in reichlich Salzwasser kochen, am Schluss die Tiefkühl-Erbsen für 2 Minuten zugeben und gemeinsam abgießen. Etwas Nudelwasser in einem Gefäß zurückbehalten.

Zwischenzeitlich das Fleisch in einer großen Pfanne mit Olivenöl anbraten, Zwiebeln zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen. Alles aus der Pfanne nehmen.

Weißwein, Sahne und etwas Nudelwasser in die Pfanne geben, mit Zitronenschale, Salz und Pfeffer würzen. Kurz einkochen lassen. Fleisch, Zwiebeln, Nudeln und Erbsen in die Sauce geben, ggf. noch etwas Nudelwasser zugeben, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Penne mit Rucola garnieren und genießen.



# Sauce à la Bolognese



## ZUTATEN

### Für 4 Personen

500 g Rinderhackfleisch  
 .....  
 5 mittelgroße Tomaten  
 .....  
 2 Paprika  
 .....  
 3 Karotten  
 .....  
 1 große Zwiebel  
 .....  
 1 Knoblauchzehe  
 .....  
 5 Wacholderbeeren  
 .....  
 2 Lorbeerblätter  
 .....  
 Zucker, Pfeffer, (Chili-)Salz, Paprikapulver, Oregano  
 .....  
 Tomatenmark  
 .....  
 Zitronensaft  
 .....

## ZUBEREITUNG

Zunächst Tomaten, Paprika und Karotten waschen und stückeln. Zwiebel und Knoblauchzehe in kleine Würfel schneiden und in etwas Öl glasig dünsten. Anschließend etwas Zucker hinzu und diesen schmelzen lassen.

Hackfleisch hinzugeben, mit Pfeffer, Salz und Tomatenmark sowie Paprikapulver würzen und krümelig anbraten. Tomaten, Paprika und Karotten dazu und alles bei mittlerer Hitze köcheln lassen.

Wenn die Tomaten einiges an Flüssigkeit abgegeben haben, Wacholderbeeren und Lorbeerblätter hinzugeben. Gelegentlich umrühren und mindestens 90 Minuten köcheln lassen. TIPP: Je länger die Sauce köchelt, desto intensiver wird ihr Geschmack.



# Schinken- Nudel-Auflauf



## ZUTATEN

Für 4 Personen

500 g kurze Nudeln (z.B. Penne)

2 Zwiebeln

3 Eier

200 ml Crème fraîche

250 ml Milch

2 TL Salz

2 TL Italienische Kräuter

Salz, Pfeffer

400 g Kochschinken

400 g geriebener Gouda

1 Prise Muskat

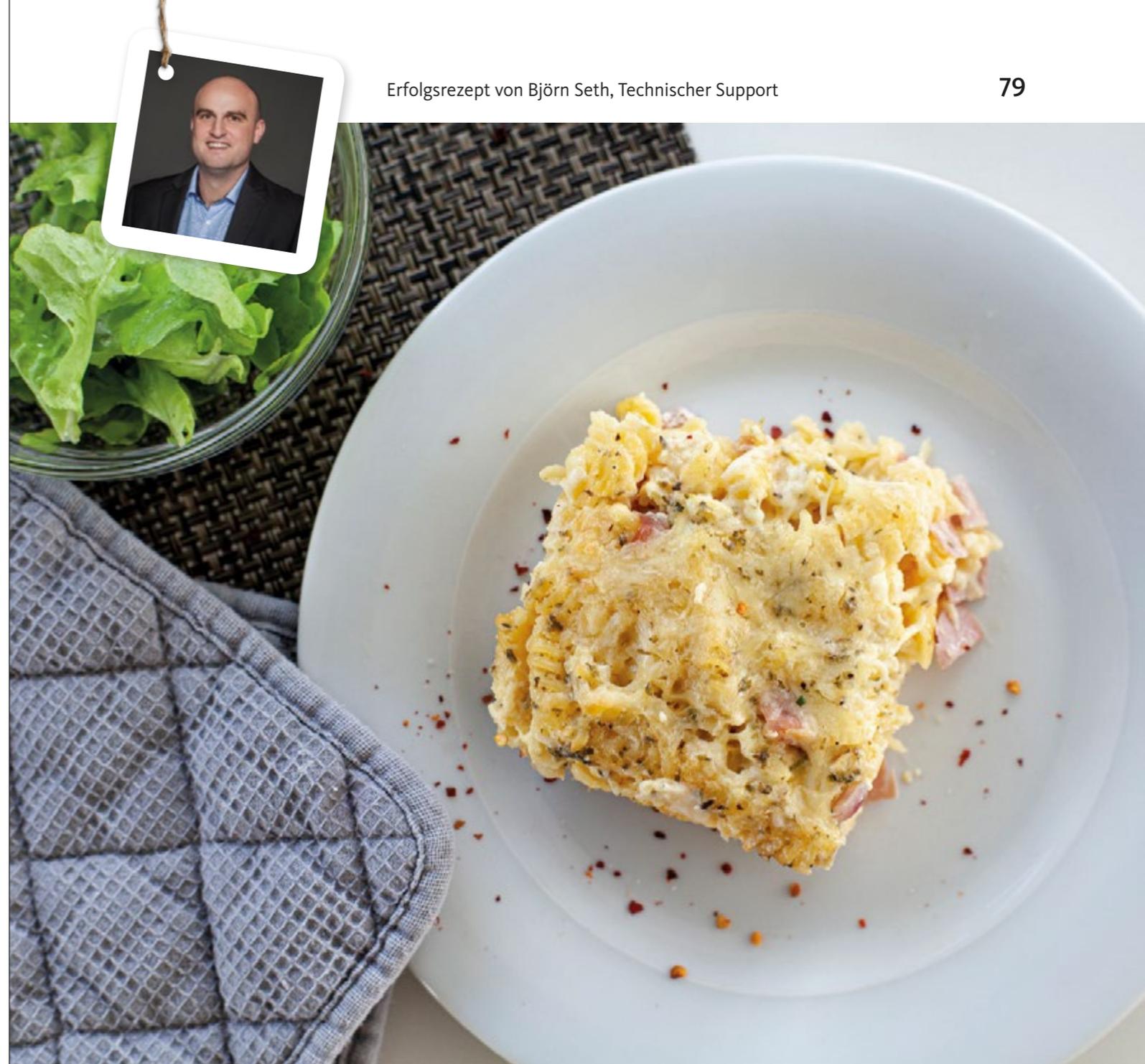
## ZUBEREITUNG

Die Nudeln nach Packungsanleitung al dente kochen und danach mit kaltem Wasser abschrecken.

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform mit Butter fetten. Den Schinken in Streifen schneiden sowie die Zwiebeln kleinschneiden.

Milch, Crème fraîche und Eier miteinander verquirlen und mit Pfeffer, Salz, italienische Kräuter und Muskat würzen.

Nudeln und Schinken in die Auflaufform geben und vermischen. Die Eiermilch gleichmäßig darüber verteilen. Mit Käse bestreuen und in ca. 25 Minuten goldbraun backen.



# Penne mit Mandelpesto



## ZUTATEN

Für 4 Personen

3 Knoblauchzehen

500 g Tomaten

100 g gemahlene Mandeln

4 EL grob gehackte Basilikum

1-2 kleine, getrocknete Chilischoten

200 ml Olivenöl

Salz

Cayennepfeffer

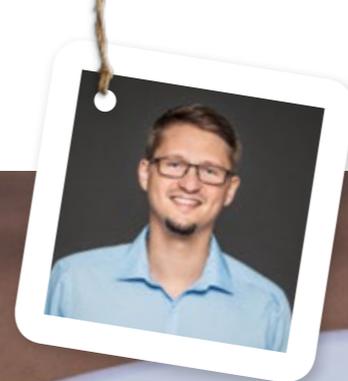
500 g Spaghettini

frisch gehobelter Parmesan

## ZUBEREITUNG

Knoblauch schälen und grob hacken. Tomaten mit einem Sparschäler dünn schälen, die Stielansätze entfernen. Die Tomaten vierteln und grob würfeln. Beides mit Mandeln, Basilikum, Chilis und 100 ml Öl fein pürieren. Mit Salz und Cayennepfeffer würzen.

Spaghettini in kochendem Salzwasser nach Packungsangabe garen. Dann abgießen und abtropfen lassen, dabei 50 ml Kochwasser auffangen. Mit Pesto verrühren, die Mischung bei kleiner Hitze in 1-2 Minuten erwärmen. Spaghettini untermischen und mit Parmesan anrichten.



# Austernpilz- Pasta



## ZUTATEN

Für 4 Personen

400 g Nudeln (Hörnchen)

800 g Austernpilze

2 Becher Crème fraîche

6 EL Tomatenmark

3 EL Paprikapulver, edelsüß

3 EL Butter

Salz, Pfeffer, Kräuter

## ZUBEREITUNG

Salzwasser sprudelnd aufkochen und die Nudeln al dente kochen. In der Zwischenzeit die Austernpilze putzen und klein schneiden. Der Stiel kann verwendet werden, trockene Schnittstelle ggf. entfernen. Nudeln abgießen und beiseitestellen.

Die Butter in einem großen Topf zerlassen, die Pilze hinzugeben und mit einem Teil (ca. 1 EL) Paprikapulver bestäuben. Die Pilze bei mittlerer bis hoher Hitze ca. 5 min. schmoren, ab und zu umrühren. Die Crème fraîche mit 2 EL Paprikapulver und dem Tomatenmark in einer Schüssel glattrühren und nach Belieben mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Crème fraîche Masse zu den Pilzen geben und 2-3 min. aufkochen. Im Anschluss die Nudeln hinzugeben und ggf. nochmals erhitzen.

