

Der Gärtner vom Dom

Die Rezepte von
Emil Müller

Stand: 11.07.2001

Diese Kochrezepte wurden mit Hilfe des
Rezept-Verwaltungs-Programms B&S-Rezept
erfaßt und mittels LaTeX ausgedruckt

©1994 .. 2001

L. Schäfer

Dellenburg 11,
44869 Bo.-Wattenscheid

Inhaltsverzeichnis

1	Beilagen	3
1.1	Kartoffelklösse	3
1.2	Kartoffelklöße	3
1.3	Rotkohl	4
1.4	Spargel mit Hollandaise	5
2	Brot	7
2.1	Avocado - Brot	7
2.2	Lachssandwich	7
2.3	Schinken Brötchen	8
3	Dessert, Süßspeisen	9
3.1	Apfelschmarren mit Vanillinsoße	9
3.2	Geeistes Mokka-Souffle	9
3.3	Grießpudding in Holunderapfelsuppe	10
3.4	Joghurt - Becher mit Grapefruit	11
3.5	Kaiserschmarren mit Zwetschenkompott	11
3.6	Maronencreme	12
3.7	Quarkklößchen in Aprikosensauce	12
3.8	Schwarzwaldbecher	13
4	Eintöpfe, Aufläufe, Gratins	15
4.1	Blumenkohl-Brokkoli-Gratin	15
4.2	Bunter Gemüse Eintopf	15
4.3	Erbsensuppe mit Croutons	16
4.4	Hack-Kartoffel-Auflauf	16
4.5	Würziger Bohnentopf	17
5	Fischgerichte, Meeresfrüchte	19
5.1	Fischfilet mit Kräuter Hollandaise	19
5.2	Gebratene Scholle mit Pfeffergemüse	19
5.3	Gefüllte Schollenfilets	20
5.4	Kabeljau auf Gemüsebett	21
5.5	Kabeljau mit Spargel	21
5.6	Pikanter Heringstopf	22
5.7	Zander im Salzmantel mit Petersilie	23
5.8	Zucchini Gemüse mit Garnelen	24

6	Fleischgerichte, Innereien	27
6.1	Bratwürstchen zu Blumenkohl	27
6.2	Chicoree mit Kalbsleber	27
6.3	Feines Schnitzelcurry mit Ananas	28
6.4	Gefülltes Filet in Weinsauce	28
6.5	Gulasch ungarischer Art	29
6.6	Hack-Tournedos	30
6.7	Hackbraten mit Chili Maiskruste	31
6.8	Hacksteaks mit Möhren-Pürree	31
6.9	Hacksteaks mit Möhrenpürree	32
6.10	Hirschrouladen	33
6.11	Italienische Schweinerippchen	34
6.12	Kalbskotelett mit Sherrysoße	34
6.13	Kasseler in Brotteig	35
6.14	Kasseler mit pikanten Bohnen	35
6.15	Lammkeule mit Kräuterfüllung	36
6.16	Lammkeule mit Kräutern	37
6.17	Lammkoteletts mit Gemüse	37
6.18	Lammkoteletts mit Kräutersauce	38
6.19	Lammkoteletts mit Kräutersoße	39
6.20	Piccata (Kalbsschnitzel)	39
6.21	Schweinefilet zu Kohlröschen	40
6.22	Stielkoteletts mit Tatsik	40
7	Geflügelgerichte	43
7.1	Entengeschnetztes "Süß -Sauer"	43
7.2	Gebratene Gans	43
7.3	Hähnchen mit Speck-Zwiebel-Kruste	45
7.4	Huhn in Weißwein	45
7.5	Überbackene Putensteaks	46
7.6	Würziger Hühnertopf	47
8	Getränke	49
8.1	Apfeltraum	49
8.2	Feiner Kräuterlikör	49
8.3	Moonlight	49
9	Grundlagen, Informationen	51
9.1	Grundteig für Nudeln	51
10	Käsegerichte	53
10.1	Hackfleischwürstchen	53
10.2	Ziegenkäse mit Datteln	53

11	Kartoffel-, Gemüsegerichte	55
11.1	Brokkoli-Kartoffelklöße	55
11.2	Gebratene Kräuter - Champignons	55
11.3	Gefüllte Paprika mit Pfefferminzjoghurt	56
11.4	Gefüllte Zucchini Türmchen	57
11.5	Gratinierter Spargel italienischer Art	57
11.6	Gurkenpfanne mit Fleischwurst	58
11.7	Herzhafte Kartoffelpfanne	58
11.8	Parmesan Klösse auf Gemüse	59
11.9	Pilzragout	60
11.10	Porree in Schinkenrahm	60
12	Kuchen, Gebäck, Pralinen	63
12.1	Apfelkranzkuchen	63
12.2	Birnentorte	63
12.3	Buchweizentorte	64
12.4	Buttermilch Napfkuchen	65
12.5	Exotische Obsttorte mit Limettencreme	65
12.6	Fruchtige Mandel-Häufchen	66
12.7	Gedeckter Apfelkuchen vom Blech	66
12.8	Gedeckter Bratapfelkuchen mit Vanilleguss	67
12.9	Gefüllte "Bobbs"	68
12.10	Glasierter - Apfel - Schichtkuchen	69
12.11	Haferflockenmakronen	70
12.12	Honigkuchengebäck	70
12.13	Ingwer - Apfeltorte	71
12.14	Karamel-Walnut-Muffins	72
12.15	Kartoffel-Nuß-Kuchen	73
12.16	Kirsch-Tarte mit Mandelcreme	73
12.17	Linzer Torte	74
12.18	Mürbe Zimtschnitten	75
12.19	Orangen Butterkuchen	76
12.20	Pflaumen Kopenhagener	76
12.21	Pflaumen-Marzipan-Röllchen	77
12.22	Plunderstreifen mit Apfel	77
12.23	Punschtorte	78
12.24	Rübli-Nuss-Torte	79
12.25	Sächsische Eierschecke	80
12.26	Schwäbische Walnusszöpfe	81
12.27	Stachelbeer-Quark-Kuchen	82
12.28	Stern - Gugelhupf	82
12.29	Süße Knallbonbons und Eierlikörtaschen	83
12.30	Tessiner Brottorte	84
12.31	Tiroler Makronen	85

12.32	Walnusstaler	86
12.33	Würzige Paranusskerne	87
12.34	Zimtsterne	87
12.35	Zitronen Sahnetorte	88
13	Marmeladen, Eingemachtes	89
13.1	Zitrus Marmelade	89
14	Mehlspeisen, Nudeln	91
14.1	Bandnudeln mit Pilzen	91
14.2	Bandnudeln und Tomaten Pesto	91
14.3	Bucatini für die Party	92
14.4	Canneloni mit Wildfüllung	92
14.5	Frische Nussnudeln mit Zucchini-gemüse	93
14.6	Nudeln mit Spinat und Parmesan	94
14.7	Pfannkuchen mit Pflaumenkompott	94
14.8	Quark-Plinsen auf Tomaten	95
14.9	Spaghetti in Thunfischsauce	95
14.10	Spinatstrudel	96
14.11	Tortillas mit Chili Pueblo	97
14.12	Vollkornnudeln in Kürbissauce	98
15	Reisgerichte	99
15.1	Putenspieße auf Paprika-Zucchini	99
15.2	Traubenrisotto in Weinblättern	99
16	Salate	101
16.1	Bohnensalat mit Speck	101
16.2	Bunter Salat mit Ziegenkäse	101
16.3	Fenchelsalat mit Käse und Nüssen	102
16.4	Fruchtiger Krautsalat	102
16.5	Leichter Kartoffelsalat	103
16.6	Linsen Fisch Salat	103
16.7	Orangensalat	104
16.8	Radishesen-Chicoree-Salat	104
16.9	Rollmops Kartoffelsalat	105
16.10	Salat mit Schinken und Croutons	106
16.11	Spinatsalat mit Austernpilzen	106
17	Vorspeisen, Suppen	109
17.1	Kräftige Hühnersuppe	109
17.2	Petersilienwurzelsuppe mit Kartoffeln	109
17.3	Rote Bete Suppe	110
17.4	Würzige Nudelsuppe	110

1 Beilagen

1.1 Kartoffelklösse

50 g Butter,	50 g Kartoffelmehl,
1 kg mehlig kochende Kartoffeln,	Salz,
2 Eier,	2 Messerspitzen Muskatnuss,
50 g Mehl,	2 Brötchen,

Die Kartoffeln waschen und ungeschält etwa 40 Minuten kochen. Erkalten lassen, dann schälen und puerieren. Eier Mehl und Kartoffelmehl zufügen und mit Salz und Muskatnuss würzen. Die Brötchen in kleine Würfel schneiden und in die Butter goldgelb braten. Aus den Kartoffelteig zwei Rollen formen und in je sechs Stücke schneiden. Mit bemehlten Händen zu Kloessen formen und jeweils einige Brotwürfel in die Mitte geben. Salzwasser zum kochen bringen und die Kloesse hineingeben. 12-15 Minuten ziehen lassen, dann die Garprobe machen. Uebrig gebliebene Kloesse können, in Scheiben geschnitten in Butter gebraten werden.

Als traditionelles Weihnachtsmenue: - Orangensalat - Petersilienwurzelsuppe mit Kartoffeln - Gebratene Gans mit Rotkohl und Kartoffelkloessen - Maronencreme

Mengenangabe: 6 Personen

Zubereitung 50 Minuten

1.2 Kartoffelklöße

1 kg mehlig kochende Kartoffeln,	Muskatnuss,
75 g Mehl,	1 Ei,
75 g Grieß,	50 g durchwachsener Speck,
Salz,	2 Brötchen vom Vortag,
etwas abgeriebene frische	25 g Butter,
Für die Sauce:	
350 g Champignons,	weißer Pfeffer aus der Mühle,
2 Schalotten,	1 Dos. süsse Sahne, (250 g)
40 g Butter,	1 Bd. glatte Petersilie,
Salz,	

1) Kartoffeln kochen, pellen und durch die Presse drücken. Mit Mehl, Grieß, etwas Salz, Muskatnuss und Ei zu einem glatten Teig verkneten. Eine Rolle formen und etwa 30 Minuten ruhen lassen. Probekloss kochen.

- 2) Speck und Broetchen klein wuerfeln. Butter erhitzen, Speck darin glasig werden lassen, Brotwuerfelchen zufuegen und goldbraun braten. Vom Herd nehmen, auskuehlen lassen.
 - 3) Teigrollen in fingerdicke Scheiben schneiden, in der Mitte jeden Teigstuecks etwas von der Brotmischung geben und zu Knoedel formen.
 - 4) Reichlich Salzwasser zum Kochen bringen, die Kloesse einlegen und in etwa 20 Minuten garziehen lassen. Mit Butterbroesel oder einer Pilzsauce anrichten.
 - 5) Pilze putzen, in feine Scheiben schneiden. Schalotten abziehen und wuerfeln. Beides in der erhitzten Butter anduensten. Wuerzen, Sahne zufuegen und etwas einkochen lassen.
- Tip: Uebrig gebliebene Kloesse ergeben ein neues Gericht: In Scheiben schneiden, in erhitztem Butterfett roech braten und mit Sauerkraut oder Bratensauce und Salat anrichten.

Extra Tip: Party-Katoffeln

Der Immergruene, am Mittelmeer wild wachsende Strauch, gedeiht auch bei uns im Kuebel. Seine Nadeln wuerzen alles, was nach Provence, Italien Urlaub schmecken soll: Aber auch Kartoffeln werden mit Rosmarin zum Hit: rohe geschaelte Kartoffeln in feine Scheiben hobeln, in einer Mischung aus Olivenoel, Zitronensaft und Rosmarin betraeufln, ruhen lassen, dann bei 200°C auf dem Backblech golden roesten.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 30 Minuten

1.3 Rotkohl

- | | |
|-----------------|-------------------------------|
| 1/8 l Rotwein, | 1 Apfel, |
| 1 kg Rotkohl, | Salz, |
| 2 Zwiebeln, | weißer Pfeffer aus der Mühle, |
| 2 Nelken, | 1 Tl. Zucker, |
| 30 g Butter, | 1 Messerspitze Zimt, |
| 1 Lorbeerblatt, | 1 -2 El Wein oder Obstessig, |
| 1/4 l Brühe, | |

Den Rotkohl putzen, waschen, vierteln, von harten Strunk befreien und hobeln oder fein schneiden. Eine Zwiebel abziehen und wuerfeln. Die andere Zwiebel mit den Nelken spicken. Die Butter erhitzen die Zwiebelwuerfel darin anbraten, den Kohl zufuegen und einige Minuten unter Ruehren weiterduensten. Die gespickte Zwiebel und das Lorbeerblatt hinzufuegen. Nach etwa zehn Minuten mit dem Rotwein und der Bruehe abloeschen. Den Apfel schaelen, reiben und zum Rotkohl geben. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Zimt wuerzen und 50 Minuten koecheln lassen. Kurz vor Garende die gespickte Zwiebel entfernen, den Essig hinzufuegen und den Kohl nochmals abschmecken.

Als traditionelles Weihnachtsmenue: - Orangensalat - Petersilienwurzelsuppe mit Kartoffeln - Gebratene Gans mit Rotkohl und Kartoffelkloessen - Maronencreme

Mengenangabe: 6 Personen

Zubereitung 60 Minuten

1.4 Spargel mit Hollandaise

1/2 Zitrone oder Balsamico
blanco,(Saft)
1 kg weißer Spargel,
1 kg grüner Spargel,
Salz,
1 Würfel Zucker,

1 El. Butter,
3 Eigelb,(von ganz frischen Eiern)
2 El. kaltes Wasser.
200 g Butter,
weißer Pfeffer aus der Mühle,

- 1) Weissen Spargel schälen und die harten Enden grosszügig abschneiden. Vom grünen Spargel nur das untere helle Stangendrittel schälen, harte Enden abschneiden.
- 2) Spargelschalen waschen, mit Wasser bedecken, etwas Salz, Zucker und Butter zufügen, einmal aufkochen. Bei milder Hitze zugedeckt 10-15 Minuten koecheln. Durch ein Sieb geben.
- 3) Spargelsud wieder aufkochen, zuerst die weissen Stangen einlegen, 7 Minuten koecheln. Grüne Stangen zufügen, 10 Minuten garen.
- 4) Butter schmelzen. Eigelb und Wasser mit Schneebesen verschlagen, im Wasserbad erwärmen. Unter ständigem Schlagen langsam das Fett zufügen, bis die Sauce dick und cremig ist. Mit Salz, Pfeffer und Sauce abschmecken. Sofort servieren.

Tip: Sollte die Sauce ausflocken, einfach einen Eiskwürfel darunterrühren. Spargelsud mit frischem Koriander als Tassen-Suppechen vorweg reichen.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 35 Minuten

2 Brot

2.1 Avocado - Brot

1/2 Avocado,	1 Tl. Zitronensaft
1 Ei,	50 g Joghurt-Salatcreme,(z.B. von
20 g Salat,	Thomy)
1 Tomate,	Salz,
20 g Radieschensprossen,(bzw.	Pfeffer,
Kresse)	2 Scheib. Vollkorn-Sandwich,

- 1) Ei hart kochen. Salat putzen. Tomate und Radieschensprossen waschen. abtropfen lassen.
- 2) Ei in Tomate in Scheiben schneiden. Avocado schälen, in Spalten schneiden, mit Zitrone beträufeln. Salatcreme salzen und pfeffern. 3) Sandwich mit Creme bestreichen,vierteln.4 Brotviertel mit Salat, Avocado, Ei, Tomate und Sprossen belegen. Salatcreme zwischenstreichen, mit Brotvierteln bedecken, mit Spiessen feststecken.

Mengenangabe: 1 Brot

Zubereitung 15 Minuten

2.2 Lachssandwich

50 g Graved-Lachs in Scheiben,	1 Tl. Dill,
60 g Gurke,	Pfeffer aus der Mühle,
2 Scheib. Körnerbrot,	Dill,
25 g Joghurt-Salatcreme,(z.B. von	Zitrone,
Thomy)	

- 1) Gurke fein hobeln. Brot mit etwas Salatcreme bestreichen.
- 2) 1 Brotscheibe mit Gurke und Lachsscheiben belegen. Restliche Salatcreme auf den Lachs verstreichen, mit Dill und Pfeffer bestreuen. Mit der 2.Brotscheibe bedecken, mit Dill und Zitrone garnieren.

Mengenangabe: 1 Sandwich

Zubereitung 5 Minuten

2.3 Schinken Brötchen

1/2 Avocado,
1 Mini-Panelino,(Brötchen zum
Aufbacken)
1 El. Pinienkerne,
1 Tl. Zitronensaft,

2 Stangen Basilikum,
25 g Salatcreme,
2 Scheib. Parmaschinken,
Pfeffer aus der Mühle,

1) Brötchen backen. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett roesten, auskuehlen lassen. Avocado schaelen, in Spalten schneiden, mit Zitronensaft betraeufeln. Basilikum, bis auf etwas zum Garnieren, in Streifen schneiden.

2) Brötchen halbieren, beide Seiten mit Salatcreme bestreichen. Die untere Haelfte mit Basilikum bestreuen, mit Avocado und Schinken belegen, Pfeffer darueber mahlen. Restliche Salatcreme daraufgeben, mit Pinienkerne bestreuen, mit oberer Brötchenhaelfte abdecken. Mit Basilikum bestreuen.

Mengenangabe: 1 Brötchen

Zubereitung 15 Minuten

3 Dessert, Süßspeisen

3.1 Apfelschmarren mit Vanillinsoße

300 ml Milch,	125 g dunkles Weizenmehl, (Type
1 El. Milch	1050)
125 ml Milch	1 Pr. Salz,
1 Tl. Speisestärke,	4 Eier,
1/2 Vanilleschote,	1 El. Olivenöl, evtl. mehr
2 El. Honig, flüssiger	evtl. Puderzucker,
2 Äpfel, (ca. 300 g)	evtl. Apfelspalten und Minze,
2 El. Zitronensaft,	

1) Staerke mit 1 El Milch glattruehren. Vanilleschote einritzen, Mark herausschaben und beides mit 125 ml Milch aufkochen. Staerke einruehren, aufkochen. Schote herausnehmen. Sosse mit Honig suessen.

2) Aepfel schaelen, vierteln und entkernen. In Stueckchen schneiden, mit Zitrone betraeu-feln.

3) Mehl, Salz und 300 ml Milch glattruehren. Eier trennen. Eigelb nacheinander zur Teigmasse geben und unterruehren. Eiweiss steif schlagen, unterheben. Apfelstuecke evtl. etwas trockentupfen und untermischen.

4) Olivenoel portionsweise am besten in 2 Pfannen erhitzen. Teig jeweils hineingeben und goldbraun backen. Wenden, kurz weiterbacken und mit zwei Gabeln auseinanderzupfen. Schmarren herausnehmen und mit Puderzucker bestaeuben. Evtl. mit Apfelspalten und Minze verzieren. Vanillesosse extra servieren.

Extra Tip;

Knackig frisch sollte Porree sein, damit seine zahlreichen Senf-Oele und schwefelhaltigen Inhaltstoffe auch voll zur Wirkung kommen. Porree entwaessert, foerdert die Verdauung und ist bakterienhemment. 100 g Geputztes Gemuese hat nur 25 kcal !!

Mengenangabe: 2 Personen

Zubereitung 60 Minuten

3.2 Geeistes Mokka-Souffle

100 g Zucker,	1 1/2 Dos. Sahne, (a 200 g)
2 Tl. lösliches Kaffeepulver,	1 Pkg. Vanillinzucker,
4 El. Orangenlikör,	1 Tl. Kakaopulver,
1 Pkg. Borkenschokolade,	Pergamentpapier,
4 Eier,	Klebestreifen oder Gummibänder,

1) Zunaechst Papiermanschetten fuer die Portionsfoermchen vorbereiten. 4 Streifen (ca. 30 X 10 cm) aus Pergamentpapier ausschneiden. Je einen Streifen um eine kleine Auflaufform (ca. 1/8 l Inhalt gerader Rand) legen. Papier sollte ca. 5 cm ueber den Formrand hinausragen. Mit Gummi- baendern oder Klebestreifen befestigen. Kaffeepulver in eine Schuessel geben. Orangenlikoer zugiessen. Kaffee darin auflösen. Borkenschokolade zerhacken. Eier trennen. Eigelb und Zucker ueber den heissen Wasserbad sehr schaumig schlagen. Masse etwas abkuehlen lassen. Kaffeemischung und Schokolade unterruehren. Schlagsahne und Vanillinzucker steif schlagen. Eiweiss sehr steif schlagen. Alles zur Eigelbmasse geben, mit einem Schneebeesen vorsichtig unterheben. Creme in vorbereitete Foermchen fuellen, so das die Masse ca. 2 cm hoeher als der Formrand ist. Foermchen mindestens 3 Stunden ins Gefrierfach stellen. Souffle mit Kakao bestaeuben. Manschetten entfernen geeistes Souffle servieren.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 45 Minuten

3.3 Grießpudding in Holunderapfelsuppe

500 ml Milch,
1 Pkg. Grießpudding, (für 500 ml
Milch)
2 klein. Äpfel,
1 unbehandelte Zitrone,

200 ml Fliederbeersaft,
75 g Zucker,
1 Pkg. Sossenspulver, (Vanille)
(für 500 ml Flüssigkeit)

1) Milch aufkochen. Von der Kochstelle nehmen, Griesspuddingpulver einruehren (nicht wieder auf die Kochplatte stellen) und ca. 1 Minute kraeftig weiterruehren. Vier Dessertfoermchen mit kaltem Wasser ausspuelen. Den Griesspudding in die Foermchen fuellen und ca. 3 Stunden kuehl stellen.

2) Aepfel schaelen, vierteln, Kerngehaeuse herausschneiden. Aepfel in Spalten schneiden. Zitrone gruendlich waschen. Schale duenn abschaelen. Zitrone halbieren, Saft auspressen. Fliederbeersaft 400 ml Wasser, Zitronensaft, Zitronenschale und Zucker in einem Topf geben. 3 El abnehmen und mit dem Sossenspulver glattruehren. Restlichen Saft aufkochen, angeruehrtes Sossenspulver einruehren, nochmals aufkochen lassen, Apfelstuecke zufuegen und 1-2 Minuten koecheln lassen.

3) Griesspudding aus den Foermchen stuerzen. Mit der Suppe in vier tiefen Tellern anrichten.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 30 Minuten

3.4 Joghurt - Becher mit Grapefruit

300 g Vollmilchjoghurt,
4 Bl. weiße Gelatine,
2 Grapefruits (z. B. 1 gelbe und 1
rosa)
50 g Zucker,

1 Pkg. Vanillinzucker,
200 g Schlagsahne,
evtl. Grapefruitspalten, und
Melisse zum Verzieren,

1) Gelatine kalt einweichen. 1 gelbe Grapefruit auspressen(ergibt 150 - 200 ml Saft) Die andere Grapefruit so schälen, dass die weisse Haut vollständig mit entfernt wird, Nach Belieben in Scheiben schneiden oder in Filets teilen(filieren)Gut abtropfen lassen. 2) Joghurt, Grapefruitsaft, Zucker und Vanillinzucker verrühren. Gelatine ausdrücken, bei schwacher Hitze auflösen und etwas abkühlen lassen. Gelatine zunächst mit 2-3 El der Joghurtcreme verrühren. Dann unter die gesamte Creme rühren. 3) Sahne steif schlagen, unter die Joghurtcreme heben und etwas anziehen lassen. Joghurtcreme und Grapefruitfleisch in hohe Dessertgläser oder in Schälchen schichten. Danach ca. 3 Stunden kalt stellen. 4) Den Joghurtbecher nach Belieben mit Grapefruitspalten und Melisse verzieren. Als Menue der Woche - Salat mit Schinken und Croutons - Feines Schnitzelcurry mit Ananas - Joghurt - Becher mit Grapefruit

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 25 Minuten

3.5 Kaiserschmarren mit Zwetschenkompott

Für den Teig;

100 g Mehl,
5 Eier,
60 g Zucker,
75 ml Milch,

30 g Butter,
30 g Rosinen,
1 El. Olivenöl,
1 El. Butter,

Für das Kompott;

100 g Zucker,
1 Nelke,
1 klein. Stück Zimtstange,
Saft und Schale 1 unbehandelte

Zitrone,
500 g entsteinte, halbierte
Zwetschen,
Puderzucker,

1) Eigelb, die Hälfte des Zuckers, Milch und Mehl glattrühren. 1 Stunde quellen lassen. Alle Zutaten fuer das Kompott (bis auf den Puderzucker) mit 80 ml Wasser aufkochen, etwa 8 Minuten koecheln lassen, bis die Früchte halb zerfallen. Kaltstellen. Eiweiss mit uebrigem Zucker zu Schnee schlagen, unter die Eigelbmasse heben. Flüssige Butter und Rosinen untermischen. Butter und Olivenöl in einer grossen Pfanne erhitzen. Teig etwa 1/2 cm hoch einfüllen. Bei kleiner Hitze auf jeder Seite 3 Minuten braten. Mit Zwei

Gabeln in der Pfanne in unregelmäßige Stücke reißen. Mit Puderzucker bestreut mit dem Zwetschenkompott servieren.

Teig muss ruhen Lassen Sie Den Teig vor der Weiterverbreitung etwa 1 Stunde ruhen. In dieser Zeit kann sich das Mehl richtig mit der Milch und den Eiern verbinden. Danach einmal durchrühren und den Eischnee unterheben.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 35 Minuten

3.6 Maronencreme

200 ml süße Sahne,
1 klein. Dose Maronenpüree, (435 g)

2 Tütchen Vanillinzucker,
4 El. Wildpreiselbeeren, evtl. mehr

Die Sahne sehr steif schlagen. Das Maronenpueree mit dem Vanillinzucker schaumig rühren und die Sahne vorsichtig darunter heben. Das Pueree in sechs schöne Glaskelche spritzen und mit den Wildpreiselbeeren garnieren. Gut gekühlt servieren.

Dieses Dessert wird durch einen Muscadet d Alsace harmonisch abgerundet.

Die Dessertcreme ist zwar durch die Sahne und die sehr fett- und staerkehaltigen Maronen schon recht gehaltvoll, wer aber nicht auf Kalorien achten muss, kann zur Dekoration zusätzlich noch etwas steif geschlagene Sahne darauf spritzen oder sie dazu reichen.

Gaensebraten steht im Mittelpunkt des traditionellen Weihnachtssessens: - Oransalat - Petersilienwurzelsuppe mit Kartoffeln - Gebratene Gans mit Rotkohl und Kartoffelkloessen - Maronencreme

Mengenangabe: 6 Personen

Zubereitung 30 Minuten

3.7 Quarkklößchen in Aprikosensauce

250 g Speisequark, (Magerstufe)
1 Ei,
30 g Zucker,
1 Pr. Salz,
1/2 Pkg. Orangeback,

30 g Grieß,
30 g Mehl,
50 g Amarettini,
(italienische Mandelkekse)
40 g Butter,

Für die Sauce:

125 g Gourmet Frühstück Aprikose,
4 El. Limettensaft,
12 cl Aprikosenbrandy,
2 Eigelb,

30 g Zucker,
einige Aprikosenspalten
(aus der Dose)

1) Ei trennen. Quark, Zucker, Salz, Orangeback, Griess, Mehl und Eigelb verruehren. Eiweiss steif schlagen und unterziehen. Mit zwei Tl kleine Kloesschen abstechen und in siedendem Wasser ca. 8 Minuten gar ziehen lassen. Herausheben und etwas abkuehlen lassen.

2) Amarettini zerbroeseln und auf einen flachen Teller geben. Quarkkloesse vorsichtig darin waelzen. Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Quarkkloesschen darin schwenken.

3) Fuer die Sauce Fruehstuecksaufstrich, 4 cl Brandy und Limettensaft verruehren. Eigelbe und Zucker mit dem restlichen Brandy in eine Metallschuessel geben und im heissen Wasserbad (nicht kochend) schlagen, bis die Masse dicklich wird. Dann auf vier Dessertteller verteilen. Aprikosen-Likoer-Mischung in den Saucenschaum geben und mit einer Gabel durchziehen. Quarkkloesschen darauf verteilen. Restliche Amarettinibroesel und Aprikosenspalten darum herum verteilen. Dazu einen Moevenpick Cafe servieren.

Astrologischer Gourmet-Tip Skorpion: Der typische Skorpion ist und isst leidenschaftlich. Er stellt in allen Lebensbereichen die hoechsten Anforderungen an sich. Er will Topleistungen zeigen. Da kommen ihm die Quarkkloesschen gerade recht, hier kann er zeigen, was er in der Kueche vollbringen kann: Die aufwendig anmutende, marmorierte Aprikosen-Brandy-Creme wird ihm in jedem Fall Bewunderung von seinen Gaesten bringen.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 45 Minuten

3.8 Schwarzwaldbecher

500 g Speisequark, (Magerstufe)
 1 Glas Sauerkirschen, (720 ml)
 1 Pkg. Kirschwasser-Back, (8 ml)
 1 Pkg. Vanillinzucker,

1/2 Tl. gemahlener Zimt,
 1 Dos. Sahne, (200 g)
 75 g Zucker,
 30 g Zartbitterschokolade,

1) Kirschen abtropfen lassen. Mit Kirschwasser-Back, Vanillinzucker und Zimt vermengen, ziehen lassen. Sahne steif schlagen. Quark mit Zucker verruehren, Sahne unterheben. Von der Schokolade mit einem Sparschaeler Spaene abziehen. Quark und Kirschen abwechselnd in 4 Glaeser schichten, mit Schokoladenspaene verzieren.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 25 Minuten

4 Eintöpfe, Aufläufe, Gratins

4.1 Blumenkohl-Brokkoli-Gratin

150 g Schweinefilet,	1/4 Blumenkohl, (ca. 300 g)
1 El. Olivenöl,	250 g Brokkoli,
Salz,	1 Tüte Fix für Brokkoli-Gratin,
Pfeffer aus der Mühle,	(40 g)
50 g Pfifferlinge, (aus der Dose)	30 g Edamer-Käse,

1) Schweinefilet in heissem Olivenöl unter Wenden kraeftig anbraten. Dabei mit Salz und Pfeffer wuerzen. Pfifferlinge in einem Sieb gut abtropfen lassen.

2) Blumenkohl und Brokkoli putzen und in Roeschen schneiden. Blumenkohl ca. 5 Minuten in kochendem Salzwasser garen. Fleisch aus der Pfanne nehmen. Pilze mit Bratfett schwenken. Gemuese abgiessen und gut abtropfen lassen.

3) Fuer die Sauce Beutelinhalt in 1/4 l lauwarmes Wasser einruehren und unter Ruehren aufkochen lassen. Bei schwacher Hitze 1 Minute koecheln lassen. Kaese reiben. Fleisch in Scheiben schneiden.

4) Kohlroesen und Fleischscheiben ringfoermig in eine gefettete Gratinform legen. Pfifferlinge darauf verteilen. Sauce angiessen, geriebenen Kaese darueber streuen und im vorgeheizten Backofen(E-Herd 200°C Gasherd Stufe 3) ca. 15 Minuten goldbraun ueberbacken.

Als Getraenk dazu passt ein halbtrockener Weissherbst sehr gut.

Mengenangabe: 2 Personen

Zubereitung 40 Minuten

4.2 Bunter Gemüse Eintopf

500 g Schweineschnitzel,	1 l Brühe, klare (Instant)
1 Bd. Suppengrün,	1 El. Tomatenmark,
1 El. Olivenöl,	100 g Suppennudeln, kleine (z.B.
Salz,	Muscheln)
Pfeffer, frisch gemahlener weißer	1/2 Pkg. Tk-Erbesen,
aus der Mühle,	1/2 Bd. Petersilie,

1) Suppengruen putzen und waschen, in kleine Wuerfel schneiden. Fleisch waschen, trockentupfen und fein wuerfeln.

2) Olivenöl erhitzen, Fleisch darin anbraten und herausnehmen. Suppengruen im Bratfett

anduensten, mit Salz und Pfeffer wuerzen. Bruehe und Tomatenmark zugeben und alles zum Kochen bringen. Zugedeckt ca.30 Minuten bei mittlerer Hitze kochen lassen.

