

Fuchsbau.me  
Rezeptsammlung

Hermann Fuchs

23. Mai 2010

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Einleitung</b>	<b>3</b>
1.1	Rechtliches . . . . .	3
1.2	Konventionen . . . . .	3
<b>2</b>	<b>Suppen</b>	<b>5</b>
2.1	Chilisuppe . . . . .	6
2.2	Kürbiscremesuppe . . . . .	7
<b>3</b>	<b>Hauptspeisen</b>	<b>8</b>
3.1	Buchteln mit Vanillesauce . . . . .	9
3.2	Kaiserschmarrn . . . . .	10
3.3	Palatschinken . . . . .	11
3.4	Topfenpalatschinken mit Vanillesauce . . . . .	12
3.5	Topfenknödel . . . . .	13
3.6	Trüffelknödel . . . . .	14
3.7	Waffeln . . . . .	15
3.8	Toskanischer Nudelaufwurf . . . . .	16
3.9	Penne rigate gratinate . . . . .	17
3.10	Erdäpfelaufwurf . . . . .	18
3.11	Mexikanischer Kartoffel-Rindfleischaufruf . . . . .	19
3.12	Erdäpfelgulasch . . . . .	20
3.13	Lasagne . . . . .	21
3.14	Spaghetti Bolognese . . . . .	22
3.15	Spaghetti mit Tomaten-Basilikum Sauce . . . . .	23
3.16	Tagliatelle mit Parmaschinken und Parmesan . . . . .	24
3.17	Spaghetti Carbonara . . . . .	25
3.18	Nudeltopf Balkan Art . . . . .	26
3.19	Eierschwammerl-Risotto . . . . .	27
3.20	Chili con Carne . . . . .	28
3.21	Ossobucco alla Romana mit Erdäpfel-Rosmarinknödel . . . . .	29
3.22	Boef Bourguignon . . . . .	31
3.23	Ofenschnitzel a la Cordon Bleu . . . . .	33
3.24	Kärntner Putengeschnetzeltes . . . . .	34
3.25	Putencurry . . . . .	36
3.26	Putencurry Variante . . . . .	37
3.27	Schweinefilets in Champignonsauce . . . . .	38
3.28	Tajine de légumes - französischer Gemüseintopf . . . . .	39
3.29	Überbackene Lauchrösti mit Pilzen und Paradeiser . . . . .	41

3.30	Schweinslungenbraten mit Pfeffer-Oberssoße . . . . .	42
3.31	Wokgemüse mit Bambussprossen und Putenstreifen in süßsaurer Sauce . . . . .	43
3.32	Rindfleisch mit Paprika, Lauch und Sesam . . . . .	44
<b>4</b>	<b>Nockerl</b>	<b>45</b>
4.1	Nockerlgrundmasse . . . . .	46
4.2	Eiernockerl . . . . .	47
4.3	Käse-Speck-Nockerl . . . . .	48
<b>5</b>	<b>Komponenten</b>	<b>49</b>
5.1	Germteig . . . . .	50
5.2	Erdäpfelknödel Variante 1 . . . . .	51
5.3	Erdäpfelknödel Variante 2 . . . . .	52
5.4	Erdäpfel - Rosmarinknödel . . . . .	53
<b>6</b>	<b>Saucen</b>	<b>54</b>
6.1	Schinken-Tortellinisauce . . . . .	55
6.2	Käsesauce . . . . .	56
6.3	Champignonsauce . . . . .	57
<b>7</b>	<b>Nachspeisen/Desserts</b>	<b>58</b>
7.1	Mousse au Chocolat . . . . .	59
7.2	OrangenJoghurt Creme . . . . .	60
7.3	Marmorkuchen . . . . .	61
7.4	Germ-Gugelhupf . . . . .	62
7.5	Eierlikörkuchen . . . . .	63
7.6	Nutellacreme Schnitten . . . . .	64
7.7	Raffaello Schnitten . . . . .	65
7.8	Kardinalschnitten . . . . .	66
7.9	Tiramisu . . . . .	67
<b>A</b>	<b>Begriffserklärung</b>	<b>68</b>

# Kapitel 1

## Einleitung

Kochen ist nicht schwer.

Meistens jedenfalls. Schwierig wird es, wenn Gerichte wiederholt zubereitet werden sollen. Etwa das Rezept von Mama, das in der eigenen Küche nie so schmeckt wie daheim. Oder die Soße, die jedesmal leicht anderes schmeckt. Meistens liegt dies daran, dass kein gutes Rezept vorhanden ist. Also ein Rezept wo sämtliche Zutaten und Herstellungsschritte genau aufgeführt sind.

Ich habe mich bemüht eine Rezeptsammlung zusammenzustellen, die auf all diese Probleme eingeht. Besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bei allen Rezepten sind ? abgesehen von den Gewürzen ? alle Zutaten in den korrekten Mengeneinheiten angegeben. Ich habe mich bemüht diese Rezeptsammlung leicht verständlich zu formulieren. Eventuell unbekannte Begriffe sind im Anhang kurz erklärt. Vor jedem Rezept finden Sie eine Zutatenliste, darin sind alle benötigten Zutaten aufgeführt.

Bevor Sie zu kochen beginnen, lesen sie bitte das Kapitel Konventionen durch.

### 1.1 Rechtliches

Für den privaten Gebrauch ist diese Sammlung frei verwendbar. Die Vervielfältigung und/oder Verbreitung, auch auszugsweise, ist nur mit vorheriger Genehmigung des Autors erlaubt.

### 1.2 Konventionen

Sofern nicht anders erwähnt, sind alle Gerichte für 4 Personen ausgelegt. Dies ist aber nur als Richtwert zu verstehen.

Alle benötigten Zutaten und Gewürze sind in der Zutatenliste aufgeführt, es werden keine weiteren Zutaten (etwa Butter etc.) benötigt.

Nicht aufgeführt sind Kochutensilien und Materialien, etwa Backpapier, Pinsel etc.

Mit einem Topf ist normalerweise ein normal großer Topf mit 2-3 l Fassungsvermögen gemeint.

Ein großer Topf sollte ein Fassungsvermögen von 5-6 l haben.

Mit Pfanne ist eine beschichtete Pfanne mit etwa 20-30cm Durchmesser und etwa 5 cm Höhe gemeint.

## Kapitel 2

# Suppen

## 2.1 Chilisuppe

Menge	Zutat
2 Stk	Chili
1 Dose	geschälte Tomaten
4 EL	Olivenöl
200 g	rote Linsen
100 g	Cocktailtomaten
250 ml	Wasser
Gewürze	
	Pfeffer, Salz
1 EL	Thymian
Beilage	
1 Stange	Baguette

Tabelle 2.1: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

Die 2 Chilis entkernen und fein hacken.

In 2 l großem Topf mit 2 EL Olivenöl anbraten.

Danach mit den geschälten Tomaten ablöschen.

Die 200g roten Linsen waschen, hinzugeben und mit 0,25 l Wasser aufgießen.

Die Suppe etwa 20 Minuten kochen bis die Linsen weich sind. Suppe nach Bedarf salzen.

Die Cocktailtomaten vierteln bzw. halbieren und mit dem Thymian in die Suppe geben.

Fertig.

## 2.2 Kürbiscremesuppe

Menge	Zutat
400 g	Kürbisfleisch
250 ml	Sauerrahm
1 EL	Kürbiskernöl
800 ml	Rindssuppe oder Suppenwürfel

Gewürze  
Pfeffer, Salz

Tabelle 2.2: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

Den Kürbis schälen und das weiche Innere mit den Kernen entfernen. Das Fruchtfleisch in Stücke schneiden.

In einem mittelgroßem Topf das Fruchtfleisch mit der Suppe etwa 5 min kochen. Alternativ zur frischen Rindssuppe kann auch Rindssuppe aus Suppenwürfeln verwendet werden.

Anschließend mit einem Pürierstab fein pürieren und den Sauerrahm hinzufügen.

Nochmals 5 min kochen lassen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die fertige Suppe am Teller mit etwas Kürbiskernöl und Sauerrahm garnieren. Fertig.

## Kapitel 3

# Hauptspeisen

### 3.1 Buchteln mit Vanillesauce

Menge	Zutat
500 g	glattes Mehl
20 g	Germ
40 g	Kristallzucker
90 g	Butter
250 ml	Milch
3 Stk	Ei
Prise	Salz
5 Tl	Powidl bzw. Marmelade

  

Sauce	
1 l	Milch
1 Pkg	Vanillepuddingpulver

Tabelle 3.1: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung:

Die 3 Eier trennen. Nur der Eidotter wird benötigt.

Das Mehl gemeinsam mit der zerbröselten Germ, dem Zucker, Eidotter und einer Prise Salz in eine Rührschüssel füllen.

60 g Butter in einem Topf schmelzen lassen und mit der lauwarmen Milch aufgießen. Nun das Milch-Butter Gemisch nun unter die restliche Masse mischen und gut durchkneten.

Etwa 20 min mit einem nassem Tuch bedeckt rasten lassen. Anschließend im lauwarmen Wasser ( $<35^{\circ}\text{C}$ ) gehen lassen (ca. 20 min), bis sich die Masse in etwa verdoppelt hat.

Eine Auflaufform mit Butter austreichen sowie das Backrohr auf  $140^{\circ}\text{C}$  vorheizen.

Den Teig zu kleinen Kugeln formen. Achtung: Durch das Backen werden diese etwa doppelt so groß. Die Teigkugeln in der Hand auseinanderdrücken, mit Powidl oder Marmelade füllen und wieder kugelförmig verschließen. Mit der Marmeladeseite nach unten in die Auflaufform legen.

20 g Butter zerlassen und die Buchteln damit bestreichen.

Bei  $140^{\circ}\text{C}$  etwa 30-40 Minuten backen. Klopft man auf die Buchteln und sie klingen hohl sind diese fertig.

#### Vanillesauce

Vanillesauce nach Puddingrezept zubereiten. Allerdings mehr Milch (ca. 1,7 mal soviel) verwenden. Damit bleibt der Pudding flüssig.