Die Austernpilz-Pasta heiß servieren und mit Kräutern der Saison garnieren.

TIPP: Wer Spaß am eigenen Anbau hat, kann sich unter [www.pilzzuchtshop.eu](http://www.pilzzuchtshop.eu) ein Pilzzuchtkomplettset bestellen.



# Leichte Sommerpasta



## ZUTATEN

Für 3-4 Personen

500 g Penne

6 Tomaten

1 Pck. Mozzarella

frischer Basilikum

Grana Padano gehobelt

4 EL Olivenöl

Salzwasser

## ZUBEREITUNG

Penne abkochen, abschütten (etwas Salzwasser aufbewahren). Tomaten und Mozzarella in kleine Würfel schneiden, frischen Basilikum hacken. Nun alle Zutaten vermengen, etwas Salzwasser und Olivenöl dazu geben.

Zum Schluss den gehobelten Grana Padano darüber streuen. Super lecker, schnell zubereitet und auch sehr beliebt bei unseren Kindern.



# Tagliatelle al Salmone



## ZUTATEN

Für 3-4 Personen

500 g Tagliatelle oder andere Bandnudeln

250 g frischer Lachs

2 Schalotten

2 Knoblauchzehen

200 ml Sahne

200 ml trockener Weißwein

200 ml Gemüsebrühe

1 kl. Dose stückige Tomaten

2 TL Tomatenmark

1 halbe Limette

2 EL gehackte Petersilie

2 EL Olivenöl

Pfeffer, Salz

Fleur de Sel

## ZUBEREITUNG

Zunächst den Lachs würfeln und in 2 EL Olivenöl rundum kurz anbraten. Dann herausnehmen und die gehackten Schalotten in die Pfanne geben. Kurz anschwitzen, bis sie glasig sind und dann den Knoblauch hineinpresse und direkt mit dem Weißwein ablöschen. Nun den Wein bis zur Hälfte reduzieren und dann die Gemüsebrühe dazugeben. Dies nun ca. weitere 5 Minuten zusammen köcheln lassen.

Anschließend die Dosentomaten und das Tomatenmark beifügen. Ordentlich mit Salz und Pfeffer würzen, den Saft der halben Limette dazugeben, die Soße abschmecken und nach Belieben noch eine Zehe Knoblauch hineinpresse. Nach ca. 5 Minuten die Sahne darüber gießen und dann den Lachs wieder in die Soße legen. Nochmal kurz aufkochen lassen, dann die zwischenzeitlich gekochten Tagliatelle in die Sauce geben und kurz darin ziehen lassen, damit sie etwas Sauce aufnehmen können.

Petersilie darüber streuen und mit etwas Fleur de Sel bestreut servieren.



# Farfalle Salat mit Rucola



## ZUTATEN

500 g Farfalle Nudeln

1 Glas eingelegte getrocknete Tomaten

2-3 Frühlingszwiebeln

Rucola nach Belieben

80 g Pinienkerne

Salz, Pfeffer

Chili

Parmesan

## ZUBEREITUNG

Die Nudeln bissfest kochen und kalt stellen.

In einer Pfanne bei schwacher Hitze die Pinienkerne leicht rösten, bis sie eine goldene Farbe angenommen haben. Das Öl von den Tomaten in ein kleines Gefäß abgießen und die getrockneten Tomaten klein schneiden.

Kurz vor dem Servieren die Frühlingszwiebeln in Ringe, den Rucola in Streifen schneiden und unter die Nudeln mischen. Anschließend alle Zutaten und das Ölgemisch in die abgekühlten Nudeln geben und mit Salz, Chilli und Pfeffer würzen.



# Spinat-Salat mit Passionsfrucht



## ZUTATEN

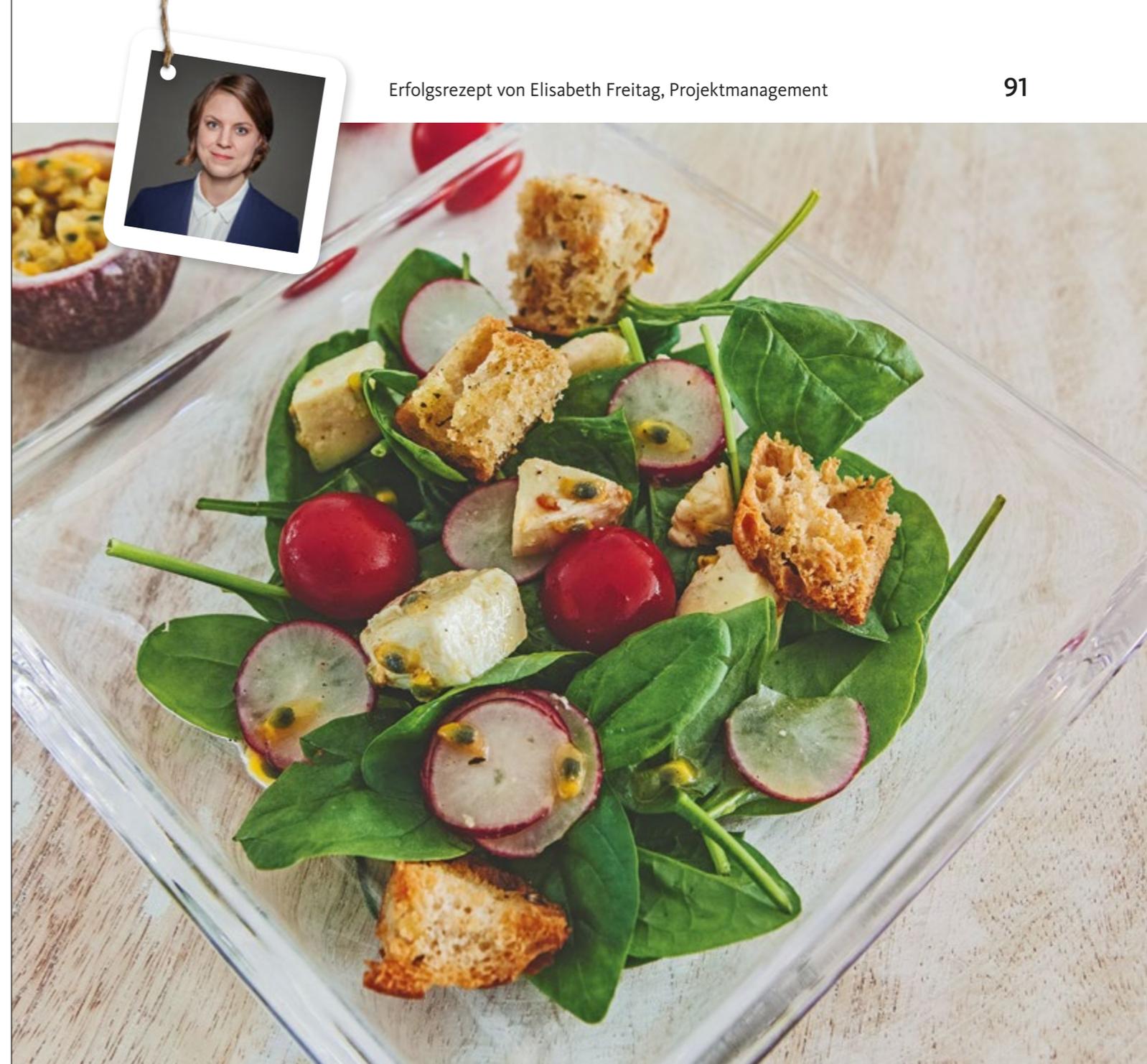
70 g Babyspinat  
 8 Cocktailtomaten  
 5 Radieschen  
 1 Passionsfrucht  
 125 g Mozzarella  
 1 Bund Rosmarin  
 1 kleines Baguette  
 2 EL Weisweinessig  
 7 EL Olivenöl  
 Salz, Pfeffer, Zucker

## ZUBEREITUNG

Ofen auf 180 Grad Umluft oder 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Baguette in ca. 3 cm große Würfel schneiden. Den Rosmarin klein hacken, mit 3 EL Öl mischen und in einer Schüssel mit den Baguettewürfeln vermengen. Mit ½ TL Salz und nach Belieben mit Pfeffer würzen.

Die Baguettewürfel auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten knusprig backen. Die Radieschen in feine Scheiben schneiden und die Cocktailtomaten halbieren. Mozzarella in ca. 2 cm große Würfel schneiden, mit ¼ TL Salz, 1 EL Öl und nach Geschmack mit Pfeffer vermengen.

Die Passionsfrucht halbieren und das Fruchtfleisch mit einem Löffel herauslösen. Das Fruchtfleisch in einer Schüssel mit 3 EL Öl und 2 EL Weisweinessig vermengen und mit ½ TL Salz, 1 ½ TL Zucker und nach Belieben mit Pfeffer würzen. Babyspinat, Tomaten, Radieschen und Mozzarellawürfel mit der Passionsfrucht-Vinaigrette in einer Schüssel vermengen. Den Salat mit den Rosmarin-Croutons auf einem Teller anrichten.



