

Weihnachts Kochbuch

Stand: 20.10.02

Inhaltsverzeichnis

1 Backen, Gebaeck, Anis, X-mas	2
1.1 ANISGEBAECK	2
2 Backen, Gebaeck, Eiweiss, X-mas	2
2.1 SCHAUMRINGE (BAISER-RINGE)	2
3 Backen, Gebaeck, Erdnuss, X-mas	2
3.1 HAVERFLOCKEN-SCHOKOLADEN PLAETZCHEN	2
4 Backen, Gebaeck, Haferflocke, X-mas	3
4.1 HAVERFLOCKEN-MAKRONEN	3
5 Backen, Gebaeck, Haselnuss, X-mas	3
5.1 HASELNUSSBROETCHEN	3
5.2 NUSSKUGELN	4
6 Backen, Gebaeck, Kokos, X-mas	4
6.1 KOKOSBUSSERL	4
7 Backen, Gebaeck, Mandel, X-mas	4
7.1 SUESSE MAKRONEN	4
8 Backen, Gebaeck, Mandeln, X-mas	5
8.1 MANDELPLAETZCHEN	5
9 Backen, Gebaeck, Schmalz, X-mas	5
9.1 SCHMALZGEBACKENES UND DOERROBST AUS DEM WESTERWALD	5
10 Backen, Gebaeck, Walnuss, Dattel, X-mas	6
10.1 DATTEL-WALNUSS-BUSSEL	6
11 Backen, Gebaeck, Walnuss, X-mas	6
11.1 WALNUSSMAKRONEN	6
12 Backen, Gebaeck, X-mas	7
12.1 AACHENER PRINTEN (NACH GROSSMUTTER)	7
12.2 AMARENAPLAETZCHEN	7
12.3 ANISMONDE	8
12.4 APFELKLOETZE IN BROTTEIG AUS DEM AHRTAL	9
12.5 APRIKOSENWUERFEL	9
12.6 BAERENTATZEN	10
12.7 BANANEN-MAKRONEN	10
12.8 BERNER LECKERLI (NACH GROSSMUTTER)	11
12.9 BRAUNE KUCHEN	12

12.10	CANTUCCINI	13
12.11	CHRISTBAUMSCHMUCK	14
12.12	ELISENKUCHEN	14
12.13	ERDNUSS-HAFER-PLAETZCHEN	15
12.14	FEIGENTALER	15
12.15	FEINE HAFCROSSIES	16
12.16	FLORENTINER	16
12.17	FLORENTINER GESCHENKPAECKCHEN	17
12.18	FRUCHTHERZEN	18
12.19	FUGGERGEBAECK	18
12.20	GLASIERTE ZIMT-LEBKUCHEN-WUERFEL	19
12.21	GLUEHWEINSTERNE	20
12.22	HAFERFLOCKENPLAETZCHEN AUS DER EIFEL	21
12.23	HEXENHAEUSCHEN AUS LEBKUCHEN	22
12.24	HIMMELSBROT	22
12.25	HONIGKUCHENSCHNITTEN	23
12.26	HUFEISEN	24
12.27	INGWER-CANTUCCINI	24
12.28	INGWER-MAKRONEN	25
12.29	INGWERHERZEN	25
12.30	LEBKUCHENSCHNITTEN	26
12.31	LIMETTEN-INGWER-PLAETZCHEN	26
12.32	MAISPLAETZCHEN (GLUTENFREI)	27
12.33	MAKRONENPLAETZCHEN	27
12.34	MANDEL-ANIS-STERNE	28
12.35	MANDEL-JAPONAIS MIT BIRNENMUS	28
12.36	MANDEL-LEBKUCHEN	29
12.37	MANDELBROT AUS DEM RHEINTAL	30
12.38	MANDELRAUTEN	30
12.39	MANDELSTERNE	31
12.40	MARZIPAN-RAVIOLI	31
12.41	MERANER NUESSE	32
12.42	MOHN-PFLAUMENMUS-PLAETZCHEN	32
12.43	MOHN-PREISELBEER-PLAETZCHEN	33
12.44	MOKKA-RUM-TRUEFFEL	34
12.45	NUSS-NOUGAT-BERGE	34
12.46	ORANGEN-MANDEL-KROKANT	35
12.47	ORANGEN-SCHOKOLADEN-HERZEN	35
12.48	PINIENKERN-SCHNITTEN	36
12.49	PISTAZIEN-VANILLE-GBAECK	37
12.50	ROESCHE ZIMTSTERNE	38
12.51	RUM-LEBKUCHEN	39
12.52	SCHNELLE GEWUERZPLAETZCHEN	39
12.53	SCHOKOLADENZUNGEN	39

12.54	SCHOKOPLAETZCHEN	40
12.55	SNICKERDOODLES	40
12.56	SPEKULATIUS	41
12.57	SPITZBUBEN	41
12.58	SPRITZ-GEBAECK PLAETZCHEN	42
12.59	SUEDTIROLER WEIHNACHTSZELTEN	42
12.60	SUESSE HASELNUSS-CAPPUCCINO-PLAETZCHEN	43
12.61	WALNUSS-COOKIES	44
12.62	WEIHNACHTSMAENNER	44
12.63	WEIHNACHTSSCHOKOLADENBROT	45
12.64	WIENER VANILLEKIPFERL	45
12.65	XANTENER BROCKEN	46
12.66	ZIMTWAFFELN AUS DEM HUNSRUECK	47
13	Backen, Gebaeck, Xmas	47
13.1	BUTTERSpritzGEBAECK	47
14	Backen, Kuchen, Honig, X-mas	47
14.1	ECHTE PULSNITZER PFEFFERKUCHEN	47
15	Backen, Kuchen, Rosine, X-mas	48
15.1	BUTTERSTOLLEN	48
16	Backen, Kuchen, X-mas	49
16.1	BELGISCHER HONIGKUCHEN	49
16.2	BIEREWECKE (FRUECHTEBROT)	49
16.3	ROSINENBROT	50
16.4	WEIHNACHTLICHER GEWUERZKUCHEN MIT MANDELKRUSTE	50
17	Backen, Stollen, X-mas	51
17.1	BARBARA-STOLLEN	51
17.2	QUARKSTOLLEN MIT ADVENTSPUNSCH	52
18	Bakcen, Gebaeck, X-mas	52
18.1	WALNUSSPLAETZCHEN MIT RUM	52
19	Info, X-mas	53
19.1	WEIHNACHTSGENUESSE	53
19.2	WEIHNACHTSGENUESSE	54
20	Suessspeise, Warm, X-mas	55
20.1	PLUMPUDDING MIT GRAPEFRUIT-JOGHURT	55

1 Backen, Gebaeck, Anis, X-mas

1.1 ANISGEBAECK

125 g Zucker	1 Schuss Anis
2 Eier	<i>ERFASST ☆RK☆ AM 15.12.98 VON</i>
125 g Mehl	Ilka Spiess Suedwest Text
1 Schuss Hirschhornsatz	

Zucker und Eier schaumig schlagen. Anis untermischen. Mehl mit Hirschhornsatz mischen, portionsweise unter die Eimasse rühren.

Mit feuchtem Kaffeelöffel kleine Haeufchen auf ein gefettetes Blech setzen. Ueber Nacht trocknen lassen. Bei 250Grad ca. 10 Minuten hellgelb backen.

2 Backen, Gebaeck, Eiweiss, X-mas

2.1 SCHAUMRINGE (BAISER-RINGE)

4 Eiweiss	le
1 Schuss Salz	Bunte Zuckerstreusel
300 g Puderzucker	<i>ERFASST ☆RK☆ AM 06.12.98 VON</i>
1 EL Speisestärke	Ulli Fetzer www.br-online.de
1 EL Vanillezucker	
1 Zitrone oder Orange die abgeriebene Scha-	

Eiweiss und eine Prise Salz zu steifem Schnee schlagen und dabei den Puderzucker und die Stärke einrieseln lassen. Nach und nach unter ständigem Weiterschlagen den Vanillezucker und Zitruschale dazugeben

Den Backofen auf 70GradC vorheizen. Die Schaummasse in einen Spritzbeutel mit gezackter Tüpfel füllen und Ringe auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech spritzen. Mit buntem Zuckerstreuseln bestreuen und im warmen Backofen bei leicht geöffneter Backofentür in 2-3 Stunden trocknen lassen.

3 Backen, Gebaeck, Erdnuss, X-mas

3.1 HAFERFLOCKEN-SCHOKOLADEN PLAETZCHEN

2 Tasse Zucker	1/2 Tasse Milch
4 EL Kakao	1/2 Tasse Butter
1 TL Vanillearoma; oder das Mark einer Schote	3/4 Tasse Erdnussbutter 3 Tasse Haferflocken

ERFASST ★RK★ AM 01.11.00 VON

Ilka Spiess

Die Milch mit Butter, Zucker, Kakao und Vanille zum Kochen bringen und vom Feuer nehmen.

Erdnussbutter und Haferflocken zugeben und gut durchmischen. Mit einem Teeloeffel, kleine Haeufchen auf ein Backpapier setzen und abkuehlen lassen.

4 Backen, Gebaeck, Haferflocke, X-mas

4.1 HAVERFLOCKEN-MAKRONEN

170 g Butter	200 g Mehl
100 g Zucker	140 g Haferflocken
100 g Brauner Zucker	75 g Gehackte Walnusskerne
1 Ei	50 g Schokotroepfchen; Fertigprodukt
1 TL Vanillinzucker	<i>ERFASST ★RK★ AM 21.07.99 VON</i>
1 TL Zimt	Ilka Spiess ARD/ZDF-Text
1 TL Backpulver	

Die Butter, den Zucker und das Ei cremig ruehren und danach Vanillinzucker und Zimt dazugeben. Anschliessend das Mehl und das Backpulver daruebersieben.

Alles zu einer Masse verruehren. Die Haferflocken, Schokotroepfchen und Walnusskerne nacheinander unterruehren. Pro Makrone gibt man zwei Teeloeffel der Masse auf das mit Backpapier ausgelegte Blech.

Im vorgeheizten Ofen auf der mittleren Schiene bei 175GradC ca. 10 bis 15 Minuten backen.

5 Backen, Gebaeck, Haselnuss, X-mas

5.1 HASELNUSSBROETCHEN

250 g Butter	1 Vanilleschote
250 g Zucker	Gemahlene Haselnuesse zum Verzieren
2 Eigelb	
250 g Haselnuesse; gemahlen	<i>ERFASST ★RK★ AM 17.12.98 VON</i>
375 g Mehl	Ilka Spiess Suedwest-Text

Butter schaumig ruehren, Zucker, ein Eigelb, Haselnuesse, Mehl und Vanilleschoten-Mark zugeben. Alles gut kneten, dann auswellen und Halbmonde ausstechen.

Halbmonde auf ein gefettetes Backblech setzen, mit Eigelb bestreichen und mit Haselnuesen bestreuen. Bei mittlerer Hitze hellbraun backen.

5.2 NUSSKUGELN

FUER DIE BAISERMASSE

5 Eiweiss
1 Schuss Salz
150 g Zucker
40 g Mehl
100 g Haselnuesse; gerieben
1 TL Gemahlener Zimt
30 g Fluessige Butter

AUSSERDEM

Backpapier; fuer das Backblech
30 g Haselnuesse; gehobelt
4 EL Himbeermarmelade
*ERFASST *RK* AM 06.12.98 VON*
Ulli Fetzer www.br-online.de

Den Backofen auf 175GradC vorheizen. Eiweiss, eine Prise Salz und Zucker so lange schlagen, bis der Eischnee schnittfest und glaenzend ist. Mehl, Nuesse und Zimt vermischen und mit der fluessigen Butter locker unterheben. Die Masse in einen Spritzsack mit glatter Tuelle fuellen und kleine Rosetten auf das Backblech spritzen.

Die Haelfte davon mit den Haselnussblaettchen belegen und im heissen Backrohr auf der oberen Schiene 10-12 Minuten backen. Die restliche Masse auf die gleiche Weise backen. Die ausgekuehlten Kekse mit Marmelade bestreichen und immer zwei zusammensetzen.

6 Backen, Gebaeck, Kokos, X-mas

6.1 KOKOSBUSSERL

4 Eiweiss	1/2 Zitrone; die Schale
180 g Zucker	<i>ERFASST *RK* AM 06.12.98 VON</i>
2 EL Vanillezucker	Ulli Fetzer www.br-online.de
200 g Kokosflocken	

Den Backofen auf 175GradC vorheizen. Eiweiss, eine Prise Salz und Zucker so lange schlagen, bis der Eischnee schnittfest und glaenzend ist. Kokosflocken und Zitronenschale unterheben. Die Masse in einen Spritzsack mit glatter Tuelle fuellen und kleine Rosetten auf das Backblech spritzen.

Im heissen Backrohr auf der oberen Schiene 10-12 Minuten backen.

7 Backen, Gebaeck, Mandel, X-mas

7.1 SUESSE MAKRONEN

500 g Mandelsplitter
 500 g Zucker
 2 Eier
 Zitronenschale

*ERFASST ★RK★ AM 06.03.99 VON
 Ulli Fetzer NORDTEXT*

Zucker und Eier schaumig schlagen, mit geriebener Zitronenschale (unbehandelt) wuerzen und mit den Mandelsplittern zu einem Teig ruehren.
 Kleine Haeufchen formen und auf Backpapier setzen. Bei schwacher Hitze hellgelb backen.

8 Backen, Gebaeck, Mandeln, X-mas

8.1 MANDELPLAETZCHEN

375 g Butter
 380 g Zucker
 2 Eier
 360 g Mandeln; geroestet
 750 g Mehl
 Zimt

Zitrone

ERFASST ★RK★ AM 27.10.00 VON

Ilka Spiess Studios NRW Topfgucker-Rezept

Den Teig wie Muerbeteig bearbeiten, d. h. erst Butter und Zucker verruehren, dann die Eier zugeben, danach den Rest. Die Teigmasse zu Stangen rollen, ueber Nacht kuehl stellen, z.B. im Kuehlschrank.

Dann den Teig in Scheiben schneiden und bei 180 bis 200 Grad Celsius ca. 10 Minuten im Backofen backen. Anschliessend nach Belieben mit Ei abschlagen und mit Mandeln garnieren.

9 Backen, Gebaeck, Schmalz, X-mas

9.1 SCHMALZGEBACKENES UND DOERROBST AUS DEM WESTERWALD

250 g Butter
 250 g Zucker
 2 Becher Vanillezucker
 3 Eigelb
 500 g Mehl

2 TL Backpulver; gestrichen

1 EL Milch

ERFASST ★RK★ AM 09.11.99 VON

Ilka Spiess Suedwestfunk

Die Butter schaumig ruehren und nach und nach Zucker, Vanillezucker und Eigelb hinzugeben. Das mit dem Backpulver gesiebte Mehl essloeffelweise mit der Milch unterruehren. Sobald der Teig anfaengt, fest zu werden, geben wir ihn auf ein Backbrett und

kneten den Rest des Mehles darunter. Nun drehen wir den Teig durch einen Fleischwolf mit Spezialvorsatz, schneiden die Plaetzchen in beliebiger Laenge ab, legen sie auf ein gefettetes Backblech und backen sie bei 175-200 Grad ca. 10-15 Minuten.

Nach dem Erkalten koennen die Plaetzchen mit Kuvertuere bestrichen werden. Abwandeln laesst sich dieses Rezept, indem man abgezogene, geriebene Mandeln, geriebene Nuesse oder die abgeriebene Schale einer Zitrone oder Apfelsine hinzugibt. Anstelle von Butter kann auch Margarine oder Butter und Margarine je zur Haelfte genommen werden.

10 Backen, Gebaeck, Walnuss, Dattel, X-mas

10.1 DATTEL-WALNUSS-BUSSERL

4 Eiweiss	50 g Orangeat
1 EL Zitronensaft	1 Orange; die Schale
1 Schuss Salz	1 EL Orangenlikoer
280 g Zucker	<i>ERFASST *RK* AM 06.12.98 VON</i>
1 EL Speisestaerke	Ulli Fetzer www.br-online.de
200 g Getrocknete Datteln	
200 g Walnusskerne	

Eiweiss, Zitronensaft und Salz ueber einem Wasserbad steif schlagen. Zucker und die Staerke einrieseln lassen und so lange weiterschlagen, bis der Schnee schnittfest und glaenzend ist. Zum Schluss die Masse ueber einem kalten Wasserbad kaltschlagen.

Backofen auf 150GradC vorheizen. Datteln entkernen und wie Walnuesse und Orangeat sehr fein hacken Mit der Orangenschale und dem -Likoer unter den Schnee ruehren.

Mit einem Kaffeeloeffel kleine Haeufchen von der Schneemasse abstechen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Im heissen Backofen auf der unteren Schiene in etwa 20-25 Minuten mehr trocknen als backen. Die restliche Masse bis zum Backen kalt stellen, dann auf die gleiche Weise backen.

11 Backen, Gebaeck, Walnuss, X-mas

11.1 WALNUSSMAKRONEN

500 g Walnuesse, fein gemahlen	Salz
500 g Zucker	<i>ERFASST *RK* AM 18.12.98 VON</i>
240 g Eiklar	Ulli Fetzer Bundesfachschule des dt.
Zimt	Baeckerhandwerks, Weinheim
Vanille	

Die Zutaten miteinander vermischen und die Masse auf 82 Grad abroesten und etwas abkuehlen lassen. Auf Papier aufdressieren und mit einer viertel Walnuss schmuecken.

Nach dem Backen bei 170 Grad mit heissem Laeuterzucker abglaenzen.
 Laeuterzucker: In Wasser geloester Zucker, auf 100 g Wasser etwa 60 g Zucker. Das Gemisch erhitzten und evtl. entstehenden Schaum abschoepfen.

12 Backen, Gebaeck, X-mas

12.1 AACHENER PRINTEN (NACH GROSSMUTTER)

250 g Honig	50 g Gehacktes Zitronat
65 g Butter	7 g Pottasche
65 g BraunenZucker	Wasser
375 g Mehl	Braunen Kandiszucker; zerstossen
1/2 TL Nelkenpulver	<i>ERFASST ☆RK☆ AM 25.10.99 VON</i>
1/2 TL Korianderpulver	Ulli Fetzer SUEDWEST-TEXT. Was die
1/2 TL Kardamompulver	Grossmutter noch wusste
1 TL Zimt	

Honig, Butter und Zucker im Topf erwaermen, aufloesen und etwas abkuehlen lassen. Mehl und Gewuerze in eine Schuessel geben. Zitronat zufuegen und mit dem Honig-Butter-Gemisch verruehren. Pottasche mit wenig Wasser aufloesen und gut unter den Teig kneten. Anschliessend den Teig zwei Stunden kalt stellen.

Den Teig auf der mit Kandiszucker bestreuten Arbeitsflaeche ausrollen, in Streifen von 8 cm Laenge und 3 cm Breite schneiden. Diese auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen.

Die Teigstuecke duenn mit kaltem Wasser bestreichen. Im vorgeheizten Backofen, zweite Schiene von unten, bei 180GradC etwa 15 bis 18 Minuten backen.

