



Italienisches Kochbuch
"Pizza und mehr" !

Imprint:

V. i. S. d. P.: Marcus Petersen-Clausen, Kirchweg 2, 30900 Mellendorf/Wedemark (DE) - Tel.: +49 179 6162 178

Dieses Dokument ist lizenziert unter der Creative Common Lizenz BY-SA 3.0.

(c) 2022 Marcus Petersen-Clausen

(c) 2022 Köche-Nord.de

Vorwort:

In Italien wird gekocht, gekocht, gekocht und natürlich viel und gut gegessen...

Vom Piemont bis nach Sizilien sind es sehr viele verschiedene Einflüsse und Traditionen, welche eine atemberaubende Vielfalt an Gemüse, Käse, Salami und auch Pastasorten miteinander verbindet. Kaum eine andere Küche der Welt schwört auf so viele verschiedene Olivensorten, Käse und Salamiarten wie diese auf die regionale Spezialität.

Italien ist bekannt für sehr gutes Olivenöl, guten Wein und natürlich die größte Pasta- und Pizzaauswahl der ganzen Welt. Deshalb werden Italienische Rezepte rund um den Globus gekocht und geliebt.

Klassische Pastasaucen mit frischen oder getrockneten Nudeln. Risotto, Salate und auch unzähligen Dessert Variationen findet man in sämtlichen italienischen Rezepten.

Außerdem ist Italien sehr bekannt für deren frische Küche. Vom Markt auf den Tisch, beziehungsweise im Süden natürlich auch vom heimischen Feld direkt in den Kochtopf. Köche-nord.de hat eine kleine Auswahl beliebter italienischer Rezepte in diesem kostenlosen Kochbuch zusammen gefasst und es Ihnen zum Download bereit gestellt!

Inhalt:

Antipasti Seite: 2-12

Suppen Seite: 13-23

Pizza Seite: 24-96

Pasta Seite: 97-152

Aufläufe Seite: 153-161

Snacks und Schnitzel Seite: 162-179

Ofenwarme Baguettes mit Remoulade Seite: 180-188

Formaggi (Käse) Seite: 189-200

Salate Seite: 202-219

Desserts Seite: 220-231

Diverses Seite: 232-295

Antipasti

Italienische Antipasti

Menge: 4 Portionen

120 Milliliter Olivenöl, 3 Esslöffel Balsamico Essig, 2 große Knoblauchzehen, 2 Teelöffel Oregano getrocknet, 1 1/2 Handvoll Rosmarin, 2 Paprika (rot und gelb) 1 Aubergine, 1 Zucchini, 150 Gramm Pilze, 2 Esslöffel Mehl, 2 Schalotten, etwas Meersalz etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Außerdem:

etwas Backpapier

Heizen Sie den Backofen auf 200 Grad (Ober/Unterhitze) oder 180 Grad Celsius (Heißluft) vor und belegen Sie ein Backblech mit Backpapier. Dann mixen Sie das Olivenöl, den Balsamico, den geschälten Knoblauch, den Oregano und eine Handvoll Rosmarin mit einem Mixer. Abgeschmeckt wird die Masse mit Meersalz und Pfeffer.

Nun putzen Sie die Paprika (halbieren Sie sie, entfernen Sie den Strunk, die Kerne und die weißen Scheidenwände und spülen Sie die Schoten gründlich ab), waschen die Aubergine und Zucchini (und entfernen die Enden) und schneiden das Gemüse in mundgerechte Stücke.

Danach putzen Sie bitte die Pilze putzen und vierteln sie:

Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Anschließend schälen Sie die Schalotten und schneiden sie in viertel.

Das Gemüse vermischen Sie jetzt mit der Sauce und verteilen es auf dem Backblech. Bestreut wird das Gemüse danach mit dem restlichen Rosmarin.

Jetzt Backen Sie das Gemüse etwa 15 Minuten, stellen dann Backofen aus und lassen das Gemüse weitere 60 Minuten im heißen Ofen stehen.

Unsere Tipps

Die Antipasti schmecken auch sehr gut mit anderem Gemüse der Saison. Toll sind zum Beispiel Spargel und andere Pilz-Sorten. Wenn Sie das Gemüse luftdicht verpacken hält sich im Kühlschrank die selbstgemachten Antipasti ein paar Tage.

Backzeit: etwa 10 Minuten, Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Antipasti

Antipasto misto

Menge: 6 Portionen

1 Auberginen, 4 mittel-große Zucchini
3 Paprikaschoten, gelb, grün und rot, eventuell auch Spitzpaprika
500 Gramm Champignons, 2 Esslöffel Mehl
4 Schalotten
250 Milliliter Olivenöl, hochwertiges
2 Esslöffel Balsamico
etwas Rosmarin
etwas Thymian
etwas Meersalz
1 Chili-Schote, frisch, evtl. eine getrocknete für das Öl
5 Knoblauchzehen

Setzen Sie die Marinade bitte mindestens 24 Stunden vor Bedarf an. Dafür pressen Sie die abgezogenen Knoblauchzehen durch eine Knoblauch-Presse(oder schneiden sie in Würfel, bestreuen sie mit Meersalz und pressen mit einem großen Küchenmesser eine Paste) und geben den Knoblauch dann zusammen mit dem Balsamico in das Olivenöl. Am besten pürieren Sie die Marinade jetzt mit Hilfe des Zauberstabes (Mixer) (so beißen Sie nicht aus Versehen auf ein Stück Knoblauchzehe). Jetzt geben Sie bitte noch etwas Rosmarin und Thymian dazu. Wenn Sie es gerne etwas schärfer mögen, können Sie noch eine getrocknete Chili-Schote dazu geben. Wenn das Olivenöl länger halten soll, bewahren Sie es besser im Kühlschrank auf !

Nun waschen Sie das Gemüse und schneiden es in grobe Stücke. Danach putzen Sie die Pilze: Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Dann heizen Sie bitte den Backofen auf etwa 180 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 160 Grad Celsius (Heißluft) vor. Die Gemüsestücke geben Sie danach auf ein tiefes Backblech, salzen sie noch etwas und verteilen die gehackte Chili-Schote, den frischen Rosmarin und den Thymian sowie das vorbereitete Öl darüber. Anschließend Backen Sie das Ganze etwa 10 Minuten, schalten dann den Backofen aus, lassen das Gemüse aber noch etwa weitere 60 Minuten im Backofen.

Das Gemüse können Sie hervorragend zu einem Grillabend, aber ebenso als Vorspeise zu einem italienischen Menü oder auch einfach nur so mit Baguette reichen

Arbeitszeit: etwa 25 Minuten

Backzeit: etwa 10 Minuten

Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Antipasti

Auberginen mit Tomatensugo
und Parmesan überbacken

Menge: 4 Portionen

2 Auberginen, 1 Esslöffel Olivenöl, gutes, 1 Knoblauchzehe
1 Dose Tomaten, stückige, 3 Esslöffel Tomatenmark
etwas Meersalz, etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
5 Blätter Basilikum, 50 Gramm Parmesan am Stück

Außerdem:

etwas Küchentrepp, etwas Backpapier

Waschen Sie die Auberginen und schneiden Sie sie in knapp 1 Zentimeter dicke Scheiben. Danach salzen Sie die Auberginen-Scheiben kräftig und lassen sie etwa 30 Minuten stehen (damit sie Wasser ziehen). Nun waschen Sie das Meersalz gut ab und tupfen die Auberginen anschließend mit Küchentrepp trocken. Sehr Wichtig: das Meersalz muss wirklich gut abgewaschen werden, sonst schmecken die Auberginen nämlich zu salzig !

Danach heizen Sie den Backofen auf 180 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 160 Grad Celsius (Heißluft) vor.

Währenddessen bereiten Sie bitte die Tomatensauce zu:

Dafür hacken Sie den abgezogenen Knoblauch und braten die Würfel in dem Olivenöl kurz an. Dann geben Sie das Tomatenmark hinzu, schwitzen es kurz mit an (Tomatisieren = für einen besseren Geschmack durch die Röst-Stoffe) geben danach die gehackten Tomaten dazu, lassen alles aufkochen, schmecken die Sauce mit Meersalz und frisch gemahlenem Pfeffer ab und geben das in Streifen abgspülte, trocken geschüttelte und geschnittene Basilikum dazu.

Jetzt braten Sie die Auberginen kurz, bis sie etwas Farbe bekommen (wir machen das meist ohne Speiseöl, wegen der Kalorien, Wenn Sie aber nicht so darauf achtet, können Sie natürlich auch hierfür Olivenöl nehmen).

Die Scheiben legen Sie dann dicht nebeneinander auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech , darauf geben Sie bitte jeweils ein guten Esslöffel Tomatensauce und etwas frisch gehobelter Parmesan. Nun backen Sie das Ganze etwa 15 Minuten, bis die Auberginen weich und der Käse schön zerlaufen und etwas knusprig ist.

Arbeitszeit: etwa 25 Minuten

Backzeit: etwa 15 Minuten

Antipasti

Parmaschinken
mit Melone

Menge: 1 Portion

1 Honigmelonen
8 Scheiben Parmaschinken
etwas Pfeffer, schwarz und frisch aus der Mühle

Halbieren Sie die Melone längs und entfernen Sie die Kerne aus der Mitte. Dann schneiden Sie die Melonen-Hälften bitte in je 4 gleich große Spalten. Das Fruchtfleisch trennen Sie nun von der Schale, lassen es aber auf der Schale. Dann schneiden Sie das Fruchtfleisch in mundgerechte Stücke und verschieben die Stücke auf der Schale versetzt. Zum Schluss pfeffern Sie bitte den Schinken, rollen ihn locker auf und richten ihn mit den Melonen an.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Antipasti

Scampi

nach Köche-Nord.de Art

Menge: 2 Portionen

450 Gramm Scampi, geschält (Tiefkühl)
1 Paket Kräuter (8 - Kräuter - Mischung, Tiefkühl)
1 Paket Butter
1 große Knoblauch-Zehe
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
4 Baguettes, zum Aufbacken

Entfernen Sie eventuell die Reste des Darms aus den Scampis:
Dazu ritzen Sie mit einem Kartoffelschäler den Rücken der Scampis und ziehen dann den Darm heraus. Nun schmelzen Sie die Butter, zum Beispiel in der Mikrowelle, in einer feuerfesten Glasschüssel, bis sie flüssig ist. Anschließend geben Sie die Kräuter dazu. Die Knoblauch-Zehen pressen Sie entweder mit einer Knoblauch-Pressen oder schneiden sie in Würfel, bestreuen sie mit etwas Meersalz und pressen mit dem Messer eine Knoblauch-Paste. Den Knoblauch geben Sie danach ebenfalls in das Butter-Kräuter-Gemisch. Gewürzt wird das Gemisch danach mit wenig Meersalz und etwas Pfeffer und dann geben Sie bitte zum Schluss die Scampi dazu (erst abschmecken ob das Butter-Kräuter-Gemisch schmeckt). Danach backen Sie das Ganze bei 180 Grad Celsius (Umluft) oder bei 160 Grad (Heißluft) etwa 45 Minuten im Backofen ohne Deckel, bei vor-geheiztem Backofen etwas kürzer. Wenn die Butter leicht bräunlich wird, sind die Scampi fertig. Die Baguettes backen Sie bitte anschließend in dem Backofen gemäß der Packungs-Anweisung.

Unser Tipp:

Am besten essen Sie die Scampi direkt aus der Schüssel, dann bleiben sie länger heiß, und stippen das Baguette in die Sauce.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Backzeit: etwa 45 Minuten

Antipasti

Carpaccio

vom Rindfleisch mit Rucola und Parmesan

Menge: 3 Portionen

200 Gramm Rinderfilets, gut abgehungen

1 Zitrone, frisch gepresster Saft

etwas Olivenöl, extra vergine

etwas Meersalz

etwas Pfeffer, schwarzer aus der Mühle

nach Belieben Rucola, Menge nach Geschmack

etwas Parmesan am Stück

Schneiden Sie erst die Rinderfilets mit einem scharfen Messer quer zur Faser in möglichst dünne Scheiben.

Die Fleisch-Scheiben salzen Sie dann leicht, würzen sie mit schwarzem Pfeffer und legen sie auf einem großen Teller aus. Dann beträufeln Sie das Fleisch mit dem Olivenöl und etwas Zitronensaft und würzen es nochmal mit Meersalz. Anschließend hobeln Sie bitte den Parmesan fein und streuen ihn über das Carpaccio.

Den Rucola mischen Sie jetzt mit einem leichten Dressing aus dem Olivenöl, dem Zitronensaft, etwas Meersalz und Pfeffer und verteilen ihn auf dem Fleisch.

Dazu wird ein frisch gebackenes Ciabatta und ein kräftiger Rotwein gereicht.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Antipasti

Pfirsich-Caprese

Menge: 4 Portionen

4 große reife Pfirsiche
2 Kugeln Mozzarella (je 125 g)
1 Bund frische Minze (ersatzweise Zitronenmelisse)
1 Zitrone
etwas Meersalz
1/3 Teelöffel Zucker
1/2 Teelöffel Dijon-Senf
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
6 Esslöffel mildes Olivenöl

Legen Sie die Pfirsiche 1 Minute in kochendes Wasser, nehmen Sie sie danach mit einer Schaumkelle heraus und schrecken Sie sie unter fließendem kaltem Wasser ab. Dann häuten Sie die Pfirsiche und schneiden das Fruchtfleisch in schmalen Spalten von dem Stein. Die Mozzarella-Kugeln lassen Sie bitte abtropfen, halbieren sie und schneiden die Kugeln danach in dünne Scheiben.

Anschließend richten Sie die Pfirsich-Spalten und die Mozzarella-Scheiben im Wechsel Dachziegel-förmig auf vier Tellern an. Danach spülen Sie die Minze kalt ab, schütteln sie kurz trocken, zupfen die Blätter ab und streuen sie über die anderen Zutaten auf dem Teller.

Nun waschen Sie die Zitrone heiß ab und trocknen sie ab. Dann ziehen Sie erst die Schale der Zitrone mit dem Zesten-Reißer (notfalls geht auch eine Reibe oder ein Messer) in feinen Streifen ab und pressen dann den Zitronen-Saft aus. Den Zitronensaft, 1/4 Teelöffel Meersalz, etwas Zucker, den Senf und etwas frisch gemahlene Pfeffer verrühren Sie jetzt bitte und schlagen das Olivenöl unter, bis eine cremige Emulsion entstanden ist. Darunter rühren Sie bitte die Zitronen-Zesten. Das Dressing träufeln Sie jetzt über Pfirsiche und den Mozzarella und servieren das Caprese mit gebackenen Ciabatta und einem Glas Prosecco.

Antipasti

Tomaten - Mozzarella - Basilikum Quiche

Menge: 4 Portionen

100 Gramm Quark (Magerquark)
150 Gramm Mehl, Type 405
4 Esslöffel Wasser
4 Esslöffel Öl (Sonnenblumenöl)
etwas Meersalz
etwas Mehl, zum Ausrollen
etwas Margarine, für die Form
600 Gramm Tomaten, vollreife
1 Zwiebeln
300 Gramm Mozzarella
1 Bund Basilikum, gehackt
100 Gramm Sahne, süß
2 Eier (Größe M)
1 Esslöffel Paprikapulver, edel-süß

Außerdem:

etwas Frischhaltefolie

Verkneten Sie das Mehl, den abgetropften und zerbröselten Quark, etwas Wasser, das Sonnenblumenöl und ein wenig Meersalz in einer Schüssel, eventuell müssen Sie noch etwas Öl hinzufügen, bis der Teig schön glatt und geschmeidig ist. Den Teig formen Sie dann zu einer Kugel und wickeln ihn in Frischhaltefolie ein. Danach lassen Sie die Teig-Kugeln im Kühlschrank etwa 60 Minuten ruhen.

Dann bestreuen Sie eine Arbeitsfläche mit Mehl, rollen den Teig aus und legen ihn in einer gefetteten Springform aus. Danach ziehen Sie den Teig etwa 2 Zentimeter hoch (einen Rand bilden) und stechen den Teig-Boden mit einer Gabel ein paar mal ein.

Für den Belag verteilen Sie gewaschene und in Scheiben geschnittene Tomaten und auch in Scheiben geschnittenen Mozzarella Dachziegel-artig auf dem Teigboden. Dann streuen Sie die geschälte und gewürfelte Zwiebel darüber und heizen den Backofen auf 175-200 Grad Celsius vor. Nebenbei verquirlen Sie den Basilikum mit der Sahne, den Eiern, dem Paprikapulver und etwas Meersalz und verteilen die Masse über der Quiche. Anschließend backen Sie da Ganze etwa 30 Minuten, nehmen es aus der Form und servieren das Gericht warm.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Backzeit: etwa 30 Minuten

Antipasti

Blätterteig - Schnecken

Menge: 1 Portion

1 Paket Blätterteig (Kühlregal)
100 Gramm Kochschinken (oder Schinken-Spicker wenn Ihre Gäste/Sie Vegetarier sind)
100 Gramm Käse, geriebener
½ Becher Schmand
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Knoblauch-Granulat
etwas Schnittlauch

Außerdem:

etwas Backpapier

Rollen Sie die Blätterteig-Rolle aus, bestreichen Sie sie mit Schmand und würzen Sie die Rolle nach Geschmack mit den Gewürzen. Dann würfeln Sie den Schinken (oder den Schinken-Spicker) und verteilen ihn zusammen mit dem Käse auf dem Schmand. Den Blätterteig rollen Sie nun von der breiten Seite her fest auf (das geht gut, wenn das Ganze auf einem Küchentuch liegt) und schneiden ihn dann in fingerdicke Scheiben. Diese Scheiben legen Sie auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech. Nun werden die Blätterteig - Schnecken im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Celsius (Oberhitze/ Unterhitze) oder bei 160 Grad Celsius (Heißluft) etwa 25 - 30 Minuten gebacken.

Die Schnecken lassen sich sehr gut vorbereiten und schmecken unseren Gästen auch kalt gut. Dazu können Sie ein kühles Glas Weißwein und ein Knoblauch-Dip reichen.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Backzeit: etwa 25-30 Minuten

Antipasti

Tomaten-Ziegenkäse-Feigen-Teller mit Rucola

Menge: 2 Portionen

100 Gramm Ziegenkäse, halbfester Schnittkäse
30 Gramm Olivenöl
20 Gramm Feigen-Essig
1 Esslöffel Zitronensaft
etwas Meersalz
etwas Pfeffer, bunter, frisch aus der Mühle
50 Gramm Rucola
350 Gramm Tomaten
200 Gramm Feigen, frisch

Vermischen Sie bitte in einer größeren Schüssel das Olivenöl, den Essig, den Zitronensaft, das Meersalz und den Pfeffer und schmecken Sie das Dressing kräftig ab. Dann schneiden Sie den Ziegenkäse in Scheiben und marinieren ihn in der Würz-Mischung etwa 10-12 Minuten.

Danach deponieren Sie die Käsescheiben bitte auf einem Teller.

Vom dem gewaschenen Rucola schneiden Sie nun die dickeren Stängel ab, die verbleibenden Blätter wenden Sie dann in der Würz-Mischung mehrmals und verteilen Sie anschließend auf einem großen, flachen Teller.

Die gewaschenen und geputzte Tomaten und Feigen schneiden Sie jetzt bitte in Scheiben.

Danach richten Sie abwechselnd je eine Tomaten-Scheibe, eine Käse-Scheibe und eine Feigen-Scheibe Ziegel-artig auf dem Teller an, bis alle Scheiben ausgelegt sind. Zum Schluss streuen Sie nochmals etwas Pfeffer über das Gericht, garnieren es und servieren es dann.

Dieser Tomaten-Ziegenkäse-Feigen-Teller hat 400 Kcal pro Portion.

Arbeitszeit: etwa 40 Minuten

Suppen

Venezianische Fischsuppe

Menge: 6 Portionen

2 Gemüsezwiebeln, 3 Paprikaschoten, rot, 2 große Knoblauch-Zehen
2 Teelöffel Olivenöl, 150 Gramm Champignons, frisch
2 Esslöffel Mehl, 3 Esslöffel Rosmarin, gehackt
1 Zitrone den Saft davon, 400 Gramm stückig Tomaten (Konserve)
3 Stück Chili-Schoten, rot

1500 Milliliter Gemüsebrühe, zubereitet (6 Teelöffel Instant-Pulver)
4 Esslöffel Tomatenmark, etwas Meersalz, etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
500 Gramm Seelachs/Koehler, roh, 100 Gramm Krabben (oder Muschelfleisch)
6 Scheiben Baguettebrot

Schneiden Sie die Zwiebeln und die geputzten Paprikas (die Schoten müssen Sie halbieren, den Strunk, die Kerne und die weißen Scheidenwände entfernen und die Schoten dann gründlich mit kaltem Wasser abspülen) in Würfel und zerdrücken Sie den Knoblauch (oder schneiden Sie ihn mit einem Messer in kleine Würfel, geben Sie etwas Meersalz auf den Knoblauch und drücken Sie ihn mit dem Messer zu einer Paste).

Nun putzen Sie bitte die Champignons:

Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Danach erhitzen Sie das Olivenöl in einem Topf und dünsten die Zwiebel-Würfel mit dem Knoblauch darin kurz an. Die Pilze und die Paprika-würfel sowie den Rosmarin fügen Sie bitte hinzu und dünsten alles etwa 5-6 Minuten mit.

Abgelöscht wird das Ganze mit dem Zitronensaft und den Tomaten. Nun schneiden Sie die Chilischoten in Ringe, gießen die Gemüsebrühe an und fügen die Chili-Ringe mit Tomatenmark hinzu. Dann würzen Sie die Zutaten mit Meersalz und Pfeffer und lassen alles etwa 15-16 Minuten köcheln.

Währenddessen schneiden Sie bitte das Fischfilet in Würfel, fügen es mit Krabben zu und weitere lassen die Suppe weiter etwa 10 Minuten ziehen. Zum Schluss schmecken Sie die Suppe ab und servieren sie mit dem Baguettebrot.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Kochzeit: etwa 30 Minuten

Suppen

Zuppa di Cozze – italienische Muschelsuppe

Menge: 4 Portionen

1,5 Kilogramm Miesmuscheln
1 Dose gehäutete Tomaten
2 Zwiebeln
2 Möhren
2 abgezogene Knoblauchzehen
5 Esslöffel Olivenöl
1 unbehandelte Zitrone
¼ Liter Weißwein
etwas Meersalz
etwas schwarzen Pfeffer
1 Teelöffel gehacktes Basilikum
1 Teelöffel gehackter Oregano

Schälen Sie die Zwiebeln und die Möhren und schneiden Sie beide Zutaten in Würfel oder Steifen. Danach schneiden oder hacken Sie den abgezogenen Knoblauch fein. Das Olivenöl erhitzen Sie nun bitte in einer Pfanne und kochen das Gemüse darin mit dem Knoblauch etwa 8-9 Minuten gar.

Jetzt waschen Sie die Zitrone heiß ab und reiben anschließend die Schale ab. Dann schneiden Sie die abgespülten Tomaten in Würfel. Das Gemüse schmecken Sie bitte mit den Gewürzen und 1 Esslöffel von der Zitronenschale ab. Danach geben Sie den Weißwein dazugeben und rühren die Tomaten ein.

Nun sortieren Sie die Muschel (verwenden Sie bitte nur geschlossene Muscheln und schmeißen Sie die anderen weg) und waschen sie unter fließendem kaltem Wasser mit einer kleinen Bürste gründlich. Dann geben Sie die Muscheln in die heiße Suppe.

Die Suppe lassen Sie bitte solange kochen, bis sich alle Muscheln geöffnet haben. Zum Schluss schmecken Sie das Gericht noch einmal mit Meersalz und Pfeffer ab.

Arbeitszeit: etwa 50 Minuten

Suppen

Zuppa del pescatore
Fischersuppe

Menge: 4 Portionen

1,2 - 1,5 Kilogramm gemischte Fische (für Fischsuppe, filetiert)
500 Gramm Mollusken (Kalmare, Tintenfische, kleine Kraken et cetera)
800 Gramm reife geschälte Tomaten (oder aus der Dose)
1 Gemüsezwiebeln
2 große Knoblauchzehen
1-2 Stück rote Chilischoten (nach eigenem Belieben auch entkernt)
1-2 Zweige Petersilie
1 Glas trockener Weißwein (Malvasia)
etwas Olivenöl extra vergine
etwas Pfeffer aus der Mühle
etwas Meersalz

Eventuell
etwas Safran

Putzen Sie das Gemüse (Zwiebel, Tomate, Knoblauch, die Petersilie und den Chili) zerhacken Sie es grob und dünsten Sie es in Olivenöl an. Dann gießen Sie das Ganze mit 1 Liter Wasser und Weißwein auf, reduzieren die Hitze und kochen das Gemüse weich. Danach ziehen Sie alles bitte durch die Flotte Lotte oder pürieren es.

In dieser Brühe kochen Sie jetzt die in Stücke geschnittenen Molluskeln etwa 30-45 Minuten, dann garen Sie auch die gemischten und grob in Stücke zerkleinerten Fische etwa 10-15 Minuten darin. Die Suppe würzen Sie bitte mit Pfeffer aus der Mühle und etwas Meersalz (manche geben auch gerne etwas Safran dazu). Verfeinert wird die Suppe mit Olivenöl und zum Schluss wird das Gericht mit gerösteten Brotscheiben serviert.

Variante:

Sie können die Suppe auch binden: entweder mit Semmelbröseln/Pankomehl oder auch mit einer Mehlschwitze (1-2 Esslöffel Mehl in 2-3 Esslöffel Olivenöl anrösten und danach mit einem Schneebesen in die pürierte Suppe einrühren bevor Sie die Fische dazu geben).

Unsere Tipps:

Man kann zu dieser Suppe auch einige Garnelen, Heuschrecken-Krebse, Muscheln und ähnlich hinzufügen. Diese Suppe kann durchaus als Hauptspeise dienen.

Suppen

Zuppa di Pesce alla Genovese Genoveser Fischsuppe

Menge: 4 Portionen

4 Esslöffel Olivenöl
2 Zehen Knoblauch
1 Teelöffel Meersalz
1 Zwiebel
1 Bund Frühlingszwiebeln
1 Paprikaschote, rote
100 Gramm Tintenfische, Küchen-fertig
100 Gramm Muschel-Fleisch
100 Gramm Crevetten
1 Tasse Wein, weiß
750 Milliliter Fisch-Brühe
1 Lorbeerblatt
2 Nelken
100 Gramm Nudeln, (Suppennudeln)
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
1 Esslöffel Basilikum
1 Bund Schnittlauch, fein geschnitten

Erhitzen Sie das Olivenöl in einem Topf, ziehen Sie die Knoblauchzehe ab, zerreiben Sie sie mit Meersalz und schwitzen Sie die Knoblauch-Zehe dann in dem Öl an. Das in Streifen geschnittene Gemüse geben Sie bitte dazu und schwitzen es ebenfalls kurz mit an. Danach geben Sie die Tintenfische, die Muscheln und die Crevetten dazu, füllen die Zutaten mit Tomaten, Weißwein und Fisch-Brühe auf und lassen das Ganze etwa 10 Minuten köcheln.

Anschließend geben Sie das Lorbeerblatt, die Nelken und die Nudeln dazu und lassen die Suppe weitere 5 Minuten köcheln. Abgeschmeckt wird die Fischsuppe mit Meersalz, Pfeffer und Basilikum und zum Schluss mit Schnittlauch bestreut und serviert.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Suppen

Zuppa genovese

Menge: 4 Portionen

1 Kopf Endiviensalat (250 Gramm) oder eventuell Borrettsch
1 Bund Küchenkräuter (gemischt)
(Basilikum, Borrettsch, Petersilie, Schnittlauch, Thymian)
1 Teelöffel Zitronen (Saft)
3 Esslöffel Parmesan (gerieben)
3 Eier (Größe M)
1 Zwiebel (klein)
3 Esslöffel Olivenöl
1000 Milliliter Rindsuppe (kräftig)
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Muskat

Reinigen Sie den Endiviensalat spülen sie ihn ab und blanchieren Sie ihn in kochend heißem Salzwasser etwa 2 Minuten. Danach schrecken Sie den Salat gut mit kaltem Wasser ab und lassen den Salat in einem Sieb gut abtropfen. Danach hacken Sie die Küchenkräuter und 1 abgezogene Zwiebel klein.

Nun erhitzen Sie bitte in einer Bratpfanne 3 Esslöffel Olivenöl und dünsten die Küchenkräuter sowie die Zwiebel-würfel darin an. Dann drücken Sie den Blattsalat fest aus und schneiden ihn in schmale Streifen. $\frac{3}{4}$ von dem Blattsalat dünsten Sie danach bitte gemeinsam mit den Zwiebel-Würfeln und den Kräutern etwa 10 Minuten gar. Anschließend würzen Sie alles mit 1 Teelöffel Meersalz, dem Saft einer Zitrone, etwas Pfeffer und geriebener Muskatnuss.

Jetzt vermischen Sie 3 Eier mit 3 Esslöffel Parmesan in einer Schüssel, gießend diese beiden Zutaten über das Gemüse, vermengen alles kurz vorsichtig und lassen die Eier bei niedriger Hitze-zufuhr stocken. Danach nehmen Sie das Ganze aus der Bratpfanne und lassen es ein klein bisschen auskühlen.

Nebenbei bringen Sie bitte 1 Liter Rindsuppe zum Kochen.
Dann schneiden Sie das Omelett in schmale Streifen, legen es mit den übrigen Salat-Streifen in die klare Suppe ein, lassen das Ganze heiß werden und servieren das Gericht heiß.

Borrettsch können Sie an Stelle des Salates für die Suppe verwenden !

Unser Tipp:

Frischer Schnittlauch ist deutlich aromatischer als getrockneter!

Arbeitszeit: etwa 45 Minuten

Suppen

Zuppa pavese (Italienische Brotsuppe)

Menge: 4 Portionen

- 1 Liter Fleischbrühe oder Hühnerbrühe
- 1 Liter Wasser
- 2 Teelöffel Meersalz
- 4 Esslöffel Essig
- 4 Eier, sehr frisch
- 4 Scheiben Toastbrot, Weißbrot oder Sandwich
- 2 Esslöffel Butter
- 1 Schuss Weißwein, herb
- 70 Gramm Käse (Emmentaler), geraspelt
- 70 Gramm Parmesan, gerieben
- 2 Bund Petersilie

Erhitzen Sie die Brühe und bringen Sie reichlich Wasser zum Kochen bringen. Dann fügen Sie das Meersalz und den Essig hinzu und pochieren die Eier in darin (in einen mit Speiseöl gefetteten Koch-kelle aufschlagen und damit langsam hinein geben, nun warten bis das Ei die gewünschte Konsistenz erreicht hat). Nebenbei rösten Sie bitte die Weißbrot-Scheiben auf beiden Seiten in Butter und legen sie dann in 4 Suppenteller. Die pochierten Eier setzen Sie danach darauf, schmecken die Brühe mit Weißwein ab, schütten die Brühe an und bestreuen die Brotsuppe mit reichlich Käse sowie gewaschener und gehackter Petersilie.

Unser Tipp:

Als Wein empfehlen wir einen weißen italienischen Landwein, zum Beispiel einen Gavi di Gavi.

Suppen

Minestrone (Gemüsesuppe)

Menge: 8 Portionen

3 Knoblauchzehen
3 große Zwiebeln
2 Stangen Staudensellerie
2 große Karotten
2 große Kartoffeln (festkochend)
100 Gramm Bohnen, grüne
1 Esslöffel Bohnenkraut
100 Gramm Zucchini
60 Gramm Butter
50 Milliliter Olivenöl
60 Gramm Speck, durchwachsener, klein gewürfelt
1 ½ Liter Gemüsebrühe
100 Gramm Tomaten
2 Esslöffel Tomatenmark
1 Bund Basilikum, frisches, fein gehackt
100 Gramm Parmesanrinde
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
85 Gramm Spaghetti, in kleine Stücke gebrochen
etwas Parmesan, frisch geriebener, zum Servieren

Schneiden Sie den abgezogenen Knoblauch, die abgezogenen Zwiebeln, den abgespülten und geschälten Sellerie, die geschälten und abgespülten Karotten, die geschälten Kartoffeln, die Bohnen und die Zucchini (die Enden müssen Sie bitte entfernen) klein.

Dann erhitzen Sie die Butter und das Olivenöl (damit die Butter nicht so schnell anbrennt) in einem großen Topf und braten den Speck in etwa 2 Minuten an. Danach geben Sie den in Würfel geschnittenen Knoblauch und die in Würfel geschnittenen Zwiebeln hinzu, braten die Zutaten etwa 2 Minuten weiter, rühren anschließend den Sellerie, die Karotten und die Kartoffeln unter und braten alles weitere 2 Minuten. Nun geben Sie bitte die Bohnen und das Bohnenkraut in den Topf und braten das Ganze weitere 2 Minuten. Danach rühren Sie die Zucchini ein und braten nochmal weitere 2 Minuten. Dann legen Sie den Deckel auf und dünsten das Gemüse unter gelegentlichem Rühren etwa 15 Minuten.