# Grüner Salat mit Parmesan



## ZUTATEN

Für 4 Personen

100 g Schinken (in Scheiben)

1 EL Öl

125 g Büffelmozzarella

65 g Parmesan

2 Römervelvetblätter

100 g Cocktailtomaten

1 rote Zwiebel

120 g saure Sahne

2 EL Salatmayonnaise

1 EL Zitronensaft (frisch gepresst)

Salz, Pfeffer, Zucker

## ZUBEREITUNG

Schinken fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen. Schinken darin knusprig braten. Mozzarella in Stücke zupfen. Parmesan in Späne hobeln.

Salat putzen, waschen, trocken schütteln, längs halbieren und in Streifen schneiden. Cocktailtomaten waschen und halbieren. Zwiebeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Für das Dressing saure Sahne, Mayonnaise, Zitronensaft und die Hälfte Parmesan verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Salat, Mozzarella, Cocktailtomaten und Schinken mischen, anrichten und mit Dressing verrühren. Mit dem übrigen Parmesan bestreuen.

Dieser Salat ist zu jeder Jahreszeit eine super Beilage.



# Alb-Linsen-Salat mit Schafskäse



## ZUTATEN

### Für 4 Personen

200 g Linsen von der Schwäbischen Alb

1 Bund Frühlingszwiebeln

1 Bund Radieschen

200 g Schafskäse

½ Bund Glatte Petersilie

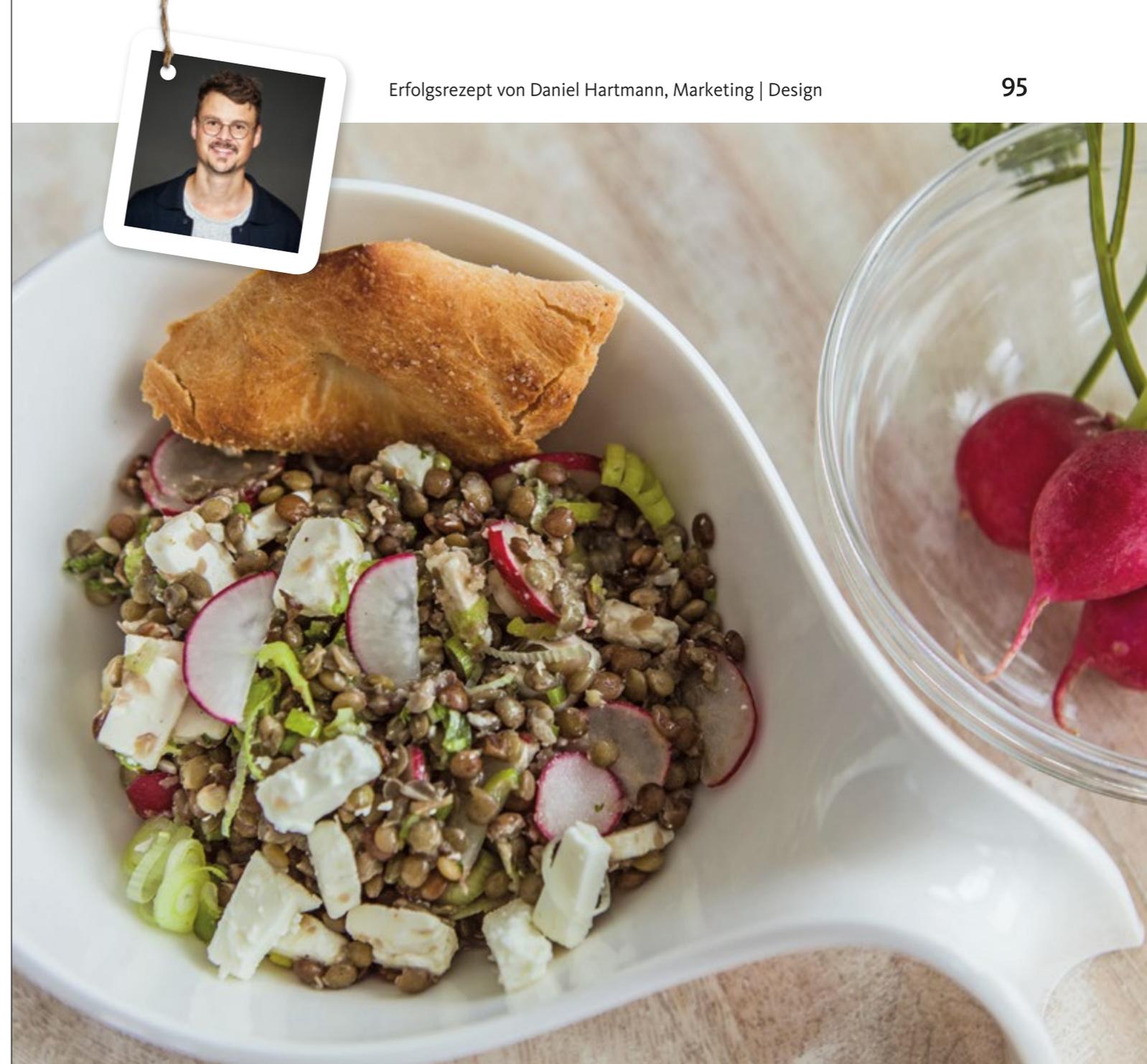
Weinessig

Rapsöl

Salz, Pfeffer aus der Mühle und 1 Prise Zucker

**Tipp:**

Ein mit Knoblauch  
geröstetes Weißbrot  
schmeckt fantastisch  
dazu.



# Brotsalat mit Minze und Mozzarella



## ZUTATEN

300 g Gartenerbsen (tiefgefroren)

120 g Ciabatta oder Baguette

10 EL Olivenöl

100 g Parmaschinken in dünnen Scheiben

1,5 EL mittelscharfer Senf

2 EL Honig

2 EL Zitronensaft

Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

1 Bund glatte Petersilie

4 Stiele Minze

120 g gemischter Blattsalat z. B.

Feldsalat, Lollo rosso, Rauke

250 g Minikugeln Mozzarella

## ZUBEREITUNG

Backofengrill vorheizen. Erbsen in kochendem Wasser garen und dann abkühlen lassen. Ciabatta in dünne Scheiben schneiden, mit 3 EL Olivenöl beträufeln und auf mittlerer Schiene 2-3 Minuten goldbraun grillen, dabei wenden.

Schinken in 1 EL Olivenöl braten und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Für das Dressing Senf, Honig, Zitronensaft und 2 EL heißes Wasser mit dem Pürierstab mixen, übriges Öl zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken

Petersilienblätter und Minze hacken. Mozzarella abtropfen lassen. Kräuter und Salate mischen. Brot und Schinken in grobe Stücke brechen. Vor dem Servieren alles mit dem Senfdressing mischen.



# Italienischer Brotsalat



## ZUTATEN

Für 3 Personen

½ Baguette, gewürfelt

100 g Salami, scharfe

100 g Rucola

120 g Kirschtomaten

20 ml Balsamico, heller

Olivenöl

Meersalz

1 Zweig Rosmarin

50 g Parmesan, gerieben

Pfeffer

## ZUBEREITUNG

Etwas Olivenöl mit einem Rosmarinzwig in eine Pfanne geben und heiß werden lassen. Die Salami grob in Scheiben schneiden und in der Pfanne kross anbraten. Dann zum Abkühlen auf Krepppapier geben.

In die schon heiße Pfanne noch ein wenig Olivenöl und das in Würfel geschnittene Baguette geben.

In der Zwischenzeit den Rucola waschen, von den Stängeln befreien, die Kirschtomaten halbieren, alles in eine ausreichend große Schüssel geben und mit Essig, Öl, Meersalz und Pfeffer würzen.

Die krossen, abgekühlten Brotwürfel und die Salamichips zum Salat geben und alles gut miteinander vermengen. Zum Schluss etwas geriebenen Parmesankäse untermischen und den Rest über den fertigen Brotsalat streuen.



# Curry-Suppe



## ZUTATEN

### Für 4 Personen

1 Zwiebel  
 1 Knoblauchzehe  
 1 walnussgroßes Stück frischen Ingwer  
 300 g Hähnchen- oder Putenfleisch  
 1 Zucchini  
 3 Karotten  
 1 Dose Kichererbsen  
 400 ml Kokosmilch  
 700 ml Hühnerbrühe  
 100 ml Sahne  
 2 EL Curry  
 Salz, Pfeffer

## ZUBEREITUNG

Die Kichererbsen über Nacht in Wasser einweichen.

Zwiebel, Knoblauch, Ingwer schälen und sehr fein würfeln. Anschließend zusammen andünsten. Das Hähnchen- oder Putenfleisch in Streifen schneiden, zugeben und anbraten.

Karotten schälen, waschen sowie die Zucchini in Scheiben schneiden und zusammen mit den eingeweichten Kichererbsen dazugeben. Kokosmilch und Hühnerbrühe zugeben und 15-20 Minuten leicht köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist.

Das Ganze etwas abkühlen lassen und Sahne hinzugeben. Suppe mit Salz, Pfeffer abschmecken.



# Curry-Kokos-Fischsuppe



## ZUTATEN

10 - 12 Garnelen (ohne Darm und Kopf)

400 g gemischtes Fischfilet

(Seeteufel, Rotbarsch oder Zander)

1 Schalotte

1 rote Paprika

1 grüne Paprika

400 ml Fischfond

200 ml Kokosmilch, ungesüßt

2 EL Currypaste

2 EL Kokosöl

1 TL Zucker

2 Bio-Limettenblätter

frischer Koriander

frische Petersilie

Saft einer Limette

Meersalz, weißer Pfeffer

## ZUBEREITUNG

Fischfilets in mundgerechte Stücke schneiden. Schalotten schälen und hacken. Paprikas in kleine Stücke schneiden. Kräuter abwaschen und grob hacken.