12.2 AMARENAPLAETZCHEN

<i>MUERBETEIG</i>	tropft)
350 g Kalte Butter	150 g Weiche Butter
200 g Puderzucker	Salz
1 Ei (Kl. M)	4 Eigelb (Kl. M)
500 g Mehl	2 Eiweiss (Kl. M)
Salz	40 g Zucker
1 EL Mandelsirup	80 g Gemahlene Mandeln
Mehl zum Bearbeiten	60 g Speisestarke
<i>FUELLUNG</i>	<i>ZUM VERZIEREN</i>
100 g Halbbitter-Kuvertuere	200 g Puderzucker
100 g Marzipanrohmasse	3 EL Zitronensaft
100 g Amarenakirschen in Sirup; (abge-	1 EL (-2) Amarenakirschsirup

Puderzucker zum Bestaeuben

ERFASST ★RK★ AM 04.11.00 VON

AUSSERDEM

Ilka Spiess essen & trinken November 2000

2 Muffinbleche; mit jeweils 12

Vertiefungen; d = 5 cm

Laesst sich gut vorbereiten

1. Butter in Wuerfel schneiden und mit Puderzucker, Ei, Mehl, eine Prise Salz und Mandelsirup zuegig zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. In Klarsichtfolie gewickelt mindestens 2 Stunden kalt stellen.

2. Den Teig halbieren, eine Teighaelfte einfrieren. Die andere Teighaelte auf der bemehlten Arbeitsflaeche 3-4 mm duenn ausrollen, mit einem Ausstecher 24 Kreise ae 6 cm 0 ausstechen und die Muffinfoermchen damit auslegen. Restlichen Teig in Klarsichtfolie wickeln und kalt stellen.

3. Inzwischen fuer die Fuellung die Kuvertuere hacken, im heissen Wasserbad schmelzen und abkuehlen lassen. Marzipanrohmasse und Amarenakirschen in kleine Stuecke schneiden.

4. Butter, Kuvertuere und eine Prise Salz mit den Quirlen des Handruehrers schaumig ruehren. Nach und nach das Eigelb unterruehren. Eiweiss steif schlagen, dabei nach und nach den Zucker einrieseln lassen. Abwechselnd Eischnee, gemahlene Mandeln und Staerke zuegig unterarbeiten. Zuletzt Marzipan und Amarenakirschen unterheben. 1/3 der Masse mit einem Teeloeffel in den Foermchen verteilen.

5. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad auf der 2. Einschubleiste von unten 30-35 Minuten backen (Gas 2-3, Umluft 20-25 Minuten bei 160 Grad).

6. Die Plaetzchen aus den Formen nehmen. Plaetzchen und Form abkuehlen lassen. Restlichen Teig ausrollen, 12 Kreise ausstechen und eine Muffinform damit auslegen. Die restliche Fuellung darin verteilen und bei 180 Grad 30-35 Minuten backen (Gas 2-3, Umluft 20- 25 Minuten bei 160 Grad). Plaetzchen aus der Form nehmen und abkuehlen lassen.

7. Zum Verzieren Puderzucker mit Zitronensaft glattruehren. 3 El davon beiseite stellen. Uebrige Puderzuckerglasur mit dem Amarenakirschsirup verruehren.

8. Die Haelfte der Amarenaplaetzchen mit je 1 Tl der Kirschglasur bestreichen und leicht antrocknen lassen. Helle Puderzuckerglasur nochmals verruehren und in ein Papiertuetchen fuellen. Die Spitze abschneiden und die Plaetzchen mit der Glasur verzieren.

9. Die andere Haelfte der Toertchen nur mit Puderzucker bestaeuben. In Blechdosen zwischen Lagen von Backpapier kuehl und trocken lagern. Sie halten sich ca. 2 Wochen.

FRISCH GEBACKEN

Da die Fuellung fuer die Plaetzchen schnell zubereitet ist, koennen Sie mit der zweiten, eingefrorenen Teighaelfte die Amarenaplaetzchen schnell noch einmal frisch backen.

Mengenangabe: 36 Stueck

12.3 ANISMONDE

3 Eier	1 EL Anis-Samen;
200 g Zucker	Hagelzucker; zum Bestreuen
200 g Mehl	
50 g Speisestaerke	<i>ERFASST ★RK★ AM 06.02.99 VON</i>
1 TL Orangenschalen-Aroma	Ulli Fetzer BRIGITTE-Rezept

Eier und Zucker mit den Quirlen des Handrührers etwa acht Minuten dickcremig schlagen. Mehl und Speisestaerke daruebersieben. Orangenschalen-Aroma zugeben. Anis-Samen in einem Moerser grob zerstossen und ebenfalls zugeben. Mehl, Speisestaerke, Orangenschalen-Aroma und Anis mit einem Schneebesen vorsichtig unter die Eimasse heben. Den Teig in einen Spritzbeutel mit grosser Lochtuelle fuellen und Monde auf mit Backpapier ausgelegte Backbleche spritzen. Hagelzucker darueberstreuen. Im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad, Umluft 150 Grad, Gas Stufe 2 etwa 15 Minuten hellgelb backen. Vom Backpapier nehmen und erkalten lassen.

Naehrwerte : pro Stueck ca. 25 Kalorien, unter 1 g Fett

Mengenangabe: 85 Stueck

12.4 APFELKLOETZE IN BROTTEIG AUS DEM AHRTAL

750 g Weizenmehl Typ 1050	5 Saeuerliche Aepfel (Boskop)
1000 g Roggenmehl Typ 997	<i>ERFASST ★RK★ AM 09.11.99 VON</i>
1500 g Sauerteig	Ilka Spiess Suedwestfunk
50 g Salz	
50 g Hefe	

Hefe ansetzen und gehen lassen, aus den restlichen Zutaten einen Knetteig bereiten. Den Teig ausrollen und den ganzen Apfel mit Schale und Kerngehaeuse darin einschlagen. Den Backofen auf 250-260 Grad vorheizen und ca. 15-30 Minuten backen.

12.5 APRIKOSENWUERFEL

<i>TEIG</i>	6 EL Aprikosenlikoer
200 g Butter	75 g Zucker
125 ml Weisswein	75 g Gemahlene Walnuesse
150 g Quittengelee	<i>GLASUR</i>
250 g Mehl	400 g Vollmilch-Kuvertuere
3 TL Backpulver	300 g Haselnuss-Kuchenglasur
2 TL Zimtpulver	
1 Schuss Nelkenpulver	<i>AUSSERDEM</i>
1 Schuss Anispulver	Getrocknete Aprikosen
100 g Getrocknete Aprikosen	Walnuesse

Schoko-Dekorationen (Fertigprodukt), z.B. *ERFASST RK AM 25.11.99 VON*
 Sterne, Tannenbaeume und Weihnachts- Ilka Spiess Essen und Trinken
 maenner

1. Die Butter mit dem Wein und Quittengelee erwaermen. Mehl, Backpulver, Zimt-, Nelken- und Anispulver in eine Schuessel sieben. Aprikosen sehr fein wuerfeln, mit dem Likoer erwaermen. Zusammen mit der Buttermischung, Zucker und Walnuessen zum Mehl geben und zu einem glatten Teig verarbeiten.

Den Teig in ein mit Backpapier belegtes Tiefes Blech (40x24 cm) streichen. Im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad (Gas 2, Umluft 150 Grad) auf der 2. Einschubleiste von unten 20-25 Minuten backen. Auf dem Blech abkuehlen lassen.

3. Die Kuchenplatte in ca. 4 cm grosse Quadrate schneiden. Kuvertuere und Kuchenglasur hacken und zusammen in einem heissen Wasserbad aufloesen. Die Wuerfel mit Hilfe von zwei Gabeln in die Glasur tauchen, gut abtropfen lassen und auf Backpapier setzen.

4. Fuer die DekoraTlon Aprikosen zu kleinen Sternen ausstechen, mit den Walnuessen und SchokoladendekoraTlonen auf die Wuerfel setzen und trocknen.

Zwischen Backpapier in einer dicht schliessenden Blechdose uen Kuehlschrank aufbewahren.

: Pro Stueck 2 g E, 6 g F, 14 g KH = 119 kcal (497 kJ)

Mengenangabe: 60 Stueck

12.6 BAERENTATZEN

500 g Mandeln roh, fein	Zimt
500 g Staubzucker	<i>ERFASST RK AM 18.12.98 VON</i>
250 g Eiweiss	Ulli Fetzer Bundesfachschule des dt.
125 g Marzipanrohmasse	Baeckerhandwerks, Weinheim
60 g Kakaopulver	

Aus der Haefte des Zuckers und dem Eiweiss wird ein Eischnee hergestellt. Die Marzipanrohmasse mit etwas Eiweiss weich machen. Mandeln, restlichen Zucker und Kakao mischen und alle Zutaten unter den Eischnee melieren. Die Masse gut kuehlen und dann aufarbeiten.

Backtemperatur: 180 Grad. Backzeit: ca 12 Min.

12.7 BANANEN-MAKRONEN

MAKRONENMASSE	2 EL Zitronensaft
250 g Erdnuesse; ungesalzen	3 Eiweiss (Kl. M)
100 g Bananenchips	Salz
2 klein. Bananen (ca. 300 g)	150 g Zucker

70 Backoblaten (4 cm 0)

70 Bananenchips (ca. 100g)

*DEKORATION**ERFASST ★RK★ AM 07.11.00 VON*

100 g Zartbitter-Kuvertuere

Ilka Spiess essen & trinken November 2000

100 g Vollmilch-Kuchenglasur

1. Die Erdnuesse und die Bananenchips sehr fein mahlen. Bananen schaelen, in Scheiben schneiden, sofort mit dem Zitronensaft mischen und fein puerieren. Eiweiss mit 1 Prise Salz steif schlagen, dabei den Zucker einrieseln lassen und weiterschlagen, bis er geloest ist und der Eischnee fest ist und glaenzt. Bananenpueree, gemahlene Erdnuesse und Bananenchips kurz unterruehren.

2. Die Masse in einen Spritzbeutel mit grosser Lochtuelle fuellen und auf die Oblaten spritzen. Oblaten mit Abstand auf mit Backpapier belegte Bleche setzen. Im vorgeheizten Backofen bei 170 Grad (Gas 1- 2, Umluft 12-14 Minuten bei 150 Grad) auf der 2. Einschubleiste von unten 15-18 Minuten backen. Auf einem Gitter abkuehlen lassen.

3. Kuvertuere und Kuchenglasur hacken, zusammen ueber einem heissen Wasserbad aufloesen und gut verruehren. Ein Abtropfgitter mit Backpapier unterlegt auf die Arbeitsflaeche stellen. Die Makronen mit der Oberseite in die Schokolade tauchen, auf das Gitter setzen, mit je 1 Bananenchip garnieren und trocknen lassen.

Schnitten

Mengenangabe: 70 Stueck**12.8 BERNER LECKERLI (NACH GROSSMUTTER)**

350 g Bienenhonig

60 g Puderzucker

250 g Zucker

3 EL Wasser

20 g Zimt

ERFASST ★RK★ AM 25.10.99 VON

2 Zitronen; die geriebene Schale

Ulli Fetzer SUEDWEST-TEXT. Was die

3 EL Kirschwasser

Grossmutter noch wusste

450 g Weizenmehl (Typ 1050)

Bienenhonig im Topf erwaermen. Zucker, Zimt, Zitronenschalen und Kirschwasser darunterruehren. Mehl nach und nach daruebersieben. Immer wieder vermengen. Den Teig auskuehlen lassen, dann auf eine trockene Arbeitsflaeche geben und von Hand gut durchkneten.

Den Teig in zwei Teile schneiden, die 5 mm dick ausgewallt werden. In Rechtecke von 3 x 4 cm schneiden. Mit etwas Abstand auf zwei mit Backpapier ausgegelegte Kuchenbleche legen. 20 Minuten backen.

Glasur: Puderzucker sieben und mit wenig Wasser vermengen. Die Leckerli noch warm mit dieser Glasur bestreichen. Auf einem Gitter auskuehlen lassen.

12.9 BRAUNE KUCHEN

100 g Butter	125 g Weizenmehl
75 g Brauner Zucker	125 g Roggenmehl (Type 1150)
100 g Dunkler Zuckerruebensirup	Mehl zum Ausrollen
75 g Gehackte Mandeln	<i>ERFASST ★RK★ AM 06.02.99 VON</i>
1 TL Gemahlener Zimt	Ulli Fetzer BRIGITTE-Rezept
1 Schuss Gemahlene Nelken	
1/2 TL Pottasche	

Butter, Zucker und Ruebensirup in einem Topf leicht erwaermen. Mandeln, Zimt und Nelken unterruehren und die Mischung abkuehlen lassen. Die Pottasche in einem Essloeffel warmem Wasser aufloesen und unterruehren. Beide Mehlsorten dazugeben und alles mit den Knethaken des Handruehrers zu einem glatten Teig verkneten.

Abgedeckt bei Zimmertemperatur eine Nacht stehenlassen. Teig mit den Haenden nochmals durchkneten. Wenn der Teig sehr broeckelig ist, eventuell ein bis zwei Essloeffel kaltes Wasser dazugeben. Teig auf wenig Mehl oder zwischen Klarsichtfolie etwa 2 mm dick ausrollen und mit einem Kuchenraedchen 3 x 5 cm grosse Rechtecke ausradeln. Plaetzchen auf mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad, Umluft 170 Grad, Gas Stufe 3 etwa acht Minuten backen. Auf einem Kuchengitter erkalten lassen.

Naehrwerde : pro Stueck ca. 25 Kalorien, 1 g Fett

Mengenangabe: 100 Stueck

12.10 CANTUCCINI

250 g Mehl	1 Becher Vanillezucker
3 TL Zimtpulver	Salz
1 TL Backpulver	100 g Ganze geschaelte Mandeln
100 g Puderzucker	<i>ERFASST ★RK★ AM 25.11.99 VON</i>
125 g Weiche Butter oder Margarine	Ilka Spiess Essen und Trinken
1 Ei (Kl. M)	
2 Eigelb (Kl. M)	

1. Mehl, Zimt- und Backpulver in eine Schuessel sieben. Puderzucker, weiches Fett in Stueckchen, Ei, Eigelb, Vanillezucker, 1 Prise Salz und Mandeln dazugeben. Alles mit den Knethaken des Handruehrers zu einem glatten Teig verkneten. Zu einer Kugel formen und in Klarsichtfolie gewickelt 20 Minuten kalt stellen.

2. Den Teig zu drei Rollen von jeweils 20 cm Laenge formen, 1 weitere Stunde kalt stellen. Die Teigrollen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas 2-3, Umluft 160 Grad) auf der 2. Einschubleiste von unten 15 Minuten vorbacken, abkuehlen lassen.

3. Die Rollen in 1 cm breite, schraege Scheiben schneiden. Flach wieder auf mit Backpapier belegte Bleche setzen und bei gleicher Temperatur weitere 15 Minuten backen. Abkuehlen lassen.

Zwischen Backpapier in einer dicht schliessenden Blechdose aufbewahren.

Mengenangabe: 35 Stueck.

12.11 CHRISTBAUMSCHMUCK

200 g Marzipan

ERFASST ★RK★ AM 07.02.1999 V

Eiweiss

Ulli Fetzer TAFBacken

Zitrone

Mischen und mit Eiweiss verdunnen, bis die Masse dressierbar ist. Figuren auf Backpapier spritzen, evtl. mit Kirschen oder Mandeln belegen, antrocknen lassen und dann in einem heißen Ofen abflaemmen (also nur solange backen, bis sie oben goldig werden). Nachher ausgarnieren (z.B. mit Silberkuegelchen o.ae.).

12.12 ELISENKUCHEN

TEIG

Mehl; evtl. 1-2 Essl.

3 Eier

GUSS

250 g Zucker

175 g Puderzucker

1 Unbehandelte Zitrone

3 EL Zitronensaft

50 g Orangeat

40 Backoblaten; Durchmesser 7 cm

50 g Zitronat

ERFASST ★RK★ AM 30.03.99 VON

1 EL Gemahlener Zimt

Ilka Spiess Brigitte-Rezept

250 g Gemahlene Mandeln

1 Schuss Backpulver

Eier und Zucker mit den Quirlen des Handrührers etwa fuenf Minuten ruehren. Abgeriebene Zitronenschale, feingehacktes Orangeat und Zitronat und restliches Zutaten unterheben. Ist der Teig noch sehr duenn, zusaetzlich ein bis zwei Essloeffel Mehl unterkneten. Oblaten auf Backbleche legen. Teig in einen Spritzbeutel mit grosser Lochtuelle fuellen und fingerdick daraufspritzen.

Ueber Nacht trocknen lassen.

In den auf 175 Grad/Umluft 150 Grad/Gas Stufe 2 vorgeheizten Backofen schieben und 15 Minuten backen. Lebkuchen abkuehlen lassen und ueberstehende Oblatenraender abbrechen. Puderzucker und Zitronensaft zu einem Guss verruehren und die Lebkuchen damit bestreichen.

Fruchtige Elisen-Lebkuchen Anstelle von Orangeat und Zitronat kandierte Fruechte verwenden. Z.B.: Ananas, Ingwer, Orangen oder Kumquats.

Naehrwerthe pro Stueck etwa 105 Kalorien

Mengenangabe: 35 Stueck

12.13 ERDNUSS-HAFER-PLAETZCHEN

125 g Weiche Butter	1 TL Backpulver
75 g Brauner Zucker	100 g Ungesalzene Erdnusskerne
1 Vanilleschote	<i>ERFASST ★RK★ AM 06.02.99 VON</i>
125 g Kernige Haferflocken	Ulli Fetzer BRIGITTE-Rezept
75 g Weizen-Vollkornmehl	

Butter, Zucker und das ausgekratzte Vanillemark mit den Quirlen des Handrührers cremig schlagen. Haferflocken, Mehl und Backpulver unterrühren. Erdnusskerne mit einem Teigschaber unterheben. Mit zwei Teelöffeln kleine Haeufchen auf mit Backpapier ausgelegte Backbleche geben. Im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad, Umluft 150 Grad, Gas Stufe 2 etwa zehn bis 15 Minuten backen. Auf einem Kuchengitter erkalten lassen und in einer gut schliessenden Dose aufheben.