Nebenbei schneiden Sie die Tomaten mit einem kleinen Messer kreuzweise ein (oben), geben sie in eine Schüssel, überbrühen die Tomaten mit heißem Wasser und lassen sie etwa 2 Minuten ziehen. Dann nehmen Sie die Tomaten mit einer Schaumkelle aus der Schüssel, geben sie in eine weitere Schüssel und schrecken sie mit kaltem Wasser ab. Nun werden die Tomaten gehäutet, geviertelt, entkernt und dann in Würfel geschnitten.

Suppen (Fortsetzung)

Jetzt geben Sie die Gemüsebrühe, die Tomaten-Würfel (Tomaten-Concassée), das Tomatenmark, den Basilikum und die Käserinde mit in den Topf und schmecken das Ganze mit Meersalz und Pfeffer ab. Dann lassen Sie die Gemüsesuppe aufkochen, reduzieren die Temperatur und lassen sie etwa 60 Minuten bei kleiner Hitze-zufuhr köcheln. Die Käserinde entfernen Sie danach bitte und werden sie weg. Nach den 60 Minuten geben Sie die Spaghetti-Stücke mit in den Topf und lassen das Gericht zum Schluss nochmal etwa 10-12 Minuten kochen.

Angerichtet wird die Minestrone in großen, vorgewärmten Suppen-Tellern und serviert wird sie mit frisch geriebenem Parmesan bestreut.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Kochzeit: etwa 95 Minuten

Suppen

Stracciatella alla Romana
Rinder-Brühe mit Ei und Pecorino

Menge: 4 Portionen

1 Liter Hühnerbrühe oder Rinder-Brühe, hell
2 große Eier oder 3 mittelgroße
6 Esslöffel Pecorino, frisch gerieben
3 Esslöffel Grieß, feiner
etwas Muskat, frisch gerieben
etwas Petersilie
eventuell etwas Meersalz

Wer bei dem Begriff Stracciatella nur an Speiseeis denkt, der hat etwas verpasst, denn er kennt leider weder die Käse-Spezialität "Stracciatella di bufala" noch diese einfache, jedoch sehr leckere Stracciatella Suppe.

Die Brühe sollten Sie möglichst selbst machen (keine Instant-Brühe) ! Mit Instant-Pulver schmeckt dieses Gericht wirklich nicht so gut. Allenfalls können Sie gekauften Geflügelfond verwenden, dann sollte sie jedoch keine Geschmacksverstärker und künstliche Aromen sein. Das Wahre ist das jedoch leider auch nicht.

Bringen Sie die Brühe zum Kochen und schmecken Sie sie mit etwas Muskat und Gegebenenfalls etwas Meersalz ab.

Dann vermengen Sie die Eier, den Käse und den Grieß gründlich miteinander und lassen die Zutasten in einem dünnem Strahl in die köchelnde Brühe einlaufen, dabei müssen Sie mit einem Schneebesen gut rühren ! Normalerweise nehmen Sie die Einlauf-Suppen danach sofort von der Kochstelle, damit das Ei nicht gerinnt. Hier lassen Sie die Suppe unter Rühren aber weiter köcheln, damit Ei-Käse-Grieß Fetzen entstehen können (die Suppe ist dann ähnlich der chinesischen Eier-Blumen-Suppe). Daher auch der Name dieses Gerichts: Stracciatella, natürlich abgeleitet von dem italienischen Adjektiv "stracciato", was übrigens soviel wie "zerfetzt" oder auch "zerrissen" bedeutet.

Nach Wunsch können Sie diese Suppe mit gehackter Petersilie garnieren und dann heiß servieren. Dieses Gericht ist nicht nur bei kaltem Wetter eine sehr gut schmeckende Wohltat.

Das Ei, der Käse und optional auch der Grieß sollten mengenmäßig natürlich etwa im gleichen Verhältnis zueinander stehen.

Arbeitszeit: etwa 5 Minuten
Kochzeit: etwa 10 Minuten

Suppen

Tomatencremesuppe

Menge: 4 Portionen

60 Gramm Butter
1 Gemüsezwiebel, gehackt
1 Kilogramm Tomaten (italienische Eiertomaten)
600 Milliliter Gemüsebrühe (frisch)
1 Prise Natron
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
150 Milliliter Sahne
1 Esslöffel Zucker

Zerlassen Sie die Butter in einem Topf und dünsten Sie die abgezogene und gewürfelte Gemüsezwiebel darin glasig. Dann schneiden Sie die Tomaten mit einem kleinen Küchenmesser kreuzweise ein, geben sie in eine Schüssel und überbrühen sie mit kochendem Wasser. Nachdem die Tomaten 2 Minuten in dem Wasser gezogen haben, nehmen Sie sie mit einer Schaumkelle heraus, geben sie in eine zweite Schüssel und schrecken die Tomaten mit kaltem Wasser ab. Danach häuten Sie die Tomaten, vierteln sie und schneiden sie in kleine Würfel (Tomaten-Concassée nennt man das). Nun geben Sie die Tomaten-Concassée, 300 Milliliter Gemüsebrühe und das Natron zu den Zwiebeln hinzu, kochen das Ganze einmal auf und lassen es dann 20 Minuten köcheln. Anschließend nehmen Sie den Topf von der Kochstelle und pürieren die Suppe in einem Mixer.

Die restliche Gemüsebrühe geben Sie jetzt bitte dazu und schmecken alles mit Meersalz und Pfeffer ab. Dann geben Sie den Zucker dazu, kochen das Ganze noch einmal auf und lassen es etwa 15 Minuten köcheln. Danach richten Sie die Suppe in vorgewärmten Suppentellern an und rühren zum Schluss noch die Sahne nach Geschmack unter.

Variation:

Für eine Orangen-Tomatensuppe ersetzen Sie einfach die Hälfte der Gemüsebrühe durch frischen Orangensaft.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Kochzeit: etwa 35 Minuten

Suppen

Tortellini in Brodo

Menge: 4 Portionen

300 Gramm Schweinelenden, 300 Gramm Parmaschinken
300 Gramm Wurst, (Mortadella, italienische)
400 Gramm Parmesan, mindestens 3 Jahre alt
4 Eier (Größe M), 7 Eigelbe (Größe M)
400 Gramm Mehl, 405, 1 Esslöffel Olivenöl
etwas Meersalz, etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
2 Knoblauch-Zehen, etwas Muskat
etwas Rosmarin, nach Wunsch
1,5 Liter Hühnerbrühe (frisch)

Außerdem:

etwas Frischhaltefolie

Wie auch die traditionelle Bologneser Soße (die "ragù bolognese") sind natürlich auch die Tortellini bei der Handwerkskammer in Bologna fest eingetragen. Damit wurde im Jahre 1974 fest festgelegt, wie die berühmten Tortellini in Brodo (die Tortellini in der Gemüsebrühe) traditionell hergestellt werden müssen.

Die Schweinelende werden erst mit den abgezogenen Knoblauch-Zehen und dem Rosmarin eingerieben und dann scharf angebraten. Die Kräuter-Reste reiben Sie danach. Jetzt pürieren Sie die Lende, den Parmaschinken, den Mortadella, den Parmesan, die 3 Eier, den Pfeffer und den Muskatnuss in einer Küchenmaschine sehr fein. Eventuell können Sie die Masse mit Meersalz ergänzen. Die Masse lassen Sie anschließend im Kühlschrank etwa 24 Stunden ruhen.

Am nächsten Tag stellen Sie aus dem Mehl, den 7 Eigelben, einem Vollei, 1 Esslöffel Olivenöl und etwas Meersalz einen dünnen Nudelteig her. Die Teig-Ballen umwickeln Sie dann bitte erstmal in einer Frischhaltefolie und lassen sie etwa 60 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen.

Nach dem Ausrollen des Teiges schneiden Sie ihn in Quadrate von etwa 5x5 Zentimeter aus. Dann belegen Sie die Quadrate mit der Füllung und formen daraus Tortellini.

Diese Tortellini werden anschließend in einer guten Hühnerbrühe etwa 3-4 Minuten gegart und sehr warm mit der Hühnerbrühe serviert. Eventuell können Sie noch Parmesan auf das fertige Gericht streuen.

Arbeitszeit: etwa 2 Stunden

Ruhezeit: etwa 24 Stunden

Pizza

Pizza Margherita

Menge: 3 Portionen

Für den Teig:

500 Gramm Weizenmehl Type 405

20 Gramm Hefe, frische

10 Gramm Meersalz

50 Gramm Olivenöl, (50 Milliliter)

320 Milliliter Wasser

Weizenmehl, zum Bestäuben

Für die Sauce:

6 Esslöffel Tomaten, pürierte

3 Esslöffel Tomatenmark

2 Teelöffel Oregano

1 Prise Meersalz

1 Prise Zucker

1 Prise Chili, nach Belieben

etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle

Für den Belag: pro Pizza

5 Scheiben Büffel-Mozzarella

6 Basilikum-Blätter

3 Tropfen Olivenöl

1 Olive

Das Rezept ergibt 3 Pizzen.

Vorbereitung:

Heizen Sie den Backofen auf 250 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 230 Grad (Heißluft) vor. Wenn Sie ein Pizza-Stein (Brot-Back-Stein) benutzen, müssen Sie diesen 60 Minuten vorher aufheizen.

Dann reiben Sie die Hefe mit den Fingern in das Mehl, als würden Sie Streusel zubereiten. Das Meersalz, das Olivenöl und das Wasser geben Sie hinzu und verarbeiten alles zu einem Teig. Den Teig können Sie per Hand kneten, dabei brauchen Sie sich nicht beirren lassen, da er am Anfang wirklich sehr klebt und Sie nicht wirklich an einen Erfolg glauben. Wenn Sie es lieber mögen, können Sie den Teig auch mit dem Knethaken zubereiten. Der Teig muss möglichst insgesamt 5 - 10 Minuten geknetet werden.

Dann lassen Sie den Teig etwa 60 Minuten oder über Nacht im Kühlschrank (!!!) ruhen.

Pizza (Fortsetzung)

Zubereitung:

Für die Tomatensauce mixen Sie jetzt alle Zutaten zusammen. Die Konsistenz sollte dabei möglichst recht dick sein. Wenn sie zu dünn ist, geben Sie mehr Tomatenmark hinzu. Wenn sie zu dick ist, mehr passierte Tomaten.

Dann nehmen Sie den Teig aus dem Kühlschrank und teilen ihn in 3 gleichgroße Stücke und formen diese zu Kugeln. Danach lassen Sie die Kugeln nochmals 10 Minuten gehen, bestäuben in der Zwischenzeit eine Arbeitsfläche mit Mehl und legen die Kugeln darauf.

Auf die Mitte eines Teig-Bällchens legen Sie den Handballen auf und drücken den Teig vom Körper weg, so dass er gestreckt wird. Dann drehen Sie den Teig und drücken ihn erneut weg. Das Ganze wiederholen Sie bitte solange, bis er annähernd rund ist (das klappt nie ganz perfekt) und einen Durchmesser von etwa 20 - 22 Zentimeter hat. Am Rand sollte der Teig möglichst einen Tick dicker sein.

Die Pizza-Böden legen Sie jetzt auf einen mit Mehl bestäubten Holz-Schieber und bestreichen sie mit der Tomatensauce.

Für eine Margherita belegen Sie die Pizza folgendermaßen:

5 Scheiben Büffel-Mozzarella,

frisches Basilikum,

in die Mitte eine schwarze Olive,

frisches Olivenöl dünn (!) darüberträufeln.

Den Teig können Sie aber auch nach Belieben anders belegen.

Wichtig ist nur: nicht zu dick ! Weniger ist mehr.

Die belegte Pizza schieben Sie nun auf den Pizza-Stein (zur Not geht auch ein normales Backblech, das mit Olivenöl eingestrichen wurde).

Gebacken werden die Pizzen zum Schluss (getrennt) etwa 8 - 12 Minuten bei 240 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 220 Grad Celsius (Heißluft).

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Ruhezeit: etwa 70 Minuten

Backzeit: etwa 8-12 Minuten

Pizza

Pizza Salami
mit Salami und Knoblauch

Menge: 5 Portionen

1 Kilogramm Weizenmehl (Type 405)
250 Milliliter Milch
200 Milliliter Wasser
10 Esslöffel Olivenöl
3 Teelöffel Meersalz
1 Teelöffel, gestrichen Zucker
12 Gramm Hefe, frische
1 Ei (Größe M)
4 kleine Knoblauchzehen
etwas Olivenöl
1 Kilogramm Käse (Gouda), junger
5 Prisen Oregano
500 Milliliter Tomaten, passierte
35 Scheiben Salami
etwas Mehl für die Arbeitsfläche

Für die Zubereitung des Pizza-Teigs geben Sie das Weizenmehl in eine Rühr-Schüssel und drücken mit einem Esslöffel eine kleine Mulde hinein. In die Mulde geben Sie dann das Olivenöl, Meersalz, Zucker und ein Ei. Dann geben Sie die Milch mit dem Wasser zusammen in einen kleinen Topf und erwärmen beides so lange auf der Kochstelle, bis es fast kocht. Es sollte allerdings auf keinen Fall kochen, aber es sollte möglichst so warm sein, dass etwas Dampf aufsteigt. Dabei müssen Sie gelegentlich mit einem Esslöffel umrühren. Jetzt füllen Sie damit eine Tasse auf und verrühren die Hefe mit einem Teelöffel darin solange, bis die Hefe komplett aufgelöst ist. Den Rest der Milch geben Sie bitte mit Wasser schon einmal zu dem Mehl und gießen anschließend auch den Tassen-Inhalt in die Rühr-Schüssel.

Nun rühren Sie alles mit den Knethaken eines Mixers auf der kleinsten Stufe, bis sich die Konsistenz verfestigt. Danach müssen Sie mit den Händen ran. Geben Sie etwas Mehl an die Hände und bearbeiten Sie en Teig auf der Arbeitsplatte mindestens 10-12 Minuten. Dann kommt der Teig in einen Müll-Beutel und wird auf der Arbeitsplatte 30 Minuten ruhen gelassen. Sind die 30 Minuten vorbei, entnehmen Sie den Teig bitte und kneten ihn abermals etwa 5 bis 10 Minuten durch, eventuell müssen Sie die Hände dabei leicht befeuchten.

Danach teilen Sie den Teig in fünf gleich große Stücke, formen diese zu Kugeln und legen diese zum Gehen in eine geschlossene Box oder einen Bräter. Nach etwa 30 Minuten können Sie dann mit dem Backen beginnen. Wir bevorzugen allerdings, den Teig im Kühlschrank noch 24 Stunden liegen zu lassen.

Pizza (Fortsetzung)

Für den Belag schälen Sie jetzt die vier Knoblauch-Zehen und pressen sie in ein Glas (entweder mit einer Knoblauch-Pressen oder Sie schneiden den Knoblauch mit einem Messer in kleine Würfel, bestreuen ihn mit Salz und pressen daraus eine Paste die Sie dann in das Glas füllen). Danach füllen Sie das Glas mit etwas Olivenöl auf und verrühren alles ordentlich mit einem Teelöffel. Den Käse reiben Sie nun bitte fein.

Der Backofen sollte schon so vorgeheizt sein, dass er die maximale Temperatur erreicht hat – etwa 250 Grad Celsius.

Dann nehmen sie eine Teig-Kugel aus dem Behälter und wenden diese in Mehl, welches Sie vorher großzügig auf der Arbeitsplatte verstreut haben. Danach formen Sie sich bitte eine etwa 30-32 Zentimeter große Pizza, jedoch sollte der Rand etwas dicker sein. Diese legen Sie dann auf ein eingeöltes Backblech, setzen dann einen großen Klecks passierte Tomaten in die Mitte (etwa eine Suppenkelle voll) und verteilen diese mit der Suppenkelle kreisförmig von innen nach außen bis an den Rand. Nun bestreuen Sie die Pizza mit etwa 2 Handvoll Käse. Danach verteilen Sie 6 Salamischeiben im Kreis auf der Pizza und platzieren eine Salami in der Mitte. Verteilen Sie dann noch etwas Käse auf den Salamischeiben und verteilen Sie mit einem Teelöffel noch etwas von dem Knoblauch-Öl auf der Pizza verteilen. Bestreut wird die Pizza mit einer Prise Oregano.

Zum Schluss backen Sie die Pizza im vorgeheizten Backofen etwa 15 bis 20 Minuten, bis der Käse goldbraun ist.

Mit den vier weiteren Teig-kugeln verfahren Sie bitte ebenfalls so.

Arbeitszeit: etwa 60 Minuten

Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Backzeit: etwa 15-20 Minuten

Pizza

Pizza Schinken-Schafskäse
mit veganem Schinken-Spicker und Schafskäse

Menge: 4 Portionen

1 Paket Blätterteig aus dem Kühlregal
125 Gramm Schafskäse
100 Gramm veganem Schinken-Spicker
100 Gramm Schmand
100 Gramm Kräuter-Frischkäse
etwas Schnittlauch, Tiefkühl
etwas Meersalz
etwas Pfeffer
etwas Paprikapulver
etwas Knoblauch-Pulver
etwas Käse, geraspelter
etwas Oregano

Außerdem:

etwas Backpapier

Schneiden Sie den Schafskäse klein, zerquetschen Sie ihn mit der Gabel oder zerkleinern Sie ihn elektrisch. Dann schneiden Sie den Schinken Spicker sehr klein, vermengen beides mit dem Frischkäse, dem Schmand und den Schnittlauch und schmecken die Zutaten mit Meersalz, Pfeffer, Paprika-Pulver und Knoblauch ab

Den Blätterteig legen Sie bitte auf ein Backblech mit Backpapier und verteilen die Masse nach und nach gleichmäßig auf dem Teig, am besten mit einem Esslöffel. Zum Schluss bestreuen Sie das Ganze mit etwas Rasperl-Käse und bestreuen es nach Belieben mit Oregano.

Anschließend backen Sie die Pizza bei 180 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 160 Grad Celsius (Heißluft) auf der mittleren Schiene etwa 20 Minuten, bis der Teig schön gold-braun ist.

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten

Backzeit: etwa 20 Minuten

Pizza

Pizza al Funghi e Pancetta
mit Tomatensauce, Pilzen, Speck,
Käse und Champignons

Menge: 4 Portionen

Für den Teig:

300 Gramm Mehl
1 Paket Hefe (Trockenhefe)
 $\frac{3}{4}$ Teelöffel Meersalz
1 Prise Zucker
150 Milliliter Wasser, warm
1 Esslöffel Olivenöl

Für die Sauce:

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe, nach Belieben mehr
etwas Speiseöl
1 Esslöffel Tomatenmark
1 Dosen Tomaten in Stücken (Pizza-Tomaten, nicht gewürzt)
1 Paket Kräuter, italienische, Tiefkühl
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Für den Belag:

100 Gramm Schinken (Pancetta)
500 Gramm Champignons, am besten braune
2 Esslöffel Mehl
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
200 Gramm Käse, geriebener (zum Beispiel Pizza-Käse)

Sieben Sie das Mehl in eine Schüssel und vermischen Sie es mit der Hefe, dem Meersalz und dem Zucker. Dann geben Sie lauwarmes Wasser und das Olivenöl hinzu und verkneten die Zutaten mit dem Knethaken zu einem glatten Teig. Der Teig sollte möglichst nicht mehr kleben ! Anschließend lassen Sie den Teig an einem warmen Ort (zum Beispiel im 30 Grad Celsius heißem Backofen) abgedeckt mindestens 45-60 Minuten gehen lassen (der Teig soll sich ungefähr verdoppeln).

Pizza (Fortsetzung)

Währenddessen pellen Sie für die Sauce die Zwiebel und den Knoblauch und hacken beides klein. Das Öl erhitzen Sie dann in einer Kasserolle und dünsten die Zwiebel mit Knoblauch darin glasig. Anschließend geben Sie das Tomatenmark zu, schwitzen es kurz an und löschen das Ganze mit den Tomaten ab. Nun lassen Sie die Sauce kurz aufkochen, rühren dann die Kräuter ein und schmecken sie mit Meersalz und Pfeffer ab.

Den Pancetta schneiden Sie bitte in Streifen und lassen ihn in einer Pfanne mit etwas Speiseöl aus.

Jetzt putzen Sie die Pilze:

Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack. Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Die Pilze scheiden Sie nach dem Putzen in feine Scheiben und braten sie mit den Pancetta-Streifen an. Gewürzt werden die Pilze und die Pancetta-Streifen mit Meersalz und Pfeffer.

Danach heizen Sie den Backofen auf 250 Grad Celsius (Umluft) oder 230 Grad (Heißluft) vor. Die Tomatensauce verteilen Sie auf dem Teig und streuen die Pilz-Mischung darauf. Zum Schluss bestreuen Sie die Pizza gleichmäßig mit dem Käse und backen sie etwa 15-20 Minuten.

Ruhezeit: etwa 45-60 Minuten

Backzeit: etwa 15-20 Minuten

Pizza

Pizza Bolognese
mit Tomatensauce, Käse
und Fleisch-Sauce

Menge: 4 Portionen

4 Esslöffel Speiseöl
400 Gramm Hackfleisch, gemischt
1 Zwiebel, gehackt
3 Knoblauchzehen, gehackt
1 kleine Dose Tomaten, geschält
2 Esslöffel Tomatenmark
8 Tomaten
200 Gramm Käse, geriebener (Emmentaler)
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Paprikapulver
etwas Oregano
1 Pizza-Teig für ein Blech (selbst gemacht oder gekauft)

Schwitzen Sie die abgezogenen und gewürfelten Zwiebel und den abgezogenen und gewürfelten Knoblauch im heißem Speiseöl an, geben Sie das Hackfleisch dazu und braten Sie es kräftig an. Dann rühren Sie das Tomatenmark unter und rösten es kurz mit. Gewürzt wird das Hackfleisch mit Meersalz, Pfeffer, Oregano und Paprika-Pulver, dann geben Sie die geschälten Dosen-Tomaten dazu. Danach kochen Sie das Ganze bei starker Hitze kräftig ein.

Währenddessen schneiden Sie die abgspülten Tomaten in Scheiben.

Danach legen Sie den Teig auf ein Backblech und belegen ihn mit den Tomaten. Die Hackfleisch-Sauce schmecken Sie bitte kräftig ab, verteilen sie auf den Tomaten und bestreuen sie mit dem Käse. Anschließend backen Sie die Pizza im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 180 Grad Celsius (Heißluft) etwa 20 Minuten.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Backzeit: etwa 20 Minuten

Pizza

Pizza Bomba

Pizza in Ballform mit einer Überraschung im Inneren

Menge: 4 Portionen

200 Gramm Weizen Mehl Type 550

50 Gramm Hartweizengrieß

etwas Meersalz

½ Päckchen Trockenhefe

etwas Zucker

etwas natives Olivenöl extra

162 ½ Milliliter Wasser lauwarm

2 Stück Knoblauchzehen gehackt

1 Bund Basilikum, Blätter abgezupft, kleine Blätter beiseite legen

1 ½ Dose Eier-Tomaten ganz

½ Prise Meersalz

½ Prise Pfeffer frisch aus der Mühle

etwas Speiseöl

5 Stück Kirsch-Tomaten vollreif

125 Gramm Büffel-Mozzarella oder anderer Mozzarella

Pflanzenöl zum Frittieren

Außerdem:

etwas Küchenpapier

Sieben Sie das Mehl, den Grieß und Meersalz auf die saubere Arbeitsfläche und drücken Sie in die Mitte eine Mulde. Dann verrühren Sie die Hefe, den Zucker und das Olivenöl in einer Schüssel mit dem warmen Wasser, lassen alles einige Minuten ruhen und gießen die Zutaten dann in die Mulde. Danach rühren Sie bitte mit einer Gabel nach und nach das Mehl vom Rand in die Flüssigkeit ein. Auf diese Weise arbeiten Sie nun immer mehr Mehl ein, bis sich ein klebriger, kompakter Kloß gebildet hat. Anschließend arbeiten Sie das restliche Mehl mit sauberen, bemehlten Händen ein, bis der Teig glatt und geschmeidig ist.

Den Teig bestäuben Sie nun bitte rundherum mit Mehl, legen ihn in eine Schüssel und bedecken diese mit einem feuchten Küchentuch. Den Teig lassen Sie danach an einem warmen Ort 60 Minuten gehen (zum Beispiel im 30 Grad Celsius heißem Backofen) bis der Teig sein Volumen verdoppelt hat.

Während der Ruhezeit bereiten Sie bitte die Tomatensauce folgendermaßen zu: Schneiden Sie den abgezogenen Knoblauch in Würfel. Dann erhitzen Sie eine große beschichtete Pfanne mit dem Olivenöl. Den Knoblauch geben Sie nun hinzu und dünsten die Würfel in der Pfanne, bis sie Farbe nehmen. Danach fügen Sie das abgespülte und trocken geschüttelte Basilikum und die Eier-Tomaten hinzu.

Pizza (Fortsetzung)

Die Sauce würzen Sie jetzt mit Meersalz und Pfeffer. Sobald sie aufkocht, nehmen Sie die Sauce von der Kochstelle und pürieren sie mit einem Pürierstab. Dann stellen Sie die Pfanne wieder auf die Kochstelle und bringen sie zum Kochen. Die Hitze schalten Sie sofort herunter und lassen die Sauce etwa 5 Minuten eindicken, bis sie die gewünschte Konsistenz erreicht hat.

Nach der Ruhezeit des Teiges kneten Sie den Pizza-Teig auf einer mit Mehl oder Grieß bestäubten Arbeitsfläche nochmals gut durch. Dann zerteilen Sie den Teig in 20 Stücke von der Größe einer Limette und bestäuben sie ebenfalls mit etwas Grieß oder Mehl. Die Teig-Bällchen rollen Sie jetzt zu Kreisen von etwa 10 Zentimeter Durchmesser und der Dicke einer Münze aus.

Dann Formen Sie die Teige zu einer Formen der "Bombe", legen einen Teig-kreis in die hohle Hand, füllen 1 Esslöffel Tomatensauce ein, bekleckern aber nicht den Teig-Rand, und legen 1/2 Kirsch-Tomate, einige größere Basilikum-Blätter sowie 1 Stück Mozzarella hinein.

Nun müssen Sie ganz vorsichtig sein:

Schlagen Sie ohne dass die Füllung überschwappt, die Teig-Ränder hoch und drücken Sie sie fest zusammen, sodass die Naht versiegelt wird. Das Bällchen kneten Sie danach in der hohlen Hand, bis es ebenmäßig ist. Die restlichen Teig-kreise verwandeln Sie bitte ebenso in "Bomben".

Anschließend gießen Sie das Olivenöl in einen stabilen, hohen und ausreichend großen Topf oder eine Fritteuse. Es sollte etwa 10 Zentimeter hoch, aber nicht bis zum Topf-Rand reichen. Das Speiseöl erhitzen Sie bitte auf 180 Grad Celsius (wenn Sie einen Holzstab hinein halten und sich kleine Bläschen am Stab bilden hat das Öl die richtige Temperatur). Die kleinen Bällchen tauchen Sie nun mit einer Schaumkelle behutsam in das heiße Speiseöl und frittieren sie etwa 5 Minuten. Nach der Hälfte der Zeit wenden Sie die Bällchen, bis sie rundherum schön gold-braun sind.

Die Bällchen lassen Sie nach dem Frittieren auf Küchenpapier abtropfen und salzen sie leicht. Dann erhitzen Sie die restliche Tomatensauce und gießen sie auf Teller oder eine Platte zu einem Saucen-Spiegel. Die "Bombe" setzen Sie darauf und garnieren sie zum Schluss mit den zurückgelegten Basilikum-Blättchen.

Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Pizza

Pommes-Pizza

Menge: 1 Portion

1 Paket Pommes frites, Tiefkühl, etwa 750 Gramm
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
200 Gramm Mozzarella, gerieben
170 Gramm Tomatensauce

Für den Belag:

8 Scheiben Salami
4 Scheiben Schinken, in Streifen geschnitten
2 mittel-große Champignons
2 Esslöffel Mehl
3 Stiele Basilikum

Backen Sie die Pommes frites im Backofen nach Packungs-Anleitung zu 3/4 fertig und lassen Sie sie ein paar Minuten auskühlen.

Dann befüllen Sie ein rundes Pizza-Blech mit den Pommes frites und drücken die Pommes frites etwas an, sodass ein Pizza-Boden mit leichtem Rand entsteht.

Danach verteilen Sie 3/4 des Mozzarella auf den Pommes frites und backen das Ganze zusammen 5 - 7 Minuten bei 160 Grad Celsius (Umluft) oder bei 140 Grad Celsius (Heißluft), bis der Käse verlaufen ist.

Anschließend streichen Sie die Tomatensauce über die Pizza, würzen sie mit Meersalz und Pfeffer und belegen sie zum Beispiel mit Salami, Schinken und geputzten Pilzen (siehe Tipp). Danach streuen Sie den restlichen Mozzarella darüber und backen die Pizza in 7 - 10 Minuten fertig. Zum Schluss bestreuen Sie die Pizza mit Basilikum und servieren Sie dann.

Unser Tipp zum putzen der Pilze:

Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack. Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Backzeit: etwa 15 Minuten

Pizza

Pizza al Pesto Genovese

mit grünem Pesto, frischen Tomaten, Prosciutto, Oliven, Mozzarella und Pecorino

Menge: 4 Portionen

Für den Hefeteig:

400 Gramm Mehl, ½ Würfel Hefe, 1 Teelöffel Meersalz, 1 Teelöffel Zucker
200 Milliliter Wasser, warm, 1 Esslöffel Olivenöl

Für den Belag:

1 Glas Pesto alla Genovese, 500 Gramm Tomaten, frische, 2 Kugeln Mozzarella
100 Gramm Schinken, italienischer luftgetrockneter (prosciutto)
100 Gramm Oliven, schwarze, ohne Stein,
100 Gramm Schafskäse (Pecorino, ersatzweise Parmesan), gerieben
nach Belieben Pfeffer frisch aus der Mühle, nach Belieben Basilikum

Außerdem:

etwas Backpapier

Sieben Sie das Mehl in eine Schüssel. Dann rühren Sie die Hefe mit Zucker und Wasser an, geben die Zutaten zu dem Mehl und verarbeiten sie mit Meersalz und Olivenöl mit Hilfe der Knethaken zu einem glatten Teig. Den Teig lassen Sie bitte an einem warmen Ort (zum Beispiel den 30 Grad Celsius heißen Backofen) abgedeckt etwa 45-60 Minuten gehen bis er sich ungefähr verdoppelt hat.

Währenddessen schneiden Sie für den Belag die Tomaten und den Mozzarella in Scheiben, halbieren die Oliven oder schneiden sie in Ringe.

Dann heizen Sie den Backofen auf entweder 200 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 180 Grad Celsius (Heißluft) vor.

Den Hefeteig breiten Sie nun auf einem mit Backpapier ausgelegten oder gefetteten Backblech aus. Dann bestreichen Sie ihn großzügig mit Pesto, sodass bis auf einen kleinen Rand der gesamte Pizza-Teig gut bedeckt ist. Die Tomaten-Scheiben verteilen Sie bitte darauf, reißen den Prosciutto in kleine Stücke und verteilen ihn auch auf der Pizza. Anschließend streuen Sie die schwarzen Oliven darüber, verteilen die Mozzarella-Scheiben gleichmäßig über die gesamte Pizza, reiben den Pfeffer darüber und streuen zuletzt den Pecorino darauf.

Zum Schluss wird die Pizza im vorgeheizten Backofen etwa 20-25 Minuten gebacken. Vor dem Servieren können Sie das Gericht nach Belieben mit Basilikum bestreuen.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten, Ruhezeit: etwa 45-60 Minuten, Backzeit: etwa 20-25 Minuten

Pizza

Pizza Hawaii
mit veganem Schinken-Spicker und Ananas

Menge: 1 Portion

500 Gramm Mehl
1 Teelöffel Meersalz
1 Teelöffel Zucker
1 Würfel Hefe
2 Becher Wasser, lauwarmes
1 Esslöffel Olivenöl
1 Dose Ananas
etwas Pizza-Gewürz
1 Paket Käse (Pizza-Käse), geriebener
250 Gramm veganen Schinken Spicker
1 Dose Tomatensauce

Außerdem:
etwas Backpapier

Zerbröckeln Sie die Hefe und vermengen Sie sie mit den ersten drei Zutaten. Dann geben Sie das Wasser und das Olivenöl dazu und verarbeiten die Zutaten zu einem Hefeteig. Den Teig formen Sie danach zu einer Kugel und lassen ihn etwa 40 Minuten gehen.

Sobald der Teig gegangen ist, rollen Sie ihn aus und geben ihn auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech. Dann verstreichen Sie ein wenig Tomatensauce auf dem Teig verstreichen. Den Schinken Spicker schneiden Sie bitte in vier Stücke, geben ihn mit der Ananas auf die Pizza, würzen mit den Pizza-Gewürz und streuen zum Schluss den geriebenen Pizza-Käse darüber

Anschließend backen Sie die Pizza im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad Celsius (Umluft) oder bei 150 Grad Celsius (Heißluft) etwa 18 Minuten. Danach können Sie das Gericht sofort servieren.