Öl in einem Topf erhitzen und Schalotte anschwitzen. Paprika, Limettenblätter und Currypaste dazugeben und mit anbraten. Mit Kokosmilch und Fischfond ablöschen und köcheln lassen.

Garnelen dazugeben und nach etwa zwei Minuten Fischfiletstücke hineingeben. Suppe bei niedrigerer Temperatur kurz köcheln lassen.

Limettensaft, Zucker, Salz und Pfeffer dazugeben und abschmecken. Suppe in Schälchen füllen, mit Kräutern bestreuen und heiß servieren.



# Ofenschlupfer



## ZUTATEN

Für 3-4 Personen

6-7 altbackene Brötchen (oder Toast)

500 g Äpfel

1 unbehandelte Zitrone

4 Eier

½ l Milch

2 Pck. Vanillezucker

100 g Zucker

1 TL Zimt

Rosinen

Margarine zum Einfetten der Form

Vanillesoße

## ZUBEREITUNG

Backofen vorheizen auf Umluft 170 Grad.

Brötchen in Scheiben schneiden. Eine feuerfeste (relativ hohe) Form einfetten. Äpfel schälen, vierteln und in je 3 Schnitze teilen. Apfelschnitze in eine Schüssel geben und mit Zitronenschale und Saft vermischen.

Eier, Milch, Vanillezucker, Zucker und Zimt mischen. Brot und Äpfel dachziegelartig in der Form übereinander schichten, Rosinen darüber streuen. Oben sollte eine Brotschicht sein. Dann mit der Eiermilch übergießen.

Auflauf im vorgeheizten Backofen etwa 60-70 Minuten backen (nach der Hälfte der Zeit leicht mit Alufolie abdecken, damit er nicht schwarz wird).

Dazu schmeckt Vanillesoße.



# Panna Cotta



## ZUTATEN

### Für 8 Gläser

6 Blätter Gelatine

1 Vanilleschote

400 g Sahne

300 ml Vollmilch

100 g Zucker

1 EL Zitronensaft

### Für das Erdbeer-Püree

300 g Erdbeeren

50 g Zucker

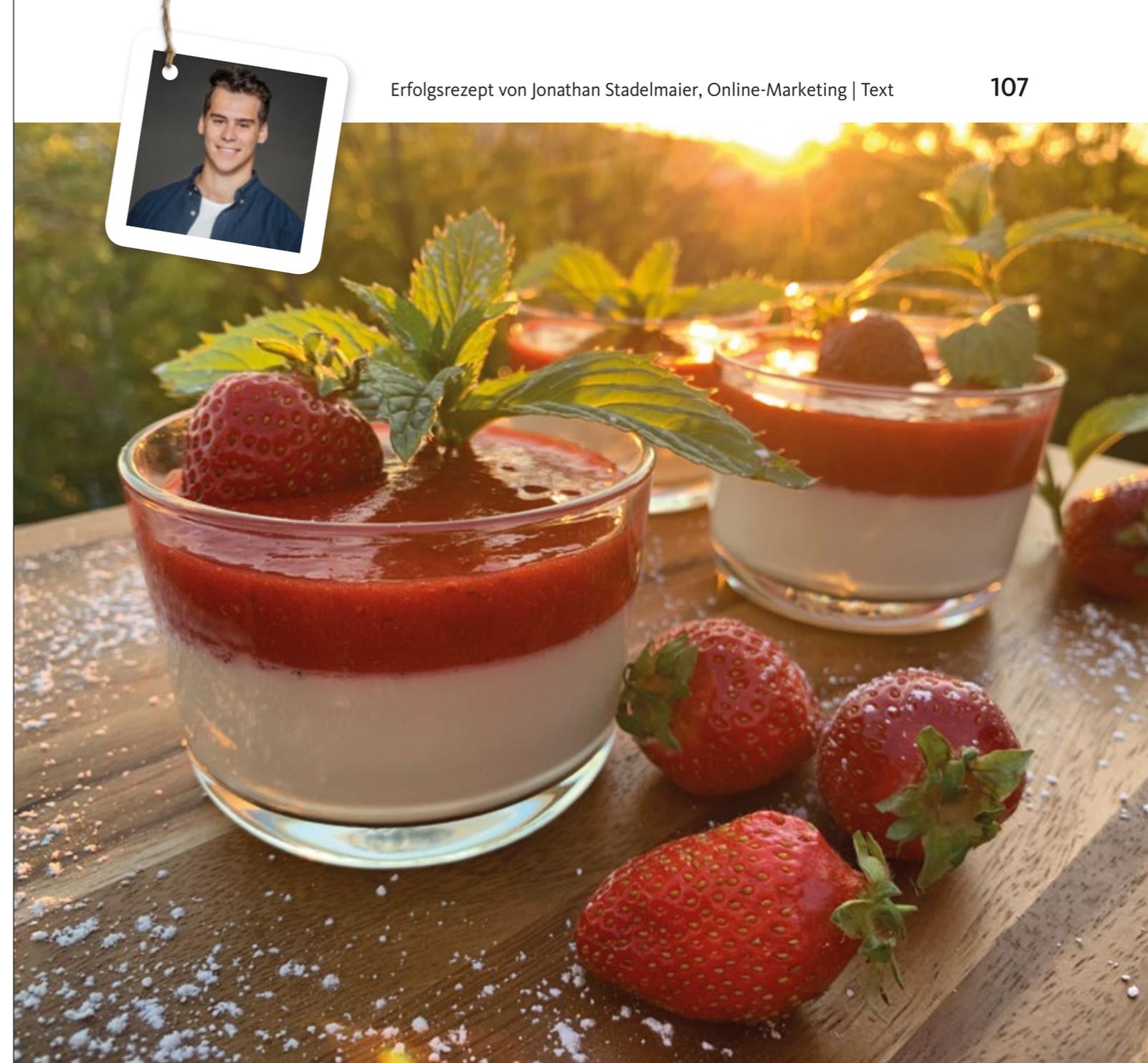
## ZUBEREITUNG

Gelatineblätter in einer Schüssel Wasser nach Packungsanleitung einweichen. Vanilleschote der Länge nach einritzen und auskratzen.

Sahne, Milch, Zucker, Vanille und Zitronensaft in einen Topf geben und kurz verrühren. Die ausgekratzte, ganze Vanilleschote noch hinzugeben und die Mischung kurze Zeit erhitzen, jedoch nicht kochen lassen.

Gelatine ausdrücken und in einem Topf mit 2 Esslöffel von der Sahne-  
masse vermischen und erhitzen, bis sie sich aufgelöst hat. Restliche  
Sahnemasse hinzugeben und alles gut verrühren. Sahnemasse  
etwas auskühlen lassen, dann in 6 Dessertgläser füllen, sodass die-  
se etwa zu 2/3 gefüllt sind. Die befüllten Gläser mindestens 3 Stun-  
den in den Kühlschrank stellen, sodass die Panna Cotta fest wird.

In der Zwischenzeit für das Erdbeer-Püree Erdbeeren waschen  
und 200 g Erdbeeren mit Zucker und 2 Esslöffel Wasser pürieren.  
Die restlichen Erdbeeren in kleine Stücke schneiden. Panna Cotta  
Gläser nach der Kühlzeit aus dem Kühlschrank nehmen, pürierte  
Erdbeeren etwa 2 cm hoch in jedes Glas füllen und mit den Erd-  
beerstückchen toppen.



# Apfel Crumble mit Vanilleeis



## ZUTATEN

### Für 4 Personen

2 ½ Äpfel, grüne

50 g Sultaninen

1 EL Zucker, braun

¼ TL Zimt

½ Zitrone(n), den Saft davon

### Für die Streusel:

75 g Butter, zimmerwarm

100 g Mehl

60 g Zucker

## ZUBEREITUNG

Die Äpfel schälen und anschließend achteln. Die Achtel mit dem Zitronensaft und den übrigen Zutaten mischen. Etwas ruhen lassen. Für die Streusel Butter, Mehl und Zucker in eine Schüssel geben und so lange mit den Händen zerreiben, bis die Streusel entstanden sind. Eine passende Auflaufform oder Backform einfetten. Die beiseite gestellten Äpfel mit dem entstandenen Saft darin verteilen und so mit den Streuseln bedecken, dass die Äpfel nicht mehr sichtbar sind.

In den auf 180 Grad vorgeheizten Ofen schieben und so lange backen, bis die Streusel goldbraun sind. Bevorzugt mit einer Kugel Vanilleeis genießen. Ist aber auch ohne das Eis ein Genuss.



Erfolgsrezept von Ann-Sophie Povel, Auszubildende Kauffrau für Marketingkommunikation



# Pfitzauf



## ZUTATEN

Für 4 Personen

250 g Mehl  
 500 ml Milch  
 4 Eier  
 40 g Zucker  
 75 g zerlassene Butter  
 1 Prise Salz  
 Butter zum Ausfetten der Form

## ZUBEREITUNG

Aus Mehl, Milch, Eiern, Zucker und Salz rührt man einen glatten Teig an. Dann mischt man die zerlassene Butter darunter und füllt 8-12 gut gefettete Pfitzaufförmchen zur Hälfte damit. Für das Fetten der Förmchen kann wahlweise Butter oder Margarine verwendet werden. Zuletzt backt man die Pfitzauf in guter Hitze hellbraun.

Die Pfitzauf steigen beim Backen um mehr als das Doppelte auf. Die Milhdämpfe treiben den Teig in die Höhe und die in der Hitze gerinnenden Eier verhindern das Überlaufen des Teiges im Ofen.