Tips fuer Diabetiker: Den braunen Zucker durch 75 Gramm Fruchtzucker und 50 Gramm Diabetiker-Suesse ersetzen. Die Backzeit betraegt etwa 18 Minuten. Die Kekse sind allerdings nicht ganz so knusprig, weil der Fruchtzucker sofort Luftfeuchtigkeit anzieht. Wenn Sie die Plaetzchen in einer Dose aufheben, eventuell vor dem Servieren bei 175 Grad, Umluft 150 Grad, Gas Stufe 2 fuenf Minuten aufbacken, so werden sie wieder knusprig. (Etwa 40 Stueck; pro Stueck ca. 45 Kalorien, 3 g Fett; 3 Plaetzchen haben ca. 1 BE.)
Naehrwerte : pro Stueck ca. 45 Kalorien, 3 g Fett

Mengenangabe: 55 Stueck

12.14 FEIGENTALER

<i>TEIG</i>	750 g Getrocknete Feigen
125 g Weizen-Vollkornmehl	4 EL Heller Traubensaft
125 g Vollkorn-Dinkelmehl	1/4 TL Gemahlener Kardamom
50 g Bluetenzarte Haferflocken	1/4 TL Gemahlene Nelken
100 g Ursuesse; getrockneter Zuckerrohrsaft, aus dem Reformhaus	1 Ei
200 g Butter	Kokosflocken zum Bestreuen
Mehl; zum Ausrollen	<i>ERFASST ★RK★ AM 06.02.99 VON</i>
	Ulli Fetzer BRIGITTE-Rezept

BELAG

Fuer den Teig: Beide Mehlsorten und die Haferflocken auf die Arbeitsflaeche geben. In die Mitte eine Mulde druecken und die Ursuesse hineingeben. Die Butter in Floeckchen auf den Mehlrand setzen. Alle Zutaten zunaechst mit einem grossen Messer gut durchhacken, bis nur noch kleine Teigfloeckchen uebrig sind, dann mit den Haenden zu einem glatten Teig verketten. Den Teig abgedeckt etwa eine Stunde kalt stellen. Dann auf wenig Mehl etwa 1/2 cm dick ausrollen und runde Plaetzchen von 4 cm Durchmesser daraus ausstechen.

Auf mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen.

Fuer den Belag: Feigen sehr fein wuerfeln, dabei eventuell den harten Stielansatz abschneiden. Feigen, Traubensaft, Kardamom, Nelken und Ei mischen. Die Fuellung mit zwei Teeloeffeln auf die Plaetzchen geben. Kokosflocken auf die Plaetzchen streuen. Im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad, Umluft 150 Grad, Gas Stufe 2 etwa 20 bis 25 Minuten auf der unteren Einschubleiste backen. Auf einem Kuchengitter erkalten lassen.

Naehrwerte : pro Stueck ca. 70 Kalorien, 3 g Fett

Mengenangabe: 70 Stueck

12.15 FEINE HAFCROSSIES

200 g Vollmilchkuvertuere (*)	60 g Koelln Knusprige Haferfleks
10 g Butter	<i>ERFASST *RK* AM 01.12.99 VON</i>
60 g Gehackte Mandeln	Ilka Spiess Koelln Flocken Prospekt
1 Becher Vanillezucker	

(*) Anmerkung Ilka: Ich nehme hierfür immer halb Vollmilch- und halb Bitterkuvertuere, sonst waere das zu suess fuer meinen Geschmack.

Vollmilchkuvertuere im Wasserbad zergehen lassen. In einer Pfanne Butter, Mandeln und Vanillezucker goldbraun roesten und etwas abkueheln lassen. Koelln Knusprige Haferfleks mit einer Kuchenrolle zerkleinern (aber nicht zu klein) und alle Zutaten mit der fluessigen Schokolade verruehren. Von der Schokoladenmasse mit zwei Teeloeffeln kleine Haeufchen auf ein Stueck Pergamentpapier setzen und die Hafercrossies einige Stunden an einem kuehlen Ort erstarren lassen.

Anmerkung: Zum Verschenken sollten Sie die Hafercrossies in gekauften Pralinenhuellen, oder selbstgebastelten Formfolien erstarren lassen.

(Anmerkung Ilka: Ich lasse sie immer ohne alles in Haeufchen auf Backpapier erstarren, geht ebenso gut)

12.16 FLORENTINER

275 Ganze Haselnusskerne	2 Becher Vanillezucker
80 g Kandierte bunte Belegkirschen	125 g Schlagsahne
40 g Orangeat	150 g Gemahlene Mandeln
40 g Zitronat	150 g Zartbitter-Kuvertuere
60 g Butter oder Margarine	<i>ERFASST *RK* AM 30.03.99 VON</i>
50 g Honig	Ilka Spiess Brigitte-Rezept
100 g Brauner Zucker	

Haselnusskerne in dem auf 200 Grad/Umluft 170 Grad/Gas Stufe 2 vorgeheizten Backofen zehn Minuten roesten. Nuesse in ein Geschirrtuch geben, fest zusammendrehen und

kraeftig reiben, bis die braune Haut der Nuesse abgerubbelt ist.

Kirschen grob, Orangeat und Zitronat fein hacken. Fett, Honig, Zucker, Vanillezucker und Sahne aufkochen. Mandeln, Haselnusskerne und kandierte Fruechte dazugeben. Mit zwei Teeloeffeln 60 kleine Haeufchen nicht zu eng auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen siehe auch Tip Butter-S.

In den auf 175 Grad/Umluft 150 Grad/Gas Stufe 2 vorgeheizten Backofen schieben und etwa acht Minuten backen.

Plaetzchen sofort mit Hilfe eines gefetteten Glases wieder rund in Form bringen und etwas zusammenschieben. Florentiner abkuehlen lassen.

Grobgehackte Kuvertuere im heissen Wasserbad schmelzen und die Plaetzchen auf der Unterseite damit bestreichen. Etwas antrocknen lassen und eventuell mit einer Gabel Wellenlinien ziehen.

"Nussknacker" Kandierte Kirschen, Orangeat und Zitronat durch Mandelstifte ersetzen.

Tips Florentiner am besten in einer gut schliessenden Blechdose aufbewahren. An der Luft werden sie leicht klebrig

Naehrwerte pro Stueck ca. 85 Kalorien

Mengenangabe: 60 Stueck

12.17 FLORENTINER GESCHENKPAECKCHEN

KNETTEIG

150 g Weizenmehl
50 g Zucker
1 Becher Vanille-Zucker
3 Tropfen Butter-Vanille-Aroma
100 g Backmargarine oder Butter
1 EL Kaltes Wasser

1 Becher Vanillin-Zucker

100 g Schlagsahne
100 g Gehobelte Mandeln
100 g Gehobelte Haselnusskerne
50 g Bunte Belegkirschen fein geschnitten
50 g Zucker

ERFASST ☆RK☆ AM 27.12.99 VON

Ulli Fetzer SAT.1 TEXT

BELAG

50 g Butter

KNETTEIG: Mehl in eine Ruehrschiessel sieben. Restl. Zutaten zufuegen und alles mit dem Handruehrgeraet (Knethaken) zunaechst auf niedriger, dann auf hoechster Stufe zu einem glatten Teig verkneten. Ca. 1 Std. kalt stellen. Teig auf leicht bemehlter Arbeitsflaeche duenn ausrollen, in Rechtecke (5x4 cm) schneiden und auf mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen.

Ober-/Unterhitze: ca. 200GradC (vorgeheizt, mittlere Einschubleiste), Heissluft: ca. 180GradC (vorgeheizt), Gas: ca. Stufe 4 (vorgeheizt), Backzeit: 8-10 Min., hell backen. Gebaeck auf Backpapier vom Blech ziehen und abkuehlen lassen.

BELAG: Butter, Zucker und Vanillin-Zucker in einem Topf unter Ruehren zerlassen, bis alles geloest ist.

Sahne zufuegen, Masse etwas einkoecheln lassen. Topf vom Herd nehmen, Mandeln, Nuesse und Belegkirschen unterruehren. Masse etwas abkuehlen lassen, jeweils etwas

auf die Unterseite der Rechtecke streichen und nochmals backen. Herdeinstellung s.o. Backzeit: ca. 10 Min.

TIPP: Unterseite der Plaetzchen nach belieben mit aufgeloester Halbbitter-Kuvertuere bestreichen oder die Oberseite damit besprenkeln.

Mengenangabe: 60 Stueck

12.18 FRUCHTHERZEN

TEIG

250 g Honig
1 EL Natron
150 g Weizen-Vollkornmehl
150 g Roggenmehl (Type 1150)
50 g Gehacktes Orangeat
50 g Gehacktes Zitronat
50 g Gehackte Haselnuesse
15 g Pfefferkuchengewuerz
Mehl zum Ausrollen

2 EL Schlagsahne

NACH BELIEBEN
Mandelblaettchen
Pinienkerne
Pistazien
Kuerbiskerne
Belegkirschen
Kandierte Fruechte
100 g Puderzucker

VERZIERUNG

1 Eigelb

ERFASST ☆RK☆ AM 06.02.99 VON
Ulli Fetzer BRIGITTE-Rezept

Fuer den Teig: Honig und fuenf Essloeffel Wasser aufkochen und abkuehlen lassen. Das Natron in einem Essloeffel Wasser aufloesen und mit den restlichen Zutaten zum Honig geben. Alles mit den Knethaken des Handruehrers zu einem glatten Teig verkneten. Bei Zimmertemperatur ueber Nacht stehenlassen. Den Teig mit den Haenden nochmals kraeftig durchkneten und je nach Konsistenz noch etwas Wasser oder Mehl unterkneten. Den Teig auf wenig Mehl etwa 1/2 cm dick ausrollen und 6 bis 8 cm grosse Herzen daraus ausstechen. Auf mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen.

Fuer die Verzierung: Eigelb und Sahne verquirlen und die Plaetzchen damit bestreichen. Mit Nuessen und Fruechten verzieren und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad, Umluft 170 Grad, Gas Stufe 3 etwa zehn bis 15 Minuten backen. Oder die Herzen nach dem Backen mit Zuckerguss verzieren. Dafuer den gesiebten Puderzucker und ein bis zwei Essloeffel Wasser glattruehren und die Herzen damit bestreichen und wie oben beschrieben verzieren.

Naehrwerde : pro Stueck ca. 85 Kalorien, 2 g Fett

Mengenangabe: 30 Stueck

12.19 FUGGERGEBAECK

200 g Zucker	200 g Zartbitterschokolade
3 groß. Eier; ca. 200 g	
200 g Mehl; kann auch mit Vollkorn gemischt werden	ERFASST ★RK★ AM 25.11.99 VON Ilka Spiess Bayerischer Rundfunk Musik-journal
200 g Nuesse; gemischt	
200 g Rosinen	

Zucker und Eier schaumig schlagen. Von den 200 g Mehl etwas entnehmen, in eine separate Schuessel geben und darin die ungemahlenen ganzen Nuesse und Rosinen sowie die in kleine Wuerfel gehackte Schokolade mit dem Mehl vermengen.

Das restliche Mehl in die schaumig geschlagene Masse aus Zucker und Eiern geben, unterheben und schliesslich mit den uebrigen Zutaten mischen, so dass eine Nuss-Schokoladen-Biskuitmasse entsteht.

Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die Teig-masse auf dem Blech glattstreichen. Im vorgeheizten Backrohr (180 Grad) 20 Minuten backen. Danach sollte das Gebaeck zunaechst im Rohr bleiben, allerdings abgedeckt mit Backpapier und einem Geschirrtuch (damit die Feuchtigkeit im Kuchen bleibt). Am naechsten Tag das Gebaeck mit einem scharfen, grossen Kuechenmesser in 1 cm starke und 5 cm lange Stuecke schneiden. Aufbewahrung am besten in einer Blechdose.

12.20 GLASIERTE ZIMT-LEBKUCHEN-WUERFEL

LEBKUCHEN

50 g Orangeat	750 g Puderzucker
50 g Zitronat	8 EL Zitronensaft
70 g Rosinen	2 EL Oel
3 EL Brauner Rum	2 EL Himbeersirup
250 g Honig	12 Amarenakirschen; geviertelt
1/4 l Schlagsahne	UEBERZUG UND DEKOR (GELB)
250 g Zucker	750 g Puderzucker
70 g Butter	10 EL Zitronensaft
Salz	2 EL Oel
450 g Mehl	1 EL Abgeriebene Zitronenschale
2 EL Zimtpulver; gestrichen	Gelbe Lebensmittelfarbe
1/2 Becher Backpulver	25 g Orangeat
1 EL Kakaopulver; gestrichen	UEBERZUG UND DEKOR (GRUEN)
1/2 TL Gemahlene Nelken	750 g Puderzucker
70 g Gemahlene Haselnuesse	8 EL Zitronensaft
80 g Aprikosenkonfituere	2 EL Oel
400 g Marzipanrohmasse	Gruene Lebensmittelfarbe
25 g Puderzucker zum Bearbeiten	25 g Gehackte Pistazien

UEBERZUG UND DEKOR (ROT)

LEBKUCHEN

8 EL Zitronensaft	750 g Puderzucker
2 EL Oel	8 EL Zitronensaft
2 EL Himbeersirup	2 EL Oel
12 Amarenakirschen; geviertelt	Gruene Lebensmittelfarbe
UEBERZUG UND DEKOR (GELB)	25 g Gehackte Pistazien
750 g Puderzucker	UEBERZUG UND DEKOR (GRUEN)
10 EL Zitronensaft	750 g Puderzucker
2 EL Oel	8 EL Zitronensaft
1 EL Abgeriebene Zitronenschale	2 EL Oel
Gelbe Lebensmittelfarbe	Gruene Lebensmittelfarbe
25 g Orangeat	25 g Gehackte Pistazien
UEBERZUG UND DEKOR (ROT)	ERFASST ★RK★ AM 04.11.00 VON Ilka Spiess essen & trinken November 2000

1. Eine Backform (40 x 26 x 4 cm,) mit Backpapier auslegen. Orangeat. Zitronat und Rosinen fein hacken und mit Rum begiessen. Honig, Sahne, Zucker, Butter und einer Prise Salz in einen Topf geben und unter Ruehren leicht erwaermen, bis sich der Zucker gelöst hat. Abkuehlen lassen.

2. Mehl mit Zimt-, Back- und Kakaopulver. Nelken und Haselnuesen mischen. Die Honigsahne und die Zitrusfruechtemischung unterheben. Den Teig in die Form fuellen und glattstreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad auf der 2. Einschubleiste von unten 25 Minuten backen (Gas 3, Umluft nicht empfehlenswert).

Den Lebkuchen in der Form auf einem Gitter auskuehlen lassen. Die Aprikosenkonfituere mit dem Schneidstab puerieren und duenn auf die ganze Lebkuchenoberflaeche streichen. Die Marzipanrohmasse gut durchkneten und zu einem Rechteck formen. Auf der mit Puderzucker bestaeubten Arbeitsflaeche auf die Groesse der Lebkuchenplatte ausrollen, dabei die Arbeitsflaeche noch einmal duenn mit Puderzucker bestaeuben. Die Kanten geradeschneiden und die Marzipanplatte mit Hilfe der Kuchenrolle auf die Lebkuchenplatte legen.

Noch einmal leicht mit Puderzucker bestaeuben, mit Pergamentpapier bedecken und ein grosses Holzbrett darauflegen. Mit Gewichten, beschwert ueber Nacht stehenlassen.

3. Fuer den jeweiligen Ueberzug den Puderzucker mit Zitronensaft und Oel glattruehren. Himbeersirup bzw. Zitronenschale und ein paar Tropfen Lebensmittelfarbe unterruehren. Die Lebkuchenplatte mit einem Messer vorsichtig aus der Form loesen und stuerzen. Das Papier entfernen und die Platte mit der Marzipanseite nach oben auf ein Blech legen. Die Platte der Laenge nach in 3 gleich grosse Streifen schneiden. Jeden Streifen mit einem Wellenschliffmesser in 45 ca. 9x5 cm grosse Wuerfel schneiden.

4. Zum Ueberziehen die jeweilige Glasur im heissen Wasserbad erwaermen. Jeden Lebkuchenwuerfel mit der Marzipanseite nach unten in die Glasur tauchen und mit der Marzipanseite nach oben herausnehmen. Die Glasur ueber dem Gefaess etwas abtropfen lassen und am Rand abstreifen. Die Wuerfel auf Backpapier setzen und mit Amarenakirschen, Orangeat oder Pistazien belegen, bevor die Glasur fest wird. Alle Lebkuchenwuerfel ueber Nacht trocknen lassen. Zwischen Backpapier in Blechdosen verpakt halten sie sich ca. 2 Wochen.

Tip: Die Lebkuchen-Marzipan-Platte laesst sich gut einfrieren und kann dann nach Bedarf geschnitten und ueberzogen werden.

Mengenangabe: 135 Stueck

12.21 GLUEHWEINSTERNE

TEIG

125 g Marzipanrohmasse

200 g Zucker

4 Eiweiss (Kl. M)

75 g Zitroenat

75 g Orangeat

400 g Gemahlene Haselnuesse

1 Becher Lebkuchengewuerz

Salz	2 Gewuerznelken
1 Zitrone; die Schale	2 Zimtstangen
Zucker zum Bestreuen	100 g Puderzucker
<i>GLASUR UND DEKORATION</i>	
200 ml Rotwein	<i>ERFASST ★RK★ AM 26.11.99 VON</i>
1 Orangenschale; spiralfoermig abgeschaelt; unbehandelt	Ilka Spiess Essen und Trinken

1. Die Marzipanrohmasse zerkruemeln und mit Zucker und 1 Eiweiss zu einer glatten Masse verarbeiten. Zimt und Orangeat sehr fein hacken, mit Marzipan, Nuessen, Lebkuchengewuerz, 1 Prise Salz, Zitronenschale uebrigem Eiweiss zu einer glatten Masse verkneten. In Klarsichtfolie gewickelt ueber Nacht in den Kuehlschrank legen.
2. Fuer die Glasur den Rotwein Orangenschale, Nelken und Zimtstangen aufkochen und offen bei starker Hitze auf 5 El einkochen. Abkueheln lassen.
3. Den Teig in mehreren Portionen zwischen zwei mit Zucker bestreuten Lagen Backpapier ca. 1 cm dick ausrollen und Sterne von ca. 6 cm Durchmesser stechen. Auf mit Backpapier belegte Bleche setzen.
4. Im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad (Gas 1-2, Umluft 8-10 Minuten bei 150Grad) auf der unteren Einschubleiste 12-15 Minuten backen. Mit dem Papier vom Blech ziehen und abkueheln lassen.
5. Die Gewuerze aus dem Rotwein nehmen. Wein, Puderzucker und Eiweiss mit den Quirlen des Handruehrers zu einem festen Guss aufschlagen. 3 Ei abnehmen und beiseite stellen. Mit der uebrigen Glasur die Sterne bestreichen. Die restliche Glasur mit Speisefarbe rot einfaerben. In eine Pergamenttuete fuellen, eine kleine Ecke abschneiden und die Sterne damit garnieren. Trocknen lassen.
Zwischen Backpapier in einer dicht schliessenden Blechdose aufbewahren.
Zubereitungszeit: 1 Stunde, 30 Minuten (plus Kuehlzeiten)
Pro Stueck 1 g E, 4 g F, 6 g KH = 64 kcal (267 kJ)

Mengenangabe: 80 Stueck

12.22 HAFERFLOCKENPLAETZCHEN AUS DER EIFEL

125 g Grobe Haferflocken	50 g Buchweizenmehl
80 g Butter	1/2 TL Backpulver
80 g Zucker	<i>ERFASST ★RK★ AM 09.11.99 VON</i>
1/2 Becher Vanillezucker	Ilka Spiess 1997 Suedwestfunk Mainz
3 Tropfen Bittermandelaroma	
1 Ei	

Die Haferflocken werden mit der Butter und einem Essloeffel Zucker leicht gebraeunt und anschliessend schaumig schlagen. Dann nach und nach Zucker, Vanillezucker und Bittermandelaroma hinzugeben und solange schlagen, bis eine cremige Masse entsteht.