Eine Anmerkung:

Bitte geben Sie nur ein bisschen von der Tomatensauce darauf, sonst schwimmt alles, weil die Ananas sehr viel Saft verliert.

Arbeitszeit: etwa 25 Minuten
Ruhezeit: etwa 40 Minuten
Backzeit: etwa 18 Minuten

Pizza

Pizza Capri

mit Tomatensauce, Käse, Mais, Zwiebeln,
Schinken, Thunfisch und frischen Champignons

Menge: 6 Portionen

500 Gramm Mehl

1 Paket Hefe

etwas Meersalz

3 Esslöffel Olivenöl

1/4 Liter Wasser (lauwarm)

500 Gramm passierte Tomaten

1/2 Esslöffel Olivenöl

etwas Meersalz

etwas frisch gemahlener Pfeffer

1 Teelöffel Oregano

0.25 Teelöffel Basilikum

2 Spritzer Tabasqueo

7 Stück Champions

2 Esslöffel Mehl

200 Gramm Kochschinken

1 Zwiebel

1 Dose Ananas (mittel oder klein)

1 Dose Thunfisch

1 Paket geriebener Käse

etwas Mehl für das Backblech (oder etwas Backpapier)

Geben Sie das Mehl in eine große Deckel-Schüssel und machen Sie bitte in die Mitte eine Vertiefung, in diese bröseln Sie die Hefe und bestreuen Sie mit dem Meersalz.

Dann erwärmen Sie das Olivenöl und vermengen es mit dem lauwarmen Wasser.

Das Öl-Wassergemisch vermischen Sie mit der Hefe und einem Teil (etwa 1/3) des Mehls und schlangen alles mit einem Schneebesen kräftig auf.

Dann lassen Sie den Vorteig an einem warmen Ort (zum Beispiel im Backofen bei 30 Grad Celsius) mit geschlossenem Deckel etwa 20 Minuten gehen. Wenn der Vorteig Blasen wirft ist er gut.

Jetzt schlagen Sie das restliche Mehl mit dem Schneebesen (so lange wie möglich) unter den Teig, dann kneten Sie den Teig weiter er sollte danach möglichst nicht mehr kleben.

Pizza (Fortsetzung)

Anschließend lassen Sie den Teig weitere 20 Minuten im Ofen (mit Deckel) gehen, bis sich der Teig etwa verdoppelt hat.

Die passierten Tomaten erwärmen Sie nun mit dem Olivenöl, den Kräutern und schmecken sie mit den Gewürzen ab.

Danach putzen Sie die Champions:

Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack. Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Dann schneiden Sie die Pilze in Scheiben, den Schinken in Stücke schneiden, schälen die Zwiebel, halbieren sie und schneiden die Zwiebel in feine Streifen.

Den Thunfisch lassen Sie bitte abtropfen und zerbröckeln ihn in Stücke. Danach lassen Sie bitte die Ananas abtropfen.

Nun rollen Sie den Pizza-Teig auf einem bemehlten Backblech aus, streichen die Tomatensoße darüber und bestreuen das Ganze mit einem kleinen Teil Käse.

Den Schinken, die Champions, den Thunfisch, die Zwiebeln-Streifen und die Ananas verteilen Sie bitte darüber und verteilen auch den restlichen Käse darauf.

Dann streuen Sie noch etwas Oregano und Basilikum darüber und backen die Pizza im vorgeheizten Backofen (bei 230 Grad Celsius Heißluft, 240 Grad Celsius Ober-Unterhitze) etwa 8-10 Min. backen. Der Käse sollte möglichst goldbraun sein.

Zu diesem Gericht empfehlen wir ein Rotwein.

Arbeitszeit: etwa 45 Minuten

Ruhezeit: etwa 40 Minuten

Backzeit: 8-10 Minuten

Pizza

Kinderpizza

Für den Teig:

150 Gramm Dinkelvollkornmehl

150 Milliliter Wasser

1/4 Teelöffel Meersalz

Für die Sauce:

400 Milliliter Pizzasauce

Für den Belag:

30 Gramm Zwiebel, rot

30 Gramm Aubergine

30 Gramm Brokkoli

1 Paprika, gelb

1 Paprika, rot

1 Paprika, grün

1 Tomate

50 Gramm Mozzarella oder Parmesan (vegane Alternative: Hefeflocken)

Außerdem:

etwas Backpapier

Heizen Sie den Backofen auf entweder 200 Grad Celsius (Umluft) oder auf 180 Grad (Heißluft) vor. Dann verrühren Sie das Mehl mit dem Wasser und dem Meersalz in einer Rührschüssel mit einer Gabel. Die Masse verstreichen Sie mit einem Esslöffel auf einem eingefetteten Backpapier etwa 1/2 Zentimeter dick in der Form einer Pizza.

Nun backen Sie die Pizza für 12 Minuten auf der mittlerer Schiene.

In der Zwischenzeit waschen Sie das Gemüse und schneiden es in sehr schmale Streifen. Die Paprikaschoten müssen Sie dabei bitte halbieren und den Strunk sowie die Kerne und die weißen Scheidenwände entfernen. Danach spülen Sie die Paprika-Schoten gründlich ab und schneiden sie auch in schmale Streifen.

Zum Schluss nehmen Sie die Pizza aus dem Ofen, belegen Sie mit dem Gemüse und servieren sie.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Backzeit: etwa 12 Minuten

Pizza

Pizza Parma e Rucola
mit Tomatensauce, Käse, Mozzarella,
Rucola und Parmaschinken

Menge: 4 Portionen

1 Paket Pizza-Teig
1 kleine Dosen Tomaten (Pizza-Tomaten mit Oregano)
150 Gramm Käse, nach Wahl
200 Gramm Kirschtomaten
2 Zehen Knoblauch
1 Bund Rucola, (etwa 150 Gramm)
2 Teelöffel Olivenöl
200 Gramm Parmaschinken oder Serranoschinken in dünne Scheiben
etwas Meersalz
etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle

Bereiten Sie den Pizza-Teig nach der Packungs-Anweisung zu und rollen Sie ihn auf einem Backblech aus. Dann bestreichen Sie ihn mit etwa 1/2 Dose Pizza-Tomaten und bestreuen die Pizza mit dem Käse. Gebacken wird die Pizza bei etwa 200 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze') oder bei 180 Grad (Heißluft) im Backofen etwa 20 Minuten.

Währenddessen halbieren Sie die abgespülten Cocktail-Tomaten, geben sie in eine Schüssel und pressen (oder mit einem Messer und etwas Meersalz zermalen) den Knoblauch dazu. Dann waschen Sieden Rucola und schneiden die dicken Stiele ab . Den Rucola geben Sie jetzt bitte mit in die Schüssel und vermischen alles miteinander. Etwa 5 Minuten, bevor die Pizza fertig gebacken ist, geben Sie das Olivenöl zu dem Salat und schmecken ihn mit Meersalz und Pfeffer ab.

Nach Ablauf der Zeit nehmen Sie die Pizza aus dem Backofen, richten sie portionsweise auf Tellern an, verteilen den Schinken darauf und geben zum Schluss den Tomaten-Rucola-Salat darüber.

Arbeitszeit: etwa 45 Minuten

Backzeit: etwa 20 Minuten

Pizza

Pizza Vier Jahreszeiten (Quattro Stagioni)
mit veganem Schinken-Spicker, Oliven,
frischen Champignons und Broccoli

Menge: 4 Portionen

Für den Teig

1/2 Hefe-Würfel
450 Gramm Mehl
1 Teelöffel Zucker
etwas Meersalz
20 Gramm Butter
1 Eigelb (Größe M)
Pflanzenöl (zum Ausfetten)

Für den Belag

150 Gramm Artischockenherzen (Glas)
150 Gramm Schwarze Oliven (entsteint)
12 Sardellenfilets
4 Champignons
2 Esslöffel Mehl
100 Gramm Schinken Spicker (in Scheiben)
450 Gramm Dosen-Tomaten (stückig)
1 Esslöffel Basilikum (frisch gehackt)
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
200 Gramm Mozzarella (gerieben)
Salbeiblatt (zum Garnieren)

Lösen Sie die Hefe in etwas lauwarmem Wasser auf und verkneten Sie sie mit dem Mehl, dem Zucker, etwas Meersalz, der Butter, dem Eigelb und etwa 200 Milliliter lauwarmem Wasser zu einem glatten Teig. Dann lassen Sie den Teig abgedeckt etwa 60 Minuten gehen.

Nun heizen Sie den Ofen auf 220 Grad Celsius (Umluft) oder 200 Grad Celsius (Heißluft) vor. Für den Belag lassen Sie die Artischocken und die Oliven abtropfen. Die Sardellen tupfen Sie bitte trocken. Dann putzen Sie die Champignons und schneiden sie in Scheiben.

Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack. Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Pizza (Fortsetzung)

Danach schneiden Sie den Schinken Spicker klein. Die Tomaten verrühren Sie anschließend bitte mit dem Basilikum, etwas Meersalz und Pfeffer und schmecken die Soße noch einmal ab. Dann wellen Sie den Teig jeweils rund aus. Nun legen Sie den Teig auf 4 geölte Pizza-Backbleche und bestreichen die Pizzen mit der Tomatensoße. Dabei müssen Sie den Rand frei lassen. Jeweils ein Viertel der Pizzen belegen Sie bitte mit den Artischocken, ein Viertel mit den Champignons, eines mit Sardellen und den Oliven und das letzte Viertel mit dem Schinken Spicker.

Dann streuen Sie über die Pizzen den Käse und backen sie im Backofen etwa 15-20 Minuten. Zum Schluss garnieren Sie das Gericht mit Salbei garniert und servieren es.

Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Backzeit: etwa 15-20 Minuten

Pizza

Pizza Enzo

mit Tomatensauce, Käse, Thunfisch,
Champignons und veganem Schinken-Spicker

Für den Teig:

400 Gramm Mehl, 1 Würfel Hefe, 1 Teelöffel Meersalz, 5 Esslöffel Olivenöl

Für den Belag:

370 Gramm Tomaten, stückige, gewürzte, 75 Gramm Champignons
2 Esslöffel Mehl, 100 Gramm Schinken-Spicker, 1 Dose Thunfisch
1 m.-große Zwiebeln, 30 Gramm Oliven, 200 Gramm Käse, geriebener

Außerdem:

etwas Backpapier

Zerbröckeln Sie die Hefe und lösen Sie sie in 200 Milliliter lauwarmem Wasser auf. Dann verkneten Sie die Hefe mit dem Mehl, etwas Meersalz und Olivenöl glatt und lassen den Teig etwa 30-45 Minuten an einem warmen Ort gehen. Zwischendurch heizen Sie bitte den Backofen vor (E-Herd 225 Grad Celsius, Umluft 200 Grad Celsius, Heißluft 180 Grad Celsius, Gas Stufe 4).

Nun putzen Sie die Pilze:

Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack. Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Dann schneiden Sie die Champignons in dünne Scheiben und den veganen Schinken Spicker in Würfel. Danach lassen Sie den Thunfisch abtropfen und schneiden die Zwiebeln in Ringe.

Den Teig kneten Sie anschließend noch einmal kurz durch, rollen ihn auf einem mit Backpapier belegten Backblech aus und verteilen die würzigen Tomaten darauf.

Eine Hälfte der Pizza belegen Sie mit den Champignons und dem Schinken Spicker, die andere Hälfte bitte mit Thunfisch, Zwiebeln sowie Oliven. Dann verteilen Sie den geriebenen Käse auf der Pizza und backen das Ganze im heißen Ofen etwa 20 Minuten.

Arbeitszeit: etwa 25 Minuten

Ruhezeit: etwa 30-45 Minuten

Backzeit: etwa 20 Minuten

Pizza

Pizza 4 Modi
mit Tomatensugo, Käse, Artischocken,
Salami und frischer Paprika

Menge: 4 Portionen

Für den Teig:

400 Gramm Mehl
250 Milliliter Wasser, lauwarm
1 Würfel Frischhefe
4 Esslöffel Olivenöl
3 Esslöffel, gehäuft Kräuter, italienische, getrocknet
2 Teelöffel, gehäuft Paprikapulver, edel-süß
etwas Meersalz

Für den Belag:

350 Milliliter Tomaten-sugo
1 große Paprikaschote, rot
150 Gramm Salami, etwa 12 - 15 Scheiben
1 große Zwiebel, rot
1 Knoblauchzehe
300 Gramm Käse (zum Beispiel Emmentaler oder Gouda)
nach Belieben Kräuter, italienische, getrocknet

Geben Sie das Mehl in eine Schüssel und vermischen Sie es gut mit Meersalz, Kräutern und Paprika-Pulver. In der Mitte formen Sie bitte eine Mulde und gießen das Olivenöl hinein. Die Hefe lösen Sie danach im Wasser auf und geben sie ebenfalls in die Mulde geben. Dann verkneten Sie alles gut verkneten, bis ein elastischer Teig entstanden ist. Diesen Teig lassen Sie nun in warmer Umgebung zugedeckt mit einem feuchten Küchentuch etwa 45 - 60 Minuten gehen lassen (bis er sich etwa verdoppelt hat).

Während der Teig geht, bereiten Sie alle Zutaten vor:

Die Salami schneiden Sie in Scheiben, die Paprika (vierteln, entkernen und die weißen Scheidenwände herausnehmen, dann die Schote gründlich abspülen) schneiden Sie in dünne Streifen, die Zwiebel in Ringe und den Knoblauch schneiden Sie in ganz dünne Scheiben oder Würfel.

Jetzt rollen Sie den Teig auf dem Backblech aus und bestreichen ihn mit Tomaten-sugo. Dann streuen Sie ein wenig getrockneten Oregano oder andere italienische Kräuter nach Geschmack darüber, danach belegen Sie die Pizza mit Salami, Paprika-Streifen und Knoblauch. Zum Schluss reiben Sie bitte den Käse und verteilen ihn auf der Pizza. Alternativ können Sie den Käse auch auf die Tomatensauce reiben und danach sie mit den Zutaten belegen, wir machen es aber lieber anders herum.

Pizza (Fortsetzung)

Anschließend wird die Pizza bei etwa 225 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 200 Grad Celsius (Heißluft) auf der mittleren Schiene etwa 25 - 30 Minuten gebacken. Je nachdem, wie knusprig Sie den Boden haben möchten, können Sie die Pizza etwas weniger oder mehr backen. Bitte regelmäßig reinschauen und testen.

Je nach Geschmack können Sie den Teig auch ohne oder mit anderen Kräutern und/oder anderen Gewürzen würzen. Auch bei der Salami können Sie gut verschiedene Arten ausprobieren, wir mögen zum Beispiel gerne eine Mischung aus Fenchel- und schärferer Chorizo-Salami.

Sie können übrigens auch hervorragend auf einem Pizza-Stein auf dem Grill zubereiten.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Ruhezeit: etwa 45-60 Minuten

Backzeit: etwa 30 Minuten

Pizza

Pizza Tonno

mit Tomatensauce, Käse, Thunfisch, Mozzarella, Pizzaiola, einem Ei und Schalotten

Menge: 1 Portion

Für den Teig:

200 Gramm Mehl (Dinkel) oder Weizenmehl Type 1050

300 Gramm Mehl (Dinkelvollkorn)

1 Paket Hefe (Trockenhefe/Trockengerme, Bioprodukt)

2 Esslöffel Olivenöl

1 Teelöffel Meersalz

250 Milliliter Wasser, lauwarmes

2 Dosen Thunfisch, abgetropfter

200 Gramm Mozzarella (Büffelmozzarella)

200 Gramm Käse (Edamer), geriebener

Für die Sauce: (Pizza-iola)

2 Fleischtomaten (Fleischparadeiser), ovale

2 Knoblauchzehen

1 Schalotte

etwas Thymian, frischer, gehackter

2 Esslöffel Tomatenmark

200 Milliliter Wasser

etwas Salbei, gehackter

etwas Oregano, gehackter

etwas Paprikapulver

etwas Meersalz

etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Für den Belag:

ein paar Peperoni

1 Ei bei Bedarf

Vermischen Sie beide Mehl-Sorten mit dem Meersalz und dem Trocken-Germ und kneten Sie sie dem lauwarmen Wasser und dem Olivenöl zu einem glatten Teig. Dann lassen Sie den Teig an einem warmen Ort etwa 60 Minuten aufgehen (bis er sich fast bis zur Hälfte verdoppelt hat).

Pizza (Fortsetzung)

Währenddessen entkernen Sie für die Pizza-iola die Tomaten und schneiden sie in kleine Würfel. Dann ziehen Sie die Schalotte ab, schneiden sie ebenfalls in Würfel und schwitzen sie gemeinsam mit dem abgezogenen und zerdrückten Knoblauch in etwas heißem Olivenöl an. Die Tomaten-Würfel geben Sie bitte dazu, ebenso den gehackten Thymian, den Salbei und den Oregano. Danach bestreuen Sie die Sauce leicht mit Paprika-Pulver. Das Tomatenmark lassen Sie bitte kurz mitbraten (Tomatisieren = Röststoffe für einen besseren Geschmack) und gießen anschließend alles mit Wasser auf. Jetzt lassen Sie die Sauce bei mittlerer Hitze einkochen (etwa 15 Minuten), bis sie dicklich wird. Abgeschmeckt wird die Pizza-iola mit Meersalz und Pfeffer.

Nun arbeiten Sie den Teig nochmals kurz durch und ziehen ihn auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu 4 Pizzen aus. Jede Pizza bestreichen Sie bitte mit der Pizza-iola - lassen den Rand dabei aus - und zerbröseln den Mozzarella darüber. Den gewünschten Belag verteilen Sie bitte darauf. Hier wäre das Thunfisch und Peperoni. Anschließend beträufeln Sie die Pizzen mit etwas Olivenöl und streuen den geriebenen Edamer darüber. Eventuell schlagen Sie noch ein Ei drüber und bestreuen alles dann mit dem gehacktem frischem Oregano. Den Rand bepinseln Sie bitte mit Olivenöl, damit er im Ofen schön knusprig wird (bei Bedarf können Sie eventuell etwas Knoblauch ins Öl mischen).

Zum Schluss werden die Pizzen im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Celsius (Umluft) oder bei 160 Grad Celsius (Heißluft) nacheinander mittig etwa 15-20 Minuten (je nach Ofen) gebacken.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Backzeit: etwa 15-20 Minuten

Pizza

Pizza Frutti Di Mare
mit Tomatensauce, Käse und Meeresfrüchten

Menge: 1 Portion

Für den Teig:

3 Esslöffel Olivenöl, kalt gepresst
125 Milliliter Wasser, warm
1 Messerspitze Salz, grobkörnig
1 Paket Trockenhefe
240 Gramm Mehl

Für die Sauce:

250 Milliliter Tomaten, passiert
etwas Salz, grobkörnig
etwas Pfeffer, geschrotet
etwas Basilikum, Oregano, Rosmarin
etwas Olivenöl, kalt gepresst
1 Zehe Knoblauch, zerdrückt
2 Esslöffel Tomatenmark
etwas Zucker
1 kleine Zwiebel, fein gehackt

Für den Belag:

160 Gramm Käse (Pizzakäse)
etwas Basilikum, fein zerrupft
etwas Knoblauch-Öl
ein paar Krabben
ein paar Muscheln
ein paar Sardellen
ein paar Shrimps
ein paar Zitronen - Scheiben

Außerdem:

etwas Backpapier

Lassen Sie für die Pizza-Sauce die abgezogenen und gewürfelten Zwiebel in heißem Olivenöl glasig werden. Dann geben Sie die passierten Tomaten dazu und lassen sie aufkochen. Danach geben Sie die restlichen Zutaten dazu und lassen alles für etwa 15-20 Minuten leicht köcheln.

Pizza (Fortsetzung)

In der Zwischenzeit geben Sie bitte für den Teig das Mehl in eine Schüssel und geben die Trockenhefe hinein. Das warme Wasser geben Sie bitte auch dazu. Dann verrühren Sie alles leicht und geben das Salz und das Olivenöl dazu. Danach lassen Sie den Teig etwa 15 min gehen. Danach so dünn wie möglich ausrollen und auf ein Backblech mit Backpapier legen.

Für den Belag verstreichen Sie anschließend die ausgekühlte Pizza-Sauce dünn auf dem Teig. Dann streuen Sie die Hälfte von dem Käse darüber, legen die Sardellen, Zitronenscheiben, die Muscheln, Krabben, die Shrimps, den zerrupften Basilikum auf und streuen den restlichen Käse darüber. Danach tropfen Sie bitte das Knoblauch-Öl (2 Knoblauch-Zehen pressen und mit 3 Esslöffel Olivenöl vermischen) darüber. Zum Schluss geben Sie das Backblech mit der Pizza bei 220 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 200 Grad Celsius (Heißluft), bis zur gewünschten Bräunung (etwa 15 Minuten) in den Backofen.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Ruhezeit: etwa 15 Minuten

Backzeit: etwa 15 Minuten

Pizza

Pizza Fiore
mit Tomatensauce, Käse, Artischocken
und veganem Schinken-Spicker

Menge: 2 Portionen

250 Gramm Mehl
125 Milliliter Wasser
4 Esslöffel Olivenöl
½ Teelöffel Meersalz
½ Teelöffel Zucker
½ Würfel Hefe

Für den Belag:
etwas Tomatensauce, 100 Gramm Käse, gerieben
etwas Oregano, nach Belieben Schinken Spicker
nach Belieben Artischocken
nach Belieben Zwiebeln

Außerdem:
etwas Backpapier

Sieben Sie das Mehl in eine Schüssel und drücken Sie in die Mitte eine Mulde. Dann geben Sie das Wasser, das Olivenöl, etwas Meersalz, Zucker und die Hefe in die Mulde und verkneten die Zutaten mit der Hand. Danach kneten Sie auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Teig geschmeidig. Nun lassen Sie ihn abgedeckt in einer Schüssel etwa 30 Minuten ruhen, bis das Volumen sich etwa verdoppelt hat.

Anschließend rollen Sie den Teig zu einer großen runden Platte auf Backpapier aus. In die Mitte des Teiges setzen Sie eine kleinere Schüssel und drücken sie etwas in den Teig ein, damit Sie den Rand sehen. Jetzt teilen Sie mit einem scharfen Messer, von Rand zu Rand (dem der Rand der Schüssel) die Mitte in Torten-Stücke. Dann würzen Sie die Tomatensoße mit Meersalz, Pfeffer, etwas Zucker und Oregano würzen und vermischen die Soße. Den äußeren Rand der Pizza bestreichen Sie bitte mit der Tomatensoße. Danach Belegen Sie ihn mit allem, was Sie auf der Pizza haben möchten. Danach streuen Sie den geriebenen Käse darüber.

Jetzt ziehen Sie die Spitzen von den "Torten-stücken" über den Rand nach vorne und drücken Sie etwas an. Zum Schluss bestreichen Sie die Oberseite dieser Stücke auch mit etwas Tomatensoße und ziehen die Pizza auf ein Backblech. Gebacken wird die Pizza Fiore im auf 220 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder im auf 200 Grad Celsius (Heißluft) vorgeheizten Backofen etwa 15 Minuten.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten, Ruhezeit: etwa 30 Minuten, Backzeit: etwa 15 Minuten

Pizza

Pizza Vegetarisch
mit Kürbis, Pinienkernen und Gorgonzola

Menge: 4 Portionen

400 Gramm Mehl (vorzugsweise Dinkelmehl Type 630)

1 Paket Trockenhefe

1 Teelöffel Meersalz

1 Teelöffel Zucker

4 Esslöffel Olivenöl

250 Milliliter Wasser

1 Dose Pizza-Tomaten (vorzugsweise mit Oregano)

1 kleiner Hokkaido-Kürbis-se

3 mittel große Zwiebeln, rot

200 Gramm Gorgonzola

50 Gramm Pinienkerne

Verkneten Sie das Mehl, die Trockenhefe, das Meersalz, etwas Zucker, das Olivenöl und 250 Milliliter lauwarmes Wasser zu einem glatten Teig. Sollte der Teig etwas kleben, können Sie noch etwas Mehl zugeben, ist er zu trocken, fügen Sie noch etwas lauwarmes Wasser bei. Dann lassen Sie den Teig zugedeckt etwa 30 Minuten an einem warmen Ort gehen, bis er seine Größe fast verdoppelt hat.

In der Zwischenzeit halbieren Sie bitte den Kürbis und entfernen die Kerne. Die Hälften schneiden Sie dann bitte mit einem scharfen Messer in dünne Spalten (etwa 0,5 Zentimeter dick). Danach schälen Sie die roten Zwiebeln, halbieren sie und schneiden sie ebenfalls in dünne Streifen (etwa 2 - 3 Millimeter breit).

Anschließend fetten Sie ein Backblech gut mit Olivenöl ein und wellen den Teig darauf aus. Die Pizza-Tomaten verteilen Sie bitte auf dem Teig und bedecken sie mit den Kürbis-Spalten. Dann geben Sie die Zwiebel-Streifen darüber, entfernen die Rinde von dem Gorgonzola, schneiden den Käse in Würfel (etwa 1,5 Zentimeter groß) und verteilen ihn auch über der Pizza. Zum Schluss bestreuen Sie die Pizza mit den Pinienkernen und backen sie im Backofen auf der mittleren Schiene bei 185 Grad Celsius (Umluft) oder bei 165 Grad Celsius (Heißluft) etwa 25 Minuten, bis der Käse verlaufen ist und alles leicht gebräunt ist.

Dazu passt ein trockener Rotwein.

Arbeitszeit: etwa 45 Minuten

Ruhezeit: etwa 30 Minuten

Backzeit: etwa 25 Minuten

Pizza

Pizza Capricciosa

mit Tomatensauce, Käse, Schinken, Anchovis, frischen Pilzen, Artischockenherzen, Paprikaschote und Mozzarella

Menge: 1 Backblech (30 X 40 Zentimeter, 4 Stücke) oder 4 runde Pizzrn von 25 Zentimeter Durchmesser

Teig:

400 Gramm Mehl, 1/2 Teelöffel Meersalz, 1 Würfel Hefe
1 Prise Zucker, 190 Milliliter Wasser, 2 Esslöffel Olivenöl

Pizzasauce:

1 Zwiebel, 2 Esslöffel Olivenöl, 1 große Knoblauchzehe
1 Dose gehackte Tomaten oder Pizzatomaten (400 g)
1 Teelöffel italienische Kräuter, 1 Teelöffel Zucker
etwas Meersalz, etwas schwarzer Pfeffer

Belag

150 Gramm gekochter Schinken, dünn aufgeschnitten
4–6 Sardellenfilets (Anchovis)
100 Gramm Champignons oder Egerlinge
2 Esslöffel Mehl
150 Gramm kleine Artischockenherzen in Öl
1 kleine rote Paprika-Schote
etwas Meersalz
etwas schwarzen Pfeffer
2 Teelöffel getrockneter Oregano
250 Gramm Mozzarella
2 Esslöffel Olivenöl

Sieben Sie das Mehl in eine große Rührschüssel und drücken Sie in die Mitte mit einem Esslöffel eine Mulde ein. Darein bröckeln Sie bitte die Hefe hinein. Dann erwärmen Sie das Wasser lauwarm und gießen davon 5 Esslöffel über die Hefe. Danach fügen Sie bitte 1/2 Teelöffel Meersalz und 1 Prise Zucker zu.

Die Hefe verrühren Sie nun mit dem Wasser und 2– 3 Esslöffel Mehl vom Rand mit einer Gabel zu einem dicken Brei. Den Vorteig bestäuben Sie bitte mit etwas Mehl. Dann decken Sie die Schüssel mit einem Tuch ab und lassen den Hefeansatz bei Zimmertemperatur 15 Minuten gehen, bis das Mehl auf der Oberfläche Risse zeigt.

Pizza (Fortsetzung)

Danach geben Sie 2 Esslöffel Olivenöl und das übrige Wasser dazu und verkneten alles mit den Knethaken des Handmixers zu einem glatten Teig.

Jetzt bestäuben Sie die Arbeitsfläche mit etwas Mehl, geben den Teig darauf und kneten ihn mit den Handballen noch 5-6 Minuten kräftig durch. Dann formen Sie einen Teigkloß, legen ihn zurück in die Schüssel und lassen ihn mit einem Tuch abgedeckt etwa 30 Minuten gehen.

Für die Pizza-Sauce schälen Sie nun die Zwiebel, schneiden sie in feine Würfel und dünsten sie im heißen Olivenöl glasig. Dann schälen Sie den Knoblauch und pressen ihn dazu (wenn Sie keine Knoblauch-Pressen haben können Sie ihn auch einfach in kleine Würfel schneiden). Anschließend geben Sie die Tomaten und die Kräuter dazu und lassen alles offen bei mittlerer Hitze etwa 15– 20 Minuten kochen; dabei müssen Sie ab und zu umrühren.

Zwischendurch heizen Sie den Backofen auf 220 Grad Celsius (Umluft 200 Grad Celsius / Heißluft 200 Grad Celsius) vor. Dann schneiden Sie den Schinken in Stücke (3 x 3 Zentimeter) und schneiden die Sardellen in Streifen.

Danach putzen Sie bitte Die Pilze:

Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Schneiden Sie die Pilze in 1/2 Zentimeter dünne Scheiben. Die Artischocken lassen Sie bitte in einem Sieb abtropfen lassen und vierteln sie dann. Danach vierteln Sie die Paprikaschote, entfernen die Kerne, den Strunk und die weißen Scheidenwände und schneiden die Schote in Streifen.

Nun pinseln Sie ein Backblech oder eine runde Pizza-Formen mit Olivenöl ein, rollen den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche aus, legen den Teig auf das Backblech oder in die Formen und lassen rundum einen kleinen Rand. Die Pizzasauce würzen Sie bitte mit Zucker, Meersalz und Pfeffer und streichen sie auf den Teig. Anschließend verteilen Sie den Schinken, die Sardellen, die Champignons, die Artischocken und die Paprika-streifen darauf und würzen die Pizza mit Meersalz, Pfeffer und Oregano.

Zum Schluss schneiden Sie den Mozzarella in dünne Scheiben und legen ihn auf die Pizza, beträufeln sie mit dem Olivenöl und backen das Gericht im Backofen (2. Schiene von unten) etwa 20– 25 Minuten, bis die Kruste hellgelb ist.

Ruhezeit: etwa 45 Minuten, Zubereitungszeit: etwa 90 Minuten, Backzeit: etwa 20-25 Minuten

Pizza

Pizza al Funghi e Pancetta
mit Tomatensauce, Pilzen, Speck und Käse

Menge: 4 Portionen

Für den Teig:

300 Gramm Mehl
1 Paket Hefe (Trockenhefe)
 $\frac{3}{4}$ Teelöffel Meersalz
1 Prise Zucker
150 Milliliter Wasser, warm
1 Esslöffel Olivenöl

Für die Sauce:

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe, nach Belieben mehr
1 Esslöffel Olivenöl
1 Esslöffel Tomatenmark
1 Dose Tomaten in Stücken (Pizza-Tomaten, nicht gewürzt)
1 Paket Kräuter, italienische, Tiefkühl
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Für den Belag:

100 Gramm Schinken (Pancetta)
500 Gramm Champignons, am besten braune
2 Esslöffel Mehl
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
200 Gramm Käse, geriebener (zum Beispiel Pizza-Käse)

Sieben Sie das Mehl in eine Schüssel und vermischen Sie es mit der Hefe, etwas Meersalz und Zucker. Dann geben Sie das Wasser und das Olivenöl zu und verkneten die Zutaten mit dem Knethaken zu einem glatten Teig. Der Teig sollte möglichst nicht mehr kleben ! Danach lassen Sie den Teig an einem warmen Ort abgedeckt mindestens 45 Minuten gehen.

Währenddessen pellen Sie für die Sauce die Zwiebel und den Knoblauch und schneiden beides in Würfel Dann erhitzen Sie das Olivenöl in einer Kasserolle und dünsten die Zwiebel-Würfel mit dem Knoblauch darin glasig.

Nun geben Sie das Tomatenmark hinzu, schwitzen es kurz an (Tomatisieren) und löschen das Ganze mit den Tomaten aus der Dose ab. Danach kochen Sie die Sauce Kurz auf, rühren dann die Kräuter ein und schmecken die Sauce mit Meersalz und Pfeffer ab.

Pizza (Fortsetzung)

Anschließend schneiden Sie den Pancetta in Streifen und lassen ihn in einer Pfanne mit etwas Fett aus. Danach putzen Sie bitte die Champignons: Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack. Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Jetzt schneiden Sie die Pilze in feine Scheiben und braten sie mit den Pancetta-Streifen an. Gewürzt werden die Zutaten mit Meersalz und Pfeffer.