Nach dem Backen bestreut man die Pfitzauf mit Puderzucker und reicht gekochtes Obst dazu. Backzeit etwa 1 Stunde bei 200-210 Grad und Ober-/Unterhitze. Während des Backens Ofen nicht öffnen.



# Apfelküchle



## ZUTATEN

Für 2 Personen

4 große Äpfel

400 ml Milch

200 g Mehl

eine Messerspitze Backpulver

4 Eier

Saft von einer halben Zitrone

Zucker und Zimt

Fett zum Ausbacken

## ZUBEREITUNG

Die Äpfel schälen, in ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden und Kernhaus ausstechen. Zitronensaft mit einem Teelöffel Zucker verrühren und die Apfelscheiben damit bestreichen.

Das Mehl mit der Milch, den Eiern, dem Backpulver und einem Esslöffel Zucker zu einem glatten Teig verrühren. Den Teig eine Viertelstunde ruhen lassen.

Die Apfelscheiben vollständig in den Teig eintauchen und mit etwas Fett in einer Pfanne von beiden Seiten goldbraun ausbacken. Anschließend großzügig Zucker und Zimt darüber streuen und bis zum Anrichten warmhalten. Wahlweise mit Vanillesoße oder Apfelmus servieren.

Erfolgsrezept von Wolfgang Maier, Bereichsleitung Entwicklung



# Nusszopf



## ZUTATEN

### Für den Teig:

250 ml Milch

1 Würfel Hefe

25 g Butter

20 g Zucker

600 g Dinkelmehl

1 TL Salz

20 g Balsamico Bianco

40 ml Milch

60 g Zucker

### Für die Nussfüllung:

400 g gemahlene Walnüsse

200 g Zucker

ca. 4 Tropfen Vanille Aroma (optional)

ca. 4 Tropfen Rum Aroma (optional)

200 g Sahne

### Für den Guss:

Puderzucker

Vanillezucker

Milch

## ZUBEREITUNG

Milch erwärmen und zusammen mit Hefe, Butter und Zucker in eine Rührschüssel geben und vermengen. Mehl, Salz, Balsamico, Milch und Zucker dazugeben und gut durchkneten. Teig in eine Schüssel geben und 1 Stunde zugedeckt gehen lassen. Alle Zutaten für die Füllung zusammen rühren. Teig dünn ausrollen und mit der Nussfüllung bestreichen. Teig aufrollen, in der Mitte durchschneiden und übereinander falten. 20 Min gehen lassen und bei 160 Grad ca. 30-45 Minuten (je nach Ofen und Geschmack, ob man den Zopf lieber heller oder dunkler haben möchte) im vorgeheizten Backofen backen.

Tipp: Lieber weniger Temperatur, dafür länger drin lassen, sonst ist er innen matschig und außen zu dunkel und knusprig. Puderzucker, Vanillezucker und Milch dickflüssig verrühren und auf den noch warmen Zopf streichen.



# Tiramisu al Limoncello



## ZUTATEN

### Sirup

3 Bio-Zitronen

250 ml Wasser

40 g Zucker

100 ml Limoncello

### Creme

4 Eier

80 g Zucker

250 g Mascarpone

200 ml Sahne

1 Blatt weiße Gelatine

30 ml Limoncello

350 g Löffelbiskuits

150 ml Wasser

40 g Zucker

## ZUBEREITUNG

Die Zitronen waschen, trocknen, schälen und auspressen. 80 ml Saft und die Schale einer Zitrone mit 250 ml Wasser zum Kochen bringen. 40 g Zucker dazugeben, umrühren, 2 Minuten kochen lassen und vom Herd nehmen. Anschließend 100 ml Limoncello hineingeben, umrühren und abkühlen lassen.

Nun die Eier trennen und das Eigelb mit 80 g Zucker schaumig rühren, bis die Masse dick wird. Den Mascarpone löffelweise dazu geben und zusammen mit 200 ml Sahne steif schlagen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen und ausdrücken. Im Anschluß 30 ml Limoncello zusammen mit der Gelatine erwärmen und unter die Mascarpone-Eier-Mischung rühren.

Die Hälfte der Löffelbiskuits in den Sirup eintauchen und anschließend in ein flaches Gefäß nebeneinander legen. Über die Hälfte der Biskuits gleichmäßig die Hälfte der Zitronencreme verteilen und wieder getränkte Biskuits darüber schichten. Die andere Hälfte der Zitronencreme darübergeben und glatt streichen.

Das Tiramisu mindestens 2 Stunden in den Kühlschrank stellen.



# Trauben-Cookie Dessert



## ZUTATEN

1 Schale Weintrauben, kernlose

100 g Zucker

1 Pck. Vanillinzucker

250 g Magerquark

250 g Schlagsahne

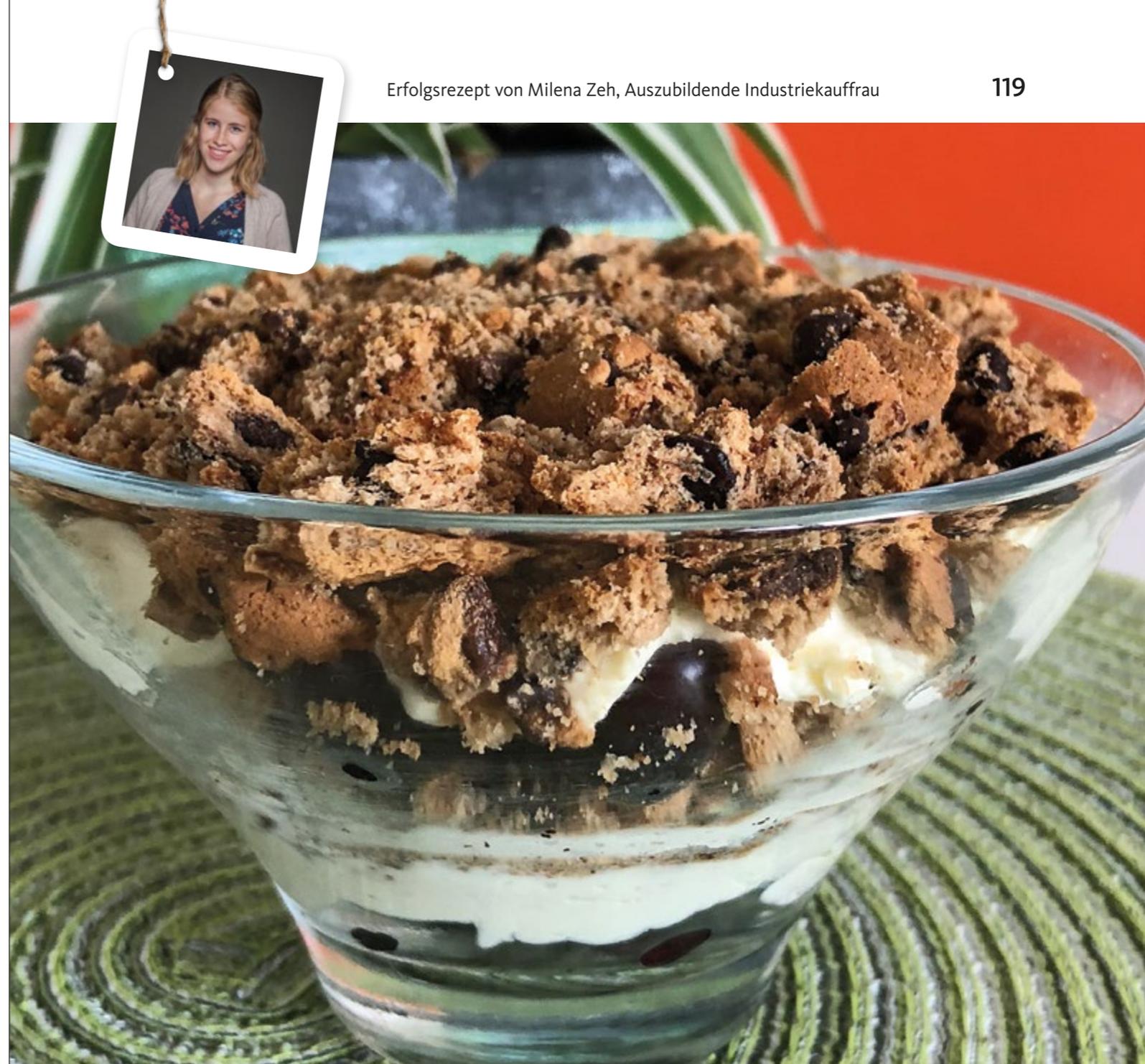
250 g Mascarpone

2 Pck. Cookies mit Schokolade

## ZUBEREITUNG

Die Sahne mit dem Zucker und Vanillezucker steif schlagen. Den Quark mit Mascarpone verrühren. Sahne- und Quarkmasse zu einer Creme verrühren.

Jetzt die Kekse zerkleinern. Nun in eine Schüssel schichten: Zuerst Weintrauben, dann die Creme und mit Keksen bestreuen. Das Ganze ergibt zwei Schichten.



# Frischkäse- Hörnchen



## ZUTATEN

### Teig (für ca. 24 Stück)

400 g Mehl  
 .....  
 250 g weiche Butter  
 .....  
 200 g Frischkäse  
 .....  
 2 Eigelb  
 .....

