

Kochen

Rezepte	5
Accras	5
Albondigas	6
Apfelschmandkuchen	7
Baba Ghanoush	8
Bagel	9
Bircher Müesli	10
Birzel	11
Blätterteig	12
Blaue Zipfel	13
Bohnensuppe	14
Böhmische Semmelknödel	15
Broas de mel	16
Ceviche	17
Chili con carne	18
Chimichurri	19
Cole Slaw	20
Currysoße	21
Death by Chocolate	22
Eggnog	23
Eiersalat	24
Empanadas Árabes	25
Erbsensuppe	26

Erdbeermousse	27
Falafel	28
Flammkuchen	29
Frijoles refritos	30
Frikadellen	31
Gemüselasagne	32
Gnocchi	33
Grüne Soße	34
Guacamole	35
Gyrossuppe	36
Wärmende Hafergrütze	37
Hühnerfrikassee	38
İmam bayıldı	39
Jambalaya	40
Käse-Bruschetta	41
Kaiserschmarrn	42
Karottenkuchen	43
Kartoffelgratin	44
Kartoffelsalat	45
Kartoffelsuppe	46
Kirschenmichel	47
Knoblauchsoße	48
Königsberger Klopse	49
Griechischer Krautsalat	50
Kürbis-Pasta	51

Lachswürfel im Sesammantel	52
Maki-Sushi	53
Mango-Curry	54
Masur Dal	55
Mayonnaise	56
Mielie Cookies	57
Mohnkuchen mit Eierschecke	58
Mousse au chocolat	59
Obatzda	60
Pan Casero	61
Panierte Zucchini	62
Pastel de Nata	63
Pasticcio di Maccheroni	64
Patatas Bravas	65
Peli-Peli	66
Pelmeni	67
Penicillin	68
Pico de Gallo	69
Pikante Soße	70
Pita	71
Pizza	72
Quiche Lorraine	73
Rösti	74
Rotkohl	75
Salsa criolla	76

Sauce Chien	77
Sauce Hollandaise	78
Senfeier	79
Serviettenknödel	80
Spinatsuppe	81
Spundekäs'	82
Streuselkuchen	83
Tarta de choclo	84
Tiramisu	85
Tom Yum Gai	86
Vegetarisches Moussaka	87
Zitronenkartoffeln	88
Zwiebelkuchen	89

Accras

Zutaten für ca. 50 Stück

- 250 g Mehl
- 150 ml Milch
- 1 TL Trockenhefe
- 1 Ei
- 125 g Fisch oder Gemüse
- 4 Frühlingszwiebeln
- 2 Zehen Knoblauch
- einige Blätter Petersilie
- Salz, Pfeffer, Chili
- Öl



Zubereitung

1. Mehl, Milch, Hefe und Ei zu einem glatten Teig verarbeiten
2. Fisch oder Gemüse grob würfeln, festes Gemüse blanchieren
3. Frühlingszwiebeln, Knoblauch und Petersilie fein hacken
4. Alles vermischen, mit Salz, Pfeffer und Chili würzen, eine Stunde gehen lassen
5. Mittels zweier Teelöffel aus dem Teig Bällchen formen und einige Minuten in Öl frittieren
6. Mit Sauce Chien servieren

Albondigas

Zutaten für ca. 25 Stück

- 1 Zehe Knoblauch
- 500 g Rinderhack
- 25 g Semmelbrösel
- 1 Ei
- Salz, Pfeffer, Zimt, Muskat
- Mehl
- 1 Zwiebel
- Lorbeerblatt
- Olivenöl
- 50 ml Rotwein
- 1 kg Tomaten
- Zucker
- Petersilie



Zubereitung

1. Knoblauch hacken oder pressen
2. Hackfleisch, die Hälfte des Knoblauchs, Semmelbrösel und Ei vermengen
3. Den Klopsteig mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zimt und reichlich Muskat würzen
4. Golfballgroße Klopse formen, in Mehl wenden und ca. 30 Minuten kalt stellen
5. Zwiebel fein hacken, mit Lorbeerblatt und restlichem Knoblauch in Olivenöl anschwitzen
6. Tomaten grob hacken
7. Zwiebeln mit Rotwein ablöschen
8. Tomaten dazugeben und bei niedriger Hitze ca. 30 Minuten köcheln, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken
9. Klopse mit Olivenöl in einer gusseisernen Pfanne gut anbraten
10. Soße über die Klopse geben
11. Petersilie fein hacken und darüberstreuen

Apfelschmandkuchen

Zutaten

- 100 g Butter
- 250 g Zucker
- 4 Eier
- 200 g Mehl
- ½ Päckchen Backpulver
- 500 g Magerquark
- 1 Becher Schmand
- ½ Tasse Öl
- 1½ Päckchen Vanillepudding
- 250 ml Milch



Zubereitung

1. Butter und 75 g Zucker schaumig schlagen
2. Mit einem Ei, Mehl und Backpulver zu einem glatten Teig kneten
3. In einer Kuchenform mit dem Teig Boden und Rand auslegen
4. Apfelschnitze auf dem Boden verteilen
5. Eier trennen, Eiweiß und 3 EL Zucker beiseite stellen
6. Aus den restlichen Zutaten die Füllung zubereiten
7. Bei ca. 175 Grad Celsius ca. eine Stunde backen
8. Eiweiß und Zucker steif schlagen und auf den Kuchen geben
9. Ca. 10 Minuten fertig backen

Baba Ghanoush

Zutaten für 1 kleine Schüssel

- 3 Auberginen
- 2 EL Tahini
- 3 Zehen Knoblauch
- 1 Bund frischer Koriander
- ½ Zitrone
- 1 EL Olivenöl
- Salz, Chili



Zubereitung

1. Auberginen in Scheiben schneiden und bei ca. 150 Grad Celsius ca. 45 Minuten backen
2. Inneres der Auberginen herauslösen und pürieren
3. Knoblauch und Koriander fein hacken
4. Tahini, Knoblauch, Koriander, Zitronensaft und Olivenöl dazugeben
5. Mit Gewürzen abschmecken

Bagel

Zutaten für neun Stück

- 500 g Mehl (Typ 550)
- 20 g Hefe
- 2 EL Butter
- 250 ml Wasser
- 2 EL Zucker
- 1 TL Salz



Zubereitung

1. Butter erwärmen
2. Alle Zutaten zu einem glatten Teig kneten
3. Eine Stunde abgedeckt gehen lassen
4. Acht Kugeln formen und etwas platt drücken
5. Eine halbe Stunde abgedeckt gehen lassen
6. Aus den Laibern mit einem Glas ca. 4 cm große Löcher ausstechen
7. Aus dem überschüssigen Teig einen weiteren Bagel formen
8. Jeden Rohling von beiden Seiten ca. 30 Sekunden in Wasser kochen
9. Bei ca. 150 Grad Celsius 15 bis 20 Minuten backen

Bircher Müesli

Zutaten für 1 Portion

- 50 g Haferflocken
- 50 ml Milch
- 1 Apfel
- Nüsse, Zitronensaft, Honig



Zubereitung

1. Haferflocken in der Milch einweichen
2. Apfel komplett mit Kerngehäuse darüber reiben
3. Nüsse, Zitronensaft und Honig nach Geschmack zugeben

Birzel

Zutaten für acht Stück

- 500 g Mehl
- 1 Päckchen Trockenhefe
- 1 tl Zucker
- 1 tl Salz
- 250 ml Milch
- 1 Ei



Zubereitung

1. Etwas lauwarme Milch, etwas Zucker und Hefe mischen und ca. 15 Minuten gehen lassen
2. Restliche Milch, Ei, restlichen Zucker, Salz und Mehl zum Vorteig geben
3. Mit einem Holzlöffel schlagen, bis der Teig glatt ist und Blasen wirft
4. Acht Stücke abteilen, auf ein bemehltes Tuch legen, abdecken und gehenlassen
5. Ofen und Blech auf ca. 250 Grad Celsius vorheizen (!)
6. Birzel vorsichtig umgedreht auf das heiße Blech legen und ca. 10 min backen