Dann heizen Sie den Backofen auf 250 Grad Celsius (Umluft) oder auf auf 230 Grad Celsius (Heißluft) vor. Die Tomatensauce verteilen Sie nun auf dem Pizza-Teig und streuen die Pilz-Mischung darauf. Zum Schluss bestreuen Sie die Pizza gleichmäßig mit dem Käse und backen sie etwa 15-20 Minuten.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Backzeit: etwa 15 Minuten

Pizza

Pizza Mozzarella
mit Mozzarella, Chorizo und frischen Tomaten

Menge: 4 Portionen

200 Gramm Mehl Typ 550
50 Gramm Grieß, Hartweizen
¼ Würfel Hefe
160 Milliliter Wasser, lauwarm
1 Teelöffel Meersalz

2 Esslöffel Olivenöl
4 Tomaten (Roma-Tomaten)
1 Teelöffel Oregano, getrocknet
etwas Meersalz
70 Gramm Wurst (Chorizo), am Stück
1 Kugel Mozzarella (Büffelmozzarella)

Außerdem:
etwas Frischhaltefolie

Erst vermengen Sie für den Pizzateig das Mehl, den Grieß und das Meersalz gründlich. Dann lösen Sie die Hefe im warmen Wasser auf, lassen sie etwa 5 Minuten ruhen und geben sie danach zu der Mehlmischung. Die Zutaten kneten Sie jetzt bitte so lange mit dem Knethaken des Handrührers, in der Küchenmaschine oder von Hand, bis ein elastischer Teig entstanden ist, das dauert ungefähr 10 Minuten. Falls der Teig zu fest sein sollte können Sie einfach noch etwas warmes Wasser zugeben, wenn der Teig zu flüssig ist, geben Sie bitte etwas Mehl hinzu. Erst dann kneten Sie das Olivenöl unter.

Anschließend wickeln Sie den Teig in Frischhaltefolie ein oder unter lassen ihn unter einem Geschirrtuch mindestens 30 Minuten gehen. Der Teig lässt sich ebenfalls gut im Hefeteig-Programm eines Brotbackautomaten zubereiten.

Währenddessen halbieren Sie die Roma-Tomaten quer und reiben sie über einer feinen Reibe bis auf die Schale ab. Das überschüssige Wasser aus den Tomaten gießen Sie bitte durch ein feines Sieb ab, so dass nur der Tomatensaft und das Innere der Tomaten übrig bleibt. Diese Tomaten würzen Sie nach Geschmack mit etwas Meersalz.

Nun bepinseln Sie ein Backblech ordentlich mit gutem, erhitzbarem Olivenöl und heizen den Backofen auf 250 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 230 Grad Celsius (Heißluft) vor. Den Teig kneten Sie dann nochmals von Hand durch und rollen ihn auf einer bemehlten Arbeitsfläche etwa in Größe des Blechs von der Mitte nach außen aus. Der Teig sollte dabei möglichst 3 Millimeter dick ausgerollt werden.

Pizza (Fortsetzung)

Den ausgerollten Teig geben Sie jetzt bitte auf das Backblech und bestreichen ihn nur hauchdünn (das ist sehr wichtig !) mit den Tomaten. Danach bestreuen Sie den Teig mit dem Oregano, schneiden die Chorizo in feine Stücke und verteilen sie auf der Pizza. Den Mozzarella reißen Sie bitte von Hand in Stücke und streuen ihn über die Pizza.

Dann backen Sie die Pizza auf der zweiten Einschub-Leiste von unten etwa 10 Minuten. Wenn Sie einen Pizzastein haben, können Sie sich das Backen auf dem Blech natürlich sparen und stattdessen zwei Runde Pizzen aus dem Teig formen.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Ruhezeit: etwa 30 Minuten

Backzeit: etwa 10 Minuten

Pizza

Pizza Caprese
mit Tomatensauce, Spinat, Käse, frischen Tomaten
und Hähnchenbrust-Filets

Menge: 1 Portion

Für den Teig:

400 Gramm Mehl
1 Paket Trockenhefe
1 Esslöffel Meersalz
1 Esslöffel Öl, neutrales oder Olivenöl
250 Milliliter Wasser, lauwarmes

Für den Belag:

250 Gramm Blattspinat, Tiefkühl
1 Knoblauchzehe
3 Tomaten, in dünne Scheiben geschnitten
2 Portionen Hähnchenbrust-Filets
nach Belieben Muskat
2 Handvoll Käse, geriebener

Für die Sauce:

5 Esslöffel Tomatenmark
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Oregano

Außerdem:

etwas Backpapier

Teig:

Vermischen Sie das Mehl mit der Hefe und dem Meersalz, gießen Sie das Öl und das lauwarmer Wasser dazu und verkneten Sie die Zutaten zu einem geschmeidigen Teig. Dann lassen Sie den Teig an einem warmen Ort etwa 30 Minuten gehen, bis sich der Teig etwa verdoppelt hat.

Für die Tomatensauce:

Währenddessen vermischen Sie das Tomatenmark mit etwas Wasser und schmecken es mit dem Oregano und den Gewürzen ab. Sie können die Tomatensauce auch etwas dicker lassen, ganz so wie Sie möchten.

Pizza (Fortsetzung)

Belag:

Nun erhitzen Sie den Spinat in einem kleinen Topf und würzen ihn mit dem abgezogenen und gehackten Knoblauch, Meersalz und Pfeffer, wenn Sie mögen, können Sie auch etwas Muskat hinzu geben. Das Wasser muss möglichst vollständig verdampft sein.

Danach schneiden Sie das Fleisch in Scheiben, braten es etwas an (nehmen allerdings für die leichte Variante nur wenig Öl nehmen) und würzen es mit den Gewürzen.

Dann legen Sie ein Backblech mit dem Backpapier aus und rollen den Teig auf dem Blech aus. Jetzt verteilen Sie die Tomatensauce darauf und belegen sie mit den Tomaten-Scheiben. Den Spinat verteilen Sie anschließend mit Hilfe eines Esslöffels klecks-weise auf der Pizza und belegen sie dann mit dem Fleisch. Zum Schluss streuen Sie den Käse darüber und backen die Pizza im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad Celsius (/Oberhitze/Unterhitze) oder bei 180 Grad Celsius

(Heißluft) etwa 20-30 Minuten.

Arbeitszeit: etwa 60 Minuten

Ruhezeit: etwa 30 Minuten

Backzeit: etwa 20-30 Minuten

Pizza

Pizza Gorgonzola, Mozzarella und Spinat
mit Tomaten, Käse, Gorgonzola, Mozzarella
und Spinat

Menge: 1 Portion

Für den Teig:

400 Gramm Mehl

1 Paket Trockenhefe

200 Milliliter Wasser, lauwarm

1 Teelöffel Meersalz

Für den Belag:

350 Gramm Blattspinat, Tiefkühl

1 Schalotte, fein gehackt

150 Gramm Gorgonzola, zerkrümelt

1 kleine Dose Tomaten, stückige

200 Gramm Mozzarella, gerieben

2 Knoblauchzehen, zerdrückt

etwas Oregano

etwas Meersalz

etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

3 Esslöffel Olivenöl

Mischen Sie alle Zutaten für den Teig mischen und verkneten Sie sie zu einem glatten Teig. Danach lassen Sie den teig So lange gehen, bis sich er sich etwa verdoppelt hat.

Währenddessen dünsten Sie die abgezogene und gewürfelte Schalotte in etwas Olivenöl glasig, fügen den Spinat zu und lassen den Spinat bei kleiner Hitze auftauen. Dann geben Sie den Gorgonzola dazu und lassen das Ganze so lange köcheln, bis der Käse geschmolzen ist. Gewürzt wird es jetzt mit Oregano, Meersalz und Pfeffer.

Anschließend rollen Sie den Pizza-Teig auf einem Blech aus und bestreichen ihn mit den Tomaten. Die abgekühlte Spinat-Mischung verteilen Sie bitte darüber und bestreuen sie mit dem geriebenen Mozzarella. Dann verrühren Sie den abgezogenen und zerdrückten Knoblauch mit 2 Esslöffel Olivenöl und beträufeln die Pizza damit.

Zum Schluss wird die Pizza im auf 220 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 200 Grad Celsius (Umluft) oder auf 200 Grad Celsius (Heißluft) vorgeheizten Backofen etwa 10 Minuten backen.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Ruhezeit: etwa 40 Minuten

Kochzeit: etwa 30 Minuten

Backzeit: etwa 10 Minuten

Pizza

Pizza Greco

mit Tomatensauce, Käse, Hirten-käse, Feta-Käse, Zwiebeln, Salami und Peperoni

Menge: 4 Portionen

350 Gramm Mehl, 1 Paket Trockenhefe, 175 Milliliter Wasser

4 Esslöffel Tomatenmark, ½ Zwiebel, 2 Zehen Knoblauch
1 Tomate, frische, 2 Esslöffel Thymian, 125 Gramm Hirtenkäse
250 Gramm Feta-Käse, 2 Zehen Knoblauch, 1 kleine Zucchini
150 Gramm Salami, 16 Peperonis, in Scheiben
100 Gramm Pinienkerne
etwas Meersalz, etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Außerdem:

etwas Backpapier

Verkneten Sie das Mehl mit der Hefe und dem Wasser, dann lassen Sie den Teig abgedeckt etwa 30 Minuten gehen und rollen ihn Dünne auf einem mit Backpapier belegte Backblech aus.

Nun pürieren Sie die Tomatenmark, die abgezogene halbe Zwiebel, den abgezogenen Knoblauch und die Tomate mit dem Stabmixer in einer Schüssel. Dann rühren Sie 2 Esslöffel Thymian unter und schmecken den Brei mit Meersalz und Pfeffer sehr kräftig ab. Den Tomaten-Brei verstreichen Sie danach auf dem ausgerollten Pizza-Teig gleichmäßig.

Jetzt zerkrümeln Sie den Hirten-Käse und den Feta-Käse, mischen beide Käsesorten und streuen sie auf die Pizza.

Dann schneiden Sie den abgezogenen Knoblauch in Scheiben, spülen die Zucchini ab, entfernen die Enden und schneiden sie auf dem Gemüse-Hobel (oder mit einem Messer) ebenfalls in Scheiben. Die Zutaten werden zusammen mit den Schinken-Würfeln, den Peperoni-Scheiben und den Pinienkernen auf der Pizza.

Danach heizen Sie den Backofen auf 250 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 230 Grad Celsius (Heißluft) vor und backen zum Schluss die Pizza etwa 10 - 15 Minuten, bis die Teig-Ränder bräunen.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Ruhezeit: etwa 30 Minuten

Backzeit: etwa 10-15 Minuten

Pizza

Pizza Italia

mit Tomatensauce, Käse, Schinken,
frischen Champignons und Salami

Menge: 1 Portion

500 Gramm Mehl
1 Teelöffel Meersalz
½ Würfel Hefe
¼ Liter Milch
40 Gramm Margarine

1 Bund Petersilie
2 Knoblauchzehen
6 Esslöffel Olivenöl
1 große Dose Tomaten
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Oregano
500 Gramm Tomaten
2 Zwiebeln
100 Gramm Salami in Scheibchen
5 frische Champignons
2 Esslöffel Mehl
12 Oliven
1 kleines Glas Sardellenfilets
100 Gramm Käse, geriebener

Für den Teig:

Mischen Sie das Mehl und das Meersalz mit der Hefe und geben Sie die lauwarme Milch sowie die weiche Margarine zu. Dann verkneten Sie alles zu einem geschmeidigen Teig und lassen ihn etwa 45 Minuten gehen.

Für den Belag:

In der Zwischenzeit spülen Sie die Petersilie ab, schütteln sie kurz trocken, zupfen die Plätter von den Stängeln und hacken sie klein. Dann ziehen Sie den Knoblauch ab, hacken ihn ebenfalls klein und dünsten beide Zutaten in 3 Esslöffel Olivenöl an. Danach geben Sie bitte die Dosen-Tomaten hinzu und lassen das Ganze etwa 20 Minuten bei offenem Topf köcheln. Gewürzt wird die Sauce anschließend mit Meersalz, Pfeffer und Oregano.

Nun kneten Sie den Hefeteig noch einmal durch und rollen ihn auf einem geölten Backblech aus. Danach lassen Sie den Teig nochmal etwa 15 Minuten gehen.

Pizza (Fortsetzung)

Jetzt bestreichen Sie den Pizza-Teig mit der abgekühlten Tomatensoße. Dann schneiden Sie die abgspülten Tomaten in Scheiben und die abgezogenen Zwiebeln in Ringe

Danach putzen Sie die Champignons und schneiden sie in Scheiben. Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Zum Schluss verteilen Sie die Zutaten und die Oliven sowie die Sardellen auf der Pizza und bestreuen sie mit dem Käse (ihrer Wahl).

Gebacken wird die Pizza Italia bei 225 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 200 Grad Celsius (Heißluft) etwa 30 Minuten

Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Kochzeit: etwa 5 Minuten

Backzeit: etwa 30 Minuten

Pizza

Pizza Quattro Formaggi
mit Tomatensauce, Gorgonzola
Mozzarella und Edamer (oder Gouda)

Menge: 4 Portionen

1 Pizza-Teig, frisch, für ein Backblech
1 Glas Tomatensauce mit Basilikum (etwa 400 Milliliter)
etwas Pizza-Gewürz
50 Gramm Gorgonzola, zerbröckelt
100 Gramm Käse, (Comté, ersatzweise Emmentaler)
1 Kugel Mozzarella, abgetropft
125 Gramm Käse, (Edamer oder Gouda)

Außerdem:
etwas Backpapier

Legen Sie den Teig auf ein mit Backpapier belegtes Blech. Dann verteilen Sie die Tomatensauce darauf und streuen das Pizza-Gewürz darüber. Danach reiben Sie den Edamer Käse (es geht auch Gouda) und den Comté, vermischen die Käsesorten mit dem Gorgonzola und streuen sie gleichmäßig auf die Tomatensauce. Den Mozzarella schneiden Sie bitte in dünne Scheiben und verteilen die Scheiben oben auf der Pizza. Die Pizza backen Sie bitte zum Schluss etwa 30-40 Minuten bei 180 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 160 Grad Celsius (Heißluft).

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten
Backzeit: etwa 30-40 Minuten

Pizza

Pizza Cesar

mit Tomatensauce, Salami, Schinken,
frischen Champignons, Oliven, scharfen Peperonis,
frischer Paprika und Käse

15 Gramm Hartweizenmehl
60 Milliliter Wasser (lauwarm)
0.5 Esslöffel Trockenhefe
0.5 Teelöffel Zucker
1 Prise Meersalz
0.5 Esslöffel Olivenöl
150 Milliliter Tomatensauce
4 Stück frische Champignons
2 Esslöffel Mehl
2 Scheibe Schinken (gekocht)
1 rote Paprikaschote
10 Scheibe Salami
8 schwarze Oliven
2 scharfe Peperoni
etwas Tomatensauce (Fertigprodukt)
etwas Käse
etwas Mehl (zum Bestäuben)

Zuerst müssen Sie die Trockenhefe etwas gehen lassen. Dazu geben Sie das lauwarme Wasser in eine Schüssel geben dann die Trockenhefe, sowie den Zucker dazu und verrühren die Zutaten. Jetzt lassen Sie die Hefe an einem warmen Ort (auf der Heizung oder im Backofen bei 50 Grad Celsius) etwa 15 Minuten gehen.

Dann geben sie das Hartweizen-Mehl in eine größere Schüssel und geben die gegangene Hefe, das Meersalz und das Olivenöl dazu. Kneten Sie danach Sie die Zutaten mit den Händen gut durch. Sollte der Teig zu hart sein, können Sie einfach noch ein wenig lauwarmes Wasser dazugeben.

Den Teig müssen Sie bitte so lange kneten, bis er sich vom Schüssel-Rand löst und nicht mehr mehlig ist. Anschließend kneten Sie den Teig so lange weiter auf einer Arbeitsfläche, bis die Oberfläche des Teiges schön glatt und feucht ist.

Dann teilen Sie den Teig in 2 gleich große Stücke und formen ihn zu Kugeln. Die Teig-Kugeln legen Sie bitte auf ein bemehltes Arbeits-Brett. Nun legen Sie ein sauberes Geschirrtuch über die Rohlinge und lassen sie noch einmal für etwa 45 Minuten an einem warmen Ort gehen.

Pizza (Fortsetzung)

Danach bestäuben Sie die aufgegangenen Teig-Kugeln mit Mehl und rollen sie mit einem Nudelholz rund aus. Anschließend legen Sie sie auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech und stechen mit einer Gabel ein paar Löcher rein, damit sich beim Backen keine Blasen bilden.

Jetzt heizen Sie den Backofen auf 250 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 230 Grad Celsius (Heißluft) vor und belegen in der Zwischenzeit die Pizza mit den angegebenen Zutaten. Die Paprikaschote müssen Sie dafür halbieren, den Strunk und die weißen Scheidenwände entfernen, die Schote gründlich auswaschen und sie in kleine Würfel schneiden.

Außerdem müssen Sie die Pilze Putzen und in Scheiben schneiden.

Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Zum Schluss schieben Sie die Pizza in den Backofen und backen sie etwa 5-10 Minuten bis sie knusprig braun ist.

Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Backzeit: etwa 5-10 Minuten

Pizza

Pizza Mafiosi

mit Tomatensauce, Mozzarella, Käse, Parmesan, Hirtenkäse, Spinat, Knoblauch und Zwiebeln

Menge: 1 Portion

Für den Teig:

490 Gramm Mehl

21 Gramm Hefe, frisch

1 ¼ Teelöffel Meersalz

1 Esslöffel Olivenöl

300 Milliliter Wasser, lauwarm

Für den Belag:

1 Esslöffel Olivenöl

2 Zehen Knoblauch

etwas Pfeffer, schwarz, frisch aus der Mühle

250 Gramm Spinat, frisch

225 Gramm Mozzarella, gerieben

50 Gramm Parmesan, gerieben

100 Gramm Hirtenkäse

Außerdem:

etwas Küchenpapier

etwas Backpapier

Geben Sie für den Teig das Mehl in eine Schüssel und machen Sie in der Mitte eine Mulde. Dann geben Sie die Hefe in ein Schälchen, rühren sie mit etwas von dem Wasser an und geben die Zutaten in die Mulde. Nun müssen Sie mit dem Fingern etwas in das Mehl darüber rühren. Das Meersalz, das Olivenöl und das Wasser geben Sie bitte dazu und kneten alles zu einem Hefeteig. Es sollte ein weicher, aber nicht klebender Teig sein, den Sie nun kurz auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche durchkneten, ihn in die Schüssel zurück geben, feucht abdecken und an einem warmen Ort etwa 30 Minuten gehen lassen. Der Teig sollte in dieser Zeit sein Volumen etwa verdoppelt haben.

In der Zwischenzeit bereiten Sie den Belag vor, indem Sie den Spinat putzten und etwa 2-3 Minuten im kochendem Wasser blanchieren. Dann lassen Sie den Spinat in einem Haarsieb gut abtropfen und drücken ihn zwischen mehreren Lagen Küchenpapier gut aus.

Pizza (Fortsetzung)

Anschließend den heizen Sie bitte den Backofen auf 220 Grad Celsius (Oberhitze/ Unterhitze) oder auf 230 Grad Celsius (Heißluft) vor. Wir nehmen nun ein rundes Pizza-Blech mit 36 Zentimeter Durchmesser. Sie können aber auch ein normales Backblech (40×32 Zentimeter) nehmen und es mit Backpapier auslegen. Den Teig nehmen Sie jetzt aus der Schüssel und kneten ihn nochmals kurz durch. Dann wallen Sie den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche, auf Pizza-Blech-Größe oder Backblech-Größe aus. Da der Teig sich zusammenzieht, sollten Sie immer in Schritten arbeiten. Auswallen, kurz entspannen lassen, auswallen, kurz entspannen lassen, bis der Teig die Größe vom Pizza-Blech/Backblech hat. Dann legen Sie ihn in der jeweiligen Form aus und verteilen einen Esslöffel Olivenöl gleichmäßig darauf. Wir lassen hier immer einen Rand von etwa 2 Zentimeter frei.

Außerdem verteilen Sie bitte auch gleichmäßig den gut ausgedrückten Spinat darauf. Dann den abgezogenen, klein gehackten Knoblauch verteilen Sie anschließend auf dem Spinat und bestreuen alles mit etwas schwarzem Pfeffer. Hier können Sie nun nach Belieben noch etwas salzen, wir tun das nicht. Danach verteilen Sie bitte den geriebenen Mozzarella und den Parmesan darauf und zerbröckeln den Hirten-käse darüber.

Zum Schluss geben Sie die Pizze in den Backofen und backen sie gold-braun, nehmen sie danach herausnehmen, schneiden sie in Stücke und servieren das Gericht.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Ruhezeit: etwa 30 Minuten

Belag: etwa 25 Minuten

Pizza

Pizza Memphis
mit Tomatensauce, Käse, Hühnchen und Ananas

Menge: 3 Portionen

400 Gramm Mehl, 15 Gramm Hefe
200 Milliliter Wasser, lauwarmes
3 Esslöffel Olivenöl, etwas Meersalz
1 Prise Zucker, 400 Gramm Hühnerbrust
10 Peperoni, eingelegte
1 Dose Ananas, natursüß
200 Milliliter Tomatensoße
300 Gramm Käse (Gouda)
2 Esslöffel Öl (Maiskeimöl)

Geben Sie das Mehl in eine Schüssel, formen Sie in der Mitte eine Kuhle und bröckeln Sie die frische (!) Hefe hinein. Dann geben Sie etwas Meersalz und 1 Prise Zucker darüber sowie das Olivenöl. Das lauwarmer Wasser geben Sie jetzt in die Kuhle und verrühren das Mehl damit.

Den Teig kneten Sie bitte solange, bis er eine richtig schöne glatte Oberfläche hat. Danach geben Sie ein Tuch über die Schüssel und lassen den Teig mindestens 30 Minuten an einem warmen Ort gehen.

Während der Teig geht, schneiden Sie das Hühnchen in kleine, gleichmäßige Würfel. Auch die Peperoni und die Ananas schneiden Sie bitte in kleine Stücke. Anschließend können Sie den Käse reiben, sofern Sie ihn nicht abgepackt gekauft haben (wir finden Käse frisch gerieben besser).

Wenn der Teig etwa 30 Minuten ruhen konnte, wird der Backofen auf maximale Temperatur vorgeheizt (Ober-/Unterhitze). Danach werden die Hühnchen-Würfel in einer Pfanne im heißem Keimöl angebraten. Das Hühnchen muss nicht ganz durch sein, sollte aber schon einige Zeit in der Pfanne sein. Wenn das Hühnchen genug angebraten wurde, würzen Sie es noch mit einer Prise Meersalz und etwas Pfeffer.

Nun rollen Sie den Teig aus und geben ihn in eine Form. Dann bestreichen Sie ihn großzügig mit Tomatensoße, wir nehmen immer eine Gekaufte aus der Flasche, die erfüllt ihren Zweck. Danach verteilen Sie das Hühnchen gleichmäßig auf dem Teig. Auch die Ananas und die Peperoni verteilen Sie jetzt auf dem Teig. Zum Schluss bestreuen Sie die Pizza noch mit dem Käse und backen die Pizza für etwa 10 Minuten im Backofen, bis der Käse goldgelb ist.

Ruhezeit: etwa 30 Minuten
Backzeit: etwa 10 Minuten

Pizza

Pizza Sucuk
mit Sucuk und Spinat

Menge: 1 Portion

Für den Hefeteig:

400 Gramm Mehl, 6 Esslöffel Olivenöl, extra nativ, 1 Prise Zucker, 1 Teelöffel Meersalz
1 Paket Trockenhefe, 150 Milliliter Wasser, eventuell mehr, je nach Mehlsorte

Für die Sauce:

2 Teelöffel Pizza-Gewürz, selbst gemischt aus Oregano, Basilikum, Rosmarin,
edel-süßes Paprikapulver 3 Esslöffel Tomatenmark,
4 Esslöffel Wasser, nach Bedarf, etwas Salz und Pfeffer, nach Bedarf, 1 Teelöffel Fleischbrühe

Für den Belag:

125 Gramm Wurst, (Sucuk), gefroren, in 0,3 Zentimeter starke Scheiben
1 Mittel-große Zwiebel, in 1/3 Ringe geschnitten
1 große Knoblauchzehe, fein gehackte
200 Gramm Gouda, gerieben, evtl. mehr
400 Gramm Spinat, Tiefkühl, gehackt, vorgegart
2 mittel-große Tomaten, halbiert, in 0,5 cm starke Scheiben, Speiseöl

Vermischen Sie die Zutaten für den Teig und kneten Sie das Ganze. Der Teig soll ein geschmeidiger Klumpen sein. Diesen geben Sie danach in eine verschließbare Schüssel und lassen ihn etwa 60 Minuten an einem warmen Ort gehen. Nach dem Gehen soll der Teig mit feinen Bläschen durchzogen sein und sich leicht ausrollen lassen.

Nun vermischen Sie die Zutaten für die Sauce und würzen sie mit Pizza-Gewürz, Meersalz und Pfeffer.

Die gefrorene Sucuk schneiden Sie anschließend bitte in Scheiben und stellen sie zum Auftauen beiseite. Nun lassen Sie den Spinat ohne Wasser bei geringer Hitze in einem Topf auftauen. Dabei wird der Spinat leicht vorgegart. Den abgezogenen und gehackten Knoblauch sowie etwas Meersalz und Pfeffer mischen Sie bitte unter und stellen die Zutaten zum Abkühlen beiseite. Den Teig rollen Sie jetzt auf einem gefetteten Backblech aus und verteilen die Sauce darauf.

Dann verteilen Sie den Spinat auf der Sauce und bestreuen die Pizza mit etwas Käse. Darauf geben Sie die Sucuk, die Tomaten sowie die Zwiebeln. Danach bestreuen Sie alles mit Käse und backen die Pizza zum Schluss für etwa 15 Minuten bei 210 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 190 Grad Celsius (Heißluft) im Backofen. Die Pizza ist fertig, wenn der Käse schön zerlaufen und leicht braun ist.

Ruhezeit: etwa 60 Minuten, Backzeit: etwa 15 Minuten

Pizza

Pizza Pomodoro
mit Tomaten-Sauce und Mozzarella

Menge: 2 Portionen

Für den Teig:

800 Gramm Weizenmehl, Typ 550
200 Gramm Grieß, (Hartweizengrieß) oder Weizenmehl Typ 550
1 Esslöffel. Gestrichen Salz, feines
2 Paket Trockenhefe, oder 1 Würfel frische Hefe
1 Esslöffel Zucker, feiner brauner
650 Milliliter Wasser, lauwarmes

Für die Sauce:

2 Fleischtomate(n)
4 Esslöffel Tomatenmark
nach Belieben Meersalz
nach Belieben Pfeffer frisch aus der Mühle
nach Belieben Kräuter
1 Prisen Zucker

Für den Belag:

200 Gramm Käse, (Pizza-Käse)
125 Gramm Mozzarella
nach Belieben Tomaten, eine fruchtige Sorte (wir nehmen gerne Dattel-Tomaten)
nach Belieben Meersalz
nach Belieben Pfeffer frisch aus der Mühle
nach Belieben Oregano

Außerdem:

etwas Backpapier

Häufen Sie das Mehl, den Hartweizengrieß und das Salz auf eine saubere Arbeitsfläche und drücken Sie in die Mitte eine 20 Zentimeter weite Mulde. Die Hefe und den Zucker rühren Sie mit einer Gabel in das Wasser ein, bis sich beide Zutaten aufgelöst haben. Die Mischung lassen Sie etwa 15 Minuten ruhen, danach geben Sie sie in die Mulde und rühren allmählich das umgebende Mehl kreisförmig mit einer Gabel ein. Wenn das gesamte Mehl eingearbeitet ist, kneten Sie es mit gut bemehlten Händen den Teig kräftig durch. Nach etwa 10-12 Minuten sollte der Teig glatt und elastisch sein. Den Teig bestäuben Sie nun mit Mehl und lassen ihn bei Zimmertemperatur etwa 30 Minuten gehen.

Pizza (Fortsetzung)

Rösten Sie das Tomatenmark in etwas Olivenöl leicht an (Tomatisieren). Dann schneiden Sie die Fleisch-Tomaten oben kreuzweise ein, geben sie in eine Schüssel, überbrühen sie mit kochendem Wasser und lassen sie etwa 2 Minuten ziehen. Danach werden die Tomaten mit einer Schaumkelle aus dem Wasser genommen, in eine weitere Schüssel gegeben, mit kaltem Wasser abgeschreckt und mit einem kleinem Messer enthäutet, entkernt, klein geschnitten und dazu gegeben, Nun würzen Sie das Ganze mit Meersalz, Pfeffer, etwas Zucker und geben nach eigenem Belieben Kräuter dazu. Jetzt lassen Sie alles etwa 5-10 Minuten köcheln und würzen gegebenenfalls noch etwas nach.

Anschließend bereiten Sie den Teig nach dem angegebenen Rezept zu und rollen ihn dann auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech dünn aus. Die Tomatensoße verteilen Sie bitte auf dem Teig und verteilen dann den Pizza-Käse gleichmäßig darüber. Danach schneiden Sie den Mozzarella in dünne Scheiben und verteilen ihn auf der Pizza. Die Tomaten für den Belag schneiden Sie nun bitte in Scheiben und verteilen sie ebenfalls auf dem Teig. Gewürzt wird die Pizza jetzt mit etwas Meersalz und Pfeffer und dann bei 250 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 230 Grad Celsius (Heißluft) im vorgeheizten Backofen etwa 8-9 Minuten gebacken bis der Käse verlaufen ist. Zum Schluss nehmen Sie die Pizza aus dem Backofen, geben eventuell noch etwas Oregano darüber und servieren sie dann.

Ruhezeit: etwa 30 Minuten

Backzeit: etwa 8-9 Minuten

Pizza

Pizza Milano

mit Tomatensauce, Emmentaler Käse, frischen Tomaten, Paprika, frischen Champignons, Oregano und Basilikum

Menge: 2 Portionen

Für den Teig:

250 Gramm Weizen-Vollkornmehl

10 Gramm Hefe

125 Milliliter Wasser

1 Teelöffel (gestrichen) Salz

30 Gramm Butter

für den Belag:

200 Gramm Tomaten-Sauce

60 Gramm Zwiebeln

200 Gramm Champignons

2 Esslöffel Mehl

1 Teelöffel Pizza-Gewürz

155 Gramm Emmentaler

250 Gramm Paprikaschote grün

250 Gramm Tomaten

60 Gramm Paprika-Paste

Oregano und Basilikum

Der Teig:

Geben Sie das frisch gemahlene Weizen-Vollkornmehl in eine Schüssel, drücken Sie eine Vertiefung ein und verrühren Sie darin die in lauwarmem Wasser aufgelöste Hefe mit etwas Weizen-Vollkornmehl und lassen Sie sie mit Mehl bedeckt etwa 10-12 Minuten gehen.

Dann geben Sie die weiche Butter und das Salz dazu und kneten alles gut zusammen. Danach formen Sie bitte eine Kugel und walken sie auf einer bemehlten Arbeitsfläche in Springform-Größe aus. Die gefettete Springform belegen Sie nun mit den Teig und ziehen einen 2 Zentimeter hohen Rand hoch und rädeln ihn ab. Der Pizza-Teig ist fester als normaler Hefeteig und kann natürlich, ohne zu gehen, sofort belegt werden.

Nebenbei heizen Sie den Backofen auf entweder 220 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 200 Grad Celsius (Heißluft) vor.

Pizza (Fortsetzung)

Der Belag:

Putzen Sie jetzt die Pilze: Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack. Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Anschließend bestreichen Sie den Teig mit der Pizza-Soße, verteilen dann die abgezogenen und klein gehackten Zwiebeln sowie die geputzten und zerkleinerten Champignon-Scheiben darauf verteilen, bestreuen das Ganze mit Pizza-Gewürz und decken es mit dem grob geriebenen Käse ab.

Die Paprikaschoten schneiden Sie bitte in etwa 8 Millimeter hohe Ringe und legen sie auf den Käse. In die Mitte der Ringe geben Sie abgespülte Tomaten-Scheiben (quer aufschneiden) und füllen die Zwischenräume mit der Paprika-Paste aus. Danach bestreuen Sie die Pizza bitte noch mit Oregano und Basilikum.

Zum Schluss wird die Pizza auf der mittleren Schiene, etwa 30 - 35 Minuten gebacken und dann warm serviert.

Unser Tipp:

Die doppelte Menge der Zutaten ergibt ein großes Backblech. Sie legen 4 Reihen mit je 5 Paprika-Ringen und verfahren genau wie bei der Springform.