3) Nudeln und Erbsen ca.7 Minuten vor Ende der Garzeit zufuegen. Fleisch wieder zugeben und alles erhitzen.

4) Petersilie waschen und fein hacken. Suppe nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Petersilie darueberstreuen.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 30 Minuten

4.3 Erbsensuppe mit Croutons

500 g Erbsen, , getrocknete grüne
2 Zwiebeln,
1 kg Kasseler-Nacken,
3 El. Gemüsebrühe,
250 g Möhren,
Knollensellerie, und
Kartoffeln,
4 Scheib. Toastbrot,

1 El. Butter oder Margarine,
Salz,
Edelsüss-Paprika,
weißer Pfeffer aus der Mühle,
5 El. Röstzwiebeln, fertige, evtl.
mehr
Petersilie, etwas

1) Zwiebel schaelen und hacken. Fleisch waschen. Zwiebeln im heissen Olivenoel anduensten. Fleisch und Erbsen zugeben. 2 l Wasser zugiessen. Aufkochen, Bruehe einruehren. Ca 1 1/4 Stunden koecheln lassen. 2) Gemuese und Kartoffeln schaelen, waschen und wuerfeln. Nach ca. 30 Minuten zu den Erbsen geben und weitergaren. 3) Brot wuerfeln. Im heissen Fett unter Wenden goldbraun braten. Mit Salz und Paprika wuerzen. 4) Fleisch herausnehmen und vom Knochen loesen. In Wuerfel schneiden und wieder zufuegen. Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Croutons, Roestzwiebel und Petersilie bestreuen.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 60 Minuten

4.4 Hack-Kartoffel-Auflauf

750 g Hackfleisch, gemischtes
1 Brötchen vom Vortag,
2 Zwiebeln,
1 Knoblauchzehe,
1 Ei,
Salz,

3 Kartoffeln,
1 El. Olivenöl,
Pfeffer aus der Mühle,
1 El. Butter oder Margarine,
6 Tomaten,
1 1/2 El. Tomatenmark,

2 Zucchini,
Cayennepfeffer,

nach Belieben Basilikum zum
Garnieren,

1) Broetchen einweichen. Zwiebeln und den Knoblauch schälen und hacken. Die Hälfte der Zwiebeln mit Hackfleisch, Knoblauch, dem Ei und aus gedrücktem Broetchen verkneten. Mit Salz und Cayennepfeffer würzen.

2) Zucchini putzen, waschen und in Scheiben schneiden. Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben hobeln.

3) Eine Auflaufform mit 1 Tl Olivenöl ausstreichen. Hackmasse hinein füllen. Zucchini und Kartoffeln auf das Hack schichten. Jede Schicht mit Salz und Pfeffer würzen. Fett schmelzen und Gemüse damit einstreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 200°C 35-40 Minuten garen.

4) Inzwischen die Tomaten waschen, putzen und würfeln. Restliches Olivenöl in einem breiten Topf erhitzen, übrige Zwiebeln darin glasig dünsten. Tomaten, Tomatenmark, Salz und Pfeffer zufügen. Bei mittlerer Hitze zugedeckt ca. 10 Minuten garen. Anschließend offen etwa 10 Minuten einkochen lassen. Hack-Auflauf mit der Tomatensosse servieren und nach Belieben mit Basilikum garnieren.

Extra Tip; Statt des Broetchens können Sie auch 3 El Paniermehl für das Hack nehmen. Der Auflauf bekommt eine schöne Kruste, wenn Sie ihn nach etwa 20 Minuten Backzeit mit 100 g geriebenem Goudakaese bestreuen.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 30 Minuten

4.5 Würziger Bohnentopf

150 g getrocknete rote, weiße, und
schwarze Bohnen,
100 g Zwiebeln,
200 g Speck, geräucherter
durchwachsener
2 Knoblauchzehen,
1 kg Rindfleisch, (z. B. aus dem
Bug)

2 Dos. Tomaten, (à 850 ml)
Salz,
2 Pfefferschoten,
3 Lorbeerblätter,
1 Tl. Kräuter der Provence,
getrocknete
750 g Knoblauchwurst,

1) Die Bohnen über Nacht in reichlich Wasser einweichen. Speck in Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und hacken. Fleisch waschen und würfeln. Bohnen abspülen.

2) Speck in einem Topf knusprig auslassen. Zwiebeln und Knoblauch im Speck- fett andünsten. Rindfleisch darin portionsweise anbraten und Bohnen zufügen. Mit 1 l Wasser und Tomaten mit Saft ablösen. Tomaten etwas zerdrücken. Salz, Pfefferschoten, Lorbeerblätter und getrocknete Kräuter zufügen. Den Eintopf ca. 1 1/2 Stunden kochen

lassen. Entstehenden Schaum gelegentlich abschöpfen.

3) Knoblauchwurst in Scheiben schneiden und zum Eintopf geben. Bohnen- Eintopf mit Salz evtl. nochmals abschmecken. Dazu schmeckt frisches Fladenbrot.

Tip; Eintopf der zu duennfluessig ist, laesst sich retten, indem man Kartoffelpuerree-Pulver zufuegt. Es dickt an und beeinflusst den Geschmack nicht.

Mengenangabe: 10 Personen

Zubereitung 2 1/4 Stunden

5 Fischgerichte, Meeresfrüchte

5.1 Fischfilet mit Kräuter Hollandaise

600 g Seelachsfilet,	1 Pkg. Hollandaise, (für
1 Zitrone, Saft von	1/4 l Flüssigkeit)
2 Zucchini, (a 200 g)	50 g Butter,
Salz,	1 Pkg. tiefgefrorene 8-Kräuter,
weißer Pfeffer aus der Mühle,	

1) Fisch waschen, in 4 Portionen teilen und mit Zitronensaft betraufeln. 2) Zucchini putzen und in duenne Scheiben hobeln. Kurz in kochendem Salzwasser blanchieren und abtropfen lassen. Fischfilet ebenfalls in kochendes Salzwasser geben und in ca. 8 Minuten gar ziehen lassen. 3) 1/4 l Wasser mit dem Hollandaise-Pulver verruehren und unter Ruehren aufkochen lassen. Butter in Floeckchen einruehren und die Kraeuter zu- fuegen. Eventuell mit Salz und Pfeffer abschmecken. 4) Zucchini in eine ofenfeste Form geben, mit Pfeffer wuerzen. Abtropfen Fisch darauf legen. Mit der Kraeuter-Hollandaise ueberziehen und kurz unter dem heissen Grill des Backofens ueberbacken.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 35 Minuten

5.2 Gebratene Scholle mit Pfeffergemüse

1/2 klein. Sellerieknolle,	1 Bd. Lauchzwiebeln,
4 küchenfertige Schollen,	1 grüne Chilischote,
Salz,	100 g gewürfelter Bauchspeck,
weißer Pfeffer aus der Mühle, ,	100 g Butterschmalz,
2 Möhren,	1 Zitrone,

1) Schollen unter fliessend kaltem Wasser ausspuelen, mit Kuechenkrepp trockentupfen, salzen und pfeffern.
 2) Gemuese putzen, in feine duenne Streifen schneiden. Chilischote laengs aufschlitzen, die Kerne entfernen und die Schote gut auswaschen. In Streifen schneiden und feinwuerfeln.
 3) Speck in 1 El Butterschmalz anbraten. Gemuese zufuegen, mit 2 El Wasser abloeschen und bei geschlossenem Deckel fuenf Minuten duensten.
 4) Restliches Butterschmalz auf zwei grosse Pfannen verteilen, erhitzen, die Scholle mit der hellen Seite einlegen, zwei Minuten anbraten, dann die Fische umdrehen, Hitze herunterschalten, fuenf bis Sieben Minuten braten.

5) Mit Gemüse und Zitronenschnitzen anrichten. Dazu schmeckt ein Mayonnaise-Kartoffelsalat und ein gemischter Blattsalat.

Tip: Die richtige Pfanne ist wichtig. Es gibt extra breite beschichtete Fischpfannen, aber nur ideal für Kochfelder mit ovaler Kochstelle. Ansonsten sind beschichtete Pfannen gut und solche aus Edelstahl. Immer reichlich Fett (Öl, Butterschmalz, Pflanzenfett) einsetzen dann klebt nichts am Pfannenboden fest.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 55 Minuten

5.3 Gefüllte Schollenfilets

500 g Flaschentomaten,
4 gross. fleischige Schollen,
1 Glas Pesto, (Ital. Sauce)
Salz,
weißer Pfeffer aus der Mühle.
1 Bd. Suppengrün,
2 Schalotten,
0. 1 l Fischfond,
0. 1 l Weißwein,
2 Stängel Dill,
2 Stängel glatte Petersilie,
1 Lorbeerblatt,
5 weiße Pfefferkörner,
1 El. Butter,
1) Schollen filetieren, die
Filets mit etwas Pesto
einstreichen, ausrollen, mit
Spicknadeln oder Hölzchen
befestigen, rundherum leicht
pfeffern und salzen. Kühl stellen.
2) Tomaten mit kochendem Wasser
überbrühen, kurz ziehen lassen,
dann
häuten, Früchte halbieren und
entkernen, Fruchtfleisch
kleinwürfeln.
3) Suppengrün und Schalotten
putzen, kleinschneiden, zusammen
mit Wein

aufkochen. Dill, Petersilie,
Lorbeer und Pfefferkörner zufügen,
bei
milder Hitze zehn Minuten köcheln.
Fischröllchen einlegen, zugedeckt
fünf bis 7 Minuten gar ziehen
lassen.

4) Butter erhitzen. Tomatenwürfel
zwei Minuten darin schwenken. Mit
Pfeffer und Salz würzen.
Fischröllchen auf den Tomaten
anrichten. Dazu
schmecken breite Bandnudeln oder
neue kleine Pellkartoffeln.

Tip:
Wer gerne mehr Sauce mag den
Fischsud durch ein Sieb geben, auf
die
Hälfte einkochen lassen, mit Creme
fraîche oder Schmand verfeinern,
mit
Zitronensaft und einen Schuß
Pernod (nur für Erwachsene)
abrunden.

Andere Geschmacksvariante für die
Sauce extra feine Kapern und ganz
luxuriös, Forellen oder
Lachskaviar,

Mengenangabe: 4 Personen**Zubereitung** 75 Minuten**5.4 Kabeljau auf Gemüsebett**

150 g Zwiebeln,
 2 St. Kabeljaufilet, (a 400 g)
 Zitronensaft zum Beträufeln,
 200 g Tomaten,
 1 -2 Knoblauchzehen,
 2 El. Olivenöl,
 30 g grüne Oliven,
 30 g schwarze Oliven,
 Salz,

Pfeffer aus der Mühle,
 1/8 l Gemüsebrühe, (Instant)
 2 Lorbeerblätter,
 1/2 Bd. Petersilie,
 1/2 Bd. Thymian,
 1 Stiel Salbei,
 1 Stiel Rosmarin,
 3 El. Paniermehl,
 1 El. Butter oder Margarine,

- 1) Fisch waschen und trockentupfen. Mit Zitronensaft beträufeln, etwas ziehen lassen.
 - 2) In der Zwischenzeit Zwiebeln halbieren und in Streifen schneiden. Tomaten waschen und in grosse Stücke schneiden, dabei den Stielansatz entfernen. Knoblauch durch eine Knoblauchpresse drücken oder sehr fein hacken.
 - 3) Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin unter Rühren goldgelb dünsten. Tomaten und Oliven untermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Brühe und Lorbeer zufügen und aufkochen lassen.
 - 4) Kräuter hacken. Fisch mit Salz würzen. Kräuter und Paniermehl mischen und auf die zwei Filets verteilen. Vorgedünstetes Gemüse in eine ofenfeste Form füllen. Fischfilets versetzt darauf legen. Fett in Flöckchen darauf verteilen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd 200°C Gasherd Stufe 3) 20-25 Minuten garen.
- Dazu schmeckt knuspriges Meterbrot. Als Getränk passt ein fruchtiger Weisswein.

Mengenangabe: 4 Personen**Zubereitung** 60 Minuten**5.5 Kabeljau mit Spargel****Für den Weinschaum:**

200 ml halbtrockener Riesling,
 4 mittelgroße Schalotten, (100 g)

40 g Butter,
 300 ml Sahne,

Für den Spargel:

1000 g grüner Spargel,
 1 naturbelassene Zitrone,

Salz,
 Zucker,

1 El. Butter,

Für den Fisch:

4 Scheib. Kabeljaufilet, (a 200 g)

Salz,

2 El. Mehl,

Außerdem:

40 g Butter,

Salz,

weißer Pfeffer aus der Mühle,

2 El. Rapsöl,

weißer Pfeffer aus der Mühle,

1/2 halbes Bund Dill,

1) Für den Weinschaum die Schalotten schälen, vierteln und feinhacken. Die Butter in einem mittelgrossen Topf erhitzen, Schalotten hinzufügen und zugedeckt fünf Minuten dünsteten. Riesling dazugeben und auf etwa ein Drittel einkochen. Dann die Sahne in den Topf gießen und alles über kleiner Hitze um die Hälfte reduzieren.

2) Unterdessen die Spargelstangen putzen, am unteren Ende etwa einen Zentimeter abschneiden, die untere Stangenhälfte schälen. Zitrone unter heissem Wasser abbürsten und vierteln. Etwa eineinhalb Liter Wasser in einer nicht zu kleinen Kasserolle zum Kochen bringen, Spargelstangen vorsichtig einlegen, Zitronenviertel, die Butter eine Prise Salz und Zucker hinzufügen. Spargelstangen in zehn bis 15 Minuten nicht zu weich dünsteten. Herausnehmen, gut abtropfen lassen und zugedeckt warm stellen, Spargelsud zurückbehalten.

3) Kabeljaufilets salzen und pfeffern, mit Mehl bestäuben. Rapsöl in beschichteter Pfanne erhitzen, die Filets einlegen und in 10 bis 15 Minuten gar braten, dabei einige Male vorsichtig wenden. In der Zwischenzeit 100 ml Spargelsud zur reduzierten Weinschaumsosse gießen, zwei bis drei Minuten durchkochen, dann mit dem Mixstab glattrühren und anschliessend die kalte Butter mit dem Schneebesen fleckchenweise darunterschlagen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

4) Dill kurz unter kaltem Wasser abbrausen, gut abtropfen lassen und im Küchentuch trocken schleudern, die Zweige von den Stengeln zupfen. Spargelstangen auf vier vorgewärmten Tellern anrichten, Weinschaumsosse noch einmal kurz mit Mixstab oder Schneebesen aufschlagen und darüberziehen. Je ein Kabeljaufilet daraufsetzen, mit Dill garnieren.

Tip: An Stelle von Kabeljau eignet sich für dieses Gericht auch ein anderer See- oder Süßwasserfisch, zum Beispiel Rotbarsch, weißer Heil- oder Steinbutt, Lachsforelle oder Zander.

Knusprige Beilage zum zarten Fisch und knackigen Spargel: Rösti Medallions oder Kartoffelkroketten.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 45 Minuten

5.6 Pikanter Heringstopf

8 Matjesfilets,

Essig,

1 Glas Bismarck-Heringe, (520 ml)	Salz,
1 Glas rote Bete in Scheiben, (720 ml)	weißer Pfeffer aus der Mühle,
1 Glas Gewürzgurken, (370 ml)	4 El. Olivenöl, evtl. mehr
3 Zwiebeln,	4 Eier, evtl. mehr
4 El. Weißwein,	8 Scheib. Schwarzbrot, evtl. mehr
	150 g saure Sahne,

- 1) Matjes abspülen, trockentupfen, Heringe, rote Bete und Gurken abtropfen lassen. Zwiebeln schälen. Alles kleinschneiden.
- 2) Essig mit etwas Salz, Pfeffer und Olivenöl verrühren. Mit den vorbereiteten Zutaten mischen und ca. 30 Minuten ziehen lassen.
- 3) Eier hart kochen. Abschrecken, schälen, in Spalten schneiden. Unter den Heringstopf heben, abschmecken. Mit Schwarzbrot und saurer Sahne anrichten.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 30 Minuten

5.7 Zander im Salzmantel mit Petersilie

750 g Mehl	3/8 l Wasser,
1 Zander, (1,3-1,5 kg, küchenfertig)	Schale einer Zitrone,
750 g Meersalz, grobes	1 El. geschroteter schwarzer Pfeffer,
Für die Sauce:	
125 g Creme fraîche,	20 g Butter,
Salz,	3 Bd. glatte Petersilie,
schwarzer Pfeffer aus der Mühle,	0.1 l trockener Weißwein,
3 Petersilienwurzeln,	1/4 l Fischfond, (aus dem Glas)
2 Schalotten,	

- 1) Backofen auf 220°C vorheizen. Gas: Stufe 4-5.
- 2) Fisch unter fließend kaltem Wasser ausspülen, trockentupfen.
- 3) Mehl, Salz, Wasser, Zitronenschale und Pfeffer zu einem Teig verkneten. 5 cm dick ausrollen, den Fisch darauflegen, mit dem Salzteig gut verschließen und mit Teigresten dekorieren. 30 Minuten auf mittlerer Schiene garen.
- 4) Petersilienwurzeln schälen, Schalotten abziehen, alles kleinschneiden.
- 5) Butter erhitzen, Gemüse darin anduensten, mit Wein abloeschen und acht Minuten koecheln.
- 6) Petersilie waschen, trockenschwenken. mit den Stielen grob hacken, hinzufügen, mit Fond auffüllen, fünf Minuten koecheln, Anschliessend im Mixer sehr fein puerieren.
- 7) Wieder erhitzen, Creme fraiche unterrühren, abschmecken.

8) Salzkruste aufbrechen, den sie ist nicht geniessbar, den Zander filetieren, mit Zitronenschnitzen und der Sauce servieren.

Tip: Hierzu schmecken neue Kartoffeln, Gurken oder Tomatensalat.

Frischesiegel: Ganze Fische: Augen sind glänzend und leicht nach aussen gewölbt. Die Kiemen sind dunkelrot, die Flossen feucht. Fische im Anschnitt: Schnittfläche soll perlmuttartig schimmern. Die Haut muss überall glänzen. Die Schuppen sitzen fest. Fischfilet: festes, transparent schimmerndes Fleisch. Glanzloser Fisch ist immer alt. Frischer Fisch riecht höchstens nach Meer oder sauberem Flusswasser.

Garen im Salzmantel: ideale Zubereitung für das zarte, weisse Zanderfleisch. Wichtig: das richtige Salz. Verwenden Sie nur grobes Meersalz. Es bindet nicht nur die Aromen des Fisches. Es gibt zudem seinen eigenen Meeresduft und die in ihm enthaltenen Mineralstoffe und Spurenelemente an das Fischfleisch ab. Haushaltssalz würde den Fisch versalzen.

Extra Tip: Für die Salzmantel-Methode eignen sich ganze, dekorative Fische mit festem Fleisch am besten, wie Lachs und Lachsforelle, Rotbarsch, Meerbarben und Dorade. Die sind allein optisch schon ein Genuss.

Seit Urzeiten gart man zarten Fisch und mürbes Fleisch in schützender Hülle, sei sie aus Lehm, Pergament oder Folie. Der Salzmantel ist die raffinierteste. Der Fisch bleibt fest und saftig, und das Jod vom Meersalz erhöht das Aroma.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 50 Minuten

5.8 Zucchini Gemüse mit Garnelen

Für die Garnelen:

400 g rohe Garnelenschwänze,
2 El. Olivenöl,

1 klein. Zweig Rosmarin,
1 Knoblauchzehe,

Für das Zucchini Gemüse:

500 g kleine Zucchini,
2 Tomaten, (150 g)
1 Möhre, (150 g)
2 Schalotten, (50 g)
3 El. Olivenöl,

20 kleine, schwarze Oliven,
Salz,
weißer Pfeffer aus der Mühle,
1 El. Zitronensaft, evtl. mehr
1 El. gehackte Petersilie,

Außerdem:

1 Ciabata Weißbrot, (250 g)
50 g Krebs- oder Kräuterbutter,

2 El. kleine Kapern,

Pikant gewürzte Würfel von Tomaten, knackige Möhren und mildaromatische Oliven: leichter Lunch im Handumdrehen.

Delikater Mix auf Italienischer Art: Gabelbissen und Krabben.

1) Für die Garnelen den Rosmarinzweig mit kaltem Wasser abbrausen, abtropfen lassen und trockentupfen. Knoblauchzehe schälen und hacken. Garnelenschwänze unter fließ-

sendem Wasser kurz waschen und trockentupfen. Die zwei El Olivenöl in beschichteter Pfanne nicht zu stark erhitzen, Rosmarin und Knoblauch hinzugeben und unter öfterem Wenden in fünf bis acht Minuten braten. Herausnehmen, zugedeckt warm stellen, Rosmarinzwig und Knoblauch entfernen.

2) Für das Gemüse die Zucchini putzen, waschen, und der Länge nach in Scheiben hobeln. Eineinhalb Liter Wasser aufkochen, Zuchinischeiben einlegen und eine Minute sieden. Herausnehmen und gut abtropfen lassen. Wasser nochmals aufkochen, Tomaten kurz eintauchen, Herausnehmen, Haut auf der dem Blütenansatz entgegengesetzter Seite kreuzweise einritzen und abziehen. Tomaten vierteln, Stielansatz und Kerne entfernen, Fruchtfleisch kleinschneiden.

3) Möhre und Schalotten schälen, kleinwürfeln. Die drei El Olivenöl in die Pfanne gießen, nicht zu stark erhitzen. Möhre und Schalotten dazugeben, fünf Minuten dünsten. Unterdessen Garnelenschwänze schälen, vom schwarzen Darmfaden befreien. Mit Zuchinistreifen, Tomatenwürfeln und Oliven in die Pfanne geben, einmal durchschwenken, salzen und pfeffern. Zitronensaft und Petersilie hinzufügen zehn Minuten ziehen lassen.

4) In der Zwischenzeit Ofen auf 150°C vorheizen. Ciabata zu Scheiben schneiden, mit Krebs oder Kräuterbutter bestreichen und mit Kapern belegen. Im Ofen aufbacken, bis die Butter zerlaufen ist, zum Garnelen-Ragout servieren.

Tip:

Als Beilage zum Ragout schmeckt ein Risotto, mit Basilikum, Oregano und einem Schuss Weisswein würzig-pikant abgeschmeckt.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 60 Minuten

6 Fleischgerichte, Innereien

6.1 Bratwürstchen zu Blumenkohl

250 g Blumenkohl,
3 Bratwürstchen,
2 Möhren, (ca. 150 g) Salz,
1 Tl. Olivenöl,
1/8 l Milch,
1 Pkg. Kartoffelpüree, (für 1-2

Portionen)
Muskatnuss, geriebene
1/2 Pkg. feine helle Sauce,
Holländische Art,
für 1/4 l Flüssigkeit,
1 Stiele Petersilie, evtl. mehr

1) Möhren schälen, waschen und in Scheiben schneiden. Blumenkohl putzen, waschen und in kleine Röschen teilen. Kohl und Möhren in knapp 200 ml kochendem Salzwasser zugedeckt 8-10 Minuten garen. 2) Olivenöl in einer kleinen Pfanne erhitzen. Würstchen darin bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten unter öfterem Wenden abschmecken. 3) 1/8 l Wasser und Milch aufkochen. vom Herd nehmen, Püree einrühren. Mit etwas Salz und Muskatnuss abschmecken. 4) Gemüse abtropfen lassen, Garwasser dabei auffangen. 1/8 l davon abmessen. Gemüsesewasser in einen Topf geben. Saucenpulver einrühren, unter Rühren aufkochen. Gemüse zufügen. 5) Petersilie waschen und fein hacken. Blumenkohlgemüse, Püree und Bratwürstchen anrichten. Mit Petersilie bestreuen.

Getränk; kühles Bier oder Apfelsaft Schorle

Extra - Tip Praktisch für den Single, Kartoffelpüree gibts auch in kleinen Beuteln für 1-2 Personen.

Mengenangabe: 1 Person

6.2 Chicoree mit Kalbsleber

700 g Kalbsleber,
Salz,
Pfeffer aus der Mühle,
3 Zwiebeln,
1 Töpfchen Rosmarin, (ersatzweise-
1 Tl. getrockneten Rosmarin)

60 g Butter oder Margarine,
3 El. Zitronensaft,
4 Kolben Chicoree, (ca. 190 g)
600 ml Gemüsebrühe, (Instant)
Zitronenspalten zum Garnieren,

1) Chicoree putzen, waschen, trockentupfen und halbieren. Rosmarin waschen, trocken-schütteln und bis auf etwas zum Garnieren, hacken Zwiebeln schälen, halbieren und in Halbringe schneiden. Die Kalbsleber waschen, trockentupfen und in Streifen schneiden. Fett in einer Pfanne erhitzen. Leber unter Wenden goldbraun braten. Zum Schluss die

Zwiebeln zufuegen und mitbraten. Leber mit Salz und Pfeffer wuerzen. Herausnehmen und warm stellen. Chicoreehaelften im heissen Bratfett kurz anbraten. Rosmarin und Zitronensaft zufuegen. Mit der Bruehe abloeschen. Zugedeckt ca. 5 Minuten schmoren. Chicoree und Leber anrichten und mit Rosmarin sowie Zitronen- spalten garnieren. Dazu schmeckt Kartoffelpueree.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 25 Minuten

6.3 Feines Schnitzelcurry mit Ananas

200 g Kokosraspel,	1 El. Mehl, (ca. 20 g)
800 g Schweineschnitzel im Stück,	250 g Reis,
2 Zwiebeln,	1 Dos. Ananasringe,
2 El. Butterschmalz, (30 g)	1 gross. rote Paprika,
Salz,	1/2 Bd. Lauchzwiebeln,
weißer Pfeffer aus der Mühle,	evtl. mehr
3 Tl. Curry, evtl. mehr	1/2 Tl. Sambal Oelek,

1) Kokosraspel mit 600-700 ml kochendem Wasser uebergiessen und ca. 30 Minuten ziehen lassen. Raspel auspressen und die Fluessigkeit dabei auffangen(ergibt etwa 500 ml Kokosmilch). 2) Fleisch mundgerecht wuerfeln. Zwiebeln schaelen und grob wuerfeln. Butterschmalz erhitzen. Fleisch darin portionsweise anbraten. Zwiebeln kurz mitbraeunen. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Curry und Mehl daruebertraeufeln, kurz anschwitzen. Unter Ruehren mit Kokosmilch abloeschen, aufkochen. Alles zugedeckt ca. 35 Minuten schmoren. 3) Reis in kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten garen. Ananas abtropfen lassen und Saft auffangen. Ananas in Stuecke schneiden. Paprika und Lauchzwiebeln putzen, waschen und in Stuecke schneiden. 4) Gesamtes Gemuese, Ananas und 3-5 El Ananassaft ca. 10 Minuten vor Ende der Garzeit zum Fleisch geben und mitgaren. Mit Salz und Sambal Oelek pikant abschmecken. 5) Reis abtropfen lassen und evtl. mit dem Fleisch auf einer vorgewaermten Platte oder beides separat in Schuesseln anrichten.

Getraenk; kuehles Bier.

Als Menue der Woche - Salat mit Schinken und Croutons - Feines Schnitzelcurry mit Ananas - Joghurt - Becher mit Grapefruit

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 1 1/4 Stunden

6.4 Gefülltes Filet in Weinsauce

2 Stiele frischer oder	Zwiebeln,
------------------------	-----------

1/2 Tl. getrockneter
Thymian,
80 g Ricotta, oder Schafskäse,
1 El. Butter oder Margarine,
1 Pkg. TK Zwiebel mit Knoblauch,
2 Schweinefilets, (ca. 600 g)
Salz,
weißer Pfeffer aus der Mühle,
200 g Schalotten oder kleine

1/2 Zitrone, unbehandelte
4 El. Olivenöl,
100 g Feldsalat,
1 Kopf Radicchio,
Friséesalat, evtl. etwas
1/2 Orange,
5 El. Weißwein,
1 Tl. Brühe, klare (Instant)
Küchengarn,

1) Thymian waschen und hacken. Ricotta zerbroeckeln. Fett erhitzen. Zwiebel-Knoblauch-Mischung und Thymian darin kurz anduensten. Herausnehmen, mit Ricotta mischen. 2) Fleisch waschen trockentupfen und laengs eine Tasche einschneiden. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Kaesefuellung in die Filets streichen und mit Kuechengarn umwickeln. 3) Schalotten schaelen. Zitrone waschen, abtupfen, in Scheiben schneiden. 2 El Olivenoel erhitzen. Filets darin rundherum anbraten und bei schwacher Hitze ca. 12 Minuten weiterbraten. Schalotten, bis auf eine, und Zitrone ca. 5 Minuten mitbraten. 4) In der Zwischenzeit Salat putzen, waschen und abtropfen lassen. Salat in mundgerechte Stuecke zupfen. Orange auspressen. Uebrige Schalotte wuerfeln und mit Orangensaft verruehren. Restliches Olivenoel darunterschlagen. Abschmecken. 5) Filets aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Bratensatz mit 1/8 l Wasser und Wein abloeschen, aufkochen. Bruehe einruehren. 1-2 Minuten koecheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Filets in Scheib en schneiden und mit Salat anrichten. Sauce ueber das gefuellte Filet giessen. Orangen-Marinade extra reichen.

Getraenk; kuehler Weisswein.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 40 Minuten

6.5 Gulasch ungarischer Art

750 g Gulasch, (halb und halb)
500 g Zwiebeln,
3 Paprikaschoten,
(600 g z. B. rot, grün, gelb)
2 El. Olivenöl,
Salz,

weißer Pfeffer aus der Mühle,
2 El. Tomatenmark,
Edelsüss-Paprika,
2 El. Mehl,
250 g Bandnudeln,
1/2 Bd. Petersilie,

1) Gulasch evtl. noch etwas kleiner schneiden und trockentupfen. Zwiebeln schaelen und in Spalten schneiden. Paprika putzen, waschen und in grobe Stuecke schneiden.
2) Olivenoel in einem grossen Topf erhitzen. Fleischwuerfel darin portionsweise unter Wenden kraeftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Zwiebeln zufuegen und ebenfalls kurz

mit anbraten.

3) Gesamtes Fleisch wieder in den Topf geben. Paprikastuecke zufuegen und bei mittlerer Hitze mit anduensten. Tomatenmark zugeben, Edelsuess- Paprika und Mehl darueberstaeuben und kurz mit anschwitzen. Nach und nach mit ca. 3/4 l Wasser abloeschen, aufkochen. Alles zugedeckt 1 1/4 - 1 1/2 Stunden schmoren, oefter umruehren.

4) Inzwischen Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser ca. 10 Minuten garen. Petersilie waschen und die Blaettchen von den Stielen zupfen. Bis auf etwas zum Garnieren hacken.

5) Nudeln abgiessen und abtropfen lassen. Gulasch nochmals mit Salz, Pfeffer und Edelsuess-Paprika wuerzig abschmecken. In einer grossen Schuessel anrichten. Mit Petersilie bestreuen und garnieren. Bandnudeln extra servieren.

Getraenk: roter Landwein oder kuehles Bier.

Tip: Falls gerade im Angebot, koennen Sie anstelle von fertig portioniertem Gulasch auch Schweinenacken im Stueck kaufen. Das Fleisch dann selbst vom Knochen loesen und wuerfeln.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 1 3/4 Stunden

6.6 Hack-Tournedos

750 g Bohnen, grüne	g)
1 Brötchen, (vom Vortag)	2 El. Olivenöl,
3 Zwiebeln,	1 Bd. Petersilie,
500 g Hackfleisch, gemischtes	30 g Butter oder Margarine,
1 Ei,	200 g Schlagsahne,
Salz,	1/4 l klare Brühe, (Instant)
Pfeffer aus der Mühle,	20 g Pfefferkörner, eingelegte
1 Tl. Senf, evtl. mehr	grüne
16 Scheib. Frühlingsspeck, (ca. 80	2 El. Sossenbinder, dunkler

1) Broetchen einweichen. Zwiebeln fein wuerfeln. Die Bohnen und 1-2 mal brechen.