Blätterteig

Zutaten für 2 Lagen

- 250 g Mehl
- 150 g Butter
- 100 ml Wasser
- Salz
- 1 TL Essig



Zubereitung

1. 25 g Mehl mit 125 g Butter vermengen, in Frischhaltefolie einschlagen und in den Gefrierschrank legen
2. aus restlichem Mehl, 25 g Butter, Wasser, einer guten Prise Salz und Essig einen glatten Teig kneten
3. Teig eine halbe Stunde im Kühlschrank kaltstellen, dann in sechs gleichgroße Stücke teilen
4. Teigstücke auf einer bemehlten Fläche jeweils rechteckig ausrollen
5. mit einer Käseibe ein Fünftel der gefrorenen Buttermasse auf ein Teigstück reiben und verteilen
6. mit den nächsten Teigstück bedecken und gut andrücken
7. nach dem gleichen Muster alle Teigstücke stapeln, dabei die Butter gleichmäßig verteilen
8. den querliegenden Teig falten: von links zur Mitte, von rechts zur Mitte und dann beide Hälften zusammen
9. es sollten jetzt 24 Lagen Teig mit jeweils Butter dazwischen entstanden sein
10. den Teig in der Mitte durchschneiden und zu zwei Lagen dünn ausrollen

Blaue Zipfel

Zutaten für 2 Portionen

- 1 l Gemüsebrühe
- Nelken
- Lorbeerblätter
- Pfeffer, Salz
- 200 ml Essig
- 14 Nürnberger Rostbratwürstchen
- 2 Zwiebeln



Zubereitung

1. aus Gemüsebrühe, Nelken, Lorbeer, Pfeffer, Salz und Essig einen Fond bereiten
2. Zwiebeln in feine halbe Ringe schneiden
3. Zwiebelringe und Würstchen kurz im Fond kochen
4. Würstchen und Zwiebeln mit etwas Fond servieren

Bohnensuppe

Zutaten für vier Teller

- 1 Zwiebel
- Olivenöl
- 2 große Dosen weiße Bohnen mit Suppengrün
- Rotwein
- 250 g Saure Sahne
- 250 g Ketchup
- 2 Lorbeerblätter
- 1 Würfel Gemüsebrühe
- Zitronensaft, Bohnenkraut, Majoran, Paprika



Zubereitung

1. Zwiebel sehr fein hacken, in Öl andünsten
2. Mit Rotwein ablöschen
3. Bohnen dazu und köcheln lassen
4. Saure Sahne, Ketchup, Lorbeer und Gemüsebrühe dazu
5. Mit Zitronensaft und Gewürzen abschmecken

Böhmische Semmelknödel

Zutaten für 10 Scheiben

- 150 ml Milch
- 1 Päckchen Trockenhefe
- ½ TL Zucker
- 1 Ei
- 300 g Mehl
- ½ TL Salz
- 2 Brötchen vorm Vortag
- 3 l Wasser
- Salz



Zubereitung

1. Milch erwärmen
2. Hefe und Zucker in etwas Milch auflösen
3. Ei mit restlicher Milch verquirlen
4. Hefemilch und Eiermilch mit Mehl und Salz vermischen
5. Teig 10 Minuten lang kneten
6. Brötchen in Würfel schneiden und mit der Hand untermischen
7. Einen Laib formen und eine Stunde gehen lassen
8. Laib teilen, beide Laibe in Mehl wenden und eine halbe Stunde gehen lassen
9. Wasser zum Kochen bringen, salzen
10. Laibe nacheinander auf jeder Seite 8 Minuten kochen
11. Sofort mit einem Faden (!) in Scheiben schneiden

Broas de mel

Zutaten für ca. 40 Stück

- 300 g Mehl
- ½ TL Backpulver
- 1 Prise Muskat
- 250 g Butter
- 100 g brauner Zucker
- 2 EL Honig
- 100 g Walnusskerne



Zubereitung

1. Mehl, Backpulver, Muskat, Butter, Zucker und Honig mit der Hand zu einem glatten Teig kneten und eine halbe Stunde ruhen lassen
2. Aus dem Teig Kugeln formen, mit einer halben Walnuss verzieren und mit Zucker bestreuen
3. Bei ca. 175 Grad Celsius ca. 10 Minuten backen

Ceviche

Zutaten für 4 kleine Portionen

- 1 Glas Rollmöpse oder Bismarkheringe
- 1 Zwiebel
- 1 rote Paprika
- 1 kleine Dose Mais
- 3 Bund Koriander
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 Limette
- 1 Zitrone
- Salz, Pfeffer, Chili



Zubereitung

1. Fisch in Stücke schneiden
2. Zwiebel in feine halbe Ringe schneiden
3. Paprika fein würfeln
4. Knoblauch und Koriander hacken
5. Alle Zutaten vermischen
6. Limetten- und Zitronensaft darübergeben
7. Mit Gewürzen abschmecken
8. Im Kühlschrank ziehen lassen

Chili con carne

Zutaten für acht Teller

- 1 kg Hähnchenbrustfilet
- 2 Tomaten
- 3 Paprika
- 5 kleine Dosen Kidneybohnen
- 1 Dose Mais
- Knoblauch, Salz, Pfeffer, Paprika, Chili, Thymian, Bohnenkraut, Oregano



Zubereitung

1. Tomaten, Paprika und Fleisch würfeln
2. Fleisch in Öl gut anbraten, danach zur Seite stellen
3. Tomaten- und Paprikawürfel anbraten
4. Fleisch wieder dazugeben
5. Bohnen und Mais dazugeben
6. mit Gewürzen abschmecken
7. lange köcheln lassen

Chimichurri

Zutaten für eine kleine Schale

- 4 EL Salzlake
- 4 EL Öl
- 4 EL Essig
- 2 Zehen Knoblauch
- 4 Lorbeerblätter
- 1 TL Pfeffer
- 1 TL Oregano
- 1 EL Chilipulver



Zubereitung

1. Lorbeer sehr fein hacken
2. Alle Zutaten vermengen
3. Lange ziehen lassen (Tage bis Wochen)

Cole Slaw

Zutaten für eine große Schüssel

- 1 Kopf Weißkohl
- 2 Karotten
- ¼ Knolle Sellerie
- 1 Zwiebel
- 200 ml Mayonnaise
- 2 EL Essig
- 4 EL Zucker
- 50 ml Sahne



Zubereitung

1. Kohl, Karotten, Sellerie und Zwiebel fein hacken
2. Mayonnaise, Essig, Zucker und Sahne mischen
3. Soße über das Gemüse geben und gut durchmischen
4. mehrere Stunden ziehen lassen
5. mit Gewürzen abschmecken

Currysoße

Zutaten für 1 kleine Schüssel

- ½ Banane
- 3 EL Mayonnaise
- 2 EL Sahne
- 2 TL Currypulver
- Tabasco



Zubereitung

1. Banane fein zerdrücken
2. alle Zutaten zusammengeben
3. mit Tabasco abschmecken

Death by Chocolate

Zutaten für 1 Torte

- 500 g Schokolade (50 % Kakao)
- 150 g Butter
- 1 Schuss Rum
- 4 Eier
- 200 g Zucker
- 50 g Mehl
- 4 EL Kakao
- 1½ TL Backpulver
- 2 Vanilleschoten
- 4 EL Crème fraîche
- 200 ml Sahne



Zubereitung

1. 250 g Schokolade mit Butter und Rum im Wasserbad schmelzen
2. Eier mit Zucker, Mehl, Kakao, Backpulver und Vanille schlagen
3. Crème fraîche und flüssige Schokolade langsam unterrühren
4. Teig in einer gefetteten Backform bei ca. 175 Grad Celsius ca. 30 Minuten backen
5. Boden auskühlen lassen, dann für ca. 30 Minuten in den Kühlschrank stellen
6. Boden aus der Form nehmen, Kruste entfernen und Boden in zwei Scheiben schneiden
7. Sahne erhitzen, restliche Schokolade darin schmelzen und erkalten lassen
8. Sahneschokolade zwischen den beiden Böden, auf der Torte und am Rand verstreichen
9. Torte im Kühlschrank aufbewahren und bei Zimmertemperatur servieren

Eggnog

Zutaten für 5 Gläser

- 200 ml Sahne
- 400 ml Milch
- Zimtstange, Vanille, Muskat
- 3 Eier
- 40 g Zucker
- 100 ml Whiskey



Zubereitung

1. Sahne, Milch und Gewürze aufkochen
2. Eier trennen
3. Eigelb mit Zucker schaumig schlagen
4. Sahnemilch unterrühren
5. Whiskey unterrühren
6. Eiweiß steif schlagen und unterrühren
7. warm servieren

Eiersalat

Zutaten für eine kleine Schüssel

- 8 Eier
- 4 Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- Honig
- Essig
- Senf
- Mayonnaise
- Salz, Pfeffer



Zubereitung

1. Eier hartkochen, schälen und in Scheiben schneiden
2. Kartoffeln schälen, in Scheiben schneiden und kochen
3. Zwiebel sehr fein hacken
4. Eier- und Kartoffelscheiben zerdrücken, Zwiebel dazu
5. Mit Honig, Essig, Senf, Mayonnaise und Gewürzen abschmecken
6. Abkühlen und ziehen lassen