### Füllung

250 g Haselnüsse, gemahlen  
 .....  
 200 g Zucker  
 .....  
 100 ml Schlagsahne  
 .....  
 2 Eiweiß  
 .....  
 Mehl für die Arbeitsfläche  
 .....

## ZUBEREITUNG

Alle Teigzutaten zu einem glatten Teig verkneten und anschließend 30 Minuten kalt stellen.

Die Haselnüsse in einer Pfanne ohne Fettzugabe kurz anrösten. Dann mit Zucker und Schlagsahne vermischen. Die Eiweiße steif zu Schnee schlagen und vorsichtig unter die Nussmasse heben.

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche dünn ausrollen und mit der Nussmasse bestreichen. Anschließend in Quadrate je 15 cm teilen und zu Hörnchen rollen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. In den heißen Backofen schieben und ca. 30 Minuten backen.

Tipp: Schön sieht es auch aus, wenn man die Hörnchen zum Schluss mit Puderzucker bestreut.



# Kanadische Pancakes

mit Ahornsirup



## ZUTATEN

### Für 12 Pancakes

1 Ei	.....
375 ml Milch	.....
2 EL zerlassene Butter	.....
200 g Mehl	.....
1 EL Backpulver	.....
1 EL Zucker	.....
½ TL Salz	.....
Ahornsirup nach Bedarf	.....

## ZUBEREITUNG

Ei, Milch und Butter in einer großen Schüssel mit dem Schneebesen vermischen. Das Mehl mit dem Backpulver, Zucker und Salz vermischen und unter die Eiermischung geben.

Alles zu einem dickflüssigen Teig verarbeiten. Den Teig nicht zu lang durcharbeiten, kleine Klümpchen lösen sich beim Backen auf.

Eine beschichtete Pfanne erhitzen und ca. 50 ml Teig hineingeben. Wenn der Teig in der Pfanne anfängt Blasen zu werfen, wenden. Die Pancakes von beiden Seiten braten, bis sie hellbraun sind.

Zum Schluss die Pancakes beliebig mit Ahornsirup übergießen.



# Johannisbeer- Eierlikör-Torte



## ZUTATEN

4 Eier
125 g Zucker
1 Pck. Vanillin-Zucker
100 g Mehl
100 g Speisestärke
2 TL Backpulver
600 g Johannisbeeren
8 Blatt weiße Gelatine
200 ml Eierlikör
500 g Schlagsahne
4 EL Zucker
Minze

## ZUBEREITUNG

Eier trennen. Eiweiß und 4 Esslöffel Wasser steif schlagen. Zucker und Vanillin-Zucker einrieseln lassen. Eigelb nach und nach unterrühren. Mehl, Speisestärke und Backpulver mischen, über die Eiermasse sieben und vorsichtig unterrühren.

Biskuit in eine mit Backpapier ausgelegte Springform (24 cm Ø) geben und glatt streichen. Im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad 35-40 Minuten backen. Den fertigen Biskuit 10 Minuten ruhen lassen und anschließend aus der Form lösen und auf einem Kuchengitter vollständig auskühlen lassen.

Inzwischen Johannisbeeren waschen, abtropfen lassen und, bis auf einige Rispen zum Garnieren, von den Stielen zupfen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Biskuittorte, bis auf einen 1-2 cm dicken Rand, aushöhlen.

80 g Brösel auswiegen (restliche Brösel anderweitig verwenden). 4 Blatt Gelatine ausdrücken, auflösen und mit dem Eierlikör verrühren. 1 Becher Sahne und 2 Esslöffel Zucker steif schlagen. Sahne unter den Eierlikör rühren, dann 250 g der Johannisbeeren und die abgewogenen Biskuitbrösel unterheben.



Die Masse in den ausgehöhlten Biskuit füllen und glatt streichen. Den zweiten Becher Sahne und den restlichen Zucker steif schlagen. Gelatine ausdrücken, auflösen, etwas Sahne zur Gelatine geben. Dann die verrührte Gelatine nach und nach un-

ter die Sahne ziehen. Restliche Johannisbeeren unter die Sahne heben und locker auf der Torte verteilen. Mindestens 1 Stunde kalt stellen. Vor dem Servieren mit Johannisbeerrispen und Minzeblättchen verzieren.

# Schwarzwälder Kirschtorte



## ZUTATEN

1,5 l Sahne  
 .....  
 100 g Zucker  
 .....  
 Gelantinefix  
 .....  
 1 Pck. Sahnesteif  
 .....  
 Sauerkirschen im Glas (Abtropfgewicht 350 g)  
 .....  
 500 ml Kirschwasser  
 .....  
 dunkler Tortenboden (3 Böden)  
 .....

## ZUBEREITUNG

Kirschen abtropfen, in eine Schüssel geben und mit 200 ml Kirschwasser mit Deckel für 2-4 Stunden stehen lassen (gelegentlich umrühren). Die Sahne steif schlagen, Zucker, Gelatine und das restlichen Kirschwasser unterrühren. Kirschen abtropfen lassen, das abgetropfte Wasser auffangen und einige Kirschen zum Dekorieren beiseite legen.

Den ersten Boden auf eine Tortenplatte legen, mit Sahnesteif bestreuen und einen Tortenring umlegen. Die Kirschen auf dem Boden verteilen und mit etwas Sahne bedecken. Den 2. Boden auflegen, leicht andrücken, mit dem abgefangenen Kirschwasser tränken und wieder mit Sahne bedecken. Den 3. Boden auflegen, leicht andrücken, wieder mit Kirschwasser tränken.

Den Tortenring entfernen und mit der restlichen Sahne die Torte umhüllen. Mit Kirschen und Schokostreuseln verzieren und bis zum Verzehr kalt stellen.

Erfolgsrezept von Johanna Kratzmeier, IT-Administration | Qualitätsmanagement



# Pariser Flan



## ZUTATEN

### Teig

300 g Mehl

150 g Butter

1 Prise Salz

### Füllung

150 g Mehl

4 Eier

50 g Butter

1 l Milch

80 g Zucker

Geriebene Zitronenschale

## ZUBEREITUNG

### Teig

Butter 30 Minuten vorher aus dem Kühlschrank holen oder reiben, wenn sie zu kalt ist. Butter mit dem Mehl und Salz vermischen. Die Mischung lässt sich nun zu einer Kugel formen, die sofort zerbröseln, wenn man darauf drückt. Auf diese Mischung wird vorsichtig etwas Wasser gegossen, danach wird der Teig leicht verrührt, bis er fertig ist. Der Teig sollte im Kühlschrank und unter einem feuchten Tuch mindestens 1 Stunde ruhen.

### Füllung

Eier mit der geschmolzenen Butter und dem Zucker vorsichtig verrühren. Ein bisschen Milch und Mehl dazugeben, kurz kräftig umrühren, bis die Füllung relativ kompakt und homogen wird. Die restliche Milch wird dann beigefügt und vorsichtig untergerührt. Zitronenschale am Schluss dazugeben.

### Zusammenführung

Ofen wird vorgeheizt auf 200 Grad. Teig wird ausgerollt und in eine Springform eingepasst. Teig darf vorgebacken werden, muss aber nicht sein. Füllung auf den Teig gießen. Abhängig von der Höhe und Größe der Form wird der Flan zwischen 30 und 40 Minuten im Ofen brauchen, anfangs bei 200 Grad, später bei 180 Grad. Am besten lässt sich der Kuchen kalt essen.



# Zimtschnecken

American Style



## ZUTATEN

### Für den Teig

310 ml Milch  
 .....  
 1 Packung Trockenhefe  
 .....  
 50 g Zucker  
 .....  
 1 Ei  
 .....  
 60 g Butter  
 .....  
 525 g Mehl  
 .....  
 1 Prise Salz  
 .....

### Für den Zuckerguss

50 g Butter  
 .....  
 100 g brauner Zucker  
 .....  
 60 ml Ahornsirup  
 .....

### Für die Füllung

140 g brauner Zucker  
 .....  
 10 g Zimt  
 .....  
 45 g Butter  
 .....

## ZUBEREITUNG

Milch leicht erwärmen, Hefe, Zucker und Salz unterrühren und an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen. Das Mehl, Ei und geschmolzene Butter in eine Schüssel geben, die bereits gegangene Hefe-Milch dazugeben und alles gut durchkneten. Eine Schüssel leicht mit Öl benetzen. Den Teig zu einer Kugel formen und in die Schüssel setzen. Den Teig, in der mit Frischhaltefolie bedeckten Schüssel, für ca. 1 ½ – 2 Stunden an einem warmen Ort gehen lassen.

In der Zwischenzeit den Zuckerguss vorbereiten. Butter, braunen Zucker und Ahornsirup in einem Topf bei geringer Hitze aufkochen. Sobald die Masse anfängt zu kochen, vom Herd nehmen und in eine Auflaufform gießen. Für die Füllung den braunen Zucker mit Zimt mischen.

Anschließend die Butter schmelzen. Den gegangenen Teig auf einer bemehlten Oberfläche rechteckig auswellen. Mit der geschmolzenen Butter bepinseln und die Zucker-Zimt-Mischung darauf verteilen. Den Teig von der langen Seite aus fest zusammenrollen und in 2 cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben, mit ausreichend Abstand, in die Auflaufform setzen. Die Auflaufform mit einem Küchentuch bedecken und an einem warmen Ort eine weitere Stunde gehen lassen.



Den Ofen auf 175 Grad vorheizen. Die Zimtschnecken für 40-45 Minuten backen, bis sie goldbraun sind. Die Schnecken aus dem Ofen nehmen und für 15 Minuten auskühlen lassen. Anschließend mithilfe eines Holzbretts die Zimtschnecken stürzen. Die Zimtschnecken schmecken am besten, wenn sie noch warm sind.