2) Hackfleisch, ausgedruecktes Broetchen, Ei und 1 Zwiebel verkneten, mit Salz, Pfeffer und Senf abschmecken. 8 Frikadellen formen und mit jeweils 2 Scheiben Fruehstuecksspeck umwickeln. Olivenoel in einer Pfanne erhitzen und die Tournedos darin von jeder Seite ca. 4 Minuten braten.

3) Bohnen in wenig kochendem Salzwasser ca. 15 Minuten garen. Petersilie hacken. Fett in einen Topf erhitzen, restliche Zwiebeln darin glasig duensten. Abgetropfte Bohnen und Petersilie darin schwenken.

4) Tournedos aus der Pfanne heben. Bratensatz mit der Sahne und der Bruehe abloeschen. Pfefferkoerner zufuegen, aufkochen und ca. 3 Minuten einkochen. Den Saucenbinder unter Ruehren einstreuen und nochmals Aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Tournedos und Bohnen auf einer Platte anrichten. Sauce ueber die Tournedos geben.

Mengenangabe: 4 Personen**Zubereitung** 50 Minuten**6.7 Hackbraten mit Chili Maiskruste**

750 g Hackfleisch, gemischtes
 1 Brötchen vom Vortag,
 2 Zwiebeln,
 1 Tl. Senf,
 Salz,
 weißer Pfeffer aus der Mühle,
 Edelsüß-Paprika,
 2 Eier,
 Fett fürs Blech,

1 Dos. Maiskörner, (425 g)
 1/2 klein. Chilischote,
 oder Cayennepfeffer,
 1 klein. Weißkohl,
 2 El. Olivenöl,
 1 Tl. Gemüsebrühe, (Instant)
 3 Tomaten,
 Zucker,
 evtl. Oregano zum Garnieren,

1) Brötchen in Wasser einweichen. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Hack, die Hälfte Zwiebeln, ausgedrücktes Brötchen, Senf, Salz, Pfeffer, Paprika und 1 Ei verkneten. Aus der Masse mit angefeuchteten Händen einen Braten formen und auf ein gefettetes Backblech legen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd 175°C/ Umluft 150°C/ Gas Stufe 2) 1 1/4 - 1 1/2 Stunden knusprig braten. 2) Mais abtropfen lassen und grob hacken. Chilischote aufschneiden, entkernen und in feine Ringe schneiden. Mais und 1 Ei verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Edelsüß-Paprika würzen. Chilischote untermischen. 30 Minuten vor Ende der Bratzeit die Mischung gleichmäßig auf den Braten streichen. 3) Kohl putzen, waschen und vierteln, Strunk herausschneiden. Kohl in Stücke schneiden. Olivenöl erhitzen. Rest Zwiebeln darin andünsten. Kohl zufügen, kurz anbraten und mit 1/4 l Wasser ablösen. Aufkochen und Brühe einrühren. Kohl zugedeckt ca. 25 Minuten schmoren. 4) Tomaten putzen, waschen und in Spalten schneiden. 10 Minuten vor Ende der Garzeit zum Kohl geben. Mit Salz, Pfeffer, Paprika und eine Prise Zucker abschmecken. Braten auf dem Kohlgemüse anrichten. Evtl. Mit Oregano garnieren. Dazu passen Salzkartoffeln
 Getränke; Weisswein oder Bier.

Mengenangabe: 4 Personen**Zubereitung** 1 3/4 Stunden**6.8 Hacksteaks mit Möhren-Pürree**

250 g Kartoffeln,
 150 g Möhren,
 Salz,

1 Eigelb,
 1 El. Paniermehl,
 weißer Pfeffer aus der Mühle,

1 klein. Zwiebel,
2 Stiele Petersilie,
1/2 klein. Chilischote, rote
150 g Hackfleisch, gemischtes

Edelsüss-Paprika,
1 Tl. Senfkörner,
1 Tl. Olivenöl,

- 1) Kartoffeln und Moehren schaelen, waschen und wuerfeln. Kartoffeln in Salzwasser ca. 20 Minuten garen. Moehren nach ca. 5 Minuten zufuegen.
 - 2) Zwiebeln schaelen. Eine Haelfte in Ringe schneiden, die andere Haelfte wuerfeln. Petersilie waschen und hacken. Chili entkernen und hacken. Hack, Eigelb, Paniermehl, Zwiebelwuerfel, Petersilie, Chili, Salz, Pfeffer und Paprika verkneten. 2 ovale Hacksteaks daraus formen.
 - 3) Senfkoerner in einer trockenen Pfanne roesten. Herausnehmen. Olivenoel erhitzen. Zwiebelringe darin braten. Herausnehmen.
 - 4) Hacksteaks im Bratfett von jeder Seite 4-5 Minuten braten. Kartoffeln und Moehren abgiessen, Garwasser dabei auffangen. Gemuese grob zerstampfen. 3-4 El Gemuesewasser dabei angiessen. Abschmecken. Mit Hacksteaks anrichten. Zwiebelringe und evtl. Senfkoerner darueberstreuen. Getraenk; kuehles Bier oder Mineralwasser.
- Extra Tip: Hacksteaks lassen sich schoen glatt formen, wenn man die Haende mit Wasser befeuchtet.

Mengenangabe: 1 Person

Zubereitung 30 Minuten

6.9 Hacksteaks mit Möhrenpürree

250 g Kartoffeln,
150 g Möhren,
Salz,
1 klein. Zwiebel,
2 Stiele Petersilie, evtl. mehr
1/2 klein. Chilischote, rote
150 g Hackfleisch, gemischtes

1 Eigelb,
1 El. Paniermehl,
Pfeffer aus der Mühle,
Edelsüss-Paprika,
1 Tl. Senfkörner,
1 Tl. Olivenöl,

- 1) Kartoffeln und Moehren schaelen, waschen und wuerfeln. Kartoffeln in Salzwasser ca. 20 Minuten garen. Moehren nach ca. 20 Minuten zufuegen.
- 2) Zwiebel schaelen. Eine Haelfte in Ringe schneiden, die andere Haelfte wuerfeln. Petersilie waschen und hacken. Chili entkernen und hacken. Hack, Eigelb Paniermehl, Zwiebelwuerfel, Petersilie, Chili, Salz, Pfeffer und Paprika verkneten. 2 ovale Hacksteaks daraus formen.
- 3) Senfkoerner in einer trockenen Pfanne roesten. Herausnehmen. Olivenoel erhitzen. Zwiebelringe darin braten. Herausnehmen.

4) Hacksteaks im Bratfett von jeder Seite 4-5 Minuten braten. Kartoffeln und Moehren abgiessen, Garwasser dabei auffangen. Gemuese grob zerstampfen 3-4 El Gemuesewasser dabei angiessen. Abschmecken. Mit Hacksteaks anrichten. Zwiebelringe und evtl. Senfkoerner darueberstreuen. Getraenke; kuehles Bier oder Mineralwasser.

Extra Tip, Hacksteaks lassen sich schoen glatt formen, wenn man die Haende mit Wasser befeuchtet.

Mengenangabe: 1 Person

Zubereitung 30 Minuten

6.10 Hirschrouladen

100 g Schalotten,	1 Aprikose,
125 g Champignons,	1/4 l Rotwein,
1 Möhre,	450 ml Pilzfond,
2 Stangen Sellerie,	100 g Süße Sahne,
6 Hirschschnitzel, dünne	Salz,
1 Scheib. Speck, dünn	Pfeffer aus der Mühle,
1 Backpflaume,	1 Tl. Balsamico,

Schalotten abziehen, vierteln, Champignons putzen und blaettrig schneiden, 1 Moehre und 2 Stangen Sellerie wuerfeln. 6 duenne Hirschschnitzel salzen und pfeffern, jeweils mit 1 Scheibe duennem Speck, Pilzscheiben und je 1 Backpflaume und Aprikose belegen, aufrollen und zusammenbinden. In Butterschmalz anbraten, Schalotten und Gemuese zufuegen, mit 1/4 l Rotwein und 450 ml Pilzfond aufgiessen und zugedeckt 35-40 Minuten Schmoren. Fond durchsieben, mit 100 g suesser Sahne auffuellen und leicht einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und einigen Tropfen Balsamico abschmecken. Rouladen entgarnen und in der Sauce servieren.

Dazu schmecken geduenstete Birnen, gefuellt mit Preiselbeerkompott und Kartoffelfleckern.

Vom Wild bis Zahm

Je juenger das Wildbret, desto zarter das Fleisch. Beizen, frueher beliebt, ist out. Mit Essig, Buttermilch oder Wein sollte der durchs Abhaengen entstandene Hautgout weitgehend neutralisiert und das Fleisch weicher werden. Heute ist Wildfleisch spaetestens drei Tage nach der Schlachtung geniessbar. Im Handel gibt es Keulen, Ruecken, Schulter und Filet, im Ganzen oder in portionsgerechten Stuecken. Die Kunst der Zubereitung liegt in der exakten Dosierung der Garhitze: Zu viel Hitze macht das Fleisch zaeh. Allerdings sollte Wildfleisch auch nicht rosa, sondern durchgebraten serviert werden.

Uebrigens ist auch Spicken aus der Mode, weil zarte Zellwaende zerstoeert werden und Fleischsaft austritt. Besser den Braten mit fettem Speck umwickeln, kleine Stuecke oefter mit Bratfluessigkeit begiessen.

Mengenangabe: 6 Personen

Zubereitung 50 Minuten

6.11 Italienische Schweinerippchen

2 Knoblauchzehen, evtl. mehr
1 klein. Zweig Rosmarin,
1/2 Bd. Thymian,
1/2 Töpfchen Salbei,
4 El. Olivenöl,
Zitronenpfeffer,
4 Schweinerippen, magere (a ca.
200 g)

1 Paprikaschote, rote
1 Paprikaschote, gelbe
1 Paprikaschote, grüne
1 Gemüsezwiebel,
Salz,
Pfeffer aus der Mühle,
1/4 l Gemüsebrühe, (Instant)
1 Pkg. passierte Tomaten,

1) Knoblauch in Scheiben schneiden. Kraeuter hacken. Olivenoel, Kraeuter und Zitronenpfeffer kraeftig verruehren, mit den Knoblauchscheiben ueber die Rippchen geben und zugedeckt ca. 3 Stunden ziehen lassen.

2) Paprika putzen und in Stuecke schneiden, Gemuesezwiebel in grosse Wuerfel schneiden. Die Rippchen abtropfen lassen. 3) Etwas von dem Marinadoel in einem Braeter erhitzen. Rippchen darin unter Wenden anbraten. Mit Salz wuerzen und herausnehmen.

4) Paprika und Gemuesezwiebel im heissen Bratfett anbraten. Bruehe und passierte Tomaten angiessen. Mit Salz und Pfeffer wuerzen und die Rippchen auf das Gemuese legen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze 30-40 Minuten Schmoren. Ab und zu umruehren. Eventuell etwas Wasser nachgiessen. Alles zusammen auf einer Platte anrichten.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 1 1/2 Stunden

6.12 Kalbskotelett mit Sherrysoße

500 g Champignons,
2 El. Olivenöl,
4 Kalbskoteletts, (a 200 g)
Salz,
Pfeffer aus der Mühle,
8 cl trockener Sherry,

1 Tl. Speisestärke,
1 Bd. Lauchzwiebeln,
1 Möhre,
1 Tl. Zitronensaft,
nach Belieben Minze zum Garnieren,

1) 2 El Olivenoel in einer Pfanne erhitzen. Kalbskoteletts darin von jeder Seite ca. 5 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Koteletts herausnehmen und warm stellen. Bratfond mit Sherry abloeschen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Speisestaerke in wenig Wasser verquirlen, untarruehren, nochmals aufkochen lassen. Champignons und

Lauchzwiebel putzen, waschen und in Ringe schneiden. Moehre schaelen und grob raspeln. 1 El Olivenoel in einer Pfanne erhitzen. Das Gemuese darin ca. 5 Minuten unter Wenden duensten. Mit Zitronensaft Salz und Pfeffer wuerzen. Gemuese, Koteletts und Sosse auf Tellern anrichten. Mit frischer Muenze garnieren.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 35 Minuten

6.13 Kasseler in Brotteig

1/2 Pkg. Backmischung für
Krustenbrot, (500
g)(Roggenmischbrot)
1.2 kg Kasseler-Kotelett,
ausgelöstes
1 Würfel frische Hefe, (42 g)
Mehl für die Arbeitsfläche und das
Backblech,

1 Pkg. TK Balkangemüse, (300 g)
Salz,
500 g Kalbsbratwurst, feine
ungebrühte
2 El. Paniermehl,
4 El. Kürbiskerne,
2 El. Sonnenblumenkerne,
2 El. Sesamsamen,

- 1) Fleisch waschen. Mit Wasser bedeckt ca. 45 Minuten koecheln, anschliessend abkuehlen lassen.
- 2) Hefe in 350 ml warmen Wasser aufoesen. Backmischung zufuegen und mit den Knethacken des Handruehrgeraetes ca. 3 Minuten auf hoechster Stufe durch- kneten. Teig auf bemehlter Flaeche zu einer Kugel formen. Mit einem Tuch abgedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen. 3) Balkangemuese in kochendem Salzwasser ca. 6 Minuten garen. Anschliessend auf ein Sieb giessen und gut abtropfen lassen. Mit Brot und Paniermehl vermengen.
- 4) Teig auf bemehlter Arbeitsflaeche mit je der Haelfte Kuerbis und Sonnenblumenkerne und Sesam verkneten. Dann zu einem Rechteck (ca. 30 X 50 cm) ausrollen.
- 5) Braetmasse daraufstreichen. Fleisch darin einschlagen. Teig mit etwas Wasser einschlagen. Die Teigoberflaeche mit den restlichen Kernen bestreuen. Kasseler auf ein bemehltes Backblech legen und im vorgeheizten Backofen (E- Herd 200°C / Gasherd Stufe 3) ca. 45 Minuten goldbraun backen. Dazu schmeckt Chili und Remouladensauce.

Mengenangabe: 8 Personen

Zubereitung 120 Minuten

6.14 Kasseler mit pikanten Bohnen

160 g Kartoffeln,
150 g Brechbohnen, geputzte

100 g entkernter Apfel,
1 Scheib. Kasselerkotelett,

1 Zwiebel, geschälte
 1/2 Tl. Olivenöl,
 1/2 Tl. Gemüsebrühe,
 (Instant)
 Bohnenkraut, etwas getrocknetes

ausgelöstes (80 g)
 Salz,
 weißer Pfeffer aus der Mühle,
 1 Tl. Salatcreme, leichte
 Edelsüß-Paprika,

1) Kartoffeln waschen und in Wasser ca. 20 Minuten kochen. 2) Bohnen waschen. Zwiebeln wuerfeln. Olivenöl erhitzen. Zwiebel darin glasig duenden. Bohnen zufuegen und kurz mitduenden. Dann mit knapp 100 ml Wasser abloeschen. Auf kochen und Bruehe einruehren. Evtl. Bohnenkraut zufuegen und alles zugedeckt 10 Minuten garen. 3) Apfel in Spalten schneiden. Mit dem Kasseler zufuegen und weitere 5 Minuten garen, Alles, mit Pfeffer und wenig Salz abschmecken. Salatcreme und Paprikapulver verruehren. 4) Kartoffeln abschrecken und die Schale abziehen. Bohnen, Kasseler und Kartoffeln zusammen anrichten, Die Salatcreme als Klecks daraufgeben.

Mengenangabe: 1 Person

Zubereitung 30 Minuten

6.15 Lammkeule mit Kräuterfüllung

1/2 Bd. Thymian,
 1 Lammkeule, (ca. 1, 6 kg)
 (Knochen vom Fleischer herauslösen lassen)
 Salz,
 Pfeffer aus der Mühle,
 2 Knoblauchzehen,
 1 Bd. Petersilie,

2 Bd. Lauchzwiebeln,
 3 mittelgroße Äpfel,
 evtl. einige Baby-Äpfel, (aus der Dose)
 evtl. Zitronenscheiben und Melisse zum Garnieren,
 Küchengarn,

1) Lammkeule waschen und mit Kuechenpapier trockentupfen. Mit Salz und Pfeffer rundherum einreiben.
 2) Knoblauch schaelen und fein hacken. Kraeuter waschen, trockenschuetteln und ebenfalls fein hacken. Kraeuter und Knoblauch mischen und gleichmaessig auf der Innenseite des Fleisches verteilen. Fleisch aufrollen und mit Kuechengarn fest umwickeln.
 3) Lammkeule auf die gefettete Fettpfanne des Backofens legen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd 175°C /Umluft 150°C /Gas; Stufe 2) ca. 2 1/2 Stunden braten. Dabei nach und nach 1/4-3/8 l Wasser angießen.
 4) Inzwischen Lauchzwiebeln putzen, waschen und in grobe Stuecke schneiden. Aepfel waschen, vierteln und die Kerngehaeuse heraus schneiden. Apfelviertel in dickere Spalten schneiden.
 5) Apfelspalten, Lauchzwiebelstuecke und nach Belieben einige Baby- Aepfel ca. 15

Minuten vor Ende der Garzeit zur Lammkeule geben und mit zu Ende garen.

6) Apfel-Zwiebel-Gemuese mit Salz und Pfeffer wuerzig abschmecken. Fleisch herausnehmen und etwas ruhen lassen. Lammkeule und Gemuese auf einer grossen Platte anrichten. Nach Belieben mit Zitronenscheiben und Melisse garnieren. Dazu schmecken Brat oder Roestkartoffeln.

Getraenk: trockener Rotwein, z. B. Cabernet Sauvignon.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 3 Stunden

6.16 Lammkeule mit Kräutern

6 Knoblauchzehen,	2 El. Thymian, getrockneter
1 Lammkeule, (ca. 2 Kg mit Knochen)	2 El. Petersilie, getrocknete
Salz,	glatte
Pfeffer aus der Mühle,	3 El. Olivenöl,
1 Tl. Rosmarin, getrockneter	Pergamentpapier

1) Lammkeule unter fliessend kaltem Wasser abbrausen, trockentupfen. Rundherum salzen und pfeffern.

2) Knoblauch abziehen, in feine Stifte schneiden. Rund um die Keule mit einem spitzen Messer kleine Schnitte anbringen, mit dem Knoblauch spicken. Rosmarin, Thymian, Petersilie und Olivenöl verruehren, die Oberseite der Keule damit einreiben.

3) Die Keule in mehrere Lagen Pergamentpapier einwickeln, auf dem Rost des Backofens bei 175°C - Gas Stufe 3) etwa 1 bis zwei Stunden garen.

4) Die Keule in Scheiben schneiden, mit aufgebackenem Baguette und einem Salat aus 400 g Rucola, 500 g Kirschtomaten, Pfeffer, Salz, 3-4 El Olivenöl und 50 g geroesteten Pinienkernen servieren.

Klassisches fuer's Geburtstagsmahl; Lammkeule im Kraeuter mantel. Es gibt viele Arten der Zubereitung. Wir haben uns fuer die entschieden, die das Fleisch saftig haelte und die Keule in einem Pergamentmantel schonend Schmorte.

Tip: Auf der mit Kraeutern marinierte Fleischoberseite drei bis vier Scheiben Schafskaeese, Appenzeller oder Raclette- Kaeese legen, einpacken und garen.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 1 1/2 Stunde

6.17 Lammkoteletts mit Gemüse

400 g Kartoffeln, festkochende	1 Tl. Olivenöl,
300 g Möhren,	Pfeffer aus der Mühle,

Salz,
300 g Schneidebohnen,
4 Lammkoteletts, (a 90 g)

1 El. Zitronensaft,
Zitronenscheiben,
und Zitronenmelisse, zum Garnieren,

1) Kartoffeln und Moehren schaelen, waschen. Kartoffeln ca. 20 Minuten in kochendem Salzwasser garen. Bohnen putzen, waschen, halbieren. Mit den grob gewuerfelten Moehren in kochendem Salzwasser 12-15 Minuten garen. Lammkoteletts im heissen Olivenoel ca. 5 Minuten von jeder Seite braten. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Koteletts und Kartoffeln auf einer vorgewaermten Platte anrichten. Zitronensaft ins Bratfett ruehren. Das abgegossene Gemuese kurz darin schwenken und mit der Platte anrichten. Mit Zitrone und Zitronenmelisse garnieren.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 35 Minuten

6.18 Lammkoteletts mit Kräutersauce

300 ml Brühe oder Fleischfond,
50 g Schalotten,
2 Knoblauchzehen,
20 g Butter,
50 g Champignons,
100 g Tomaten,
1/2 Bd. glatte Petersilie,
1/2 Bd. Basilikum,

5 Stengel Thymian,
30 g schwarze Oliven,
30 g grüne Oliven, (entsteinte)
8 Lammkoteletts, (a ca. 65 g)
Salz,
schwarzer Pfeffer aus der Mühle,
3 El. Olivenöl,

1) Geschaelte, fein geschnittene Schalotten und Knoblauch in erhitzter Butter anschwitzen, mit Bruehe auffuellen, einkoecheln lassen. Geputzte Champignons in Scheiben, Tomaten ohne Fruchtsatz in Wuerfel schneiden. Kraeuter vom Stengel zupfen, klein hacken. Oliven halbieren, Pilze, Tomaten, Kraeuter und Oliven zum Schalottensud geben, weiterkoecheln lassen. Koteletts mit Salz und Pfeffer wuerzen. Im erhitzten Olivenoel von beiden Seiten 2 bis 3 Minuten anbraten. Herausnehmen, mit der Sosse servieren. Dazu: Kartoffelgratin.

So bleiben Oliven frisch: Oliven im angebrochenen Glas schimmeln nicht so schnell, wenn Sie obenauf 1 Zitronenscheibe legen.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 35 Minuten

6.19 Lammkoteletts mit Kräutersoße

100 g Butter,	1 Stiel Basilikum.
8 Lammkoteletts, (a ca. 80 g)	1/8 l Weißwein,
Salz,	abgeriebene Schale und Saft
Pfeffer aus der Mühle,	von 1/2 unbehandelte
1 klein. Knoblauchzehe,	Zitrone,
1 Bd. Petersilie,	1/8 l Fleischbrühe,
1 Stiel Kerbel,	(Instant)

1) Fettschicht der Koteletts ringsherum einkerben, Fleisch salzen und pfeffern. Die Hälfte der Butter in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch fein hacken und zufügen. Koteletts darin bei mittlerer Hitze von jeder Seite 5 Minuten braten. Herausnehmen.

2) Kräuter hacken. Bratensatz mit Weisswein abloeschen. Kräuter, Zitronenschale und Saft in den kochenden Fond rühren, Brühe zufügen. Circa 10 Minuten einkochen lassen. Restliche Butter mit einem Schneebesen unterschlagen. Sauce über die Koteletts gießen.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 40 Minuten

6.20 Piccata (Kalbsschnitzel)

2 El. Mehl,	Salz,
abgeriebene Schale 1 frischen	weißer Pfeffer aus der Mühle,
unbehandelten Zitrone,	Muskatnuss,
2 geschälte Knoblauchzehen,	1 Tl. Majoran,
4 Stängel glatte Petersilie,	1 El. Olivenöl,
8 klein. Kalbsfilet-Schnitzel, (je	1 El. Butter,
40 g)	

1) Zitronenschale, fein geschnittenen Knoblauch und Petersilie mischen. Schnitzel würzen und in Mehl wenden, im erhitzten Butter-Öl-Gemisch von beiden Seiten insgesamt 4 Minuten goldgelb braten. Die Knoblauch-Petersilien-Mischung etwa 1 Minute mitbraten lassen. Zum Servieren über die Schnitzel verteilen. Dazu: Mit geriebenem Parmesankäse bestreute Tomaten-Spaghetti.

Tomaten Spaghetti

Spaghetti bissfest kochen. 150 g Tomatenwürfel in etwas Butter erhitzen, mit Spaghetti und fein geschnittenem Basilikum mischen.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 25 Minuten

6.21 Schweinefilet zu Kohlröschen

500 g Blumenkohl,
 500 g Broccoli,
 600 g Schweinefilet,
 1 El. Olivenöl, evtl. mehr
 weißer Pfeffer aus der Mühle,
 30 g Butter oder Margarine (+ 1
 EL),
 30 g Mehl,
 1/2 Dos. Schlagsahne, (100
 g)

30 g Goudakäse, geriebener
 1/2 Bd. Basilikum,
 1/2 Bd. Kerbel,
 1/2 Bd. Petersilie,
 2 Stiele Dill,
 2 Tomaten, mittelgroße
 1 El. Paniermehl,
 evtl. frische Kräuter und
 Zitronenscheiben zum Garnieren,

1) Blumenkohl und Broccoli putzen, waschen und in kleine Roeschen teilen. In 3/8 l kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten garen. Abtropfen lassen. Gemuesewasser dabei auffangen und 1/4 l abmessen.

2) Filet waschen, trockentupfen. Olivenöl erhitzen. Filet darin rundherum ca. 5 Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. 10-15 Minuten bei mittlerer Hitze fertigbraten. Zwischendurch ca. 100 ml Wasser angießen.

3) Fuer die Sosse 30 g Fett erhitzen. Mehl darin anschwitzen. Unter Ruehren mit dem Bratenfond, Gemuesewasser und Sahne abloeschen. Kaese zufuegen und darin schmelzen. Unter Ruehren ca. 5 Minuten bei schwacher Hitze koecheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gemuese in der Sosse erwaermen.

4) Kraeuter waschen, trockenschuetteln und sehr fein hacken. Tomaten putzen, waschen vierteln und entkernen. Fruchtfleisch in sehr kleine Wuerfel schneiden. 1 El Fett erhitzen. Paniermehl darin anroesten. Tomaten und Kraeuter zufuegen und mischen. Auf dem Filet verteilen. Evtl. im heissen Backofen oder unter dem Grill kurz gratinieren.

5) Schweinefilet aufschneiden. Mit Kohlröschen und etwas Sosse anrichten. Evtl. Mit frischen Kraeutern und Zitronenscheiben garnieren. Dazu schmecken Salz oder Roestkartoffeln.

Getraenk: kuehler Weisswein

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 45 Minuten

6.22 Stielkotelets mit Tatsik

800 g Kartoffeln, kleine
 6 El. Olivenöl,
 Salz,
 250 g Speisequark, (Magerstufe)
 Pfeffer aus der Mühle,
 2 Dos. Vollmilch Joghurt,

1 Bd. Petersilie,
 1 Bd. Dill,
 1/2 Salatgurke,
 1 Knoblauchzehe,
 8 Lamm Stielkotelets,
 Salat, Tomaten und Petersilie zum

1 Tl. Zitronensaft,

Garnieren,

1) Kartoffeln schälen, waschen und halbieren. 3 El Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Kartoffeln darin bei mittlerer Hitze unter Wenden ca. 20 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Inzwischen Quark, Joghurt und Zitronensaft glattrühren und kleinschneiden. Gurke waschen und grob raspeln. Knoblauch schälen und fein hacken. Kräuter, Gurke und Knoblauch unter den Quark rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Restliches Olivenöl erhitzen. Fleisch darin von beiden Seiten 2-3 Minuten braten. Mit Pfeffer und Salz würzen. Kartoffeln, Stielkoteletts und etwas Tsatsiki auf einem Teller anrichten. Mit Salat, Tomatenscheiben und Petersilie garnieren. Das restliche Tsatsiki extra dazu reichen.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 35 Minuten

7 Geflügelgerichte

7.1 Entengeschnetzeltes "Süss -Sauer"

375 g große Möhren,	Pfeffer aus der Mühle,
1 Staude Stangensellerie,(ca. 500 g)	1 Dos. Ananas, in Scheiben(850 g)
2 Entenbrüste,(a ca.300 g)	1 Glas chinesische süßsauer Sauce mit Ingwer,(250 ml)
3 El. Olivenöl,	2 gestrichene El Speisestärke,
Salz,	

1) Die Möhren schälen und waschen. Mit einem Messer von oben nach unten im Abstand von ca.1/2 cm rundherum kleine Streifen ausschneiden. Möhren in Scheiben schneiden. Sellerie putzen, waschen, das Grün beiseite legen, Sellerie schräg in Scheiben schneiden. Entenbrüste waschen, trockentupfen und in ca.1 cm dicke Scheiben schneiden. Olivenöl erhitzen. Entenbrust darin portionsweise knusprig braun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und aus der Pfanne nehmen. Möhren und Selleriescheiben ins Bratfett geben und anduensten. Ananas abtropfen lassen, den Saft dabei auffangen. Gemüse mit der chinesischen Sauce und 2/3 des Ananassaftes abkochen, aufkochen und ca.5 Minuten koecheln lassen. Stärke und übrigen Ananassaft glattrühren, in die Soße rühren und erneut aufkochen lassen. Ananasscheiben halbieren, mit der Entenbrust zum Gemüse geben und erwärmen. Entengeschnetzeltes würzig abschmecken und mit dem Selleriegrün garniert servieren. Dazu schmeckt Basmati- oder Wildreis.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 50 Minuten

7.2 Gebratene Gans

1 bratfertige Gans, (ca. 4 kg mit Herz und Leber)	50 g Butter,
Salz,	70 g Semmelbrösel,
frisch gemahlener weißer Pfeffer,	1 klein. Ei,
1 Zwiebel, oder	1/2 Tl. Thymian,
2 Schalotten,	1/2 Tl. Beifuss,
500 g frische Maronen,	1/2 Tl. Majoran,
2 Äpfel,	1 El. Speisestärke,
4 Stängel Petersilie,	1 klein. Glas trockener Weißwein,

Die Gans sowohl innen als auch aussen gruendlich waschen, trockentupfen, dann mit dem Salz und dem Pfeffer einreiben. Die Zwiebel oder die Schalotten abziehen und in feine Wuerfel schneiden.

Die Maronen an einer Seite mit einem spitzen Messer einritzen, in einen Topf mit kaltem Wasser geben und zum Kochen bringen. Etwa 20 Minuten bei niedriger Temperatur koechneln lassen, bis sie weich geworden sind. Von der Schale sowie der Haut befreien und hacken.

Die Aepfel schaelen, das Kerngehaeuse entfernen und das Fruchtfleisch wuerfeln. Die Petersilie gruendlich waschen, trockentupfen; die Blaettchen von den Stielen zupfen und hacken. Etwa 3 El Butter in einer grossen Pfanne erhitzen und das Herz darin anbraten. Die Leber und die Zwiebel- oder Schalottenwuerfel zufuegen und alles kurz anroesten. den Pfanneninhalt mit Maronen, Aepfeln und Semmelbroeseln vermischen.

Das Ei verquirlen und ebenfalls hinzufuegen. Mit Thymian, Majoran und Beifuss wuerzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Apfel-Maronen-Fuellung in die Gans geben und beide Oeffnungen mit Garn zunaehe oder mit einer Rouladennadel zustecken. Unter den Fluegeln vorsichtig in die Haut stechen, damit das Fett herauslaufen kann. Die restliche Butter schmelzen und den Braten damit bestreichen.

Die Gans mit der Bauchseite nach unten in eine Bratform legen und in den auf 210°C vorgeheizten Backofen stellen. Nach etwa 20 Minuten die Gans wenden und die Hitze auf 200°C reduzieren. Die Gans 2-2 1/2 Stunden braten, waehrenddessen zweimal wenden und hin und wieder mit dem Bratfett begiessen. An den Schenkeln pruefen, ob das Fleisch weich ist. Die Gans aus der Bratform nehmen und warm halten. Das Fett vom Bratensaft abschöpfen. Die Speisestaerke mit Wasser anruehren und mit dem Wein in den Bratensaft geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu der Gans reichen.

Als Getraenk eignet sich ein Rotwein von der Ahr, oder Rheinhessen.

Geheimnisse beim Braten von Gefluegel Beim Fuellen von Gefluegel rechnet man pro Kilogramm Gewicht des Tieres etwa 350 g Fuellung. Um zu verhindern, dass Fuellmasse herausquillt, sollte das Gefluegel nur zu drei Vierteln gefuellt werden. Die Haut wird knusprig braun, wenn sie am Ende der Bratzeit mit Salzwasser bestrichen und fuer kurze Zeit der Oberhitze ausgesetzt wird. Dieses ist das Geheimnis der beruehmten Peckingente, die fuer ihre knusprige Haut bekannt ist. Meist gibt eine Gans mehr Fett ab, als man fuer die Sauce benoetigt. Aus dem Fett kann man Gaenseschmalz herstellen. Das Fett in einen Topf geben, salzen und nach Geschmack mit Majoran wuerzen. Eine Zwiebel und einen Apfel wuerfeln, anroesten und einruehren. Damit das Schmalz fest wird, etwas Schweineschmalz darin aufoesen.