Empanadas Árabes

Zutaten für acht Stück

- 500 g Hackfleisch
- 4 Zwiebeln
- 6 Tomaten
- 750 g Zitronen
- Salz, Oregano, Chili
- 500 g Mehl
- 50 g Schweineschmalz
- 225 ml Wasser



Zubereitung

1. Zwiebeln fein hacken
2. Tomaten fein würfeln
3. Zitronen auspressen
4. Hackfleisch, Zwiebeln, Tomaten und Zitronensaft vermischen
5. Mit Gewürzen abschmecken und zwei Stunden ziehen lassen
6. Mehl, Schmalz, Wasser und 10 g Salz zu einem glatten Teig kneten
7. Sechs mal Teig ausrollen, mit Mehl bestäuben, in der Mitte falten, um 90 Grad drehen
8. Eine halbe Stunde gehen lassen
9. Teig sehr dünn (ca. 2 mm) ausrollen, runde Formen ausstechen
10. Füllung auftragen und die Formen dreieckig zuklappen, dabei in der Mitte eine kleine Öffnung lassen
11. Bei ca. 175 Grad Celsius ca. 10 Minuten backen

Erbsensuppe

Zutaten für vier Teller

- 1 Zwiebel
- 40 g Butter
- 2 EL Mehl
- 1 TL Curry
- 750 ml Hühnerbrühe
- 450 g Erbsen
- 100 g Gouda
- 100 g Crème fraîche
- Salz, Pfeffer, Muskat



Zubereitung

1. Zwiebel sehr fein hacken, in Butter andünsten
2. Mehl kurz anrösten
3. Curry dazu und sofort mit Hühnerbrühe ablöschen
4. 400 g Erbsen dazugeben, 15 Minuten köcheln
5. Erbsen pürieren, geriebenen Gouda dazugeben und schmelzen
6. Mit Crème fraîche und Gewürzen abschmecken
7. Restliche Erbsen dazugeben und heiß werden lassen

Erdbeermousse

Zutaten für acht Portionen

- 500 g Erdbeeren
- 200 g Quark
- 600 g Schlagsahne
- 150 g Zucker
- 6 Blatt Gelatine



Zubereitung

1. Gelatine ca. 10 Minuten in kaltem Wasser einweichen
2. Erdbeeren pürieren
3. Quark und Zucker zu den Erdbeeren geben
4. Sahne schlagen
5. Gelatine unter Rühren erwärmen bis sie sich aufgelöst hat
6. Erdbeermasse langsam zur Gelatine geben (Nicht andersherum!)
7. Sahne unterheben
8. Kaltstellen und fest werden lassen

Falafel

Zutaten für 30 Stück

- 400 g Kichererbsen
- 2 Zwiebeln
- 2 Zehen Knoblauch
- 1 Bund Petersilie
- 1 Bund Koriander
- 1 EL Kreuzkümmel
- 1 Peperoni
- Salz
- 1,5 l Öl



Zubereitung

1. Kichererbsen 24 Stunden in Wasser einweichen
2. Zwiebeln und Knoblauch grob hacken
3. Kichererbsen waschen
4. Zwiebeln, Knoblauch und Kichererbsen in der Küchenmaschine zerkleinern
5. Petersilie und Koriander hacken und zugeben
6. Peperoni entkernen, hacken und zugeben
7. Teig mit Salz abschmecken und 30 Minuten ruhen lassen
8. aus dem Teig Kugeln mit etwa 3 cm Durchmesser formen
9. Kugeln etwa 5 Minuten frittieren

Flammkuchen

Zutaten für zwei Bleche

- 220 g Mehl (Typ 550)
- 2 EL Olivenöl
- 100 ml Wasser
- 1 Ei
- 1 Prise Salz
- 200 g Crème fraîche
- 2 Zehen Knoblauch
- Salz, Pfeffer
- Belag nach Wahl (z. B. Speck, Zwiebeln, Käse, Knoblauch, Mais, etc.)



Zubereitung

1. Aus Mehl, Öl, Wasser, Ei und Salz einen glatten Teig kneten
2. Dein eingeölten Teig eine halbe Stunde kaltstellen
3. Crème fraîche mit Knoblauch, Salz und Pfeffer würzen
4. Teig sehr dünn (ca. 2 mm) ausrollen
5. Teig mit reichlich gewürzter Crème fraîche bestreichen und belegen
6. Bei ca. 175 Grad Celsius 12 bis 15 Minuten backen

Frijoles refritos

Zutaten für eine kleine Schüssel

- 1 Zwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- Olivenöl
- 1 kleine Dose schwarze Bohnen
- 1 Lorbeerblatt
- Pfeffer, Salz, Chili



Zubereitung

1. Zwiebel und Knoblauch hacken und in Olivenöl anbraten
2. Bohnen und Lorbeerblatt dazugeben und ca. 15 Minuten köcheln lassen
3. Lorbeerblatt herausnehmen und den Rest pürieren
4. Mit Gewürzen abschmecken

Frikadellen

Zutaten für ein Dutzend

- 500 g gemischtes Hackfleisch
- 1 Brötchen
- 1 Ei
- 1 Zwiebel
- ½ Bund Petersilie
- Butter
- 1 Zehe Knoblauch
- Pfeffer, Salz



Zubereitung

1. Brötchen in Wasser einweichen und ausdrücken
2. Zwiebel und Petersilie fein hacken
3. Mit Knoblauch in Butter andünsten (nicht braun werden lassen!)
4. Brötchen mit Hackfleisch, Gedünstetem und Ei zu einem Teig kneten
5. Mit Pfeffer und viel Salz abschmecken
6. Teig ruhen lassen
7. Frikadellen formen, in Öl mit Butterflocken scharf anbraten und bei mittlerer Hitze ausbacken

Gemüselasagne

Zutaten für eine mittelgroße Auflaufform

- 250 g Karotten
- 250 g Auberginen
- 250 g Zucchini
- 250 g Champignons
- 80 g grünes Pesto
- 1 Packung Nudelplatten
- 200 g Reibekäse
- Butter, Mehl
- 250 ml Milch
- 250 ml Sahne
- Salz, Pfeffer, Muskat



Zubereitung

1. Karotten, Auberginen und Zucchini kleinschneiden und dünsten
2. Mit kleingeschnittenen Champignons und Pesto mischen
3. Mehlschwitze zubereiten und mit Gewürzen abschmecken
4. In Auflaufform schichten: Gemüse, Nudelplatten, Béchamel-Soße
5. Mit Béchamel-Soße abschließen, den Käse darauf
6. Bei ca. 175 Grad Celsius ca. 40 Minuten backen

Gnocchi

Zutaten für 2 Teller

- 2 Kartoffeln
- 100 g Mehl
- 1 EL Parmesan
- 1 Ei
- Salz, Pfeffer (weiß), Muskat
- Wasser



Zubereitung

1. Kartoffeln sehr weich kochen, etwas abkühlen lassen, pellen und zerdrücken
2. Mehl, Parmesan, Ei und Gewürze dazugeben
3. Zu einem glatten Teig kneten, 5 min ruhen lassen
4. Auf einer bemehlten Fläche faustgroße Stücke zu etwa 2 cm großen Rollen formen
5. Von den Rollen etwa 2 cm große Stücke abschneiden
6. Die Gnocchi mit dem Daumen über eine Käsereiber streichen, so dass sie auf der einen Seite feine Noppen und auf der anderen Seite eine Mulde bekommen
7. In Salzwasser etwa 5 min kochen

Grüne Soße

Zutaten für 4 Portionen

- 200 g Kräuter (Petersilie, Schnittlauch, Borretsch, Sauerampfer, Kresse, Pimpinelle, Kerbel)
- 1 Ei
- 1 Zwiebel
- 1 Gewürzgurke
- 500 g Joghurt
- 200 g Crème fraîche
- Mayonnaise
- Senf
- Zitronensaft
- Salz, Pfeffer



Zubereitung

1. Ei kochen
2. Kräuter, Ei, Zwiebel und Gewürzgurke grob hacken
3. Alles mit Joghurt und Crème fraîche pürieren
4. Mit Mayonnaise, Senf, Zitronensaft und Gewürzen abschmecken

Guacamole

Zutaten für eine kleine Schüssel

- 1 Zwiebel
- 2 Tomaten
- 3 Bund frischer Koriander
- 3 Avocados
- 1 Limette
- Salz, Pfeffer, Chili