Pizza

Pizza Napoli
mit Tomatensauce, Käse und Oregano

Für den Teig:

3 Esslöffel Olivenöl, kalt gepresst, 125 Milliliter Wasser, warm, 1 Messerspitze Salz
1 Paket Trockenhefe, 240 Gramm Mehl

Für die Sauce:

250 Milliliter Tomaten, passiert, etwas Salz, etwas Pfeffer, geschrotet
etwas Basilikum und Rosmarin, etwas Olivenöl, kalt gepresst
1 Zehen Knoblauch, zerdrückt, 2 Esslöffel Tomatenmark
1/2 Esslöffel Zucker, 1 kleine Zwiebeln, fein gehackt

Für den Belag:

160 Gramm Käse, (Gouda, Parmesan und cheda gemischt)
etwas frischen Oregano, abgezupft
etwas Knoblauch-Öl (2 Zehen Knoblauch pressen und mit 3 Esslöffel Olivenöl mischen)
ein paar Sardellen
ein paar Tomaten, in Scheiben

Außerdem:

etwas Backpapier

Lassen Sie für die Pizza-Sauce die Zwiebel in heißem Olivenöl glasig werden. Dann geben Sie die passierten Tomaten dazu und aufkochen lassen. Die restlichen Zutaten geben Sie bitte dazu und lassen sie für etwa 15-20 Minuten leicht köcheln.

Nun geben Sie für den Teig das Mehl in eine Schüssel und geben die Trockenhefe hinein. Danach geben Sie das warme Wasser dazu, verrühren das Ganze leicht und geben das Salz und das Olivenöl dazu. Den Teig lassen Sie etwa 15 Minuten gehen. Dann rollen Sie den Teig so dünn wie möglich aus und legen ihn auf ein Backblech mit Backpapier.

Anschließend verstreichen Sie für den Belag die ausgekühlte Pizzasauce dünn auf dem Teig. Die Hälfte von dem gemischten Käse streuen Sie darüber, legen die Sardellen, die Tomatenscheiben, den zerrupften Oregano auf und streuen den restlichen Käse darüber und tropfen das Knoblauchöl darüber.

Jetzt schieben Sie das Blech mit der Pizza in den auf 220 Grad Celsius (Umluft) oder 200 Grad Celsius (Heißluft) vorgeheizten Backofen und backen die Pizza zum Schluss bis zur gewünschten Bräunung.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Pizza

Pizza Doppeldecker
mit Dönerfleisch, Mais, Paprika und Käse

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Fleisch (Döner Kebab), TK
1 Kleine Dose Mais, etwa 140 Gramm
1 große Paprikaschote, rot
200 Gramm Käse, geraspelt, zum Überbacken
1 Paket Pizza-Teig, mit Tomatensoße, aus dem Kühlregal
1 Becher Sahne, 200 Milliliter
1 Esslöffel Currypulver

Rollen Sie den Pizza-Teig auf einem Backblech aus und verteilen Sie die beiliegende Tomatensoße darauf. Dann gießen Sie den Mais in einem Sieb ab, spülen ihn kurz ab und verteilen ihn mit der klein geschnittenen Paprika-Würfeln auf dem Pizza-Boden. Anschließend bestreuen Sie die Pizza mit dem geraspelten Käse und backen sie nach Packungs-Anweisung im Backofen.

Während die Pizza im Backofen ist, braten Sie das Kebab-Fleisch in einer Pfanne an (Sie können auch eine Portion Döner-Fleisch beim Döner-Laden besorgen). Das fertig gebratene Fleisch löschen Sie bitte mit der Sahne ablöschen und würzen es mit dem Curry. Danach lassen Sie etwas Sahne einkochen.

Die fertige Pizza nehmen Sie zum Schluss aus dem Backofen, geben die Döner-Sahnesoße über die Pizza und servieren das Gericht.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Kochzeit/Backzeit: etwa 25 Minuten

Pizza

Pizza nach Köche-Nord.de Art
mit Schinken, Salami, Champignons,
scharfen Peperoni, Oliven, Zwiebeln

Menge: 4 Portionen

Für den Teig:

800 Gramm Weizenmehl, Typ 550
200 Gramm Grieß, (Hartweizengrieß) oder Weizenmehl Typ 550
1 Esslöffel. Gestrichen Salz, feines
2 Paket Trockenhefe, oder 1 Würfel frische Hefe
1 Esslöffel Zucker, feiner brauner
650 Milliliter Wasser, lauwarmes

3 Esslöffel Olivenöl extra vergine
1 Dose Tomaten Konserve gehackt
4 Stück Zwiebel
2 Stück Paprikaschoten rot
1 Päckchen Käse (beliebig)
100 Gramm Oliven schwarz entsteint
4 Scheiben Schinken, gekochten
18 Scheiben Salami
150 Gramm Champignons braun
2 Esslöffel Mehl
etwas Meersalz
etwas Pfeffer aus der Mühle schwarz
etwas Oregano getrocknet
etwas Basilikum getrocknet
etwas Pul Biber (getrocknete und zerstoßene milden oder scharfen türkische Paprika-Mischung)
etwas Paprika edel-süß

Häufen Sie das Mehl, den Hartweizengrieß und das Salz auf eine saubere Arbeitsfläche und drücken Sie in die Mitte eine 20 Zentimeter weite Mulde. Die Hefe und den Zucker rühren Sie mit einer Gabel in das Wasser ein, bis sich beide Zutaten aufgelöst haben. Die Mischung lassen Sie etwa 15 Minuten ruhen, danach geben Sie sie in die Mulde und rühren allmählich das umgebende Mehl kreisförmig mit einer Gabel ein. Wenn das gesamte Mehl eingearbeitet ist, kneten Sie es mit gut bemehlten Händen den Teig kräftig durch. Nach etwa 10-12 Minuten sollte der Teig glatt und elastisch sein. Den Teig bestäuben Sie nun mit Mehl und lassen ihn bei Zimmertemperatur etwa 30 Minuten gehen.

In der Zwischenzeit schälen Sie die Zwiebeln und schneiden sie in Ringe. Dann halbieren Sie die Paprika-Schoten, entfernen die Kerngehäuse, die weißen Scheidenwände und jeweils den Strunk, waschen die Schoten gründlich und schneiden sie in Ringe.

Pizza (Fortsetzung)

Die Champignons putzen Sie und schneiden sie in Scheiben.

Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack. Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Nun erhitzen Sie in einer Pfanne 3 Esslöffel Olivenöl und dünsten die Zwiebel-Ringe und die Paprika-Ringe sowie die Champignons darin etwa 2 Minuten an.

Zwischendurch ist der Teig schön aufgegangen.

Wellen Sie ihn auf einer bemehlten Unterlage aus und legen Sie den Teig auf ein mit Olivenöl eingeöltes rechteckiges Backblech und lassen Sie ihn nochmals etwas gehen.

Die Pizza-Tomaten verteilen Sie bitte gleichmäßig auf dem Teig, würzen sie mit Paprikapulver, Meersalz und Pfeffer kräftig und bestreuen das Ganze mit Oregano und Basilikum.

Danach vierteln Sie die Schinken-scheiben. Die Zwiebel-Paprika- und Champignon-Mischung sowie den geriebenen Käse verteilen Sie jetzt gleichmäßig darauf verteilen und belegen alles mit den Schinken-Scheiben und den Salami-Scheiben.

Anschließend legen Sie die Oliven und die Peperoni nach belieben auf und bestreuen die Pizza nochmals mit Oregano und Basilikum.

Zum Schluss geben Sie die Pizza für etwa 45 Minuten in den 180 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder in den 160 Grad Celsius (Heißluft) vorgeheizten Backofen.

Pizza

Pizza Rucola

mit Tomaten, Schinken Spicker,
Mozzarella, Parmesan und Rucola

Menge: 6 Portionen

Für den Teig:

800 Gramm Weizenmehl, Typ 550
200 Gramm Grieß, (Hartweizengrieß) oder Weizenmehl Typ 550
1 Esslöffel. Gestrichen Salz, feines
2 Paket Trockenhefe, oder 1 Würfel frische Hefe
1 Esslöffel Zucker, feiner brauner
650 Milliliter Wasser, lauwarmes

Für den Belag:

1 Paket Schinken Spicker
2 Dosen Tomaten, passierte Pizza-Tomaten
etwas Pizza-Gewürz
1 Bund Rucola, etwa 200 Gramm
½ Bund Petersilie
½ Bund Basilikum
2 Zehen Knoblauch, zerdrückt
400 Gramm Kirsch-Tomaten
500 Gramm Mozzarella, gerieben
etwas Parmesan, gerieben

Häufen Sie das Mehl, den Hartweizengrieß und das Salz auf eine saubere Arbeitsfläche und drücken Sie in die Mitte eine 20 Zentimeter weite Mulde. Die Hefe und den Zucker rühren Sie mit einer Gabel in das Wasser ein, bis sich beide Zutaten aufgelöst haben. Die Mischung lassen Sie etwa 15 Minuten ruhen, danach geben Sie sie in die Mulde und rühren allmählich das umgebende Mehl kreisförmig mit einer Gabel ein. Wenn das gesamte Mehl eingearbeitet ist, kneten Sie es mit gut bemehlten Händen den Teig kräftig durch. Nach etwa 10-12 Minuten sollte der Teig glatt und elastisch sein. Den Teig bestäuben Sie nun mit Mehl und lassen ihn bei Zimmertemperatur etwa 30 Minuten gehen.

Anschließend rollen Sie 6 kleine runde oder 3 große (auf eckigen Backblechen) Pizzaböden aus und verteilen die Tomatensoße darauf. Eventuell können Sie die Sauce noch einmal mit Salz und Pfeffer würzen.

Dann waschen Sie den Rucola und die Kräuter und schütteln sie kurz trocken. Danach legen Sie 1/2 Handvoll Rucola zur Seite und hacken die abgespülte Petersilie und den abgespülten Basilikum (bitte beides kurz trocken schütteln) fein.

Pizza (Fortsetzung)

Dann heizen Sie den Backofen auf 180 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 160 Grad Celsius (Heißluft) vor.

Jetzt waschen Sie die Tomaten und halbieren sie. Die gehackte Kräutermischung, die zerdrückten Knoblauch und Tomaten verteilen Sie dann auf dem Teig. Den Schinken Spicker schneiden Sie bitte in Achtel, verteilen sie auf der Pizza, verstreuen den geriebenen Mozzarella und den Parmesan darauf und backen die Pizza im Backofen (bei Umluft 180-200 Grad Celsius oder bei Heißluft 160-17 Grad Celsius) in 10 Minuten fertig. Nach dem Backen verteilen Sie bitte die restlichen Rucola-Stängel auf der Pizza und servieren Sie.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Pizza

Pizza Wedemark
mit Hackfleisch, Ei und Sauce Hollandaise

Menge: 1 Portion

250 Gramm Mehl
125 Milliliter Wasser, lauwarmes, 1 Paket Trockenhefe
2 Esslöffel Olivenöl, etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

500 Gramm Hackfleisch, gemischtes
2 Zwiebeln, 1 Dose Mais, abgetropfter
200 Gramm Sauce Hollandaise
2 Eier (Größe M), 200 Gramm Käse, geriebener
nach Belieben Meersalz
nach Belieben Pfeffer frisch aus der Mühle
nach Belieben Basilikum
nach Belieben Oregano
nach Belieben Tomaten - Paste

Hefeteig:

Stellen Sie aus dem Mehl, dem Wasser, der Hefe, dem Meersalz und dem frisch gemahlenem Pfeffer einen Hefeteig her. Sobald der etwas aufgegangen ist, geben Sie das Olivenöl zu und lassen ihn etwa 60 Minuten ruhen. Danach geben Sie den Hefeteig bitte in eine Backform.

Während der Teig ruht braten Sie das Hackfleisch an, verquirlen die Eier in einer kleinen Schüssel, würzen sie mit Meersalz und Pfeffer und geben die Eier zu dem Hackfleisch.

Dann verteilen Sie den Pizza-Teig auf einem mit Backpapier belegtem Backblech und bestreichen den Teig mit der Tomaten-Paste. Anschließend bestreichen Sie den Teig einfach mit der Tomatenmark und würzen ihn mit Basilikum und Oregano. Danach streuen Sie das Hackfleisch und den Mais über darüber. Nun schälen Sie die Zwiebeln, schneiden sie in Ringe und verteilen sie auf der Pizza. Jetzt verstreichen Sie die Sauce Hollandaise gleichmäßig auf den Zutaten und streuen zum Schluss den Käse darüber.

Danach wird die Pizza Wedemark nur noch im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 180 Grad Celsius (Heißluft) etwa 30 Minuten gebacken. Bitte servieren Sie die Pizza sofort und bewahren Sie sie wegen dem Hackfleisch und den Eiern nicht auf.

Arbeitszeit: etwa 25 Minuten

Backzeit: etwa 30 Minuten

Pizza

Pizza Shrimps
mit Rucola und Kirsch-Tomaten

Menge: 4 Portionen

250 Gramm Mehl
125 Milliliter Wasser, lauwarmes
1 Paket Trockenhefe
2 Esslöffel Olivenöl
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
500 Gramm Shrimps
1 Paket Käse
1 Zwiebel
4 Zehen Knoblauch
100 Gramm Rucola
15 Kirsch-Tomaten
1 Prisen Pizza-Gewürz
1 Dose Tomaten
1 Esslöffel Olivenöl

Hefeteig:

Stellen Sie aus dem Mehl, dem Wasser, der Hefe, dem Meersalz und dem frisch gemahlenem Pfeffer einen Hefeteig her. Sobald der etwas aufgegangen ist, geben Sie das Olivenöl zu und lassen ihn etwa 60 Minuten ruhen. Danach geben Sie den Hefeteig bitte in eine Backform.

Anschließend braten Sie die Shrimps in heißem Olivenöl mit einer Zwiebel und 2 Knoblauchzehen an. Die Dosen-Tomaten würzen Sie nun mit Meersalz, Pfeffer und etwas Pizza-Gewürz und geben sie auf den Hefeteig. Darauf folgen dann die Shrimps und dann wird das Paket Käse darauf verteilt. Das Ganze kommt jetzt bei 180 Grad Celsius (Umluft) oder bei 160 Grad Celsius (Heißluft) für etwa 25 Minuten in den Backofen.

Während die Pizza im Backofen ist, waschen Sie bitte den Rucola vorsichtig. Dann geben Sie 2 klein abgezogene und geschnittene Knoblauchzehen sowie die Kirsch-Tomaten dazu, würzen alles mit Meersalz und Pfeffer und geben zum Schluss etwas Olivenöl dazu.

Sobald die Pizza fertig ist, wird sie bitte in Portionen geschnitten und darauf geben Sie dann den Rucola - Salat.

Unser Tipp:

Nach eigenem Geschmack können Sie auf die Pizza noch ein paar kleine Tiefsee-Krabben drauf legen.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten, Ruhezeit: etwa 60 Minuten, Backzeit: etwa 25 Minuten

Pizza

Pizza Deutschland
mit Tomaten-Soße, Paprika und Oliven oder Aubergine

Menge: 1 Portion

300 Gramm Mehl
½ Paket Hefe
1 Teelöffel Meersalz
4 Esslöffel Olivenöl
200 Milliliter Wasser, lauwarm
4 Esslöffel Tomatenmark
½ Dose Tomaten, passierte
einige Kräuter, zum Beispiel Basilikum, Thymian, Oregano ...
100 Gramm Käse, geriebener
1 Paket Oliven, schwarze, alternativ 1 Aubergine
1 Paprika, rot, alternativ gehen auch 5-6 Tomaten
1 Dose Mais, alternativ gehen auch 1-2 gelbe Paprika

Außerdem:
etwas Backpapiere

Stellen Sie aus den ersten fünf Zutaten einen Hefeteig her, gießen Sie eventuell etwas Wasser nach beziehungsweise fügen Sie eventuell etwas Mehl hinzu, so dass der Teig nicht klebt. Dann lassen Sie den Pizza-Teig mindestens 60 Minuten gehen.

Danach wird der Teig schön dünn ausgerollt, am besten zwischen zwei Backpapieren. Dann legen Sie den Teig auf ein mit einem Backpapier auf ein Backblech, formen einen kleinen Rand und lassen den Teig nochmals kurz ruhen. Nun stechen Sie den Teig einige Male mit der Gabel ein, bepinseln ihn mit dem Tomatenmark, verteilen die passierten Tomaten darauf, würzen die Zutaten mit den Kräutern und verteilen den Käse darauf. Wir nehmen extra nicht so viel Käse, damit das Muster später gut erkennbar ist.

Anschließend halbieren Sie die Paprika (alternativ: Tomaten), entfernen den Strunk und die weißen Scheidenwände, spülen die Paprikaschote gründlich ab und schneide sie klein. Wenn Sie Aubergine statt Oliven nehmen, schneiden Sie diese bitte ebenfalls klein. Jetzt wird die Pizza in drei Streifen belegt - schwarz-rot-gelb, die Paprika beziehungsweise die Aubergine so legen, dass die Farbe oben liegt. Danach backen Sie die Pizza bei 200 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 180 Grad Celsius (Heißluft) etwa 30 Minuten.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten
Ruhezeit: etwa 60 Minuten
Bakzeit: etwa 30 Minuten

Pizza

Pizza Spaghetti
mit Spaghetti, Schinken, Salami,
Champignons und Ei

Menge: 6 Portionen

500 Gramm Nudeln (Spaghetti)
1 Esslöffel Gemüsebrühe (oder 1 Teelöffel Meersalz)
10 Eier
250 Milliliter Milch
500 Milliliter Tomaten, passierte
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
100 Gramm Schinken, gekochter
100 Gramm Salami
200 g Käse, gerieben
1 Dose Champignons
etwas Oregano
etwas Speiseöl (zum einfetten des Bleches)

Garen Sie die Spaghetti bissfest in Gemüsebrühe, gießen Sie die Nudeln nach der Garzeit durch ein Sieb und schrecken Sie sie mit heißem Wasser ab. dann verteilen Sie die Spaghetti auf ein mit Speiseöl eingefettetes Backblech.

Danach verquirlen Sie die Eier mit der Milch und verteilen sie auf den Spaghetti. Die passierten Tomaten kochen Sie bitte in einem kleinen Topf auf, schmecken sie mit Pfeffer, Meersalz und etwas Oregano ab und gießen sie ebenfalls über die Spaghetti. Anschließend belegen Sie die Zutaten mit dem Schinken, der Salami und den Champignons, streuen geraffelten Käse darüber und überbacken die Spaghetti-Pizza, und zwar 30 Minuten bei 200 Grad Celsius (Unterhitze) oder 180 Grad Celsius (Heißluft), damit die Eier richtig stocken. Zum Schluss lassen Sie das Gericht nochmals 15-30 Minuten bei 200 Grad Celsius (Umluft) oder bei 180 Grad Celsius (Heißluft) im Backofen und servieren es dann.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten
Backzeit: etwa 45-60 Minuten

Pizza

Pizza Mellendorf
mit Salami, Spicker, Peperoni, Mais und Weichkäse

Menge: 4 Portionen

Für den Teig:

4 Esslöffel Speiseöl
400 Gramm Mehl
30 Gramm Hefe
½ Teelöffel Zucker
225 Milliliter Wasser, lauwarmes
1 Teelöffel Meersalz

Für den Belag:

500 Gramm Tomaten
½ Teelöffel Meersalz
1 Prise Pfeffer frisch aus der Mühle
200 Gramm Schinken
100 Gramm Käse
50 Gramm Parmesan, geriebener
170 Gramm würziger Weichkäse (zum Beispiel Camembert, Gèramont oder Mozzarella)
8 Scheiben Salami
8 Peperoni, mild
1 Dose Mais a 300 Gramm)

4 Esslöffel Speiseöl

Sieben Sie das Mehl in eine Schüssel. Dann verrühren Sie die Hefe mit dem Zucker und dem Wasser in einer weiteren kleinen Schüssel, geben die Zutaten zu dem Mehl und verrühren sie mit dem Mehl. Das Meersalz und das Speiseöl fügen Sie danach hinzu und schlagen alles zu einem glattem, geschmeidigen Hefeteig. Den Teig bestreuen Sie bitte mit etwas Mehl und lassen ihn zugedeckt etwa 30 Minuten gehen.

Für den Belag schneiden Sie die Tomaten oben kreuzweise ein, geben sie in eine Schüssel, übergießen sie mit kochendem Wasser und lassen sie etwa 2 Minuten ziehen. Dann nehmen Sie die Tomaten mit einer Schaumkelle heraus, geben sie in eine weitere Schüssel und schrecken sie mit kaltem Wasser ab. Danach häuten Sie die Tomaten mit einem kleinem Küchen-Messer, entfernen jeweils den Strunk und schneiden die Tomaten in Scheiben. Den Schinken, die Salami und die Peperoni schneiden Sie jetzt bitte in kleine Stücke. Danach schneiden Sie den Weichkäse in Scheiben, geben den Mais zum Abtropfen in ein Sieb, reiben den Käse und mischen den Käse (nicht den Weichkäse) mit dem geriebenen Parmesankäse. Nun schneiden Sie bitte noch die Peperoni in Scheiben.

Pizza (Fortsetzung)

Anschließend bestäuben Sie bitte ein Backblech mit Mehl und heizen den Backofen auf 220 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze/ oder auf 200 Grad Celsius (Heißluft) vor. Den gegangenen Hefeteig kneten Sie jetzt noch einmal zusammen, schneiden ihn in 4 Teile und rollen jeden Teil auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem Kreis von 22 Zentimeter Durchmesser aus. Die Kreise legen Sie dann auf ein bemehltes Backblech oder rollen den Teig direkt auf dem Backblech aus; er soll etwa 3 Millimeter dick sein. Die Tomaten-Scheiben legen Sie nun auf den Pizza-Boden, salzen und pfeffern sie und legen die Wurst, die Peperoni-Scheiben und die Weichkäse-Scheiben auf die Tomaten. Den geriebenen Käse streuen Sie danach darüber und beträufeln alle Pizzen mit dem Speiseöl (oder Olivenöl). Dann schieben Sie die Pizzen auf der untersten Schiebe-Leiste etwa 15-20 Minuten in den Backofen und können sie danach sofort warm servieren.

Unser Tipp:

Der Pizza-Boden wird besonders knusprig, wenn Sie das Backblech direkt auf den Boden des Backofens schieben. Weicher wird der Pizza-Teig, wenn er auf einer Schiebe-Leiste gebacken wird.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Backzeit: etwa 15-20 Minuten

Pizza

Gefüllte Pizza

mit Tomatensauce, Mozzarella, frischen Champignons und Schinken oder Salami

Menge: 1 Portion

1 Portion reicht für 6-8 Stücke.

Für den Teig:

2 Pakete Trockenhefe

500 Gramm Mehl

½ Teelöffel Meersalz

8 Esslöffel Olivenöl

250 Milliliter Wasser, lauwarm

Für die Füllung:

500 Gramm Champignons, in Scheiben

200 Gramm Schinken, gekochter oder Salami, in Streifen

1 Gemüsezwiebel

2 Zehen Knoblauch

1 große Dose Tomaten, (Pizza-Tomaten)

250 Gramm Mozzarella, in Scheiben

1 Esslöffel Olivenöl

2 Teelöffel Pizza-Gewürz

etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Für den Belag:

2 Tomaten, in Scheiben

3 Stiele Oregano,

2 Zweige Rosmarin

1 Esslöffel Olivenöl

Vermischen Sie das Mehl mit der Hefe und 0,5 Teelöffel Meersalz, fügen Sie dann 8 Esslöffel Olivenöl und 250 Milliliter lauwarmes Wasser hinzu. Das Ganze verkneten Sie bitte zu einem glatten Teig und lassen ihn zugedeckt an einem warmen Ort etwa 60 Minuten gehen.

Die Zwiebel schälen Sie in der Zwischenzeit und schneiden sie in feine Würfel, den Knoblauch schälen Sie ebenfalls und hacken ihn klein. Nun erhitzen Sie 1 Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne, fügen den Knoblauch und 1 Esslöffel Zwiebel-Würfel hinzu und dünsten die Zutaten an. Dann geben Sie die Pizza-Tomaten hinzu und schmecken das Ganze mit Meersalz, Pfeffer und Pizza-Gewürz ab. Das Ganze lassen Sie jetzt bitte aufkochen und lassen es etwa 10 Minuten köcheln. Danach stellen Sie die Pfanne zur Seite und lassen es abkühlen.

Pizza (Fortsetzung)

Anschließend erhitzen Sie 1 Esslöffel Olivenöl und dünsten die restlichen Zwiebel-Würfel in einer weiteren Pfanne an. Dann geben Sie die Champignons mit in die Pfanne und braten sie mit an. Gewürzt werden die beiden Zutaten mit Meersalz, Pfeffer und Pizza-Gewürz, danach lassen Sie sie etwas abkühlen. Danach heben Sie 1/4 von den Mozzarella-Scheiben zusammen mit den Schinken-Streifen oder Salami-Streifen unter die Pilze.

Nun heizen Sie bitte den Backofen auf 200 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 180 Grad Celsius (Heißluft) vor.

Den Teig kneten Sie nebenbei nochmals durch und halbieren ihn. Die eine Hälfte rollen Sie jetzt auf einem, mit Backpapier ausgelegtem, Backblech oval aus und bestreichen sie mit der Tomaten-Soße. Lassen Sie bitte rundherum einen Rand frei. Die Pilz-Füllung verteilen Sie darauf und feuchten die Teig-Ränder, mit etwas Wasser an. Den restlichen Teig rollen Sie auf etwas Mehl ebenso aus, legen ihn auf die Pilz-Füllung und drücken die Ränder (mit einer Gabel oder den Fingern) an. Danach lassen Sie die gefüllte Pizza etwa 10 Minuten gehen.

Die abgspülten und trocken geschüttelten Kräuter zupfen Sie bitte in Stücke und verteilen sie zusammen mit den Tomaten-Scheiben und den Mozzarella-Scheiben auf der Pizza. Zum Schluss träufeln Sie 1 Esslöffel Olivenöl darüber und backen die Pizza im heißen Backofen etwa 30 Minuten.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Kochzeit/Backzeit: etwa 35 Minuten

Pizza

Pizza Mondo

mit Tomaten, Käse, Oregano
und Eiern und einer Wunschzutat

Für den Teig:

4 Esslöffel Öl
400 Gramm Mehl
30 Gramm Hefe
½ Teelöffel Zucker
225 Milliliter Wasser, lauwarmes
1 Teelöffel Meersalz

Für den Belag:

500 Gramm Tomaten
½ Teelöffel Meersalz
1 Prise Pfeffer frisch aus der Mühle
1 Dose Ananas (150 Gramm)
4 Eier
100 Gramm Käse
2 Esslöffel Oregano
50 Gramm Parmesan, geriebener
4 Esslöffel Speiseöl

Sieben Sie das Mehl in eine Schüssel. Dann verrühren Sie in einer weiteren Schüssel die Hefe mit dem Zucker und dem Wasser, geben die Mischung zu dem Mehl und verrühren sie mit dem Mehl. Danach fügen Sie bitte das Meersalz und das Speiseöl hinzu und schlagen die Zutaten zu einem glattem, geschmeidigen Hefeteig. Den Teig bestreuen Sie jetzt mit etwas Mehl und lassen ihn zugedeckt etwa 30 Minuten gehen.

Für den Belag schneiden Sie die Tomaten oben kreuzweise ein, geben sie in eine Schüssel, übergießen die Tomaten mit kochendem Wasser und lassen sie etwa 2 Minuten ziehen. Dann nehmen Sie die Tomaten mit einer Schaumkelle heraus, geben sie in eine weitere Schüssel und schrecken sie mit kaltem Wasser ab. Nun werden die Tomaten gehäutet, in Scheiben geschnitten und die Ananas in Stücke geschnitten. Den Käse reiben Sie bitte und vermischen ihn mit dem geriebenen Parmesan-Käse.

Zwischendurch heizen Sie bitte den Backofen auf 220 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 200 Grad Celsius (Heißluft) vor. Dann bestäuben Sie das Backblech mit Mehl.

Pizza (Fortsetzung)

Anschließend kneten Sie den gegangenen Hefeteig noch einmal zusammen, schneiden ihn in 4 Teile und rollen jeden Teil auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem Kreis von 22 Zentimeter Durchmesser aus. Die Kreise legen Sie dann auf ein bemehltes Backblech oder rollen den Teig direkt auf dem Backblech aus; er soll etwa 3 Millimeter dick sein. Danach legen Sie die Tomaten-Scheiben auf den Pizza-Boden und salzen und pfeffern sie.

Die Ananas-Stücke legen Sie auf die Tomaten und streuen den geriebenen Käse darüber. Jetzt können Sie Ihre Wunsch-Zutat mit darauf legen, die Pizzen mit etwas Oregano streuen und sie alle Pizzen mit dem Olivenöl beträufeln. Dann backen Sie sie auf der untersten Schiebe-Leiste 15-20 Minuten. Zum Schluss werden die Pizzen warm serviert.

Unser Tipp:

Der Pizza-Boden wird besonders knusprig, wenn Sie das Backblech direkt auf den Boden des Backofens schiebt. Weicher wird der Teig natürlich, wenn er auf einer Schiebe-Leiste gebacken wird.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Pizza

Pizza Donatello
mit Tomaten, Ananas, Käse und Parmesan

Menge: 4 Portionen

Für den Teig:

4 Esslöffel Speiseöl
400 Gramm Mehl
30 Gramm Hefe
½ Teelöffel Zucker
225 Milliliter Wasser, lauwarmes
1 Teelöffel Meersalz

Für den Belag:

½ Kilogramm Tomaten
½ Teelöffel Meersalz
1 Prise Pfeffer frisch aus der Mühle
1 Dose Ananas (150 Gramm)
100 Gramm Käse
50 Gramm Parmesan, geriebener
4 Esslöffel Olivenöl

Sieben Sie das Mehl in eine Schüssel. Dann verrühren Sie in einer weiteren Schüssel die Hefe mit dem Zucker und dem Wasser, geben die Mischung zu dem Mehl und verrühren sie mit dem Mehl. Danach fügen Sie bitte das Meersalz und das Speiseöl hinzu und schlagen die Zutaten zu einem glattem, geschmeidigen Hefeteig. Den Teig bestreuen Sie jetzt mit etwas Mehl und lassen ihn zugedeckt etwa 30 Minuten gehen.

Pizza (Fortsetzung)

Für den Belag schneiden Sie die Tomaten oben kreuzweise ein, geben sie in eine Schüssel, übergießen die Tomaten mit kochendem Wasser und lassen sie etwa 2 Minuten ziehen. Dann nehmen Sie die Tomaten mit einer Schaumkelle heraus, geben sie in eine weitere Schüssel und schrecken sie mit kaltem Wasser ab. Nun werden die Tomaten gehäutet, in Scheiben geschnitten und die Ananas in Stücke geschnitten. Den Käse reiben Sie bitte und vermischen ihn mit dem geriebenen Parmesan-Käse.

Zwischendurch heizen Sie bitte den Backofen auf 220 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 200 Grad Celsius (Heißluft) vor. Dann bestäuben Sie das Backblech mit Mehl.

Anschließend kneten Sie den gegangenen Hefeteig noch einmal zusammen, schneiden ihn in 4 Teile und rollen jeden Teil auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem Kreis von 22 Zentimeter Durchmesser aus. Die Kreise legen Sie dann auf ein bemehltes Backblech oder rollen den Teig direkt auf dem Backblech aus; er soll etwa 3 Millimeter dick sein. Danach legen Sie die Tomaten-Scheiben auf den Pizza-Boden und salzen und pfeffern sie. Die Ananas-Stücke legen Sie auf die Tomaten, streuen den geriebenen Käse darüber und beträufeln alle Pizzen mit dem Olivenöl. Die Pizzen backen Sie zum Schluss auf der untersten Schiebe-Leiste 15-20 Minuten. Dann werden die Pizzen warm serviert.

Unser Tipp:

Der Pizza-Boden wird besonders knusprig, wenn Sie das Backblech direkt auf den Boden des Backofens schiebt. Weicher wird der Teig natürlich, wenn er auf einer Schiebe-Leiste gebacken wird.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Pizza

Pizza Michelangelo
mit Tomatensauce, Oliven, Mais, Thunfisch und Parmesan
für 6 Pizzen

Menge: 4 Portionen

Für den Teig:

500 Gramm Mehl
4 Gramm Hefe
2 Esslöffel Olivenöl
300 Milliliter Wasser
10 Gramm Meersalz

Für die Tomatensauce:

200 Gramm Zwiebeln
1 Esslöffel Knoblauch
2 Esslöffel Olivenöl
2 Esslöffel Tomatenmark
1 Dose Pizzatomaten, etwa 400 Gramm
2 Lorbeerblätter
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Oregano
etwas Basilikum

Für den Belag:

1 Dose Mais, etwa 300 Gramm
1 Dose Thunfisch, Inhalt etwa 210 Milliliter
200 Gramm Oliven
200 Gramm Parmesan

Geben Sie für den Teig alle Zutaten in eine Schüssel und kneten Sie den Teig mindestens 5 Minuten gut durch. Dann lassen Sie den Teig etwa 30 Minuten gehen. Danach teilen Sie den Teig in 6 Portionen und formen diese jeweils zu Kugeln.