Eine Gans fachgerecht tranchieren Mit einem scharfen Messer die Keulen abschneiden. Nun die Gans am Rueckgrat entlang zertrennen, das Fleisch von Ruecken und Brust abschneiden. Dann die Apfel-Maronen-Fuellung aus der Gans herausloesen. Zulezt das Fleisch in schmale und mundgerechte Stuecke schneiden.

Als traditionelles Weihnachtsmenue: - Orangensalat - Petersilienwurzel-suppe mit Kartoffeln - Gebratene Gans mit Rotkohl und Kartoffelkloessen - Maronencreme

Mengenangabe: 6 Personen

Zubereitung 2 1/2 Stunden

7.3 Hähnchen mit Speck-Zwiebel-Kruste

750 g Kartoffeln,	weißer Pfeffer aus der Mühle,
2 Zwiebeln,	10 g Butter oder Margarine,
75 g Speck, geräucherter	500 g Kohlrabi,
durchwachsener	150 g Möhren,
1 Hähnchen, küchenfertiges (ca. 1,	250 g Zuckerschoten,
2 kg)	1 l Gemüsebrühe, (Instant)
Salz,	1/2 Bd. Petersilie,

1) Eine Zwiebel in Wuerfel schneiden. Speck ebenfalls wuerfeln. Das Haehnchen von innen und aussen waschen, trockentupfen und wuerzen. Die Haelfte der Zwiebel-Speck-Mischung in das Haehnchen geben, mit Holzspiesschen zustecken und zubinden. Keulen zusammenbinden.

2) Zweite Zwiebel vierteln und mit 1/2 Tasse Wasser in einen Braeter geben. Haehnchen mit der Brustseite nach unten hineinlegen, dann mit Fettfloekchen belegen und im offenen Braeter im vorgeheizten Backofen (E-Herd 200°C Umluft 175°C / Gas; Stufe 3) ca. 1 1/4 Stunden braten. Das Haehnchen nach zirka 30 Minuten wenden.

3) Kartoffeln, Kohlrabi und Moehren schaelen. Zuckerschoten putzen. Moehren wuerfeln, Kohlrabi in Spalten schneiden. Kartoffeln evtl. halbieren. Kartoffeln in der kochenden Bruehe ca. 20 Minuten garen. Kohlrabi und Moehren nach der Haelfte der Garzeit zufuegen. Zuckerschoten in den letzten 5 Minuten mitgaren.

4) Petersilie fein hacken. Rest der Zwiebel-Speck-Mischung ca. 20 Minuten vor Ende der Bratzeit auf dem Haehnchen verteilen und mitbraeunen. Haehnchen und abgetropftes Boulliongemuese auf einer Platte anrichten. Mit Petersilie bestreuen und etwas Bruehe ueber das Gemuese giessen.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 1 1/2 Stunde

7.4 Huhn in Weißwein

250 g Champignons,	vorzugsweise Riesling
1 Poularde mit 1 1/2 - 2 kg	1 Kräuterstrauß, bestehend
1 Zwiebel,	3 Zweigen Petersilie,
1 Möhre,	1 Lorbeerblatt,
1 St. Lauchstange, vom weißen Teil,	1 Zwg. Thymian,
1 1/2 El. Olivenöl,	1 1/2 El. Butter,
2 El. Butter,	1 1/2 El. Mehl,
Salz,	1/8 l süße Sahne,

weißer Pfeffer aus der Mühle,
1/2 l Weißwein,

1/2 Zitrone,
1 Eigelb,

Die Poularde innen und aussen waschen, trockentupfen und in acht Teile zerlegen. Die Zwiebel abziehen und hacken. Die Moehre schaelen und wuerfeln. Den Lauch gruendlich waschen und in Ringe schneiden. Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Das Olivenoel in einem Braeter erhitzen und 1 El Butter zufuegen. die Poulardenstuecke von allen Seiten goldgelb darin anbraten und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zwiebel, Moehre und Lauch zufuegen, kurz durchduensten lassen und mit dem Riesling abloeschen. Den Kraeuterstrauss hinzugeben und das Huhn abgedeckt etwa 40 Minuten bei maessiger Temperatur schmoren lassen. Waehrenddessen die Champignons in ein El Butter fuenf Minuten anduensten. Die Poulardenstuecke aus dem Topf nehmen und den Fond durch ein Sieb in einen Topf giessen. 1/2 El Butter und Mehl verkneten und in den Fond geben. Die Sahne hinzugiessen und die Sauce fuenf Minuten koecheln lassen. Die Champignons mit der ausgetretenen Fluessigkeit dazugeben. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und nach Belieben einen Tropfen Zitronensaft abschmecken. Das Eigelb mit etwas Sauce verquirlen und dann hineinruehren: die Sauce darf nicht mehr kochen. Die Poulardenstuecke in der Sauce auftragen.

Als Beilage eignen sich Bandnudeln oder Reis.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 55 Minuten

7.5 Überbackene Putensteaks

500 g Brokkoli,
400 g Tomaten,
4 Putensteaks, flache (a ca. 150 g)
20 g Butterschmalz,
Salz,
weißer Pfeffer aus der Mühle,
200 g Pikantje-Käse,

50 g Butter,
30 g Mehl,
1/4 l Milch,
1/2 Tl. Gemüsebrühe,
(Instant)
Muskatnuss, abgeriebene

1) Brokkoli putzen, in kleine Roeschen teilen und blanchieren. Mit kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen. Tomaten waschen, in Scheiben schneiden, dabei den Stielansatz entfernen.

2) Die Putensteaks waschen, trockentupfen und im heissem Butterschmalz von jeder Seite 3 Minuten braten, wuerzen.

3) Kaese reiben. Butter und Mehl verkneten. Milch mit Gemuesebruehe und Muskat aufkochen. Mehlkloss unter Ruehren darin aufloesen. den geriebenen Kaese bis auf 2 El, darin schmelzen.

4) Steaks nebeneinander in die Fettpfanne legen. Mit Brokkoliroesen und Tomatenscheiben belegen, wuerzen. Kaesesauce darueber verteilen. Unter dem heissen Grill 5-6 Minuten ueberbacken. Restlichen Kaese darueberstreuen und nochmals kurz ueberbraeunen.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 45 Minuten

7.6 Würziger Hühnertopf

3 El. Olivenöl, evtl. mehr

1 Hähnchen, (ca. 1, 3 kg)

Salz,

Pfeffer aus der Mühle,

Edelsüßpaprika,

1 Zwiebel,

10 g frischer Ingwer,

1 Glas Kürbis, süß sauer eingelegt

(330 g)

400 ml klare Hühnersuppe, (Instant)

1 Bd. Lauchzwiebeln,

75 g Rettichsprossen, (Reformhaus)

1 El. heller Sossenbinder,

1 Tl. roter Pfeffer,

1) Haehnchen mit einer Gefluegelschere zerteilen. Haehnnchenteile waschen, trockentupfen und mit Salz, Pfeffer und Paprika wuerzen. Olivenoel in einem Braeter erhitzen und das Fleisch darin bei mittlerer Hitze von jeder Seite 4-5 Min. braten. Zwiebel und Ingwer schaelen und fein hacken, zum Haehnchen geben und glasig duensten. Kuerbis in einem Sieb abtropfen lassen. Dabei den Sud auffangen. Fleisch und Huehnersuppe und Kuerbissud abloeschen, aufkochen lassen und bei schwacher Hitze ca. 35 Minuten schmoren lassen.

2) Lauchzwiebeln putzen, in Stuecke schneiden und 15 Minuten vor Ende der Garzeit zum Fleisch geben. Sprossen waschen und zusammen mit dem Kuerbis 5 Minuten vor Ende der Garzeit zufuegen. Mit Sossenbinder leicht andicken. Nochmals mit Salz. Pfeffer und Paprika abschmecken. Mit rotem Pfeffer bestreut servieren.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 60 Minuten

8 Getränke

8.1 Apfeltraum

750 g Molke,
750 g Kefir,

1 l Apfelsaft naturtrüb,
3 El. brauner Zucker, evtl. mehr

Zutaten am besten in zwei Portionen in einen Mixer geben und durchmischen. In Longdrinkgläser abfüllen und servieren.

Mengenangabe: 6 Gläser

8.2 Feiner Kräuterlikör

1 Tröpfchen Minze,
1 Tröpfchen Zitronenmelisse,
2 Sternanis,
1 Vanillinschote,
1 Tl. Koriandersamen,
1/4 l Alkohol, (70 %)

(in Apotheken erhältlich,)
250 g Zucker, (nach Belieben)
Minzeblättchen,
Sternanis und braunen Kandis zum
Verzieren,

1) Minze und Melisseblättchen waschen und mit Küchenpapier trockentupfen. Die Kräuter mit Sternanis, aufgeschnittener Vanillinschale und Koriander in ein Gefäß geben und mit Alkohol auffüllen. Das Gefäß gut verschliessen und bei Zimmertemperatur 3-4 Tage stehen lassen. Gefäß gelegentlich schütteln.

2) Zucker und 1/4 l Wasser aufkochen und ca. 15 Minuten koecheln lassen. Zuckersirup zum Alkohol geben und gut verschliessen.

3) Nach einer Woche den Kräuterlikör durch eine Filtertüte gießen. Likör in eine saubere Flasche füllen. Zum verschenken nach Belieben Minzeblättchen, Sternanis und braunen Kandis mit in die Flasche geben.

Mengenangabe: 0,5 Liter

Zubereitung 20 Minuten

8.3 Moonlight

10 cl Grapefruitsaft,
5 cl Passionsfruchtlikör,

5 cl Cointreau,

Longdrinkglas mit Eiswürfeln füllen. Alle Zutaten darüber gießen und kurz verrühren.

Mengenangabe: 1 Glas

9 Grundlagen, Informationen

9.1 Grundteig für Nudeln

600 g Mehl, Type 405,
6 Eier,
2 El. Olivenöl,

1 Tl. Salz,
nach Bedarf 2 El Wasser,

Zutaten fuer einen Standardteig, aus dem die meisten Nudeln gemacht Werden.

Mehl auf eine Arbeitsflaeche sieben, in die Mitte eine Mulde druecken, Zutaten hinein-
geben, in der Mulde verruehren, dabei immer mehr Mehl vom Rand einruehren. Mit den
Haenden zu glatten Teig kneten, Kugel formen, in Klarsichtfolie 60 Min. ruhen lassen.

10 Käsegerichte

10.1 Hackfleischwürstchen

200 g Beefsteak,
1 Brötchen vom Vortag,
1 Zwiebel,
1/2 Petersilie,
1/2 Dill,
1 Bd. Schnittlauch,
300 g Hackfleisch, gemischtes
1 Ei,

Salz,
weißer Pfeffer aus der Mühle,
einige Spritzer Tabasco
200 g Pikante
Käse in ca. 1 cm dicken Scheiben,
1 El. Mehl,
2 El. Butterschmalz, evtl. mehr

1) Brötchen einweichen, Zwiebeln fein wuerfeln, Kraeuter hacken bzw. in Roellchen schneiden. Beide Hacksorten mit Zwiebel, dem ausgedrueckten Brötchen, Ei, Kraeutern, bis auf 2 El Schnittlauchroellchen, verkneten, mit Salz, Pfeffer und Tabasco abschmecken, in zwei Portionen teilen.

2) Den Kaese entrinden, Scheiben in 12 Balken schneiden. Kaese im Mehl wenden und mit der Hackmasse umhuelen. Im heissen Butterschmalz rund- herum 6-7 Minuten braten. Mit Schnittlauchroellchen bestreut servieren. Dazu schmecken Bandnudeln mit Zucchini und Paprikastreifen.

Mengenangabe: 4 Pers

Zubereitung 40 Minuten

10.2 Ziegenkäse mit Datteln

200 g Datteln, frische
600 g Ziegenfrischkäse, cremiger
Pfeffer aus der Mühle,

3 Bl. weiße Gelatine,
300 g Feigensenf,
(Feinkostgeschäfte)

1) Die Datteln haeuten, entkernen und in kleine Stuecke schneiden. Den Ziegenkaese in einem Kuechentuch sehr gut ausdruecken, dann mit den Dattelstuecken vermischen und mit Pfeffer wuerzen. Die Kaesecreme 2,5 cm hoch in eine geeignete Form (20X12 cm) fuellen, die Oberflaeche glattstreichen. Kalt stellen.

2) Die Gelatine kalt einweichen. Den Feigensenf bei sehr milder Hitze erwaermen, die Gelatine ausdruecken und darin aufoesen. Leicht abkuehlen lassen, auf der Ziegenkaese-creme verteilen und glattstreichen. Abgedeckt bis kurz vorm Servieren kalt stellen. Die Kaesecreme in ca. 2 cm grosse Wuerfel schneiden und auf Platten anrichten.

Mengenangabe: 10 Personen

Zubereitung 45 Minuten

11 Kartoffel-, Gemüsegerichte

11.1 Brokkoli-Kartoffelklöße

1 kg Kartoffeln	Salz
375 g Brokkoli	Pfeffer
75 g Speck, geräucherten	Muskat
durchwachsenen	2 El. Weißwein-Essig
2 Eier	4 El. Olivenöl
75 g Mehl	

Kartoffeln waschen und ca. 20 Minuten in Salzwasser kochen. Brokkoli putzen, waschen und in Roeschen teilen, in kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten garen und kalt abschrecken. Geraeucherten durchwachsenen Speck wuerfeln, auslassen. Kartoffeln abgiessen, schaelen. Durch eine Kartoffelpresse druecken. Eier und Mehl zufuegen und gut durchkneten. Mit Salz und Pfeffer und Muskat wuerzen. Aus der Kartoffelmasse Kloesse abstechen, in Kochendem Salzwasser bei schwacher Hitze 15 Minuten garziehen lassen. Eier schaelen und wuerfeln. Brokkoliroeschen, Ei und Speckwuerfel mischen. Weisswein-Essig mit Salz und Pfeffer wuerzen. Olivenoel darunterschlagen. Brokkoli-Speckmischung damit marinieren. Kloesse mit dem Gemuese anrichten.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 60 Minuten

11.2 Gebratene Kräuter - Champignons

200 g Kirschtomaten,	Salz,
2 Zwiebeln,	weißer Pfeffer aus der Mühle,
1.2 kg Champignons,	1 Dos. Creme fraîche, (150 g)
2 El. Kräuterbutter, (gibts fertig	1 Bd. Schnittlauch,
im Kühlregal)	

1) Zwiebeln schaelen und hacken. Tomaten und Champignons putzen, waschen und je nach Groesse halbieren oder vierteln. 2) Kraeuterbutter in einer grossen Pfanne oder portionsweise in zwei Pfannen erhitzen. Champignons darin rundherum ca. 8 Minuten bei mittlerer Hitze goldbraun braten. Zwiebeln zufuegen und kurz mitduensten. Tomaten nach ca. 5 Minuten zufuegen und ebenfalls unter Wenden mitduensten. Alles mit Salz und Pfeffer kraeftig wuerzen. 3) Creme fraiche glattruehren. Schnittlauch waschen, trockenschuetteln und in feine Roellchen schneiden. Kraeuter- Champignons vor den Servieren nochmals abschmecken

und mit je einem Klecks Creme fraiche anrichten. Schnittlauchröllchen darüberstreuen
Getränk; kühles Bier oder Mineralwasser.

Extra - Tip; Champignons sind ruck, zuck geputzt; nur das meist trockene Stielende knapp abschneiden.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 35 Minuten

11.3 Gefüllte Paprika mit Pfefferminzjoghurt

125 g Rundkornreis,	1/2 Bd. Pfefferminze,
1 Gemüsezwiebel,	1/2 Bd. Petersilie,
5 Knoblauchzehen,	Salz,
250 g Rinderhack,	weißer Pfeffer aus der Mühle,
3 El. Tomatenmark,	10 klein. runde hellgrüne Paprika,
1/2 klein. Chilischote,	(in türkische Geschäften
5 El. Olivenöl,	heißen sie Dolma)
1/2 Bd. Dill,	
Für den Joghurt;	
3 Knoblauchzehen,	Salz,
50 g frische Kräuter,	Chilipulver,
500 g Sahnejoghurt,	

1) Reis in einem Sieb mit warmem Wasser abspülen. Zwiebel abziehen, und in grobe Stücke schneiden. Geschälten Knoblauch fein hacken. Reis, Zwiebel, Knoblauch, Rinderhack, Tomatenmark, feingeschnittene, entkernte Chilischote, Olivenöl und feingeschnittene Kräuter mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Paprika waschen. Mit einem kleinen Messer den Fruchtansatz Herausschneiden, Weiße Kerne entfernen. Hackmischung prall in die Paprika füllen. In einen weiten, grossen Topf(auch übereinander) setzen, mit 400 ml heissem Wasser aufgiessen. Aufkochen lassen, bei sanfter Hitze zugedeckt etwa 30 Minuten garen lassen. Knoblauch schälen, fein hacken, Kräuter fein schneiden. Mit Joghurt, Salz und Chili verrühren. Die Gefüllten Paprika mit dem Joghurt servieren. Dazu; Türkisches Brot.

Kräuterstiele liefern viel Aroma Wenn Sie nur die Blätter von Kräutern verwenden: Werfen Sie die Stiele nicht weg!! Schneiden Sie nur das braune Ende ab. Im Kochwasser für Suppen, zum Gemüsegaren oder in Fleischsossen geben die Kräuterstiele ihr tolles Aroma ab.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 45 Minuten

11.4 Gefüllte Zucchini Türmchen

125 g Schinken, gekochter, in
Scheiben,
4 Zucchini, mittelgroße
Salz,

1 Paprikaschote, rote
100 g Gouda, junger oder
mittelalter, (z.B. von Milkana)

- 1) Zucchini waschen, putzen, in 4-5 cm lange Stücke schneiden, ca. 4 Minuten in kochendem Salzwasser garen.
- 2) Gemüse mit kaltem Wasser abschrecken, abtropfen lassen. Fruchtfleisch ausschaben und dabei einen 5 cm breiten Rand stehen lassen.
- 3) Den Schinken in feine Streifen Paprikaschote halbieren, putzen und abbrausen. Mit dem ausgeschabten Zuccinifleisch zerkleinern.
- 4) Den Schinken in feine Streifen schneiden. Den Käse würfeln. Backofen auf 200°C vorheizen.
- 5) Zucchini, Paprika, Käsewürfel mit Schinkenstreifen mischen. In das ausgehöhlte Gemüse füllen. Ein Blech mit Backpapier belegen, Zucchini darauf setzen und ca. 15 Minuten backen.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 30 Minuten

Backzeit 15 Minuten

11.5 Gratiniertes Spargel italienischer Art

500 g Spargel, oder 2 Gläser
Spargelstangen, (ca. 370 ml)
500 g kleine Kartoffeln,
4 Tomaten,
100 g Parmaschinken, (in dünne
Scheiben)
1 Bd. Basilikum,
30 g Butter,
1 El. Mehl,

1/4 l Spargelwasser,
1/8 l Schlagsahne,
Salz,
weißer Pfeffer aus der Mühle,
Zucker,
Muskat,
Zitronensaft,
50 g Parmesan, frisch gerieben
2 Eigelbe,

Frischen Spargel schälen und in wenig Salzwasser gar dünsten. Kartoffeln waschen und mit Schale im Salzwasser garen. Tomaten überbrühen, schälen, vierteln und entkernen. Kartoffeln pellen und je nach Größe, längs halbieren oder vierteln. Spargel abgießen, Spargelwasser dabei auffangen. jeweils 2-3 Stangen in eine Scheibe Schinken wickeln. Für die Sauce Butter zerlassen, Mehl kurz darin anschwitzen und unter Rühren mit dem Spargelwasser ablöschen. Sahne zugeben, aufkochen und ca. 5 Minuten unter Rühren köcheln lassen. Sauce mit Salz, Pfeffer, Muskat, Zucker und Zitronensaft abschmecken.

Etwas abkuehlen lassen, Parmesan und Eigelbe untarruehren. Eine feuerfeste Form einfetten. Basilikum hacken und zusammen mit den Kartoffeln und den Tomaten in die Form geben, Spargel darauflegen und mit der Sauce uebergiessen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd 250°C / Gasherd Stufe 5) 10-15 Minuten ueberbacken.

Mengenangabe: 2 Personen

Zubereitung 35 Minuten

11.6 Gurkenpfanne mit Fleischwurst

500 g Fleischwurst,	g)
1 Salatgurke, (ca. 500 g)	1/8 l Milch,
2 Gemüsezwiebeln, (ca. 500 g)	1 El. Sossenbinder, evtl. mehr
2 El. Olivenöl,	Salz,
1 Bd. Dill,	Pfeffer aus der Mühle,
1/2 Dos. Schlagsahne, (125	1 Zitrone, unbehandelte

1) Gurke putzen, waschen und evtl. schaelen. Laengs halbieren und die Kerne herausloesen. Gurke in Scheiben schneiden.

2) Gemuesezwiebeln schaelen und in dicke Spalten schneiden. Von der Fleischwurst die Haut abziehen, Wurst in duenne Scheiben schneiden,

3) Olivenoel erhitzen. Fleischwurst darin anbraten, herausnehmen. Zwiebeln im Bratfett goldgelb anbraten. Gurke zufuegen und ca. 10 Minuten mitduensten. Fleischwurst wieder zugeben.

4) Dill waschen, trockenschuetteln und fein schneiden. Wurstpfanne mit Sahne und Milch abloeschen, aufkochen. Dill zufuegen. Sosse binden. Zitrone waschen, trockenreiben und halbieren. Eine Haelfte auspressen, eine Haelfte in Scheiben schneiden. Alles mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Mit Zitronenscheiben garnieren. Dazu schmeckt Brot oder Reis.

Getraenk; Mineralwasser

Extra Tip: Damit die Gurke nicht zu stark waessert; laengs halbieren, Kerne mit dem Loeffel herauschaben.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 30 Minuten

11.7 Herzhafte Kartoffelpfanne

150 g Kartoffeln, kleine	weißer Pfeffer aus der Mühle,
100 g Porree, (Lauch)	70 g Fleischwurst,
1 Möhre, (ca. 100 g)	kalorienreduzierte

1 Tl. Olivenöl,
Salz,

Schnittlauch, etwas
1 El. saure Sahne, stichfeste

1) Kartoffeln waschen und in Wasser ca. 15 Minuten kochen. Porree und Moehre putzen, waschen und in Stuecke schneiden. Kartoffeln abgiessen, abschrecken und die Schale abziehen. 2) Olivenoel in einer Pfanne erhitzen. Kartoffeln darin rundherum ca. 5 Minuten goldbraun braten. Porree und Moehre zufuegen, ca. 8 Minuten mitbraten. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. 3) Wurst in Stuecke schneiden. Kurz vor Ende der Garzeit zum Gemuese geben und mitbraten. Wuerzen. 4) Schnittlauch waschen, fein schneiden. Unter die saure Sahne ruehren. Abschmecken und mit den Kartoffeln anrichten.

Extra - Tip; So brauchen Sie kein zusaetzliches Fett zum Braten; z. B. Haehnchenunterkeulen einfach mit Chili oder Salsa-Sosse aus den Glas einstreichen. Dann auf dem Blech im vorgeheizten Backofen ca. 30 Minuten braten. Auf die gleiche Weise gelingen auch Haehnchenfilets. An Bratzeit reichen hier aber schon 20 Minuten.

Mengenangabe: 1 Person

Zubereitung 35 Minuten

11.8 *Parmesan Klösse auf Gemüse*

500 g mehlig kochende Kartoffeln,
150 g Mehl,
30 g geriebener Parmesankäse,
Salz,
Pfeffer aus der Mühle,
1 Zwiebel,
1 Aubergine,

1 Zucchini,
1 rote Paprikaschote,
2 El. Olivenöl,
1 Bd. Petersilie,
1 Pkg. stückige Tomaten, (370 g)
Mehl für die Arbeitsfläche,
Frischhaltefolie,

1) Kartoffeln waschen, ca. 20 Minuten in Salzwasser kochen. Kalt abschrecken und schaelen. Durch die Kartoffelpresse druecken und abkuehlen lassen. Mehl und Parmesankaese nach und nach unterkneten. Mit Salz wuerzen. Kartoffelmasse auf bemehlter Arbeitsflaeche zu laenglichen Rollen (ca. 2 cm)formen. In Scheiben schneiden und mit der Gabel eindruecken. Mit Folie abgedeckt beiseite legen. Zwiebel schaelen und wuerfeln. Gemuese putzen, waschen klein- schneiden. Zwiebel und Paprika in heissem Olivenoel ca. 3 Minuten duensten. Restliches Gemuese zufuegen und weitere 5 Minuten garen. Tomaten angiessen und miterhitzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kloesse in siedendem Salzwasser 3-5 Minuten garen, bis sie an die Oberflaeche steigen. Petersilie waschen und, bis auf etwas zum Garnieren, fein hacken. Einige Kloesse mit Gemuese auf jeweils einem Teller anrichten. Mit Petersilie garnieren.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 60 Minuten

11.9 Pilzragout

215 g Mehl,
25 g Morchel, getrocknete
Salz,
115 g Butter,
Pfeffer, weißer, aus der Mühle,
1 Ei,
3/8 l Milch,
1/2 Pkg. Hefe, (21 g)

1/4 Tl. Zucker,
1/2 Bd. Petersilie,
3/8 l Gemüsebrühe, (Instant)
4 El. Sherry, trockener
500 g Champignons,
250 g Pfifferlinge,
1 Zwiebel,
100 g Pikantje Käse,

1) Morcheln in kaltem Wasser einige Stunden einweichen. Für den Savarin 185 g Mehl und 2 Msp. Salz mischen. 75 g Butter schmelzen, mit dem Ei zum Mehl geben. 1/8 l Milch schwach erwärmen, mit Hefe und Zucker verrühren. Zur Mehlmischung geben und alles so lange kneten, bis der Teig Blasen wirft, Abgedeckt an einem warmen Ort ca. eine Stunde gehen lassen. Dann in eine gefettete Savarinform füllen und nochmals 20 Minuten gehen lassen. Anschliessend im vorgeheizten Backofen (E-Herd 200°C / Umluft 175°C / Gas Stufe 3) 20-25 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und nach 5 Minuten auf ein Kuchengitter stürzen.

2) 1/8 l Gemüsebrühe und Sherry aufkochen. Die Hälfte der Flüssigkeit in die Savarinform gießen. Runde Seiten des Teigkranzes mehrfach mit einem Holzstäbchen einstechen und wieder in die Form geben. Flache Seite des Teigkranzes ebenfalls mehrfach einstechen und die restliche Flüssigkeit darüber gießen. Warmstellen.

3) Eingeweichte Morcheln abtropfen lassen. Champignons und Pfifferlinge putzen. Zwiebel würfeln. 20 g Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Pilze zufügen und ca. 10 Minuten dünsten.

4) Restliche Butter in einem Topf schmelzen. restliches Mehl einrühren. Anschwitzen und mit restlicher Milch und Brühe ablösen. Ca. 5 Minuten köcheln lassen. Käse reiben und in der Sauce schmelzen. Pilze in die Sauce geben, würzen Petersilienblätter von den Stielen zupfen und grob zerkleinern. Savarin auf eine Platte stürzen, Pilzragout einfüllen, die Petersilie darüber streuen.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 90 Minuten

11.10 Porree in Schinkenrahm

200 g Schinken, , gekochter
1 kg Porree, (Lauch)

Pfeffer aus der Mühle,
Salz,

2 El. Olivenöl,
2 El. Butter oder Margarine(30 g)
2 El. Mehl, (30 g)
3/8 l Milch,
100 g Sahneschmelzkäse,

1 Zwiebel,
1 Pkg. Kartoffelpüree, (4
Portionen)
für 3/4 l Flüssigkeit,

- 1) Porree putzen, waschen, in Ringe schneiden. Schinken wuerfeln. In 1 El Olivenoel anbraten, herausnehmen. Porree im Bratfett anduensten. Mit 1/2 l Wasser abloeschen. Aufkochen, ca. 5 Minuten garen. Abgiessen, Garwasser auffangen.
 - 2) Fett erhitzen, Mehl darin anschwitzen. Garwasser und 1/8 l Milch einruehren. Aufkochen, ca. 5 Minuten koecheln lassen. Kaese darin schmelzen, mit Pfeffer und wenig Salz abschmecken. Porree und Schinken mit erhitzen.
 - 3) Zwiebeln schaelen, in Ringe schneiden. In 1 El heissem Olivenoel braten.
 - 4) 1/2 l Salzwasser aufkochen. 1/4 l Milch und Pueree einruehren. Nach ca. 1 Minute nochmals durchruehren. Alles anrichten.
- Getraenke: kuehles Bier.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 35 Minuten

12 Kuchen, Gebäck, Pralinen

12.1 Apfelkranzkuchen

500 g Äpfel, aromatische
3 El. Zitronensaft,
50 g Edelbitterschokolade,
5 Eier,
200 g Butter,
200 g Zucker,
1 Tl. Zimt, feingemahlener
1 Pkg. Vanillinzucker,

Für den Guss:

50 g dunkle Kuvertüre,

200 g Weizenmehl, (Type 405, oder 550)
2 Tl. Backpulver,
1 Pr. Salz,
50 g ungeschälte oder geschälte Mandeln,
Butter oder Margarine zum Einfetten

- 1) Die Form sorgfältig einfetten. Den Ofen vorheizen. Äpfel schälen, kleinschneiden und mit Zitronensaft beträufeln. Die gekühlte Schokolade reiben.
- 2) Den Rührteig wie oben beschrieben zubereiten, dann die Äpfel abwechselnd mit dem Eischnee in den Teig geben.
- 3) Die Masse in die Form füllen und backen. Ofentemperatur 200°C Einschubhöhe unten
Backzeit 50-70 Minuten
- 4) Die Kuvertüre schmelzen, und über den ausgekühlten Kuchen gießen.

Mengenangabe: 16 Stück

Zubereitung 75 Minuten

12.2 Birnentorte

400 ml Milch,
1 Pkg. Puddingpulver, "Vanille Geschmack"
(Für 500 ml Milch)
150 g Zucker,
200 g Mehl,
100 g gemahlene Haselnüsse,
1 Pr. Salz,
175 g Butter oder Margarine,
1 Ei,

3 Birnen,
1/8 l Weißwein, (z. B. Riesling)
1/2 El. Zitronensaft,
1 Pkg. Vanillinzucker,
250 g Mascarpone (italienischer Frischkäse)
50 g Halbbitterkuvertüre,
25 g gehackte Pistazien,

- 1) Puddingpulver, 4 El Milch und 50 g Zucker glattrühren. Restliche Milch aufkochen. Puddingpulver einrühren und nochmals aufkochen lassen. Sofort mit Klarsichtfolie abdecken und am besten ueber Nacht erkalten lassen.
 - 2) Mehl, gemahlene Haselnuesse, restlichen Zucker, Salz, kaltes Fett in Floeckchen und Ei zu einen glatten Teig verkneten. Zirka 30 Minuten kalt stellen.
 - 3) Eine Tarteform (26 cm) fetten. Teig etwas groesser ausrollen. Form mit dem Teig auslegen. Boden mehrmals mit der Gabel einstechen. Im vorgeheizten Backofen(E-Herd 200°C / Gasherd Stufe 3) 15 - 18 Minuten backen.
 - 4) Die Birnen schaelen, vierteln, Kerngehaeuse entfernen. Wein Zitronensaft 1/4 l Wasser und Vanillinzucker aufkochen. Birnen zirka 10 Minuten darin duensten. Herausheben und vollstaendig erkalten lassen.
 - 5) Pudding mit den Schneebeesen des Handruehrgeraetes cremig rühren. Mascarpone nach und nach unterrühren. Creme auf den ausgekuehlten Boden streichen. Birnenhaelften sternfoermig darauf anrichten. Kuvertuere schmelzen. Als Faeden ueber die Tarte ziehen. Mit Pistazien bestreuen.
- Backtip Backen mit Pistazien muss nicht teuer sein. In vielen Rezepten kommen geschaelte, grueene Pistazien zum Einsatz. Sie sind recht teuer. Preiswerter sind die geroesteten und gesalzenen kalifornischen Pistazien. Blanchieren Sie diese einfach zwei bis drei Minuten in kochendem Wasser. Anschliessend koennen Sie sie leicht haeuten, und das Salz laesst sich mit klarem, kaltem Wasser abspuelen.