Zubereitung

1. Zwiebel, Tomaten und Koriander sehr fein hacken
2. Avocados aushöhlen und zerstoßen
3. Alles mischen, Limettensaft dazugeben
4. Mit Gewürzen abschmecken

Gyrossuppe

Zutaten für vier Teller

- Öl
- 1 Zwiebel
- 500 g Schweineschnitzel
- 2 große Paprika
- 500 ml Wasser
- 4 EL Zigeunersoße
- 100 ml Sahne
- 50 g Schmelzkäse
- 1 Zehe Knoblauch
- Paprika, Chili, Thymian, Salz, Pfeffer



Zubereitung

1. Zwiebel hacken
2. Fleisch in Streifen schneiden
3. Paprika in Würfel schneiden
4. Zwiebel, Paprika und Fleisch in Öl anbraten
5. Mit Wasser löschen
6. Zigeunersoße, Sahne und Schmelzkäse dazugeben
7. Mit Knoblauch und Gewürzen abschmecken

Wärmende Hafergrütze

Zutaten für zwei Schälchen

- ein Schuss Reismilch
- 10 Mandeln
- 2 Datteln
- 50 g Haferflocken
- 2 EL Sonnenblumenkerne
- 1 EL Sesam
- 250 ml Wasser
- ½ Apfel
- 1 TL Ingwerpulver
- ½ TL gemahlener Zimt
- 1 Prise Salz
- 1 EL Kokosöl



Zubereitung

1. Reismilch in Schälchen füllen und auf Zimmertemperatur bringen
2. Mandeln und Datteln getrennt hacken
3. Apfel in etwa zwölf dünne Spalten schneiden
4. Mandeln, Datteln, Haferflocken, Sonnenblumenkerne, Sesam mit Wasser aufkochen
5. Ingwer, Zimt und Salz dazugeben, 5 min unter Rühren köcheln
6. Herd ausmachen, Kokosöl unterrühren, Apfelspalten auflegen
7. Im geschlossenen Topf einige Minuten ziehen lassen
8. Grütze zur Reismilch geben

Hühnerfrikassee

Zutaten für

- 1 Hähnchen
- 1 Stange Lauch
- 3 Möhren
- Gemüsebrühe
- Salz
- Butter
- Mehl
- Milch
- Tafelessig
- Zucker



Zubereitung

1. Lauch kleinschneiden
2. Hähnchen mit Lauch, Möhren, Gemüsebrühe und Salz kochen
3. Möhren nach ca. 30 Minuten herausnehmen
4. Hähnchen nach ca. 1 Stunde herausnehmen
5. Hähnchen abkühlen lassen
6. Haut, Knochen und Knorpel entfernen
7. Fleisch kleinschneiden
8. Möhren pellen und in Scheiben schneiden
9. Mehlschwitze zubereiten, mit Milch ablöschen
10. Hühnerbrühe durch Sieb hinzugeben, aufkochen
11. mit Salz, Zucker und Essig abschmecken
12. Fleisch und Möhren dazugeben

İmam bayıldı

Zutaten für vier Portionen

- 2 Auberginen
- 2 Zwiebeln
- 1 grüne Paprika
- 2 Zehen Knoblauch
- Olivenöl
- 6 Tomaten
- 3 EL Zucker
- Salz, Pfeffer
- 3 Bund frischer Koriander



Zubereitung

1. Auberginen so schälen, dass sie gestreift erscheinen, halbieren und salzen
2. Zwiebeln in feine Ringe, Paprika in Streifen schneiden
3. Knoblauch hacken
4. Auberginen abspülen und trockentupfen, in Öl langsam anbraten und in eine Auflaufform legen
5. Zwiebeln, Paprika und Knoblauch langsam garen
6. Tomaten würfeln und dazugeben
7. mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken
8. Koriander hacken und zugeben
9. Gemüse über die Auberginen geben
10. Alles ca. 30 Minuten bei ca. 175 Grad Celsius backen

Jambalaya

Zutaten für vier Teller

- Olivenöl
- 1 grüne Paprika
- 3 Tomaten
- 2 Zwiebeln
- 2 Zehen Knoblauch
- 1 Tasse Reis
- 300 g Hähnchenbrust
- ½ Tasse Hühnerbrühe
- Thymian, Salz, Pfeffer, Chili



Zubereitung

1. Paprika und Tomaten fein würfeln
2. Zwiebeln fein hacken
3. Zwiebeln, Paprika und Knoblauch in Öl anbraten
4. Reis und Fleisch dazugeben
5. Rühren bis der Reis mit Öl bedeckt ist
6. Brühe, Tomaten und Gewürze dazugeben
7. Ca. 20 Minuten abgedeckt simmern lassen, bis der Reis gar ist
8. Mit Gewürzen abschmecken

Käse-Bruschetta

Zutaten für 20 Stück

- 1 Ciabatta zum Aufbacken
- 3 Tomaten
- 100 ml passierte Tomaten
- 2 TL grünes Pesto
- 3 Zehen Knoblauch
- Ketchup, Salz, Pfeffer, Oregano
- Käse nach Wahl (z. B. Schafskäse, Mozzarella, Emmentaler, Gouda)



Zubereitung

1. Ciabatta in Scheiben schneiden
2. Tomaten würfeln, mit passierten Tomaten, Knoblauch und Pesto mischen
3. Mit Ketchup und Gewürzen abschmecken
4. Tomatenmasse und Käse auf Ciabatta-Scheiben verteilen
5. Bei ca. 150 Grad Celsius ca. 15 Minuten backen

Kaiserschmarrn

Zutaten für 4 Portionen

- 40 g Rosinen
- 4 EL Rum
- 4 Eier
- 40 g Zucker
- 125 g Mehl
- 400 ml Milch
- 40 g Butter
- Puderzucker



Zubereitung

1. Rosinen in Rum einlegen
2. Eier trennen
3. Eigelb mit Zucker schaumig schlagen
4. Milch, Mehl und Rosinen unterrühren
5. Eiweiß steif schlagen und unterheben
6. In einer Pfanne Butter zerlassen
7. Teig bei niedriger Hitze durchgaren und zerreißen
8. Heiß mit Puderzucker servieren

Karottenkuchen

Zutaten für 1 Springform

- 10 dicke Karotten
- 1 Tasse Rapsöl
- 1 Tasse Zucker
- 3 Tassen Mehl
- 1 Päckchen Backpulver
- 1 Tasse gemahlene Mandeln
- 1 Prise Salz
- 2 EL Essig



Zubereitung

1. Kuchenform einfetten
2. Karotten in eine große Schüssel fein raspeln
3. Öl untermischen
4. Zucker, Mehl, Backpulver, Mandeln und Salz mischen und dazugeben
5. Alles gut verrühren
6. Essig untermischen und den Teig gleichmäßig in die Kuchenform einfüllen
7. Bei ca. 180 Grad Celsius ca. 45 Minuten backen

Kartoffelgratin

Zutaten für 1 mittelgroße Auflaufform

- 250 ml Sahne
- 250 ml Milch
- 1 kg Kartoffeln
- Salz, Pfeffer, Muskat
- 150 g Käse
- 1 Zehe Knoblauch
- etwas Butter



Zubereitung

1. Sahne und Milch in einer Schüssel mischen
2. Kartoffeln in feine Scheiben hobeln und dazugeben
3. Gewürze und 50 g Käse untermischen
4. Eine Auflaufform mit Knoblauch und Butter einreiben
5. Die Masse gleichmäßig in die Auflaufform füllen
6. Bei ca. 175 Grad Celsius ca. eine Stunde backen
7. Den restlichen Käse darüberstreuen und überbacken

Kartoffelsalat

Zutaten für 1 große Schüssel

- 2,5 kg festkochende Kartoffeln
- 3 Karotten
- 6 Gewürzgurken
- 2 Eier
- 1 Tasse Mayonnaise
- 50 ml Gurkenwasser
- Salz, Pfeffer



Zubereitung

1. Kartoffeln, Möhren und Eier kochen und abkühlen lassen
2. Kartoffeln, Möhren, Eier und Gurken in Scheiben schneiden
3. alles mit Mayonnaise und Gurkenwasser vermischen
4. Salat weiter abkühlen und möglichst lange ziehen lassen
5. mit Salz und Pfeffer abschmecken

Kartoffelsuppe

Zutaten für 4 Portionen

- 1 große Zwiebel
- Olivenöl
- 1 kg Kartoffeln
- 2 große Möhren
- ½ Stange Lauch
- 1 l Gemüsebrühe
- 200 g Crème fraîche
- Salz, Pfeffer, Muskat