Das mit Backpulver vermischte Buchweizenmehl und die voellig erkalteten Haferflocken essloeffelweise untermischen. Schliesslich mit zwei Teeloeffeln walnussgrosse Haeufchen auf ein gefettetes Backblech setzen. Backzeit: etwa 20 bis 25 Minuten bei Mittelhitze.

12.23 HEXENHAEUSCHEN AUS LEBKUCHEN

250 g Honig	<i>EIWEISSSPRITZGLASUR</i>
50 g Zucker	1 Eiweiss
50 g Wasser	1 Becher Puderzucker
200 g Roggenmehl	1 Tropfen Zitronen- oder Fruchtsaeure
200 g Weizenmehl	
8 g Amonium; (ein wenig in Wasser auflösen)	<i>ERFASST ★RK★ AM 27.10.00 VON</i>
12 g Kakao	Ilka Spiess Studios NRW Topfgucker-Rezept

Honig, Zucker und Wasser im Topf erwaermen, so dass sich die Zucker kristalle ausloesen. Nicht zu heiss, damit sich keine Blaeschen bilden. Anschliessend abkuehlen lassen. Alles verruehren. Dann den Teig mit Ausstechern zerschneiden oder mit selbstgefertigten Schablonen. Die Haeuschenteile bei 180 Grad Celsius ca. 10-15 Minuten backen. Solange ruehren, bis die Glasur geschmeidig ist. In Spritztuele fuellen und als Klebemittel benutzen. Hexenhaeuschen-Dekoration nach Belieben oder Geschmack verwenden.

12.24 HIMMELSBROT

4 Eiweiss	<i>GLASUR</i>
250 g Zucker	100 g Zarbitterkuvertuere
1 Becher Vanillezucker	
150 g Marzipanrohmasse	<i>ERFASST ★RK★ AM 03.12.99 VON</i>
300 g Gemahlene Mandeln	Ilka Spiess ARD/ZDF-Text
1 TL Zimtpulver	

Eiweiss in einer hohen Ruehrschaussel steif schlagen. Dabei Zucker und Vanillezucker einrieseln lassen. Backofen auf 150GradC vorheizen. Die Marzipanrohmasse mit einer Gabel zerkruemeln, mit den Mandeln und dem Zimtpulver vermengen und die Mischung mit einem Schneebesen unter den Eischnee ziehen.

Ein Backblech mit Backpapier belegen. Den Teig in einen Spritzbeutel mit grosser, glatter Tuelle fuellen und 10 cm lange Streifen auf das Blech spritzen. Die Plaetzchen 25 Minuten backen.

Die Himmelsbrote vorsichtig vom Backpapier loesen und auf einem Kuchengitter kurz abkuehlen lassen. Die Zartbitterkuvertuere im Wasserbad schmelzen und die Himmelsbrote jeweils mit den Enden hineintauchen. Auf Pergamentpapier trocknen lassen.

Mengenangabe: 90 Stueck

12.25 HONIGKUCHENSCHNITTEN

TEIG
 250 g Honig
 100 g Butter
 1 Zitrone
 2 mittl. Eier
 120 g Zucker
 2 TL (-3) Honigkuchengewuerz ersatzweise
 Lebkuchengewuerz
 4 EL Brauner Rum
 2 EL Kakaopulver

400 g Mehl
 1 TL Backpulver
FUELLUNG
 580 g Quittenmark; ungesuesst
 300 g Zucker
AUSSERDEM
 Puderzucker zum Bestaeuben
ERFASST ★RK★ AM 07.11.00 VON
 Ilka Spiess essen & trinken November 2000

1. Honig und Butter zusammen erwaermen bzw. schmelzen und wieder abkuehlen lassen. Die Zitronenschale sehr fein abreiben.
2. Eier mit dem Zucker sehr schaumig ruehren. Die Butter-Honig- Mischung dazugeben und unlerruehren. Die Masse mit der Zitronenschale, Honigkuchengewuerz, Rum und Kakaopulver wuerzen. Zuletzt Mehl und Backpulver unterarbeiten.
3. Ein Backblech (30x20x5 cm) mit Backpapier auslegen. Die Teigmasse auf dem Backblech verteilen und die Oberflaeche glattstreichen. Dabei das Blech mehrmals auf die Arbeitsflaeche stossen, damit eventuelle Luftblasen im Teig entweichen koennen. Im vorgeheizten Backofen bei 170 Grad auf der 2. Einschubleiste von unten 30-35 Minuten backen (Gas 1-2. Umluft 25 Minuten bei 160 Grad).
 Den Honigkuchen aus dem Ofen nehmen und abkuehlen lassen.
4. Inzwischen Quittenmark und Zucker in 30 Minuten bei nicht zu starker Hitze einkochen lassen, dabei immer wieder umruehren, damit das Quittenmark nicht anbrennt. Das Quittenmark vollstaendig auskuehlen lassen.
5. Honigkuchen aus der Form loesen. Das Backblech reinigen und erneut mit Backpapier auslegen.
6. Den Honigkuchen waagerecht in 3 gleich dicke Platten schneiden. Eine Platte als Boden in die Form legen und mit der Haelfte des Quittenmarks bestreichen. Mit der zweiten Teigplatte bedecken, leicht andruecken. Das restliche Quittenmark daraufstreichen. Die dritte Platte als Deckel darauflegen, dabei leicht andruecken. In Klarsichtfolie einschlagen und 12 Stunden, besser ueber Nacht, kuehl lagern.
7. Den gefuellten Honigkuchen aus der Form nehmen und in 3x3 cm grosse Wuerfel schneiden. Zwischen Lagen von Backpapier, in Blechdosen kuehl und trocken gelagert, halten sich die Honigkuchenschnitten ca. 2 Wochen. Erst vor dem Servieren mit dem Puderzucker bestaeuben.

Mengenangabe: 65 Stueck

12.26 HUFEISEN

400 g Mehl	125 g Puderzucker
300 g Butter	Etwas Zitronensaft
200 g Zucker	
200 g Mandeln; geschaelt+gerieben	<i>ERFASST ★RK★ AM 04.12.99 VON</i>
1 Ei	Ilka Spiess SUEDWEST-TEXT
1 Eiweiss	

Fuer den Teig Butter schaumig ruehren, Zucker, Ei, Mandeln und gesiebtes Mehl dazugeben. Den Teig kurz durchkneten und einige Zeit kalt stellen. Danach 1/2 cm dick auswellen, mit einer Form kleine Hufeisen austechen und auf ein gefettetes Blech setzen. Puderzucker mit Eiweiss und einigen Tropfen Zitronensaft dickfluessig ruehren und damit die Hufeisen bestreichen. Bei mittlerer Hitze zartgelb backen.

12.27 INGWER-CANTUCCINI

300 g Mehl	100 g Kandierter Ingwer; fein gehackt
1 TL Backpulver	150 g Pinienkerne
180 g Zucker	Mehl zum Bearbeiten
2 Becher Vanillezucker	<i>ERFASST ★RK★ AM 04.11.00 VON</i>
Salz	Ilka Spiess essen & trinken November 2000
50 g Weiche Butter	
2 Eier (Kl. M)	

1. Das Mehl auf die Arbeitsflaeche schuetten und eine Mulde hineindruecken. Das Backpulver auf dem Mehlrand verteilen. Zucker, Vanillezucker, 1 Prise Salz, Butter und Eier in die Mehlmulde geben. Ingwer und Pinienkerne dazugeben und alle Zutaten zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig in Klarsichtfolie wickeln und 30 Minuten in den Kuehlschrank legen.
2. Den Teig in 4 gleich grosse Stuecke teilen. Aus jedem Teigstueck auf der leicht bemehlten Arbeitsflaeche eine Rolle von 30 cm Laenge formen, die Rollen weitere 20 Minuten kuehl stellen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Die Rollen mit 8 cm Abstand zueinander auf das Blech legen. Im vorgeheizten Backofen auf der 2. Einschubleiste von unten bei 200 Grad 15 Minuten vorbacken (Gas 3. Umluft nicht empfehlenswert). Die Stangen auf dem Blech auskuehlen lassen. Jede Stange trapezfoermig, mit einem schraegen Schnitt beginnend, in 18 Stuecke schneiden.
3. Die Cantuccini locker auf einem Backblech verteilen und weitere 8- 10 Minuten backen. Cantuccini ganz auskuehlen lassen und zwischen Lagen von Backpapier in einer Blechdose aufbewahren. Sie halten sich 2-3 Wochen.

Mengenangabe: 72 Stueck

12.28 INGWER-MAKRONEN

1 Limette	<i>ZUM VERZIEREN</i>
3 Eiweiss	150 g Bitter-Kuvertuere
1 Schuss Salz	<i>ERFASST ★RK★ AM 06.02.99 VON</i>
200 g Zucker	Ulli Fetzer BRIGITTE-Rezept
50 g Frischer Ingwer	
300 g Kokosraspel	

Die Limette abspuelen, trockentupfen und die Haelfte der Schale abreiben. Den Saft auspressen. Eiweiss, zwei Essloeffel Limettensaft und Salz mit den Quirlen des Handruehers steif schlagen. Den Zucker dabei bis auf zwei Essloeffel einrieseln lassen. So lange weiterschlagen, bis sich der Zucker aufgeloest hat. Den Ingwer schaelen (es sollten dann etwa 35 Gramm sein) und sehr fein hacken. Restlichen Zucker, Limettenschale, Ingwer und etwa 250 Gramm Kokosraspel mit einem Teigschaber unter den Eischnee heben. Makronenteig etwa drei Minuten stehenlassen. Ist der Teig dann noch sehr duenn, noch einige Essloeffel Kokosraspel unterruehren. Mit zwei Teeloeffeln kleine Makronenhaeufchen auf mit Backpapier ausgelegte Backbleche geben. Im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad, Umluft 150 Grad, Gas Stufe 2 etwa 15 Minuten backen. Erkalten lassen.

Fuer die Verzierung: Die Kuvertuere hacken und im warmen Wasserbad schmelzen lassen. Kuvertuere abkuehlen lassen und nochmals unter Ruehren erhitzen. Die Ingwermakronen mit der Spitze, der Unterseite oder zur Haelfte hineintauchen. Oder die Schokolade in Streifen daruebertraefeln. Trocknen lassen. In einer gut schliessenden Dose am besten ein bis zwei Tage durchziehen lassen.

Naehrwerte : pro Stueck ca. 50 Kalorien, 2 g Fett

Mengenangabe: 60 Stueck

12.29 INGWERHERZEN

50 g Frischer Ingwer	Mehl fuer die Arbeitsflaeche
75 g Butter	200 g Puderzucker
200 g Brauner Zucker	1 EL (-2) Ingwersirup
1 Ei	30 g Pistazien; gehackt
1 Schuss Salz	<i>ERFASST ★RK★ AM 09.12.99 VON</i>
1 Becher Zitronenzucker	Ilka Spiess ARD/ZDF-Text
300 g Mehl	
1 TL Backpulver	

Ingwer schaelen und sehr fein reiben. Butter, Zucker, Ei, Zitronenzucker und Ingwer schaumig schlagen. Mehl und Backpulver darunterkneten. Zu einer Kugel formen und 30 Min.kalt stellen.

Teig auf einer bemehlten Arbeitsflaeche ausrollen und Herzen ausstechen. Auf ein mit Backpapier ausgelegten Backblech geben und im vorgeheizten Backofen bei 200GradC,

Gas Stufe 3, 7 bis 9 Minuten backen.

Puderzucker sieben und mit Ingwersirup verruehren. Die Herzen damit bestreichen, mit gehackten Pistazien bestreuen und trocknen lassen.

Pro Stueck etwas 60 kcal/240 Joule

Mengenangabe: 60 Stueck

12.30 LEBKUCHENSCHNITTEN

750 g Honig	1 Schuss Nelken
4 Eier	1 kg Weizenmehl (Vollkorn)
2 EL Cognac	1 Becher Backpulver
125 g Mandeln, ungeschaelt gerieben	100 g Diaetmargarine
125 g Geriebene Nuesse	Fett fuers Blech
125 g Zitronat	Eigelb zum Bestreichen
125 g Orangeat	Geschaelte Mandeln zum Verzieren
1 Becher Lebkuchengewuerz	<i>ERFASST ☆RK☆ AM 25.11.99 VON</i>
Anis	Ilka Spiess Bayerischer Rundfunk Musik-journal
Muskat	
2 TL Kakaopulver	

Honig und Eier schaumig ruehren. Den Cognac, die geriebenen Mandeln, die Nuesse, Zitronat und Orangeat sowie die Gewuerze dazugeben. Mehl und Backpulver mit einem Holzloeffel unterziehen. Dann die Margarine einkneten. Ein Blech fetten.

Den Teig ausdruecken oder ausrollen. Mit Eigelb bestreichen und mit geschaelten Mandeln Lebkuchenstuecke markieren. Bei 200 Grad auf der Mittelschiene ca. 20 Minuten backen. Noch heiss schneiden.

12.31 LIMETTEN-INGWER-PLAETZCHEN

MANDELTEIG

250 g Weiche Butter	50 g Kandierter Ingwer
100 g Puderzucker	175 g Tropische Konfituere (z. B. Ananas-konfituere)
Salz	1 EL Limettensaft
2 Limetten; die duenn abegriebene Schale	<i>DEKORATION</i>
2 Eigelb (Kl. M)	50 g Kandierter Ingwer
150 g Mehl	2 Limetten
200 g Gemahlene Mandeln	200 g Puderzucker
2 EL Limettensaft	
Mehl zum Bearbeiten	<i>ERFASST ☆RK☆ AM 04.11.00 VON</i>

FUELLUNG

DEKORATION

50 g Kandierter Ingwer
175 g Tropische Konfituere (z. B. Ananas-konfituere)
1 EL Limettensaft
<i>ERFASST ☆RK☆ AM 04.11.00 VON</i>
Ilka Spiess essen & trinken November 2000

3. Den Ingwer fein hacken. Von 1/2 Limette die Schale duenn abschaelen und fein hacken, mit dem Ingwer mischen. Aus den Limetten 5 El Saft auspressen. Puderzucker mit dem Saft zu einem testen Guss verruehren. Die Plaetzchen damit bestreichen, mit der Ingwer-Limetten-Mischung bestreuen und trocknen lassen. In Blechdosen zwischen Lagen von Backpapier halten sie sich ca. 2 Wochen.

Mengenangabe: 40 Stueck

12.32 MAISPLAETZCHEN (GLUTENFREI)

200 g Butter	1 EL Gruummel-Kandis; oder brauner Zucker
125 g Brauner Zucker	1 EL Kuerbis- oder Pinienkerne
1 Ei	<i>ERFASST ★RK★ AM 06.02.99 VON</i>
275 g Maismehl	Ulli Fetzer BRIGITTE-Rezept
1 TL Backpulver	
50 g Macadamia-Nuesse	

Butter, Zucker, Ei, Maismehl und Backpulver mit den Knethaken des Handruehrers zu einem glatten Teig verkneten. Mit den Haenden zu zwei Rollen mit etwa 3 cm Grad formen und etwa eine Stunde kalt stellen. Nuesse hacken und eine Teigrolle darin waelzen, so dass sie rundherum mit Nuessen beklebt ist. Kandis und gehackte Kuerbiskerne mischen und die zweite Teigrolle darin waelzen. Rollen in etwa 1/2 cm dicke Scheiben schneiden und auf mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen. Im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad, Umluft 150 Grad, Gas Stufe 2 etwa 15 Minuten backen.

Tips: Wer den leicht bitteren Geschmack vom Maismehl nicht mag, kann Weizenmehl nehmen. Plaetzchen etwa fuenf Minuten laenger backen und zum Formen etwas Mehl auf die Arbeitsflaeche geben. Das Gebaeck ist dann allerdings nicht mehr glutenfrei.

Naehrwerter : pro Stueck ca. 70 Kalorien, 3 g Fett

Mengenangabe: 70 Stueck

12.33 MAKRONENPLAETZCHEN

250 g Mehl	125 g Zucker
125 g Butter	2 Eiweiss
100 g Zucker	<i>ERFASST ★RK★ AM 09.12.99 VON</i>
1 Vanilleschote	Ilka Spiess SUEDWEST-TEXT
2 Eigelb	
125 g Haselnuesse; gerieben	

Mehl, Butter, Zucker, Vanillemark und Eigelb vermischen, 1/2 cm dick auswellen und runde Plaetzchen ausstechen. Plaetzchen auf ein gefettetes Backblech setzen.

Eiweiss zu Schnee schlagen, Zucker zugeben und 10 Min. ziehen lassen. Dann Haselnuesse

untermischen und auf jedes Plaetzchen mit einem Kaffeeloeffel Eiweissmischung setzen. Bei ca. 180Grad 10 Min. backen.

12.34 MANDEL-ANIS-STERNE

TEIG

10 g Anissaat
2 Eier (Kl. M)
225 g Puderzucker
Salz
1 EL Brauner Rum
320 g Mehl
40 g Gemahlene Mandeln
Mehl zum Bearbeiten

FUELLUNG

1 Orange (unbehandelt)

200 g Marzipanrohmasse

100 g Puderzucker
100 g Orangenmannelade

DEKORATION

50 g Mandeln; geschaelt, gehackt
100 g Puderzucker
2 EL (-3) Orangensaft
50 g Haselnusskrokant

ERFASST ★RK★ AM 04.11.00 VON

Ilka Spiess essen & trinken November 2000

1. Anissaat im Moerser zerstossen. Eier, Puderzucker, 1 Prise Salz, Anis und Rum mit den Quirlen des Handrührers in 5 Minuten hellcremig aufschlagen. Mehl und Mandeln mischen, unterheben und alles zu einem glatten Teig verarbeiten.
2. Den Teig portionsweise auf der bemehlten Arbeitsfläche ca. 2 mm dick ausrollen und insgesamt 100 Sterne a7 cm 0 ausstechen. Sterne auf mit Backpapier belegte Bleche legen und 24 Stunden trocknen lassen.
3. Die Sterne im vorgeheizten Ofen bei 140 Grad (Gas 1, Umluft 18 Minuten bei 120 Grad) und leicht geöffneter Backofentuer auf der 2. Einschubleiste von unten 25 Minuten backen. Auf Kuchengittern auskuehlen lassen.
4. Orange heiss abwaschen und die Schale duenn abreiben. Die Marzipanrohmasse mit Puderzucker und 2 TL Orangenschale verkneten. Die Masse zwischen 2 Lagen Backpapier etwa 3 mm dick ausrollen. Etwas kleinere Sterne a 6 cm Durchmesser ausstechen.
5. Marmelade erwärmen, durch ein feines Sieb streichen. Je einen Teigstern damit bestreichen und mit einem Marzipanstern belegen. Marzipan duenn mit Marmelade bestreichen, einen Teigstern darauflegen und andruecken.
6. Gehackte Mandeln ohne Fett hellbraun roesten, abkuehlen lassen. Puderzucker und Orangensaft verruehren. Sterne mit dem Guss bestreichen. Eine Haelfte der Sterne sofort mit den geroesteten Mandeln, die andere Haelfte mit Krokant bestreuen. In Blechdosen zwischen Lagen von Backpapier halten sich die Sterne ca. 2 Wochen.