Mengenangabe: 12 Stück

Zubereitung 60 Minuten

12.3 Buchweizentorte

250 g Zucker,	1 Tl. Backpulver,
5 Eier,	75 g Mandelblättchen,
100 g Buchweizenmehl,	Backpapier,
1 El. Weizenmehl,	1 Glas Preiselbeeren, (370 ml)
1 El. Speisestärke,	4 Dos. Schlagsahne, (250 ml)

- 1) Eier trennen. Eiweiss steif schlagen. Zucker nach und nach einrieseln lassen. Eigelb unterrühren. Buchweizenmehl, Mehl, Speisestaerke und Backpulver mischen. Unter die Eischaummasse heben. In eine mit Backpapier ausgelegten Springform (28 cm) fuellen und glattstreichen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd 200°C / Gasherd Stufe 3) ca. 40 Minuten backen. Nach 20-30 Minuten abdecken. In der Form umgestuerzt auf einem Kuchengitter auskuehlen lassen. Mandelblaettchen in einer Pfanne ohne Fett gold- braun roesten. Auskuehlen lassen. Tortenboden aus der Form loesen, einmal waagrecht durchschneiden. Preiselbeeren abtropfen lassen. 450 ml Sahne steif schlagen. Preiselbeeren, bis auf ca. 2 Essloeffel unterrühren. Torte mit der Preiselbeersahne fuellen. Restliche Sahne steif schlagen und die Torte mit 2/3 der Sahne einstreichen. Mandelblaettchen an

den Tortenrand druecken und einige auf die Torte mit restlicher Sahne und Preiselbeeren verzieren.

Mengenangabe: 16 Stück

Zubereitung 60 Minuten

12.4 Buttermilch Napfkuchen

1 1/2 Pkg. Backpulver,	2 Tas. Buttermilch, (ca. 385 ml)
4 1/2 Tas. Mehl, (ca. 575 g)	10 Tropfen Backaroma Bittermandel,
1 Glas Sauerkirschen, (720 ml)	1 Pkg. Puddingpulver, (Vanille)
1 Dos. Mandarin-Orangen,	für ein 1/2 l Milch,
4 Eier,	1 El. Mehl zum Wenden, evtl. mehr
1 1/2 Tas. Zucker, (ca. 270 g)	250 g Puderzucker,
	5 El. Zitronensaft, evtl. mehr

1) Kirschen und Mandarinen abtropfen lassen. Eier und Zucker schaumig Schlagen. Buttermilch und Bittermandeloel unterruehren. Mehl Backpulver und Puddingpulver mischen. Ebenfalls zufuegen und zu einem glatten Teig verarbeiten. Kirschen in Mehl wenden. Zusammen mit den Mandarinen vorsichtig unter den Teig heben.

2) Teig in eine gefettete, mit Paniermehl ausgestreute Gugelhupfform (ca. 2 Liter Inhalt)fuellen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd 175°C/ Umluft 150°C/ Gas Stufe 2) 55-65 Minuten backen. Nach der Haelfte der Backzeit evtl. mit Pergamentpapier bedecken.

3) Puderzucker mit Zitronensaft glatt verruehren. Den ausgekuehlten Napfkuchen damit bestreichen.

Mengenangabe: 20 Stück

Zubereitung 1 1/4 Stunde

12.5 Exotische Obsttorte mit Limettencreme

150 g Zucker,	2 Limetten, evtl. mehr
4 Eier,	100 g Schlagsahne,
1 Pkg. Vanillinzucker,	2 Kiwis,
100 g Mehl,	1 klein. Papaya,
1 Tl. Backpulver, gestrichener	1 Dos. Ananas in Ringen, (446 ml)
4 Bl. weiße Gelatine,	

1) Zwei Eier trennen. Eiweisse steif schlagen. 75 g Zucker und Vanillinzucker zum Schluss unter Ruehren einrieseln lassen. Eigelbe unterziehen. Mehl und Backpulver mischen, auf die Eischaummasse sieben und vorsichtig unterheben. Masse in eine gefettete, mit

Paniermehl ausgestreute Obstbodenform (26 cm Durchmesser) geben und glattstreichen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd 175°C Umluft 150°C Gasherd Stufe 2) 2025 Minuten backen.

2) Gelatine einweichen. Limetten gruendlich waschen, abtrocknen und die Schale fein abreiben. Limetten halbieren, auspressen und 80 ml Saft abmessen. Restliche Eier trennen. Eigelbe, uebrigen Zucker und Limettenschale cremig ruehren. Gelatine ausdruecken, auflösen, Limettensaft zugiessen und unter die Eigelbcreme ruehren. Kurz kuehl stellen. Eiweisse und Sahne getrennt steif schlagen. Vorsichtig unter die Creme ziehen und auf den ausgekuehlten Biskuitboden streichen. Boden mindestens 1 Stunde kuehl stellen.

3) Kiwis schaelen und in Scheiben schneiden. Papaya halbieren, Kerne entfernen und die Fruchthaelften schaelen. Haelften in Wuerfel schneiden. Ananas gut abtropfen lassen. Torte kurz vor dem Servieren mit den Fruechten belegen.

Mengenangabe: 12 Stück

Zubereitung 1 1/4 Stunden

12.6 Fruchtige Mandel-Häufchen

100 g Aprikosen, getrocknete
50 g Mandelblättchen,
50 g Haferflocken, kernige
200 g Zucker,

6 El. Orangensaft,
Alufolie, und etwas Öl,
30 Pralinen-Manschetten,

1) Haferflocken und Mandeln zusammen in einer Pfanne ohne Fett goldbraun roesten. Herausnehmen und abkuehlen lassen. Aprikosen fein wuerfeln und mit Haferflocken und Mandeln mischen.

2) Alufolie mit Oel fetten. Zucker in einer Pfanne bei mittlerer Hitze gold- braun schmelzen lassen. Von der Kochstelle ziehen, mit Saft abloeschen und unter Ruehren so lange erhitzen, bis sich der Karamel geloest hat. Aprikosen-Mischung zufuegen, schnell unterruehren.

3) Vom Herd nehmen, mit 2 Teeloeffel sofort ca. 30 kleine Haeufchen auf die Alufolie setzen. Abkuehlen lassen. In Manschetten setzen.

Mengenangabe: 30 Stück

Zubereitung 45 Minuten

12.7 Gedeckter Apfelkuchen vom Blech

Mürbeteig

600 g Mehl,
200 g Zucker,
2 Pkg. Vanillinzucker,

2 Eier,
Fett(Fettpfanne),
Mehl zum Ausrollen, evtl. Alufolie,

400 g kalte Butter oder Margarine,

Füllung;

100 g Rosinen,

3 El. Rum,

1 kg Äpfel, säuerliche

3 El. Zitronensaft,

75 g Zucker,

40 g gehackte Mandeln,

3 El. Paniermehl,

1 Ei,

1 Tl. Milch,

3 El. Hagelzucker,

1) Mehl, Zucker, Vanillinzucker, Fett und Eier mit den Knethagen des Handruehrgeraetes verkneten. Dann mit den Haenden zum glatten Teig verkneten. Zugedeckt ca. 1 Stunde kuehlen.

2) Rosinen mit Rum betrauefeln. Aepfel schaelen, vierteln und entkernen, in duenne Scheiben schneiden. Mit Zitronensaft, abgetropften Rosinen, Zucker und Mandeln mischen.

3) Haelfte Teig auf gefettete Fettpfanne ausrollen (nur gut 1/2 Blech) oder Haelfte Teig auf einer gefetteten Back und Servierschale aus Glas (27 X 32 cm) ausrollen. Teig am Rand hochdruecken (beim 1/2 Blech eine Schiene aus Alufolie vorsetzen.) Boden oefter einstechen und mit Paniermehl bestreuen.

4) Apfelmischung darauf verteilen. Rest Teig auf verteilen. Rest Teig auf wenig Mehl duenn ausrollen und ueber die Apfelfuellung legen. Ueberstehenden Teig abschneiden und Kanten andruecken. Die Teigreste ausrollen und in Streifen schneiden.

5) Ei trennen, Unterseite der Streifen mit Eiweiss bestreichen. Kuchen damit verzieren. Im vorgeheizten Backofen (E- Herd; 200°C / Umluft 175°C / Gas; Stufe 3) ca. 45 Minuten backen.

6) Eigelb und Milch verruehren und den Kuchen ca. 10 Minuten vor Ende der Backzeit damit bestreichen. Mit Hagelzucker bestreuen und fertig backen. Den Kuchen auskuehlen lassen.

Mengenangabe: 24 Stück

Zubereitung 1 1/4 Stunde

12.8 Gedeckter Bratapfelkuchen mit Vanilleguss

Mürbeteig

650 g Mehl,

200 g Zucker,

1 Pr. Salz,

2 Eier,

Füllung

150 g Rosinen,

4 El. Rum,

2 kg säuerliche Äpfel,

Saft von 1 Zitrone,

400 g kalte Butter oder Margarine,

etwas Fett und Mehl für die

Fettpfanne,

(für 1/2 l Milch zum Kochen)

150 g +

600 g Schlagsahne,

125 g Zucker,

1 Pkg. Puddingpulver, " Vanille
"

1 Pkg. Vanillinzucker,

Außerdem

1 Eigelb

- 1) Mehl, Zucker, Salz, Eier und Fett in Floeckchen zu einem glatten Teig verkneten. Zugedeckt ca. 30 Minuten kalt stellen.
- 2) Rosinen waschen und trockentupfen. Mit Rum mischen. Äpfel schälen halbieren und entkernen. Mit Zitronensaft beträufeln.
- 3) Hälfte Teig in einer gefetteten, leicht bemehlten Fettpfanne (ca. 35 X 40 cm) ausrollen. Rand etwas hochdrücken. Äpfel mit Rosinen füllen, andrücken. Mit der Wölbung nach oben dicht an dicht auf den Teig legen.
- 4) Für den Pudding (Zubereitung anders als auf der Packung angegeben) Puddingpulver und 150 g Sahne glattrühren. 600 g Sahne, Zucker und Vanillinzucker aufkochen. Puddingpulver einrühren, kurz aufkochen und über die Äpfel gießen.
- 5) den übrigen Teig zum Rechteck (ca. 32 X 40 cm) ausrollen. Auf die Äpfel legen. Teigrand andrücken. Kuchen im vorgeheizten Backofen (E-Herd 200°C Umluft 175°C / Gas: Stufe 3) 1 - 1 1/4 Stunden backen.
- 6) Eigelb verquirlen. Kuchen ca. 15 Minuten vor Ende der Backzeit damit bestreichen und fertigbacken. Abkühlen lassen und in Stücke schneiden. Evtl. mit Sahnetuffs verzieren.

Mengenangabe: 24 Stück

Zubereitung 2 1/2 Stunden

12.9 Gefüllte "Bobbs"

Hefeteig

250 g Mehl,
1/2 Pkg. Trockenhefe,
4 -6 El Milch, (60 ml)
30 g Butter,
125 g Zucker,

1 Pr. Salz,
1 Ei,
1 Eigelb,
Mehl zum Ausrollen,
Backpapier,

Füllung und Verzierung;

100 g Walnuss- oder Haselnusskerne,
200 g Früchte, kandierte (z. B. Ananas)
3 El. flüssiger Honig, (60 g)
1 Tl. Kakao,
1 Apfel, (150 g)

150 g Rosinen,
1 El. Kondensmilch,
75 g Puderzucker,
1 El. Zitronensaft, evtl. mehr
evtl. Zitronenmelisse,

- 1) Mehl und Trockenhefe mischen. Milch erwärmen, Butter darin auflösen und mit Zucker, Salz, Ei und Eigelb zufügen. Alles zu einem geschmeidigen Hefeteig verkneten.

Zugedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen.

2) Ei trennen. Nüsse und kandierte Früchte fein hacken, mit Honig, Eiweiss und Kakao vermengen. Apfel schälen, entkernen und fein raspeln (Rosmarin, waschen, hacken). Unter die Nussmasse heben.

3) Hefeteig nochmals durchkneten. Auf wenig Mehl etwa 25 X 30 cm gross ausrollen. Mit der Füllung bestreichen und ausrollen. Zickzackförmig in ca. 12 gleich grosse Stücke schneiden. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Ca. 45 Minuten am warmen Ort gehen lassen.

4) Eigelb und Milch verquirlen. Teig bestreichen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd 175 °C / Umluft 150 °C / Gas Stufe 2) ca. 20 Minuten backen. Auskühlen lassen.

5) Puderzucker und Zitronensaft verrühren. "Bobbles" damit bestreichen. Guss trocknen lassen. Nach Belieben mit Zitronenmelisse verzieren.

Mengenangabe: 12 Stück

Zubereitung 3 Stunden

12.10 Glasierter - Apfel - Schichtkuchen

1 kg säuerliche Äpfel

1 Zitrone, Saft von

Rührteig;

175 g Butter, weiche

(gibts gerieben zu kaufen)

175 g Zucker,

3 Eier,

1 Pkg. Vanillinzucker,

350 g Mehl,

1 Pr. Salz,

2 Tl. Backpulver,

1/2 Pkg. unbehandelte

100 ml Milch,

Zitronenschale,

Backpapier,

Außerdem;

50 g Mandelblättchen,

2 Tl. Puderzucker,

2 El. Aprikosenkonfitüre,

1) Äpfel schälen und Kerngehäuse ausstechen. Äpfel jeweils in 2 cm dicke Ringe schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln.

2) Fett, Zucker, Vanillinzucker und Salz schaumig rühren. Zitronenschalen zufügen. Eier nacheinander unterrühren. Mehl und Backpulver mischen und portionsweise abwechselnd mit der Milch unterrühren.

3) den Boden einer Springform (24-26 cm) mit Backpapier auslegen. 1/3 des Teiges einfüllen und glattstreichen. Apfelscheiben trockentupfen und die Hälfte auf dem Teig verteilen. Ein weiteres Drittel des Teiges auf die Äpfel geben und darauf glattstreichen. Mit den übrigen Apfelringen belegen, restlichen Teig darauf verstreichen.

4) Im heißen Backofen (E-Herd 200 °C / Umluft 175 °C / Gas Stufe 3) ca. 1 Stunde backen. Auskühlen lassen und aus der Form nehmen.

5) Konfitüre erwärmen und den Kuchen damit bestreichen. Mandeln in einer Pfanne

ohne Fett goldbraun roesten. Herausnehmen, etwas abkuehlen lassen und auf dem Kuchen verteilen, Mit Puderzucker betrauefeln.

Mengenangabe: 12 Stück

Zubereitung 1 3/4 Stunden

12.11 Haferflockenmakronen

150 g kernige Haferflocken,
65 g Butter oder Margarine,
100 g getrocknete Aprikosen oder
getrocknete Datteln,
1 Ei,

50 g brauner Rohzucker,
1 Pkg. Vanillinzucker,
1 Pr. Salz,
1 Tl. abgeriebene unbehandelte
Zitronenschale,

Die zimmerwarme Butter oder Margarine in einer grossen Pfanne bei geringer Waermezufuhr schmelzen lassen. Die Haferflocken darin unter staendigem Ruehren hell roesten und anschliessend wieder abkuehlen lassen. Die Aprikosen oder die Datteln mit einem feuchten Messer klein schneiden. Das Ei mit dem Zucker, dem Vanillinzucker und dem Salz mit den Schneebeesen der Kuechenmaschine zu einer sehr schaumigen Masse verschlagen. Die Haferflocken, das Trockenobst sowie die Zitronenschale darunter geben. Den Backofen auf 180°C vorheizen. Die Bleche befeuchten und mit Backpapier belegen. Mit einem feuchten Teeloeffel etwa walnussgrosse Haeufchen in groesserem Abstaenden auf die Bleche setzen, da die Makronen waehrend des Backvorganges noch etwas auseinander laufen. Die Haferflockenplaetzchen auf der oberen Schiene des Backofens 18 Minuten hellbraun backen und dann zum Abkuehlen nebeneinander auf ein Kuchengitter legen. Zum Aufbewahren der Makronen eignen sich gut schliessende Blechdosen, Gefrierboxen oder Glaeser, darin b leiben sie lange frisch.

Mengenangabe: 35 Stück

Zubereitung 50 Minuten

12.12 Honigkuchengebäck

250 g flüssiger Honig,
100 g brauner Rohzucker,
1 Pkg. Vanillinzucker,
1 Ei,
2 El. Arrak oder Rum,
250 g Weizenmehl, (Type 1050)
250 g Roggenmehl, (Type 1150)
1 Pkg. Backpulver,

1 Tl. abgeriebene unbehandelte
Zitronenschale,
Mehl zum Ausformen,
2 El. Schlagsahne,
Belegkirschen,
Kürbiskerne,
Liebesperlen,
Mandeln,

1 Pkg. Honigkuchengewürz,
oder 1 El fein gemahlener Zimt,
1 Msp. gemahlene Muskatnuss
1 Msp. gemahlene Nelken,
1 Pr. Salz,

Pistazienkerne,
Zuckerblümchen,
Orangeat,
Zitronat,
eventuell farbige Bändchen

1) Den Honig zusammen mit dem Zucker etwas erwärmen. Vanillinzucker, Ei und Arrak oder Rum zugeben und alles mit dem Schneebesen schaumig schlagen. Die beiden Mehlsorten mit dem Backpulver, der Gewürzmischung oder dem Zimt, der Muskatnuss und den Nelken, dem Salz und der Zitronenschale vermischen und unter die Masse rühren.

2) Den Teig von Hand durchkneten und portionsweise auf einer bemehlten Unterlage oder zwischen zwei Lagen Backpapier etwa 1 cm dick ausrollen. Figuren wie Herzen, Tannenbäume oder Sterne ausstechen oder nach Pappschablonen ausschneiden.

3) Die Bleche befeuchten, mit Backpapier belegen und die Plätzchen darauf verteilen, dabei kleine Abstände einhalten. Die Oberfläche der Plätzchen sorgfältig mit Sahne bestreichen, dann nach Belieben mit den Belegkirschen, den Kuerbiskernen, den Liebesperlen, den halbierten Mandeln oder den Pistazien, den Zuckerblümchen oder Stücken von Orangeat und Zitronat verzieren. Bei den Plätzchen, die als Baumbehang dienen sollen, mit einem Schaschlikstäbchen, das mehrfach im Kreis herumgedreht wird, nicht zu kleine Löcher einstechen. Das Backpulver bewirkt, dass die Löcher beim Backen kleiner werden.

4) Den Backofen auf 200°C vorheizen und das Gebäck auf der mittleren Schiene etwa 20-25 Minuten backen. Die Honigkuchenplätzchen mit einer Palette vorsichtig vom Backblech heben und möglichst flach ausgebreitet auskühlen lassen. Farbige Bänder durch die Löcher ziehen. Zum Aufbewahren der Plätzchen eignen sich gut verschließbare Keksdosen oder Gefrierboxen, die verhindern, dass die Plätzchen feucht und weich werden.

Honig Am intensivsten schmeckt dieses Honigkuchengebäck, wenn dafür Imkerhonig verwendet wird. Es gibt ihn in unterschiedlichen Sorten für jeden Geschmack zu kaufen. Blütenhonig schmeckt zart, Waldhonig kräftig. Festen Honig darf man nur bis 30°C erwärmen, um ihn flüssig zu machen, da sonst wichtige Inhaltsstoffe verloren gehen. Am einfachsten ist es, das Glas auf die Heizung zu stellen, man kann es aber auch in einem Wasserbad erwärmen.

Mengenangabe: 100 Stück

Zubereitung 35-40 Minuten

12.13 Ingwer - Apfeltorte

150 g Speisequark (40 % Fett)
100 ml Milch
100 ml Olivenöl

1 Pkg. Backpulver
600 g Äpfel
Zitronensaft, etwas

75 g Zucker
 1 Pkg. Vanillinzucker
 1 Pr. Salz
 300 g Mehl

2 Ingwerpflaumen, eingelegte,
 evtl. mehr
 2 El. Aprikosenkonfitüre

Speisequark auspressen. Quark, Milch, Olivenoel, Zucker, Vanillinzucker, Salz und 150 g Mehl verruehren. Weitere 150 g Mehl und ein Paechchen Backpulver mischen, unter den Teig kneten. Auf bemehlter Arbeitsflaeche (26 cm) ausrollen. Teig in eine gefettete Pieform (24 cm) druecken.

Aepfel waschen, schaelen, entkernen, in Scheiben schneiden. Mit etwas Zitronensaft betrauefeln. Faecherartig auf den Teig legen. 2-3 eingelegte Ingwerpflaumen fein wuerfeln und zwischen den Apfelscheiben verteilen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd 175°C / Gasherd Stufe 2) 25-30 Minuten backen. Herausnehmen und etwas abkuehlen lassen. 2 El Aprikosenkonfituere erwaermen und ueber die Torte streichen.

Mengenangabe: 1 Torte

12.14 Karamel-Walnut-Muffins

Rührteig; 150 ml Milch,

150 g Zucker,
 250 g Mehl,
 1/2 Pkg. Backpulver,
 1 Pr. Salz,
 1 Pkg. Vanillinzucker,

Außerdem;

1 Tl. Puderzucker,

2 Eier,
 125 g Butter, weiche, oder
 Margarine,
 150 g Walnusskerne,

30 Papierbackfoermchen, evtl. mehr

1) Milch erhitzen. 75 g Zucker in einer Pfanne ohne Fett karamelisieren lassen (nur leicht braeunen) karamelisierten Zucker unter Ruehren mit der kochendem Milch abloeschen und unter staendigem Ruehren ca. 2 Minuten bei schwacher Hitze koecheln lassen. 2) Mehl, Backpulver, 75 g Zucker, Salz und Vanillinzucker mischen. Eier und Fett in Floeckchen untarruehren. Karamelmilch zufuegen und alles zu einem cremigen Teig verruehren. Nuesse unterheben. 3) Jeweils 2-3 Papierfoermchen ineinander setzen. Teig mit einem Essloeffel einfuellen einfuellen, so das die Foermchen zu ca. 2/3 gefuellt sind. Auf dem Backblech im vorgeheizten Backofen(E-Herd 200°C/ Umluft 175°C/ Gas Stufe 3) ca. 30 Minuten backen. 4) Muffins aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter auskuehlen lassen. Mit Puderzucker bestaeuben.

Mengenangabe: 15 Stück

Zubereitung 50 Minuten

12.15 Kartoffel-Nuß-Kuchen

400 g Kartoffeln, mehligkochende
 4 Eier,
 250 g Zucker,
 100 g Mehl,
 1 Tl. Backpulver,
 125 g gemahlene Haselnüsse,
 2 Tl. Zimt,

1 unbehandelten Zitrone,
 abgeriebene Schale von
 100 g Kirschkonfitüre,
 150 g Puderzucker,
 1 El. Zitronensaft,
 50 g Haselnusskerne,

1) Kartoffeln ca. 20 Minuten in kochendem Wasser garen. Abgiessen, kalt abschrecken und pellen. Kartoffeln erkalten lassen.

2) Eier trennen. Eigelbe und Zucker ca. 15 Minuten weisscremig aufschlagen. 3 Eiweisse sehr steif schlagen. Mehl, Backpulver, gemahlene Haselnuesse, 1 Tl Zimt und Zitronenschale mischen und unter die Eigelbmasse rühren. Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse druecken oder mit einer Gabel zerdruecken und unter die Masse rühren. Zum Schluss den Eischnee unterheben. Masse in eine gefettete und mit Paniermehl ausgestreute Springform (24 cm) fuellen, glattstreichen und im vorgeheizten Backofen (E-Herd 200°C Umluft 175°C Gasherd Stufe 3) 50 bis 60 Minuten backen.

3) Ausgekuehlten Biskuit einmal waagrecht durchschneiden, unteren Boden mit der Kirschkonfituere bestreichen, den zweiten Boden darauf setzen und etwas andruecken. Fuer den Guss Puderzucker mit restlichem Eiweiss und Zitronensaft glattruehren. Kuchen damit einstreichen. Haselnusskerne grob hacken und ueber den noch feuchten Guss streuen. Zum Schluss mit dem restlichem Zimt bestaeuben.

Mengenangabe: 12 Stück

Zubereitung 2 1/4 Stunden

12.16 Kirsch-Tarte mit Mandelcreme

200 g Mehl,
 125 g kalte Butter oder Margarine,
 60 g Zucker,
 6 El. Zucker,
 1 Pkg. Vanillinzucker,
 1 Eigelb,
 etwas Mehl,
 Fett, (Form)

50 g Zartbitterschokolade,
 1 Glas Sauerkirschen, (720 g)
 35 g Speisestärke,
 1 Zitrone (unbehandelte), Schale
 von
 1 Pkg. Puddingpulver, (Mandel)
 für 1/2 l Milch,
 evtl. Minze,

1) Mehl, Fett, 60 g Zucker, Vanillinzucker, Eigelb und 2 El Wasser verkneten. 30 Minuten kuehlen.

2) Teig und Mehl rund (32 cm) ausrollen. In eine gefettete Tarte oder Springform (28 cm)

legen, mehrmals einstechen.

3) Boden im vorgeheizten Backofen (E-Herd 200°C Gasherd Stufe 3) ca. 20 Minuten backen. Auskuehlen lassen.

4) Schokolade hacken. Kirschen abtropfen lassen, Saft auffangen. Staerke und 6 El Saft glattruehren. Rest Saft, 2 El Zucker und Zitronenschale aufkochen. Staerke einruehren, aufkochen. Zitrone entfernen, Kirschen unterheben.

5) Puddingpulver, 4 El Zucker und 4 El Milch glattruehren. Rest Milch aufkochen. Puddingpulver einruehren, aufkochen. Schokolade bis auf 1 El unterruehren. Pudding auf dem Boden verteilen. Kompott als Kleckse daraufgeben und erkalten lassen. Mit Rest Schokolade und Minze verzieren.

Mengenangabe: 12 Stück

Zubereitung 1 1/2 Stunden

12.17 Linzer Torte

Für den Mürbeteig;

200 g Weizenmehl, (Type 405)

1 Pr. Salz,

200 g Butter oder Margarine,

200 g Zucker,

1 Ei,

200 g gemahlene Haselnusskerne,

1 Pr. feingeriebene Muskatnuss,

Für den Belag;

250 g Himbeerkonfitüre,

Johannisbeerkonfitüre,

konservierte Preiselbeeren,

1 Tl. feingemahlener Zimt,

1 Tl. feingeriebene unbehandelte

Zitronenschale,

2 El. Paniermehl, nach Bedarf

Mehl zum Ausrollen,

Backpapier oder Butter,

bzw. Margarine zum Einfetten,

oder Pflaumenmus,

4 El. Zitronensaft,

Puderzucker zum Bestäuben,

1) Fuer den Muerbeteig alle kuehlen Zutaten in eine Schuessel geben und mit den Knetha-
gen des Elektroquirls oder der Kuechenmaschine knapp 1 Minute vermengen. Bei warmem
Wetter oder zu weichem Fett etwas Paniermehl dazugeben. Die Masse zu einen Teigkloss
zusammenpressen, flach druecken und zugedeckt 30 Minuten kuehl stellen.

2) Den Boden der Springform befeuchten und mit Backpapier belegen oder einfetten.

3) Etwa zwei Drittel des Teiges auf dem Boden der Form ausrollen und da- bei einen 2 cm
hohen Rand bilden. Den Teig einige Male einstechen und kuehl stellen.

4) Den Ofen vorheizen.

5) Den Belag nach Wahl mit dem Zitronensaft vermischen und auf den Tortenboden
streichen.

6) Den Uebrigen Teig auf einer bemehlten Unterlage 5-6 mm dick rund ausrollen, 10-14
Streifen raedeln und Gitterartig auf den Kuchen legen. Den Rand mit den Zinken einer
Gabel garnieren.

7) Die Torte im Ofen backen und erst kurz vor dem Verzehr mit Puderzucker bestäuben.
 Variationen: Statt der Haselnusskerne können Sie auch Mandeln nehmen. Aus der Linzer Torte wird das Schweizer Pendant, die St. Galler Klostertorte, wenn sie statt Muskat 80 g Schokoladenpulver und 1 Tl Backpulver zufügen und nur Johannisbeerkonfitüre verwenden.

Gut zu wissen: In Alufolie verpackt und kühl gelagert, gewinnt die Torte an Geschmack und hält sich 2 Monate. Deshalb lohnt es sich auch, gleich mehrere zu backen.

Mengenangabe: 12 Stü

Zubereitung 50 Minuten

Einschubhöhe Mitte

Backzeit 40-50 Minuten

12.18 Mürbe Zimtschnitten

Für den Rührteig:

3 Eier, evtl. mehr
 150 g Butter oder Margarine,
 50 g Zucker,
 1 Pkg. Vanillinzucker,
 1 El. Rum,
 200 g Weizenmehl, Type 405

1 Pkg. Vanillepuddingpulver,
 1 1/2 Tl. Backpulver,
 1 Pr. Salz,
 Backpapier oder Butter bzw.
 Margarine zum Einfetten
 1 Backblech,

Für den Belag:

100 g Butter oder Margarine,
 2 Tl. Zimt, feingemahlener
 100 g Mandeln, grobgehackte

geschälte
 200 g Zucker,

- 1) Wie oben beschrieben das Blech vorbereiten, den Ofen vorheizen, den Rührteig zubereiten und mit der Teigkarte auf dem Blech glattstreichen.
- 2) Für den Belag das kalte Fett in Flockchen auf den Teig setzen. Den Zimt mit den Mandeln und dem Zucker mischen und gleichmässig auf den Teig streuen.
- 3) Den Rührteig im Ofen goldbraun backen und nach dem Auskühlen in Rechtecke oder Rauten schneiden.

Variationen: Sie können die Schnitten auch mit je 100 g Weizenmehl der Type 405 und 1050 oder statt mit Mandeln und Cashewnuessen, Haselnuss oder Walnuskernen backen.

Mengenangabe: 20 Stück

Zubereitung 20 Minuten

Ofentemperatur 180°C-Z1 Backzeit
 30 Minuten

12.19 Orangen Butterkuchen

500 g Mehl,
 2 Pkg. Trockenhefe,(a 7 g)
 Salz,
 abgeriebene Schale von
 1 unbehandelten Zitrone,
 1 Pkg. feine Orangenfrucht,(6 g)
 100 g Zucker,
 1 Ei,
 175 g Butter,

300 ml Milch,
 100 g Mandelblättchen,
 2 Pkg. Vanillinzucker,
 1 Orange,
 3 El. Orangenlikör,
 100 ml Orangensaft,
 Fett für das Backblech,
 Mehl zum Ausrollen,

1) Mehl und Trockenhefe mischen. Salz, Zitronenschale, Orangenfrucht, 60 g Zucker und Ei zufuegen. 75 g Butter schmelzen, mit Milch mischen und ebenfalls in die Schuessel giessen. Mit den Knethacken des Handruehrgeraetes durcharbeiten, bis der Teig Blasen wirft. Zugedeckt an einem warmen Ort ca. 45 Minuten gehen lassen. Teig erneut durchkneten. Auf gefettetem Backblech (33 X 39 cm) ausrollen, ca. 25 Minuten gehen lassen. Einige Vertiefungen in den Teig druecken. Teig mit Mandeln bestreuen. Rest Zucker und Vanillinzucker darueberstreuen, uebrige Butter darauf verteilen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd 200°C Gasherd Stufe 3) ca. 20 Minuten backen. Orange auspressen. Kuchen mit dem Saft und Orangenlikoer betraeufln. Auskuehlen lassen.