Zubereitung

1. Zwiebel würfeln und in Öl langsam braun werden lassen
2. Kartoffeln, Möhren, Lauch würfeln und zu den Zwiebeln geben
3. Gemüsebrühe zugeben und ca. 15 Minuten köcheln
4. Eine kleine Schüssel Gemüse abnehmen, den Rest fein durchpürieren
5. Crème fraîche unterrühren
6. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken
7. Gemüse wieder zugeben

Kirschenmichel

Zutaten für eine mittelgroße Auflaufform

- ½ l Milch
- 8 Brötchen
- 50 g Butter
- 70 g Zucker
- 3 Eier
- 750 g Kirschen
- ½ TL Zimt
- 1 Päckchen Backpulver
- geriebene Zitronenschale
- Salz
- Kirschsaff
- Speisestärke
- Vanillesoße



Zubereitung

1. Milch erhitzen
2. Brötchen in Scheiben schneiden und mit der heißen Milch übergießen
3. Butter, Zucker und Eigelb schaumig schlagen
4. Eingeweichte Brötchen, Butterschaum, Kirschen, Zimt, Backpulver, Zitronenschale und etwas Salz vermengen
5. Eiweiß steif schlagen und unter die Masse heben
6. In eine Auflaufform füllen und ca. 45 Minuten bei 150 Grad Celsius backen
7. Kirschsaff mit Stärke eindicken
8. Vanillesoße zubereiten

Knoblauchsoße

Zutaten für 1 kleine Schüssel

- 3 Zehen Knoblauch
- 3 EL Mayonnaise
- 2 EL Sahne
- Salz, Worcestershire-Soße



Zubereitung

1. Knoblauch pressen
2. alle Zutaten zusammengeben
3. mit Gewürzen abschmecken

Königsberger Klopse

Zutaten für vier Teller

- 500 g Hackfleisch
- Einige Sardellenfilets
- 2 Zwiebeln
- 2 Eier
- 2 Scheiben Toastbrot
- 4 Tassen Reis
- 1 Glas Kapern
- 1 Becher Sahne
- Wasser
- Butter, Mehl, Milch
- Salz, Pfeffer, Muskat, Nelken, Lorbeerblätter, Zucker, Zitronensaft



Zubereitung

1. Reis mit 6 Tassen Wasser aufsetzen
2. 1 Zwiebel fein hacken
3. Aus Wasser, Zwiebel, Salz, Nelken und Lorbeerblättern einen Fond herstellen
4. 1 Zwiebel fein hacken
5. Sardellenfilets hacken
6. Aus Hackfleisch, Sardellenfilets, Zwiebeln, Eiern, Toastbrot, Salz, Pfeffer und Muskat den Klopsteig herstellen
7. Klopse formen und im Fond garen
8. Aus Butter, Mehl und Milch per Mehlschwitze eine Soße zubereiten
9. Sahne, etwas Fond, Salz, Pfeffer, Zucker, Zitronensaft und Kapern zur Soße geben
10. Klopse mit Reis und Soße anrichten

Griechischer Krautsalat

Zutaten für sehr viel

- 1 Kohlkopf
- ½ Tasse Zucker
- ½ Tasse Öl
- 2 EL Salz
- 1 TL Pfeffer
- ½ l Essig
- 1 l Sprudel



Zubereitung

1. Kohl fein hobeln
2. übrige Zutaten zu einer Marinade vermischen
3. alles in ein großes Gefäß mit Deckel füllen
4. mehrere Tage warten

Kürbis-Pasta

Zutaten für 4 Portionen

- 400 g Hokkaido-Kürbis
- 1 rote Paprika
- Olivenöl
- 200 ml Sahne
- Zitronensaft
- 1 Zehe Knoblauch
- Salz, Pfeffer, Zucker, Curry
- 400 g Pasta



Zubereitung

1. Kürbis und Paprika fein würfeln, in Olivenöl anbraten
2. Mit Sahne ablöschen und köcheln lassen
3. Mit Zitronensaft, Knoblauch und Gewürzen abschmecken
4. Pasta kochen, Soße dazugeben

Lachswürfel im Sesammantel

Zutaten für 25 Stück

- 200 g Lachsfilet
- Salz, Pfeffer
- 50 g Sesam
- Olivenöl



Zubereitung

1. Lachs in Würfel schneiden
2. Würfel mit Salz und Pfeffer würzen
3. Würfel von allen Seiten in Sesam wälzen
4. in Olivenöl langsam anbraten

Maki-Sushi

Zutaten für 4 Rollen

- 500 g Sushi-Reis
- 500 ml Wasser
- 60 ml Reissessig
- 30 g Zucker
- 5 g Salz
- 4 Nori-Blätter
- 1 Gemüsegurke
- 2 Karotten
- 2 Avocados
- 750 g Lachs in Sushi-Qualität
- Soja-Soße, Wasabi, Sushi-Ingwer



Zubereitung

1. Reis ca. 15 min quellen lassen, danach mehrmals ausspülen
2. Reis aufkochen, bei niedriger Hitze 15 min quellen lassen und anschließend im geschlossenen Topf ca. 15 min abkühlen lassen
3. Reissessig mit Zucker und Salz unter ständigem Rühren erwärmen, bis sich der Zucker gelöst hat, auf Zimmertemperatur abkühlen lassen
4. Reis mit einem Holzlöffel vorsichtig durchmischen, langsam den Essig dazugeben
5. Reis auf Zimmertemperatur abkühlen lassen (eventuell mit einem Fächer nachhelfen), dabei ständig bewegen
6. Reis mit nassen (!) Händen auf einem Nori-Blatt ca. 2 cm dick verteilen, am oberen Ende des Blatts ca. 4 cm frei lassen
7. Füllungen in Streifen ca. 4 cm vom unteren Rand des Blatts quer auf den Reis legen
8. Zusammenrollen und mit der Sushi-Matte festdrücken
9. Rolle in Scheiben schneiden, mit Soja-Soße, Wasabi und Sushi-Ingwer anrichten

Mango-Curry

Zutaten für 4 Portionen

- 2 Mangos
- 2 Dosen Mango in Spalten
- 1 Zwiebel
- 3 Zehen Knoblauch
- etwas Öl
- Koriander-, Kurkuma-, Kreuzkümmel-pulver
- Salz, Pfeffer
- 1 EL Tomatenmark
- 1 EL Mangochutney
- 1 EL Currypaste
- 2 TL Zucker
- 1 Dose Kokosmilch
- Zitronensaft
- 500 g Fleisch, Fisch, Tofu, etc.



Zubereitung

1. Mangos schälen und grob würfeln
2. Dosenmango pürieren
3. Zwiebel und Knoblauch fein hacken, in Öl mit Koriander, Kurkuma, Kreuzkümmel und Pfeffer anbraten
4. Tomatenmark, Mangochutney, Currypaste und Zucker dazugeben und kurz mit anbraten
5. Mit Kokosmilch und pürierter Mango ablöschen und alles köcheln lassen
6. Mangowürfel dazugeben, ca. zehn Minuten köcheln lassen
7. Mit Gewürzen, Salz und Zitronensaft abschmecken
8. Fleisch, Fisch, Tofu, etc. würfeln, anbraten und dazugeben

Masur Dal

Zutaten für 2 Hauptspeisen

- 250 ml rote Linsen
- 1 Tomate
- 1 TL Kurkuma
- 2 TL Chili
- 600 ml Wasser
- Salz
- 1 Zwiebel
- 2 TL Ghee oder Öl
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1 EL frischer Koriander



Zubereitung

1. Linsen unter laufendem Wasser abspülen
2. Tomate grob würfeln
3. Linsen, Tomatenwürfel, Kurkuma, 1 TL Chili, Wasser und Salz unter Rühren zum Kochen bringen
4. Bei wenig Hitze im geschlossenen Topf 15 Minuten köcheln lassen
5. Derweil Zwiebel fein hacken
6. In einer Pfanne Ghee oder Öl auf mittlere Hitze erwärmen
7. Kreuzkümmel dazugeben, kurz anbraten
8. Restliches Chili und Zwiebelwürfel dazugeben, goldbraun anbraten
9. Linsen dazugeben und weitere 10 Minuten simmern lassen
10. Mit frischem Koriander würzen

Mayonnaise

Zutaten für 1 Tasse

- 2 Eigelb
- 1 EL Zitronensaft
- 125 ml Öl
- Salz, Pfeffer



Zubereitung

1. alle Zutaten auf Zimmertemperatur bringen
2. Eigelb und Zitronensaft schaumig schlagen
3. ganz langsam ganz wenig Öl dazugeben und weiterschlagen
4. langsam wenig Öl dazugeben und weiterschlagen
5. wenn das Öl aufgebraucht ist weiterschlagen
6. mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken

Mielie Cookies

Zutaten für ca. 16 Stück

- 1 Zwiebel
- 1 Tomate
- 1 grüne Paprika
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 kleine Dose Mais
- 125 g Mehl
- 1 Prise Salz
- 1 gestrichener TL Backpulver
- 1 Ei
- ca. 75 ml Milch
- Öl



Zubereitung

1. Zwiebel, Tomate und Paprika würfeln
2. Knoblauch fein hacken
3. Mais abtropfen
4. Alle Zutaten zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten, mit Milch die richtige Konsistenz herstellen
5. Löffelweise bei geschlossenem Deckel nicht zu heiß in Öl ausbacken, dabei einmal wenden

Mohnkuchen mit Eierschecke

Zutaten für 1 Blech

- 2 l Milch
- 300 g Mehl
- 20 g Hefe
- 300 g Zucker
- Salz
- 125 g Grieß
- 300 g Mohn
- 150 g Butter
- ½ Packung Vanillepudding
- 3 Eier



Zubereitung

1. aus 150 ml Milch, Mehl, Hefe, 50 g Zucker und einer Prise Salz einen Hefeteig zubereiten
2. Hefeteig ausrollen und mit Rand in ein Blech oder eine flache Kuchenform legen
3. 1½ l Milch zum Kochen bringen, Grieß und Mohn hinzugeben, aufkochen, abkühlen lassen
4. 100 g Butter und 200 g Zucker unterrühren, Masse auf den Hefeteig streichen
5. mit 350 ml Milch und 50 g Zucker Vanillepudding kochen, Butter dazugeben, abkühlen lassen
6. Eigelbe unter den Pudding rühren
7. Eiweiß steif schlagen und unter den Pudding heben, Masse auf dem Kuchen verteilen
8. bei ca. 175 Grad Celsius ca. eine Stunde backen

Mousse au chocolat

Zutaten für eine kleine Schüssel

- 200 g dunkle Schokolade
- 1 EL Butter
- 3 Eier



Zubereitung

1. Schokolade und Butter im Wasserbad schmelzen
2. Eier trennen
3. Eigelb langsam zur Schokolade geben, gut einrühren
4. Eiweiß schlagen und vorsichtig unterheben

Obatzda

Zutaten für eine kleine Schüssel

- 1 reifer Camembert
- 2 EL Butter
- 1 Zwiebel
- 2 EL Bier
- 1 TL Kümmel
- Salz, Pfeffer, Paprika



Zubereitung

1. Zwiebel hacken
2. Kümmel zerstoßen
3. Camembert zerdrücken
4. Butter, Zwiebel, Bier und Kümmel untermischen
5. Mit Gewürzen abschmecken

Pan Casero

Zutaten für zwei Laibe

- 1 kg Mehl
- 600 ml Wasser
- 20 g Salz
- 50 g Hefe
- 100 g Schweineschmalz



Zubereitung

1. Schmalz schmelzen
2. Alle Zutaten zu einem glatten Teig kneten
3. 15 bis 20 Minuten gehen lassen
4. Zwei Laibe formen und eine halbe Stunde gehen lassen
5. Bei ca. 175 Grad Celsius ca. 20 bis 30 Minuten backen

Panierte Zucchini

Zutaten

- 1 große Zucchini
- 125 ml Olivenöl
- 2 Eier
- 6 EL Wasser
- 75 g Mehl
- 100 g Parmesan
- 75 g Semmelbrösel
- Salz, Pfeffer



Zubereitung

1. Zucchini in mitteldicke Scheiben schneiden
2. Zucchinischeiben salzen und pfeffern
3. Eier und Wasser verquirlen
4. Semmelbrösel und Parmesan vermischen
5. Zucchinischeiben zuerst in Mehl, dann in der Flüssigkeit wenden und von beiden Seiten panieren
6. In Olivenöl etwa zwei Minuten pro Seite ausbacken

Pastel de Nata

Zutaten für 20 Stück

- 2 Lagen Blätterteig
- 180 g Zucker
- 150 ml Wasser
- 1 unbehandelte Zitrone
- 15 g Speisestärke
- 20 g Mehl
- 200 ml Milch
- 5 Eigelb
- Puderzucker
- Zimt



Zubereitung

1. Blätterteigkreise ausstechen und in Muffinförmchen legen
2. Zucker, Wasser und Zitronenabrieb zum Kochen bringen und ca. 10 min zu Sirup einkochen
3. Stärke und Mehl mit etwas Milch zu einem glatten Teig verrühren
4. Teig mit restlicher Milch in einem Topf verrühren, unter Rühren aufkochen
5. Sobald die Masse stockt: Herd aus und Sirup unterrühren
6. Eigelbe in die heiße Masse einrühren
7. Füllung ca. 1 cm hoch einfüllen
8. Bei ca. 200 Grad Celsius ca. 15 min backen
9. Mit Puderzucker und Zimt bestäuben

Pasticcio di Maccheroni

Zutaten für eine Auflaufform

- 225 g kurze Makkaroni
- 115 g Butter
- 2 EL Olivenöl
- 1 Zwiebel
- 2 Zehen Knoblauch
- 350 g Pizzatomaten
- 75 g Mehl
- 600 ml Milch
- 75 g Greyerzer
- Basilikum, Salz, Pfeffer, Muskat
- Parmesan, Paniermehl



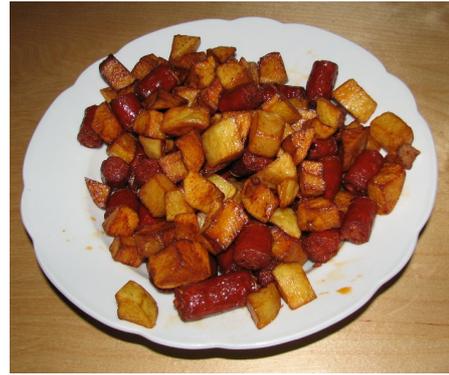
Zubereitung

1. Makkaroni kochen
2. Zwiebel und Knoblauch fein hacken, in etwas Butter und dem Olivenöl anschwitzen
3. Tomaten dazugeben
4. Basilikum und Gewürze dazu, 10 Minuten köcheln lassen
5. Aus Butter, Mehl und Milch eine Bechamelsoße zubereiten
6. Greyerzer dazugeben, nach Geschmack würzen
7. Makkaroni abgießen, Tomatensoße dazu
8. Zwei Lagen Makkaroni und Bechamelsoße in Form schichten
9. Mit Parmesan und Paniermehl bestreuen
10. Bei ca. 190 Grad Celsius ca. 15 Minuten backen, danach ca. 5 Minuten grillen

Patatas Bravas

Zutaten

- 4 große Kartoffeln
- ½ l Olivenöl
- 2 rote Chilis
- 6 Zehen Knoblauch
- 2 große Tomaten
- Essig, Salz, Pfeffer, Chilis



Zubereitung

1. Kartoffeln in etwa 2 cm große Würfel schneiden
2. Olivenöl in einem hohen Topf erhitzen
3. Chilis längs halbieren
4. 3 Knoblauchzehen mit Schale zerdrücken
5. Dem Öl Chilis und Knoblauch hinzufügen
6. Kartoffeln etwa 10 Minuten lang frittieren
7. Tomaten grob würfeln
8. Etwa 5 EL des Öls zurückbehalten, Tomaten und Knoblauch hinzufügen
9. Tomaten pürieren, mit Essig und Gewürzen abschmecken

Peli-Peli

Zutaten für eine kleine Schüssel

- Öl
- 2 Zwiebeln
- 2 Zehen Knoblauch
- 3 Chilis
- 6 Tomaten
- 3 Zitronen
- Salz, Pfeffer



Zubereitung

1. Zwiebeln und Knoblauch grob hacken
2. Chilis halbieren, entkernen und in Streifen schneiden
3. Tomaten würfeln
4. Zwiebeln und Knoblauch in reichlich Öl anbraten
5. Chilis und Tomaten dazugeben und weichkochen
6. Flüssigkeit abscheiden, Rest abkühlen lassen
7. Zitronensaft dazugeben
8. Mit Gewürzen abschmecken

Pelmeni

Zutaten für 4 Portionen

- 500 g Mehl
- 3 Eier
- etwas Wasser
- Salz
- 500 g Hackfleisch
- 1 Zwiebel
- Pfeffer
- saure Sahne
- Dill