Pizza (Fortsetzung)

Für die Sauce ziehen Sie bitte zunächst eine Zwiebel ab und schneiden sie in kleine Würfel. Die Danach ziehen Sie den Knoblauch ab und schneiden ihn ebenfalls in kleine Würfel. Die Zwiebel-Würfel braten Sie mit dem Knoblauch in heißem Olivenöl in einer Pfanne vorsichtig an, fügen das Tomatenmark hinzu, lassen es etwas Tomatisieren (für einen besseren Geschmack anrösten), füllen das Ganze mit den Pizzatomaten auf und lassen alles einmal aufkochen. Jetzt reduzieren Sie die Hitze etwas und lassen die Soße etwa 30 Minuten dicklich einkochen. Die Soße würzen Sie anschließend noch mit Kräutern und Gewürzen nach Ihrem Geschmack.

Zwischendurch heizen Sie den Backofen auf 220 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 200 Grad Celsius (Heißluft) vor.

Dann rollen Sie die Teigkugeln aus und geben die Tomatensoße darauf. Danach belegen Sie die Pizzen nach eigenem Geschmack mit Thunfisch, Mais und Oliven.

Zum Schluss werden die Pizzen etwa 15 - 20 gebacken. Kurz vor dem Ende der Backzeit geben Sie noch den Parmesan über die Pizzen, backen die Pizzen noch 2-3 Minuten und können danach sofort servieren.

Arbeitszeit 30 etwa Minuten

Ruhezeit: etwa 30 Minuten

Backzeit: etwa 60 Minuten

Pizza

Pizza Leonardo
mit Tomaten, Käse, Salami und Ei

Menge: 1 Portion

7 Scheiben Salami
2 kleine Tomaten frisch
2 Eier (Größe M)
2 Scheiben Käse
Pfeffer aus der Mühle schwarz
etwas Majoran
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Butter zum Braten

Außerdem:
etwas Butter und Brot Ihrer Wahl (zum dazu reichen)

Lassen Sie in einer Pfanne etwas Butter schmelzen. Darin braten Sie dann die Salami-scheiben an und geben die in Scheiben gewaschenen und geschnittenen Tomaten hinzu. Dann schlagen die Eier in einer kleinen Schüssel, würzen sie mit etwas Pfeffer und Majoran geben die Eier darüber. Nun lassen die Eier stocken. Wenn das Ei fasst fertig gebraten ist schneiden Sie den Käse in kleine Stücke und geben ihn über das Gericht. Danach wird die Pfanne mit einem Deckel geschlossen und Sie lassen den Käse schmelzen.

Pizza

Pizzabrot mit Knoblauch, Pizza-Sauce und Olivenöl

Menge: 4 Portionen

200 Gramm Weizenmehl
100 Milliliter Wasser
5 Gramm Meersalz
5 Milliliter Olivenöl
8 Gramm Hefe, frisch

Für den Belag:

100 Milliliter Sauce, (Pizzasauce, Fertigprodukt oder selbstgemacht)
5 Zehen Knoblauch
2 Esslöffel Olivenöl

Stellen Sie aus dem Mehl, dem Wasser, dem Meersalz, etwas Olivenöl und der Hefe einen Teig her und lassen Sie ihn etwa 30 Minuten gehen. Danach rollen Sie den Teig auf einem Backblech dünn aus.

Nun pressen Sie den Knoblauch durch eine Knoblauch-Pressen (oder zermalen ihn mit einem Messer und etwas Meersalz zu einer Paste), vermischen die Paste mit dem Olivenöl und streichen sie auf den Teig. Dann verteilen Sie die Pizza-Soße auf dem Teig und backen das Pizzabrot zum Schluss bei höchstmöglicher Ofentemperatur solange, bis der Teig knusprig ist.

Dieses Pizzabrot schmeckt sehr gut zu einem frischen Salat.

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten
Ruhezeit: etwa 30 Minuten
Backzeit: etwa 10 Minuten

Pasta

Vegane Kürbis-Pansotti

Menge: 4 Portionen

Für den Nudelteig:

180 Gramm Hartweizengrieß

180 Gramm Weizenmehl

etwas Weizenmehl zum Arbeiten

Für die Füllung:

1 Zwiebel

2 Esslöffel vegane Margarine (zum Beispiel Alsan)

2 Esslöffel Olivenöl

400 Gramm Hokkaido-Kürbis

100 Milliliter Gemüsebrühe

4 Milliliter Weißwein (oder hellen Traubensaft)

3 Teelöffel Meersalz

150 Gramm veganer Quark

Außerdem:

4 Esslöffel Olivenöl

2 Salbei-Zweige

¼ Teelöffel Meersalz

Nudelteig:

Geben Sie den Hartweizengrieß, das Mehl und 140 Milliliter Wasser in eine Schüssel und verkneten Sie die Zutaten in etwa 5 Minuten zu einem elastischen Teig. Dann lassen Sie den Teig mit einem sauberen Küchentuch zugedeckt etwa 45 Minuten im Kühlschrank ruhen.

Füllung:

Für die Füllung ziehen Sie die Zwiebel ab und schneiden sie in feine Würfel. Danach erhitzen Sie vegane Margarine und etwas Speiseöl in einem Topf und dünsten die Zwiebel-Würfel darin bei mittlerer Hitze in etwa 4-5 Minuten glasig. Anschließend waschen Sie den Kürbis, entkernen ihn und schneiden ihn in etwa 5 Millimeter große Würfel. Die Kürbis-Würfel geben Sie nun bitte zu den Zwiebel-Würfeln und dünsten sie bei mittlerer Hitze etwa 5 Minuten mit. Dabei müssen Sie ab und zu umrühren. Abgelöscht wird danach mit der Gemüsebrühe und dem Wein (oder wenn Kinder mitessen mit hellem Traubensaft), dann garen Sie das Ganze bei geringer Hitze in etwa 15 Minuten weich. Dabei müssen Sie bitte häufig umrühren. Den Kürbis schmecken Sie anschließend mit Salz ab. Jetzt nehmen Sie alles von der Kochstelle und lassen die Füllung auskühlen. Danach heben Sie bitte den Quark unter.

Pasta (Fortsetzung)

Zubereitung:

Rollen Sie den Teig auf wenig Mehl dünn zu Bahnen aus. Dann schneiden Sie Quadrate (etwa 10 x 10 Zentimeter) daraus aus. Danach belegen Sie den Teig mit je 2 Teelöffel Füllung und klappen ihn zu Dreiecken zusammen. Die Ränder drücken Sie bitte mit einer Gabel gut zusammen. Die Teigtaschen bestäuben Sie nun mit Mehl und legen sie nebeneinander auf eine bemehlte Arbeitsfläche, damit sie nicht zusammenkleben.

Anschließend geben Sie Olivenöl mit den Salbei-Blättern und Meersalz in eine heiße Pfanne. Die Pansotti braten Sie jetzt in dem heißem Öl bei mittlerer Hitze etwa 3 Minuten. Danach gießen Sie 120 Milliliter Wasser an und garen die Teigtaschen etwa 7 Minuten mit geschlossenem Deckel. Die Pansotti richten Sie zum Schluss auf vorgewärmten Tellern an, beträufeln sie mit dem Salbei-sud und servieren sie mit den Salbeiblättern garniert.

Arbeitszeit: etwa 85 Minuten

Ruhezeit: etwa 45 Minuten

Pasta

Ravioli mit Spinat-Ricotta in Salbei-Butter

Menge: 3 Portionen

Für den Teig:

2 Eigelb (Größe M), 1 Esslöffel Olivenöl, 1 Ei (Größe M),
250 Gramm Mehl, etwas Meersalz

Für die Füllung:

250 Gramm Blattspinat, 1 Knoblauchzehe nach Geschmack
1 Esslöffel Butter, 150 Gramm Parmesan, 200 Gramm Ricotta
1 Eigelb (Größe M), etwas Meersalz, etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Muskat

Für die Sauce:

3 Esslöffel Butter, 1 Handvoll Salbeiblätter, abgezupfte

Außerdem:

etwas Klarsichtfolie, 1 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant)

Für den Teig verkneten Sie alle Zutaten gut, wickeln den Teig dann in Klarsichtfolie ein und lassen ihn für etwa 60 Minuten im Kühlschrank ruhen.

Dann waschen Sie die Spinatblätter, erhitzen sie kurz in wenig Wasser und lassen sie zusammenfallen. Danach drücken Sie den Spinat gut aus, hacken ihn fein und dünsten ihn mit der Butter und dem Knoblauch kurz an. Nun fügen Sie den Parmesan, den Ricotta und das Eigelb hinzu, verrühren alles nochmals gut und schmecken es mit Meersalz, Pfeffer und Muskat ab.

Anschließend rollen Sie den Teig dünn aus und stechen mit einem Glas etwa 8 Zentimeter große Kreise aus, es sollten 16 Stück werden. Danach setzen Sie bitte jeweils einen Teelöffel der Füllung auf den ausgestochenen Teig, nicht ganz in der Mitte, so dass Sie die andere Teighälfte darüber klappen können. Die Ränder drücken Sie bitte gut zusammen, damit beim Kochen nichts herausquellen kann. Danach drücken Sie mit einer Gabel bitte noch ein schönes Muster auf die Ränder.

Die Ravioli lassen Sie jetzt in leicht kochender Gemüsebrühe mit einem Schuss Olivenöl in etwa 8 Minuten gar ziehen. Dann lassen Sie sie gut abtropfen und richten die Ravioli auf vorgewärmten Tellern an.

Zum Schluss lassen Sie noch Butter in der Pfanne aufschäumen, rösten die Salbei-blättchen kurz darin an und sie geben dann mit der Butter über die Ravioli.

Arbeitszeit: etwa 40 Minuten, Ruhezeit: etwa 60 Minuten, Kochzeit: etwa 15 Minuten

Pasta

Ravioli di ricotta e pesce con Salsa di carciofi
Ravioli mit Ricotta und Fisch mit Artischocken-Sauce

Menge: 4 Portionen

Für den Teig:

400 Gramm Mehl, 1 mittel-großes Ei, 1 Esslöffel Speiseöl

Für die Füllung:

300 Gramm Fischfilets, zum Beispiel Seebarsch, 1 Esslöffel Butter, 60 Gramm Ricotta
1 mittel-großes Ei (Größe M), eventuell Muskat, 50 Gramm Parmesan, frisch gerieben
etwas Meersalz, 1 Bund Basilikum

Für die Sauce:

8 kleine Artischocken, 1 Zitronen, unbehandelt, 1 kleine Schalotte, fein gehackt
1 Esslöffel Speiseöl, 1 Glas Weißwein (oder hellen Traubensaft), etwas Meersalz,
1 Bund Petersilie, gehackt

Außerdem:

1 Esslöffel Fischbrühe (Instant)

Für den Teig:

Verrühren Sie alle Teig-Zutaten miteinander.

Dann formen Sie den Teig zu einem Kloß und lassen ihn unter einem feuchten Tuch
mindestens 30 Minuten (besser 60 Minuten) ruhen. Danach lassen Sie den Teig
durch die Nudelmaschine und legen die Teig-Platten auf einem bemehlten Brett
zum Füllen bereit.

Die Füllung:

Dünsten Sie den Fisch in heißer Butter an und lassen Sie den Fisch anschließend
etwas abkühlen. Danach vermischen Sie den Fisch mit dem Ei und den anderen
Zutaten für die Füllung. Gewürzt wird die Masse jetzt mit Meersalz und Basilikum.
Nun füllen Sie den Nudelteig mit der Füllung portionsweise (Ravioli) und garen
die Ravioli in siedender Fischbrühe.

Artischocken-Sauce:

Putzen Sie nun die Artischocken, vierteln Sie sie und legen Sie die Artischocken
in Zitronenwasser. Dann dünsten Sie die abgezogene Schalotte im Speiseöl an
geben die Artischocken dazu und braten sie ebenfalls an. Abgelöscht werden die
Artischocken nun mit Weißwein (oder wenn Kinder mitessen mit hellen Traubensaft)
und zum Schluss lassen Sie das Ganze etwa 15 Minuten zugedeckt köcheln.

Die fertigen Ravioli mischen Sie bitte mit der Sauce, bestreuen sie mit abgespülter,
trocken geschüttelter und gehackter Petersilie und servieren das Gericht.

Arbeitszeit: etwa 60 Minuten, Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Pasta

Ravioli di ricotta e spinaci
Ricotta-Spinat-Füllung für Ravioli.

Menge: 4 Portionen
Die Füllung reicht für 1 Portion Ravioli-Teig (ergibt 54–60 Stück).

Füllung:
250 Gramm tiefgekühlter Blattspinat, aufgetaut, ausgedrückt, gehackt
250 Gramm Ricotta
50 Gramm Parmesan, gerieben
1 Knoblauchzehe, gepresst
1/2 Teelöffel Meersalz
wenig Pfeffer
wenig Muskat

Ravioli-Teig:
250 Gramm Weißmehl oder Zopf-Mehl oder Teigwaren-Mehl

1.5 Deziliter Flüssigkeit:
2 frische Eier (Größe M)
1 Esslöffel Speiseöl
3 Esslöffel Wasser

Außerdem:
1 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant)

Geben Sie alle Zutaten für die Füllung in eine Schüssel, mischen Sie sie gut und stellen Sie die Füllung dann kühl.

Dann geben Sie das Mehl für den Ravioli-Teig in eine Schüssel, verkneten es gut mit der Flüssigkeit (den Eiern, dem Speiseöl und dem Wasser) mischen es und kneten die Zutaten zu einem glattem, geschmeidigem, elastischem Teig. Danach formen Sie bitte Kugeln und lassen sie unter einer heiss ausgespülten Schüssel bei Raumtemperatur etwa 30 Minuten ruhen. Anschließend formen Sie Ravioli, geben die Füllung hinein und drücken die Oberseite der Ravioli mit einer Gabel an.

Zum Schluss werden die Ravioli in siedender Gemüsebrühe gegart.

Dazu können Sie zum Beispiel eine Gorgonzola-Sauce oder flüssige Butter reichen.

Arbeitszeit: etwa 45 Minuten

Pasta

Consortium cotechino di Modena

Menge: 8 Portionen

1 vorgekochte Cotechino Modena (Nudeln)
1 Esslöffel Gemüsebrühe
1 Packung Linsen aus der Dose
1 Granatapfel
1 Schalotte
1 Zweige Rosmarin
16 vol au vent (Pasteten)
etwas Natives Olivenöl extra nach Geschmack

Bereiten Sie den Cotechino nach Anleitung mit der Gemüsebrühe zu. Währenddessen schälen Sie die Schalotte, schneiden sie in Würfel und braten Sie mit dem Rosmarin in etwas heißem Olivenöl an. Dann geben Sie die Linsen dazu und kochen die Zutaten.

Nebenbei schneiden Sie den Cotechino in Scheiben, dann in Würfel und fügen die vorgerückten Teile vom Schnitt zu den Linsen hinzu. Die Hälfte der Linsen mischen Sie bitte und fügen eventuell einen Tropfen Wasser und einen Spritzer Olivenöl hinzu um eine glatte Creme zu erhalten, die Sie als Basis in die Pasteten geben. Dann geben Sie die Linsen und die Cotechino-Würfel dazu, dekorieren das Gericht zum Schluss mit Granatapfelkernen und servieren es.

Pasta

Pomodori ripieni alla napoletana

Menge: 2 Portionen

2 Tomaten (frisch) 4 reife, mittelgroße Fleischtomaten (à etwa 200 Gramm)

50 Gramm Spaghetti

1/2 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant)

38 Gramm Tomaten (passata)

1/2 Esslöffel Basilikum

10 Gramm Parmesan

1/2 Esslöffel Olivenöl extra vergine

etwas Meersalz

etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Spülen Sie die Tomaten und den Basilikum gut ab, trocknen Sie die Tomaten gut ab und schütteln Sie den Basilikum kurz trocken. Dann schneiden Sie bitte von den Tomaten die Deckel ab und höhlen sie vorsichtig mit einem Teelöffel aus. Danach entfernen Sie das Fruchtfleisch oder nutzen es für ein anderes Gericht (zum Beispiel Tomatensalat). Die Tomaten stellen Sie jetzt bitte umgedreht auf ein Gitter und lassen sie kurz austropfen.

Anschließend kochen Sie die Nudeln in Gemüsebrühe fast al dente kochen (wir kochen Nudeln wegen dem Geschmack lieber mit Gemüsebrühe anstatt in Salzwasser). Nebenbei zerupfen Sie den Basilikum und reiben bitte den Käse.

Danach erhitzen Sie in einem kleinen Topf das Olivenöl, fügen die Tomaten-Passata und das Basilikum hinzu und lassen das Ganze auf niedriger Temperatur etwa 5-6 Minuten köcheln. Gewürzt wird das Tomatensugo mit Meersalz und Pfeffer.

Nun gießen Sie die Nudeln ab, spülen sie kurz mit heißem Wasser ab und geben sie zurück in den Nudel-Kochtopf. Das Tomatensugo geben Sie bitte zu den Nudeln, fügen den Käse hinzu und vermengen alles gut miteinander. Nun befüllen Sie die Tomaten mit den Nudeln und setzen sie in eine leicht geölte Auflaufform.

Zum Schluss wird das Gericht im Backofen etwa 30 Minuten bei 200 Grad Celsius (Oberhitze /Unterhitze) oder bei 180 Grad Celsius (Heißluft) gebacken.

Pasta

Bucatini Amatriciana

Menge: 2 Portionen

200 Gramm Bauchspeck, italienischer
1 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant), 2 kleine Chilischote(n), getrocknete, zerdrückte
1 Knoblauchzehe, 1 Zwiebel
2 Esslöffel Tomatenmark mit Gemüse (aus der Tube)
1 Dose Tomaten, gehackte
½ Bund Petersilie, glatte
2 Esslöffel Sonnenblumenöl oder Rapsöl
4 Esslöffel Olivenöl, etwas Zucker, etwas Meersalz
200 Gramm Bucatini, 50 Gramm Pecorino, frisch gerieben
etwas Weißwein oder hellen Traubensaft

Hacken Sie zuerst die ab gespülte und trocken geschüttelte Petersilie und stellen Sie sie beiseite. Dann schälen Sie die Knoblauchzehe und vierteln sie und schneiden die abgezogene Zwiebel in kleine Würfel.

Danach erhitzen Sie bitte eine Kasserolle mit Sonnenblumenöl (oder Rapsöl) und dünsten die Zwiebeln darin bei geringer an. Wenn die Zwiebel-Würfel beginnen glasig zu werden, geben Sie bitte etwa 1/3 der glatten Petersilie, die Chili-Schoten und die geviertelte Knoblauchzehe dazu. Nach wenigen Minuten geben Sie den Bauchspeck dazu. Nun braten Sie alles so lange weiter bei geringer Hitze, bis der Bauchspeck ein wenig kross geworden ist. Anschließend geben Sie das Tomatenmark dazu und lassen es ein wenig rösten (Tomatisieren, für einen besseren Geschmack). Abgelöscht werden die Zutaten dann mit dem Weißwein (oder mit hellem Traubensaft, wenn Kinder mitessen) und danach geben Sie bitte die gehackten Tomaten dazu. Jetzt schmecken Sie das Ganze mit Zucker und Meersalz ab und lassen die Sauce etwa 40 Minuten auf kleiner Hitzezufuhr köcheln.

In der Zwischenzeit setzen Sie bitte rechtzeitig Wasser mit 1 Esslöffel Gemüsebrühe (wir kochen Nudeln wegen dem Geschmack immer in Gemüsebrühe) für die Nudeln auf und kochen die Bucatini bissfest. Während des Kochens der Nudeln geben Sie bitte immer wieder etwas Kochwasser an die Tomatensauce.

Kurz bevor die Bucatini fertig sind, geben Sie bitte einen kräftigen Schuss Olivenöl in die Tomatensauce, dann wird sie schön sämig und auch leicht glänzend. Jetzt geben Sie auch die restliche Petersilie und lassen die Sauce bitte nicht mehr kochen !

Die Bucatini geben Sie bitte direkt aus dem Kochwasser in die Sauce, mischen alles durch und verteilen das Gericht auf vorgewärmte Teller. Zum Schluss wird die Bucatini mit frisch geriebenem Pecorino sofort serviert.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Kochzeit: etwa 50 Minuten

Pasta

Spaghetti aglio, olio e peperoncino

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Spaghetti (Hartweizen-Spaghetti), 1 Tomate
5 Knoblauchzehen, 2 Peperoni, 5 Esslöffel Petersilie
2 Teelöffel Gemüsebrühe-Pulver (Delikatessbrühe)
100 Milliliter Olivenöl, nativ
40 Gramm Käse, zum Beispiel Grana Padano oder Pecorino, 1 Jahr Reifegrad
1 Teelöffel Basilikum, 1 Teelöffel Oregano
½ Teelöffel Meersalz, 2-3 Esslöffel Speiseöl

Kochen Sie zunächst die Spaghetti nach Packungs-Anleitung in Meersalz al dente. Kurz vor Ende der Garzeit benötigen sie noch 2 Kellen des Kochwassers, bitte nicht vergessen.

Den Hartkäse zerkleinern Sie mit einer Reibe. Dann schneiden Sie die abgespülte Tomate in kleine Würfel und geben sie in eine Schüssel. Danach schneiden Sie den abgezogenen Knoblauch klein, salzen ihn leicht. warten kurz (damit das Salz Wasser ziehen kann) und zerdrücken den Knoblauch dann mit einem Messer zu einer Paste. Durch das Meersalz wird der Knoblauch übrigens beim Zerdrücken zu einer Paste. Diese geben Sie anschließend ebenfalls mit in die Schüssel. Den Basilikum, den Oregano, die abgespülte, kurz trocken geschüttelte Petersilie und die Peperoni schneiden Sie bitte auch klein und geben die Zutaten dann ebenfalls mit in die Schüssel. Nun geben Sie das Delikatess-Brühe-Pulver hinzu und die Würzmischung ist fertig. Jetzt geben Sie bitte die 2 Kellen des Kochwassers hinzu - Sie sollten unbedingt dieses Wasser verwenden, denn die Nudeln haben beim Kochen eine Menge Stärke abgegeben, die Sie brauchen. Dann verrühren Sie die Mischung gut und lassen sie etwa 2-3 Minuten ziehen. Wenn die Würzmischung leicht versalzen schmeckt, ist sie genau richtig.

Dann gießen Sie die Nudeln ab, spülen sie kurz mit heißem Wasser ab, lassen sie in einem Sieb gut abtropfen und schwenken die Nudeln in einer Pfanne mit heißen Speiseöl maximal 1 Minute. Danach geben Sie die Würzmischung hinzu, schwenken alles gut durch und geben dann den geriebenen Hartkäse dazu. Dieser wirkt als Bindemittel und die flüssige Würzmischung verbindet sich jetzt mit den Nudeln.

Vor dem Servieren geben Sie noch das kalte Olivenöl über das Gericht und vermischen es gut. Nicht vorher ! Das Öl verliert extrem an Geschmack und Qualität, wenn es erhitzt wird. Wenn Sie mögen, geben Sie jetzt noch etwas Hartkäse oben auf das Gericht.

Wie in vielen italienischen Rezepten ist es auch bei diesem Gericht vor allem die korrekte Zubereitung, die den Unterschied macht.

Pasta

Linguine mit Garnelen in Proseccorahm

Menge: 4 Portionen

100 Gramm Schalotten
400 Gramm Garnelen, geschälte
100 Gramm Butter
400 Milliliter Prosecco
200 Milliliter Sahne
400 Gramm Linguine
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Zitronensaft
etwas Basilikum

Kochen Sie die Linguine nach Packungsanweisung in Salzwasser al dente.

Die Schalotten schälen Sie und hacken sie klein. Dann braten Sie sie zusammen mit den Garnelen in der Butter an, nehmen die Garnelen heraus und löschen den Bratsatz mit Prosecco und Sahne ab. Die Sauce lassen Sie nun bitte etwas ein-reduzieren. Danach legen Sie die Garnelen wieder in die Sauce, lassen sie rasch wieder aufkochen und schmecken sie mit Pfeffer, Meersalz und etwas Zitronensaft ab.

Die Linguine gießen Sie anschließend ab, spülen sie kurz mit heißem Wasser ab, lassen sie in einem Sieb abtropfen und geben die Linguine in eine Schüssel. Danach heben Sie den Prosecco-Rahm mit den Garnelen unter und garnieren das Gericht mit etwas frisch gehacktem Basilikum.

Als Getränk empfehlen wir entweder den restlichen Prosecco, oder einen gut gekühlten Grauen Burgunder.

Ein Tipp:

Linguine ist eine Pasta-Art, die Spaghetti sehr ähnelt, jedoch flach ist.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Pasta

Linguine con Scampi
mit Krebsuppenpaste

Menge: 2 Portionen

2 Packete Scampi
350 Gramm Linguine (siehe Tipp)
1 dicke Knoblauchzehen
300 Milliliter Milch
200 Milliliter Sahne
1 Paket Krebsuppenpaste
etwas Speiseöl
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Kochen Sie die Linguine in Salzwasser al dente.

Während die Linguine kochen braten Sie bitte die Scampi in Knoblauch und Speiseöl an.
Dann geben Sie Milch, Sahne und die Krebsuppenpaste dazu (durch die Krebsuppenpaste wird die Sauce automatisch dicker).

Abgeschmeckt wird das Gericht mit Meersalz und Pfeffer und anschließend mit den Linguine gemischt. Zum Schluss richten Sie alle Zutaten bitte auf vorgewärmten Tellern an.

Ein Tipp:

Linguine ist eine Pasta-Art, die Spaghetti sehr ähnelt, jedoch flach ist.

Arbeitszeit: etwa 5 Minuten

Pasta

Linguine Frutti di Mare
Pasta mit Meeresfrüchte

500 Gramm Linguine (siehe Tipp)
500 Gramm Meeresfrüchte gemischte (Garnelen, Muscheln, und so weiter nach Geschmack), Tiefkühl
250 Gramm Riesengarnelen (King Prawns), Tiefkühl
200 Gramm Surimi (Krebsfleischersatz), in Rollen
3 Knoblauchzehen, frisch
1 Paket Tomaten, passierte
etwas Basilikum
etwas Kräuter, italienische
1 Chilischote, getrocknet oder frisch
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Garen Sie die Linguine in kochendem Salzwasser bissfest und nach Packungsanweisung.

Dann erhitzen Sie das Olivenöl in einer großen Pfanne, pressen nebenbei die Knoblauch-Zehen durch eine Knoblauchpresse und geben die Paste in das erhitze Olivenöl. Die Tiefkühl-Meeresfrüchtemischung und die Garnelen geben Sie bitte dazu und garen alles bis die austretende Flüssigkeit beinahe vollständig verdampft ist. In der Zwischenzeit schneiden Sie die Chilischote klein. Die pürierten Tomaten, das Basilikum, die Chili-Stückchen und die italienischen Kräuter geben Sie nun bitte dazu und schmecken das Ganze mit Meersalz und Pfeffer ab.

Wenn die Nudeln gar sind, abgießen Sie sie ab, spülen sie mit heißem Wasser ab, lassen sie kurz in einem Sieb abtropfen und vermischen die Linguine dann sofort in der Pfanne mit der Sauce. Zum Schluss mengen Sie bitte noch das klein geschnittene Surimi unter und richten dann auf vorgewärmten Tellern an.

Ein Tipp:

Linguine ist eine Pasta-Art, die Spaghetti sehr ähnelt, jedoch flach ist.

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten

Kochzeit: etwa 15 Minuten

Pasta

Linguine

mit Erbsen, grünem Spargel und Garnelen

Menge: 3 Portionen

200 Gramm Linguine (siehe Tipp)

300 Gramm Garnelen, küchenfertige

150 Gramm Erbsen, Tiefkühl

500 Gramm Spargel, grüner

1 Zitrone

2 Knoblauchzehen

1 Esslöffel Olivenöl

150 Gramm Gemüsebrühe (Instant)

100 Gramm Cremefine, zum Kochen

1 Paket Schnittlauch, Tiefkühl (oder frischen)

etwas Meersalz

etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Lassen Sie die Erbsen erst ein bisschen antauen. Dann spülen Sie die Garnelen und die Erbsen kurz mit kaltem Wasser ab und tupfen sie trocken. Die Nudeln garen Sie bitte nach Packungsangabe in der Salzwasser bissfest.

Währenddessen schälen Sie von dem grünen Spargel das untere Drittel und schneiden das Enden ab. Die Spargel-Stangen schneiden Sie jetzt schräg in Stücke, pressen danach die Zitrone aus, enthäuten den Knoblauch und schneiden ihn in kleine Würfel.

Anschließend erhitzen Sie das Olivenöl in einer großen Pfanne und braten den Spargel und die Garnelen kurz an. Dann fügen Sie den Knoblauch und die Erbsen zu und braten alles eine Minute weiter. Das Ganze wird mit Meersalz und Pfeffer gewürzt. Nun gießen Sie die Nudeln in ein Sieb, spülen sie mit warmen Wasser ab und lassen sie abtropfen. Die Gemüsebrühe und die Koch-Sahne geben Sie nun mit den abgetropften Nudeln hinein. Die Zutaten lassen Sie bitte etwa 5-6 Min köcheln und schmecken sie dann mit Meersalz, Pfeffer und etwas Zitronensaft ab. Jetzt spülen Sie den Schnittlauch ab, schneiden ihn in feine Röllchen und streuen ihn über die Nudel-Pfanne. Zum Schluss richten Sie das Gericht auf vorgewärmten Tellern an und servieren es.

Bestimmt reicht das Rezept auch für 4 Personen, aber es schmeckt so gut, dass man gern mehr isst.

Ein Tipp:

Linguine ist eine Pasta-Art, die Spaghetti sehr ähnelt, jedoch flach ist.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Kochzeit: etwa 15 Minuten

Pasta

Penne all'arrabbiata

Menge: 4 Portionen

400 Gramm Penne
1 Esslöffel Gemüsebrühe
100 Gramm Speck, durchwachsen
500 Gramm Tomaten, frisch oder 1 große Dose Pelati
1 Bund Petersilie, glatte
2 kleine Chilischote(n), rote
50 Gramm Parmesan oder Pecorino, frisch gerieben
1 Zwiebel
2 Zehen Knoblauch
2 Esslöffel Butter
etwas Meersalz
etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle

Schneiden Sie den Speck in feine Streifen. Dann schneiden Sie die Tomaten oben kreuzweise ein, geben sie in eine Schüssel, übergießen die Tomaten mit kochendem Wasser und lassen sie etwa 2 Minuten ziehen. Nach dem Ziehen nehmen Sie die Tomaten mit einer Schaumkelle heraus, geben sie in eine weitere Schüssel und schrecken sie mit kaltem Wasser ab. Danach werden die Tomaten gehäutet, der Strunk entfernt, entkernend, das Fruchtfleisch klein geschnitten und durch ein Sieb gestrichen. Nun spülen Sie die Petersilie ab, schütteln sie kurz trocken, zupfen die Blätter von den Stängeln und schneiden sie klein. Die abgezogene Zwiebel schneiden Sie anschließend in kleine Würfel und schneiden die Knoblauch-Zehen in feine Scheiben.

Jetzt kochen Sie bitte in einem Topf 4 Liter Wasser auf, geben die Gemüsebrühe hinzu und garen die 400 Gramm Penne darin etwa 5-6 Minuten vor. Nebenbei erwärmen Sie in einer großen Pfanne 2 Esslöffel Butter, geben den Speck und die Zwiebeln hinein und dünsten beide Zutaten auf kleiner Hitze unter Rühren ohne dass sie Farbe nehmen. Den Knoblauch, die passierten Tomaten und die Chilischoten rühren Sie unter und würzen das Ganze mit Meersalz und Pfeffer. Dann lassen Sie es auf kleiner Hitze weiter köcheln.

Nach der Kochzeit gießen Sie bitte die Penne ab und behalten von der heißen Brühe einige Esslöffel zurück. Dann spülen Sie die Nudeln kurz mit heißem Wasser ab, lassen sie in einem Sieb abtropfen und mischen sie unter die Sauce. Die Sauce lassen Sie jetzt bitte auf kleiner Wärmezufuhr weiter köcheln, bis die Nudeln al dente sind. Wenn nötig können Sie von der Brühe noch etwas nachgießen. Eventuell können Sie die Chilischoten entfernen. Nach der Kochzeit schmecken Sie die Zutaten nochmals mit Meersalz und Pfeffer ab.

Pasta (Fortsetzung)

Je nach Belieben können Sie das Gericht mit dem Käse mischen, in einer vorgewärmten Schüssel oder vorgewärmten tiefen Tellern anrichten und mit der gehackten Petersilie bestreuen. Alternativ können Sie den frisch geriebenen Käse separat dazu servieren, damit sich jeder Gast nach seinem Bedarf bedienen kann.

Sehr Wichtig:

Den Käse sollten Sie erst kurz vor Gebrauch reiben, denn schon nach zehn Minuten fängt er an der Luft an zu oxidieren. Das heißt, der Käse verändert seinen feinen Geschmack. Wir machen dieses Gericht meistens ohne Speck, dafür mit etwas mehr Butter (Fett ist Geschmacksträger!).