## 3.2 Kaiserschmarrn

Menge	Zutat
7 dag	Butter
7 dag	Zucker
3 Stk	Ei
5 dag	Mehl
5 dag	Rosinen
125 ml	Milch
1/2 Pkg	Vanillezucker
10 g	Staubzucker
<hr/>	
Beilage	
250 g	Kompott
bzw.	
250 g	Apfelmus

Tabelle 3.2: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

Die Eier trennen.

Den Zucker, das Mehl, die Rosinen, die Milch, die 3 Eidotter und den Vanillezucker zu einem Teig verrühren.

Die 3 Eiklar zu Schnee schlagen

Den Schnee in die Masse unterrühren.

Die Butter in der Pfanne schmelzen lassen. Den gesamten Teig hinzufügen.

Warten bis die Unterseite eine leichte Braunfärbung annimmt. Danach wenden.  
Abschließend zerstechen und mit Staubzucker bestreuen.

Als Beilage Kompott oder Zwetschkenröster reichen.

### 3.3 Palatschinken

Menge	Zutat
140 g	Mehl
250 ml	Milch
2 Stk	Ei
2 EL	Butter
Prise	Salz

  

Beilage
Zucker
Nutella
Marmelade

Tabelle 3.3: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung

Mehl mit Milch, Eiern und einer Prise Salz zu einem Teig verrühren. Nun noch soviel Milch zugeben bis der Teig zähflüssig wird. In einer Pfanne etwas Butter schmelzen. Danach darin wenig Teig (bodenbedeckend) erhitzen. Bei leichter Bräunung wenden.

Anschliessend Palatschinken mit Zucker, Marmelade oder Nutella bestreichen. Warm servieren.

Obige Teigmenge sollte für 6-10 Stück Palatschinken ausreichend sein.

### 3.4 Topfenpalatschinken mit Vanillesauce

Menge	Zutat
<i>Palatschinken</i>	
140 g	Mehl
250 ml	Milch
3 Stk	Ei
3 EL	Butter
Prise	Salz
<i>Topfenfülle</i>	
250 g	Topfen
50 g	Staubzucker
80 g	Butter
50 g	Kristallzucker
3 Stk	Eier
1 Pk	Vanillezucker
1 Stk	Zitrone
80 g	Rosinen
<i>Vanillesauce</i>	
1 Pk	Vanillepudding
1 l	Milch

Tabelle 3.4: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung

*Palatschinken*:Mehl mit Milch, Eiern und einer Prise Salz zu einem Teig verrühren. Nun noch soviel Milch zugeben bis der Teig zähflüssig wird. In einer Pfanne etwas Butter schmelzen. Danach darin wenig Teig (bodenbedeckend) erhitzen. Bei leichter Bräunung wenden.

Obige Teigmenge sollte für 6-10 Stück Palatschinken ausreichend sein.

*Topfenfülle*:Butter, Staubzucker, Dotter, Topfen und Gewürze schaumig rühren. Die Eiklar mit dem restlichen Zucker zu steifem Schnee ausschlagen, mit der Topfenmasse zu einer feinen Creme vermengen.

*Vanillesauce*:Nach Puddingrezept zubereiten. Allerdings mehr Milch verwenden. Damit bleibt der Pudding flüssig.

Die Topfenfülle mit Löffel auf Palatschinken auftragen und zusammenrollen. Mit Vanillesoße übergießen und warm servieren.

### 3.5 Topfenknödel

Menge	Zutat
25 dag	Topfen
1 Tasse	Grieß
1 Stk	Ei
2 EL	Butter
2 EL	Mehl
100 g	Bröseln
Prise	Salz
Beilage	
250 g	Zwetschkenröster
bzw.	
250g	Apfelmus

Tabelle 3.5: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung

*Knödel:* Zutaten mit 2 EL Butter und einer Prise Salz ( $\frac{1}{4}$  Teelöffel) gut verrühren. Wasser mit einem Teelöffel Salz in einem Topf zum Kochen bringen. Masse zu Kugeln rollen und ins Wasser geben. Mindestens 15 Minuten kochen lassen.

*Einbrenn:* Butter in einer Pfanne schmelzen lassen. Bröseln beigeben und unter dauernden Rühren braun werden lassen.

Die Knödel in der Einbrenn wälzen und mit Zwetschgenröster oder Apfelmus warm servieren.

### 3.6 Trüffelknödel

Menge	Zutat
400 g	Topfen
80 g	Weizengrieß
40 g	Butter
80 g	Kristallzucker
80 g	Semmelbröseln
2 Stk	Ei
Prise	Salz
<hr/>	
Füllung	
10 Stk	Schokotrüffel
bzw.	
100 ml	Schlagobers
100 g	Vollmilch bzw. Zarbitter
	Schokoladenkuvertüre
<hr/>	
Brösel	
10 dag	Butter
10 dag	Semmelbrösel

Tabelle 3.6: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung

*Topfenknödel:* Die Eier trennen. Butter mit Zucker und Eidotter schaumig rühren. Nun den Topfen untermischen. Eiklar mit einer Prise Salz zu Schnee schlagen. Abwechselnd den Weizengrieß und den Schnee unter die Masse heben. Anschließend abdecken und 60 Minuten an einem kühlen Ort kalt stellen. Die Hände mit Wasser benetzen. Aus dem Teig mit Hilfe eines Eisportionierers kleine Knödel formen. Den Schokotrüffel in der Mitte fest einschließen. In einem großen Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Die Knödel im Salzwasser kurz aufkochen und 10 min. ziehen (nicht kochen) lassen. Anschließend in Butterbröseln wälzen.

*Butterbrösel:* Butter in einer Pfanne schmelzen lassen. Brösel beigeben und unter dauerndem Rühren braun werden lassen.

*Schokotrüffel:* Die Kuvertüre zerkleinern. In einem Topf Schlagobers aufkochen. Anschließend die Kuvertüre untermischen und 4 Stunden kalt stellen. Abschließend mit einem Teelöffel kleine Schokotrüffel formen.

### 3.7 Waffeln

Menge	Zutat
80 g	Butter
60 g	Zucker
1 Pkt	Vanillezucker
3 Stk	Ei
300 g	glattes Mehl
1/2 Pkt	Backpulver
375 ml	Milch
1 EL	Rum
<hr/>	
Beilage	
<hr/>	
Marillenmarmelade	
Schokoladensauce	
Zucker	
Ahornsirup	

Tabelle 3.7: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung

*Teig:* Weiche Butter mit Zucker, Rum und Vanillezucker schaumig rühren. Eier hinzufügen. Mehl und Backpulver und Milch langsam abwechselnd beimischen und gut rühren. Solange Milch hinzufügen bis ein zähflüssiger Teig entsteht.

Teig in einem Waffeleisen knusprig backen. Waffeleisen ev. mit Butter ausstreichen.

*Varianten:* In Masse etwa 100 g geriebene Nüsse oder etwas Zitrone hinzufügen. Für herzhaftere Waffeln etwas Speck in die Masse geben.

### 3.8 Toskanischer Nudelaufbau

Menge	Zutat
250 g	Nudeln (Fussili)
200 g	Sauerkraut
200 g	geräucherte Putenbrust (geräuchert ist optional)
150 g	geriebener Gouda
125 ml	Schlagobers
125 ml	Milch
2 Stk	Ei
2 EL	glattes Mehl
1 Stk	Zwiebel
10 g	Butter
Gewürze	
	Pfeffer, Salz
1 TL	Oregano

Tabelle 3.8: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung:

Die Nudeln in reichlich Salzwasser bissfest kochen. Mit einem Sieb abseihen und abtropfen lassen. Das Sauerkraut ebenfalls abseihen und abtropfen lassen.

Die Zwiebel schälen und feinwürfelig schneiden. Die Putenbrust in Würfel schneiden.

Die Eier mit Milch, Mehl, Schlagobers verrühren und mit Salz, Pfeffer und etwas Oregano würzen.

Eine Auflaufform mit Butter austreichen.

In einer Schüssel Nudeln mit Zwiebel, Putenbrust und Sauerkraut gut vermischen. Mit Pfeffer, Salz und Oregano würzen. Diese Masse in die Auflaufform füllen. Mit dem Ei-Mehl-Milch-Gemisch übergießen. Abschließend mit geriebenen Gouda bestreuen.

Im vorgeheizten Backrohr bei ca. 200 Grad Celsius etwa 30-45 Minuten backen. Fertig.

Als Beilage eignet sich ein grüner Salat.

### 3.9 Penne rigate gratinate

Menge	Zutat
300 g	Nudeln (Penne rigate)
3 EL	Pinienkerne (gehackt)
3 EL	schwarze Oliven (gehackt)
100 g	Fetakäse
200 g	Mozzarella
2 EL	Olivenöl
6 Stk	Tomaten
2 EL	geriebener Parmesan
10 g	Butter
Gewürze	
	Pfeffer, Salz
6 Stk	Salbeiblätter
1 Stk	Knoblauchzehe

Tabelle 3.9: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung:

Penne in reichlich Salzwasser al dente kochen und abseihen.

Auflaufform mit Butter ausstreichen.

Fetakäse, Mozzarella und Tomaten würfelig schneiden.

Alle Zutaten außer Parmesan und Olivenöl in einer Schüssel vermengen und würzen. In die Auflaufform geben. Für 10 Minuten in das auf 170 Grad vorgeheizte Rohr stellen.

Danach mit Olivenöl beträufeln und mit Parmesan bestreuen.

Im auf 220 Grad vorgeheiztem Rohr etwa 5 Minuten fertigbacken. Fertig.

### 3.10 Erdäpfelaufbau

Menge	Zutat
1-2 kg	Erdäpfel
350 -500 ml	Sauerrahm
250 g	Gouda
250 g	Mozzarella
150 g	Schinken
10 g	Butter
Gewürze	
	Pfeffer, Kräutersalz

Tabelle 3.10: Benötigte Zutaten

#### **Zubereitung:**

Benötigte Kartoffelmenge (je nach Auflaufform) in Salzwasser (ca. 20 min) kochen.

Das Backrohr auf 180 Grad vorheizen.

Auflaufform mit Butter austreichen.

Die Kartoffeln abseihen, schälen und in Scheiben schneiden.

Gouda und Mozzarella reiben und Schinken würfelig schneiden.