Zubereitung

1. aus Mehl, Eiern, Wasser und Salz einen festen Teig kneten
2. Teig zu dünnen Platten ausrollen
3. Zwiebel reiben
4. Hackfleisch mit Zwiebel, Salz und Pfeffer würzen
5. Nocken davon mit etwas Abstand regelmäßig auf eine Teigplatte setzen
6. zweite Teigplatte darauflegen und vorsichtig andrücken
7. Pelmeni ausschneiden und kurz in Wasser kochen
8. mit saurer Sahne und Dill servieren

Penicillin

Zutaten für 2 Gläser

- Wasser
- 1 Stück Ingwer
- 3 TL Honig
- 1 Zitrone
- 8 cl Scotch



Zubereitung

1. aus Wasser zwei große Eiswürfel herstellen
2. Honig in 3 TL Wasser auflösen
3. Ingwer in feine Scheiben schneiden
4. Ingwer und Honigwasser zu Sirup einkochen, Ingwer entfernen
5. Zitrone auspressen
6. je 2 cl Sirup, 2 cl Zitronensaft, 4 cl Scotch mischen
7. mit Wasser abschmecken und Eiswürfel kühlen

Pico de Gallo

Zutaten für eine kleine Schüssel

- 1 Zwiebel
- 5 Tomaten
- 2 Zehen Knoblauch
- 1 Limette
- ½ Bund frischer Koriander
- Chilis
- Salz



Zubereitung

1. Zwiebel und Chilis fein hacken
2. Tomaten fein würfeln
3. Koriander fein schneiden
4. Limette auspressen
5. Alle Zutaten kombinieren
6. Eine Stunde ziehen lassen
7. Mit Salz abschmecken

Pikante Soße

Zutaten für 1 kleine Schüssel

- 1 rote Paprika
- 2 EL Mayonnaise
- 2 EL Sahne
- 1 EL Ketchup
- 1 EL Chilisoße
- Rum, Pfeffer, Salz, Zucker



Zubereitung

1. Paprika sehr fein hacken
2. alle Zutaten zusammengeben
3. mit Gewürzen abschmecken

Pita

Zutaten für 8 Stück

- 200 ml lauwarmes Wasser
- 100 ml Milch
- 1 Würfel Hefe
- 2 TL Zucker
- 500 g Mehl
- 2 TL Salz
- 1 EL Olivenöl



Zubereitung

1. Wasser und Milch mischen, ein Drittel davon zu Seite stellen
2. Zucker und Hefe einrühren
3. zum Mehl geben, mit einem Kochlöffel zu einem Teig rühren
4. 15 Minuten abgedeckt gehen lassen
5. Salz in restlicher Flüssigkeit lösen und zum Teig geben
6. 10 Minuten kneten, bis der Teig ganz homogen ist
7. Olivenöl einkneten
8. 8 Kugeln formen und 30 Minuten abgedeckt gehen lassen
9. Kugeln mit der Hand zu flachen Fladen formen und auf ein Backblech geben
10. bei ca. 180 Grad Celsius ca. fünf Minuten pro Seite backen

Pizza

Zutaten für 5 Stück

- 500 g Mehl (Typ 550)
- 280 ml Wasser
- Trockenhefe für 500 g Mehl
- 6 g Salz
- 2 g Zucker
- 10 ml Olivenöl
- 1 Packung passierte Tomaten
- 2 Tomaten
- Kräuter nach Geschmack
- 200 g Gouda
- 200 g Emmentaler
- Belag nach Geschmack



Zubereitung

1. Ein Drittel des Wassers zum Kochen bringen, mit dem Rest abkühlen
2. Hefe im Wasser auflösen, zum Mehl geben, kneten
3. Salz, Zucker, Öl dazugeben, kneten bis ein glatter Teig entsteht
4. Teig abgedeckt 20 min gehen lassen
5. Aus passierten Tomaten, kleingeschnittenen Tomaten und Kräutern eine Tomatensoße bereiten
6. Käse reiben
7. Teig so dünn wie möglich ausrollen, im Ofen bei 250 Grad Celsius ca. 3 min vorbacken, bis braune Stellen zu sehen sind
8. Vorgebackenen Teig abkühlen lassen, mit Tomatensoße, Käse und Belag belegen, ca. 5 min fertig backen

Quiche Lorraine

Zutaten für 1 mittelgroße Auflaufform

- 300 g Mehl
- 100 g Butter
- 100 ml Wasser
- 6 Eier
- 200 ml Sahne
- 200 g Speck
- 200 g Käse
- Salz, Pfeffer



Zubereitung

1. Aus Mehl, Butter, Wasser und einem Ei einen glatten Teig kneten.
2. Eine Springform einfetten und mit dem Teig auskleiden.
3. Speck würfeln und Käse reiben.
4. Aus den restlichen Eiern, Sahne, Speck und Käse die Füllung zubereiten.
5. Füllung in den Teig geben.
6. Bei ca. 150 Grad Celsius ca. 30 Minuten backen.

Rösti

Zutaten für zwei Stück

- 500 g Kartoffeln
- Salz
- Butter



Zubereitung

1. Kartoffeln zehn Minuten halbgar kochen, pellen und reiben.
2. Kartoffelteig mit Salz abschmecken.
3. Reichlich Butter in einer kleinen Pfanne erhitzen.
4. Eine Hälfte des Teigs kurz anbraten, dann zu einem Fladen zusammendrücken.
5. Rösti bei niedriger Hitze und geschlossenem Deckel 20 Minuten braten.
6. Mit Hilfe eines Tellers wenden, Butter am Rand dazugeben und weitere 10 Minuten braten.

Rotkohl

Zutaten für eine große Schüssel

- 1 Kopf Rotkohl
- 1 Zwiebel
- 2 Äpfel
- 1 EL Zucker
- 50 g Schmalz
- 250 ml Apfelsaft
- 4 EL Rotwein
- 2 EL Essig
- 2 Lorbeerblätter
- einige Gewürznelken
- Preiselbeeren
- Salz, Zucker



Zubereitung

1. Rotkohl putzen, äußere Blätter und Strunk entfernen, in feine Streifen hobeln
2. Zwiebel und Äpfel fein würfeln
3. Zucker in Schmalz karamellisieren
4. Zwiebel- und Apfelwürfel zugeben und bräunen
5. Rotkohl zugeben und andünsten
6. Apfelsaft, Rotwein, Essig, Gewürze und Preiselbeeren zugeben
7. Alles ca. 30 Minuten schmoren, ab und zu umrühren, Boden immer flüssig halten
8. Mit Salz, Zucker, Preiselbeeren und Essig abschmecken

Salsa criolla

Zutaten für eine kleine Schüssel

- Je 1 rote, grüne und gelbe Paprika
- 1 Zwiebel
- 2 Tomaten
- 1 Tasse Öl
- ½ Tasse Essig
- ½ Bund Petersilie
- Salz, Pfeffer



Zubereitung

1. Paprika und Tomaten fein würfeln
2. Zwiebel und Petersilie fein hacken
3. Gemüse mit Essig und Öl bedecken
4. Mit Gewürzen abschmecken

Sauce Chien

Zutaten für eine kleine Schüssel

- 2 Frühlingszwiebeln
- einige Blätter Petersilie
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 frische Chilischote
- 1 Limette
- Salz
- 50 ml Wasser
- 50 ml Olivenöl



Zubereitung

1. Frühlingszwiebel, Petersilie, Knoblauch und Chilischote fein hacken
2. Limettenzesten dazugeben, salzen
3. Mit kochendem Wasser übergießen, umrühren, abdecken und einige Minuten ziehen lassen
4. Limettensaft und Öl dazugeben und alles gut vermischen

Sauce Hollandaise

Zutaten für 1 kleine Schüssel

- 250 g Butter
- 3 Eigelb
- 3 EL Wasser
- Zitronensaft
- Salz
- weißer Pfeffer
- Weißwein



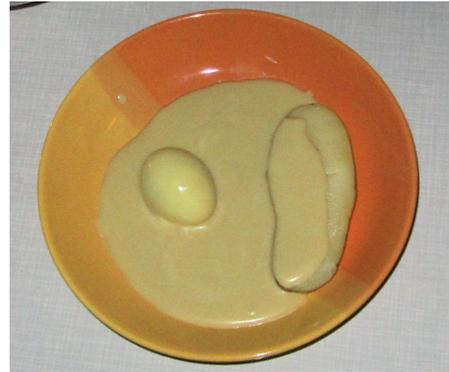
Zubereitung

1. Butter langsam schmelzen
2. ein warmes (etwa Temperatur der geschmolzenen Butter) Wasserbad aufsetzen
3. Eigelb mit Wasser und 1 EL Zitronensaft im Wasserbad schaumig schlagen
4. Butter tröpfchenweise zugeben und immer wieder gut verschlagen, bis die Soße homogen ist
5. Buttermenge langsam steigern bis alle Butter aufgebraucht ist
6. mit Salz, weißem Pfeffer, Zitronensaft und Weißwein abschmecken