Mengenangabe: 20 Stück
 50 Minuten

12.20 Pflaumen Kopenhagener

450 g Blätterteig, 1 Packung TK
 große Scheiben,
 1 Eigelb,
 100 g Schlagsahne, +
 1 Tl. Schlagsahne,
 20 g Mandelblättchen,
 200 g Doppelrahmfrischkäse,

2 El. Zitronensaft,
 2 El. Zucker,
 4 gross. Pflaumen,
 100 g Aprikosenkonfitüre,
 1 El. Puderzucker,
 getrocknete Erbsen und Alufolie
 zum Blindbacken,

1) Die Teigplatten nebeneinandergelegt auftauen lassen. Jede Platte etwas groesser (ca. 12 X 24 cm) ausrollen und halbieren. Alle Teigecken zur Mitte hin einschlagen und andruecken. Auf ein kalt abgespueltes Backblech setzen, Je ca. 2 El getrocknete Erbsen in Alufolie wickeln und in die Teigmitte setzen.

2) Im vorgeheizten Backofen (E-Herd 225°C/ Gasherd: Stufe 4) 15-20 Minuten backen. Eigelb und 1 Tl Sahne verquirlen. Die Teigraender nach 10-15 Minuten damit bestreichen. Mit Mandelblaettchen bestreuen und fertigbacken. Anschliessend auskuehlen lassen.

- 3) Frischkaese und Zitronensaft verruehren. 100 g Sahne und Zucker steif schlagen und unterheben. Kaesecreme jeweils in die Mitte der Kopenhagener fuellen.
- 4) Pflaumen waschen, halbieren, entsteinen und mehrmals einschneiden. Auf die Creme setzen. Konfituere erhitzen und die Kopenhagener damit bestreichen. Mit Puderzucker damit bestreichen. Mit Puderzucker bestaeuben.

Mengenangabe: 8 Stück

Zubereitung 60 Minuten

12.21 Pflaumen-Marzipan-Röllchen

200 g Trockenpflaumen, halbweiche (ohne Stein)	100 g + etwas Puderzucker,
5 El. roter Portwein, (75 ml)	300 g Zartbitter-Kuvertüre,
400 g Maripan-Rohmasse,	4 El. Kakao,

- 1) Pflaumen laengs halbieren. Mit dem Portwein in einen Topf geben und aufkochen. Vom Herd nehmen. Mindestens 1 Stunde ziehen lassen.
- 2) Marzipan auf etwas Puderzucker 3-4 mm dick ausrollen. Kreise(6 cm) ausstechen und je eine Pflaumenhaelfte darin einwickeln.
- 3) Kuvertuere grob hacken und im heissen Wasserbad schmelzen lassen.
- 4) 100 g Puderzucker und Kakao auf je einen Teller geben. Marzipan- Pflaumen mit einer Gabel in die Kuvertuere tauchen, abtropfen lassen. Im Puderzucker oder Kakao waelzen. Im Kuehlschrank fest werden lassen.

Mengenangabe: 34 Stück

Zubereitung 60 Minuten

12.22 Plunderstreifen mit Apfel

Plunderteig;

1/8 l Milch, lauwarme	500 g Mehl,
20 g Hefe, frische	250 g Butter,
40 g Zucker,	Backpapier,

Füllung;

200 g Marzipanrohmasse,	1 Glas Apfelkompott, stückig
1 Ei,	100 g Puderzucker,
4 El. Rosinen,	2 El. Haselnussblättchen,

- 1) Milch, 200 ml lauwarmes Wasser, Hefe und Zucker verruehren. Mehl in eine Schuessel geben und in die Mitte eine grosse Mulde druecken. Hefemilch hineingeben und mit etwas

Mehl zum Vorteig verrühren. Zugedeckt ca. 10 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen. Alles verkneten und nochmals ca. 20 Minuten gehen lassen.

2) Butter zum Quadrat (ca. 20 X 20 cm) ausrollen. Teig zu einem grösseren Quadrat(ca. 40 X 40 cm) ausrollen. Butter in die Mitte legen, ueberstehen- den Teig ueberschlagen und zu einem schmalen Rechteck ausrollen. Exakt in drei Schichten uebereinanderlegen und Teig Ca. 20 Minuten kalt stellen. Wieder ausrollen und uebereinanderschlagen. Vorgang noch 2 X wiederholen. den Plunderteig ca. 20 Minuten kalt stellen.

3) Marzipan und Ei glattruehren. Aus Plunderteig 2 Rechtecke, (a ca. 20 X 40 cm) ausrollen, Jeweils 5 Streifen(a ca. 1/2 cm) von den kurzen Seiten abschneiden. Rechtecke auf 2 mit Backpapier ausgelegte Bleche legen.

4) Rosinen waschen, trockentupfen. Mit Marzipan und Apfelkompott in jeder Mitte geben. Teigstreifen darauflegen. Raender etwas einrollen.

5) Die Streifen nacheinander im heissen Backofen (E-Herd 175°C / Umluft 150°C / Gas; Stufe 2) je ca. 30 Minuten backen. Abkuehlen lassen.

6) Puderzucker und 1-2 El lauwarmes Wasser verruehren. Plunderstreifen mit Guss und Nuessen verzieren.

Tip: Immer oeffter findet man im Regal Weizenmehl der Type 550. Es ist ideal zum Backen - dank seines hoeheren Gehaltes an Klebereiweiss. Besonders gut gelingt Hefeteig damit.

Mengenangabe: 16 Stück

Zubereitung 4 Stunden

12.23 Punschtorte

Für den Rührteig;

125 g Butter oder Margarine,
7 Eier,
150 g Zucker,
1 El. Rum,
1 Tl. feingeriebene unbehandelte
Zitronenschale,

4 El. Zitronensaft,
200 g Weizenmehl, (Type 405)
2 El. Backpulver,
1 Pr. Salz,
Backpapier oder Butter bzw.
Margarine zum Einfetten,

Für den Guss;

4 El. Marzipanrohmasse,
4 El. feiner Zucker,

6 El. frisch gepreßter Orangensaft,
4 El. Zitronensaft,

Für die Füllung;

200 g Marzipanrohmasse,
100 g Puderzucker,
1 El. Orangenlikör, (z. B. Grand

Marnier,)
250 g Aprikosenkonfitüre,

Für den Überzug;

200 g Puderzucker,
1 Eiweiß,
einige Tropfen Zitronen- oder

Rumaroma,
1 El. dunkler Kakao,

- 1) Wie beschrieben die Form vorbereiten, den Ofen vorheizen; den Rührteig zubereiten - dabei die Eigelbe mit dem Zucker ueber dem Wasserbad abschlagen. Den Teig in die Form geben, backen und aus der Form loesen. Das Gebaeck mit Backpapier und dem Boden der Springform bedeckt und z. B. mit einer Konservendose leicht beschwert auf einem Kuchengitter bis zum folgenden Tag abkuehlen lassen.
- 2) Die Torte waagrecht liegend zweimal aufschneiden. Den weniger schoenen Boden mit der Kruste nach unten auf die Tortenplatte legen.
- 3) Fuer den Guss das Wasser so lange mit Zucker aufkochen, bis der Zucker nicht mehr knirscht, dann den Orangen- und Zitronensaft dazugeben. Die 3 Boeden vorsichtig mit dem Guss traenken.
- 4) Die Marzipanrohmasse reiben und mit Puderzucker und Likoeer verkneten. Die Masse in 2 Portionen teilen, diese jeweils zwischen 2 lagen Backpapier kreisrund ausrollen und daraus 2 Platten in Groesse der Torte schneiden.
- 5) den unteren Boden mit Aprikosenkonfituere duenn bestreichen. Die erste Marzipanplatte, dann den zweiten Boden darauf legen und diesen wieder mit Konfituere bestreichen. Nur den letzten Boden mit der gebraeunten Seite nach oben auflegen und mit einem Brettchen etwas flach andruecken.
- 6) Die restliche Aprikosenkonfituere sieben und die Torte damit aussen duenn bestreichen.
- 7) Die zweite Marzipanplatte auflegen und etwas andruecken.
- 8) Aus Eiweiss, Puderzucker, Zitronen- oder Rumaroma und eventuell etwas Wasser einen dickfluessigen Guss ruehren auf de Torte giessen und sie damit auch am Rand ueberziehen.
- 9) Den Kakao mit einem Gussrest verruehren, in einen Gefrierbeutel geben und eine feine Spitze des Beutels abschneiden. Mit dieser Improvisierten Spritze eine duenne Spirale auf den feuchten Kuchen spritzen. Die Spitze eines Messers abwechselnd von aussen zur Mitte und von der Mitte nach aussen durch den Guss ziehen. Vor dem Aufschneiden die Torte trocknen und durchziehen lassen.

Mengenangabe: 12 Stücke

Zubereitung 65 Minuten

Ofentemperatur 180°C

Einschubhöhe unten

Backzeit 55-65 Minuten

12.24 Rübli-Nuss-Torte

250 g Möhren,
1 Orange, unbehandelt
125 g Haselnüsse, gemahlene
125 g Mandeln, gemahlene
6 Eier,
150 g Puderzucker,

Für den Guß:

250 g Aprikosenmarmelade,

1/2 Tl. Ingwer,
1 Pr. Salz,
2 El. Speisestärke,
1 Tl. Backpulver,
Butter und Paniermehl für die Form,

1 Eiweiß,

250 g Puderzucker,
Für die Dekoration
 Orangenschalenspäne,

- 1) Moehren schaelen, feinreiben. Orange heiss abwaschen, Schale abreiben, mit Moehren, Nuessen und Mandeln mischen. Backofen auf 180°C vorheizen.
 - 2) Eier trennen. Eigelb mit Puderzucker schaumig schlagen. Moehren, Nuss- und Mandel-Mischung unterruehren, mit ausgepresstem Orangensaft und Ingwer wuerzen.
 - 3) Eiweiss mit Salz zu festem Schnee schlagen. Staerke mit Backpulver mischen und zusammen mit dem Eischnee gleichmaessig unter die Teigmasse heben.
 - 4) Form mit Butter auspinseln und mit Paniermehl bestreuen. Teig einfuellen, glattstreich, im Ofen auf der unteren Schiene 45 bis 50 Minuten backen. Garprobe machen: Mit einem Hoelzchen einstechen bleibt noch Teig daran haften, weitere zehn Minuten backen.
 - 5) Auf Kuchendraht auskuehlen lassen und mit der Marmelade bestreichen. Puderzucker mit Eiweiss dickflussig verruehren, die Torte damit ueberziehen und trocknen lassen. Mit den Orangenspaenen(die gewinnt man mit dem Zestensneider) garnieren.
- Tip: Die Torte zwei Tage vor dem Anschneiden backen. Dann entwickelt Sie erst ihr ganzes Aroma.
- Extra Tip: Was tun mit der Masse der ausgeblasenen Eier?? Wie waer's mit Fruehstuecks-Ruehre mit Krabben und Dill? Omeletts sind ebenso moeglich oder Kraeuter- Eierstich, der kleingewuerfelt auf den Salat gestreut wird oder als Belag auf gebuttertem Vollkornbrot schmeckt.

Mengenangabe: 1 Springform von 26 cm Durchmesser.

12.25 Sächsische Eierschecke

Für den Hefeteig:

2 El. Sonnenblumenöl, evtl. mehr
 1/2 Tl. Salz,
 375 g Weizenmehl, Type 405 oder 550
 200 ml Milch,
 1 Würfel Hefe, (42 g) oder
 2 Pkg. Trockenhefe,

Für die Füllung:

120 g Zucker,
 2 Eier,
 1 Pr. Salz,

Für den Belag:

180 g Butter oder Margarine,
 150 g Zucker,
 4 Eier,

3 El. Zucker, evtl. mehr
 1 Pkg. Vanillinzucker,
 2 Eier,
 Backpapier oder Butter bzw.
 Margarine zum Einfetten,

1 Tl. Zitronenschale,
 feingeriebene unbehandelte
 500 g Schichtkäse,

Mark von einer Vanilleschote,
 30 g Weizenmehl, Type 405
 30 g Mandelblättchen

- 1) Den Hefeteig zubereiten, auf dem Blech ausrollen, einige Male mit einer Gabel einstechen, an einer warmen Stelle gehen lassen: den Ofen vorheizen.
- 2) Für die Füllung alle Zutaten miteinander schaumig rühren, dann die Masse auf den weichen Hefeteig streichen.
- 3) Für den Belag die Zimmerwarme Butter mit dem Zucker und den Eiern schaumig rühren. Das Mark der Vanilleschote zufügen. Dann das Mehl nach und nach darüber sieben und unterrühren.
- 4) Die Butter-Eier-Masse auf den Kuchen streichen und mit den Mandelblättchen bestreuen.
- 5) Den Teig noch einmal kurz gehen lassen und dann im Ofen backen. Vor dem Aufschneiden das Gebäck auskühlen lassen.

Mengenangabe: 20 Stück

Zubereitung 35-45 Minuten

Ofentemperatur 200°C

Einschubhöhe Mitte

12.26 Schwäbische Walnusszöpfe

Für die Zöpfe:

400 g Weizenmehl, (Type 550)	1 Ei,
70 g Walnüsse,	1 Tl. Honig,
100 g Dinkelschrot,	6 El. Walnussöl,
1 Pkg. Trockenhefe,	200 ml Milch,
1 Tl. Salz,	

Zum Bestreichen und Bestreuen:

1 Eigelb,	1 El. Dinkelschrot,
3 El. Kondensmilch,	1 El. Mehl,

Für den Dip:

450 g Birnen,	Salz,
75 ml Weißwein,	Pfeffer aus der Mühle,
1/2 Bd. Brunnenkresse,	Zitronensaft,
200 g Doppelrahmfrischkäse,	

- 1) Nüsse grob backen. Mehl, Schrot und Hefe mischen. Salz, Ei, Honig, Walnussöl, Milch und Nüsse zufügen und zu einem glatten Hefeteig verkneten. Abgedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten ruhen lassen.
- 2) Teig erneut durchkneten und in zwei Portionen teilen, Jede Portion zu drei dünnen ca. 45 cm langen Rollen formen und zu einem Zopf flechten. Eigelb und Milch verquirlen. Zopfenden damit bestreichen und zusammendrücken. Beide Zoöpfe auf ein gefettetes

Backblech legen und erneut gehen lassen.

3) Zoepfe mit der Eiermilch bestreichen, mit Schrot und Mehl bestreuen und im vorgeheizten Backofen (E-Herd 200°C Gasherd Stufe 3) ungefaehr 25 Minuten backen.

4) In der Zwischenzeit Birnen schaelen. Kerngehaeuse entfernen. Fruechte in Stuecke schneiden und im Wein weichduensten, abkuehlen lassen und puerieren. Brunnenkresse grob hacken. Birnenpueree mit Frischkaese und Brunnenkresse verruehren, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft pikant abschmecken. Zu den Zoepfen servieren.

Mengenangabe: 6 Personen

Zubereitung 60 Minuten

12.27 Stachelbeer-Quark-Kuchen

150 g Zucker,

1 Würfel Hefe, (45 g)

6 El. Zucker,

375 g Mehl,

8 Eier,

Salz,

1 Pkg. Vanillinzucker,

100 g Butter,

200 ml Milch,

Fett und Mehl, (Fettpfanne)

500 g Magerquark,

1 Pkg. Puddingpulver, "Sahne"

1 Zitrone (unbehandelten),

abgeriebene Schale von

1 Glas Stachelbeeren, (720 ml)

50 g Mandelblättchen,

1 El. Puderzucker,

1) Hefe und 1 El Zucker verruehren. Mehl, 1 Ei, 3 El Zucker, 1 Prise Salz und Vanillinzucker in eine Schuessel geben. 50 g Butter schmelzen. Milch zugiessen, erwaermen. Milch und Hefe zum Mehl geben, verkneten. Zugedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen.

2) Teig nochmals durchkneten. In einer gefetteten, bemehlten Fettpfanne (ca. 33X38 cm)ausrollen. Weitere ca. 15 Minuten gehen lassen.

3) 50 g Butter schmelzen, abkuehlen lassen. 7 Eier trennen. Eigelb, Quark, 150 g Zucker, Puddingpulver und Zitronenschale verruehren. Eiweiss steif schlagen dabei 2 El Zucker einrieseln lassen. Eiweiss und Butter im Wechsel unter den Quark heben.

4) Stachelbeeren abtropfen lassen. Quark auf den Teig verteilen. Mit Fruechten und Mandeln belegen. Im heissen Backofen (E Herd 175°C Gasherd Stufe 2) ca. 40 Minuten backen. Mit Puderzucker bestaeuben.

Mengenangabe: 24 Stück

Zubereitung 2 Stunden

12.28 Stern - Gugelhupf

1/8 l Milch, lauwarmer

1 Pr. Salz,

20 g Hefe, frische
 250 g Mehl,
 100 g Rosinen,
 2 El. Rum,
 50 g Mandeln, gehackte
 50 g Zucker,
 100 g Butter oder Margarine,
 1 Pkg. Vanillinzucker,

150 g Marzipan-Rohmasse,
 3 Eier,
 Fett und Paniermehl für die Form,
 grüne Speisefarbe,
 3 rote Belegkirschen,
 3 Mandelkerne, ungeschälte
 250 g Puderzucker,
 3 El. Zitronensaft,

1) Hefe in der lauwarmen Milch auflösen. Mehl in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde drücken. Die Hefemilch hineingießen. Mit etwas Mehl bestäuben. Vorteig zugedeckt an einem warmen Ort 15-20 Minuten gehen lassen.

2) Inzwischen Rosinen waschen, abtropfen lassen und mit Rum beträufeln. Mandeln in einer trockenen Pfanne rösten und herausnehmen.

3) Fett, Zucker, Vanillinzucker, Salz und 100 g Marzipan schaumig rühren. Eier nacheinander unterrühren. Die Fettmasse zum Vorteig geben und alles zu einem flüssigen Hefeteig verrühren. Mandeln und Rosinen zum Schluss unterrühren. Teig zugedeckt an einem warmen Ort weitere 15 Minuten gehen lassen.

4) Eine Stern Backform(ca. 2 l Inhalt)fetten und mit Paniermehl austreuen. Hefeteig in die Form geben und nochmals ca. 30 Minuten gehen lassen(Teig geht bis an den Formrand) Im vorgeheizten Backofen(E-Herd 200°C / Gasherd Stufe 3) ca. 40 Minuten backen. Den Kuchen ca. 15 Minuten in der Form ruhen lassen, dann auf ein Kuchengitter stürzen und auskühlen lassen.

5) 50 g Marzipan und 1-2 Tropfen grüne Speisefarbe verkneten. Aus dem Marzipan 10-12 Blätter formen. Die Belegkirschen und Mandeln halbieren. Puderzucker, Zitronensaft und ca. 3 El Wasser zu einem glatten Guss verrühren. Den Stern-Gugelhupf damit überziehen. Mit Marzipanblättern, Belegkirschen und Mandeln verzieren.

Ich habe beim Schreiben, im Geist schon mitgenascht Der Gärtner vom Dom

Mengenangabe: 12 Stück

Zubereitung 1 1/2 Stunden

12.29 Süße Knallbonbons und Eierlikörtaschen

500 g Mehl,
 1 Würfel Hefe, (42 g)
 1/8 l Milch,
 75 g Zucker,
 100 g Butter oder Margarine,

Für die Füllung und zum Verzieren;

100 g Puderzucker,
 1 Glas Sauerkirschen,

2 Eier,
 1 Pr. Salz,
 Mehl für die Arbeitsfläche, und
 für's Blech,

8 El. Eierlikör,
 1 Eiweiß,

1 El. Speisestärke,
1 El. Zucker,
1/2 Zitrone, unbehandelten,
Schale von

30 g gehackte Mandeln,
1 1/2 kg weißes
Pflanzenfett, zum Fritieren,
2 El. Zuckerperlen, (20 g)

- 1) Mehl in einer Schuessel geben, in die Mitte eine Mulde druecken und Hefe hineinbroeckeln. Milch erwaermen, 25 g Zucker einruehren und zur Hefe, Milch und etwas Mehl verruehren. Vorteig zugedeckt an einem warmen Ort 10-15 Minuten gehen lassen.
- 2) 50 g Zucker, weiches Fett, Eier und Salz zum Vorteig geben. Alles zu einem glatten Teig verkneten. Zugedeckt an einem warmen Ort nochmals ca. 30 Minuten gehen lassen.
- 3) Inzwischen Kirschen abtropfen lassen. Saft auffangen. Speisestaerke und 2 El Kirschsaft glattruehren. Restlichen Saft, Zucker und Zitronenschale aufkochen. Speisestaerke einruehren und nochmals kurz aufkochen. Zitronenschale entfernen. Kirschen in den Saft ruehren. Auskuehlen lassen.
- 4) Hefeteig nochmals durchkneten und auf bemehlter Arbeitsflaeche 1-1 1/2 cm dick ausrollen. 7 Kreise (ca. 11 cm) ausstechen. Jeweils in eine Kreishaelfte mit den Fingern eine Mulde druecken und 1 El Eierlikoer hineingeben. Teigkanten mit etwas verquirltem Eiweiss bestreichen und eine Haelfte ueberklappen. Rand mit einem Loeffelstiel rundherum andruecken. Teigtaschen auf ein leicht bemehltes Backblech legen und nochmals weitere 5-10 Minuten gehen lassen.
- 5) Restlichen Hefeteig zu einem Rechteck (ca. 24 X 36cm) ausrollen. Mit einem Teigraedchen Quadrate (ca. 12 X 12 cm) ausradeln. In die Mitte jeweils 1 El Kirschkompott geben. Kanten mit restlichen Eiweiss bestreichen, den Teig vom 2 Seiten ueber die Fuellung schlagen und die Raender andruecken. Offene Enden zusammendrehen und die Bonbons kurz gehen lassen.
- 6) Mandeln Roesten. Puderzucker, 1 El Wasser glatt verruehren. Fritierfett auf 180°C erhitzen. Eierlikoertaschen und Knallbonbons portionsweise im heissen Fett in 3-4 Minuten goldbraun backen und auf Kuechenpapier abtropfen lassen. Fertige Teilchen mit Zuckerguss bestreichen. Mit Mandeln oder Zuckerperlen bestreuen.

Mengenangabe: 12 Stück

Zubereitung 1 3/4 Stunden

12.30 Tessiner Brottorte

Für den Rührteig:

250 g trockenes rindenloses
Weißbrot,
100 g Amaretti, bittere
Mandelmakronen,
1 l Milch,
250 g Sultaninen,

3 Eier,
75 g Edelbitterschokolade,
1 Tl. feingeriebene unbehandelte
Zitronenschale,
1 Tl. feingemahlener Zimt,
1/4 Tl. feingeriebene

50 g kleingehacktes Zitronat,
 50 g kleingehacktes Orangeat,
 100 g kleingehackte Mandeln,
 20 g Butter oder Margarine,
 100 g Zucker,

Für die Garnitur

50 g Mandelstifte zum Aus und

Muskatnuss,
 Backpapier oder Butter bzw.
 Margarine zum Einfetten,
 Alufolie,

bestreuen.

- 1) Das Brot wuerfeln und mit den zerdrueckten Amaretti in eine Schuessel geben. Die Milch erhitzen und darueber giessen. Dann die Masse verruehren und ueber Nacht zugedeckt quellen lassen.
- 2) Sultaninen, Orangeat, Zitronat und Mandeln dazugeben und weitere 60 Minuten ziehen lassen.
- 3) Den Boden der Springform befeuchten und mit Backpapier belegen oder einfetten. Danach den Boden mit einem Teil der Mandelstifte austreuen.
- 4) Den Ofen vorheizen.
- 5) Fuer den Ruehrteig, die Butter oder Margarine mit Zucker und Eiern cremig verruehren. Die Schokolade in kleine Stueckchen schneiden und mit der Zitronenschale und den Gewuerzen darunterruehren. Dann die Brotmasse dazugeben und alle Zutaten mit den Knethagen vermischen.
- 6) Den Teig in eine Springform geben und die Oberflaeche glaetten. Dann die uebrigen Mandelstifte darauf streuen.
- 7) Den Kuchen im Ofen backen, dabei die Oberflaeche nach 100 Minuten mit der Alufolie zudecken, damit sie nicht zu dunkel wird. Nach dem Backen die Torte erst nach etwa 10 Minuten vom Rand der Form loesen.
- 8) Die Torte auf einem Kuchengitter auskuehlen lassen. Fruehestens am folgenden Tag in sehr schmale Stuecke schneiden.

Mengenangabe: 20 Stück

Zubereitung 70 Minuten

Ofentemperatur 150°C

Einschubhöhe Mitte

Backzeit 150-180 Minuten

12.31 Tiroler Makronen

100 g Weizenmehl,
 2 Eiweiß,
 90 g feiner Zucker,
 1 Pkg. Vanillinzucker,
 75 g gemahlene Haselnüsse,
 75 g gemahlene Mandeln,

1 Tl. abgeriebene unbehandelte
 Zitronenschale,
 1 El. Rum,
 1 Pr. Salz,
 1/2 Tl. gemahlener Zimt,
 125 g Puderzucker,

75 g geriebene
Edelbitterschokolade,
75 g Sultaninen,

2 El. Zitronensaft,
15 halbierte rote Belegkirschen,

Den Backofen auf 160°C vorheizen, ein Blech befeuchten und mit Backpapier belegen. Fuer die Makronenmasse die Eiweisse zu einem sehr steifen Schnee schlagen, die Haelfte des Zuckers zufuegen und so lange ruehren, bis die Masse stark glaenzt und der Zucker nicht mehr knirscht. Anschliessend den restlichen Zucker, den Vanillinzucker, die Haselnuesse, die Mandeln, die Schokolade, die Sultaninen, die Zitronenschale, den Rum, das Salz den Zimt und das Mehl vorsichtig unter den Eischnee mengen: dabei sollte die schaumige Konsistenz erhalten bleiben. Mit einem Teeloeffel etwa 30 walnussgrosse Haeufchen abstechen und auf das Backblech setzen; die Makronen 12-15 Minuten auf der mittleren Schiene des Backofens trocknen lassen. Einen Guss aus dem Puderzucker und den Zitronensaft anruehren, die Makronen damit duenn bestreichen und jeweils mit einer halbierten Belegkirsche garnieren.

Mengenangabe: 30 Stück

Zubereitung 50 Minuten

12.32 Walnusstaler

250 g Butter,
200 g Zucker,
1 Pkg. Vanillinzucker,
250 g Weizenmehl,
250 g gemahlene Walnüsse,
2 El. dunkler Kakao,

2 Tl. fein gemahlener Zimt,
2 Tl. Backpulver,
1 Pr. Salz,
Mehl zum Ausformen,
1 Eiweiß,
70 Walnusshälften,

1) Butter, Zucker und Vanillinzucker mit den Schneebeesen der Kuechenmaschine vier bis fuenf Minuten schaumig schlagen. Das Mehl mit den Walnuessen, dem Kakao, dem Zimt, dem Backpulver und dem Salz vermischen. Unter die Schaummasse ruehren und dann zu einem glatten Teig verkneten. Daraus acht daumendicke, 40 cm lange Rollen formen, in Folie verpacken und am besten ueber Nacht an einer kuehlen Stelle ruhen lassen. Danach die Rollen auf der bemehlten Arbeitsflaeche in daumenbreite Stuecke schneiden und diese zu gleichmaessigen Kugeln formen.

2) Den Backofen auf 180°C vorheizen. Drei Bleche befeuchten, mit Backpapier belegen und die Kugeln darauf mit einem kleinen Abstand verteilen. Mit feuchten Fingerspitzen jeweils eine Vertiefung hineindruecken. Das Eiweiss leicht verschlagen, die Unterseite der Walnuesse hineintauchen und diese sofort auf die Plaetzchen druecken. Die Walnusstaler in 12-15 Minuten auf der mittleren Schiene des Backofens nicht zu dunkel backen und flach nebeneinander ausgebreitet auf einem Kuchengitter auskuehlen lassen.

Mengenangabe: 70 Stück**Zubereitung** 75 Minuten**12.33 Würzige Paranusskerne**

2 El. Rauchsatz,

250 g Paranusskerne,

2 El. Olivenöl,

Salz und Olivenöl verrühren und mit den Nüssen mischen. Auf einem Backblech. im vorgeheizten Backofen(E- Herd 200°C / Gasherd Stufe 3) ca. 20 Minuten unter Wenden rosten, Nüsse abkühlen lassen und in einem kleinen Beutel verpacken.

Mengenangabe: 1 Beutel**Zubereitung** 25 Minuten**12.34 Zimtsterne**

150 g Marzipanrohmasse,

3 Tl. gemahlener Zimt,

600 g gemahlene geschälte oder

1 Pr. Salz,

ungeschälte Mandeln,

6 Eiweiß,

250 g feiner Zucker,

125 g Puderzucker,

Die Marzipanrohmasse kühlen, fein reiben und mit 500 g Mandeln, Zucker, Zimt, Salz und zunächst vier Eiweissen verkneten. Die Masse bedecken und zwei Stunden kühlen stellen. Den Backofen auf 150°C vorheizen. Für den Guss die restlichen Eiweisse steif schlagen und die Hälfte des Puderzuckers unterrühren, bis die Masse glänzt. Den restlichen Puderzucker nach Bedarf unterheben. 3 El Mandeln beiseite legen. Das Backpapier mit einer Hälfte der nun noch übrig gebliebenen Mandeln bestreuen. Den Teig darauf legen und mit der zweiten Hälfte der Mandeln bestreuen. Mit einem weiteren Bogen Backpapier bedecken und etwa 12 mm dick ausrollen. Etwa drei Viertel des Zuckergusses auf den Teig streichen und Sterne ausstechen. Die Bleche befeuchten, mit Backpapier belegen und die Sterne darauf mit kleinem Abstand verteilen. Teigreste mit dem beiseite gelegten 3 El Mandeln verkneten, erneut ausrollen, mit dem Rest des Gusses bepinseln und wieder ausstechen. Den letzten Teigrest ohne Zuckerguss auf das Blech setzen. Auf der mittleren Schiene des Backofens 20-25 Minuten mehr trocknen lassen als backen; der Guss soll nicht braun werden. Die Zimtsterne zum Auskühlen auf ein Kuchengitter legen.

Mengenangabe: 50 Stück**Zubereitung** 50 Minuten

12.35 Zitronen Sahnetorte**Mürbeteig:**

150 g Mehl,
100 g Butter oder Margarine, kalte
1 Eigelb,

50 g Zucker,
Fett,
Form,

Biskuit:

100 g Zucker,
4 Eier,
1 Pr. Salz,
80 g Mehl,

80 g Speisestärke,
1 Tl. Backpulver,
Backpapier,

Füllung und Verzierung:

500 g Schlagsahne,
6 Bl. Gelatine,
1 Zitrone, unbehandelte
1 Limette oder Zitrone,

3 Dos. Vollmilchjoghurt,
75 g Zucker,
3 El. Himbeergelee, evtl. mehr
1 El. Pistazien, gehackte

- 1) Mehl, Fett in Floeckchen, Eigelb und Zucker glatt verkneten. Ca. 30 Minuten kalt stellen.
- 2) Springform (26 cm) am Boden mit Backpapier auslegen. Eier trennen, Eiweiss und 3 El kaltes Wasser mit den Schneebeisen des Handrührgerätes steif schlagen, Unter weiterem Schlagen Zucker und Salz einrieseln lassen, Eigelb unterziehen. Mehl, Stärke und Backpulver mischen, unterheben, Biskuit in die Form füllen.
- 3) Im vorgeheizten Backofen /E- Herd 200 °C/ Umluft 175°C/ Gas Stufe 3 20-25 Minuten backen. Aus der Form lösen und auskühlen lassen.
- 4) Mürbeteig auf gefetteten Springformboden (26 cm) ausrollen. Formrand darum schließen. Im Backofen bei gleicher Temperatur 15-20 Minuten backen. Auskühlen lassen.
- 5) Biskuit 1 X waagrecht durchschneiden. Gelatine einweichen, Zitrone heiss waschen, trockentupfen, Schale abreiben. Zitrone und Limette auspressen. Joghurt, Zucker, Zitronenschale, Zitrone- und Limettensaft verrühren. Gelatine ausdrücken, bei milder Hitze auflösen und mit 4 El Joghurtcreme verrühren. Dann unter restliche Creme rühren. Kühlen stellen, bis sie zu gelieren beginnt.
- 6) Hälfte Sahne steif schlagen und unterheben. Hälfte Gelee leicht erwärmen und auf den Mürbeteig streichen. Formrand um den Boden legen. 1 Biskuitboden daraufsetzen, Hälfte der Zitronencreme darauf verteilen. Mit 2. Boden, abdecken. Rest Zitronencreme daraufstreichen. Mindestens 4 Stunden kühlen stellen.
- 7) Rest Sahne steif schlagen, ca. 1/3 in einen Spritzbeutel füllen. Torte mit Sahne einstreichen, und mit Tuffs, Rest Gelee und Pistazien verzieren.