Arbeitszeit: etwa 45 Minuten

Kochzeit: etwa 20 Minuten

Pasta

Penne alla vegetariana

Menge: 2 Portionen

1 ½ Zwiebeln, fein gehackt
2 Zehen Knoblauch
1 Dose Tomaten (Pizzatomaten)
2 Esslöffel Tomatenmark
5 Esslöffel Oliven, schwarz, entkernt
3 Esslöffel Kapern
1 Teelöffel Gemüsebrühe, am besten selbstgemacht (es geht aber auch Instant)
½ Teelöffel Sambal Oelek
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
250 Gramm Penne
etwas Parmesan, frisch gerieben
1 Esslöffel Olivenöl

Hacken Sie die Zwiebeln fein und dünsten sie in einer Pfanne in heißem Olivenöl an, bis sie glasig sind. Dann geben Sie die Tomaten und das Tomatenmark hinzu und rühren alles um. Die leere Tomaten-Dose füllen Sie bitte zur Hälfte mit Wasser und geben es zu der Soße. Dann schneiden Sie den Knoblauch in kleine Stückchen, geben etwa 0,5 Teelöffel Meersalz darüber geben und zerdrücken oder pressen den Knoblauch. Die Hälfte des Knoblauch-Breis geben Sie nun zu der köchelnden Tomatensoße. Die entkernten Oliven schneiden Sie in schmale Streifen schneiden und geben sie zu der Soße. Danach setzten Sie etwas Wasser für die Nudeln auf, geben die Gemüsebrühe, den Sambal Oelek und die Kapern (mit etwas vom Kapern-Wasser) zu der Soße und verrühren das Ganze miteinander. Sobald die Brühe kocht, geben Sie etwas Olivenöl dazu und kochen die Nudeln bissfest.

Während die Soße weiter köcheln bis sie schön cremig ist müssen Sie darauf achten, dass nichts anbrennt. Zum Schluss schmecken Sie das Gericht noch mit etwas Meersalz und Pfeffer ab und reiben etwas Parmesan über das angerichtete Essen (das Sie hoffentlich auf vorgewärmten Tellern servieren).

Arbeitszeit: 25 Minuten

Pasta

Penne Tricolore
mit Oliven - Knoblauch - Sauce

Menge: 2 Portionen

300 Gramm Penne tricolore (bunte Nudeln)
1 Esslöffel Hühnerbrühe (Instant)
200 Gramm Hähnchenfleisch oder Kalbfleisch, geschnetzelt
15 Oliven, schwarz
nach Belieben Champignons
3 Esslöffel Speiseöl
3 Zehen Knoblauch
200 Milliliter Sahne
ein paar Gewürze nach Geschmack
Maisstärke oder Bechamelsauce

Kochen Sie die Penne tricolore in der Hühnerbrühe al dente.
Währenddessen erhitzen Sie das Speiseöl in einer Pfanne und braten die Oliven sowie die Champignons leicht an. Anschließend geben Sie das Fleisch mit in die Pfanne und braten es auf höchster Stufe unter Beigabe von Gewürz nach Geschmack mit an. Danach geben Sie die Sahne, die Knoblauchzehen (am besten gepresst) und noch etwas Gewürz hinzu, lassen alles Köcheln und lassen das Ganze unter Beigabe von Bechamel-Sauce oder Maisstärke dick werden.

Jetzt gießen Sie bitte die Penne ab, spülen sie in einem Sieb heiß ab, lassen die Nudeln abtropfen und richten auf vorgewärmten Tellern an. Zum Schluss gießen Sie die Sauce über die Penne.

Arbeitszeit: etwa 25 Minuten

Pasta

Penne
mit Broccoli in Gorgonzola-Käse-Sauce

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Nudeln (Spirelli)
300 Gramm Brokkoli, frisch oder tiefgefroren
1 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant)
300 Gramm Gorgonzola
200 Gramm Blauschimmelkäse (Bavaria Blue)
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Muskat
4 Esslöffel Speiseöl
1 Becher süße Sahne
etwas Meersalz

Putzen Sie den frischen Brokkoli und teilen Sie ihn in Röschen (das entfällt natürlich bei tief-gefrorenem Brokkoli).

Dann kochen Sie die Nudeln und den Brokkoli getrennt voneinander in Gemüsebrühe etwa 10 Minuten abkochen, schütten beides jeweils durch ein Sieb ab und schrecken die Zutaten ab.

Nun erhitzen Sie das Speiseöl in einer Pfanne und lassen den Käse darin schmelzen - dabei müssen Sie öfter umrühren, weil der Käse schnell anbrennt. Anschließend geben Sie die Nudeln und den Brokkoli zur der Käse-Sauce und vermengen dabei alles gut miteinander. Danach geben Sie die süße Sahne dazu. Gewürzt wird die Sauce je nach Geschmack mit Meersalz, Pfeffer und Muskat. Zum Schluss lassen Sie bitte alles zusammen noch einmal etwa 5-6 Min köcheln (dabei müssen Sie ständig umrühren, sonst brennt Ihnen die Käse-Sauce schnell an). Danach können Sie auf vorgewärmten Tellern anrichten und servieren.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Pasta

Spaghetti Napoli mit Sahne-Tomatensauce

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Spaghetti
1 Zwiebel
1 Esslöffel Olivenöl
500 Gramm Tomaten, passierte
1 Teelöffel Gemüsebrühe
1 Teelöffel Oregano, getrocknet
1 Teelöffel Basilikum, getrocknet
1 Teelöffel Rosmarin
etwas Paprikapulver
etwas Meersalz
etwas Pfeffer
etwas Zucker

Kochen Sie die Spaghetti in reichlich Salzwasser nach der Packungsanweisung bissfest.

Währenddessen ziehen Sie die Zwiebel abziehen und schneiden sie in feine Würfel. Das Olivenöl erhitzen Sie nun bitte in einem Topf und braten die Zwiebel darin unter Rühren an. Dann geben Sie die Tomaten dazu, lösen die Gemüsebrühe darin auflösen und lassen die Zutaten etwa 10 Minuten bei geringer Hitze kochen. Anschließend fügen Sie die Kräuter hinzu und garen alles weitere 5-6 Minuten.

Die Sauce schmecken Sie jetzt mit mit Paprika, Pfeffer und etwa Zucker ab. Zum Schluss gießen Sie die Spaghetti ab, spülen sie mit heißem Wasser ab und richten sie mit der Sauce auf vorgewärmten Tellern an. Danach können Sie servieren.

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten

Kochzeit: etwa 15 Minuten

Pasta

Spaghetti alla Panna
mit veganem Schinken-Spicker in Sahnesauce

Menge: 4 Portionen

50 Gramm Butter
200 Milliliter Sahne
1 Prise Meersalz
1 Prise Muskat, geriebener
75 Gramm Parmesan, geriebener
etwas Pfeffer, weißer
500 Gramm Spaghetti
1 Paket Schinken-Spicker
1 Esslöffel Gemüsebrühe

Lassen Sie die Butter in einem Topf aufschäumen, geben Sie dann 100 Milliliter Sahne hinzu und reduzieren Sie die Sahne auf die Hälfte ein. Den Schinken-Spicker schneiden Sie bitte in Scheiben, geben ihn zu der Sahne hinzu und schmecken Sie die Sauce mit Meersalz sowie geriebenem Muskat ab.

Die Spaghetti kochen Sie bitte in Gemüsebrühe (wir nehmen wegen dem Geschmack immer Gemüsebrühe, wenn Sie das nicht mögen können Sie aber auch Meersalz nehmen) nach Packungsanweisung bissfest. Nach dem Kochen gießen Sie die Nudeln ab, spülen sie heiß ab und lassen sie abtropfen. Danach geben Sie die Pasta zurück in den Topf. Die Sahne-Butter-Reduktion geben Sie jetzt zu den Spaghetti und fügen die restliche Sahne und den geriebene Parmesan zu. Zum Schluss vermischen Sie alles gut und richten dann an,

Danach können Sie auf vorgewärmten Tellern anrichten und und das Gericht mit zum Schluss weißem Pfeffer bestreut servieren.

Unsere Tipps:

Dieses Gericht gelingt auch sehr gut mit breiteren Nudeln wie Linguine, Tagliatelle et cetera. Wir haben hier Schinken-Spicker verwendet weil wir es den vegetatiern recht machen wollten, Sie können natürlich auch normalen Schinken nehmen.

Arbeitszeit: etwa 23 Minuten

Pasta

Spaghetti Bolognese mit Hackfleischsauce

Menge: 6 Portionen

1 Kilogramm Rinderhackfleisch
3 Knoblauchzehen, in Scheiben geschnitten
3 Möhren
3 Stangen Staudensellerie
2 große Zwiebeln
1 ½ Dosen Tomaten à 400 Gramm Inhalt
600 Gramm Spaghetti
1 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant)
125 Gramm Butter
500 Milliliter Milch
3 Peperoni, zerstampfte
etwas Salz
etwas Pfeffer, schwarzer
1/2 Esslöffel Zucker
wenig Olivenöl
1 Schuss Weißwein oder hellen Traubensaft

Sehr wichtig für eine Bolognese ist das sogenannte "Soffritto": Dazu müssen Sie einen ordentlichen Klotz Butter (etwa 125 Gramm) und ein wenig Olivenöl (damit der Klotz Butter nicht verbrennt) in eine Pfanne geben. Die Zwiebeln, die Möhren und den Staudensellerie putzen Sie bitte beziehungsweise schälen sie, schneiden sie ganz fein und garen das Gemüse auf möglichst niedriger Hitze langsam (mindestens 30 Minuten) darin, bis es schön glasig und weich geworden ist. Sehr wichtig ist, dass das Gemüse nicht brät, sondern wirklich nur dünstet - also bitte nicht zu heiß werden lassen !

Während das Gemüse dünstet braten Sie das Rinder-Hackfleisch so lange in einer weiteren Pfanne scharf an, bis es anfängt zu karamellisieren. Dann löschen Sie es mit einem ordentlichem Schuss Weißwein (oder wenn Kinder mitessen mit hellem Traubensaft) ab, sodass sich alles An-gebackene vom Boden lösen lässt. **Auch Wichtig:** Jetzt sollten Sie je nach Saucen-Menge etwa 1/4 bis 1/2 Liter Milch hinzufügen, die sich dann um das Hackfleisch legt und diesem einen ganz milden Geschmack verleihen soll.

Wenn das Fleisch mit Weißwein und Milch aufkocht, geben Sie bitte die Dosen-Tomaten hinzu (die erforderlichen frischen Tomaten sind in Deutschland leider nicht erhältlich). Am besten geeignet sind hierfür die San Marzano Eier-Tomaten aus der Gegend von Neapel. Diese haben einen sehr schönen süßlichen Geschmack, der der Sauce Bolognese und auch einer ordentlichen Sauce Napoli sehr förderlich ist.

Pasta (Fortsetzung)

Sobald alles wieder aufgeköcht ist, geben Sie bitte den "Soffritto" hinzu. Dann schneiden Sie den Knoblauch in Scheiben und zerstampfen die Peperoni und fügen sie dem "Soffritto" jetzt auch mit hinzu. Die Bolognese können Sie dann gar nicht lange genug köcheln lassen. Ideal wären etwa 5 Stunden. Mindestens 2 Stunden sollte sie auf jeden Fall köcheln.

Gegebenenfalls lassen Sie die Bolognese abkühlen und wärmen sie etwa 60 Minuten vor der Mahlzeit langsam (muss aber nicht, Sie können sie auch gleich servieren).

Unser Tipp:

Sie können auch noch ein wenig frisch gehackte Möhren und Staudensellerie nachschieben, um ein wenig mehr Biss an das Gemüse zu bekommen. Abgeschmeckt wird das Ganze mit Salz, Zucker und gemahlenem schwarzem Pfeffer frisch aus der Mühle.

Währenddessen kochen Sie die Nudeln nach Packungsanweisung in der Gemüsebrühe bissfest, gießen sie anschließend ab und spülen sie heiß ab.

Die Spaghetti richten Sie zum Schluss auf vorgewärmten Tellern an und verteilen die Bolognese darüber. Danach können sie servieren.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

988 kcal

Pasta

Spaghetti Tonno
mit Chilli, Tomaten und Thunfisch

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Spaghetti
1 Esslöffel Gemüsebrühe
100 Milliliter Olivenöl
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Basilikum, frisch
etwas Rosmarin, frisch
etwas Chili, gehackt
500 Gramm Tomaten, San Marzano (oder andere)
2 Dosen Thunfisch, im Olivenöl

Kochen Sie die Spaghetti in Gemüsebrühe al dente.

Während des Kochens schneiden Sie die Tomaten an der Oberseite kreuzweise ein, geben sie in eine Schüssel, übergießen sie mit kochendem Wasser und lassen die Tomaten darin 2 Minuten ziehen. Danach werden die Tomaten mit einer Schaumkelle heraus genommen, in eine weitere Schüssel gegeben und mit kaltem Wasser abgeschreckt. Nun entfernen Sie den Strunk mit einem kleinen Küchenmesser, enthäuten die Tomaten und schneiden sie klein. Danach mischen Sie die Tomaten-Würfel (Tomatenconcasse) mit den gehackten Kräutern und den anderen Zutaten, außer dem Thunfisch. Anschließend geben Sie den Chili hinzu und lassen das Ganze etwa 10 Minuten ziehen.

Die Sauce geben Sie bitte über die gekochten, abgegossenen und heiß abgespülten Spaghetti und den fügen zerhackten Thunfisch hinzu. Zum Schluss mischen Sie alles gut miteinander und servieren das Gericht dann.

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten

Kochzeit: etwa 15 Minuten

Pasta

Spaghetti Chef
mit Schinken - Champignon - Soße

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Spaghetti
1 Esslöffel Gemüsebrühe
50 Gramm Butter
250 Gramm Champignons
2 Esslöffel Mehl
200 Gramm Schinken, gekocht (oder Schinken Spicker)
2 Esslöffel Crème fraîche
etwas Meersalz
etwas Pfeffer, weiß
1 Teelöffel Oregano
1 Schuss Wein, weiß, trocken (oder hellen Traubensaft)

Kochen Sie die Spaghetti in Gemüsebrühe bissfest.

Dann putzen Sie die Champignons und schneiden sie in Scheiben. Nun putzen Sie die Champignons: Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack. Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Nun zerlassen Sie bitte die Butter in einem Topf und schmoren die geputzten Pilze darin an. Den Kochschinken (oder für Vegetarier den Schinken Spicker) schneiden Sie danach klein und geben ihn dazu. Anschließend geben Sie die Crème fraîche und nach Belieben etwas Wein (oder wenn Kinder mitessen den hellen Traubensaft) dazu. Zum Schluss schmecken Sie das Gericht mit Meersalz, Pfeffer und Oregano ab (die Soße wird sowieso schon recht flüssig, daher sollten Sie es mit dem Wein oder dem Traubensaft nicht übertreiben...).

Anschließend können Sie servieren.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten Pasta

Pasta

Spaghetti Broccoli
mit Broccoli, Knoblauch, Olivenöl und Parmesan

Menge: 4 Portionen

2 Brokkoli
1 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant)
2 Knoblauchzehen
4 Esslöffel Olivenöl
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
500 Gramm Spaghetti
100 Gramm Parmesan, geriebener

Schneiden Sie den Brokkoli in Röschen, waschen Sie ihn und kochen Sie ihn in der Gemüsebrühe etwa 3 Minuten. Danach gießen Sie den Brokkoli ab und fangen dabei die Brühe auf. Diese Brühe bringen Sie bitte wieder zum Kochen, ergänzen es eventuell mit weiterem Wasser und kochen die Spaghetti darin.

Während des Kochvorganges geben Sie das Olivenöl in eine Pfanne und braten den in Scheiben geschnittenen Knoblauch darin an. Dann geben Sie den Brokkoli dazu und braten ihn etwa 5 Minuten mit, abgeschmeckt werden die Zutaten nun mit Meersalz und Pfeffer. Anschließend mischen Sie die Nudeln mit dem Parmesan und servieren das Gericht.

Unser Tipp:

Dieses Gericht können Sie auch gut mit Blumenkohl machen, den sollten Sie allerdings statt 3 Minuten etwa 10 Minuten garen.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Pasta

Spaghetti Carbonara
mit Ei, Schinken und eventuell Parmesan

Menge: 4 Portionen

400 Gramm Spaghetti oder Tortellini
1 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant)
200 Gramm Schinken, roher
4 Eigelb (Größe M)
50 Gramm Butter
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
1 Prise Muskat
nach Belieben Parmesan, frisch gerieben

Kochen Sie die Pasta in reichlich Gemüsebrühe bissfest.
Dann schneiden Sie den Schinken in Würfel und braten ihn
in wenig Butter an.

Danach verquirlen Sie das Eigelb in einer großen Schüssel mit Meersalz, Pfeffer
und etwas Muskat. Die Butter rühren Sie bitte in einer weiteren Schüssel schaumig
und mischen sie gut unter das Eigelb. Dann rühren Sie die Schinken-Würfel und
den geriebenen Käse gründlich unter.

Wenn die Nudeln gar sind, gießen Sie sie ab, spülen sie mit heißem Wasser kurz ab,
geben sie sofort zu der Mischung in die Schüssel, mischen alles nochmal gründlich
durch und servieren das Gericht dann sogleich.

Arbeitszeit: etwa 5 Minuten

Kochzeit: etwa 15 Minuten

Pasta

Spaghetti aglio, olio e peperoncino
mit Knoblauchöl und scharfen Peperoni

Menge: 4 Portionen

500 g Spaghetti (Hartweizen-Spaghetti)
etwas Meersalz
1 Tomate
5 Knoblauchzehen
2 Peperoni
5 Esslöffel Petersilie
2 Teelöffel Gemüsebrühepulver (Delikatessbrühe)
100 Milliliter Olivenöl, nativ
40 Gramm Käse, zum Beispiel Grana Padano oder Pecorino, 1 Jahr Reifegrad
1 Teelöffel Basilikum
1 Teelöffel Oregano
½ Teelöffel Meersalz

Kochen Sie erst die Spaghetti nach Packungsanleitung in Gemüsebrühe. Kurz vor Ende der Garzeit benötigen Sie noch 2 Kellen des Kochwassers, bitte nicht vergessen.

Nun zerkleinern Sie den Hartkäse mit einer Reibe. Die Tomate schneiden Sie in kleine Würfel und geben sie in eine Schüssel. Danach schneiden Sie bitte den Knoblauch klein, salzen ihn, warten kurz und zerdrücken den Knoblauch dann. Der Knoblauch wird durch das Salz beim Zerdrücken zu einer Paste. Diese Paste geben Sie bitte ebenfalls mit in die Schüssel. Anschließend schneiden Sie den Basilikum, den Oregano, die Petersilie und die Peperoni ebenfalls klein und geben die Zutaten mit in die Schüssel. Das Delikatess-Brühe-Pulver fügen Sie jetzt hinzu und dann ist die Würzmischung. Danach geben Sie die 2 Kellen des Kochwassers hinzu - verwenden Sie unbedingt dieses Wasser, denn die Nudeln haben beim Kochen eine Menge Stärke abgegeben, die Sie brauchen. Danach verrühren Sie alles gut und lassen es 2 Minuten ziehen. Wenn die Würzmischung leicht versalzen schmeckt, ist sie genau richtig.

Pasta (Fortsetzung)

Jetzt gießen Sie die Nudeln ab, spülen sie mit heißem Wasser ab und lassen sie gut abtropfen. Dann schwenken Sie die Nudeln in einer heißen Pfanne maximal 1 Minute. Danach geben Sie bitte die Würzmischung hinzu, schwenken sie gut durch und geben den geriebenen Hartkäse hinzu. Dieser soll als Bindemittel wirken, die flüssige Würzmischung verbindet sich nun mit den Nudeln besser.

Vor dem Servieren geben Sie bitte noch das kalte Olivenöl über das Gericht und vermischen es gut. Nicht vorher! Das Olivenöl verliert extrem an Geschmack und Qualität, wenn es erhitzt wird. Wenn Sie mögen, geben Sie jetzt noch etwas Hartkäse oben drauf.

Wie in vielen italienischen Rezepten ist es vor allem die korrekte Zubereitung, die den entscheidenden Unterschied macht.

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten

Kochzeit: etwa 15 Minuten

Pasta

Spaghetti mit Tomaten, Basilikum und Zitronenöl

Menge: 4 Portionen

400 Gramm Spaghetti
1 Esslöffel Gemüsebrühe (oder Meersalz)
1 Bund Basilikum
ein paar Cherry-Tomaten
1 Knoblauchzehe
100 Gramm Feta-Käse
4 Esslöffel Öl (Zitronenöl)
30 Gramm Pinienkerne
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Kochen Sie die Spaghetti in der Gemüsebrühe (oder dem Meersalz) bissfest.

Zwischendurch hacken Sie das Basilikum fein und schneiden den Feta-Käse in kleine Würfel. Die Pinienkerne rösten Sie bitte in einer Pfanne ohne Fett an.

Dann halbieren Sie die Cherry-Tomaten und braten sie etwa 5 Minuten bevor die Spaghetti fertig sind in einer Pfanne mit dem gepressten oder in dünne Scheiben geschnittenen Knoblauch vorsichtig ein paar Minuten an, so dass sie nicht matschig, aber schön weich sind. Anschließend salzen und pfeffern Sie die Tomaten.

Das Basilikum unter die fertigen Spaghetti geben Sie bitte und diese auf Teller. Dann setzen Sie die Tomaten-Hälften darauf und streuen den Schafskäse darüber. Zum Schluss übergießen Sie die Zutaten leicht mit dem Zitronenöl und dekorieren sie mit den gerösteten Pinienkernen.

Unser Tipp:

Wenn Sie nicht so gerne Feta-Käse essen, können Sie stattdessen gehobelten Parmesan nehmen.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Kochzeit: 10 Minuten

Pasta

Spaghetti nach Köche-Nord.de Art
mit frischem Basilikum-Pesto, dazu
geschmolzene Tomaten und Mozzarella

Menge: 2 Portionen

50 Gramm Basilikum, 15 Gramm Pinienkerne
50 Milliliter Olivenöl, 1 Knoblauchzehe
150 Gramm Cocktailtomaten
15 Gramm Butter, 100 Gramm Mozzarella
250 Gramm Vollkornspaghetti
1 Esslöffel Gemüsebrühe (oder etwas Meersalz)
1 Handvoll Parmesan
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Kochen Sie als erstes die Spaghetti nach Packungs-Anweisung mit der
Gemüsebrühe (oder mit Meersalz).

Während die Nudeln kochen, waschen Sie die Basilikum-Blätter und geben sie
in einen geschlossenen Mixer. Die Pinienkerne, den Parmesan, eine halbe
abgezogene Knoblauchzehe und das Olivenöl fügen Sie bitte hinzu und
würzen das Ganze mit Pfeffer und Meersalz. Anschließend mixen Sie alles,
bis die Pinienkerne sowie der Basilikum sehr fein zerkleinert sind und der
Pesto eine beinahe cremige Konsistenz bekommen hat. Den Pesto geben
Sie jetzt in eine kleine Pfanne und erwärmen ihn auf einer Kochstelle bei
niedrigster Hitze.

Für die geschmolzenen Tomaten bringen Sie nun bitte die Butter in einer
Pfanne zum Schmelzen und geben die andere Hälfte der Knoblauchzehe fein
gehackt hinzu. Die kleinen Tomaten halbieren Sie je nach Größe oder dritteln
sie und geben sie in die erhitzte Butter. Danach lassen Sie die Tomaten
auf mittlerer Hitze etwa 15 Minuten braten, geben dann etwa einen Esslöffel
Olivenöl hinzu und lassen die Zutaten auf niedriger Hitze auf der Kochstelle.
Hierbei müssen Sie immer wieder umrühren.

Sobald die Nudeln fertig sind, gießen Sie sie ab, spülen sie mit heißem Wasser
ab und vermischen die Nudeln mit dem erwärmten Pesto. Dann schneiden Sie
die Mozzarella in kleine Würfel und mischen sie unter die Pesto-Spaghetti.

Zum Schluss geben Sie die Nudeln auf die vorgewärmten Teller, garnieren sie
mit den geschmolzenen Tomaten und servieren das Gericht dann.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten
Kochzeit: etwa 30 Minuten

Pasta

Kürbis-Spaghetti mit Pesto-Duett

Rohkost mit Sonnenblumen-Giersch-Pesto und Erdnuss-Kürbiskern-Basilikum-Pesto

Menge: 4 Portionen

2 Kürbis-se, Butternut-

60 Gramm Sonnenblumenkerne, etwas Wasser

7 Esslöffel Giersch, klein geschnitten

1 Esslöffel Apfelessig, 1 Teelöffel Meersalz

1 Teelöffel gestrichen Pfeffer, schwarzer, frisch gemahlen

1 Prise Muskat, 80 Gramm Erdnüsse, geschält und ohne Haut

20 Gramm Kürbiskerne, 1 mittel-große Zitrone

6 Blätter Basilikum, 1 Teelöffel Kurkuma, gemahlen

nach Belieben Meersalz, nach Belieben Chilipulver

Geben Sie die Sonnenblumenkerne in einem Gefäß, bedecken Sie sie gut mit Wasser und lassen Sie die Kerne mindestens 8 Stunden einweichen. Dann geben Sie die Erdnüsse und die Kürbiskerne in ein anderes Gefäß, bedecken sie gut mit Wasser und lassen die Kürbiskerne mindestens 8 Stunden einweichen.

Für das Sonnenblumenkern-Giersch-Pesto schneiden Sie anschließend die Giersch-Blätter klein oder hacken sie. Die eingeweichten Sonnenblumenkerne pürieren Sie jetzt mit einem Teil des Einweich-Wassers und mit dem Apfelessig mit dem Stabmixer. Die Giersch-Blätter und die Gewürze (Pfeffer, Meersalz und Muskatnuss) fügen Sie hinzu und pürieren die ganze Masse zu einem Pesto (gegebenenfalls müssen Sie mehr Wasser hinzufügen).

Dann schneiden Sie für das Erdnuss-Kürbiskern-Basilikum-Pesto die Basilikum-Blätter klein oder hacken sie. Die eingeweichten Erdnüsse und die Kürbiskerne pürieren Sie danach bitte mit einem Teil des Einweich-Wassers und dem Saft einer Zitrone mit dem Stabmixer. Die Basilikum-Bätter und die Gewürze (Kurkuma, Meersalz und Chili) fügen Sie bitte hinzu und pürieren die ganze Masse zu einem Pesto (gegebenenfalls müssen Sie mehr Wasser hinzufügen).

Danach befreien Sie die Butternut-Kürbise mit einem Schälmesser von der Schale, schneiden sie mit dem Spiralschneider zu Spaghetti und verteilen sie auf einem Tellern. Die zwei Pestos geben Sie zum Schluss bitte darüber.

Arbeitszeit: etwa 40 Minuten

Kochzeit: etwa 8 Stunden

Pasta

Spaghetti al pomodoro
mit Tomatensauce

Menge: 4 Portionen

400 Gramm Spaghetti
1 Esslöffel Gemüsebrühe (oder 1 Handvoll Meersalz)
1 Dose Tomaten, geschälte (800 g)
1 Zwiebeln
8 Blätter Basilikum
2 Esslöffel Butter
nach Belieben Wasser
eventuell Parmesan

Die Grundregel der Pasta-Küche:

Die Soße wird immer zuerst zubereiten ! Schneiden Sie die Zwiebel klein, nehmen Sie die geschälte Tomaten aus der Dose und zerschneiden Sie sie ebenfalls. Die ungewaschenen (!) Basilikum-Blätter schneiden Sie bitte in ganz dünne Streifen schneiden - keinesfalls dürfen Sie sie klein hacken !

Dann schmelzen Sie die Butter in einer großen Pfanne (mit möglichst hohem Rand). Danach geben Sie sofort die Tomaten mit dem gesamten Saft aus der Dose, der Zwiebel und dem Basilikum in die Pfanne und rühren mit dem Kochlöffel. Diese Soße lassen Sie bitte aufkochen.

In der Zwischenzeit bringen Sie etwas Wasser in einem großen Topf mit Wasser zum Kochen. Erst dann geben Sie 2 Esslöffel Gemüsebrühe dazu. Die ungebrochenen Spaghetti geben Sie nun in den Topf und versenken sie nach und nach ganz in der Brühe (wir kochen Nudeln und Spaghetti immer in Gemüsebrühe, das ist Geschmackssache, Sie können das auch mit einer Handvoll Salz machen).

Nach etwa 7 - 8 Minuten machen Sie bitte einen Bissfest, die Nudeln sollten "al dente" sein. (Achtung: die Nudeln garen ohnehin noch nach - länger Kochen heißt das Sie am Ende Mehl-Pampe haben!) Anschließend lassen Sie die Nudeln im Sieb abtropfen und geben sie sofort in die Pfanne zur Soße und vermengen sie. Dann die Pfanne nehmen Sie jetzt von der Kochstelle.

Die Soße zeichnet sich übrigens durch ihren frischen und milden Geschmack aus und ist deshalb auch ein wohltuendes Mittags-Gericht. Nach Bedarf können Sie geriebenen Parmesan auf die Pasta geben, um nachzuwürzen (bitte kein Pfeffer und Salz !).

Arbeitszeit: etwa 25 Minuten

Pasta

Lasagne al Forno

Menge: 4 Portionen

Für die Sauce: (Hackfleischsauce)

1 Schuss Olivenöl
2 mittel-große Zwiebeln
2 mittel-große Karotten
200 Gramm Sellerie
1 Zehen Knoblauch
1 Esslöffel Tomatenmark
500 Gramm Hackfleisch, gemischtes
½ Tasse Rotwein oder roten Traubensaft
½ Liter Fleischbrühe (Brühwürfel)
1 Dose Tomaten, gehackte
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
1 Teelöffel, gehäuft Oregano
etwas Cayennepfeffer
etwas Zimt
1 Esslöffel Zucker, braun
2 Zweige Rosmarin
1 Teelöffel, gehäuft Kakaopulver

Für die Sauce: (Béchamelsauce)

30 Gramm Butter
25 Gramm Mehl
300 Milliliter Milch
½ Teelöffel Muskat, gerieben
12 Lasagneplatten
etwas Parmesan, oder Mozzarella

Vorbereitung:

Schälen Sie erst die Zwiebeln, die Karotten und den Sellerie, spülen Sie die Möhren und den Seller ab und schneiden Sie alles in kleine Würfel schneiden. Danach geben Sie die Zutaten in eine Schüssel, schälen den Knoblauch ebenfalls und hacken ihn fein.

Zubereitung:

Nun erhitzen Sie in einem breiten Topf das Olivenöl und dünsten darin die Zwiebel-Würfel, die Karotten-Würfel und die Sellerie-Würfel leicht an. Zuletzt geben Sie den Knoblauch und das Tomatenmark hinzu und braten das Ganze leicht an. Den kompletten Inhalt des Topfes geben Sie danach zurück in die Schüssel.

Pasta (Fortsetzung)

Dann lassen Sie erneut etwas Olivenöl im Topf heiß werden, verteilen das Hackfleisch darin und braten es scharf an. Anschließend rühren Sie es um und braten es auch von der anderen Seite an. Zwischendurch erhitzen Sie einen halben Liter Wasser im Wasserkocher. Danach zerbröseln Sie einen Brühwürfel (Fleischbrühe) in einem zweiten, kleineren Topf und gießen ihn mit dem heißen Wasser auf und verrühren alles.

Wenn das Hackfleisch braun angebraten ist, geben Sie das Gemüse zurück in den Topf und fügen den Rotwein (oder den roten Traubensaft, wenn Kinder mitessen), die Fleischbrühe und die Tomaten zu. Gewürzt wird das Ganze mit Pfeffer, etwas Oregano, Cayennepfeffer, Zimt und braunem Zucker. Die Rosmarin-Zzweige geben Sie danach in die Soße und verrühren alles vorsichtig miteinander. Dann lassen Sie alles zugedeckt mindestens 20 bis 30 Minuten köcheln und rühren gelegentlich um. Zum Schluss fügen Sie den Kakao hinzu und schmecken noch einmal mit Meersalz oder Brühe-Pulver ab. Die Rosmarin-Stängel nehmen Sie nun aus der Soße, rühren nochmal um und schalten die Kochstelle aus.

Für die Béchamel-Sauce zerlassen Sie bitte die Butter in einem kleinen Topf. Dann salzen und pfeffern Sie und geben den frisch geriebenen Muskatnuss dazu. Dann bestäuben Sie die Zutaten mit dem Mehl und verrühren sie mit einem Schneebesen. Danach gießen Sie die Milch langsam unter Rühren zu und lassen die Sauce kurz aufkochen. Wenn die Soße zu dick wird, geben Sie bitte mehr Milch hinzu.