Mengenangabe: 50 Stueck

12.35 MANDEL-JAPONAIS MIT BIRNENMUS

<i>JAPONAISBOEDEN</i>	700 g Birnen
100 g Ganze geschaelte Mandeln	75 g Zucker
50 g Puderzucker	50 ml Birnengeist
1 TL Zimtpulver	1 Schuss Zimtpulver
30 g Mehl	4 TL Ingwerpulver
20 g Speisestaerke	100 g Rotes Johannisbeergelee
3 Eiweiss (Kl. L)	<i>ERFASST RK AM 25.11.99 VON</i>
100 g Zucker	Ilka Spiess Essen und Trinken

BIRNENMUS

1. Die Mandeln mit dem Puderzucker in der Moulinette fein mahlen. Zimt, Mehl und Staerke zusammen sieben und mit den Mandeln mischen. Eiweiss mit 50 g Zucker halbstEIF schlagen. Den restlichen Zucker einrieseln lassen und alles sehr steif sc'lagen. Mandelmischung mit einem Gummispatel behutsam unter den Eischnee heben.
 2. Mit einem Spritzbeutel mit Lochtuelle Nr. 5 25 Kreise von 4 cm 0 auf Backpapier spritzen. An den Rand rundherum kleine Tupfen spritzen.
 3. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas 2-3, Umluft 160 Grad) auf der 2. Einschubleiste von unten 20 Minuten backen. Auf einem Gitter abkuehlen lassen.
 4. Fuer das Birtenmus die Birnen schaelen und entkernen. Das Fruchtfleisch in 1 cm grosse Wuerfel schneiden. Zusammen mit dem Zucker, Birnengeist, Zimt und Ingwer in einem Topf aufkochen und bei mittlerer Hitze 30 Minuten unter haeufigem Ruehren garen.
 - 5 * Die weichen Birnen mit dem Schneidstab oder in einem Mixer puerieren. Durch ein Sieb in einen zweiten Topf geben und bei mittlerer Hitze unter staendigem Ruehren ca. 5 Minuten dicklich einkochen. Etwa 10 Minuten abkuehlen lassen, dann in die Boeden fuellen. Die Haelfte der Plaetzchen zusaetzlich mit dem Gelee verzieren.
- Zwischen Backpapier in einer dicht schliessenden Blechdose aufbewahren.
: Pro Stueck 1 g E, 2 g F, 14 g KH 85 kcal (355 kJ)

Mengenangabe: 25 Stueck

12.36 MANDEL-LEBKUCHEN

250 g Zucker	Backoblaten; 8 cm Durchmesser
6 Eigelb	<i>FUER DIE GLASUR</i>
1 EL Wasser	100 g Puderzucker
50 g Zitronat; sehr fein gewuerfelt	1 EL Heisses Wasser
125 g Gemahlene Mandeln	1 EL Zitronensaft
125 g Mehl; Typ 405	<i>ERFASST RK AM 14.11.99 VON</i>
1 TL Backpulver	Ilka Spiess ARD/ZDF-Text
100 g Bluetenzarte Koellnflocken	

Zucker, Eigelb und Wasser mit den Quirlen des Handruehrers schaumig schlagen und das Zitronat sowie die gemahlenen Mandeln unterheben.

Das Mehl mit dem Backpulver vermischen, daruebersieben und zusammen mit den Koellnflocken unter den Schaum rühren. Die fertige Masse auf etwa 20 runde Oblaten verteilen und mit einem breiten Messer gleichmaessig auseinander streichen.

Im vorgeheizten Ofen bei 200GradC, mittlere Einschubleiste, ca.15 Min.backen. Noch warm mit der Zuckerglasur aus dem Puderzucker, Wasser und Zitronensaft ueberziehen. Auf einem Kuchengitter auskuehlen lassen und dann in einer gut schliessenden Dose aufbewahren.

12.37 MANDELBROT AUS DEM RHEINTAL

250 g Mehl	1 Schuss Nelken
250 g Mandeln	1 Prise Rum
250 g Rosinen	<i>ERFASST *RK* AM 09.11.99 VON</i>
250 g Zucker	Ilka Spiess 1997 Suedwestfunk Mainz
5 Eier	
1 Schuss Zimt	

Die Hälfte der Mandeln mit der Schale mahlen. Die andere Hälfte ohne Schale schneiden. Den Zucker mit den Eiern verrühren. Mandeln, Rosinen, Zimt, Nelken, Rum und Mehl hinzugeben. Die Teigmasse auf das mit Backpapier belegte Blech streichen. Bei Bedarf kann die doppelte Menge genommen werden. Backzeit ungefähr 25-30 Minuten bei 180 Grad. Nach dem Erkalten das Mandelbrot vom Backblech nehmen und in kleine Würfel schneiden.

12.38 MANDELRAUTEN

<i>TEIG</i>	50 g Zucker
125 g Mehl	75 g Gemahlene Mandeln
60 g Gemahlene Mandeln	<i>GUSS</i>
60 g Zucker	150 g Puderzucker
100 g Kalte Butter	3 EL Zitronensaft
Mehl zum Ausrollen	<i>ERFASST *RK* AM 06.02.99 VON</i>
<i>BELAG</i>	Ulli Fetzer BRIGITTE-Rezept
50 g Butter	
2 Eier	

Für den Teig: Mehl und Mandeln auf die Arbeitsfläche geben. In die Mitte eine Mulde drücken und den Zucker hineingeben. Die Butter in Floeckchen auf den Mehlrand setzen und alles mit einem grossen Messer durchhauen, bis nur noch kleine Teigflockchen übrig sind. Mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten und eine Stunde kalt stellen. Teig auf wenig Mehl direkt auf einem zugeschnittenen Bogen Backpapier etwa 3 mm dick ausrollen. Den Bogen dann vorsichtig auf das Backblech ziehen. Im vorgeheizten Backofen

bei 175 Grad, Umluft 150 Grad, Gas Stufe 2 etwa acht Minuten backen.

Fuer den Belag: Butter, Eigelb und Zucker mit den Quirlen des Handruehrers fuenf Minuten cremig schlagen. Mandeln untermischen. Eiweiss zu steifem Schnee schlagen und unterruehren. Den Belag vorsichtig auf den halbfertig gebackenen Teig streichen und bei gleicher Temperatur weitere 15 bis 20 Minuten backen. Mit dem Papier vom Backblech ziehen und noch warm in etwa 3 bis 4 cm lange Rauten schneiden.

Fuer den Guss: Etwa 100 Gramm gesiebten Puderzucker und Zitronensaft zu einem duennen Guss verruehren und die Mandelrauten damit bestreichen. Etwa 2 Essloeffel Guss sollen uebrigbleiben. Unter den restlichen Guss so viel Puderzucker rühren, dass ein dicker Guss entsteht. In einen kleinen Gefrierbeutel fuellen und eine Ecke davon abschneiden. Nussrauten mit feinen Streifen aus dickem Zuckerguss verzieren und trocknen lassen.

Naehrwerde : pro Stueck ca. 70 Kalorien, 4 g Fett

Mengenangabe: 50 Stueck

12.39 MANDELSTERNE

150 g Weiche Butter	1 Eiweiss
6 EL Zucker	6 EL Puderzucker
1 Schuss Salz	1 TL Bittermandelaroma
2 TL Vanillezucker	<i>ERFASST ★RK★ AM 20.11.99 VON</i>
200 g Mehl	Ilka Spiess ARD/ZDF-Text
3 EL Mandelblaettchen	

Butter schaumig rühren. Nach und nach Zucker, Salz und Vanillezucker dazugeben. Mehl darüber sieben. Das Ganze mit einem Holzloeffel verruehren. Den Teig in Alufolie wickeln, fuer 1 Stunde kuehl stellen. Mandelblaettchen in einer beschichteten Pfanne ohne Fett hellgelb roesten. Geriebene Mandeln zusammen mit dem Eiweiss unter den Teig kneten.

Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche etwa 3 mm dick ausrollen, Sterne von 2 bis 3 cm Durchmesser ausstechen. Die Sterne 15 Minuten kuehl stellen.

Backofen auf 160GradC vorheizen. Plätzchen in 10 bis 15 Minuten hellgelb backen.

Puderzucker, Bittermandelaroma und 2 TL Wasser gut verruehren. Die Sterne jeweils mit der Glasur bestreichen, mit geroesteten Mandelblaettchen bestreuen.

Mengenangabe: 40 Stueck

12.40 MARZIPAN-RAVIOLI

200 g Marzipan-Rohmasse	50 g Getrocknete Aprikosen
100 g Puderzucker	30 g Gehackte Pistazienkerne
<i>FUELLUNG</i>	75 g Bittere Orangenmarmelade
	2 EL Bitterorangen-Likoer; (Grand Mar-

nier); optional

VERZIERUNG

50 g Bitter-Kuvertuere

ERFASST ✶RK✶ AM 06.02.99 VON

Ulli Fetzer BRIGITTE-Rezept

Die Marzipan-Rohmasse in Wuerfel schneiden und mit 75 Gramm durchgesiebtem Puderzucker verkneten. Marzipan auf Puderzucker etwa 2 mm dick zu einem Rechteck ausrollen. Fuer die Fuellung: Aprikosen fein hacken und mit Pistazien, Marmelade und eventuell Likoer verruehren. Mit einem Teeloeffel kleine Haeufchen im Abstand von 2 cm auf eine Haelfte der Marzipanplatte setzen. Die Zwischenraeume mit einem Pinsel mit etwas Wasser bestreichen, damit die zweite Marzipanlage gut klebt. Die zweite Haelfte der Marzipanplatte ueber die Haeufchen schlagen und die Zwischenraeume gut andruecken. Mit einem Ravioliusstecher oder mit einem Kuchenraedchen mit gewelltem Rand Ravioli aussstechen. Marzipanreste eventuell nochmals ausrollen und wie beschrieben fuellen. Fuer die Verzierung: Die Kuvertuere hacken und im warmen Wasserbad schmelzen lassen. Kuvertuere in einen kleinen Gefrierbeutel geben und eine kleine Ecke davon abschneiden. Schokolade in Streifen ueber die Ravioli spritzen und trocknen lassen.

Tips: Als Fuellung koennen Sie auch etwas Nougat, Cocktaikirschen oder gehackte kandierte Fruechte, mit etwas Likoer vermischt, nehmen.

Naehrwerde : pro Stueck ca. 95 Kalorien, 4 g Fett

Mengenangabe: 25 Stueck

12.41 MERANER NUESSE

125 g Walnusskerne (Haelften)

ERFASST ✶RK✶ AM 06.02.99 VON

200 g Marzipan-Rohmasse

Ulli Fetzer BRIGITTE-Rezept

100 g Zucker

Von den Walnusskernen 30 schoene, moeglichst kleine Haelften beiseite legen. Restliche Nuesse mahlen und mit der Marzipan- Rohmasse verkneten. Mit den Haenden zu kleinen Baellchen formen und je eine Walnusshaelfte in das Marzipan druecken. Zucker in einer Pfanne goldgelb karamelisieren lassen (Vorsicht, der fluessige Zucker ist sehr heiss!). Mit einem Teeloeffel etwas Karamel ueber die Walnuesse geben und fest werden lassen. In Papiermanschetten setzen und moeglichst frisch essen, weil der Karamel mit der Zeit wieder weich wird.

Naehrwerde : pro Stueck ca. 75 Kalorien, 5 g Fett

Mengenangabe: 30 Stueck

12.42 MOHN-PFLAUMENMUS-PLAETZCHEN

400 g Mehl	150 g Pflaumenmus
150 g Margarine	5 TL Zitronensaft
50 g Zucker	30 g Halbbitterkuvertuere
1 mittl. Ei	50 g Puderzucker
2 EL Abgeriebene Zitronenschale	1 Tropfen Rote Lebensmittelfarbe
Salz	<i>ERFASST ★RK★ AM 23.11.99 VON</i>
250 g Mohn-Backmischung	Ilka Spiess ARD/ZDF-Text
700 ml Rum-Backaroma	

Mehl, Fett, Zucker, Ei, Zitronenschale, 1 Prise Salz, Backmischung und Rumaroma zum Teig verkneten. In Folie wickeln und 1 Stunde kalt stellen.

Den Teig auf bemehlter Arbeitsflaeche 3 mm duenn ausruellen. Unterschiedliche Formen daraus aussstechen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Kuchenblech setzen. Die Plaetzchen auf der 2. Schiene von unten bei 175GradC 10 Minuten backen. Auskuehlen lassen.

Pflaumenmus und 2 TL Zitronensaft verruehren. Die Haelfte der Plaetzchen mit dem Mus bestreichen. 20 Minuten antrocknen lassen, dann die 2. Haelfte darauf setzen.

Gehackte Kuvertuere im heissen Wasserbad schmelzen. Puderzucker, 3 TL Zitronensaft und Lebensmittelfarbe verruehren. Kuvertuere und Guss in kleine Beutel fuellen und die Plaetzchen damit verzieren. Die Kuvertuere fest werden lassen.

pro Stueck ca. 59 kcal

Mengenangabe: 60 Stueck

12.43 MOHN-PREISELBEER-PLAETZCHEN

TEIG

100 g Mohn
1 Zitrone
125 g Weiche Butter
125 g Weiches Schweineschmalz
200 g Puderzucker
1 Vanilleschote; das Mark
380 g Mehl
1 TL Backpulver
Mehl zum Bearbeiten

FUELLUNG

550 g Preiselbeerkonfituere
3 TL Speisestaerke
<i>AUSSERDEM</i>
Puderzucker zum Bestaeuben
<i>ERFASST ★RK★ AM 04.11.00 VON</i>
Ilka Spiess essen & trinken November 2000

1. Mohn in einer Moulinette fein mahlen. Zitronenschale sehr fein abreiben.
2. Butter, Schmalz, Puderzucker und Vanillemark schaumig ruehren. Mehl, Backpulver, Mohn und Zitronenschale zuegig unterruehren und alles zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. In Klarsichtfolie wickeln und 2 Stunden kaltstellen.
3. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsflaeche oder zwischen Backpapier 3-4 mm duenn ausrollen und Kreise ae 3 cm 0 aussstechen. Die Plaetzchen auf mit Backpapier belegte

Backbleche setzen. Den restlichen Teig zusammenkneten und weiter so verfahren, bis der Teig aufgebraucht ist, es sollen 150 Plaetzchen ergeben. Im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad auf der 2. Einschubleiste von unten 10-15 Minuten backen (Gas 1-2, Umluft 12 Minuten bei 150 Grad).

4. Die Preiselbeerkonfituere erwaermen, durch ein sehr feines Sieb in einen anderen Topf streichen. Konfituere unter Ruehren aufkochen und mit der in wenig kaltem Wasser geloesten Staerke binden. Vollstaendig auskuehlen lassen.

5. Die Haelfte der Mohnplaetzchen auf der glatten Seite mit 1/2-1 TL der Konfituere duenn bestreichen. Die andere Haelfte der Plaetzchen mit der glatten Seile dagegengesetzt und leicht andrUecken. Jedes Plaetzchen mit einem Tupfen der restlichen Konfituere verzieren und mit Puderzucker bestaeuben. Zwischen Lagen von Backpapier halten sich die Plaetzchen in Blehdosen kuehl und trocken gelagert ca. 2 Wochen.

Mengenangabe: 75 Stueck

12.44 MOKKA-RUM-TRUEFFEL

200 g Weiche Butter	2 EL Mokka-Likoer
150 g Puderzucker	1/2 TL Instant-Espressopulver
1/2 TL Fluessiges Vanille-Aroma (z.B. von Ubena)	1 EL Kakao
2 TL Instant-Espressopulver	<i>ERFASST ★RK★ AM 06.02.99 VON</i>
2 EL Rum	Ulli Fetzer BRIGITTE-Rezept

Butter und Puderzucker mit den Quirlen des Handruehrers fuenf Minuten cremig schlagen. Vanille-Aroma, Espressopulver, Rum und Likoer unterruehren und die Trueffelmasse am besten ueber Nacht kalt stellen. Espressopulver und Kakao durchsieben und mischen. Mit zwei Teeloeffeln kirschgrosse Stuecke von der Trueffelmasse abstechen, etwas rund formen und in der Espresso-Kakao-Mischung waelzen. Trueffelmasse zwischendurch kuehl stellen. Die Trueffel unbedingt kuehl aufbewahren. Durch den hohen Butteranteil werden sie schnell weich.

Tips: Die Trueffelmasse laesst sich gut einfrieren. Eventuell gleich die doppelte Menge zubereiten, eine Portion einfrieren und erst spaeter in Kakao waelzen.

Naehrwerte : pro Stueck ca. 65 Kalorien, 5 g Fett

Mengenangabe: 35 Stueck

12.45 NUSS-NOUGAT-BERGE

<i>TEIG</i>	1 Schuss Ausgekratztes Vanillemark
125 g Mehl	1 Eigelb
85 g Butter/Margarine	1/2 Zitrone; die Schale
40 g Zucker	Mehl zum Ausrollen

FUELLUNG UND GUSS

200 g Nuss-Nougat
 50 g Geschaelte Haselnusskerne
 300 g Zartbitter-Kuvertuere

ERFASST *RK* AM 30.03.99 VON

Ilka Spiess Brigitte-Rezept

Fuer den Teig Mehl, Fett, Zucker, Vanillemark, Eigelb und Zitronenschale zu einem glatten Teig verkneten. Abgedeckt 30 Minuten kalt stellen. Teig auf wenig Mehl etwa 3 mm dick ausrollen und Kreise von 3,5 cm Durchmesser ausstechen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.

In dem auf 200 Grad/Umluft 170 Grad/Gas Stufe 3 vorgeheizten Backofen etwa acht bis zehn Minuten backen. Abkuehlen lassen.

Nougat im heissen Wasserbad schmelzen und in einen Spritzbeutel mit kleiner Lochtuelle fuellen. Plaetzchen mit Nougat bespritzen und je einen Haselnusskern hineindruecken. Kalt stellen.

Kuvertuere grob hacken und im heissen Wasserbad schmelzen. Gut abkuehlen lassen, nochmals erhitzen und glattruehren. Plaetzchen mit Kuvertuere ueberziehen und auf einem Kuchengitter trocknen lassen.