Gouda, Mozzarella, Schinken und Sauerrahm in einer Schüssel vermengen und (stark würzen. Danach die geschnittenen Kartoffeln hinzufügen und gut durchmischen.

Die fertige Mischung die Auflaufform füllen und solange im auf 180 Grad vorgeheizte Rohr backen bis die Auflafoberfläche die gewünschte Bräune erreicht hat. Fertig.

### 3.11 Mexikanischer Kartoffel-Rindfleischauflauf

Menge	Zutat
300 g	Faschiertes vom Rind
1 Stk	roter Paprika
1 Stk	Zwiebel
1 Stk	Knoblauchzehe
1 EL	Tomatenmark
200 g	Maiskörner aus der Dose
200 g	rote Bohnen aus der Dose
0,5-1 kg	Kartoffel, festkochend
1 Stk	Chilischote
125 g	Crème fraîche
80 ml	Milch
2 Stk	Eier
5 EL	Olivenöl
10 g	Butter

Gewürze  
Pfeffer, Kräutersalz

Tabelle 3.11: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung:

Das Backrohr auf 180 Grad vorheizen.

Die Zwiebel und den Knoblauch feinwürfelig sowie die Paprika grob würfelig schneiden. Die Kartoffel waschen, schälen und in Scheiben schneiden. Sie benötigen so viele Kartoffel um den Boden und den Deckel des Auflaufes damit auszulegen.

In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin glasig anschwitzen und das Faschierte hinzufügen. Gut durchrösten.

Mit Salz und Pfeffer würzen, Tomatenmark, Paprika, Bohnen und den Mais hinzufügen, 5 min dünsten und beiseite stellen.

Eine Auflaufform mit Butter ausstreichen, sowie den Boden überlappend mit Kartoffelscheiben auslegen.

Nun die Fleischmasse einfüllen und verteilen. Mit Kartoffelscheiben fächerartig bedecken. Crème fraîche, Milch und Eier gut vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und über den Auflauf gießen.

Etwa 50 Minuten im auf 180 Grad vorgeheizte Rohr backen bis die Auflaufoberfläche die gewünschte Bräune erreicht hat. Fertig.

### 3.12 Erdäpfelgulasch

Menge	Zutat
1000 g	Erdäpfel
300 g	Extrawurst
250 ml	Sauerrahm
1-2 Stk	Zwiebel
2 Stk	Paprika
2 Stk	Tomaten
4 EL	Öl
1-2 Zehen	Knoblauch
Gewürze	
	Pfeffer, Salz
1-2 TL	Kümmel
1 TL	Majoran
1-2 EL	Paprika

Tabelle 3.12: Benötigte Zutaten

#### **Zubereitung:**

Die Zwiebel und Tomaten würfelig sowie die Paprika in Streifen schneiden. Alternativ Tomaten aus der Dose verwenden. Die Erdäpfel und die Extrawurst schälen und in gleich große Würfel schneiden.

In einem großem Topf Öl erhitzen und die Zwiebel goldbraun anrösten. Anschließend die Paprika und Paradeiser hinzufügen und kurz dünsten lassen. Nun die Erdäpfel hinzufügen. Mit soviel Wasser aufgießen, dass die Erdäpfel mit Wasser bedeckt sind.

Würzen und solange kochen lassen, bis die Erdäpfel weich sind (ca. 20 min). Nun den Sauerrahm unterrühren, die Extrawurst hinzufügen und kurz (ca. 1-5 min) kochen lassen. Eventuell nachwürzen. Fertig.

### 3.13 Lasagne

Menge	Zutat
500 g	Rindfleisch faschiert
ca. 20 Stk	Lasagneblätter(Je nach Formgröße)
1 Dose	geschälte Tomaten
2 Stk	Zwiebel
1 Dose(140 g)	Paradeisermark
2 EL	Öl
10 g	Butter
50 g	geriebener Parmesan
Bechamel:	
25 g	Butter
25 g	Mehl
500 ml	Milch
Gewürze	
	Pfeffer, Salz
1 TL	Oregano
1 TL	Basilikum
1 TL	Paprika
1 TL	Thymian
1 TL	Petersilie
Prise	Muskat

Tabelle 3.13: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung:

*Sauce:* Die Zwiebel kleinwürfelig schneiden. Öl in Pfanne geben und Zwiebel glasig anbraten. Rindfleisch hinzufügen und gut durchbraten. Nun Paradeisermark und Paradeiser hinzugeben. Mit Oregano, Basilikum, Paprika, Thymian, Petersilie, Salz und Pfeffer würzen. 20 Minuten leicht köcheln lassen.

*Bechamel:* In einem Topf Butter erwärmen und Mehl darin unter ständigem Rühren anschwitzen ohne Farbe nehmen zu lassen. Milch hinzufügen und unter ständigem Rühren glatt rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Etwa 20 min köcheln lassen.

*Lasagne:* Auflaufform mit Butter ausschmieren. Lasagneblätter leicht überlappend als erste Schicht einlegen. Mit wenig Bechamel bedecken.

Hälfte der Fleischsauce einfüllen und verteilen.

Nun wieder Lasagneblätter einlegen und darauf die Hälfte der Bechamelsauce verteilen.

Nochmals eine Schicht Fleischsauce, Lasagneblätter und Bechamel einfüllen. Abschließend mit geriebenen Parmesan bestreuen.

Backrohr auf 180 Grad Celsius vorheizen. Etwa 30 Minuten backen. Fertig.

### 3.14 Spaghetti Bolognese

Menge	Zutat
250 g	Rindfleisch
250 g	Nudeln(Spaghetti)
1 Dose	geschälte Tomaten
1 Stk	Karotte
1 Stk	Paprika
2 Stk	Zwiebel
1 Dose(140 g)	Paradeisermark
2 EL	Öl
Gewürze	
	Pfeffer, Salz
1 TL	Oregano
1 TL	Basilikum
1 TL	Paprika
1 TL	Thymian
1 TL	Petersilie
Prise	Muskat

Tabelle 3.14: Benötigte Zutaten

#### **Zubereitung:**

*Nudeln:* Die Nudeln in reichlich Salzwasser mit einem TL Öl al dente kochen und abseihen.

*Sauce:* Die Zwiebel, Karotte und Paprika kleinwürfelig schneiden. Öl in eine Pfanne geben und Zwiebel glasig anbraten. Rindfleisch hinzufügen und gut durchbraten. Nun Paradeisermark, die Karotte und Paradeiser hinzugeben. Etwas Wasser hinzufügen. Nach etwa 5 Minuten Paprika hinzufügen. Mit Oregano, Basilikum, Paprika, Thymian, Petersilie, Salz und Pfeffer würzen. 20 Minuten leicht köcheln lassen.

### 3.15 Spaghetti mit Tomaten-Basilikum Sauce

Menge	Zutat
250 g	Nudeln(Spaghetti)
1 Dose	geschälte Tomaten
1 Stk	Zwiebel
10 EL	Olivenöl

Gewürze

	Pfeffer, Salz
1 Bund	frischer Basilikum

Tabelle 3.15: Benötigte Zutaten

#### **Zubereitung:**

*Nudeln:* Die Nudeln in reichlich Salzwasser mit einem TL Öl al dente kochen und abseihen.

*Sauce:* Die Zwiebel kleinwürfelig schneiden, den Basilikum waschen, und in kleine Stücke schneiden.

Achtung: Nur frischen Basilikum verwenden, keinesfalls getrockneten Basilikum verwenden.

Öl in eine Pfanne geben und Zwiebel glasig anbraten. Die Tomaten hinzufügen und kurz köcheln lassen. Nun das restliche Olivenöl und den Basilikum (je nach Geschmack) hinzufügen, Salzen und etwa 5 min leicht köcheln lassen.

Abschließend pfeffern und bei Bedarf nachsalzen. Fertig.

### 3.16 Tagliatelle mit Parmaschinken und Parmesan

Menge	Zutat
200 g	Parmaschinken
500 g	Tomaten
100 g	Parmesan
400 g	Tagliatelle
1 Stk	Zwiebel
1 Bund	frischer Basilikum
30 g	Butter
15 EL	Olivenöl
Gewürze	
	Pfeffer, Salz

Tabelle 3.16: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung:

Die Tagliatelle in reichlich Salzwasser gemäß Packungsanweisung mit einem TL Öl al dente kochen und abseihen.

Die Zwiebel kleinwürfelig schneiden.

Die Paradeiser waschen, die Stielansätze entfernen und in mittelgroße Würfel schneiden.

Den Parmaschinken in ca. 1 cm breite Streifen schneiden.

Das Basilikum waschen und in kleine Stücke schneiden bzw. zerpfücken.

Die Butter mit 2 TL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebel darin glasig anschwitzen. Dann die Pfanne vom Herd nehmen und den Parmaschinken hinzugeben.

Die fertigen Tagliatelle in einer Schüssel mit den Tomatenwürfeln, Basilikum, Parmesan, 13 TL Olivenöl sowie der Schinken-Zwiebel Mischung gut vermengen. Abschließend Salzen und Pfeffern. Fertig.

**ACHTUNG:** Frischer Basilikum ist für den Geschmack erforderlich, keinesfalls getrockneten Basilikum verwenden.

**Variante:** Gemäß Rezept zubereiten, jedoch den Parmesan weglassen.

### 3.17 Spaghetti Carbonara

Menge	Zutat
3 Stk	Ei
80 g	geriebener Parmesan
40 g	Butter
1 Stk	Zwiebel
200 g	gräucherter Speck
500 g	Spaghetti
Gewürze	
	Pfeffer, Salz

Tabelle 3.17: Benötigte Zutaten

#### **Zubereitung:**

In einem großem Topf Wasser für die Spaghetti zum Kochen bringen. Das Wasser salzen und die Spaghetti laut Packungsanweisung kochen.

Nun die Eier in Eigelb und Eiklar trennen. Es wird nur das Eigelb benötigt. Dieses in einer Schüssel mit dem geriebenen Parmesan und etwas Nudelwasser zu einer cremigen Soße vermengen. Nun je nach Geschmack mit wenig Salz und Pfeffer würzen.

Die Zwiebel und den Speck feinwürfelig schneiden.  
Die Butter in einer Pfanne erhitzen und den Zwiebel anschwitzen lassen. Nun den Speck hinzufügen und gut anbraten.