Mengenangabe: 16 Stück

Zubereitung 60 Minuten

13 Marmeladen, Eingemachtes

13.1 Zitrus Marmelade

300 g Zucker,
6 Orangen,
6 Grapefruits,
1 Zitrone, Saft von

8 Gewürznelken,
1 Pkg. Gelin, (200 g)
1 Tl. Zimt,

1) Orangen und Grapefruits schälen, so dass die weisse Haut vollständig entfernt ist. Filets zwischen den Trennhäuten herauslassen, ca. 500 g Fruchtfleisch abwiegen und 2/3 der Filets puerieren.

2) Zimt, Zucker und Zitronensaft unterrühren, bis sich der Zucker gelöst hat. Nelken und Filets unterheben. Gelin zufügen und unterrühren. Marmelade in Gläser füllen. Marmelade ueber Nacht an einem kühlen Ort fest werden lassen.

Mengenangabe: 2 Gläser, (a ca. 250 ml)

Zubereitung 35 Minuten

14 Mehlspeisen, Nudeln

14.1 Bandnudeln mit Pilzen

150 g Champignons,
1 Tüte getrocknete Steinpilze,(15
g)
100 g Austernpilze, kleine
1 Knoblauchzehe,
500 g Bandnudeln,

Salz,
2 El. Olivenöl,
Pfeffer aus der Mühle,
1 Bd. Petersilie, glatte
1 klein. Zitrone,

1) Steinpilze in 100 ml Wasser einweichen. Restliche Pilze putzen, kurz waschen und trockentupfen. Austernpilze und Champignons in Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser in 8-10 Minuten bissfest garen. Inzwischen Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Pilze und Knoblauch darin anduensten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Steinpilze mit der Flüssigkeit zugeben, aufkochen und ca. 5 Minuten einkochen lassen. Die Petersilie waschen, trockenschütteln und die Blätter von den Stielen zupfen. In feine Streifen schneiden. Zitrone heiss abwaschen und trockenreiben. Mit einem Juliennereisser die Schale abziehen(oder die Zitrone dünn schälen und die Schale in feine Streifen schneiden) Petersilie unter die Pilze mischen. Mit Zitronensaft abschmecken. Nudeln abgiessen und abtropfen lassen. Mit den Pilzen auf Tellern anrichten und mit etwas Zitronenschale bestreut servieren.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 30 Minuten

14.2 Bandnudeln und Tomaten Pesto

500 g Bandnudeln
Salz
3 Töpfe Basilikum
2 Knoblauchzehen
25 g Pinienkerne

50 g Parmesankäse
1/4 l Olivenöl
150 g Rauke-Salat
100 g Tomaten, eingelegte,
getrocknete

1) Nudeln in kochendem Salzwasser ca.10 Minuten bissfest garen. Basilikumblätter von den Stielen zupfen. Knoblauch schälen. Basilikum, Knoblauch, Pinienkerne und grob gewürfelte Käse in einem Universalzerkleinerer fein hacken. Olivenöl unterrühren. Mit Salz würzen. Rauke-Salat waschen, waschen und gründlich trockenschütteln. Die Tomaten je nach Grösse kleinschneiden. Nudeln abgiessen und kalt abschrecken. Nudeln,

Rauke, Pesto und Tomaten in eine grosse Pfanne geben und unter Schwenken 10 Minuten braten.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 25 Minuten

14.3 Bucatini für die Party

Ein halber Parmesanlaib als Pastaschuessel, so ueberrascht man selbst verwoehte Gaeste. Ein Nudel-Gag der besonderen Art: Man braucht dafuer einen halben, aus gehoehten Parmesanlaib. Der wird vorm fuellen mit 4 cl hochprozentigem Grappa ausgepinselt. Dann anzunden und ausbrennen lassen, denn die Kaeseoberflaeche soll schmelzen. Einen Liter Kalbsfond aufkochen, bei milder Hitze bis auf etwa 100 ml reduzieren. 100 g feingehackte Zwiebeln, 1 gehackte Knoblauchzehe, 50 g feingehackten Stangensellerie, 50 g Moehren in 4 El Olivenoel duensten, gewuerfeltes Fruchtfleisch von zwei kleinen Chilischoten zugeben, pfeffern, salzen. 500 g al dente gekochte Bucatini mit Fond und Sugo mischen, in den heissen Kaeselaib fuellen, mit der Holzgabel wenden, damit der geschmolzene Kaese die Nudeln ueberzieht.

14.4 Canneloni mit Wildfüllung

1 Gemüsezwiebeln, evtl. mehr
6 Knoblauchzehen,
150 g Möhren,
100 g Staudensellerie,
800 g Wildgulasch, (Reh oder Hirsch, aus Schulter oder Keule)
4 Wacholderbeeren,
300 g Tomaten,
8 El. Olivenöl,
Salz,

Sauce

1.4 l Wildfond,
60 g Butter,
50 g Mehl,
1 Zwg. Rosmarin,
4 Wacholderbeeren,

Pfeffer aus der Mühle,
1 Zwg. Rosmarin,
1 Lorbeerblatt,
2 Zwg. Thymian,
1 El. Tomatenmark,
300 ml Rotwein,
2 Tl. Zucker,
1.2 l Wildfond, (Umluft plus 300 ml)
10 g Butter,
24 Canneloni,

2 Lorbeerblätter,
5 g Steinpilze, getrocknete
Salz,
Pfeffer aus der Mühle,

Canalones die katalanische Variante der bekannten Nudelspezialitaet, haben ihren Ursprung in einer italienischen Einwanderungswelle des 19. Jahrhunderts. Wir haben sie mit wuerzigem Wildragout gefuellt.

1) Fuer das Ragout Zwiebeln und Knoblauch pellen und fein wuerfeln. Moehren und Staudensellerie putzen, ebenfalls fein wuerfeln. Das Wildgulasch durch die mittlere Scheibe des Fleischwolfs drehen. Wacholderbeeren im Moerser zerdruecken. Tomaten waschen, trockentupfen und in grobe Stuecke schneiden.

2) Hackfleisch in einem Braeter in 4 El Olivenoel bei starker Hitze anbraten, salzen, pfeffern und in eine Arbeitsschale umfuellen. Den Braeter grob mit Kuechenpapier reinigen. Zwiebel, Knoblauch, Moehren und Staudensellerie im restlichen Olivenoel goldbraun anbraten. Hackfleisch, Rosmarin, Lorbeer, Thymian und den Wacholder dazugeben. Das Tomatenmark unterruehren. Mit dem Rotwein abloeschen und einkochen lassen. Tomatenstuecke und Zucker hinzufuegen und mit dem Wildfond aufgiessen. Das Ragout bei sehr milder Hitze 4 1/2 Stunden offen kochen. Dabei ab und zu umruehren. Abkuehlen lassen. Kraeuterzweige entfernen, das Ragout in einen Spritzbeutel fuellen.

3) Eine feuerfeste Form (36 X 24 cm) mit der Butter einfetten. Die Canneloni-Huelsen mit dem Ragout fuellen(je ca. 30 g pro Huelse)und dicht nebeneinander in die Form setzen.

4) Fuer die Sauce die Butter in einem Topf zerlassen, das Mehl einruehren und mit dem Wildfond aufgiessen. Rosmarin, Wacholder, Lorbeer und Steinpilze dazugeben. Unter Ruehren 20 Minuten offen einkochen lassen. Salzen, pfeffern.

5) Die Sauce ueber die Canneloni giessen und im vorgeheizten Backofen bei 180°C 40 Minuten auf der Schiene von unten garen(Gas Stufe 2-3, Umluft 30 Minuten bei 170°C) Herausnehmen, abgedeckt 20 Minuten ruhenlassen, dann servieren.

Mengenangabe: 10 Personen

Zubereitung 90 Minuten

14.5 Frische Nussnudeln mit ZucchiniGemüse

300 g Mehl,
3 Eier,
2 El. Haselnüsse, gemahlene
Salz,
1 El. Olivenöl, evtl. mehr
3 Zwiebeln,

1 rote Chilischote,
350 g Zucchini,
2 El. Butterschmalz,
Pfeffer, grober
1/2 Tl. Curry,
2 El. Haselnüsse, gehackte

1) Mehl, Eier, Haselnuesse und 1 Tl Salz zu einem geschmeidigen Teig verkneten, ist er zu trocken, tropfenweise Olivenoel zufuegen. Mit einem feuchten Tuch bedeckt 30 Minuten ruhen lassen. Danach durchkneten, Portionsweise ausrollen und in feine Streifen schneiden.

2) Die Nudeln in kochendem Salzwasser bissfest garen. Zwiebeln abziehen, in Streifen teilen. Chilischote putzen und fein hacken. Zucchini abrausen, in Scheiben schneiden.

- 3) Gemuese im Butterschmalz unter Wenden etwa 10 Minuten duensten. Wuerzen.
- 4) Nudeln abgiessen, abschrecken. Mit Gemuese, 2 El Haselnuessen anrichten. Evtl. mit Basilikum garnieren.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 30 Minuten

14.6 Nudeln mit Spinat und Parmesan

200 g geputzter Spinat, oder TK Blattspinat,	weißer Pfeffer aus der Mühle,
1 geschälte Zwiebel, (30 g)	Muskatnuss,
1 Knoblauchzehe,	1 El. stichfeste saure Sahne,
45 g Nudeln, (z. B. Penne Nudeln)	(10% Fett)
Salz,	1 El. geriebener Parmesankäse, (10
1 Tl. Butter oder Margarine, (5 g)	g)

- 1) Spinat gruendlich waschen und abtropfen lassen. Zwiebel und Knoblauch fein hacken.
- 2) Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser 10-12 Minuten garen.
- 3) Fett erhitzen. Zwiebel und Knoblauch anduensten. Ca. 6 El Wasser angiessen und alles aufkochen. (Tiefgefrorenen Spinat unter oefteterem Ruehren auftauen lassen und erhitzen.)
- 4) Spinat mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss wuerzen. Saure Sahne und die Haelfte Parmesan einruehren. Spinat abschmecken.
- 5) Nudeln abgiessen und mit der Spinatsoesse anrichten. Mit restlichen Parmesan bestreuen.

Mengenangabe: 1 Person

Zubereitung 30 Minuten

14.7 Pfannkuchen mit Pflaumenkompott

125 g Pflaumen	40 g Buchweizenmehl, oder dunkles
1 El. Haferflocken, kernige	Mehl, (Type 1050)
100 ml Johannisbeersaft, roter	1 Ei,
1 Anisstern,	5 El. Mineralwasser, (ca. 80 ml)
1 El. Zitronensaft,	1 Msp. Backpulver,
Zimt, etwas	1/2 Tl. Olivenöl,
1/2 Tl. Speisestärke, (3 g)	nach Belieben Minze zum Verzieren,
Süßstoff, etwas	

- 1) Haferflocken ohne Fett goldbraun roesten. Pflaumen waschen. halbieren und entsteinen.
- 2) Saft Pflaumen und evtl. Anis kurz aufkochen. Mit Zitronensaft und Zimt wuerzen. Staer-

ke und 1 El Wasser glattrühren, zu den Pflaumen geben und nochmals kurz aufkochen. Etwas abkühlen lassen und mit Süßstoff abschmecken.

3) Für die Pfannkuchlein Mehl, Ei, Mineralwasser und Backpulver verrühren. Ca. 5-10 Minuten quellen lassen.

4) Olivenöl in einer kleinen beschichteten Pfanne erhitzen. Nacheinander darin 2 kleine goldbraune Pfannkuchen backen. Mit Pflaumenkompott füllen und Haferflocken darüber streuen. Evtl. mit Minze verzieren.

Mengenangabe: 1 Person

Zubereitung 30 Minuten

14.8 Quark-Plinsen auf Tomaten

400 g Quark,
1 Töpfchen Basilikum,
2 Stiele frischer Thymian, oder
1 Tl. getrockneter Thymian,
100 g dunkles Weizenmehl, (Type 1050)
Salz,
3 Eier,

500 g Tomaten,
3 Paprikaschoten, (rot, gelb, grün)
1 Bd. Lauchzwiebeln,
4 El. Olivenöl,
weißer Pfeffer aus der Mühle,
1 El. Kürbiskerne,
4 El. Crème fraîche, (a 20 g)

1) Kräuter waschen und hacken. Quark, Mehl, 1/2 Tl Salz, Eier, Kräuter und 3-4 El Wasser glatt verrühren. 2) Tomaten, Paprika und Lauchzwiebeln putzen, waschen und kleinschneiden. 1 El Olivenöl, erhitzen, Tomaten und Paprika darin ca. 5 Minuten andünsten und etwas koecheln lassen. Lauchzwiebeln zufügen und kurz mitgaren. Mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken. 3) Kürbiskerne hacken und in einer Pfanne rösten. Herausnehmen. 1 El Olivenöl erhitzen. Darin aus dem Quarkteig 4 goldbraune Plinsen backen und warm stellen. Im Rest Olivenöl weitere 8 Plinsen backen. Plinsen und Tomaten- Gemüse anrichten. Mit Kernen und Crème fraîche garnieren oder Crème fraîche dazureichen.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 60 Minuten

14.9 Spaghetti in Thunfischauce

200 g Spaghetti,
Salz,
1 klein. Bund Lauchzwiebeln, (ca. 175 g)

1 Dos. Thunfisch in Öl, (150 g)
10 schwarze Oliven, (ca. 30 g)
Pfeffer aus der Mühle,
3 Stiele Thymian, evtl. mehr

1 El. Olivenöl, evtl. mehr
 1 Tüte Tomaten-Sauce Napoli, für
 1/4 l Flüssigkeit,

nach Belieben Thymian zum
 Garnieren,

- 1) Reichlich Wasser mit Salz in einen Topf zum Kochen bringen. Spaghetti hineingeben und 12-15 Minuten garen.
- 2) Inzwischen Lauchzwiebeln putzen, waschen und in Stücke schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Lauchzwiebeln darin 2-3 Min. unter Wenden dünsten. 1/4 l kaltes Wasser angießen und das Tomatensaucenpulver mit einem Schneebesen einrühren. 1 Minute bei schwacher Hitze kochen lassen.
- 3) Thunfisch abtropfen lassen, etwas zerkleinern und mit den Oliven unter die Sauce Rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Thymian waschen, trockenschütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und über die Sauce streuen. Spaghetti auf ein Sieb schütten und kurz unter kaltem Wasser abschrecken. Abtropfen lassen. Spaghetti und Sauce auf Tellern anrichten. Nach Belieben mit frischen Thymian garnieren.

Mengenangabe: 2 Personen

Zubereitung 30 Minuten

14.10 Spinatstrudel

300 g Mehl, (Type 405)
 175 ml lauwarmes Wasser,
 4 El. Olivenöl,
 Salz,
 Zucker,
 1 kg Blattspinat,
 3 Schalotten,
 1 Tl. Butter,
 400 g Ricotta, (italienischer
 Frischkäse)

100 g Parmesan, frisch geriebener
 4 Eigelb,
 weißer Pfeffer aus der Mühle,
 Muskat,
 1 El. Zitronensaft,
 2 El. Rosmarin,
 70 g Pinienkerne,
 Mehl zum Ausrollen,
 Backpapier,

- 1) Mehl durchsieben, in die Mitte Wasser, 3 El Olivenöl, eine Prise Salz und Zucker geben, zu einem geschmeidigem Teig verkneten. Kugel formen, mit restlichem Olivenöl bestreichen, in Klarsichtfolie wickeln und eine Stunde ruhen lassen.
- 2) Spinat waschen, verlesen, tropfnass in einen Topf geben, bei mittlerer Hitze zusammenfallen lassen. Ausdrücken und grob hacken. Schalotten, abziehen, würfeln, in der erhitzten Butter glasig dünsten.
- 3) Spinat, Ricotta, Schalotten, Parmesan und drei Eigelb verrühren. Mit Pfeffer, Salz, Muskat und Zitronensaft abschmecken. Rosinen und Pinienkerne zufügen.
- 4) Teig auswickeln, Olivenöl mit Küchenkrepp entfernen. Ein Küchenhandtuch mit

Mehl bestaeuben und den Teig darauf so duenn wie moeglich ausrollen. Dann mit beiden Handruecken unter den Teig gehen und vorsichtig auf eine Groesse von 60 X 60 cm ausziehen.

5) Backofen auf 200°C /Gas Stufe 3 vorheizen. Die Fuellung so auf dem Teig verteilen, dass rundherum ein 3 cm breiter Rand entsteht. Mit Hilfe des Tuches aufrollen, die Seiten nach unten einschlagen.

6) Ein Backblech mit Backpapier auslegen, den Strudel darauf legen, mit dem restlichen Eigelb bestreichen und 45 Minuten backen.

7) Mit fluessiger Butter oder einer frischen Tomatensauce anrichten.

Andere Fuellungen Fertigen Strudelteig gibts in der Kuehlbox des Supermarktes und als "yufka" beim tuerkischen Haendler. Auch Tiefkuehl-Blaetterteig(normal oder Vollkorn) hilft, wenn es an Zeit mangelt. Klassisch; Wiener Apfelstrudel. 150 g Semmelbroesel in 80 g Butter goldgelb roesten und auf den ausgezogenen Teig geben. Darauf 1 kg saeuerliche Apfelspalten, 150 g Zucker, 1 El Vanillezucker, 1 Tl Zimt, 2 El Rum, 80 g Rosinen und 100 g Sauerrahm verteilen. 45 Minuten goldgelb backen. Pikante Varianten; mit Sauerkraut und Blutwurst; Lauch und Lammfilet; Paprika und Hackfleisch.

Extra Tip: Blanchieren ist eine Kurzgarmethode, bei der das Gemuese fuer wenige Sekunden oder Minuten in kochendes Wasser getaucht, mit einem Schaumloeffel wieder herausgenommen und in Eiswasser abgeschreckt wird. Das stabilisiert Farbe, Aroma, Wirkstoffe und Struktur. Wurzelspinatblaetter, die als Huelle fuer Fuellungen dienen, blanchiert man dreissig Sekunden. Blattspinat einfach nur tropfnass in den Topf geben.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 55 Minuten

14.11 Tortillas mit Chili Pueblo

1/8 l Milch,

1 Ei,

1 Beutel Bohnentopf Texicana

Pueblo(mexikanisch gewuertz)

Salz,

50 g Mehl,

1/2 Bd. Lauchzwiebeln, (ca.

80 g)

1 -2 El Olivenoel,

Edelsuess-Paprika,

2 Stiele Petersilie,

1) 1/2 l kaltes Wasser in eine Pfanne geben und den Packungsinhalt Bohnentopf einruehren. Aufkochen lassen und unter gelegentlichen Ruehren ungefaehr 10 Minuten koecheln.

2) In der Zwischenzeit fuer die Tortilas Ei und Milch verquirlen. 1 Prise Salz und Mehl zufuegen und alles glatt verruehren. Teig kurze Zeit quellen lassen. In der Zwischenzeit die Lauchzwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden.

3) Olivenoel in einer beschichteten Pfanne erhitzen, Die Haelfte des Teiges hineingeben, glattstreichen und mit der Haelfte der Lauchzwiebelringe bestreuen. Tortilla von beiden Seiten goldbraun braten. Mit den restlichen Teig ebenso verfahren.

4) Petersilienblaettchen von den Stielen zupfen und in feine Streifen schneiden. Unter den Bohnentopf rühren, mit Paprika abschmecken. Tortillas zusammenklappen und mit dem Bohnentopf füllen. Auf einer Platte anrichten.

Mengenangabe: 2 Personen

Zubereitung 35 Minuten

14.12 Vollkornnudeln in Kürbissauce

100 g Kürbiskerne,

1 Knoblauchzehe,

2 Bd. Petersilie,

50 g Parmesankäse, geriebener

1/4 l Olivenöl,

500 g Vollkorn-Spinat-Nudeln,

Salz,

4 Tomaten,

1) Kürbiskerne im Universalzerkleinerer fein mahlen. Knoblauch durch eine Knoblauchpresse drücken. Petersilie fein hacken. Alle vorbereiteten Zutaten mit dem Käse mischen. Olivenöl nach und nach unterrühren. 1/2 Stunde ziehen lassen. 2) In der Zwischenzeit Vollkorn-Spinat-Nudeln in reichlich kochendes Salzwasser schütten und ca. 12 Minuten garen. 3) Tomaten kreuzweise einschneiden. Mit kochendem Wasser übergießen und die Haut abziehen. Tomaten achteln, dabei den Stielansatz abschneiden, und die Kerne entfernen. Nudeln abtropfen lassen. Mit Tomaten und der Kürbiskernsauce mischen.

Mengenangabe: 6 Personen

Zubereitung 45 Minuten

15 Reisgerichte

15.1 Putenspieße auf Paprika-Zucchini

250 g gelbe Paprikaschoten,	175 ml trockener Weißwein,
1 Bd. Lauchzwiebeln,	600 ml Gemüsebrühe, (Instant)
250 g Zucchini,	500 g Putenbrust,
250 g Tomaten,	2 Zwiebeln,
2 -3 Knoblauchzehen,	2 El. Olivenöl,
1 Töpfchen Thymian,	Salz,
1 Töpfchen Basilikum,	weißer Pfeffer aus der Mühle,
3 El. Butter oder Margarine,	Edelsüss-Paprika,
250 g Risottoreis,	50 g geriebener Parmesankäse,

1) Lauchzwiebeln putzen und waschen. Die grünen Teile in Ringe schneiden, das Weiße fein würfeln. Paprika, Zucchini und Tomaten putzen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Knoblauch schälen, hacken. Thymian und Basilikum waschen und bis auf etwas zum Garnieren, hacken.

2) Fett erhitzen. Knoblauch, etwas Thymian und die weißen Lauchzwiebel- Würfel darin anduensten. Reis, Paprika und Zucchini zufügen, anduensten, würzen. Wein und Brühe zugießen, aufkochen und bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten garen. Nach etwa 15 Minuten Tomaten, Lauchzwiebelringe und Basilikum unterrühren.

3) Fleisch würfeln. Die Zwiebeln schälen, in Spalten schneiden. Fleisch und Zwiebeln auf vier Spiesse stecken. Im Olivenöl unter Wenden ca. 8 Minuten braten. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen.

4) Käse in Risotto rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Reis und Spiesse auf einer Platte anrichten. Mit dem restlichen Thymian bestreuen. Mit Basilikum und Thymian garnieren.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 30 Minuten

15.2 Traubenrisotto in Weinblättern

1/8 l Olivenöl,	(ersatzweise eingelegte)
500 g Avorio-Reis,	Salz,
1/2 l klare Brühe, (Instant)	Pfeffer aus der Mühle,
50 g Pinienkerne,	3 Zitronen, unbehandelte
375 g blaue Weintrauben,	Zucker,
100 g Ziegenkäse,	Klarsichtfolie,

20 g frische Weinblätter,

1) 3 El Olivenoel erhitzen. Reis darin glasig duensten. Mit Bruehe abloeschen, aufkochen, ca. 20 Minuten garen. Pinienkerne roesten. Trauben halbieren, entkernen. Kaese wuerfeln. Weinblaetter blanchieren, kalt abschrecken, Stiele entfernen. Blaetter auf Folie ca. 30 X 25 cm gross auslegen. Reis Pinienkerne, Trauben und Kaese mischen, wuerzen. Risotto auf den Weinblaettern verstreichen, rundherum 2 cm Rand frei lassen. Blaetter mit Hilfe der Folie fest aufrollen, Zitronen heiss wachen. Schale von 1 Zitrone abschaelen, in feine Streifen schneiden. Zitrone dann so schaelen, das die weisse Haut entfernt ist. Zitrone in Scheiben schneiden. Rest Zitrone auspressen. Saft, 1/8 l Wasser und Rest Olivenoel aufkochen, wuerzen. Zitronenscheiben und streifen zufuegen. Risottorolle mit Vinaigrette anrichten.

Kochtip Vanilleschoten: Ausgekratzte Vanilleschoten nicht wegwerfen. Machen Sie ihren Vanilletee selbst!! Dafuer die Schoten mit schwarzem Tee aufbruehen oder mit Teeblaettern verschlossen in Dosen einige Tage ziehen lassen.

Mengenangabe: 6 Personen

Zubereitung 45 Minuten

16 Salate

16.1 Bohnensalat mit Speck

150 g Speck, geräucherter durchwachsener	8 El. Weißweinessig, evtl. mehr
2 Dos. Brechbohnen, , feine junge	1 Tl. Brühe,
1 Gemüsezwiebel, (a 250 g)	Salz,
1/2 Bd. Petersilie,	Pfeffer, weißer, aus der Mühle,
2 El. Olivenöl, evtl. mehr	1 Pr. Zucker,

1) Bohnen abtropfen lassen. Zwiebel schaelen, wuerfeln, Speck wuerfeln. Petersilie waschen, hacken. 2) Speck im heissen Olivenoel auslassen. Zwiebel zufuegen und anduensten. Mit 5-6 El Wasser und Essig abloeschen und die Bruehe einruehren. 3) Bohnen, Petersilie und Marinade mischen, abschmecken. Salat ca. 1 Stunde ziehen lassen, nochmals abschmecken.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 25 Minuten

Wartezeit 60 Minuten

16.2 Bunter Salat mit Ziegenkäse

150 g rote Zwiebeln,	100 g Rohmilch-Ziegenkäse,
4 El. Essig,	1 Bd. Schnittlauch,
6 El. Gemüsebrühe, (Instant)	Salz,
1 mittelgroße Salatgurke,	grober, bunter Pfeffer,
250 g kleine, feste Champignons,	4 El. Olivenöl,
1 Kopfsalat,	

1) Zwiebeln schaelen und in Spalten schneiden. Essig und Bruehe mischen und aufkochen. Zwiebeln darin ca. 3 Minuten blanchieren, abgiessen, den Sud dabei auffangen und beides auskuehlen lassen.

2) In der Zwischenzeit Gurke putzen, waschen und halbieren. Haelften der Laenge nach in duenne Scheiben schneiden. Champignons putzen, kurz waschen und groessere Pilze halbieren. Kopfsalat putzen, waschen und in mundgerechte Stuecke zerpfleucken. Kaese-rolle in Scheiben schneiden. Schnittlauch waschen, trockentupfen und in feine Roellchen schneiden. Essigsud, etwas Salz und Pfeffer verruehren. Das Olivenoel darunterschlagen. Schnittlauch zufuegen. die Vinaigrette eventuell noch etwas nachwuerzen.

3) Vorbereitete Zutaten locker auf einer Platte anrichten. Die Vinaigrette darueber traefeln und servieren. Dazu schmecken sehr gut knusprige Baguettebroetchen.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 25 Minuten

16.3 Fenchelsalat mit Käse und Nüssen

4 Orangen, evtl. mehr	weißer Pfeffer aus der Mühle,
2 Fenchelknollen, (ca. 500 g)	1 Pr. Zucker,
1 Kopf Salat, (z. B.	3 El. Olivenöl, evtl. mehr
Eichblattsalat)	200 g mittelalter Goudakäse,
Salz,	3 El. Walnusskerne, (60 g)

Fenchel wirkt besonders dekorativ, wenn Sie ihn in duenne Spalten schneiden oder hobeln.

1) 2-3 Orangen schaelen, so dass die weisse Haut vollstaendig entfernt wird. Orangen halbieren und in duenne Scheiben schneiden. Saft von 2 Orangen auspressen.

2) Fenchel putzen, etwas Gruen aufbewahren. Fenchel waschen und in duenne Scheiben hobeln oder fein schneiden. Fenchelgruen fein hacken. Salat putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Salatblaetter evtl. etwas kleiner Zupfen. Mit Fenchel und Orangenscheiben mischen und auf 4 Teller verteilen.

3) Orangensaft, Salz, Pfeffer und Zucker verruehren. Olivenoel darunterschlagen. Fenchelgruen einruehren. Marinade ueber den Salat verteilen und kurz ziehen lassen. Kaese in duenne Scheiben hobeln und darauf verteilen.

4) Walnusskerne evtl. grob hacken und ueber den Fenchelsalat streuen. Dazu schmeckt Bauernbrot oder Baguette.

Getraenk: Mineralwasser oder kuehle Weisswein Schorle.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 30 Minuten

16.4 Fruchtiger Krautsalat

200 g Vollmilchjoghurt,	3 El. Zitronensaft,
1 Weißkohl, (ca. 1 kg)	Salz,
2 Dos. Mandarin-Orangen, (a 314 ml)	weißer Pfeffer aus der Mühle,
75 g Haselnusskerne,	1 Tl. Zucker,
100 g Salatmayonnaise,	

1) Kohl putzen, waschen und fein hobeln. Mandarinen abtropfen, Saft auffangen. Nuesse hacken.

2) Joghurt, Salatmayonnaise, Zitronen- und 5-6 El Mandarinsaft verruehren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Mit Kohl, Mandarinen und Nuessen mischen. Ca. 1 Stunde ziehen lassen, nochmals abschmecken.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 30 Minuten

16.5 Leichter Kartoffelsalat

240 g geschälte Kartoffeln,	25 g)
Salz,	1 klein. Knoblauchzehe,
1 klein. Paprikaschote, geputzte	1 El. Olivenöl,
rote (ca. 100 g)	1 El. Essig,
1 klein. Paprikaschote, geputzte	5 El. Gemüsebrühe, (50 ml)Instant,
gelbe (ca. 100 g)	weißer Pfeffer aus der Mühle,
1 klein. Zwiebel, geschälte (ca.	einige Stiele Basilikum,

1) Kartoffeln waschen und in Salzwasser ca. 20 Minuten kochen. Dann abgiessen und abkuehlen lassen.

2) Paprika waschen und in Streifen schneiden. Zwiebel halbieren und in duenne Spalten schneiden. Knoblauch hacken.

3) Olivenoel in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch und Zwiebel darin anduensten. Paprika zufuegen und weitere ca. 5 Minuten duensten. Paprikagemuese herausnehmen. Essig und Bruehe fuer die Salatsosse ins heisse Bratfett geben und wuerzen.

4) Kartoffeln in Spalten schneiden, mit Paprikagemuese und Salatmarinade mischen. Basilikum waschen, abzupfen und zufuegen. Noch ca. 15 Minuten ziehen lassen.