Naehrwerte pro Stueck ca. 85 Kalorien

Mengenangabe: 50 Stueck

12.46 ORANGEN-MANDEL-KROKANT

2 Orangen
 125 g Mandelstifte
 100 g Zucker
 75 g Honig
 100 g Orangeat;

35 Backoblaten (4 cm Durchm.)
ERFASST *RK* AM 06.02.99 VON
 Ulli Fetzer BRIGITTE-Rezept

Die Orangen heiss abspuelen, trockenreiben und die Schale in feinen Streifen abschaelen. Die Mandelstifte in einer Pfanne ohne Fett goldbraun roesten, herausnehmen. Zucker und Honig in die Pfanne geben und fuenf Minuten erhitzen, bis der Zucker geschmolzen ist. Orangenschale, Mandeln und Orangeat untermischen und eine Minute kochen lassen. Den Orangen-Mandel-Krokant mit einem Teeloeffel auf die Oblaten setzen und erkalten lassen. Eventuell die freien Raender der Backoblaten abbrechen. Orangen-Mandel-Krokant in einer gut schliessenden Dose aufheben. Moeglichst nicht laenger als eine Woche, weil der Krokant durch die Luftfeuchtigkeit klebrig wird.

Naehrwerte : pro Stueck ca. 45 Kalorien, 2 g Fett

Mengenangabe: 35 Stueck

12.47 ORANGEN-SCHOKOLADEN-HERZEN

TEIG

1 Vanilleschote
 250 g Mehl; Type 550
 80 g Zucker, Salz
 1 Orange; unbehandelt
 100 g Bitterschokolade
 100 g Weiche Butter
 1 mittl. Ei

Mehl zum Bearbeiten

DEKORATION

250 g Weisse Kuvertuere
 200 g Kandierte Orangenscheiben

ERFASST ★RK★ AM 07.11.00 VON

Ilka Spiess essen & trinken November 2000

1. Die Vanilleschote laengs aufschlitzen und das Mark herauskratzen. Mehl, Zucker, Vanille mark und 1 Prise Salz in einer Schuessel mischen. Die Orange heiss abspuelen und die Schale duenn abreiben. Orange auspressen. Die Schokolade fein raffeln. Orangenschale und Schokolade mit der Mehlmasse vermengen.

2. Butter in Stueckchen, Ei und 2 El Orangensaft dazugeben. Alles mit den Knethaken des Handruehrers zu einem glatten Teig verkneten. In Klarsichtfolie wickeln und 1 Stunde kalt stellen.

3. Den Teig portionsweise auf der bemehlten Arbeitsflaeche etwa 4 mm dick ausrollen und Herzen ae 6 cm Durchmesser ausstechen. Herzen auf mit Backpapier belegte Bleche legen und im vorgeheizten Backofen auf der 2. Einschubleiste von unten bei 180 Grad etwa 12 Minuten backen (Gas 2-3, Umluft 10 Minuten bei 160 Grad). Auf Kuchengittern abkueheln lassen.

4. Kuvertuere hacken und im warmen Wasserbad schmelzen. Die Orangenscheiben achteln. Kuvertuere in eine Spritztute fuellen, feine Linien auf die Herzen spritzen und sofort mit den Orangenachteln belegen. Kuvertuere fest werden lassen. In Blechdosen, zwischen Lagen von Backpapier kuehl und trocken gelagert, halten sich die Plaetzchen ca. 2 Wochen.

Mengenangabe: 96 Stueck

12.48 PINIENKERN-SCHNITTEN

150 g Pinienkerne
 100 g Zitronat
 100 g Orangeat
 4 EL (-5) Brauner Rum
 350 g Mehl
 1 TL Backpulver
 Salz
 100 g Zucker
 50 g Honig

2 Eier (Kl. M)
 1 Eigelb (Kl. M)
 Mehl zum Bearbeiten

ZUM BESTREICHEN

1 Eigelb
 1 EL Schlagsahne

ERFASST ★RK★ AM 07.11.00 VON

Ilka Spiess essen & trinken November 2000

1. Die Pinienkerne in einer trockenen Pfanne goldbraun roesten und abkueheln lassen. 50 g der Kerne fein hacken.

2. Zitronat und Orangeat fein wuerfeln und mit dem Rum mischen. Mehl mit Backpulver

und 1 Prise Salz mischen.

3. Zucker, Honig, Eier und Eigelb mit den Quirlen des Handrührers schaumig rühren. Ganze und gehackte Pinienkerne, Orangeat und Zitronat unterarbeiten. Zuletzt mit der Mchlmischung zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Den Teig 15 Minuten ruhen lassen.

4. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Den Teig in 3 gleich grosse StUecke schneiden und auf der bemehlten Arbeitsfläche zu 30 cm langen Rollen mit 2 1/2 cm Durchmesser formen. Die Teigstränge auf das Backblech legen. Eigelb mit der Schlagsahne verrühren und die Oberfläche der Teigstränge damit dünn bestreichen.

5. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad auf der 2. Einschubleiste von unten 20 Minuten backen (Gas 2-3, Umluft 15 Minuten bei 170 Grad). Aus dem Ofen nehmen und 5 Minuten abkühlen lassen. Jeden Teigstrang auf dem Backblech schräg in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben mit wenig Abstand zueinander im Backofen bei 180 Grad auf der 2. Einschubleiste von unten 10 Minuten nachbacken (Gas 2-3, Umluft 8- 10 Minuten bei 170 Grad). Die Plätzchen auskühlen lassen. In Blechdosen halten sie sich kühl und trocken gelagert zwischen Lagen von Backpapier 2 Wochen.

: Auskühlzeit)

Mengenangabe: 50 Stück

12.49 PISTAZIEN-VANILLE-GEBAECK

PISTAZIENTEIG

75 g Marzipanrohmasse
125 g Weiche Butter
Salz
50 g Puderzucker
2 Tropfen Backaroma Bittermandel
1 Ei (Kl. M)
250 g Mehl
100 g Gemahlene Pistazien

VANILLETEIG

225 g Weiche Butter

75 g Puderzucker

1 Vanilleschote; das Mark

Salz

1 Ei (Kl. M)

275 g Mehl

AUSSERDEM

Mehl zum Bearbeiten

1 Eiweiß (Kl M)

ERFASST ☆RK☆ AM 04.11.00 VON

Ilka Spiess essen & trinken November 2000

1. Für den Pistazienteig die Marzipanrohmasse fein zerkrümeln, etwas weiche Butter dazugeben und beides mit den Quirlen des Handrührers zu einer glatten Masse verrühren. Uebrige Butter, 1 Prise Salz, Puderzucker und Backaroma dazugeben und glattrühren. Das Ei gut unterrühren. Dann Mehl und Pistazien unterkneten. In Folie gewickelt 2 Stunden kalt stellen.

2. Für den Vanilleteig Butter, Puderzucker, Vanillemark und 1 Prise Salz glattrühren. Das Ei gut unterrühren. Mehl zugeben und mit den Knethaken unterkneten. Teig in Folie gewickelt 2 Stunden kalt stellen.

3. Den hellen Teig halbieren, den grünen Teig dritteln. Eine Hälfte vom hellen und ein

Drittel vom gruenen Teig auf der bemehlten Arbeitsflaeche auf 30x20 cm ausrollen. Das Eiweiss etwas verquirlen, den hellen Teig damit bestreichen. Den gruenen Teig mit Hilfe der Kuchenrolle genau Kante auf Kante auf den hellen Teig rollen und gut andruecken. Die Platte von der langen Seite her fest aufrollen, die letzten 5 cm mit Eiweiss bestreichen und fest andruecken. In Klarsichtfolie gewickelt mindestens 3 Stunden kalt stellen.

4. Fuer die Schachbrettrolle die zweite Haelfte vom hellen Teig und das zweite Drittel vom gruenen Teig auf der bemehlten Arbeitsflaeche auf 25 x 10 cm ausrollen. Die Raender begradigen und die Platte der Laenge nach in jeweils 9 Streifen a 1 cm Breite teilen. Mit Eiweiss bestreichen, jeweils 3 Streifen abwechselnd schachbrettartig nebenund uebereinanderlegen, bis alle Streifen verbraucht sind. Den restlichen gruenen Teig auf der bemehlten Arbeitsflaeche auf 25 x 20 cm ausrollen und mit Eiweiss bestreichen. Das Schachbrettstueck darin einrollen, die Kante mit Eiweiss bestreichen und andruecken. In Klarsichtfolie gewickelt mindestens 3 Stunden kalt stellen.

5. Beide Rollen mit einem scharfen Messer in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden und auf mit Backpapier belegte Bleche setzen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas 2-3, Umluft 160 Grad) auf der

2. Einschubleiste von unten 10-12 Minuten backen. Abkuehlen lassen. In Blechdosen zwischen Lagen von Backpapier halten sich die Plaetzchen 3-4 Wochen.

Mengenangabe: 70 Stueck

12.50 ROESCHE ZIMTSTERNE

FUER DEN TEIG

1/4 Altbakener Ruehrkuchen jeglicher Art,
aber ohne Rosinen
250 g Feingemahlene Haselnuesse
100 g Mehl
50 g Staerkemehl
150 g Zucker
200 g Butter
1 Ei

1 EL Zimt

1 Schuss Gemahlene Nelken
1 Schuss Gemahlene Muskatnuss

FUER DEN GUSS

4 Eiweiss
150 g Zucker

ERFASST ★RK★ AM 25.11.99 VON

Ilka Spiess Bayerischer Rundfunk Musik-journal

Mit einem Nudelholz den trockenen Kuchen auf der Arbeitsplatte zerkleinern. Nun wie bei einem Muerbteig die Zutaten nach obiger Reihenfolge zufuegen und verkneten. Es entsteht ein klebriger Teig, den man sofort verarbeitet. Auf der Arbeitsplatte gemahlene Haselnuesse verteilen und 1/4 des Teiges darauflegen, mit der Handflaeche flachdruecken und auf der Oberflaeche wiederum Haselnuesse verteilen. Jetzt mit dem Nudelholz sehr vorsichtig ausrollen und Sterne aussstechen.

Auf ein ungefettetes Backblech setzen und ueber Nacht kuehl stellen.

Am anderen Tag aus dem Eiweiss Eischnee bereiten, in das man langsam 150 g Zucker einrieseln laesst und gut 10 bis 15 Minuten mit dem Handruehrer steif schlaegt. Diese

Masse mit einem Pinsel mittlerer Staerke auf die Sterne streichen. Im Backofen bei Heissluft auf 160 Grad ca. 20 bis 30 Minuten backen. Die roeschen Zimtsterne koennen monatelang in einer Blechdose aufbewahrt werden.

12.51 RUM-LEBKUCHEN

FUER DEN TEIG

500 g Farinzucker
 500 g Mandeln; gemahlen
 500 g Haselnuesse; grob gemahlen
 250 g Zitronat
 250 g Orangeat
 10 Eier
 1/2 TL Zimt
 1/4 TL Nelken; gemahlen
 Oblaten zum Backen

Puderzucker

Heisses Wasser

Kakao

1 Stück Pflanzenfett zerlassen (z.B. Palmin)

1/2 TL Rum (80 %)

ERFASST ★RK★ AM 25.11.99 VON

Ilka Spiess Bayerischer Rundfunk Musik-journal

FUER DEN GUSS

Aus angegebenen Zutaten einen Lebkuchenteig herstellen, auf Oblaten (4 cm Durchmesser) streichen und backen. Anschliessend mit Guss ueberziehen. Die Zutatenmenge ergibt ca. 220 Lebkuechlein.

12.52 SCHNELLE GEWUERZPLAETZCHEN

250 g Mehl
 1/2 Becher Backpulver
 100 g Zucker
 100 g Butter
 1 Becher Vanillezucker
 1 Ei

1 TL Zimt

1 Becher Lebkuchengewuerz

ERFASST ★RK★ AM 09.12.98 VON

Ilka Spiess ARD/ZDF-Text

Alle Zutaten miteinander vermischen und zu einem glatten Teig kneten. Den Teig auf einer sauberen Flaeche ausrollen und ausstechen. Die Plaetzchen ca. 10 Min. bei 170GradC (im Umluftherd) backen. Die erkalteten Plaetzchen nach Belieben mit Schoko- oder Puderzucker- Zimt-Glasur verzieren.

12.53 SCHOKOLADENZUNGEN

225 g Mehl
 1 EL Kakao
 1 EL Instant-Kaffeepulver

80 g Puderzucker

2 Eigelb

150 g Kalte Butter

150 g Zartbitter-Schokolade
 100 g Haselnuss-Glasur
 50 g Weisse Kuvertuere

ERFASST ☆RK☆ AM 06.02.99 VON
 Ulli Fetzer BRIGITTE-Rezept

Mehl, Kakao und Kaffeepulver auf die Arbeitsflaeche sieben. In die Mitte eine Mulde druecken und den Puderzucker hineingeben. In den Zucker eine Mulde druecken und das Eigelb hineingeben. Puderzucker und Eigelb mit einer Gabel etwas verruehren. Die Butter als kleine Floeckchen auf den Mehlrand setzen und alles mit einem grossen Messer durchhauen, bis nur noch kleine Teigfloeckchen uebrig sind. Dann mit den Haenden schnell zu einem glatten Teig verkneten. Schokolade fein hacken und unterkneten. Den Teig zu zwei Rollen mit etwa 2 cm Durchmesser formen und zwei Stunden kalt stellen. Teigrollen schraeg etwa 3 mm dick aufschneiden, so dass ovale Scheiben (4-5 cm Laenge) entstehen. Plaetzchen auf mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen. Im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad, Umluft 150 Grad, Gas Stufe 2 etwa zehn bis zweitausend Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter erkalten lassen.

Haselnuss-Glasur im heissen Wasserbad oder in der Mikrowelle schmelzen lassen. Glasur in eine kleine Schuessel fuellen und ein Teil der Plaetzchen zur Haelfte hineintauchen. Die Kuvertuere hacken, in einen Gefrierbeutel geben und die Schokolade im Wasserbad schmelzen lassen. Eine kleine Ecke vom Beutel abschneiden und die Plaetzchen mit Kuvertuere verzieren.

Naehrwerte : pro Stueck ca. 50 Kalorien, 3 g Fett

Mengenangabe: 80 Stueck

12.54 SCHOKOPLAETZCHEN

200 g Butter
 150 g Puderzucker
 1 Eigelb
 1/2 Zitrone; die Schale
 100 g Geschaelte, geriebene
 Mandeln

420 g Mehl
 Schokoladenglasur
ERFASST ☆RK☆ AM 02.12.99 VON
 Ilka Spiess SUEDWEST-TEXT

Butter mit Puderzucker und Eigelb verruehren. Zitronenschale, gesiebtes Mehl und Mandeln schnell unterarbeiten, bei Bedarf noch ein Eigelb darunter kneten.

Den Teig 1-2 Stunden kuehl stellen, auswellen, Sterne und Herzchen ausstechen und bei 190 bis 200 Grad hellgelb backen. Anschliessend die Formen halb mit Schokoladenglasur ueberziehen.

12.55 SNICKERDOODLES

350 g Kernlose Rosinen	1/2 TL Nelkenpulver
125 ml Bourbon Whiskey	1/2 TL Muskatnuss
60 g Butter	400 g Pecan- oder Walnuesse; halbiert
100 g Brauner Zucker	400 g Kandierte Kirschen; halbiert
2 Eier	20 g Margarine zum Einfetten
180 g Mehl	<i>ERFASST ★RK★ AM 21.12.98 VON</i>
1/2 Becher Backpulver	Ilka Spiess ARD/ZDF-Text
1 1/2 TL Zimtpulver	

Rosinen ueber Nacht zugedeckt im Whiskey ziehen lassen. Am naechsten Tag gut abtropfen lassen. Butter, Zucker und Eier in einer Schuessel schaumig ruehren.

Mehl und Backpulver ueber die Masse sieben. Zimt, Nelkenpulver, Muskatnuss zugeben. Alles zu einem glatten Teig verarbeiten. Rosinen, Nuesse und Kirschen unterkneten. Backblech einfetten, Teig teeloeffelweise abstechen und kleine Haeufchen aufs Blech setzen. Die Plaetzchen auf mittlerer Schiene im vorgeheizten Backofen bei 180GradC (Gas Stufe 3) 20 Min.backen.

Anstelle von Rosinen kann man auch Feigen nehmen. Haltbarkeit: 3 Monate

12.56 SPEKULATIUS

250 g Zucker	1 Prise Rum
250 g Margarine	1 Schuss Salz
1 Ei	<i>ERFASST ★RK★ AM 27.10.00 VON</i>
500 g Mehl	Ilka Spiess Studios NRW Topfgucker-
Spekulatiusgewuerz	Rezept
Vanillezucker; oder besser, reine Vanille	

Den Teig wie Muerbeteig bearbeiten . Dann: den Teig ausrollen, wenn vorhanden: in Holzmodeln fuellen und ausschlagen, bei 180 - 200 Grad ca. 5-10 Minuten backen.

12.57 SPITZBUBEN

420 g Mehl	Erdbeermarmelade
210 g Zucker	Puderzucker
250 g Butter	<i>ERFASST ★RK★ AM 21.12.98 VON</i>
1 Ei	Ilka Spiess SUEDWEST-TEXT
125 g Gemahlene Haselnuesse	

Gesiebtes Mehl auf dem Backbrett mit Zucker, Butter, Ei und Haselnuessen zu Teig verarbeiten und 1 Std. kaltstellen.

Teig auf einem bemehlten Brett ausrollen. Formen in drei verschiedenen Groessen ausstechen und bei mittlerer Hitze goldbraun backen.

Die groessten Formen mit wenig Marmelade bestreichen, mittlere Groesse daraufsetzen, ebenfalls mit Marmelade bestreichen. Turm mit der kleinsten Form abschliessen.

Zum Schluss mit Puderzucker bestaeuben.

12.58 SPRITZ-GEBAECK PLAETZCHEN

200 g Butter oder Margarine	300 g Mehl
100 g Puderzucker	50 g Speisestaeerke
2 Becher Vanillezucker	<i>ERFASST *RK* AM 30.03.99 VON</i>
1 Unbehandelte Zitrone	Ilka Spiess Brigitte-Rezept
2 Eier	
1 Eigelb	

Alle Zutaten mit den Knethaken des Handruehrers zu einem glatten Teig verkneten.

Teig in einen Spritzbeutel mit Sterntuelle geben. In "S"-Form auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech spritzen. In den auf 175 Grad/ Umluft 150 Grad/Gas Stufe 2 vorgeheizten Backofen schieben und etwa zehn Minuten backen.

: Schokoladen-Kekse Gebaeck zur Haelfte in helle oder dunkle Kuvertuere tauchen.

: Tips Wenn Sie nur ein Backblech haben, spritzen Sie die naechste Portion Butter-S auf ein backblechgrosses Stueck Backpapier. Das fertige Gebaeck wird mit dem Backtrennpaier vom Blech gezogen und durch das mit Teig bespritzte ersetzt.