Senfeier

Zutaten für 2 Personen

- 10 Eier
- Butter
- Mehl
- Milch
- 3 EL mittelscharfer Senf
- 1 TL Zucker
- 1 EL Tafelessig
- Salz



Zubereitung

1. Eier hartkochen
2. Mehlschwitze zubereiten, mit Milch ablöschen
3. Senf, Zucker und Essig zugeben
4. mit Salz, Senf und Essig abschmecken

Serviettenknödel

Zutaten für 4 Portionen

- 250 g Brötchen
- 4 EL Butter
- 1 Zwiebel
- 3 Eier
- 250 ml Milch
- Salz, Muskat
- ½ Bund Petersilie
- Wasser, Öl



Zubereitung

1. Brötchen würfeln
2. Zwiebeln fein hacken und in Butter andünsten
3. Eigelb, Milch, Petersilie und Gewürze verrühren
4. Alles vermengen und ca. 20 Minuten ruhen lassen
5. Eiweiß schlagen und unterheben
6. Serviette einfetten, Masse darauf verstreichen
7. Serviette zusammenrollen und an den Enden zubinden
8. In Salzwasser ca. 25 Minuten köcheln lassen
9. Mit kaltem Wasser abschrecken und vorsichtig auspacken
10. In Streifen schneiden und anbraten

Spinatsuppe

Zutaten für 4 Portionen

- 1 kg frischer Spinat
- 2 EL Kokosöl
- 1 TL Currypulver
- ½ TL Muskat
- 1 EL Zucker
- Salz, Pfeffer
- 500 ml Wasser
- 200 ml Sahne
- Saft einer Zitrone



Zubereitung

1. Spinat gründlich waschen
2. Kokosöl in einem großen Topf erhitzen, Spinat dazugeben und zusammenfallen lassen
3. Mit Currypulver, Muskat, Zucker, Salz und Pfeffer würzen
4. Mit Wasser ablöschen, aufkochen und 10 Minuten köcheln lassen
5. Alles pürieren, Sahne und Zitronensaft zugeben, abschmecken

Spundekäs'

Zutaten für eine kleine Schüssel

- 2 Frischkäse
- 1 Zwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- Salz, Pfeffer, Paprika, wenig Weißwein, wenig Kümmel



Zubereitung

1. Zwiebel und Knoblauch sehr fein hacken
2. Alle Zutaten vermischen und abschmecken
3. Durchziehen lassen

Streuselkuchen

Zutaten für ein Blech

- 700 g Mehl
- 20 g Hefe
- 240 g Zucker
- 350 g Butter
- 1 Ei
- 125 ml Milch
- 1 Prise Salz
- 2 Päckchen Vanillezucker



Zubereitung

1. Milch vorsichtig erwärmen, mit 40 g Butter und Ei verquirlen, Hefe darin auflösen
2. Aus der Flüssigkeit und 250 g Mehl, 40 g Zucker und Salz einen glatten Teig kneten
3. Mehl zugeben, bis der Teig nicht mehr klebt
4. Mit den Händen Luft einkneten
5. Eine Stunde abgedeckt gehen lassen
6. Derweil aus 450 g Mehl, 300 g Butter, 200 g Zucker und Vanillezucker Streusel kneten
7. Teig nochmal kneten, ausrollen, mit Butter bestreichen und Streuseln belegen
8. Alles nochmal eine halbe Stunde abgedeckt gehen lassen
9. Bei ca. 150 Grad Celsius 15 bis 25 Minuten backen

Tarta de choclo

Zutaten für eine Auflaufform

- 2 Lagen Blätterteig
- 2 Eier
- etwas Butter
- 1 kleine Zwiebel
- 2 Dosen Mais
- 1 Mozzarella
- Salz, Pfeffer



Zubereitung

1. Eier hartkochen und zerbröseln
2. Zwiebel fein würfeln und in der Butter anschwitzen
3. Mais abtropfen und grob pürieren
4. Mozzarella zerbröseln
5. Alle Zutaten vermischen und mit Gewürzen abschmecken
6. Eine Auflaufform mit Blätterteig auslegen, Füllung daraufgeben und mit Blätterteig abdecken
7. Im Ofen bei ca. 175 Grad Celsius ca. 30 Minuten backen

Tiramisu

Zutaten für 1 kleine Auflaufform

- 3 Tassen Kaffee
- 3 Eigelb
- 75 g Zucker
- 500 g Mascarpone
- 1 große Packung Löffelbiskuit
- Kakao



Zubereitung

1. Kaffee kochen
2. Eigelb mit Zucker schaumig schlagen
3. Mascarpone untermischen, bis die Masse ganz glatt ist
4. in Kaffee gewendete Löffelbiskuits abwechselnd mit Mascarponecreme in eine Auflaufform schichten
5. mit Kakao bestäuben

Tom Yum Gai

Zutaten für vier Teller

- 300 g Hühnchenbrust
- 1 mittelgroßes Stück Ginza oder Ingwer
- 2 Stangen Zitronengras
- 4 kleine Zwiebeln oder Schalotten
- 4 Kaffir-Limettenblätter
- 8 Strohpilze
- 2 Tomaten
- 4 Tassen Wasser
- Chilis, Fischsoße, Limettensaft
- Frischer Koriander



Zubereitung

1. Ginza in dünne Scheiben schneiden
2. Zitronengras in dicke Scheiben schneiden
3. Hühnchenbrust in Würfel schneiden
4. Zwiebeln, Pilze und Tomaten vierteln
5. Limettenblätter am Stiel entlang falten und Stiel entfernen, dabei halbieren
6. Wasser zum Kochen bringen
7. Zutaten hineingeben
8. Mit Chilis, Fischsoße und Limettensaft abschmecken
9. Koriander erst am Schluss dazugeben

Vegetarisches Moussaka

Zutaten für eine mittelgroße Auflaufform

- 300 g rote Linsen
- 1 Zwiebel
- 2 Stangen Sellerie
- 4 Tomaten
- 1 Zehe Knoblauch
- Salz, Pfeffer
- Olivenöl
- 2 Auberginen
- Butter, Mehl, Milch
- 2 Eier
- Muskat, Parmesan



Zubereitung

1. Linsen weichkochen
2. Zwiebel, Sellerie, Tomaten und Knoblauch hacken
3. Zwiebel in Olivenöl anbraten
4. Linsen, Sellerie, Tomaten und Knoblauch dazugeben und alles 15 Minuten köcheln lassen
5. Mit Salz und Pfeffer abschmecken
6. Auberginen in Scheiben schneiden und in Olivenöl anbraten
7. Auberginenscheiben und Gemüsesoße abwechselnd in eine Auflaufform schichten
8. Aus Butter, Mehl und Milch per Mehlschwitze eine Soße zubereiten
9. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und etwas Parmesan würzen
10. Soße über den Auflauf geben und mit Parmesan bestreuen

Zitronenkartoffeln

Zutaten für 2 Personen

- 2 Hähnchenschenkel
- 3 große Kartoffeln
- 6 Zitronen
- 60 ml Olivenöl
- Knoblauchzehen samt Schale nach Geschmack
- Salbei, Paprika, Pfeffer, Salz



Zubereitung

1. Zitronen auspressen
2. Olivenöl zum Saft geben und mit Salz und Pfeffer würzen
3. Kartoffeln in Würfel schneiden
4. Hähnchenschenkel mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen
5. Schenkel, Kartoffeln und Knoblauchzehen in eine Auflaufform geben
6. Saft über Kartoffeln und Knoblauch gießen
7. Salbeiblätter darüber streuen
8. Im Ofen bei ca. 200 Grad Celsius ca. 40 min backen

Zwiebelkuchen

Zutaten für 1 Blech

- 400 g Mehl
- 4 Eier
- 8 El Öl
- 8 El Milch
- 1 Tl Natron
- Salz
- 300 g Joghurt
- 300 g Crème fraîche
- 40 g Butter
- 1 kg Zwiebeln
- 150 g Speck
- 200 g Emmentaler



Zubereitung

1. Mehl, 1 Ei, Öl, Milch, Natron und Salz zu einem glatten Teig verarbeiten
2. Zwiebeln in halbe Ringe schneiden und gut andünsten
3. Mit Joghurt, Crème fraîche, Butter, Speck und Emmentaler und Eiern mischen
4. Teig ausrollen, Zwiebelmasse darauf verteilen
5. Im Backofen bei ca. 150 Grad Celsius ca. 45 Minuten backen