Sobald die Nudeln fertig gekocht sind, diese abseihen und anschließend in den Topf zurückleeren. Nun das Zwiebel-Speck Gemisch untermengen. Abschließend die Ei-Parmesansoße hinzufügen.  
Gut durchmischen. Fertig.

**Variante:** Um die Soße würziger zu machen, kann anstelle des Parmesans 40 g Pecorinokäse verwendet werden.

### 3.18 Nudeltopf Balkan Art

Menge	Zutat
400 g	Teigwaren - Penne
500 g	Schweinsschulter
1 Zehe	Knoblauch
2 EL	Maizena Maisstärke
1 Stk	Zwiebel
4 EL	Öl
1 Stk	Zucchini
1-2 Stk	Paprika
2 Stk	Tomaten
Gewürze	
	Pfeffer, Salz
Prise	Thymian
Prise	Rosmarin
Prise	Muskatnuss

Tabelle 3.18: Benötigte Zutaten

#### **Zubereitung:**

Das Fleisch, die Zwiebel, die Paprika, die Zucchini klein würfelig schneiden.

Das Fleisch mit Öl und Zwiebeln in einer Pfanne anrösten.

Die Tomaten, Zucchini und Paprika hinzufügen und kurz mitrösten.

Nun mit etwa 250ml Wasser aufgießen und etwa 15-20 min kochen lassen.

Anschließend würzen.

Die Maisstärke in etwas Wasser auflösen und zum Binden unterrühren.

Die Teigwaren nach Packungsanleitung in Salzwasser kochen. Abschließend die Teigwaren untermischen und eventuell nachwürzen. Fertig.

### 3.19 Eierschwammerl-Risotto

Menge	Zutat
1 Stk	kleine Zwiebel
1 Stk	Knoblauchzehe
250 g	Eierschwammerl (Pfifferlinge)
250 g	Risotto-Reis
60 ml	trockener Weißwein
450 ml	Hühnersuppe
30 ml	Olivenöl
100 g	Butter
1 Bund	Schnittlauch
2 EL	Petersilie
30 g	Parmesan
Gewürze	
	Pfeffer, Salz

Tabelle 3.19: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung:

Die Zwiebel und Knoblauchzehe kleinwürfelig schneiden. Eierschwammerl putzen und 100 g davon grob hacken.

Schnittlauch klein schneiden und Petersilie fein hacken.

30 g Butter mit 5 TL Olivenöl in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel und Knoblauchzehe darin glasig anschwitzen. Grob gehackte Eierschwammerl hinzufügen und so lange dünsten, bis das austretende Wasser beinahe verdunstet ist.

Den ungekochten Reis in den Topf einstreuen und etwas anschwitzen lassen. Mit Wein ablöschen und einkochen lassen. Danach mit Hühnersuppe aufgießen, bis der Reis 1-2 cm von Flüssigkeit bedeckt ist.

Salzen, pfeffern und den Reis etwa 15-20 Minuten al-dente garen. Bei Bedarf Hühnersuppe hinzufügen.

In einer Pfanne etwa 30 g Butter und 5 TL Olivenöl erhitzen. Darin die restlichen Eierschwammerl kurz durchschwenken und salzen.

Die Eierschwammerl zum Risotto hinzufügen. Geriebenen Parmesan, die restliche Butter, Schnittlauch und Petersilie dazufügen und einrühren.

In heißen Tellern anrichten. Fertig.

### 3.20 Chili con Carne

Menge	Zutat
2 Stk	Zwiebel
1 Stk	Paprika
2 Stk	Chilischoten
4 EL	Öl
500 g	Rinderhackfleisch
2 Zehen	Knoblauch
1 Dose	geschälte Tomaten
140 g	Tomatenmark
1 Dose	Kidney-Bohnen
1 Dose	Chili Bohnen
1 kleine Dose	Zuckermais
<hr/>	
Beilage	
200 g	Polenta
<hr/>	
Gewürze	
	Pfeffer, Salz
1 TL	Paprikapulver
Prise	Kümmel
Prise	Majoran
Prise	Chilipulver

Tabelle 3.20: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung:

Die Zwiebel klein schneiden. Die Paprika und die Chilischoten entkernen und klein schneiden. Die Bohnen und den Mais abtropfen lassen.

Die Zwiebeln mit Öl in einer Pfanne glasig anbraten. Das Hackfleisch hinzufügen und bräunlich anbraten.

Paprika und Chilischoten hinzufügen und kurz anbraten.

Nun die gehackten Tomaten hinzufügen und mit etwas Wasser aufgießen. Kurz kochen lassen.

Nun die Bohnen, den Mais und die Gewürze hinzufügen und etwa 5 Minuten köcheln lassen.

Eventuell nachwürzen.

Polenta nach Packungsanleitung zubereiten und mit dem Chili con Carne servieren.

### 3.21 Ossobucco alla Romana mit Erdäpfel-Rosmarinknödel

Menge	Zutat
4 Stk	Kalbsbeinscheiben a 300g (Stelze)
250 g	Röstgemüse - Karotten, gelbe Rüben, Sellerie, Petersilienwurzeln (Suppengrün)
200 ml	Weißwein
400 ml	Rindssuppe
100 g	Butter
2 Stk	Tomaten
1 EL	Tomatenmark
6 EL	Olivenöl
<hr/>	
Knödel	
600 g	mehlige Erdäpfel
60 g	Kartoffelstärke
2 Stk	Eidotter
2 EL	Öl
etwas	Milch
<hr/>	
Gewürze	
	Pfeffer, Salz
10 Stk	Pfefferkörner
1 Prise	Muskatnuß
1/2 EL	gehackter Rosmarin
1 Zweig	Rosmarin

Tabelle 3.21: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung:

Das Gemüse putzen und in kleine Stücke schneiden.

Eine große, tiefe Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen. Die Beinscheiben mit Salz und Pfeffer würzen und beidseitig scharf anbraten. Danach herausnehmen.

Nun das Gemüse zugeben und gut durchrösten. Die Pfefferkörner und das Tomatenmark hinzufügen und mit Suppe und Weißwein ablöschen.

Nun die Beinscheiben und den ganzen Zweig Rosmarin zugeben und zugedeckt 50 bis 60 Minuten weich köcheln lassen.

Danach den Deckel entfernen, die Sauce einkochen lassen und eventuell mit etwas Butter verfeinern.

Die Tomaten kurz in kochendes Wasser geben (max. 1 min), mit kaltem Wasser abschrecken und schälen. Nun entkernen und würfelig schneiden. Kurz in einer kleinen Pfanne mit Olivenöl anschwitzen und über das Fleisch geben.

*Erdäpfel-Rosmarinknödel:* Die Erdäpfel schälen und in reichlich Salzwasser weich kochen (ca. 20 min). Das Wasser abgießen und die Erdäpfel noch warm durch eine Erdäpfelpresse drücken. Alternativ mit einer Gabel gut zerdrücken.

In einer großen Schüssel die Erdäpfel mit Kartoffelstärke, Muskatnuss, etwas

Salz, dem Eidotter sowie dem Rosmarin vermengen und gut durchkneten. Sollten die Knödel zu trocken sein, etwas Milch hinzufügen. Abdecken und den Teig 40 min an einem kühlen Ort rasten lassen.

In einem großen Topf Wasser mit Salz und etwas Rosmarin zum Kochen bringen. Aus dem Teig mit Hilfe eines Eisportionierers kleine Knödel formen. Dazu die Hände mit etwas Öl benetzen. Dies führt zu einer schönen Knödeloberfläche und verhindert, dass diese kleben bleiben. Die Knödel solange kochen bis diese oben schwimmen (ca. 3-5 min), danach noch 3 bis 4 Minuten ziehen (nicht kochen) lassen. Abschließend herausnehmen und abtropfen lassen.

Auf großen Tellern die Kalbsbeinscheiben mit Rosmarinknödeln anrichten, das Röstgemüse dazugeben und mit Sauce übergießen. Fertig.

## 3.22 Boef Bourguignon

Menge	Zutat
700 g	Rindfleisch für Gulasch
5 Stk	Karotten
1 Stk	gelbe Rübe
1 kl Stk.	Sellerie
4 Stk	kleine Zwiebel
3 Stk	Knoblauchzehen
350 g	Champignons
50 g	Speckwürfel
500 ml	Rotwein
300 ml	Rindssuppe
50 g	Butter
3 EL	Mehl
1 Tl	Maisstärke (Maizena)
5 EL	Olivenöl
<hr/>	
Selleriepüree	
1 Kopf	Sellerie
125 ml	Crème fraîche
10 g	Butter
Gewürze	
	Pfeffer, Salz
1 Prise	Muskatnuß
2 EL	Petersilie
5 Stk	Lorbeerblätter
1 EL	Thymian

Tabelle 3.22: Benötigte Zutaten

### Zubereitung:

Das Gemüse (außer Champignons und Zwiebel) putzen und in grobe Stücke schneiden. Drei Zwiebeln vierteln, die restliche Zwiebel kleinwürfelig schneiden. In einem großen, tiefen Topf Olivenöl erhitzen. Das Gulaschfleisch in grobe Würfel schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und scharf anbraten. Danach herausnehmen.

Nun Butter, Karotten, gelbe Rüben, Zwiebel und Speck zugeben und gut durchrösten.

Das Fleisch wieder hinzugeben und mit dem Mehl stauben. Kurz anrösten und mit Rotwein und Suppe ablöschen (Verhältnis 2:1). Das Fleisch sollte mindestens fünf Zentimeter unter Wasser sein.

Nun salzen, pfeffern, Knoblauch, Thymian, etwas Petersilie sowie die Lorbeerblätter hinzufügen und gut durchrühren. Abdecken und bei kleiner Hitze etwa 1,5 Stunden köcheln lassen. Bei Bedarf mit Wein und Suppe aufgießen.

Die Champignons putzen und vierteln. Nach etwa 1,5 Stunden die Champignons hinzufügen und weitere 30 Minuten köcheln lassen. Danach den Deckel entfernen, etwas einkochen lassen und eventuell mit etwas Maizena eindicken. Abschließend die restliche Petersilie hinzufügen und abschmecken.