Naehrwerde pro Stueck ca. 55 Kalorien

Mengenangabe: 60 Stueck

12.59 SUEDTIROLER WEIHNACHTSZELTEN

500 g Birnschnitz (getrocknete Birnenspalten)	teln
500 g Feigen	<i>HEFETEIG</i>
500 g Sultaninen	750 g Roggenmehl
250 g Walnuesse	1 Becher Hefe
250 g Haselnuesse	1/4 l Lauwarmen Wasser und
250 g Weinbeeren (Rosinen)	2 g Salz
50 g Zitronat und Orangeat	<i>ERFASST *RK* AM 06.03.99 VON</i>
<i>NACH BELIEBEN</i>	Ilka Spiess Bayerischer Rundfunk Kochgeschichten
250 g Getrocknete Zwetschgen oder Dat-	

Die Zutaten fuer die Fruechte werden kleingeschnitten bzw. gehackt und dann mit ca. 1/4 Liter Obstler oder Rum, 1 Essloeffel Anis, 1 - 2 Teeloeffel Zimt und 1 Messerspitze

Nelkenpulver, am besten mit der Hand gut vermischt. Diese Masse muss zugedeckt bei Zimmertemperatur ueber Nacht durchziehen.

Am naechsten Tag wird der Hefeteig zubereitet.

Danach an einem warmen Ort gehen lassen.

Den Hefeteig zu der Fruechtemischung geben und gut vermengen. Dann kleine Laibe, Herzen oder Rechtecke formen, mit Mandeln, kandierten Kirschen, Orangeat oder Zitronat verzieren und mit Zucker- oder Honigwasser bepinseln. Im vorgeheizten Backofen bei ca. 180 Grad 30 Minuten backen bis die Zelten leicht braun sind. Zwischendurch immer wieder mit Zucker- oder Honigwasser bepinseln.

Diese Menge ergibt ungefaehr 10 - 12 Zelten.

Saemtliche Zutaten koennen nach Geschmack veraendert oder variiert werden. In Suedtirol hat jede Familie ihr eigenes Rezept.

12.60 SUESSE HASELNUSS-CAPPUCCINO-PLAETZCHEN

TEIG

120 g Mehl
40 g Gemahlene Haselnuesse
90 g Butter oder Margarine
25 g Zucker
1 Becher Vanillezucker
Mehl zum Ausrollen

1 EL Puderzucker

100 g Nougat
10 g Cappuccino-Pulver

VERZIERUNG

75 g Geschaelte Haselnuesse

ERFASST *RK* AM 06.02.99 VON
Ulli Fetzer BRIGITTE-Rezept

CREME

60 g Weiche Butter

Fuer den Teig: Alle Zutaten zunaechst mit den Knethaken des Handruehrers, dann mit den Haenden zu einem glatten Teig verkneten. Zugedeckt etwa eine Stunde kalt stellen.

Teig auf wenig Mehl etwa 1/ 2 cm dick ausrollen und etwa 3 cm grosse Quadrate daraus ausschneiden oder mit dem Kuchenraedchen ausradeln. Plaetzchen auf mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad, Umluft 170 Grad, Gas Stufe 3 etwa zehn Minuten backen. Vom Backblech nehmen und erkalten lassen.

Fuer die Creme: Butter und gesiebten Puderzucker in einem hohen Ruehrbecher mit den Quirlen des Handruehrers cremig schlagen. Nougat in der Mikrowelle oder im Wasserbad leicht erwaermen und zusammnen mit dem Cappuccino-Pulver unterruehren. Creme in den Kuehlschrank stellen, bis sie fest ist. Cappuccinocreme auf die Plaetzchen streichen.

Fuer die Verzierung: Ganze Nuesse in die Nougatcreme druecken oder die Nuesse grob hacken. Plaetzchen mit der bestrichenen Oberseite in die Nuesse druecken oder sie damit bestreuen. Unbedingt kuehl und in einer Dose fest verschlossen aufheben

Tips: Falls Sie keine geschaelten Haselnuesse bekommen: Nuesse im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad, Umluft 170 Grad, Gas Stufe 3 etwa zehn Minuten roesten. In ein Geschirrtuch geben und sofort mit beiden Haenden kraeftig rubbeln, damit sich die Schalen loesen. Nuesse im Tuch erkalten lassen und nochmals kraeftig rubbeln. Haselnuesse aus dem Tuch nehmen, die Schalenstuecke wegwerfen. Die Nuesse bekommen durch das

Roesten auch einen intensiveren Geschmack.
Naehrwerde : pro Stueck ca. 75 Kalorien, 6 g Fett

Mengenangabe: 40 Stueck

12.61 WALNUSS-COOKIES

400 g Walnusskerne	2 Eigelb
125 g Weiche Butter oder Margarine	50 g Brauner Zucker; zum Waelzen
100 g Brauner Zucker	<i>ERFASST *RK* AM 06.02.99 VON</i>
1 Vanilleschote	Ulli Fetzer BRIGITTE-Rezept
150 g Weizen-Vollkornmehl	
2 Schuss Salz	

150 Gramm Walnusskerne mahlen. Fett, Zucker und das ausgekratzte Vanillemark mit den Quirlen des Handruehers cremig schlagen. Gemahlene Walnusskerne, Vollkornmehl, Salz und Eigelb untermischen. Den Teig mit den Haenden zu kirschgrossen Kugeln rollen und in braunem Zucker waelzen. Die Kugeln auf mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen und je eine Walnusshaelfte hineindruecken. Im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad, Umluft 150 Grad, Gas Stufe 2 etwa zweieinhalb Minuten backen.

Tips: Die Walnusskerne sollten beim Backen nicht zu dunkel werden. Sie schmecken sonst bitter. Typisch amerikanische Cookies sind leicht salzig. Wer diesen Geschmack nicht so liebt, nimmt nur eine Prise Salz in den Teig.

Naehrwerde: : pro Stueck ca. 65 Kalorien, 5 g Fett

Mengenangabe: 70 Portionen

12.62 WEIHNACHTSMAENNER

100 g Margarine oder Butter	Mehl zum Ausrollen
250 g Honig	<i>FUER DIE GARNITUR</i>
125 g Zucker	200 g Puderzucker
1 EL Pfefferkuchengewuerz	1 Eiweiss
1 Ei	Rote Speisefarbe
1 Schuss Salz	
1 TL Kakao	<i>ERFASST *RK* AM 11.12.98 VON</i>
500 g Mehl	Ilka Spiess ARD/ZDF-Text
1 TL Backpulver	

Margarine oder Butter, Honig und Zucker unter Ruehren so lange erhitzen, bis sich der Zucker geloest hat, Topf vom Herd nehmen. Pfefferkuchengewuerz, Ei, Salz und Kakao dazugeben.

Mehl und Backpulver mischen und mit den Haenden unterkneten, bis ein glatter Teig

entstanden ist. Teig in einer Schuessel bei Zimmertemperatur 3 bis 4 Stunden stehlenlassen. Danach auf bemehlter Arbeitsflaeche ca. einen Zentimeter dick zu einem Streifen von 20 x 42 cm ausrollen. In vier gleichschenklige Dreiecke schneiden. Teigreste nochmals ausrollen und ein weiteres Dreieck ausschneiden.

Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und im vorgeheizten Ofen bei 200GradC (Gas 3) 12 bis 15 Minuten backen.

Puderzucker und Eiweiss zu einem Guss verruehren. 1/4 davon mit roter Speisefarbe kraeftig einfaerben. Restl.Guss in einen Spritzbeutel mit sehr kleiner Lochtuelle fuellen. Die Teigdreiecke als Weihnachtsmaenner verzieren.

12.63 WEIHNACHTSSCHOKOLADENBROT

250 g Butter	3 EL Kakao
300 g Puderzucker	200 g Kuvertuere
6 Eier	<i>ERFASST *RK* AM 13.12.98 VON</i>
300 g Vollmilchschokolade	Ilka Spiess ARD/ZDF-Text
250 g Mandeln; ungeschaelt gerieben	
100 g Mehl	

Butter, Zucker und Eier schaumig ruehren. Die Haelfte der Schokolade schmelzen, kurz abkuehlen lassen und unter die Eiermasse ruehren. Restliche Schokolade reiben und zusammen mit Mandeln, Mehl und Kakao unter den Teig heben.

Den Teig auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech verstreichen und im vorgeheizten Ofen bei ca.130GradC rund 50 Minuten backen.

Nach dem Backen etwas abkuehlen lassen und anschliessend in Rauten, Quadrate oder Rechtecke schneiden. Kuvertuere schmelzen und das Gebaeck damit ueberziehen.

12.64 WIENER VANILLEKIPFERL

50 g Mandeln	2 Eigelbe
50 g Haselnuesse	1/2 Tasse Puderzucker
280 g Mehl	5 Becher Vanillezucker
70 g Zucker	<i>ERFASST *RK* AM 21.03.00 VON</i>
200 g Butter	Ilka Spiess ARD/ZDF-Text
1 Schuss Salz	

Die Mandeln ueberbruehen, abziehen und fein reiben. Die Haselnuesse ebenfalls fein reiben. Das Mehl auf ein Backblech sieben. Mandeln, Haselnuesse, Zucker, Salz, die kalte Butter in Floeckchen und die Eigelbe daruebergeben. Alles zu einem Muerbeteig verkneten.

Den Teig in Alufolie gewickelt 2 Stunden im Kuehlschrank ruhen lassen. Ofen auf 190GradC vorheizen. Den Teig portionsweise zu bleistiftdicken Roellchen formen, in 5 cm

lange Stuecke schneiden und zu Hoernchen (Kipferl) biegen.

Auf der mittleren Schiene in 10 Minuten goldgelb backen. Den Vanillezucker mit dem Puderzucker mischen und die noch warmen Kipferl vorsichtig darin wenden.

Tip: Die Kipferl zum Aufbewahren lagenweise zwischen Pergamentpapier in eine Dose legen, damit sie nicht zerbrechen.

12.65 XANTENER BROCKEN

FUELLUNG

50 ml Schlagsahne; keine H-Sahne	1/2 EL Kakao
150 g Reines Nougat	1/4 TL Zimt
25 g Kokosfett	2 TL Rosenwasser Apotheke
1/2 EL Rum	3 g Pottasche
	1 Eigelb

TEIG

125 g Honig	300 g Zartbitter-Kuvertuere
60 g Zucker	40 g Haselnusskrokant
60 g Kokosfett	<i>ERFASST ☆RK☆ AM 30.03.99 VON</i>
250 g Mehl	Ilka Spiess Brigitte-Rezept

Fuer die Fuellung Sahne erhitzen und grob zerkleinertes Nougat darin schmelzen lassen. Ueber Nacht in den Kuehlschrank stellen.

Fuer den Teig Honig, Zucker und Kokosfett aufkochen und abkuehlen lassen. Mehl, Kakao und Zimt mischen und zur Honigmasse geben. In Rosenwasser aufgeloeste Pottasche und Eigelb zugeben und alles zuerst mit den Knethaken des Handruehrers, dann mit den Haenden verkneten.

Teig eine Stunde kalt stellen. Portionsweise in einem Gefrierbeutel 3 mm dick ausrollen. Gefrierbeutel aufschneiden und den Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech stuerzen. In dem auf 200 Grad/Umluft 170 Grad/ Gas Stufe 3 vorgeheizten Backofen etwa sieben Minuten backen.

Platten mit einem Lineal abmessen und in Rechtecke 2x3,5 cm schneiden. Nougat-Sahne mit den Quirlen des Handruehrers etwa zehn Minuten zu einer dickschaumigen Creme aufschlagen und den Rum dazugießen.

Die Haelfte der Plaetzchen mit der Creme bestreichen und je ein unbestrichenes Plaetzchen daraufsetzen. Gut andruecken. Grob gehackte Kuvertuere im heissen Wasserbad schmelzen, abkuehlen lassen und nochmals erhitzen. Brocken damit ueberziehen. Sofort Krokant darueberstreuen und fest werden lassen.

: Fruchtige Brocken Die Honigkuchenbrocken mit Johannisbeer- oder Quittengelee fuellen und wie oben beschrieben mit Kuvertuere ueberziehen. Dann eventuell mit kandierten Veilchen verzieren

Naehrwerde pro Stueck ca. 85 Kalorien

Mengenangabe: 60 Stueck

12.66 ZIMTWAFFELN AUS DEM HUNSRUECK

250 g Butter	3 TL Zimt; gehaeuft
500 g Zucker	<i>ERFASST ★RK★ AM 09.11.99 VON</i>
4 Eier	Ilka Spiess 1997 Suedwestfunk Mainz
500 g Mehl	

Butter, Zucker und die Eier schaumig ruehren. Den Zimt dazugeben und das Mehl unterarbeiten. Den Teig etwa eine Stunde kaltstellen, dann ausrollen und Rechtecke in der Groesse des Waffeleisens ausschneiden. Danach im Waffeleisen backen und in sechs Teile schneiden.

13 Backen, Gebaeck, Xmas

13.1 BUTTERSPRITZGEBAECK

220 g Butter	300 g Mehl
60 g Staubzucker	<i>ERFASST ★RK★ AM 13.07.99 VON</i>
20 g Vanillezucker	Ilka Spiess Internet Aufgegabelt in Oesterreich
1 Ei	
Zitronenraspel	

Butter weich mit Staubzucker, Vanillezucker, Zitronenraspel mit Kuechenruehrgeraet optimal schaumig ruehren. Dann das Ei untermischen. Zum Schluss das Mehl mit dem Kochloeffel untermischen. Den fertigen Teig in Spritzbeutel mit Sterntuelle fuellen und damit Sterne aufspritzen. In die Mitte der Sterne rote Ribiselmarmelade fuellen.

Man kann statt der Sterne auch kleine Tropfen aufspritzen die nach dem Backen mit Marillenmarmelade gefueellt u. zusammengesetzt werden. Die Spitzen dieses Spritzgebaecks werden mit Schokoglasur getunkt.

Tip: Die Butter laesst sich am besten schaumig ruehren, wenn sie Zimmer-Temperatur hat. Je schaumiger die Butter geruehrt wurde, desto zarter wird Ihr Gebaeck gelingen.

Lienbacher Konditorei

Schillerstrasse 10, 9800 Spittal/Drau Tel.: 04762 / 2525, Fax DW 77

14 Backen, Kuchen, Honig, X-mas

14.1 ECHTE PULSNITZER PFEFFERKUCHEN

500 g Waldhonig o. anderen Honig	15 g Pfefferkuchengewuerz
60 g Butter	625 g Mehl
60 g Kakao	1 Ei

10 g Hirschhornsalz	50 g Orangeat
5 g Pottasche	<i>ERFASST ★RK★ AM 18.12.98 VON</i>
125 ml Wasser	Ulli Fetzer Pfefferkuechlerei, Pulsnitz/
70 g Suesse Mandeln; gehackt	Sachsen
3 Geriebene Mandeln	
50 g Zitronat	

Honig, Wasser und Butter erhitzen (nicht kochen lassen) und abkueheln lassen. Das mit Kakao und Pfefferkuchengewuerz gesiebte Mehl, Ei und die getrennt aufgeloesten Triebmittel nach und nach zugeben. Zuletzt Mandeln, Zitronat und Orangeat unterkneten. Den Teig ueber Nacht kuehl stellen und am naechsten Tag verarbeiten.

Backtemperatur 175GradC.

15 Backen, Kuchen, Rosine, X-mas

15.1 BUTTERSTOLLEN

1000 g Mehl	200 g Mandeln
80 g Hefe	50 g Orangeat
1/4 l Milch	80 ml Rum
500 g Butter	150 g Butter; zum Bestreichen
120 g Zucker	300 g Puderzucker
15 g Salz	<i>ERFASST ★RK★ AM 18.12.98 VON</i>
Zitrone	Ulli Fetzer Pfefferkuechlerei, Pulsnitz/
600 g Rosinen	Sachsen
150 g Sukkade bzw. Zitronat	

Das Mehl sieben und in eine Schuessel bringen.

Milch auf ca. 26 Grad erwaermen, Hefe darin aufloesen und mit Mehl zu einem Hefestueck verarbeiten. Die Festigkeit soll der spaeteren Teigfestigkeit entsprechen.

Nachdem das Hefestueck gegangen ist, mit Butter, Zucker und Gewuerz zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig einmal kurz garen lassen, zusammenschlagen und anschliessend Trockenfruechte unterarbeiten.

Nach Moeglichkeit sollen die Trockenfruechte vor der Verarbeitung mit Rum getraenkt werden. Das Unterarbeiten der Fruechte muss sehr vorsichtig erfolgen, d.h. sie sollen mehr untergedrueckt als untergeknetet werden.

In entsprechend grosse Stuecke abwiegen, sofort aufarbeiten, auf Bleche, die mit Papier belegt sind, setzen und abbacken. Nach dem Backen mit heisser Butter bestreichen und Vanillezucker aufstreuen. Anschliessend mit Puderzucker besieben.

16 Backen, Kuchen, X-mas

16.1 BELGISCHER HONIGKUCHEN

250 g Honig	100 g Gehackte
100 g Ruebensirup	Haselnusskerne
125 g Farinzucker (brauner	100 g Blockschokolade
Zucker)	25 g Butter oder Margarine
1 Becher Lebkuchengewuerz	<i>ERFASST ★RK★ AM 07.12.98 VON</i>
350 g Roggenmehl	Ilka Spiess ARD/ZDF-Text
10 g Natron	

Honig, Sirup, Farinzucker, Lebkuchengewuerz und 1/4 1 Wasser verruehren. Mehl und Natron mischen und mit den Nuessen unter die Honig-Sirup-Masse ruehren.

Teig in eine gefettete und mit Paniermehl ausgestreute Kastenform von 30 cm Laenge fuellen und glattstreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 180GradC 45-50 Minuten backen. Blockschokolade zerkleinern, im heissen Wasserbad mit Butter oder Margarine schmelzen, gut verruehren und den Kuchen damit ueberziehen.

16.2 BIEREWECKE (FRUECHTEBROT)

750 g Getrocknete Birnenschnitze	40 g Zitronat
500 g Getrocknete Zwetschgen	40 g Orangeat
300 g Zucker	1 1/2 TL Zimt
1 1/2 kg Roggenmehl	1 TL Nelkenpulver
20 g Hefe	125 ml Kirschwasser
1/4 1 Wasser	<i>ERFASST ★RK★ AM 17.11.99 VON</i>
1 EL Zucker	Ilka Spiess Suedwest-Text Was die
1 EL Salz	Grossmutter
125 g Korinthen	noch wusste
125 g Sultatinen	
250 g Walnusskerne	

Am Vortag die Birnenschnitze und die Zwetschgen waschen und in 1 1/2 1 Wasser ueber Nacht einweichen. Am naechsten Tag die Birnen und Zwetschgen mit 300 g Zucker aufkochen und in ein Sieb geben. Die Bruehe auffangen. Das Roggenmehl in eine ausreichend grosse Schuessel geben und eine Vertiefung in das Mehl druecken. Darin mit der Hefe, etwas Zucker und von der Bruehe einen Vorteig anruehren. Wenn der Vorteig Blasen geworfen hat, mit dem Mehl und etwa 400 ml Bruehe zu einem Brotteig verarbeiten, der etwa 3/4 Stunde geknetet werden muss.