Tipp: Die Schnecken können auch perfekt am Vortag vorbereitet werden. Dafür einfach die Auflaufform mit Frischhaltefolie bedecken und im Kühlschrank lagern. Am nächsten Tag die Zimtschnecken ohne vorheizen bei 175 Grad backen. Die Zimtschnecken gehen in der Zeit auf, in der der Ofen aufheizt.

## Sonntags- Mohnkuchen



### ZUTATEN

#### Für den Teig

175 g Weizenmehl

1 Pck. Backpulver

100 g Zucker

1 Pck. Vanillinzucker

4 Eier

175 g weiche Butter/Margarine

150 g Crème fraîche

150 g frisch gemahlener Mohn

#### Für den Belag

1 Pck. Vanillepuddingpulver

100 g Zucker

½ l Milch

250 g weiche Butter

150 g Crème fraîche

#### Für den Guss

je 150g Vollmilch- und Zartbitter-Kuvertüre

2 EL Speiseöl

### ZUBEREITUNG

Den Backofen auf 180 Grad (Ober-/Unterhitze) bzw. 160 Grad (Umluft) vorheizen. Das Mehl mit dem Backpulver in einer Schüssel vermischen. Zucker, Vanillinzucker, Eier, Butter bzw. Margarine, Crème fraîche sowie den Mohn hinzufügen. Die Zutaten zwei Minuten lang zu einer Masse verarbeiten. Die Masse auf einem gefetteten Backblech verstreichen und auf mittlerer Schiene ca. 25 Minuten backen.

In der Zwischenzeit den Vanillepudding mit der Milch und dem Zucker nach Packungsanleitung zubereiten. Diesen anschließend direkt mit Frischhaltefolie bedecken und abkühlen lassen.

Die Butter für den Belag mit dem Handrührgerät cremig rühren. Nach und nach den Pudding unterheben. Dabei sollten Pudding und Butter Zimmertemperatur haben. Anschließend die Crème fraîche unterrühren. Die Buttercreme auf dem erkalteten Kuchen glattstreichen und für ca. eine halbe Stunde in den Kühlschrank stellen.



In je einem Wasserbad die kleingehackte Kuvertüre mit einem Esslöffel Öl unter Rühren bei schwacher Hitze schmelzen lassen (beispielsweise in einer Tasse). Die Schokolade abwechselnd auf die Buttercreme geben und marmorieren.

Den Kuchen zum Abkühlen erneut in den Kühlschrank stellen und kalt genießen. Damit die Schokolade beim Zuschneiden des Kuchens nicht zerbricht, kann ein angewärmtes Messer zum Schneiden verwendet werden.

# Zitronenkuchen vom Blech



## ZUTATEN

### Für den Teig

300 g Mehl	.....
1 Pck. Backpulver	.....
275 g Zucker	.....
1 TL Vanillezucker	.....
4 Eier	.....
150 ml Öl	.....
150 ml Wasser mit Kohlensäure	.....
20 ml Zitronensaft	.....
1 Fläschchen Zitronenaroma	.....

### Für den Zuckerguss

Saft von 1 Zitrone	.....
150 g Puderzucker	.....

## ZUBEREITUNG

Mehl, Backpulver, Zucker, Vanillezucker in eine Schüssel geben und mischen. Eier, Öl, Wasser, Zitronensaft, Zitronenaroma mischen und nach und nach zu den trockenen Zutaten geben und zu einem glatten Teig verrühren.

Den Teig auf ein Backblech bringen. Vorher gut einfetten oder mit Backpapier auslegen und bei 160 Grad Ober-/Unterhitze ca. 30 - 35 Minuten backen.

Den Zitronenkuchen leicht auskühlen lassen, mit einer Gabel mehrmals einstechen und nach Belieben mit Zitronensaft beträufeln. Den Zuckerguss aus Puderzucker und Zitronensaft oder Wasser zusammenrühren und nachdem der Kuchen abgekühlt ist auf den Kuchen pinseln.



# Gravensteiner Apfelkuchen



Grästens  
æblekage

## ZUTATEN

### Für den Boden

150 g Zucker  
 .....  
 70 g geschmolzene Margarine  
 .....  
 2 EL Vanillezucker  
 .....  
 3 Eigelb  
 .....  
 250 g Mehl  
 .....

### Für den Belag

3 Eiweiß  
 .....  
 200 g Zucker  
 .....  
 500 g Gravensteiner Äpfel (alternativ Boskop)  
 .....  
 100 g gehackte Haselnüsse  
 .....  
 nach Belieben etwas Marzipan-Rohmasse  
 .....

## ZUBEREITUNG

### Für den Boden

Die geschmolzene Margarine und Zucker schaumig rühren, dann Eigelb, Mehl und Vanillezucker hinzugeben. Den Teig in eine gefettete Springform geben.

### Für den Belag

Eiweiß und Zucker fast steif schlagen. Die Äpfel schälen, in etwa 1 cm große Würfel schneiden und vorsichtig mit Nüssen und dem geschlagenen Eiweiß mischen. Die Mischung dann auf dem Teig verteilen.

Die Springform wird ca. 45 Minuten bei 175 Grad gebacken.



# Fruit Cookie Tarte



## ZUTATEN

### Für den Mürbeteig

240 g Butter  
 120 g Puderzucker  
 Prise Salz  
 Etwas Vanilleextrakt  
 1 Ei  
 330 g Mehl  
 50 g Backkakao  
 120 g gemahlene Mandeln

### Für die Füllung

600 g Sahne  
 15 TL Sanapart  
 300 g Frischkäse  
 Etwas Vanilleextrakt  
 150 g Puderzucker

## ZUBEREITUNG

### Mürbeteig

Butter mit dem Puderzucker, Salz und Vanilleextrakt verkneten. Das Ei hinzufügen und die Masse kurz durchrühren. Anschließend das Mehl, den Kakao und die gemahlene Mandeln hinzufügen und daraus einen Mürbeteig kneten. Jetzt abgedeckt für ca. 1 Stunde in den Kühlschrank stellen. Anschließend den Teig durchkneten und auf bemehltem Backpapier etwa 5 mm dünn ausrollen. Nun die Schablone auflegen und zweimal ausschneiden. Die ausgeschnittenen Kekse für min. 30 Minuten ins Gefrierfach legen und anschließend im vorgeheizten Ofen bei 170 Grad Ober-/Unterhitze für 12-18 Minuten backen, bis der Rand leicht braun wird.

### Füllung

Die Sahne mit dem Sanapart, Frischkäse, Vanilleextrakt und Puderzucker verrühren und die Creme steif schlagen. Nun den unteren Keks auf eine Tortenplatte oder Unterlage legen und mit dem Spritzbeutel kleine Tupfen auf den Keks spritzen, bis er vollständig bedeckt ist. Den zweiten Keks auflegen und ebenfalls vollflächig mit Tupfen bedecken. Abschließend die Torte mit der Dekoration deiner Wahl servieren.



# Buchweizenbrot

*glutenfrei*



## ZUTATEN

500 g Buchweizenmehl

(oder feinen selbstgemahlene Buchweizen)

50 g getrockneten Buchweizensauerteig

(gibt es im Onlinefachhandel)

10 g Trockenhefe

1 TL gemahlene Brotgewürz

2 TL Salz

500 ml lauwarmes Wasser

4 EL Leinsamenkörner

4 EL Sonnenblumenkerne

2 EL Sonnenblumenöl

1 TL Kokosöl zum Einfetten der Backform

## ZUBEREITUNG

Buchweizen enthält im Gegensatz zum normalen Getreide kein Gluten und Lektin und ist deshalb für Menschen geeignet, die auf normales Getreide verzichten möchten oder müssen. Zudem ist es vegan. In meinem Rezept wird außerdem Buchweizensauerteig verwendet. Er gibt dem Brot mehr Würze und macht es länger haltbar.

Buchweizenmehl, Trockenhefe, Buchweizensauerteig, Brotgewürz, Salz und das Wasser in eine große Rührschüssel geben und mit den Knethaken des Mixers 5 Minuten kneten, bis ein geschmeidiger Teig entsteht. Leinsamenkörner, Sonnenblumenkerne und Sonnenblumenöl dazugeben und mit dem Mixer erneut 2 Minuten gut vermengen. Eine Kastenform (ca. 30 cm) mit Kokosöl einfetten und den Teig mit einem Teigschaber in die Form bringen. Den Teig mit einem Tuch abdecken und bei Zimmertemperatur 1 Stunde gehen lassen. Nach dem Gehen des Teigs die Kastenform in den auf 230 Grad vorgeheizten Ofen schieben und die Temperatur auf 180 Grad drosseln. Bei 180 Grad 60-70 Minuten (Ober-/Unterhitze) backen. Dann das Brot aus der Kastenform lösen und auf einem Gitter auskühlen lassen.