*Selleriepüree:* Den Sellerie schälen und in grobe Stücke schneiden. In reichlich Salzwasser mit einem Teelöffel Zucker (ca. 10-20 min) weich kochen. Das Wasser abgießen und den Sellerie mit einem Pürierstab gut pürieren. Creme fraiche hinzufügen, mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen und gut durchkneten.

Auf großen Tellern das Boef Bourguignon sowie das Selleriepüree anrichten und mit Soße übergießen. Fertig.

### 3.23 Ofenschnitzel a la Cordon Bleu

Menge	Zutat
4 Stk	Putenfilet
4 Scheiben	Schinken
4 Scheiben	Gouda
1 Stk	Zwiebel
1 Stk	Ei
150 ml	Schlagobers
150 ml	Wasser
10 Stk	Zahnstocher
1/2 TL	Maizena (optional)
100 g	Nudeln nach Wunsch (z.B. Penne)
Gewürze	
	Pfeffer, Salz
1 TL	Petersilie
1/2 TL	Koriander
1/2 TL	Muskat
1/2 TL	Senf

Tabelle 3.23: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung:

Die Putenfilets flach drücken (ev. klopfen). Jeweils mit einer Scheibe Schinken und Gouda belegen. Die Filets zusammenklappen und mit Zahnstocher fixieren. Die Zwiebel kleinwürfelig schneiden.

Das Backrohr auf 200 Grad Celsius vorheizen.

Schlagobers, Wasser, Ei, eventuell Maizena sowie die Gewürze zusammenrühren und würzig abschmecken.

Die Putenfilets in eine Auflaufform nebeneinander legen und mit der Masse übergießen.

Anschließend bei 200 Grad Celsius für etwa 30 Minuten im Rohr überbacken.

Die Nudeln in reichlich Salzwasser bissfest kochen. Mit einem Sieb abseihen und abtropfen lassen. Als zusätzliche Beilage eignet sich grüner Salat bzw. Petersiliekartoffeln.

### 3.24 Kärntner Putengeschnetzeltes

Menge	Zutat
600 g	Putenbrust
120 g	Austernpilze bzw. Champignons bzw. Eierschwammerl
2 Stk	Zwiebel
2 Zehen	Knoblauch
2 Stk	Paprika
125 ml	Hühnersuppe alternativ Suppenwürfel
125 ml	Weißwein
30 g	Butter
4 EL	Olivenöl
125ml	Schlagobers
2 EL	Sauerrahm
10 g	Mehl
2 EL	Zitronensaft
<hr/>	
Beilage	
300 g	speckige Erdäpfel
1 Stk	Zwiebel
60 ml	Öl
<hr/>	
Gewürze	
	Pfeffer, Salz
halber Bund	Schnittlauch
1 Zweig	Rosmarin
Prise	Petersilie

Tabelle 3.24: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung:

Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein schneiden. Paprika vom Kerngehäuse befreien, in Streifen schneiden.

Putenbrust in feine Scheiben schneiden. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, mit Mehl stauben.

Butter in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln glasig anschwitzen. Nun die Pilze mit etwas Zitronensaft gemeinsam mit den Paprikastreifen in die Pfanne geben und mit etwas Wasser dünsten.

In einer anderen Pfanne Olivenöl erhitzen, das Fleisch darin anbraten.

Fleisch aus der Pfanne heben, Bratensaft mit Hühnersuppe (alternativ Wasser und Suppenwürfel) ablöschen. Weißwein zugeben und etwas einkochen lassen. Danach Obers zugeben, den Sauerrahm mit 10 g Mehl verrühren und in die kochende Sauce rühren.

Fleisch, Pilze-Gemüse-Mischung und Rosmarin zur Sauce geben, würzen und einige Minuten ziehen lassen.

*Rösti*: Erdäpfel schälen und in Streifen schneiden. Mit Salz, Pfeffer, Petersilie und den fein geschnittenen Zwiebeln vermengen. In einer Pfanne Öl erhitzen,

aus der Erdäpfelmasse kleine Fladen formen und flach drücken. Unter oftmaligem Wenden knusprig bräunen.

Geschnetzeltes mit Rösti auf Tellern anrichten, mit Schnittlauch garnieren.

### 3.25 Putencurry

Menge	Zutat
500 g	Putenbrust
1-2 Stk	Zwiebel
3-4 Zehen	Knoblauch
2 Stk	Paprika
2 Stk	Karotten (optional)
1 Stk	Apfel
125 ml	Crème Fraîche
4 EL	Olivenöl
100 ml	Wasser
Gewürze	
	Pfeffer, Salz
2 TL	Kümmel
2 TL	Koriander
5 TL	Curry
2 TL	Paprikapulver
2 TL	Ingwer

Tabelle 3.25: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung:

Zwiebel und Knoblauch schälen, fein schneiden. Paprika (und optional Karotten) vom Kerngehäuse befreien, in Würfel schneiden. Die Putenbrust in kleine Würfel schneiden.

In einem Topf Olivenöl erhitzen, Zwiebeln glasig anschwitzen.

Das Putenfleisch hinzufügen und anbraten.

Anschließend die Paprikawürfel (und die optionalen Karottenwürfel) in die Pfanne geben und mit etwas Wasser aufgießen (das Fleisch soll bedeckt sein).

Nun die Gewürze hinzufügen und 10-15 Minuten leicht köcheln lassen.

Crème Fraîche einrühren und kurz aufkochen lassen.

Den Apfel entkernen, in Würfel schneiden und hinzugeben.

Abschließend kochen lassen, bis der Apfel weich ist (etwa 2 Minuten). Eventuell nachwürzen. Fertig.

### 3.26 Putencurry Variante

Menge	Zutat
500 g	Putenbrust
2-3 Stk	Zwiebel
2-3 Stk	Chilischoten
6 Stk	Tomaten frisch bzw. 400 g aus der Dose
400 ml	Kokosmilch
5 EL	Olivenöl
200 ml	Wasser
Gewürze	
	Salz
2 TL	Senfkörner ganz
1 EL	Koriander gemahlen
1 TL	Bockshornklee
3-4 TL	Ingwer
5-6 TL	Curry
1 TL	Curcuma
1 TL	Chilipulver

Tabelle 3.26: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung:

Zwiebel und Knoblauch schälen, kleinwürfelig schneiden. Die Tomaten grob würfeln und die Putenbrust in mundgerechte Stücke schneiden.

In einem Topf Olivenöl erhitzen, die Senfkörner hinzufügen. Nach dem Aufplatzen derselben den Bockshornklee, die Chilischoten und die Zwiebeln kurz anbraten.

Das Putenfleisch hinzufügen und anbraten.

Nun die Tomaten und die restlichen Gewürze hinzufügen. 2 Minuten dünsten lassen und danach die Kokosmilch hinzufügen. Mit Wasser bis zur gewünschten Sämigkeit aufgießen.

10-15 min köcheln lassen, eventuell nachwürzen. Fertig.

### 3.27 Schweinefilets in Champignonsauce

Menge	Zutat
200 g	Champignon
4 Stk	Schweinsfilet
4 EL	Öl
10 g	Butter
200 g	Creme fraiche
<hr/>	
Beilage	
300 g	Salat
<hr/>	
Gewürze	
	Pfeffer, Salz
Prise	Muskatnuss
Prise	Ingwer
Prise	Thymian
Prise	Rosmarin

Tabelle 3.27: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung:

Die Champignon waschen, putzen und klein schneiden.

Die Schweinefilets klopfen, salzen und pfeffern.

Danach die Schweinefilets in einer Pfanne mit Öl braten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

Butter in der Pfanne schmelzen und die Champignons anbraten. Etwas Wasser hinzufügen und dünsten lassen.

Nun die Creme fraiche einrühren und würzen. Anschließend Sauce etwas reduzieren.

Fleisch zur Sauce hinzufügen und kurz aufkochen lassen. Eventuell nachwürzen.

### 3.28 Tajine de légumes - französischer Gemüseeintopf

Menge	Zutat
2 Stk	Zwiebel
3 Stk	Knoblauchzehe
3 Stk	Karotten
1 Stk	Zucchini
1 Stk	Melanzani
2 Stk	Kartoffel
3 Stk	Paradeiser
1/2 Stk	Kohlrabi (Weiße Rübe)
1/4 Stk	Sellerie
200 g	Kichererbsen eingelegt
250 ml	Gemüsesuppe
6 EL	Olivenöl
250 g	Couscous
Gewürze	
	Pfeffer, Salz
3 TL	Koriander
3 TL	Kümmel
1 TL	Chilipulver
3 TL	Kräuter der Provence
2 TL	Zitronensaft

Tabelle 3.28: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung:

Die Zwiebel und Knoblauchzehe kleinwürfelig schneiden. Zucchini, Melanzani, Kartoffel, Karotten, Kohlrabi, Paradeiser und Sellerie schälen, und in grobe Würfel schneiden.

Olivenöl in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel und Knoblauchzehen darin glasig anschwitzen. Karotten, Kohlrabi, Sellerie und Kartoffel hinzufügen. Mit Suppe aufgießen, bis das Gemüse gerade von Flüssigkeit bedeckt ist.

Nach 10 Minuten das restliche Gemüse und die Gewürze hinzufügen. Etwa 30 Minuten leicht köcheln lassen. Bei Bedarf Gemüsesuppe hinzufügen. Es sollte nicht zuviel Flüssigkeit entstehen. Abschließend (noch etwa 5 min mitköcheln lassen) Kichererbsen hinzufügen.

Couscous laut Packungsanleitung zubereiten.

Abschließend nachwürzen und gemeinsam mit Couscous servieren. Fertig.

**ANMERKUNG:** Eine Tajine ist ein Tontopf, in etwa vergleichbar mit einem tönernen Römertopf. Sollte Sie einen solchen besitzen, verwenden Sie zum Kochen das Backrohr auf etwa 140° C (bzw. laut beiliegender Anleitung). Ansonsten können Sie natürlich einen normalen Topf auf dem Herd verwenden.