Ist der Teig zu fest, noch etwas Bruehe dazugeben. Etwas Bruehe zum Bestreichen uebrig lassen. Dann kommen die klein geschnittenen Birnenschnitze, die klein geschnittenen Zwetschgen, die Korinthen und die Sultaninen, die gehackten Nusskerne, das wuerfelig

geschnittene Zitronat und Orangeat, Zimt, Nelken, Kirschwasser und Salz hinzu. Nachdem alles gut durchgearbeitet ist, so dass die Zutaten moeglichst gleichmaessig im Teig verteilt sind, fuenf laengliche Laibe formen und auf ein mit Mehl bestaeubtes Brett setzen. Ueber Nacht ruhen lassen.

Am naechsten Tag bei etwa 180 Grad etwa 1 1/2 Stunden im vorgeheizten Backofen backen. 5 Minuten vor dem Herausnehmen werden sie mit dem Rest der Zwetschgenbruehe bestrichen, so dass sie eine dunkle, glaenzende Farbe bekommen.

16.3 ROSINENBROT

FUER DEN TEIG

500 g Mehl
40 g Hefe
50 g Zucker
125 ml Lauwarne Milch
200 g Sultaninen
1 Schuss Salz
1 Vollei
2 Eigelb

ZUM BESTREICHEN UND BESTREUE

1 Eigelb
1 EL Milch
2 EL Hagelzucker

*ERFASST *RK* AM 25.11.99 VON*

Ilka Spiess Bayerischer Rundfunk Musik-journal

Mehl in eine Schuessel geben, die Hefe einbroeckeln, 1 TL Zucker daraufstreuen und mit der lauwarmen Milch zu einem Vorteig verruehren. 15 Minuten gehen lassen. Sultaninen waschen und abtrocknen. Restlichen Zucker, Salz, Ei und Eigelb zum Vorteig geben, Teig kneten, Sultaninen dazugeben und den Teig 30 Minuten aufgehen lassen. Anschliessend aus dem gegangenen Teig drei 50 cm lange Rollen formen, zu einem Zopf flechten und auf ein gefettetes Backblech legen. Noch 20 Minuten gehen lassen.

Im vorgeheizten Ofen auf der mittleren Schiene 40 Minuten backen. Zehn Minuten vor Backzeitende mit Eigelb und Milch bestreichen und mit Zucker bestreuen.

16.4 WEIHNACHTLICHER GEWUERZKUCHEN MIT MANDELKRUSTE

FUER DEN GEWUERZKUCHEN

175 g Pflanzencreme; mit feinem Butteraroma
225 g Brauner Zucker
1 Vanilleschote
Vanilleschote
4 Eier
1 Schuss Salz
1 TL Zimt
250 g Mehl

1 TL Backpulver

40 g Puddingpulver Schoko
50 g Schokoladenraspel

FUER DIE MANDELKRUSTE

100 g Pflanzencreme; mit feinem Butteraroma
150 g Honig
3 EL Sahne
250 g Mandelblaettchen

ERFASST ☆RK☆ AM 03.12.99 VON

Ulli Fetzer MDR-Videotext

Pflanzencreme, Zucker, Vanillemark, Eier, Salz und Zimt mit dem Handruehrgeraet schaumig schlagen. Mehl mit Backpulver und Puddingpulver vermischen, essloeffelweise nach und nach einruehren.

Schokoladenraspel unter den Teig heben. Teig in eine gefettete Sternform oder Springform (Durchmesser 26 Zentimeter) geben und im vorgeheizten Backofen bei 175GradC (Gas Stufe 2) ca. 20-25 Minuten backen.

Fuer die Mandelkruste Pflanzencreme mit Honig, Sahne und Mandelblaettchen aufkochen lassen, vom Herd nehmen und die noch heisse Mischung auf den Kuchen streichen. Kuchen weitere 10 Minuten bei gleicher Temperatur backen und auskuehlen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten, Backzeit: ca. 30-45 Minuten

Mengenangabe: 12 Stueck

17 Backen, Stollen, X-mas

17.1 BARBARA-STOLLEN

500 g Mehl	1/4 TL Kardamom; gemahlen
1 Becher Backpulver	200 g Sultaninen
250 g Quark	100 g Mandeln; gehobelt und etwas zerdrueckt
200 g Zucker	50 g Haselnuesse; gemahlen
1 Becher Vanillezucker	50 g Orangeat; gewuerfelt
1 Schuss Salz	50 g Zitronat; gewuerfelt
250 g Butter	
2 Eier	<i>FUER DEN GUSS</i>
1/2 klein. Flasche Zitronenaroma	4 EL Puderzucker
1/2 klein. Flasche Arrakaroma	1 Zitrone; den Saft
1/2 TL Zimt	
1/4 TL Nelken; gemahlen	<i>ERFASST ☆RK☆ AM 25.11.99 VON</i>
1/4 TL Muskatbluete; gemahlen	Ilka Spiess

Mehl und Backpulver sieben, Quark etwas abtropfen lassen und dann mit allen zuerst genannten Zutaten zu einem Knetteig verarbeiten. Sultaninen waschen und abtrocknen, mit den Mandeln, Haselnuessen, Orangeat und Zitronat mischen und dann in den Teig einkneten. Abschliessend eine dicke Rolle formen (ca. 30 cm und 1 Stunde kuehl stellen.) Die Backroehre auf 220 Grad vorheizen, Backblech mit Backpapier auslegen. Stollen formen, indem man den Teig etwas ausrollt, uebereinanderschlaegt und dann zurechtdrueckt (Alternative: gesamte Teigmasse in eine grosse Stollenform geben). Den geformten Stollen aufs Backblech legen und auf der untersten Schiene bei 200 Grad ca. 15 Minuten backen. Dann eine Alufolie auf den Stollen legen und bei 175 Grad ca. 45 Minuten backen.

Anschliessend die Folie entfernen und bei ausgeschaltetem Ofen in der Resthitze ca. 10 Minuten nachbacken. Puderzucker und Zitronensaft glatt verruehren und auf den noch warmen Stollen streichen. Wenn der Guss erkaltet ist, Stollen in eine Alufolie packen und ein paar Tage ruhen lassen.

17.2 QUARKSTOLLEN MIT ADVENTSPUNSCH

QUARKSTOLLEN

220 g Butter
180 g Zucker
2 Eier
180 g Magerquark
310 g Mehl
12 g Backpulver
30 g Haselnuesse; fein gerieben
1 Schuss Salz
Zimt
Zitronenschale

DEKOR

100 g Geschmolzene Butter
Zimtzucker

Puderzucker

PUNSCH
1200 ml Weisswein
800 ml Rotwein
250 g Zucker
400 ml Schwarzer Tee
1 Orange
1 Zitrone
75 ml Rum
25 ml Arrak; Reisschnaps

ERFASST ☆RK☆ AM 26.11.99 VON

Ilka Spiess ARD-FRUEHSTUECKSBUFFET

Mit der Hand die zimmerwarme Butter mit Zucker, Gewuerzen, Nuessen und den Eiern verkneten, dann den Quark dazugeben. Das Backpulver und das Mehl sieben, zur Masse dazugeben und den Teig kneten, bis alle Zutaten schoen vermengt sind. Den fertigen Teig anschliessend in etwas Mehl laenglich formen. Eine Stollenform fuer 1 kg Teig oder auch eine beliebige Kastenform mit Butter bestreichen.

Den Teig in die Laenge der Form rollen und einlegen. Den Quarkstollen im Ofen bei 175 - 180GradC ca.60 Minuten backen. Nach dem Backen und Auskuehlen mit geschmolzener Butter bestreichen und mit Zimtzucker und anschliessend mit Puderzucker bestreuen.

Fueden Punsch, Weisswein, Rotwein, Zucker und schwarzen Tee auf ca. 60GradC erwaermen. Orange und Zitrone hauchduenn schaelen, und die Schalenteile (ohne die weisse Innenschale!) in Rum und Arrak ca.1 Stunde einlegen.

Den ausgepressten Saft der Orange und der Zitrone in den erwaerten Wein zugeben und das Fruchtfleisch, das oben schwimmt, mit einem feinen Sieb entfernen.

Den Herd ausschalten und den Alkohol mit den Zitrusschalen durch ein Sieb geschuetzt zu geben. Schalen bitte nicht ausdriuecken, da sonst die Bitterstoffe mit in den Punsch kommen.

18 Bakcen, Gebaeck, X-mas

18.1 WALNUSSPLAETZCHEN MIT RUM

200 g Butter	100 g Puderzucker
125 g Zucker	Etwas Rum fuer die Glasur
250 g Mehl	Walnusshaelften zum Belegen
100 g Walnuesse; fein gerieben	<i>ERFASST ★RK★ AM 25.11.99 VON</i>
20 ml Rum	Ilka Spiess Bayerischer Rundfunk Musik-journal
1 Schuss Salz	
Aprikosenmarmelade zum Fuellen	

Aus Butter, Zucker, Mehl, geriebenen Walnuessen, Rum und einer Prise Salz einen Knetteig herstellen. Mindestens 2 Stunden kalt stellen. Runde, gezackte Plaetzchen ausstechen und bei 160 Grad hellgelb backen. (Vorsicht, der Teig ist sehr weich.) Die noch warmen Plaetzchen mit Aprikosenmarmelade bestreichen und jeweils 2 Stueck aufeinanderlegen (glatte Seite nach innen).

Den gesiebten Puderzucker mit Rum verruehren und die Plaetzchen mit der Rumglasur bestreichen. Bevor die Glasur erhaertet, die Plaetzchen mit einer halben Walnuss kroenen. Die Plaetzchen schmecken nach einer Lagerzeit von drei Wochen am besten.

19 Info, X-mas

19.1 WEIHNACHTSGENUESSE

1 Info

Ilka Spiess ARD/ZDF-Text

ERFASST ★RK★ AM 23.12.98 VON

Die Weihnachtszeit ist fuer viele von uns mit ganz speziellen Geruechen, essbaren Koestlichkeiten und Symbolen verbunden. Seit unserer Kindheit gehoert das alles zum Weihnachtsfest: Tannennadelduft, Brataepfel, Nuesse u.v.a.m. Wenn man es genauer betrachtet, wird man feststellen, dass man vieles fuer die Gesundheit nutzen kann.

Auch beim Thema Gesundheit koennen wir uns in weihnachtliche Stimmung versetzen. Viele typische Symbole der Weihnachtszeit sind zugleich auch hochwirksame Naturarzneien. Das ist ein voellig neuer Aspekt.

Weihrauch ist eine kostbare Naturarznei und wird aus dem Harz des Baumes *Boswellia thurifera* in Arabien und Somalia gewonnen. Es riecht nicht nur faszinierend, sondern hat auch eine desinfizierende Wirkung.

Um die Jahrhundertwende legte man auf dem Lande Weihrauchkoerner auf die heisse Herdplatte, wenn jemand mit starker Erkaeltung zu Besuch kam. Inzwischen ist wissenschaftlich erwiesen, dass der Weihrauch, der durch die Raeume zieht, Krankheitserreger in der Luft abtoetet. Das passiert auch in der Kirche, wo die Menschen dicht gedraengt stehen. Anis: In vielen Familien gibt es jetzt Kekse und Kuchen mit Anis, einem typischen Weihnachtsgewuerz. Schon im antiken Aegypten wusste man: Anis macht bessere Laune, verscheucht depressive Stimmungen. Man braut auch Tee aus Anis-Gewuerz: 1 TL mit einer Tasse kochendem Wasser uebergiessen, 8 Minuten ziehen lassen, durchseihen, mit

Honig suessen.

Zimt - wie Anis - ein wichtiges Gewuerz fuer den Lebkuchen, staerkt den Magen und foerdert die Verdauung.

Nuesse enthalten wertvolle Fettsaeuren, Phosphor und Kupfer und sind eine gute Gehirnnahrung gegen Vergesslichkeit.

Vanille, gewonnen aus der Fruchtschote einer suedamerikanischen Orchidee, ist ein wertvolles Gewuerz. Es aktiviert Nieren, Verdauung und macht Lust auf Liebe.

Brataepfel sind eine besonders interessante Naturarznei. Bei Heiserkeit oder Halsschmerzen bereitet man im Backofen drei Brataepfel mit Honig zu und verspeist sie auf einmal. Die Inhaltsstoffe sind schmerzlindernd und regenerierend.

Die Weihnachtsgans ist gesuender, wenn man sie mit viel Kuemmel wuerzt. Dann ist das Fett besser zu verdauen. Die Gans im Backrohr mit einer Gabel anstechen, dann fliest ein Teil des Fettes ab.

Der Weihnachtskarpfen wird bekoemmlicher, wenn man ihn nicht braet, nicht backt, sondern im Kraeutersud und in Zitronenwasser ziehen laesst.

Zum Fleisch sollte man Kartoffeln und Maronen essen. Basische Mikronaehrstoffe sorgen dafuer, die belastenden Saeuren des Fleisches rasch abzubauen. Das bewirken auch: Sellerie- und Rote- Bete-Saft

Dr. Joerg Zittlau/Dr.Norbert Kriegisch/ Dagmar P.Heinke: "Hausmittel" : Suedwest Verlag, Muenchen

Prof. Hademar Bankhofer: "Gesundheit aus dem Kochtopf" : Kneipp Verlag - Bad Woerishofen-Stuttgart-Leoben

Prof. Hademar Bankhofer: "Gesund durch den Winter" : Trescher Verlag - Berlin

19.2 WEIHNACHTSGENUESSE

1 Info

Ilka Spiess ARD/ZDF-Text

ERFASST ★RK★ AM 23.12.98 VON

Die Weihnachtszeit ist fuer viele von uns mit ganz speziellen Geruechen, essbaren Koestlichkeiten und Symbolen verbunden. Seit unserer Kindheit gehoert das alles zum Weihnachtsfest: Tannennadelduft, Brataepfel, Nuesse u.v.a.m. Wenn man es genauer betrachtet, wird man feststellen, dass man vieles fuer die Gesundheit nutzen kann.

Auch beim Thema Gesundheit koennen wir uns in weihnachtliche Stimmung versetzen. Viele typische Symbole der Weihnachtszeit sind zugleich auch hochwirksame Naturarzneien. Das ist ein voellig neuer Aspekt.

Weihrauch ist eine kostbare Naturarznei und wird aus dem Harz des Baumes Boswellia thurifera in Arabien und Somalia gewonnen. Es riecht nicht nur faszinierend, sondern hat auch eine desinfizierende Wirkung.

Um die Jahrhundertwende legte man auf dem Lande Weihrauchkoerner auf die heisse Herdplatte, wenn jemand mit starker Erkaeltung zu Besuch kam. Inzwischen ist wissenschaftlich erwiesen, dass der Weihrauch, der durch die Raeume zieht, Krankheitserreger in der Luft abtoetet. Das passiert auch in der Kirche, wo die Menschen dicht gedraengt stehen.

Anis: In vielen Familien gibt es jetzt Kekse und Kuchen mit Anis, einem typischen Weihnachtsgewuerz. Schon im antiken Aegypten wusste man: Anis macht bessere Laune, verscheucht depressive Stimmungen. Man braut auch Tee aus Anis-Gewuerz: 1 TL mit einer Tasse kochendem Wasser uebergiessen, 8 Minuten ziehen lassen, durchseihen, mit Honig suessen.

Zimt - wie Anis - ein wichtiges Gewuerz fuer den Lebkuchen, staerkt den Magen und foerdert die Verdauung.

Nuesse enthalten wertvolle Fettsaeuren, Phosphor und Kupfer und sind eine gute Gehirnnahrung gegen Vergesslichkeit.

Vanille, gewonnen aus der Fruchtschote einer suedamerikanischen Orchidee, ist ein wertvolles Gewuerz. Es aktiviert Nieren, Verdauung und macht Lust auf Liebe.

Brataepfel sind eine besonders interessante Naturarznei. Bei Heiserkeit oder Halsschmerzen bereitet man im Backofen drei Brataepfel mit Honig zu und verspeist sie auf einmal. Die Inhaltsstoffe sind schmerzlindernd und regenerierend.

Die Weihnachtsgans ist gesuender, wenn man sie mit viel Kuemmel wuerzt. Dann ist das Fett besser zu verdauen. Die Gans im Backrohr mit einer Gabel anstechen, dann fliesst ein Teil des Fettes ab.

Der Weihnachtskarpfen wird bekoemmlicher, wenn man ihn nicht braet, nicht backt, sondern im Krautersud und in Zitronenwasser ziehen laesst.

Zum Fleisch sollte man Kartoffeln und Maronen essen. Basische Mikronaehrstoffe sorgen dafuer, die belastenden Saeuren des Fleisches rasch abzubauen. Das bewirken auch: Sellerie- und Rote- Bete-Saft

Dr. Joerg Zittlau/Dr.Norbert Kriegisch/ Dagmar P.Heinke: "Hausmittel" : Suedwest Verlag, Muenchen

Prof. Hademar Bankhofer: "Gesundheit aus dem Kochtopf" : Kneipp Verlag - Bad Woerishofen-Stuttgart-Leoben

Prof. Hademar Bankhofer: "Gesund durch den Winter" : Trescher Verlag - Berlin

20 Suessspeise, Warm, X-mas

20.1 PLUMPUDDING MIT GRAPEFRUIT-JOGHURT

100 g Butter	90 g Zucker
6 Eigelb	Butter und Zucker fuer die Form
100 g Rosinen	<i>FUER DEN GRAPEFRUIT-JOGHURT</i>
1 Apfel	2 Grapefruits
2 EL Calvados	200 g Joghurt
100 g Biskuitbroesel	20 g Zucker
50 g Kuvertuere; gerieben	4 EL Mandelblaettchen
50 g Mandeln; feingemahlen	<i>ERFASST ★RK★ AM 06.12.98 VON</i>
1/2 TL Lebkuchengewuerz	Ulli Fetzer www.br-online.de
6 Eiweiss	

Den Backofen auf 150GradC vorheizen und ein Wasserbad hineinstellen. Den Apfel schaelen, das Kernhaus entfernen und in kleine Wuerfel schneiden.

Butter cremig ruehren, die Eigelb hinzufuegen und Rosinen, Apfelstueckchen, Calvados, Biskuitbroesel, Kuvertuere, Mandeln und Lebkuchengewuerz unterruehren. Eiwess und Zucker steif, glaenzend und schnittfest schlagen. Unter die Teigmasse ziehen und in eine gefettete und mit Zucker ausgestreute Kochpuddingform fuellen. In etwa 60-75 Minuten im Wasserbad garen lassen.

Die Grapefruit schaelen und filetieren. Den Saft aus den restlichen Haeuten herausdruecken und mit 2 tb Joghurt verruehren. Zuckern und einige Fruchtspalten untermischen.

Den Plumpudding aus der Form stuerzen und in Portionsstuecke teilen und mit dem Grapefruitjoghurt anrichten. Mit den restlichen Grapefruitspalten garnieren. Mit geroesteten Mandeln bestreuen.

Mengenangabe: 6 Portionen