Mengenangabe: 1 Person

Zubereitung 30 Minuten

16.6 Linsen Fisch Salat

150 g Linsen, rote	3 El. Olivenöl,
1/2 l Gemüsebrühe,(Instant)	3 El. Weißweinessig,
300 g Steinbeisser-Filet,	Salz,
2 Zitronen, Saft von	Pfeffer aus der Mühle,
100 g Linsensproßen,	1 Msp. Zucker,
1/2 klein. Kopf junger	1 Apfel,
Weißkohl,(ca.500 g)	Dill und Zitronenrädchen zum
50 g Mehl,	Garnieren,

1) Linsen in kochender Bruehe ca.12 Minuten garen. Fisch waschen, trockentupfen, grob wuerfeln und mit 2 El Zitronensaft betraeufln.Ca.5 Minuten ziehen lassen. Linsensprossen waschen und abtropfen lassen. Fisch abtupfen und kurz in Mehl wenden. Leicht abklopfen, in heissen Olivenoel goldbraun braten. Herausnehmen. Weisskohl putzen, waschen und grob zerschneiden,Ca.5 Minuten unter Wenden in der Pfanne anbraten. Herausnehmen. Bratoel mit Essig und Rest Zitronensaft abloeschen. Mit Pfeffer, Salz und Zucker wuerzen. Linsen abtropfen lassen. Apfel waschen, vierteln, Kerngehaeuse herausschneiden. Apfel in Spalten schneiden. Mit Linsensprossen, rote Linsen und dem Weisskohl mischen. Mit der Vinaigrette uebergiessen, locker mischen und ein wenig durchziehen lassen. Mit den Fischwuerfeln auf einer Platte anrichten. Mit Dillfaehnchen und Zitronenraedchen garniert servieren.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 35 Minuten

16.7 Orangensalat

2 klein. rote Zwiebeln, evtl. mehr
5 Orangen,
1 Carambola, evtl. mehr
2 El. Estragonessig,
Salz,

gemahlener schwarzer Pfeffer
a.d.M.,
7 El. Olivenöl,
20 schwarze Oliven,

Die Orangen schaelen und dabei die weisse Haut entfernen. Die Fruechte in etwa 5 mm dicke Scheiben schneiden und die Kerne herausnehmen; den dabei austretenden Saft auffangen. Die Zwiebeln abziehen und in sehr feine Ringe schneiden. Die Carambola waschen und in duenne Scheiben schneiden, sodass sich jeweils ein Stern ergibt. Fuer die Sauce Orangensaft mit Estragonessig, Salz und Pfeffer verruehren und das Olivenoel hinzufuegen. Die Orangen auf einer Platte anrichten. Die Zwiebelringe und die Oliven darauf verteilen. Mit den Carambolasternchen garnieren und die Salatsauce darueber giessen. Zu diesem frischen und fruchtigen Salat passt hervorragend ein trockener Silvaner als Getraenk.

Als traditionelles Weihnachtsmenue: - Orangensalat - Petersilienwurzelsuppe mit Kartoffeln - Gebratene Gans mit Rotkohl und Kartoffelkloessen - Maronencreme

Mengenangabe: 6 Personen

Zubereitung 25 Minuten

16.8 Radieschen-Chicoree-Salat

150 g Radicchio,

150 g Vollmilchjoghurt,

2 Kolben Chicoree,
150 g mittelalter Goudakäse,
1 dicke Scheibe (150 g)magerer
gekochter Schinken,
2 Orangen,
1 Bd. Schnittlauch,

2 El. Creme fraîche,
2 El. Essig,
1/2 Tl. Zucker,
Salz,
Pfeffer aus der Mühle,

1) Radicchio und Chicoree putzen. Kaese und gekochten Schinken in kleine Stifte schneiden. Orangen grosszuegig schaelen, so das die weisse Haut vollstaendig entfernt wird. Das Fruchtfleisch zwischen den Trennhautchen heraus schneiden. Saft dabei auffangen. Salatblaetter in mundgerechte Stuecke teilen. Mit dem Orangensaft marinieren.

2) Schnittlauch in Roellchen schneiden. Joghurt, Creme fraiche, Schnittlauch, Essig und Zucker verruehren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Salate, Orangenfilets, Kaese und Schinken auf Tellern anrichten. Dressing darueber verteilen.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 25 Minuten

16.9 Rollmops Kartoffelsalat

250 g Staudensellerie,
1 kg Kartoffeln,
1 Bd. Lauchzwiebeln,
400 g Gabelrollmöpse,
5 El. Olivenöl,
1 Tl. Gemüsebrühe, Instant

6 El. Weißweinessig, evtl. mehr
1 El. Senf, mittelscharfer
Salz,
weißer Pfeffer aus der Mühle,
100 g schwarze Oliven,

1) Kartoffeln waschen und in Wasser ca. 20 Minuten kochen lassen.

2) Inzwischen Staudensellerie und Lauchzwiebeln putzen, waschen und schraeg in duenne Scheiben schneiden. Sellerie gruen, bis auf etwas zum Garnieren hacken. Die Gabelrollmoepse quer halbieren,

3) Kartoffeln kalt abschrecken und die Schale abziehen. Etwas abkuehlen lassen.

4) 1 El Olivenoel in einer Pfanne erhitzen. Lauchzwiebeln darin anduensten. Mit 150 ml Wasser abloeschen. Gemuesebruehe, Essig, Senf, Salz und Pfeffer zufuegen und aufkochen. 4 El Olivenoel darunterruehren. Kartoffeln in Scheiben schneiden und mit der heissen Vinaigrette uebergiessen. Staudensellerie Oliven und Rollmoepse unterheben und alles zugedeckt ca. 30 Minuten ziehen lassen.

5) Salat mit Salz und Pfeffer abschmecken und in einer Schuessel anrichten. Mit Selleriegruen bestreuen und garnieren, Tip: Die Pellkartoffeln lassen sich mit Hilfe eines Eierschneiders besonders schoen in gleichmaessig-dicke Scheiben schneiden.

Mengenangabe: 6 Personen

Zubereitung 50 Minuten

16.10 Salat mit Schinken und Croutons

2 Lauchzwiebeln, oder eine rote
Zwiebel, evtl. mehr
1 grüner Salat, (z. B. Kopf oder
Römersalat)
2 Scheib. Toastbrot,
2 El. Butter oder Margarine,
3 El. Essig, (z. B. Weißwein Essig)
3 Tl. flüssiger Honig, evtl. mehr
1 El. Senf, mittelscharfer

2 El. Olivenöl,
Salz,
weißer Pfeffer aus der Mühle,
1/2 Bd. Dill,
35 g Gourmet Lachsschinken, mit
Camembert
4 dünne Scheiben geräucherter
Schinken, (a. ca. 10 g)

1) Salat putzen, waschen und abtropfen lassen. Kopfsalat mundgerecht zupfen bzw. Römersalat in Streifen schneiden. 2) Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Toastbrot wuerfeln. Fett erhitzen. Brot darin unter Wenden goldbraun roesten. Auskuehlen lassen. 3) Essig, Honig, Senf und Olivenoel kraeftig verruehren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dill waschen, fein schneiden und zufuegen. 4) Teller mit Salat auslegen und Lauchzwiebeln darueberstreuen. Alles mit Marinade betrauefeln. Schinkenscheiben halbieren und darauf anrichten. Mit Croutons bestreuen.

Als Menue der Woche - Salat mit Schinken und Croutons - Feines Schnitzelcurry mit Ananas - Joghurt - Becher mit Grapefruit

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 30 Minuten

16.11 Spinatsalat mit Austernpilzen

150 g Blattspinat,
1 Hühnerei, oder 2 Wachteleier,
1 Tl. Sherryessig,
1/4 l mittelscharfer Senf,
Pfeffer aus der Mühle,
Salz,

1 Schalotte,
1 El. Olivenöl,
150 g Austernpilze,
1 Knoblauchzehe,
5 g Butter,
1 El. geschälte Sonnenblumenkerne,

Ei wachsw weich kochen, abschrecken, pellen und vierteln. Spinat waschen, verlesen, gut abtropfen lassen. Essig mit Senf einer Prise Pfeffer und Salz verruehren, Schalotte abziehen, feinhacken und hinzufuegen. Zum Schluss das Olivenoel unterruehren und ueber den Spinat trauefeln. Pilze in breite Streifen schneiden. Knoblauch abziehen und grob

hacken, beides in der erhitzten Butter fuerf Minuten braten. Leicht salzen und pfeffern. Sonnenblumenkerne hinzufuegen und goldbraun roesten. Pilze vorsichtig mit dem Spinat vermischen. Zum Schluss mit den geviertelten Eiern garnieren.

Viel Energie bringt der knackige und leichte Feinschmeckersalat zum Lunch.

Mengenangabe: 1 Person

Zubereitung 30 Minuten

17 Vorspeisen, Suppen

17.1 Kräftige Hühnersuppe

1 Tl. Pfefferkörner, evtl. mehr	600 g Weißkohl,
2 mittelgroße Zwiebeln,	200 g Möhren,
Salz,	150 g Krakauer Wurst,
2 Lorbeerblätter,	120 g Reis,
1 Suppenhuhn, (ca. 1,2 kg)	1 Bd. Petersilie,

1) Zwiebeln schälen, halbieren. 2 l Wasser in einen Topf mit Zwiebeln, Salz, Lorbeer und Pfefferkörnern aufkochen.

2) Geflügel waschen, zufügen und alles bei schwacher Hitze ca. 1 1/2 Stunde koecheln lassen.

3) Kohl waschen, vierteln, Strunk herausschneiden, Möhren waschen in Scheiben schneiden. Wurst in Scheiben schneiden. Huhn aus der Brühe nehmen, Fleisch von Knochen und Haut lösen und in mundgerechte Stücke schneiden. Brühe durch ein Sieb gießen. 1 Liter abmessen. 4) Reis ca. 15 Minuten in Salzwasser garen. Möhren und Kohl in der Brühe 10-15 Minuten garen. Wurst und Hühnerfleisch 5 Minuten vor Ende der Garzeit zufügen, alles abschmecken. Mit gehackter Petersilie garnieren, Reis dazu reichen.

Mengenangabe: Person

Zubereitung 2 1/4 Stunde

17.2 Petersilienwurzelsuppe mit Kartoffeln

450 g Petersilienwurzeln,	1 l Gemüse oder Geflügelbrühe,
nach den Schalen bleiben etwa 350 g übrig,	Salz,
2 Kartoffeln, (etwa 150 g)	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer aus der Mühle,
1 gross. Schalotte oder Zwiebel,	1/2 Bd. glatte Petersilie,
3 El. Butter,	

Die Petersilienwurzeln und die Kartoffeln schälen, gründlich waschen und in grobe Stücke schneiden. Die Schalotten oder die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Die Butter in einem Topf erhitzen. Die Schalotten oder Zwiebelwürfel und die Petersilienwurzelsstücke darin unter ständigem Rühren einige Minuten anduensten.

Die Kartoffelstücke hinzugeben und mit der Geflügelbrühe abkochen; mit Salz und Pfeffer pikant abschmecken.

Die Suppe auf kleiner Hitze etwa 25 Minuten koecheln lassen, bis die Petersilienwurzeln und die Kartoffeln weich sind.

Während die Suppe gart, die Petersilie waschen, trockentupfen, dann die Blättchen von den Stielen zupfen und fein wiegen. Die Petersilie in die Teller geben und die Suppe darüber giessen oder sie über die Suppe streuen.

Als traditionelles Weihnachtsmenue: - Orangensalat - Petersilienwurzel-suppe mit Kartoffeln - Gebratene Gans mit Rotkohl und Kartoffelkloessen - Maronencreme

Mengenangabe: 6 Personen

Zubereitung 45 Minuten

17.3 Rote Bete Suppe

750 g Querrippe vom Rind,
Salz,
2 Zwiebeln,
1 Lorbeerblatt,
8 Pfefferkörner,
800 g Wirsingkohl,
375 g Rote Bete,

1 Dos. große Bohnenkerne,(425 ml)
2 El. Olivenöl,
2 feine ungebrühte Kalbsbratwürste,
2 Scheib. Toastbrot,
Paprika-Edeksüss,
Pfeffer aus der Mühle,
1/2 Bd. Petersilie,

1) Fleisch waschen und in 2 l Salzwasser geben. Zwiebeln schälen, würfeln, Lorbeer und Pfefferkörner dazugeben. Zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 2 Stunden garen.

2) Kohl putzen, waschen, in breite Streifen schneiden. Rote Bete schälen, waschen, würfeln. Bohnen abtropfen lassen. Kohl, rote Bete und Bohnen ca. 15 Minuten vor Ende der Garzeit zum Fleisch geben.

3) Bratwurstbrat in Kloessen aus der Haut drücken, in Olivenöl goldbraun braten, herausnehmen. Brot zerbroeseln, im Bratfett rosten, mit Paprika bestäuben. Petersilie waschen, fein hacken, daruntermischen.

4) Fleisch aus der Brühe nehmen, abkühlen lassen, würfeln und mit den Bratwurstkloessen in die Brühe geben, salzen, pfeffern. Mit Brotbroeseln bestreut servieren.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 2 1/4 Stunde

17.4 Würzige Nudelsuppe

100 g Shiitake-Pilze,
1 rote Paprikaschote,
1 dünne Stange Porree,(Lauch)
2 El. Olivenöl,

Curry,
2 Eier,
20 g Butter oder Margarine,
Salz,

2 Packungen Asia Nudel Snack,

Pfeffer aus der Mühle,

1) Paprika und Porree Putzen, waschen und in duenne Streifen bzw. Ringe schneiden. Pilze putzen, dabei die Stiele herausdrehen. Pilze waschen und in Streifen schneiden. Gemuese im heissen Olivenoel kurz anduensten. 1 l Wasser angiessen und aufkochen. Nudelpaekchen einmal durchbrechen und mit dem Inhalt der beiliegenden Beutel zum Gemuese geben, zugedeckt bei schwacher Hitze ca.4 Minuten koecheln. Dabei mehrmals umruehren. Eier im heissen Fett beidseitig als Spiegeleier braten. Dabei mit Salz und Pfeffer wuerzen. In duenne Streifen schneiden und zur Suppe geben.

Mengenangabe: 4 Personen

Zubereitung 15 Minuten

Index

ALKOHOLFREI

Apfeltraum, 51

APFEL

Apfelkranzkuchen, 65

Apfelschmarren mit Vanillinsoße, 11

Apfeltraum, 51

Gedeckter Apfelkuchen vom Blech,
68

Gedeckter Bratapfelkuchen mit Vanilleguss, 69

Glasierter - Apfel - Schichtkuchen,
71

Ingwer - Apfeltorte, 73

Plunderstreifen mit Apfel, 79

APFELKUCHEN

Gedeckter Apfelkuchen vom Blech,
68

Gedeckter Bratapfelkuchen mit Vanilleguss, 69

Glasierter - Apfel - Schichtkuchen,
71

APRIKOSE

Quarkklößchen in Aprikosensauce,
14

ASIEN

Würzige Nudelsuppe, 112

AUFLAUF

Hack-Kartoffel-Auflauf, 18

AUSTERNPILZ

Spinatsalat mit Austernpilzen, 108

BANDNUDEL

Bandnudeln mit Pilzen, 93

Bandnudeln und Tomaten Pesto, 93

BECHERKUCHEN

Buttermilch Napfkuchen, 67

BEILAGE

Kartoffelklöße, 5

Kartoffelklösse, 5

Rotkohl, 6

Spargel mit Hollandaise, 7

BELEGTES

Avocado - Brot, 9

Lachssandwich, 9

BIRNE

Birnentorte, 65

BLAETTERTEIG

Pflaumen Kopenhagener, 78

BLECHKUCHEN

Gedeckter Apfelkuchen vom Blech,
68

BLUMENKOHL

Blumenkohl-Brokkoli-Gratin, 17

Bratwürstchen zu Blumenkohl, 29

BOHNE

Bohnensalat mit Speck, 103

Kasseler mit pikanten Bohnen, 37

Tortillas mit Chili Pueblo, 99

Würziger Bohnentopf, 19

BROETCHEN

Schinken Brötchen, 10

BROT

Avocado - Brot, 9

Kasseler in Brotteig, 37

Lachssandwich, 9

Schinken Brötchen, 10

BUCHWEIZEN

Buchweizentorte, 66

BUFFET

Canneloni mit Wildfüllung, 94

Hirschrouladen, 35

Ziegenkäse mit Datteln, 55

BUTTERKUCHEN

Orangen Butterkuchen, 78

CANNELONI

Canneloni mit Wildfüllung, 94

CHAMPIGNON

Gebratene Kräuter - Champignons,
57

DESSERT

- Geeistes Mokka-Souffle, 11
 Grießpudding in Holunderapfelsuppe, 12
 Joghurt - Becher mit Grapefruit, 13
 Maronencreme, 14
 Quarkklößchen in Aprikosensauce, 14
 Schwarzwaldbecher, 15
- DIABETES
 Kräftige Hühnersuppe, 111
 Leichter Kartoffelsalat, 105
 Nudeln mit Spinat und Parmesan, 96
- EINFACH
 Gefüllte Zucchini Türmchen, 59
 Mürbe Zimtschnitten, 77
- EINTOPF
 Bunter Gemüse Eintopf, 17
 Würziger Bohnentopf, 19
- ERBSE
 Erbsensuppe mit Croutons, 18
- EXOTISCH
 Exotische Obsttorte mit Limettencreme, 67
- FENCHEL
 Fenchelsalat mit Käse und Nüssen, 104
- FESTLICH
 Gefülltes Filet in Weinsauce, 30
 Lammkeule mit Kräuterfüllung, 38
 Schweinefilet zu Kohlröschen, 42
- FILET
 Gefülltes Filet in Weinsauce, 30
 Schweinefilet zu Kohlröschen, 42
- FISCH
 Fischfilet mit Kräuter Hollandaise, 21
 Gebratene Scholle mit Pfeffergemüse, 21
 Gefüllte Schollenfilets, 22
 Kabeljau auf Gemüsebett, 23
 Kabeljau mit Spargel, 23
 Linsen Fisch Salat, 105

- Pikanter Heringstopf, 24
 Rollmops Kartoffelsalat, 107
 Zander im Salzmantel mit Petersilie, 25
- FLEISCH
 Canneloni mit Wildfüllung, 94
 Feines Schnitzelcurry mit Ananas, 30
 Gefülltes Filet in Weinsauce, 30
 Gulasch ungarischer Art, 31
 Hack-Tournedos, 32
 Hackbraten mit Chili Maiskruste, 33
 Hackfleischwürstchen, 55
 Hacksteaks mit Möhren-Püree, 33
 Hacksteaks mit Möhrenpüree, 34
 Hirschrouladen, 35
 Italienische Schweinerippchen, 36
 Kalbskotelett mit Sherrysoße, 36
 Kasseler in Brotteig, 37
 Kasseler mit pikanten Bohnen, 37
 Lammkeule mit Kräuterfüllung, 38
 Lammkeule mit Kräutern, 39
 Lammkoteletts mit Gemüse, 39
 Lammkoteletts mit Kräutersauce, 40
 Lammkoteletts mit Kräutersoße, 41
 Piccata (Kalbsschnitzel), 41
 Schweinefilet zu Kohlröschen, 42
 Stielkoteletts mit Tatsik, 42
- FRANKREICH
 Lammkoteletts mit Kräutersauce, 40
- GANS
 Gebratene Gans, 45
- GARNELE
 Zucchini-gemüse mit Garnelen, 26
- GEBAECK
 Haferflockenmakronen, 72
 Honigkuchengebäck, 72
 Karamel-Walnut-Muffins, 74
 Mürbe Zimtschnitten, 77
 Pflaumen Kopenhagener, 78
 Plunderstreifen mit Apfel, 79
 Sächsische Eierschecke, 82
 Schwäbische Walnusszöpfe, 83

- Süße Knallbonbons und Eierlikörtschen, 85
 Tiroler Makronen, 87
 Walnusstaler, 88
 Zimtsterne, 89
- GEFLUEGEL
 Gebratene Gans, 45
 Hähnchen mit Speck-Zwiebel-Kruste, 47
 Huhn in Weißwein, 47
 Kräftige Hühnersuppe, 111
 Putenspieße auf Paprika-Zucchini, 101
 Würziger Hühnertopf, 49
- GEFRIERGEEIGNET
 Mürbe Zimtschnitten, 77
- GEMUESE
 Blumenkohl-Brokkoli-Gratin, 17
 Bunter Gemüse Eintopf, 17
 Gefüllte Paprika mit Pfefferminzjoghurt, 58
 Gefüllte Zucchini Türmchen, 59
 Gratiniertes Spargel italienischer Art, 59
 Gurkenpfanne mit Fleischwurst, 60
 Porree in Schinkenrahm, 62
 Spargel mit Hollandaise, 7
 Zucchini-Gemüse mit Garnelen, 26
- GETRAENK
 Apfeltraum, 51
 Feiner Kräuterlikör, 51
 Moonlight, 51
- GRATIN
 Blumenkohl-Brokkoli-Gratin, 17
- GRIESS
 Grießpudding in Holunderapfelsuppe, 12
- GRUNDLAGE
 Grundteig für Nudeln, 53
- GUGELHUPF
 Stern - Gugelhupf, 84
- GULASCH
 Gulasch ungarischer Art, 31
- GURKE
 Gurkenpfanne mit Fleischwurst, 60
- HACK
 Hack-Kartoffel-Auflauf, 18
 Hack-Tournedos, 32
 Hackbraten mit Chili Maiskruste, 33
 Hackfleischwürstchen, 55
 Hacksteaks mit Möhren-Püree, 33
 Hacksteaks mit Möhrenpüree, 34
- HAUPTGERICHT
 Feines Schnitzelcurry mit Ananas, 30
 Würziger Hühnertopf, 49
- HERING
 Pikanter Heringstopf, 24
 Rollmops Kartoffelsalat, 107
- HIRSCH
 Hirschrouladen, 35
- HUHN
 Hähnchen mit Speck-Zwiebel-Kruste, 47
 Huhn in Weißwein, 47
 Kräftige Hühnersuppe, 111
 Würziger Hühnertopf, 49
- INGWER
 Ingwer - Apfeltorte, 73
- INNEREI
 Chicoree mit Kalbsleber, 29
- ITALIEN
 Italienische Schweinerippchen, 36
 Zucchini-Gemüse mit Garnelen, 26
- JOGHURT
 Joghurt - Becher mit Grapefruit, 13
 Zitronen Sahnetorte, 90
- KABELJAU
 Kabeljau auf Gemüsebett, 23
 Kabeljau mit Spargel, 23
- KAESE
 Bucatini für die Party, 94
 Hackfleischwürstchen, 55
 Ziegenkäse mit Datteln, 55
- KALB

- Chicoree mit Kalbsleber, 29
 Kalbskotelett mit Sherrysoße, 36
 Piccata (Kalbsschnitzel), 41
- KARTOFFEL
 Brokkoli-Kartoffelklöße, 57
 Hack-Kartoffel-Auflauf, 18
 Herzhafte Kartoffelpfanne, 60
 Kartoffel-Nuß-Kuchen, 75
 Kartoffelklöße, 5
 Kartoffelklösse, 5
 Leichter Kartoffelsalat, 105
 Rollmops Kartoffelsalat, 107
- KASSELER
 Kasseler in Brotteig, 37
 Kasseler mit pikanten Bohnen, 37
- KATALONIEN
 Canneloni mit Wildfüllung, 94
 Hirschrouladen, 35
 Ziegenkäse mit Datteln, 55
- KEULE
 Lammkeule mit Kräutern, 39
- KIRSCH
 Kirsch-Tarte mit Mandelcreme, 75
- KLOSS
 Brokkoli-Kartoffelklöße, 57
 Kartoffelklöße, 5
 Kartoffelklösse, 5
 Parmesan Klösse auf Gemüse, 61
- KOHL
 Blumenkohl-Brokkoli-Gratin, 17
 Fruchtiger Krautsalat, 104
- KOTELETT
 Kalbskotelett mit Sherrysoße, 36
 Lammkoteletts mit Gemüse, 39
 Lammkoteletts mit Kräutersauce, 40
 Lammkoteletts mit Kräutersoße, 41
 Stielkotellets mit Tatsik, 42
- KRAEUTER
 Feiner Kräuterlikör, 51
 Fruchtiger Krautsalat, 104
- KUCHEN
 Apfelkranzkuchen, 65
 Buttermilch Napfkuchen, 67
- Gedeckter Apfelkuchen vom Blech, 68
 Gedeckter Bratapfelkuchen mit Vanilleguss, 69
 Glasierter - Apfel - Schichtkuchen, 71
 Kartoffel-Nuß-Kuchen, 75
 Kirsch-Tarte mit Mandelcreme, 75
 Orangen Butterkuchen, 78
 Stern - Gugelhupf, 84
- KUERBIS
 Vollkornnudeleln in Kürbissauce, 100
- LAMM
 Lammkeule mit Kräuterfüllung, 38
 Lammkeule mit Kräutern, 39
 Lammkoteletts mit Gemüse, 39
 Lammkoteletts mit Kräutersauce, 40
 Lammkoteletts mit Kräutersoße, 41
 Stielkotellets mit Tatsik, 42
- LEBER
 Chicoree mit Kalbsleber, 29
- LEICHT
 Pflaumen Kopenhagener, 78
 Zitronen Sahnetorte, 90
- LIKOER
 Feiner Kräuterlikör, 51
- LINSE
 Linsen Fisch Salat, 105
- MANDEL
 Kirsch-Tarte mit Mandelcreme, 75
- MARMELADE
 Zitrus Marmelade, 91
- MARONE
 Maronencreme, 14
- MARZIPAN
 Pflaumen-Marzipan-Röllchen, 79
- MEERESFRUCHT
 Zucchini-gemüse mit Garnelen, 26
- MEHLSPEISE
 Kaiserschmarren mit Zwetschenkompott, 13

- Pfannkuchen mit Pflaumenkompott, 96
 Quark-Plinsen auf Tomaten, 97
 Tortillas mit Chili Pueblo, 99
- MENUE
 Gebratene Gans, 45
 Kartoffelklösse, 5
 Maronencreme, 14
 Orangensalat, 106
 Petersilienwurzelsuppe mit Kartoffeln, 111
 Rotkohl, 6
- MOEHRE
 Rübli-Nuss-Torte, 81
- NUDEL
 Bandnudeln mit Pilzen, 93
 Bandnudeln und Tomaten Pesto, 93
 Bucatini für die Party, 94
 Canneloni mit Wildfüllung, 94
 Frische Nussnudeln mit Zucchini-gemüse, 95
 Grundteig für Nudeln, 53
 Nudeln mit Spinat und Parmesan, 96
 Spaghetti in Thunfischauce, 97
 Vollkornnudeleln in Kürbissauce, 100
- NUSS
 Frische Nussnudeln mit Zucchini-gemüse, 95
 Kartoffel-Nuß-Kuchen, 75
 Würzige Paranusskerne, 89
- OBST
 Exotische Obsttorte mit Limettencreme, 67
- ORANGE
 Orangen Butterkuchen, 78
 Orangensalat, 106
- P4
 Bandnudeln mit Pilzen, 93
 Bandnudeln und Tomaten Pesto, 93
 Lammkeule mit Kräutern, 39
 Lammkoteletts mit Gemüse, 39
- Spargel mit Hollandaise, 7
 Spinatstrudel, 98
 Traubenrisotto in Weinblättern, 101
- P6
 Lammkeule mit Kräutern, 39
 Spinatstrudel, 98
- PAPRIKA
 Gefüllte Paprika mit Pfefferminzjoghurt, 58
- PARTY
 Bucatini für die Party, 94
- PESTO
 Bandnudeln und Tomaten Pesto, 93
- PETERSILIE
 Petersilienwurzelsuppe mit Kartoffeln, 111
- PFANNENGERICHT
 Herzhafte Kartoffelpfanne, 60
- PFANNKUCHEN
 Pfannkuchen mit Pflaumenkompott, 96
- PFLAUME
 Pfannkuchen mit Pflaumenkompott, 96
 Pflaumen Kopenhagener, 78
- PILZ
 Bandnudeln mit Pilzen, 93
 Gebratene Kräuter - Champignons, 57
 Pilzragout, 62
- PORREE
 Porree in Schinkenrahm, 62
- PRALINE
 Fruchtige Mandel-Häufchen, 68
 Pflaumen-Marzipan-Röllchen, 79
- PREISWERT
 Gulasch ungarischer Art, 31
 Hackbraten mit Chili Maiskruste, 33
 Mürbe Zimtschnitten, 77
- PUDDING
 Grießpudding in Holunderapfelsuppe, 12
- PUNSCH
 Punschtorte, 80

PUTE

Putenspieße auf Paprika-Zucchini,
101

QUARK

Quark-Plinsen auf Tomaten, 97
Quarkklößchen in Aprikosensauce,
14

RAHM

Porree in Schinkenrahm, 62

REIS

Putenspieße auf Paprika-Zucchini,
101

REISGERICHT

Traubenrisotto in Weinblättern, 101

RIND

Gulasch ungarischer Art, 31
Hack-Tournedos, 32
Hacksteaks mit Möhrenpürree, 34

RISOTTO

Putenspieße auf Paprika-Zucchini,
101
Traubenrisotto in Weinblättern, 101

ROTE BETE

Rote Bete Suppe, 112

ROTKOHL

Rotkohl, 6

SACHSEN

Sächsische Eierschecke, 82

SALAT

Bohnensalat mit Speck, 103
Bunter Salat mit Ziegenkäse, 103
Fenchelsalat mit Käse und Nüssen,
104
Fruchtiger Krautsalat, 104
Leichter Kartoffelsalat, 105
Linsen Fisch Salat, 105
Orangensalat, 106
Radieschen-Chicoree-Salat, 106
Rollmops Kartoffelsalat, 107
Salat mit Schinken und Croutons,
108
Spinatsalat mit Austernpilzen, 108

SANDWICH

Lachssandwich, 9

SCHNELL

Fenchelsalat mit Käse und Nüssen,
104
Gebratene Kräuter - Champignons,
57
Gurkenpfanne mit Fleischwurst, 60
Mürbe Zimtschnitten, 77
Spargel mit Hollandaise, 7

SCHNITZEL

Piccata (Kalbsschnitzel), 41

SCHOLLE

Gebratene Scholle mit Pfeffergemüse,
21
Gefüllte Schollenfilets, 22

SCHWEIN

Feines Schnitzelcurry mit Ananas,
30
Gulasch ungarischer Art, 31
Hack-Tournedos, 32
Hacksteaks mit Möhrenpürree, 34
Italienische Schweinerippchen, 36
Schweinefilet zu Kohlröschen, 42

SEELACHS

Fischfilet mit Kräuter Hollandaise,
21

SINGLE

Hacksteaks mit Möhrenpürree, 34

SPAGHETTI

Spaghetti in Thunfischauce, 97

SPARGEL

Gratinierter Spargel italienischer Art,
59
Kabeljau mit Spargel, 23
Spargel mit Hollandaise, 7

SPINAT

Nudeln mit Spinat und Parmesan, 96
Spinatsalat mit Austernpilzen, 108
Spinatstrudel, 98

STRUDEL

Spinatstrudel, 98

SUESSPEISE

- Kaiserschmarren mit Zwetschen-
kompott, 13
- SUPPE
- Erbsensuppe mit Croutons, 18
- Kräftige Hühnersuppe, 111
- Petersilienwurzelsuppe mit Kartoffeln, 111
- Rote Bete Suppe, 112
- Würzige Nudelsuppe, 112
- TARTE
- Kirsch-Tarte mit Mandelcreme, 75
- TESSIN
- Tessiner Brottorte, 86
- THUNFISCH
- Spaghetti in Thunfischauce, 97
- TOMATE
- Bandnudeln und Tomaten Pesto, 93
- TORTE
- Birnentorte, 65
- Buchweizentorte, 66
- Exotische Obsttorte mit Limettencreme, 67
- Ingwer - Apfeltorte, 73
- Linzer Torte, 76
- Punschtorte, 80
- Rübli-Nuss-Torte, 81
- Tessiner Brottorte, 86
- Zitronen Sahnetorte, 90
- VOLLWERTKOST
- Apfelschmarren mit Vanillinsoße, 11
- VORSPEISE
- Orangensalat, 106
- Radieschen-Chicoree-Salat, 106
- Salat mit Schinken und Croutons, 108
- WALNUSS
- Schwäbische Walnusszöpfe, 83
- WEIHNACHTEN
- Gebratene Gans, 45
- Haferflockenmakronen, 72
- Honigkuchengebäck, 72
- Kartoffelklöße, 5
- Maronencreme, 14
- Orangensalat, 106
- Petersilienwurzelsuppe mit Kartoffeln, 111
- Rotkohl, 6
- Tiroler Makronen, 87
- Walusstaler, 88
- Zimtsterne, 89
- WILD
- Canneloni mit Wildfüllung, 94
- Hirschrouladen, 35
- WURST
- Bratwürstchen zu Blumenkohl, 29
- ZANDER
- Zander im Salzmantel mit Petersilie, 25
- ZIEGENKÄESE
- Bunter Salat mit Ziegenkäse, 103
- Ziegenkäse mit Datteln, 55
- ZITRONE
- Zitrus Marmelade, 91
- ZUCCHINI
- Gefüllte Zucchini Türmchen, 59
- Zucchini Gemüse mit Garnelen, 26