## 3.29 Überbackene Lauchrösti mit Pilzen und Paradeiser

Menge	Zutat
3 Stk	Erdäpfel
1 Stange	Lauch
1 Lage	Blätterteig
125 ml	Schlagobers
1 Stk	Ei

  

Beilage	
200 g	gemischte Pilze
2 Stk	Zwiebel
1 EL	gehackte Petersilie
4 EL	Olivenöl
1 Stk	Zitrone
200 g	Kirschparadeiser

  

Gewürze	
	Pfeffer, Salz
1 Zweig	Thymian

Tabelle 3.29: Benötigte Zutaten

### Zubereitung:

*Rösti:*Die Erdäpfel schälen, in Streifen schneiden und mit dem gezupften Thymian vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen und gut durchmischen. Masse mit Ausstechform zu kleinen Rösti formen. In einer Pfanne mit wenig Öl beidseitig knusprig anbraten.

*Fülle:*Lauch putzen und den weißen Teil in dünne Scheiben schneiden. In einer Pfanne mit etwas Olivenöl anschwitzen und mit dem Schlagobers aufgießen. Cremig einkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Backrohr mit 180°C vorheizen. Backblech mit Backpapier auslegen und Rösti darauf platzieren. Lauchfülle auf die Rösti aufbringen und mit dem Blätterteig belegen. Mit verrührtem Ei bestreichen. Im Rohr bei 180°C etwa 8 Minuten backen, bis eine goldbraune Färbung zu erkennen ist.

### Beilage

Die Kirschparadeiser vierteln, salzen, pfeffern und mit Olivenöl beträufeln. Im Backrohr bei 80°C etwa 30 Minuten trocknen lassen(Optional). Die Pilze waschen und Schneiden. In einer Pfanne mit etwas Olivenöl anrösten. Die geschälten und gehackten Zwiebeln beifügen und kurz mitschwitzen lassen. Mit Salz, Pfeffer, Petersilie und Zitronensaft abschmecken. Abschließen die angetrockneten Tomaten unter die Pilze mischen und mit den überbackenen Lauchrösti servieren.

### 3.30 Schweinslungenbraten mit Pfeffer-Oberssoße

Menge	Zutat
600 g	Schweinslungenbraten
2 EL	Senf
2 EL	Oliven oder Sonnenblumenöl
125 ml	Rindsuppe bzw. Suppenwürfel
125 - 250 ml	Obers
2 EL	rote/grüne Pfefferkörner (ganz)
1 EL	Stärkemehl (Maizena)
Beilage	
250 g	Bandnudeln
2 EL	Butter
2 Stk	Karotten
Gewürze	
	Pfeffer, Salz
1 Zweig	Petersilie

Tabelle 3.30: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung:

Den Lungenbraten in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden, salzen, pfeffern und dünn mit Senf bestreichen. In einer Pfanne Öl erhitzen, Lungenbratenstücke darin beidseitig scharf anbraten. Das Fleisch herausnehmen und warm stellen.

Den Bratenrückstand in der Pfanne mit der Suppe aufgießen. Sollte keine Rindssuppe zur Hand sein, alternativ gewünschte Suppenmenge aus Suppenwürfel nach Packungsangabe zubereiten. Kurz aufkochen lassen. Nun das Obers hinzufügen. 1 kleine Löffel rote Pfefferkörner hinzugeben und in der Pfanne leicht zerstoßen. Die restlichen Pfefferkörner ganz in die Sauce geben. Die Soße etwas reduzieren lassen. Sollte die Soße zu dünn sein mit 1 EL Stärkemehl binden. Sollte zuwenig Soße vorhanden sein, mit etwas Rindssuppe aufgießen.

#### Beilage

In einem großen Topf etwa 2-3 l Wasser salzen und zum Kochen bringen. Danach die Bandnudeln nach Packungsangabe kochen. Die Karotten schälen und in feine Streifen schneiden. Dies gelingt am besten mit einem Julienneschneider oder Zestenreißer. In einer Pfanne 2 EL Butter schmelzen und die Karotte hinzufügen. Kurz dünsten bis die Karotten weich sind. Die gekochten Bandnudeln abseihen und mit den Kartoffelstreifen vermengen.

Den Lungenbraten mit den Bandnudeln anrichten und mit Petersilie garnieren. Fertig.

### 3.31 Wokgemüse mit Bambussprossen und Putenstreifen in süßsaurer Sauce

Menge	Zutat
500 g	Putenbrust
3-4	Frühlingszwiebel
100 g	gelber Paprika
100 g	roter Paprika
100 g	grüner Paprika
1 Stk	kleine Zucchini
330 g	Bambussprossen (eingelegt)
1/2 Stk	Chilischote
2 Zehen	Knoblauch
5 EL	Erdnuß- bzw. Sesamöl
<hr/>	
Sauce	
5 EL	Weißweinessig
5 EL	Sojasauce
5 EL	Gemüsefond bzw. -suppe
2 EL	Honig
2 TL	Maizena Maisstärke
1 TL	edelsüßes Paprikapulver
1 Tasse	Basmatireis
Gewürze	
	Pfeffer, Kräutersalz
Prise	Chilipulver

Tabelle 3.31: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung:

Die Frühlingszwiebel kleinwürfelig, die Paprika grob schneiden. Die Zucchini halbieren und in kleine Scheiben schneiden. Die Knoblauchzehen fein hacken. Das Putenfleisch in mundgerechte Stücke schneiden.

In einem Wok das Erdnußöl erhitzen und die Zwiebel glasig anschwitzen. Das Fleisch hinzufügen und durchbraten. Alternativ kann statt dem Wok eine Pfanne verwendet werden.

Anschließend die Paprika und die Bambussprossen hinzugeben und kurz durchrösten. Abschließend Chili, Knoblauch und die Zucchini hinzugeben und würzen. Zudecken und etwa 10-15 min bei mittlerer Hitze rösten. Das Gemüse soll noch bissfest bleiben. Öfters umrühren.

*Sauce:* Die Maisstärke im Weißweinessig auflösen und mit den weiteren Zutaten gut vermischen.

Die Sauce in den Wok rühren und kurz aufkochen lassen. Als Beilage Basmatireis nach Packungsanleitung in Salzwasser kochen. Fertig.

### 3.32 Rindfleisch mit Paprika, Lauch und Sesam

Menge	Zutat
250 g	Beiried (Rindfleisch)
200 g	Lauch
125 ml	Rindsuppe
1 EL	Sesamkörner geschält
1 Stk	roter Paprika
3 TL	Weißwein
1 TL	Maisstärke (Maizena)
1 TL	Zucker
5 EL	Sesamöl
2 EL	Maisstärke (Maizena)
4 EL	Sojasauce
8 EL	Weißwein
1 Tasse	Basmatireis
Gewürze	Pfeffer, Käutersalz
Prise	Chilipulver

Tabelle 3.32: Benötigte Zutaten

#### Zubereitung:

Als Marinade 1 TL Maisstärke mit 3 TL Weißwein, 1 TL Sojasauce und 1/2 TL Zucker verrühren. Das Fleisch in Streifen schneiden, mit der Marinade vermischen und etwa 15 min ziehen lassen.

Den Paprika putzen und in Streifen schneiden. Den Lauch waschen, der Länge nach halbieren, sowie in 1 cm breite Streifen schneiden.

In einer Pfanne Öl erhitzen und das Fleisch scharf anbraten, danach herausnehmen.

Mit etwas Öl den Paprika kurz anbraten, Lauch hinzugeben, salzen und unter Rühren kurz durchrösten. Mit der Suppe aufgießen und das Gemüse drei Minuten zugedeckt köcheln lassen.

In einem kleinen Behälter 2 gestrichene EL Maisstärke mit 4 EL Sojasauce, 8 EL Weißwein und einer Prise Chili zu einer Sauce verrühren. Das Fleisch, sowie die Sauce unterrühren, kurz aufkochen und 5 min zugedeckt köcheln lassen.

Zum Bestreuen Sesam in einer Pfanne ohne Öl unter ständigem Rühren rösten, bis die Körner Farbe annehmen und aufzuspringen beginnen, danach beiseite stellen.

Als Beilage Basmatireis nach Packungsanleitung in Salzwasser kochen.

Auf einem großen Teller das Fleisch mit Basmatireis anrichten und mit dem gerösteten Sesam bestreuen. Fertig.

## Kapitel 4

# Nockerl

## 4.1 Nockerlgrundmasse

Menge	Zutat
3 Stk	Ei
300 g	glattes Mehl
250 ml	Milch
2 TL	Öl
Prise	Salz

Tabelle 4.1: Benötigte Zutaten

### Zubereitung:

Mehl, Eier, 1 TL Öl sowie eine Prise Salz in einer Rührschüssel vermengen. Währenddessen die Milch hinzufügen. Der Teig sollte sehr zähflüssig sein. Bei Bedarf eventuell zusätzlich Milch hinzufügen.

In einem großem Topf Wasser mit einem Teelöffel Salz und einem Teelöffel Öl zum Kochen bringen.

Die Nockerlmasse zügig mit einer Teigspachtel durch ein Nockerlsieb in das kochende Wasser drücken.

Etwa 2 Minuten leicht köcheln lassen. Sobald die Nockerl oben schwimmen sind diese fertig.

Abschließend in ein Sieb leeren, mit etwas Öl beträufeln und kurz mit kaltem Wasser abschrecken. Fertig.

## 4.2 Eiernockerl

Menge	Zutat
500 g	Nockerl
1 Stk	Zwiebel
5 Stk	Ei
4 EL	Öl
Gewürze	
	Pfeffer, Salz
2 EL	Schnittlauch

Tabelle 4.2: Benötigte Zutaten

### Zubereitung:

Die Nockerl laut Rezept für die 4.1 auf Seite 46 zubereiten.

Die Zwiebel schälen und feinkwürfelig schneiden.

Die Eier in eine Tasse aufschlagen, nicht verrühren.

In einem Topf Öl erhitzen und die Zwiebeln glasig anschwitzen.

Die fertigen Nockerl hinzugeben und die Eier darübergießen. Kurz die Eier anstocken lassen. Währenddessen mit Salz und Pfeffer würzen.

Nun mehrmals umrühren, sodass eine schöne Marmorierung entsteht.

Mit etwas frischem Schnittlauch servieren. Fertig.