# Saftiges Vollkornbrot



## ZUTATEN

### Teig

500 g Vollkorn Dinkelmehl (für eine Kastenform oder ca. 750 g Mehl für Laib)

150 g Kerne nach Wahl

(z.B. Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, Leinsamen)

500 ml Wasser

1 Würfel Hefe

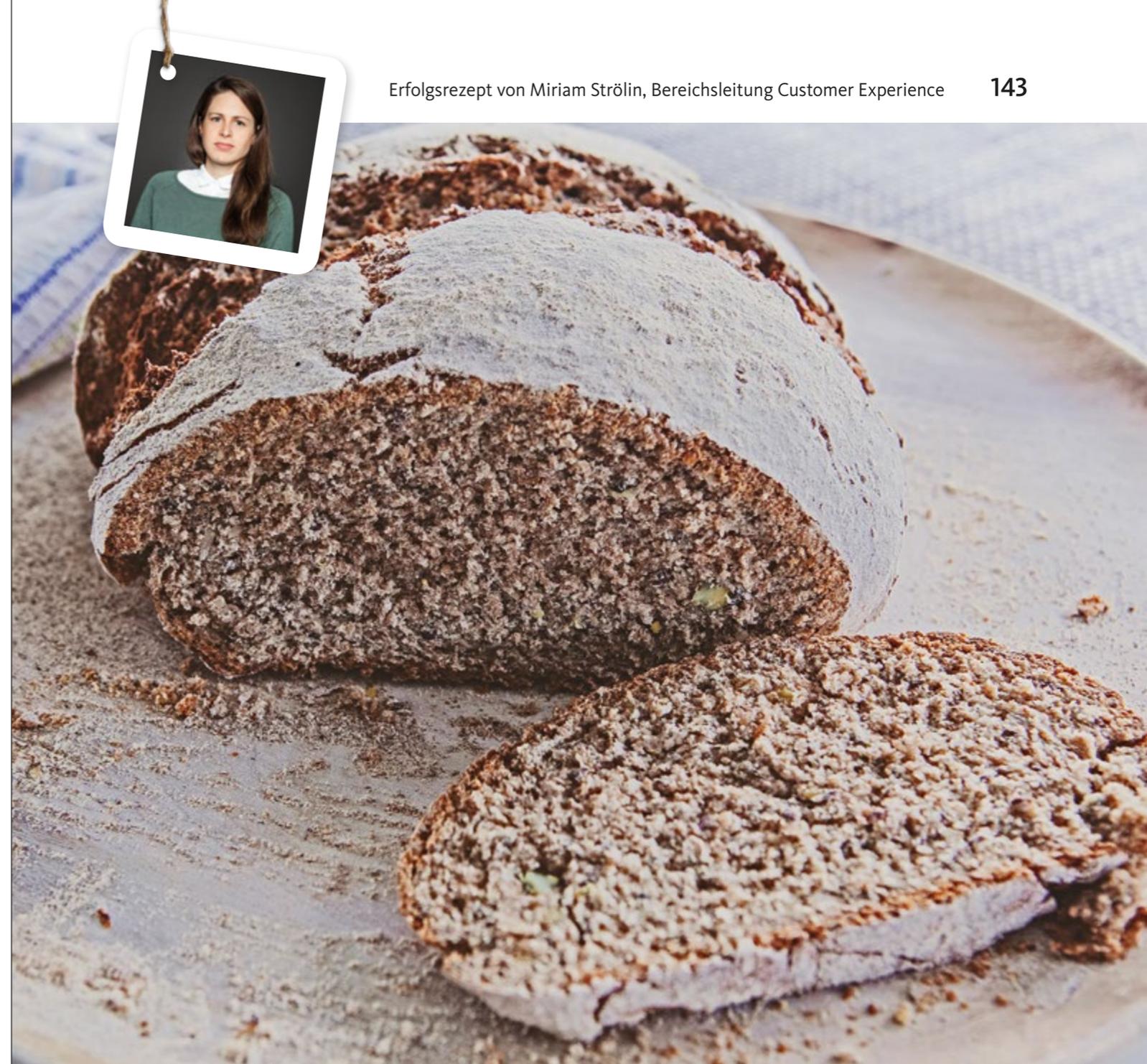
2 TL Salz

2 EL Apfelessig

## ZUBEREITUNG

Alle Zutaten mithilfe einer Küchenmaschine vermengen und gut kneten. Den relativ flüssigen Teig in eine mit Backpapier ausgelegte Form geben oder den festen Teig zu einem Laib formen.

Das Brot in den kalten Ofen stellen und auf 200 Grad 1 Stunde backen.



# Proja

*Proja ist ein Balkangericht aus Maismehl*



## ZUTATEN

500 g Speisequark

160 g Maismehl

200 g Weizenmehl

150 ml Sonnenblumenöl

150 ml Milch

5 Eier

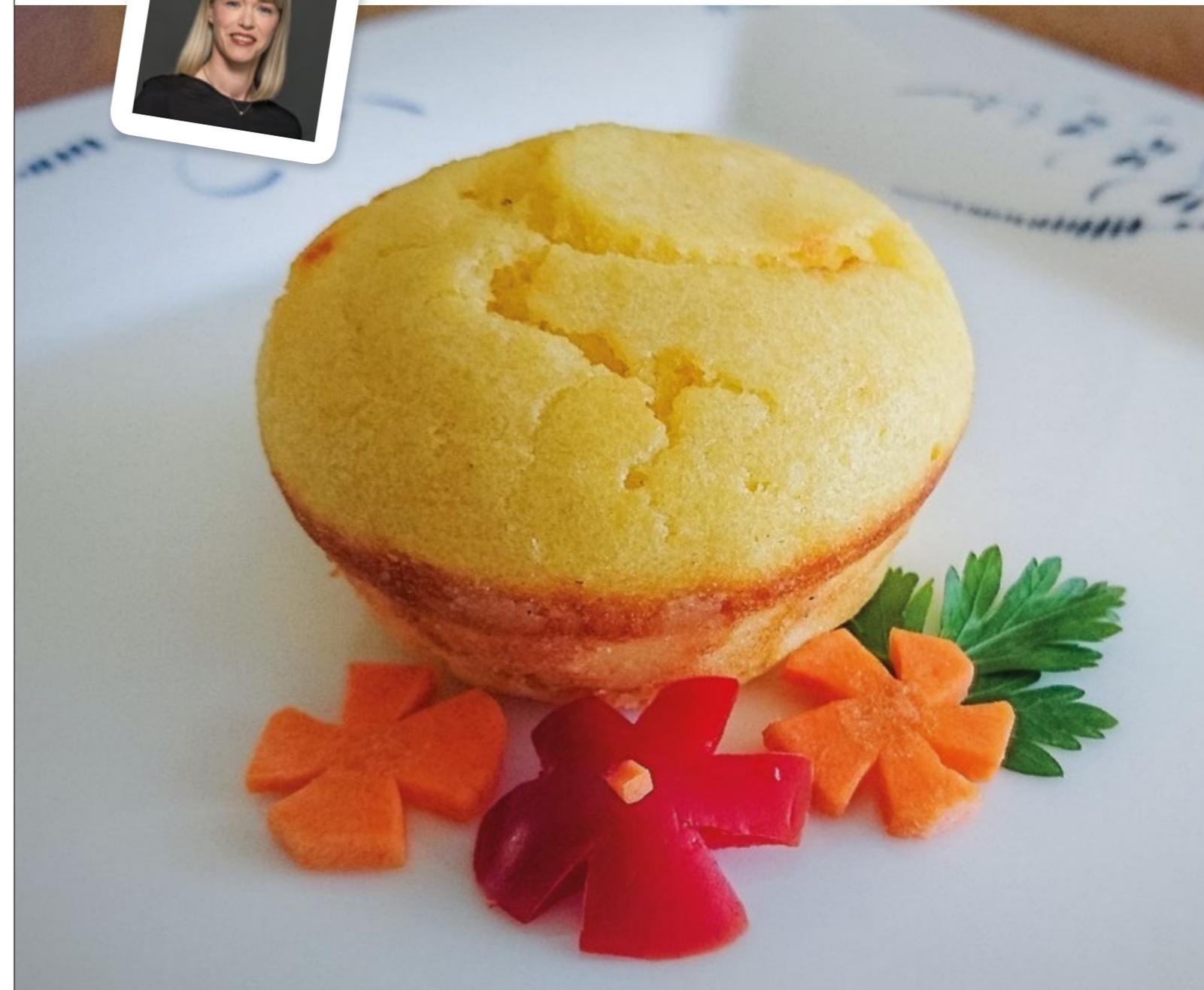
6 g Backpulver

2 Teelöffel Salz

## ZUBEREITUNG

Eigelb vom Eiweiß trennen und das Eiweiß zu Schnee schlagen. Alle Zutaten zusammen mischen und den Teig in eine Muffin-Backform geben.

Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad ca. 20 Minuten backen.



## Impressum

### easySoft. GmbH

Konrad-Zuse-Weg 2  
72555 Metzingen

+49 7252 5833-0  
info@easysoft.de  
www.easysoft.de

### Bildnachweis

Fotografie Seite 43

© *margouillatphotos/Chicorée mit Schinken/iStock/Getty Images*

Fotografie Seite 53

© *tvirbickis/Spiegeleier/iStock/Getty Images*

Fotografie Seite 93

© *vichie81/Caesar-Salat/iStock/Getty Images*

Fotografie Seite 109

© *StephanieFrey/Crumble/iStock/Getty Images*

Alle weiteren Fotografien

© *easySoft. GmbH*

1. Auflage 2018

2. Auflage 2019

3. Auflage 2020

© easySoft. GmbH

**easySoft®**

easySoft. GmbH  
Zentrale  
Konrad-Zuse-Weg 2  
72555 Metzingen

easySoft. GmbH  
Kundenzentrum  
Pforzheimer Straße 64  
75015 Bretten

Telefon +49 7252 5833-0  
Fax +49 7252 5833-199  
info@easysoft.de  
www.easysoft.de