### 4.3 Käse-Speck-Nockerl

Menge	Zutat
500 g	Nockerl
1 Stk	Zwiebel
80 g	Speck
200 g	Emmentaler
4 EL	Öl

Gewürze

Pfeffer, Salz

Tabelle 4.3: Benötigte Zutaten

#### **Zubereitung:**

Die Nockerl laut Rezept für die 4.1 auf Seite 46 zubereiten.

Die Zwiebel schälen und feinwürfelig schneiden.

Den Speck in feine Würfel schneiden und den Käse grob reiben.

In einem Topf Öl erhitzen und die Zwiebeln glasig anschwitzen.

Den Speck hinzufügen und braten bis die Zwiebel eine hellbraune Farbe annehmen. Nun die fertigen Nockerl und den Käse hinzugeben sowie mit Salz und Pfeffer würzen.

Gut durchmischen.

Fertig.

Kapitel 5

Komponenten

## 5.1 Germteig

Menge	Zutat
200 g	glattes Mehl
200 g	griffiges Mehl
20 g	Germ
333 ml	Milch
1	Eidotter
1 TL	Zucker
Gewürze	
	Salz

Tabelle 5.1: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

Milch auf etwa 30 ° Celsius erwärmen. Hefe, Salz, Zucker, Eidotter und beide Mehlsorten in einer Schüssel gut vermischen. An einem warmen Ort zugedeckt etwa 30 min gehen (rasten) lassen.

## 5.2 Erdäpfelknödel Variante 1

Menge	Zutat
1 kg	mehlige Erdäpfel
200 g	Kartoffelstärke
3 Stk	Eidotter
2 EL	Öl
Gewürze	
	Salz
Prise	Muskat

Tabelle 5.2: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

Die Erdäpfel schälen und in reichlich Salzwasser weich kochen (ca. 20 min). Das Wasser abgießen und die Erdäpfel noch warm durch eine Erdäpfelpresse drücken. Alternativ mit einer Gabel gut zerdrücken.

In einer großen Schüssel die Erdäpfel mit der Kartoffelstärke, Eidotter, Muskatnuss und etwas Salz vermengen und gut durchkneten.

Den Teig abdecken und 40 min an einem kühlen Ort rasten lassen.

In einem großen Topf Salzwasser zum Kochen bringen.

Aus dem Teig mit Hilfe eines Eisportionierers kleine Knödel formen. Dazu die Hände mit etwas Öl benetzen. Dies führt zu einer schönen Knödeloberfläche und verhindert, dass diese kleben bleiben. Die Knödel solange kochen bis sie oben schwimmen (ca. 2-3 min), danach noch 3 bis 4 Minuten ziehen (nicht kochen) lassen. Abschließend herausnehmen und abtropfen lassen.

Sollten Sie die Knödel einfrieren wollen, frieren Sie diese in gekochtem Zustand ein. Zum Auftauen etwa 2-3 Minuten in kochendes Salzwasser geben.

## 5.3 Erdäpfelknödel Variante 2

Menge	Zutat
1 kg	mehlige Erdäpfel
200 g	Kartoffelstärke
50 g	Grieß
2 EL	Öl
Gewürze	
	Salz
Prise	Muskat

Tabelle 5.3: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

Die Erdäpfel schälen und in reichlich Salzwasser weich kochen (ca. 20 min). Das Wasser abgießen und die Erdäpfel noch warm durch eine Erdäpfelpresse drücken. Alternativ mit einer Gabel gut zerdrücken.

In einer großen Schüssel die Erdäpfel mit dem Grieß, Muskatnuss und etwas Salz vermengen und gut durchkneten.

Den Teig abdecken und 40 min an einem kühlen Ort rasten lassen.

In einem großen Topf Salzwasser zum Kochen bringen.

Aus dem Teig mit Hilfe eines Eisportionierers kleine Knödel formen. Dazu die Hände mit etwas Öl benetzen. Dies führt zu einer schönen Knödelloberfläche und verhindert, dass diese kleben bleiben. Die Knödel solange kochen bis sie oben schwimmen (ca. 2-3 min), danach noch 3 bis 4 Minuten ziehen (nicht kochen) lassen. Abschließend herausnehmen und abtropfen lassen.

Sollten Sie die Knödel einfrieren wollen, frieren Sie diese in gekochtem Zustand ein. Zum Auftauen etwa 2-3 Minuten in kochendes Salzwasser geben.

## 5.4 Erdäpfel - Rosmarinknödel

Menge	Zutat
1 kg	mehlige Erdäpfel
200 g	Kartoffelstärke
50 g	Grieß
2 EL	Öl
Gewürze	
	Salz
Prise	Muskat

Tabelle 5.4: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

Die Erdäpfel schälen und in reichlich Salzwasser weich kochen (ca. 20 min). Das Wasser abgießen und die Erdäpfel noch warm durch eine Erdäpfelpresse drücken. Alternativ mit einer Gabel gut zerdrücken.

In einer großen Schüssel die Erdäpfel mit Kartoffelstärke, Muskatnuss, etwas Salz, dem Eidotter sowie dem Rosmarin vermengen und gut durchkneten.

Sollten die Knödel zu trocken sein, etwas Milch hinzufügen. Abdecken und den Teig 40 min an einem kühlen Ort rasten lassen.

In einem großen Topf Wasser mit Salz und etwas Rosmarin zum Kochen bringen. Aus dem Teig mit Hilfe eines Eisportionierers kleine Knödel formen. Dazu die Hände mit etwas Öl benetzen. Dies führt zu einer schönen Knödeloberfläche und verhindert, dass diese kleben bleiben. Die Knödel solange kochen bis diese oben schwimmen (ca. 3-5 min), danach noch 3 bis 4 Minuten ziehen (nicht kochen) lassen. Abschließend herausnehmen und abtropfen lassen.

Sollten Sie die Knödel einfrieren wollen, frieren Sie diese in gekochtem Zustand ein. Zum Auftauen etwa 2-3 Minuten in kochendes Salzwasser geben.

## Kapitel 6

# Saucen

## 6.1 Schinken-Tortellinisauce

Menge	Zutat
20 dag	Schinken
125 ml	Sauerrahm
1/2 Pkg	Suppenwürfel
100 g	Tomatenmark
20 ml	Milch
2 EL	Öl

Gewürze

Pfeffer, Salz

Tabelle 6.1: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

Schinken in Stückchen schneiden. Öl in einer Pfanne erwärmen und Schinken anbraten. Von der heißen Herdplatte entfernen. Nun den Sauerrahm hinzufügen. Den 1/2 Suppenwürfel zerbröseln und einrühren. Tomatenmark hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Solange Milch hinzufügen, bis gewünschte Cremigkeit erreicht ist. Kurz aufkochen lassen.

## 6.2 Käsesauce

Menge	Zutat
1 Stk	Eckerlkäse (Schmelzkäse)
10 dag	Schinken (optional)
125 ml	Schlagobers

Gewürze

Pfeffer, Salz

Tabelle 6.2: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

Schinken in kleine Würfel schneiden. Nun den Schinken in einer Pfanne anbraten. Eckerlkäse (Schmelzkäse) hinzufügen und mit Schlagobers auf kleiner Hitze schmelzen lassen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

## 6.3 Champignonsauce

Menge	Zutat
200 g	Champignon
250 ml	Sauerrahm
2 EL	Öl

### Gewürze

	Pfeffer, Salz
Prise	Muskat
Prise	Curry
Prise	Paprika
Prise	Chili

Tabelle 6.3: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

Die Champignon waschen, putzen und klein schneiden. Die Champignon mit dem Öl in einer Pfanne gut anbraten. Danach den Sauerrahm hinzufügen. Mit Muskat, Curry, Paprika, Chili, Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz aufkochen lassen.

## Kapitel 7

# Nachspeisen/Desserts

## 7.1 Mousse au Chocolat

Menge	Zutat
100 g	Milchschokolade
100 g	Bitterschokolade
3 Stk	Eier
4 EL	Staubzucker
250 ml	Schlagobers

Tabelle 7.1: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

Die Eier trennen.

Eiweiß mit 2 EL Staubzucker zu Schnee schlagen.

Eigelb mit 2 EL Staubzucker schaumig rühren.

Schlagobers steif schlagen.

Schokolade im Wasserbad schmelzen.

Geschmolzenen Schokolade unter die Eigelbmasse mischen. Danach Eischnee unterheben und das geschlagene Obers dazugeben. Vorsichtig verrühren.

Für mindestens 4 Stunden im Kühlschrank kalt stellen.

## 7.2 OrangenJoghurtCreme

Menge	Zutat
2 Stk	Orangen
70 g	Zucker
5 Blatt	Gelatine
50 g	Marzipan-Rohmasse
180 g	Joghurt
250 ml	Schlagobers

Tabelle 7.2: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

Die Orangen auspressen.

Den Saft, etwas abgeriebene Orangenschale (Orangen natürlich vorher waschen) mit dem Zucker aufkochen.

Gelatine darin auflösen.

Nun das Marzipan darin auflösen und schaumig rühren.

Joghurt unterrühren und abkühlen lassen.

Den Schlagobers schlagen und unterrühren.

Anschließend in Förmchen von etwa 8 cm füllen.

Für mindestens 2 Stunden im Kühlschrank kalt stellen. Danach kann die Orangen-Joghurtcreme auf die Teller gestürzt werden.

## 7.3 Marmorkuchen

Menge	Zutat
250 g	Universalmehl
250 g	Kristallzucker
4 Stk	Ei
250 ml	Schlagobers
1/2 Pkg	Backpulver
1 Pkg	Vanillezucker
2 EL	Kakao
2 EL	Milch
20 g	Butter
10 g	Staubzuckern

Tabelle 7.3: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

Gugelhupfform mit Butter ausstreichen.

Zucker, Vanillezucker und die aufgeschlagenen Eier schaumig rühren.

Schlagobers steif schlagen.

Das Mehl mit dem Backpulver vermischen.

In die schaumig gerührte Zucker-Ei-Masse langsam das mit Backpulver vermischte Mehl und den geschlagenen Schlagobers unterheben.

Die Masse nun in zwei Teile teilen. Kakao mit Milch glatt rühren. Einen Teil der Masse mit dem Kakaogemisch vermengen.

Nun in die Gugelhupfform abwechselnd die helle und die dunkle Masse einbringen.

Das Backrohr auf 140°C vorheizen. Den Gugelhupf auf der mittleren Schiene etwa 50 Minuten mit Umluft backen.

Den fertig gebackenen Gugelhupf aus der Form stürzen und mit Staubzucker garnieren. Fertig.

## 7.4 Germ-Gugelhupf

Menge	Zutat
500 g	glattes Mehl
40 g	Germ
250 ml	Milch
100 g	Rosinen
1 EL	Rum
150 g	Butter
100 g	Backzucker (fein)
1 Pkg	Vanillezucker
1 Spritze	Zitronensaft
3 Stk	Ei
20 g	Butter
10 g	Staubzuckern (zum Bestreuen)

Tabelle 7.4: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

Gugelhupfform mit Butter austreichen und mit etwas Mehl bestäuben.

Die weiche Butter mit Backzucker, Vanillezucker, Zitronensaft und Rum cremig rühren. Eier untermischen. Milch auf etwa 40 Grad erwärmen. Nun Mehl, Germ und Milch langsam einarbeiten. Abschließend die Rosinen unterheben. Die Masse in die Gugelhupfform füllen und an einem warmen Ort (z.B. im Wasserbad) zugedeckt etwa 30 min gehen lassen.

Das Backrohr auf 170°C vorheizen. Den Gugelhupf auf der mittleren Schiene etwa 45 Minuten backen.

Den fertig gebackenen Gugelhupf aus der Form stürzen und mit Staubzucker garnieren. Fertig.

## 7.5 Eierlikörkuchen

Menge	Zutat
250 ml	Öl
5 Stk	Ei
250 g	Staubzucker
130 g	griffiges Mehl
120 g	Kartoffelmehl
1 Pkg	Backpulver
2 Pkg	Vanillezucker
250 ml	Eierlikör
20 g	Butter

Tabelle 7.5: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

Das Backrohr auf 180°C vorheizen.

Die Eier trennen. Die Eidotter mit dem Zucker, Vanillezucker und Öl schaumig rühren.

Die Eiklar zu Schnee steif schlagen.

In die schaumig gerührte Zucker-Ei-Masse langsam Mehl, Backpulver, Kartoffelmehl und Eierlikör hinzufügen.

Abschließend den Schnee unterheben.

Die Kuchenform mit Butter ausstreichen und die Masse einfüllen.

Den Eierlikörkuchen auf der mittleren Schiene backen. Durch einstechen gewünschte Backzeit feststellen (ca. 30 min). Mit Spieß in den Kuchen einstechen. Bleibt der Teig nicht kleben ist der Kuchen fertig gebacken.

Den fertig gebackenen Kuchen aus der Form stürzen und mit Staubzucker garnieren. Fertig.

## 7.6 Nutellacreme Schnitten

Menge	Zutat
<i>Kuchenboden</i>	
6 Stk	Ei
250 g	Kristallzucker
125 ml	Öl
125 ml	Wasser
2 EL	Kakaopulver
200 g	glatt Mehl
10 g	Butter
5 g	Mehl
<i>Creme</i>	
1 l	Patisseriecreme
4 Pkg	Sahnesteif
250 g	Nutella
20 g	Schokoflocken

Tabelle 7.6: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

#### Kuchenboden:

Das Backrohr auf 170°C vorheizen.

Die Eier trennen. Das Eiklar zu Schnee schlagen.

Die Eidotter mit dem Zucker, Öl und Wasser schaumig rühren.

Anschließend Kakao, Mehl und Backpulver unterrühren.

Nun den Schnee in die Masse unterheben.

Ein Backblech mit Butter einfetten und mit etwas Mehl stauben.

Die Masse auf das Backblech gleichmäßig verstreichen und im Rohr bei 170°C ca. 20 Minuten backen.

#### Creme:

Die Patisseriecreme kurz aufschlagen, dann das Sahnesteif hinzufügen und die Creme steif schlagen.

Die Masse halbieren.

Unter eine Hälfte Nutella rühren und auf dem erkalteten Kuchenboden verstreichen.

Die restliche Creme darauf verteilen und glatt streichen.

Mit Schokoflocken bestreuen und 6 Stunden kalt stellen. Fertig.

## 7.7 Raffaello Schnitten

Menge	Zutat
<i>Kuchenboden</i>	
6 Stk	Ei
250 g	Kristallzucker
125 ml	Öl
125 ml	Wasser
2 EL	Kakaopulver
200 g	glatt Mehl
10 g	Butter
5 g	Mehl
<i>Creme</i>	
750 ml	Schlagobers
200 g	weiße Schokolade bzw. Kuvertüre
100 g	Kokosflocken

Tabelle 7.7: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

#### Kuchenboden:

Das Backrohr auf 170°C vorheizen.

Die Eier trennen. Dotter und Zucker schaumig rühren, Öl und lauwarmes Wasser unterrühren, Masse nochmals schaumig rühren.

Nun Kakao Mehl und Backpulver unterrühren. Eiklar steif schlagen und unterheben.

Ein Backblech mit Butter ausstreichen und mit Mehl bestauben.

Die Masse auf das Backblech streichen und im vorgeheizten Rohr bei 170 Grad ca. 20 Minuten backen.

#### Creme:

Schlagobers in einem Topf mit weißer Schokolade aufkochen und dann für ein paar Stunden in den Kühlschrank stellen.

Danach die Creme aufschlagen, auf den Kuchenboden streichen. Abschließend mit Kokosflocken bestreuen und 6 Stunden kalt stellen. Fertig.

## 7.8 Kardinalschnitten

Menge	Zutat
<i>Biskuit</i>	
6 Stk	Ei (4 Dotter, 2 ganze Eier)
100 g	Staubzucker
100g ml	Mehl
<i>Baiser</i>	
250 g	Kristallzucker
<i>Fülle</i>	
4 Stk	Ei (4 Eiklar)
500 ml	Schlagobers
1 Pkg	Sahnesteif
2 Pkg	Cappuccinopulver (optional)
50 g	Himbeeren (optional)

Tabelle 7.8: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

#### Boden/Deckel:

*Biskuit:* 4 Dotter und 2 ganze Eier schaumig schlagen. Staubzucker hinzufügen und zu einer sehr lockeren Masse schlagen. Abschließend das Mehl unterheben.

*Baiser:* 4 Eiklar steif schlagen und den Kristallzucker hinzufügen. Zu einer sehr steifen Masse schlagen. Die Masse in einen Spritzsack füllen.

Das Backrohr auf 160°C vorheizen und Backpapier auf ein Backblech geben. Es wird ein Boden, Mittelstück und Deckel benötigt. Jedes Stück besteht aus 2 Streifen Baiser mit einem Biskuit Mittelstreifen.

Mit dem Spritzsack einzelne Streifen (etwa 2-3 cm dick) mit Baiser auftragen, dabei Abstände von knapp 2-3 cm freihalten. Zwischen je zwei Baiserstreifen das Biskuit mit einem Löffel einfüllen.

Im Backrohr auf der Mittelschiene ca. 10-15 Minuten backen. Das Biskuit sollte leicht gebräunt sein. Zu kurzes Backen resultiert in unverarbeitbaren Stücken. Die gebackenen Biskuit-Baiser-Stücke auskühlen lassen.

#### Fülle:

Den Schlagobers kurz schlagen, das Sahnesteif hinzufügen und steif schlagen. Optional Cappuccinopulver bzw. Früchte hinzufügen.

Eines der gebackenen Biskuit-Baiser-Stücke umdrehen, die Hälfte der Fülle auftragen. Das zweite Stück drauflegen und die restliche Fülle auftragen. Mit dem letzten Stück abschließen.

Mindestens 1 Stunde kalt stellen.

Vor dem Servieren mit Staubzucker bestreuen. Fertig.

## 7.9 Tiramisu

Menge	Zutat
500 g	Mascarpone
250 ml	Schlagobers
4 Stk	Eier
10 dag	Feinkristallzucker
1 Pkg	Vanillezucker
400 g	Biscotten
1 Tasse	Kaffee
1 EL	Kakaopulver

Tabelle 7.9: Benötigte Zutaten

### Zubereitung

Den Kaffee zubereiten und kalt werden lassen.

Zucker, Vanillezucker und Eier schaumig rühren. Anschließend Mascarpone unterrühren. Den Schlagobers steif schlagen und unterheben.

Eine Form bereitstellen, und den Kaffee in eine Schüssel geben.

Eine Schicht (ca. 5 mm) Mascarponemasse einfüllen. Anschließend Biscotten einzeln kurz in Kaffee eintauchen und nebeneinander eine Schicht legen. Nun wieder eine Mascarponemassenschicht dazugeben. Dies abwechselnd bis zum Abschluß wiederholen. Mit einer Mascarponemassenschicht abschließen.

Etwa 8 Stunden kalt stellen.

Mit Kakaopulver (durch ein Sieb) bestreuen. Fertig.

## Anhang A

# Begriffserklärung

Im Folgenden sind diverse Begriffe definiert bzw. erklärt.

**anschwitzten** Es handelt sich hierbei um einen Anbratvorgang im eigenen Saft.

**einkochen** Weiter kochen um die Flüssigkeitsmenge zu reduzieren.

**gehen lassen** Die Masse ruhen lassen.

**glasig anbraten** Zwiebel solange anbraten, bis die Zwiebel ein glasartiges Aussehen bekommen.

**glatt rühren** Unter Hinzufügen von sehr wenig Flüssigkeit, das Pulver vollständig durch rühren auflösen.

**putzen** Gemüse meistens mithilfe eines Messers reinigen.

**stauben** Mit Mehl bestreuen bzw. kurz in Mehl legen.

**trenne** Ei trennen. Das Ei in Dotter und Eiklar aufspalten.

**unterheben** vorsichtiges durchmischen. Erfolgt händisch. Soll das Zusammenfallen von Eischnee verhindern. Keinesfalls mit mixen verwechseln.

**kalt stellen** Bei etwa 4 Grad (meistens im Kühlschrank) aufbewahren.

**an einem kühlem Ort rasten lassen** Abgedeckt bei etwa 10° z.B. im Keller aufbewahren

**warm stellen** Abgedeckt bei etwa 50 Grad (Backrohr) aufbewahren.