Nebenbei heizen Sie den Backofen auf 200 Grad Celsius (Umluft) oder auf 180 Grad (Heißluft) vor. Jetzt geben Sie in eine ofenfeste, breite Auflaufform etwas von der Hackfleisch-Soße und verteilen sie, sodass der Boden bedeckt ist. Abgedeckt wird die Hackfleisch-Soße mit den Lasagne-Platten und dann wird abwechselnd geschichtet. Auf jede Lage gießen Sie bitte etwas Béchamel-Sauce, den Großteil der Hackfleisch-Soße geben Sie oben auf die letzte Schicht der Lasagne-Platten- Zum Schluss bestreuen Sie das Gericht mit Parmesan oder Mozzarella-würfeln und schließend mit etwas Pfeffer aus der Mühle ab.

Die Lasagne backen Sie bitte etwa 30-40 Minuten im Ofen. Je nach Belieben können Sie die letzten etwa 5 Minuten den Grill anschalten, dann wird sie oben etwas brauner und knusprig.

Arbeitszeit: etwa 25 Minuten

Kochzeit/Backzeit: etwa 90 Minuten

Pasta

Makkaroni mit Gorgonzola - Sahne - Soße
vegetarisch mit Champignons, Tomaten,
Zwiebeln und Gorgonzola.

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Nudeln, (Makkaroni)
1 Esslöffel Gemüsebrühe
300 Gramm Cherrytomaten oder Datteltomaten
300 Gramm Gorgonzola
300 Gramm Champignons
2 Zwiebeln
250 Milliliter Sahne, italienische Kochsahne
2 Knoblauchzehen
1 Teelöffel Oregano
1 Teelöffel Basilikum, 1 Teelöffel Rosmarin
etwas Meersalz, etwas Pfeffer
etwas Milch

Schmelzen Sie als erstes langsam den Gorgonzola zugedeckt in der Kochsahne auf kleiner Hitze.

Währenddessen das Gemüse waschen und putzen die Pilze:
Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Dann schneiden Sie die Champignons (je nach Größe in viertel, sechstel oder achtel). Den Knoblauch schälen Sie und hacken ihn fein. Danach schälen Sie die Zwiebeln und schneiden sie in klein Würfel. Nun halbieren Sie die gewaschenen Tomaten und entfernen den Strunk.

Anschließend kochen Sie die Nudeln in der Gemüsebrühe und braten nach der Hälfte der Garzeit die Zwiebeln und den Knoblauch mit den Champignons in etwas Speiseöl scharf an, bis der Großteil der Flüssigkeit verkocht ist. Die Tomaten-hälften und die Gorgonzola-Sahne geben Sie jetzt in die Pfanne. Gewürzt wird das Ganze mit den Kräutern und abgeschmeckt mit Meersalz und Pfeffer. Zum Schluss rühren Sie das Gericht vorsichtig um, damit die zarten Tomaten nicht matschig werden.

Wenn die Nudeln al dente sind, können Sie alles zusammen servieren.

Arbeitszeit: etwa 25 Minuten

Pasta

Makkaroni al Forno
Auf sizilianische Art

Menge: 6 Portionen

500 Gramm Makkaroni oder andere kurze Nudeln
400 Gramm Hackfleisch, gemischt
300 Gramm Tomaten, passierte
1 Zwiebeln
2 Karotten
2 Stiele Staudensellerie
1 Knoblauchzehen
½ Glas Rotwein oder roten Traubensaft
etwas Rosmarin
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
1 große Aubergine
1 Kugel Käse (Scamorza)
150 Gramm Erbsen, Tiefkühl
2 Eier, hartgekocht (Größe M)
etwas Pecorino, gerieben
etwas Olivenöl

Außerdem:

etwas Küchenkrepp
eventuell Alufolie

Schneiden Sie die abgezogenen Zwiebel, die geschälten und abgespülten Karotten, den Staudensellerie und den abgezogenen Knoblauch in feine Würfel.

Dann erhitzen Sie etwas Olivenöl in einem Topf und braten die Gemüsegewürfel darin an. Danach fügen Sie das Hackfleisch hinzu und braten es krümelig. Abgelöscht wird die Sauce mit Rotwein (oder, wenn Kinder mitessen mit rotem Traubensaft) Dann hacken Sie den Rosmarin fein und geben ihn mit den Erbsen dazu und lassen alles etwa 10 Minuten köcheln. Die passierten Tomaten rühren Sie bitte nach der Kochzeit unter und schmecken das Ganze mit Meersalz und Pfeffer ab. Nun lassen Sie alles etwa 90 Minuten köcheln und gießen eventuell etwas Wasser an, wenn die Masse zu trocken wird.

In der Zwischenzeit schneiden Sie die Aubergine in Würfel und bestreuen sie mit Meersalz um die Bitterstoffe zu entziehen. Nach 5-6 Minuten spülen Sie die Auberginen-Würfel mit Wasser abspülen und trocknen sie mit dem Küchenkrepp. Anschließend erhitzen Sie das Olivenöl in einer Pfanne und braten die Auberginewürfel etwa 15 Minuten darin.

Pasta (Fortsetzung)

Jetzt schneiden Sie den Scamorza und die gekochten Eier in Würfel.

Anschließend kochen Sie die Nudeln in Gemüsebrühe al dente (wir kochen Nudeln immer in Gemüsebrühe anstatt in Salzwasser, weil wir meinen das es besser schmeckt) gießen sie ab, spülen die Nudeln mit heißem Wasser ab und geben sie zu der Soße in den Topf. Die Aubergine-Würfel, die gewürfelten Eier und den Käse geben Sie bitte ebenfalls in den Topf und verrühren die Zutaten miteinander.

Danach füllen Sie alles in eine Auflaufform und bestreuen es mit dem geriebenem Käse. Zum Schluss wird das Gericht im auf 200 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 180 Grad Celsius (Heißluft) vorgeheizten Backofen etwa 15 - 20 Minuten überbacken. Eventuell müssen Sie das Gericht noch mit Alufolie abdecken.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Kochzeit/Backzeit: etwa 2 Stunden 15 Minuten

Pasta

Makkaroni Leckermaul
mit Thunfisch, Erbsen,
Sardellenfilets und tomaten

Menge: 4 Portionen

400 Gramm Nudeln, (Makkaroni)
eventuell 1 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant)
100 Gramm Erbsen, Tiefkühl
2 Zwiebeln
3 Esslöffel Olivenöl
1 Dose Thunfisch, naturell
1 Esslöffel Kapern
3 Sardellenfilets
etwas Meersalz
etwas Pfeffer, schwarzer frisch aus der Mühle
1 Dose Tomaten, (Pizza-Tomaten)

Lassen Sie die Erbsen (am besten über Nacht) auftauen. Dann schälen Sie die Zwiebeln und schneiden sie in kleine Würfel. Nun erhitzen Sie das Olivenöl in einer Pfanne und braten die Zwiebel-Würfel darin goldgelb. Dann fügen Sie die Erbsen zu und dünsten sie kurz an. Abgelöscht wird das Ganze mit den Pizza-Tomaten.

Anschließend zerpfücken Sie den Thunfisch mit einer Gabel und fügen ihn mit den Kapern und den Sardellenfilets. Kräftig gewürzt werden die Zutaten jetzt mit Meersalz und Pfeffer. Die bissfest gegarten Makkaroni (die wir immer wegen dem besseren Geschmack in Gemüsebrühe garen) heben Sie bitte unter die Soße, Wenn Sie mögen können Sie noch etwas Parmesan darüber streuen.

Eine ganz besonders pikante Note bekommt dieses Gericht, wenn Sie einige Blätter frische Minze hinzufügen.

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten

Kochzeit: etwa 15 Minuten

Pasta

Pasta Mista al Forno

Spaghetti, Makkaroni und Tortellini mit Champignons, Erbsen und Schinken in einer Art Bolognese-Sahne-Sauce überbacken

Menge: 4 Portionen

100 Gramm Spaghetti
100 Gramm Makkaroni, kurze
100 Gramm Tortellini, frische
2 Esslöffel Gemüsebrühe
250 Gramm Gehacktes vom Rind
2 Dosen Tomaten, stückige
300 Gramm Champignons, braune
150 Gramm Erbsen (Tiefkühl)
200 Gramm Kochschinken
1 Becher Sahne
1 Zwiebel
4 Zehen Knoblauch
200 Gramm Käse (Pastakäse), gerieben
etwas Olivenöl
etwas Butter
etwas Gewürzmischung für Pasta
etwas Paprikapulver, rosenscharf
etwas Basilikum, getrocknet
etwas Meersalz
etwas bunter Pfeffer, frisch aus der Mühle

Schneiden Sie die abgezogenen Zwiebel und die abgezogenen Knoblauchzehen in feine Würfel. Danach putzen Sie die Champignons und schneiden sie in Scheiben.

Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack. Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Den Kochschinken schneiden Sie jetzt bitte in kleine Würfel.

Nun erhitzen Sie in einem Topf etwas Olivenöl und etwas Butter erhitzen und braten das Gehackte darin krümelig an. dann geben Sie die Zwiebel-Würfel und die Knoblauch-Würfel hinzu und braten sie etwas mit. Die Tomaten rühren Sie unter und lassen das Ganze bei kleiner Hitze etwas köcheln.

Pasta (Fortsetzung)

Währenddessen kochen Sie die Nudel-Sorten getrennt in kochender Gemüsebrühe (Sie können die Brühe ruhig mehrmals verwenden) bissfest. Dabei müssen Sie bitte beachten, dass die frischen Tortellini nur etwa 2 bis 3 Minuten zum Garen brauchen. Wir nutzen Gemüsebrühe anstelle von Salz weil uns das einfach besser schmeckt. Jeder der das nicht mag und es anders sieht kann auch gerne Salzwasser zum garen nehmen. Nach dem Garen gießen Sie die Nudeln ab, spülen sie kurz mit heißem Wasser ab und stellen sie warm.

Nun blanchieren Sie die Tiefkühl-Erbsen in kochendem, leicht gesalzenem Wasser. Anschließend gießen Sie sie ab und schrecken die Erbsen mit eiskaltem Wasser ab.

Nun erhitzen Sie in einer Pfanne etwas Olivenöl und Butter und braten die Champignons darin. Dann würzen Sie die Pilze mit etwas Salz und einigen Umdrehungen buntem Pfeffer frisch aus der Mühle.

Dann heizen Sie den Backofen auf 200 Grad Celsius (Umluft) oder auf 180 Grad Celsius (Heißluft) vor und fetten eine Auflaufform etwas ein. Die Sahne rühren Sie bitte in die Sauce und schmecken sie mit den Gewürzen sowie etwas Meersalz ab. Danach geben Sie etwas Sauce in die Auflaufform und platzieren die Nudeln auf der Sauce.

Die Erbsen, den Schinken und die Champignons verteilen Sie darüber und geben darüber wieder die Sauce. Zum Schluss bestreuen Sie das Gericht mit geriebenem Pasta-Käse und überbacken es im vorgeheizten Backofen etwa 20 Minuten.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Kochzeit/Backzeit: etwa 20 Minuten

Pasta

Köche-Nord.de Spitzkohl-Nudelpfanne
mit gedünstetem Spitzkohl,
mit Crème fraiche und Sahne verfeinert

Menge: 3 Portionen

500 Gramm Spitzkohl oder 1 kleinen
2 kleine Zwiebeln oder Schalotten, gewürfelt
1 ½ Esslöffel Butter
150 Gramm Nudeln, zum Beispiel Farfalle
150 Gramm Schinken
150 Gramm Crème fraîche
100 Gramm Sahne
etwas Meersalz oder Kräutersalz
etwas Pfeffer schwarz
eventuell Kräuter, getrocknet
eventuell Parmesan

Bereiten Sie den Spitzkohl vor, indem Sie die äußeren Blätter und den Strunk entfernt.
Dann schneiden Sie den Kohl in Streifen, waschen ihn und lassen ihn gut abtropfen.

Nun erhitzen Sie die Butter in einer großen Pfanne, dünsten die abgezogenen und
gewürfelten Zwiebeln (oder Schalotten) darin glasig, geben ein paar Esslöffel Wasser
hinzu und fügen den Spitzkohl hinzu. Danach würzen Sie die Zutaten mit Meersalz und
Pfeffer und dünsten sie bei geschlossenem Deckel etwa 15-16 Minuten. Zwischendurch
müssen Sie ab und an umrühren.

Nebenbei kochen Sie die Nudeln nach Packungsanleitung in Gemüsebrühe (wir nehmen wegen
dem Geschmack Gemüsebrühe anstelle von Salz), gießen sie danach ab und schrecken die
Nudeln anschließend mit heißem Wasser ab. Jetzt schneiden Sie den Schinken in Würfel.

Zum Schluss geben Sie die Schinken-Würfel zum dem Spitzkohl in die Pfanne, rühren die
Crème Fraiche und die Sahne unter und schmecken das Ganze mit den Gewürzen und den
Kräutern ab (wir haben etwas getrocknete Petersilie dazu gegeben). Danach rühren Sie noch
die Nudeln unter und servieren das Gericht dann.

Wenn Sie mögen, können Sie vor dem Servieren noch Parmesan über das Gericht reiben.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Pasta

Makkaroni Spezial

Makkaroni mit Curry-Sahnesauce und Gyros

Menge: 4 Portionen

50 Gramm Butter, 600 Milliliter Milch
1 Esslöffel Mehl, 200 Milliliter Sahne
1 Teelöffel Meersalz, 2 Teelöffel Pfeffer frisch aus der Mühle
4 Teelöffel, gestrichen Currypulver
250 Gramm Gyros
500 Gramm Nudeln, vorzugsweise Makkaroni oder ähnlich
1 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant)
eventuell Gewürzmischung, (Gyros- oder Fleisch-Gewürz)

Zerlassen Sie die 50 Gramm Butter in einem Topf. Dann geben Sie 1 gehäuften Esslöffel Mehl dazu und verrühren es sofort mit einem Schneebesen (nicht anbrennen lassen). Danach geben Sie bitte sofort etwas Milch dazu (nicht alles sondern nach und nach) und lassen alles aufkochen. Sobald die Sauce dicker wird, geben Sie bitte wieder etwas Milch dazu und rühren, bis die Milch aufgebraucht ist.

Die Gemüsebrühe setzen Sie jetzt für die Nudeln auf (wir kochen Nudeln wegen dem Geschmack immer mit Gemüsebrühe anstatt mit Salz) und kochen die Nudeln nach Packungs-Anweisung. Parallel dazu schneiden Sie das Gyros in kleine Würfel und schmecken es mit Pfeffer, Meersalz, etwas Curry und gegebenenfalls mit Fleisch-Gewürzen und Gyros-Würze ab. Anschließend braten Sie das Fleisch in einer Pfanne etwa 3 - 5 Minuten kurz anbraten, nicht zu lange, sonst werden die Stücke trocken!

Die Helle Sauce verrühren Sie nun mit dem Curry (4 gestrichene Teelöffel) und einem gehäuften Teelöffel Meersalz. Dazu geben Sie bitte noch kräftig schwarzem Pfeffer. Die Sauce sollte jetzt eine kräftige Würze haben (nicht beirren lassen, sie ist etwas salzig, jedoch kommen ja noch die Nudeln dazu). Dann geben Sie zu der Sauce die Hälfte der Sahne und lassen das Ganze aufkochen. Das angebratene Gyros geben Sie nun dazu und lassen es erneut mit der restlichen Sahne aufkochen. Die Sauce sollte danach fertig sein. Die fertigen Nudeln gießen Sie bitte ab und geben sie zurück in den Topf geben. Zum Schluss vermengen Sie die Nudeln mit der fertigen Curry-Sauce.

Am besten sollten Sie das Gericht sofort servieren, da die Sauce beim Warmhalten leicht nachdickt !

Arbeitszeit: etwa 8 Minuten

Kochzeit: etwa 12 Minuten

Pasta

Makkaroni in Brokkoli-Schinken-Soße

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Brokkoli
2 Teelöffel Gemüsebrühe, instant
200 Gramm Schinken, gekocht
450 Gramm Makkaroni
etwas Meersalz
etwas Pfeffer, weißer, frisch aus der Mühle
etwas Muskat
1 Esslöffel Butter
4 Esslöffel Saucenbinder, hell
150 Milliliter Schmand
1 kleine Zwiebel

Dünsten Sie die Brokkoli-Röschen in dem Gemüsebrühe-Wasser und schneiden Sie die geschälten Zwiebel und den Schinken in kleine Würfel.

Danach kochen Sie die Nudeln nach Packungsanweisung in Salzwasser bissfest (normalerweise kochen wir Nudeln in Gemüsebrühe, das würde sich aber beißen weil Brühe schon in diesem Rezept vorkommt).

Anschließend erhitzen Sie das Speiseöl in einem Topf und dünsten die Zwiebel-Würfel und den Schinken unter Wenden an. Abgelöscht wird das Ganze mit der Brokkoli-Brühe. Dann rühren Sie den Saucenbinder ein und lassen alles kurz aufkochen. Den Brokkoli mischen Sie bitte unter, schmecken das Gericht mit Pfeffer, Meersalz und Muskat ab und rühren zum Schluss den Schmand unter.

Serviert wird das Gericht mit den Nudeln.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Kochzeit: etwa 20 Minuten

Pasta

Makkaroni mit Brokkoli
Geht auch mit Blattspinat

Menge: 4 Portionen

400 Gramm Nudeln (Makkaroni), kurze
600 Gramm Brokkoli
80 Gramm Rosinen
2 Esslöffel Zitronensaft
2 Esslöffel Öl (Olivenöl)
2 Esslöffel Butter
2 Zehen Knoblauch
4 Esslöffel Sahne oder Crème fraîche
1 Prise Meersalz
125 Milliliter Gemüsebrühe
3 Esslöffel Ricotta
1 Prise Pfeffer
2 Esslöffel Pinienkerne

Kochen Sie die Nudeln nach Anleitung in Salzwasser. Dann putzen Sie den Brokkoli und hacken ihn grob. Nun lassen Sie die Rosinen nach dem Waschen gut abtropfen und beträufeln sie in einer Schüssel mit dem Zitronensaft.

Danach erhitzen Sie das Olivenöl mit der Butter in einem Topf und dünsten den Brokkoli darin etwa 2-3 Minuten bei mittlerer Hitze. Die Knoblauchzehen geben Sie bitte abgezogen und gehackt dazu. Anschließend geben Sie die marinierten Rosinen, die Sahne, die Gemüsebrühe und den Ricotta zu dem Brokkoli und rühren alles gut unter. Die Brokkoli-Soße schmecken Sie nun bitte mit Meersalz und Pfeffer ab und lassen sie etwa 8-10 Minuten sanft köcheln.

In der Zwischenzeit rösten Sie die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett hell und lassen sie dann auf einem Essteller abkühlen. Zum Schluss mischen Sie die Makkaroni mit der heißen Brokkolisoße und bestreuen sie vor dem Servieren mit den Pinienkernen.

Unser Tipp:

Sollten Sie Brokkoli nicht so gerne mögen, können Sie ihn auch mit Blattspinat ersetzen.

Arbeitszeit: etwa 40 Minuten

Pasta

Pasta alla Romana
mit Kartoffeln und Parmesan

Menge: 4 Portionen

750 Gramm Tomaten, halbiert oder geviertelt, je nach Größe
200 Milliliter Olivenöl
2 Knoblauchzehen
4 Esslöffel Pesto (verde oder rosso)
300 Gramm Nudeln (am besten Spaghetti)
1 mittel-große Kartoffel, geschält
etwas Meersalz
2 Esslöffel Gemüsebrühe
50 Gramm Parmesan, frisch gerieben
4 Zweige Basilikum

Bringen Sie reichlich Gemüsebrühe in einem großen Topf zum Kochen. In der Zwischenzeit schälen Sie bitte die Kartoffel und schneiden sie in dünne Scheiben. Dann garen Sie die Nudeln UND die Kartoffel im kochender Gemüsebrühe nach Packungsanleitung der Nudeln.

Danach geben Sie die Tomaten in eine große Schüssel und übergießen sie mit dem Olivenöl. Nun lassen Sie die Tomaten etwa 15 Minuten in dem Öl marinieren und lassen dann eine große Pfanne heiß werden. Die Tomaten geben Sie bitte mit dem Olivenöl in die heiße Pfanne, geben die abgezogenen Knoblauchzehen ganz dazu und lassen alles etwa 10 - 15 Minuten dünsten (bis die Tomaten leicht zerfallen sind und das Ganze eine saucenartige Konsistenz hat). Danach rühren Sie das Pesto ein und lassen alles nochmals etwas köcheln.

Die fertigen Nudeln gießen Sie bitte ab und geben das Ganze in die Tomaten-Pfanne. Dann vermischen Sie alles vorsichtig und rühren den Parmesankäse ein. Die Soße erhält durch die mittlerweile fast zerfallene Kartoffel eine sehr schön sämige Konsistenz.

Zum Schluss richten Sie das Gericht portionsweise auf vorgewärmten Tellern an und garnieren sie mit Basilikum-Blättern.

Ein Hinweis:

Beim Olivenöl dürfen Sie echt nicht sparen - erst dadurch wird es so richtig schön lecker.

Arbeitszeit: etwa 25 Minuten

Pasta

Gnocchi alla Panna
Gnocchi in Schinken-Sahne-Sauce

Menge: 2 Portionen

500 Gramm Gnocchi aus dem Kühlregal
1 Zwiebel
5 Scheiben Roh-Schinken
1 Zehen Knoblauch
100 Milliliter Sahne
100 Milliliter Milch
75 Gramm Parmesan
1 Esslöffel Petersilie, gehackt
etwas Meersalz
1 Esslöffel Gemüsebrühe (eventuell
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Speiseöl

Lassen Sie die Gnocchi etwa 2 Minuten lang in kochendem Salzwasser (oder Gemüsebrühe, so machen wir das) ziehen lassen und gießen Sie dann das Wasser ab.

Nun schälen Sie die Zwiebel und schneiden sie mit dem Schinken in kleine Würfel. Die Zwiebel dünsten Sie danach in etwas Speiseöl in einer Pfanne an. Wenn sie glasig ist, braten Sie den Schinken kurz mit an. Dann pressen Sie den Knoblauch und geben ihn hinzu. Anschließend verrühren Sie alles, löschen die Zutaten mit der Sahne und der Milch ab, rühren 50 Gramm des geriebenen Parmesans in die Sauce und lassen ihn schmelzen. Danach schmecken Sie die Sauce bitte mit Pfeffer und Salz ab.

Die Gnocchi geben Sie jetzt mit in die Pfanne geben, vermengen sie mit der Sauce und lassen sie kurz heiß werden. Zum Schluss rühren Sie die gewaschene und gehackte Petersilie unter und bestreuen das Gericht mit dem restlichen Parmesan . Danach können Sie servieren.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten
Kochzeit: etwa 15 Minuten

Pasta

Gnocchi con Gorgonzola, Spinatci e arrosto noce

Menge: 2 Portionen

1 Paket Gnocchi, Frischetheke, aber besser selbst gemacht
¼ Kilogramm Gorgonzola
etwas Thymian, frisch
50 Milliliter Sahne
⅛ Kilogramm Parmesan
Spinat, Menge nach eigenem Belieben
1 Paket Walnüsse
200 Milliliter Milch
etwas Meersalz
1 Esslöffel Gemüsebrühe (eventuell)
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
1 Esslöffel Ahornsirup
1 Esslöffel Butter
etwas Speiseöl (Walnuss- oder Olivenöl)
2 dicke Knoblauchzehen

Erhitzen Sie als erstes Wenig Speiseöl (nicht zu heiß) in einer Pfanne. Dann brechen Sie die Walnüsse etwas und geben sie dazu. Nun schwenken Sie die Pfanne. Sobald das Speiseöl eingezogen ist, geben Sie den Ahornsirup darüber. Wenn dieser karamellisiert, geben Sie etwas Butter bei. Zum Schluss salzen Sie die Sauce etwas und stellen sie dann beiseite.

Danach verflüssigen Sie den Gorgonzola in einem Topf in der Sahne und der Milch und geben etwas Pfeffer und etwas Thymian hinzu.

In einem anderen Topf kochen Sie den Spinat gemeinsam mit dem Knoblauch (am Stück). Anschließend kochen Sie etwas Wasser und geben entweder die Gemüsebrühe oder etwas Meersalz (wir kochen wegen dem Geschmack immer mit Gemüsebrühe) hinzu und bereiten die Gnocchi nach Packungsbeilage oder einem Gnocchirezept zu.

Dann geben Sie die Käse/Sahne-Milch Mischung durch ein Sieb, geben den Spinat und die Nuss-Mischung dazu und würzen die Zutaten erneut mit Pfeffer und Salz.

Nun richten Sie die Gnocchi an, geben die Sauce darüber und reiben zum Schluss viel Parmesan darüber-

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Pasta

Gnocchi alle fantasie di Tartufo
Gnocchi mit Garnelen-Trüffel-Kräuter-Soße

Menge: 4 Portionen

½ Kräuterbutter - Rolle
300 Milliliter Sahne
400 Gramm Garnelen, geschält
6 Scheiben Trüffel, hauchdünn
2 Teelöffel Gemüsebrühe (Instant)
500 Gramm Gnocchi
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Schmelzen Sie erst die Kräuterbutter in einer Pfanne. Dann geben Sie die geschälte Garnelen hinzu und braten sie kurz an. Danach gießen Sie die Sahne hinzu, würzen das Ganze mit Meersalz, Pfeffer, Gemüsebrühe und lassen alles etwa 10-11 Minuten kochen. Die Trüffel-Scheiben geben Sie bitte anschließend hinzu und lassen das Gericht weitere 5-6 Minuten kochen.

Die Gnocchi kochen Sie nebenbei in gesalzenem Wasser etwa 2 - 3 Minuten, lassen sie abtropfen und geben sie dann mit in die Pfanne. Zum Schluss lassen Sie die Soße nochmal Kurz aufkochen, danach können Sie servieren.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Kochzeit: etwa 20 Minuten

Pasta

Tagliatelle al Salmone
Bandnudeln mit Lachssahnesauce

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Tagliatelle oder andere Bandnudeln
250 Gramm Lachs, frisch, 2 Schalotten
2 Knoblauchzehen, evtl.auch mehr
200 Milliliter Sahne
200 Milliliter Weißwein, trockener (oder hellen Traubensaft)
200 Milliliter Gemüsebrühe
1 kleine Dose Tomaten, stückige
2 Teelöffel Tomatenmark
1 halbe Limette, 1 Teelöffel Dill
2 Esslöffel Petersilie, gehackt
2 Esslöffel Olivenöl
etwas Meersalz, etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Fleur de Sel

Schneiden Sie zunächst den Lachs in Würfel und braten Sie ihn in 2 Esslöffel Olivenöl rundum kurz an. Dann nehmen Sie den Lachs heraus und geben die geschälten und gehackten Schalotten in die Pfanne. Nun schwitzen Sie die Schalotten-Würfel kurz an, bis sie glasig sind und pressen dann den Knoblauch hinein (wenn Sie keine Knoblauch-Pressen haben können Sie den Knoblauch auch mit dem Messer auf einer Arbeitsfläche pressen). Abgelöscht wird das Ganze direkt mit dem Weißwein (oder, wenn Kinder mitessen mit dem hellen Traubensaft). Jetzt reduzieren Sie den Wein (oder den Traubensaft) bis zur Hälfte und geben dann die Gemüsebrühe hinzu. Anschließend lassen Sie die Sauce weitere etwa 5-6 Minuten köcheln.

Danach fügen Sie die Dosen-Tomaten und das Tomatenmark hinzu, würzen alles ordentlich mit Meersalz und Pfeffer, geben den Saft der halben Limette dazu, schmecken die Soße ab und pressen nach Belieben noch eine Zehe Knoblauch hinein. Nach etwa 5-6 Minuten gießen Sie die Sahne darüber und legen dann den Lachs wieder in die Soße. Dann lassen Sie sie nochmal kurz aufkochen, geben die zwischenzeitlich gekochten Tagliatelle in die Sauce und lassen sie kurz darin ziehen, damit sie etwas Sauce aufnehmen können.

Zum Schluss streuen Sie den Dill und die gehackte Petersilie darüber und servieren das Gericht mit etwas Fleur de Sel bestreut.

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten

Kochzeit: etwa 15 Minuten

Pasta

Tagliatelle con pollo
mit Hähnchen in Parmesan-Sahnesauce

Menge: 4 Portionen

600 Gramm Tagliatelle
500 Gramm Hähnchenbrust-Filets
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Thymian und Oregano, optional
2 Esslöffel Olivenöl
100 Gramm Parmesan
150 Milliliter Wasser
400 Milliliter Sahne
1 Knoblauchzehe
eventuell Rucola oder Feldsalat

Kochen Sie die Tagliatelle nach Packungs-Anweisung (wir kochen sie wegen einem besseren Geschmack immer in Gemüsebrühe anstatt in Salzwasser).

in der Zwischenzeit waschen Sie das Hähnchen-Fleisch, tupfen es trocken und schneiden es in Würfel. Danach wird das Fleisch gesalzen und gepfeffert. Nun braten Sie das Fleisch in einer Pfanne in etwas heißem Olivenöl scharf, fügen den klein-geschnittenen Knoblauch hinzu und braten ihn kurz mit. Anschließend geben Sie das gebratene Fleisch auf einen Teller und halten es zum Beispiel im 80 Grad heißem Backofen warm.

Dann gießen Sie in die Pfanne das Wasser und lassen es aufkochen. Jetzt fügen Sie die Sahne hinzu und lassen Alles etwa 10 Minuten köcheln. Gewürzt wird das ganze wieder mit Meersalz und Pfeffer. Danach geben Sie den Parmesan dazu und lassen die Sauce weitere 10-11 Minuten kochen.

Zum Schluss nehmen Sie die Pfanne von der Kochstelle, geben das Fleisch und die Tagliatelle dazu und vermengen alles miteinander.

Gegebenenfalls können Sie das Gericht mit etwas Rucola oder Feldsalat garnieren und sofort servieren.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Kochzeit: etwa 40 Minuten

Pasta

Nudeltaschen mit Schafskäse
mit Käse-Spinat-Füllung, Tomaten
und Parmesan

Menge: 4 Portionen

2 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant)

Für den Teig:

200 Gramm Mehl

200 Gramm Grieß, (Hartweizen-)

3 Eier (Größe M)

1 Prise Meersalz

eventuell Wasser bei Bedarf

Für die Füllung:

300 Gramm Spinat

200 Gramm Schafskäse, frischer, weicher

(oder 100 Gramm reifer Schafskäse plus 100 Gramm Frischkäse)

2 Esslöffel Butter

etwas Muskat

etwas Meersalz

etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Für die Sauce:

500 Gramm Tomaten, vollreif

2 Esslöffel Olivenöl

50 Gramm Parmesan, frisch, gerieben

Kneten Sie erst aus dem Mehl und den Hartweizengrieß, den Eiern und einer Prise Meersalz einen glatten Nudelteig (bei Bedarf können Sie etwas Wasser unterkneten). Dann formen Sie den Teig zu einer Kugel, bedecken ihn mit einem feuchtem Tuch und lassen ihn etwa 30 Minuten ruhen.

Für die Füllung putzen und waschen Sie nun den Blattspinat, geben ihn tropfnass in einen heißen Topf und lassen den Spinat zusammenfallen. Danach lassen Sie ihn abkühlen, pressen den Spinat fest aus und hacken ihn fein. Anschließend wird der Spinat mit 2 Esslöffel Butter in einer Pfanne kurz angedünstet und mit Meersalz, Pfeffer sowie Muskat gewürzt. Dann zerkrümeln Sie bitte Schafskäse fein (und rühren reiferen Schafskäse eventuell mit Frischkäse glatt), mischen ihn in einer Schüssel gründlich mit dem Spinat und schmecken alles mit den Gewürzen ab.

Pasta (Fortsetzung)

Für die Sauce schneiden Sie jetzt die Tomaten kreuzweise ein, geben sie in eine Schüssel mit kochendem Wasser, nehmen die Tomaten nach etwa 2 Minuten mit einer Schaumkelle heraus und schrecken sie danach in einer weiteren Schüssel mit kaltem Wasser ab. Jetzt enthäuten Sie die Tomaten, entfernen den Strunk und schneiden die Tomaten klein. Dann erhitzen Sie bitte 2 Esslöffel Olivenöl in einem Topf, geben die Tomaten hinein und köcheln sie bei milder Hitze ein. Gewürzt werden die Tomaten jetzt mit Pfeffer und Salz.

Den Nudelteig halbieren Sie bitte und rollen ihn auf bemehlter Arbeitsfläche so dünn wie möglich aus. Dann setzen Sie auf einer der Teig-platten im Abstand von 4 Zentimeter je 1 Teelöffel Füllung. Die zweite Teig-platte legen Sie bitte vorsichtig darüber. Die Ravioli schneiden Sie nun mit einem Teigrädchen Ravioli aus und lassen sie kurz antrocknen.

Währenddessen lassen Sie in einem großen Topf 4 Liter Salzwasser (wir machen das immer mit 2 Esslöffel Gemüsebrühe, schmeckt besser) aufkochen. Die Teig-Taschen geben Sie anschließend portionsweise hinein und lassen sie nach dem Aufwallen etwa 7 Minuten ziehen. Dann nehmen Sie die Ravioli heraus und lassen sie gut abtropfen. Zum Schluss mischen Sie die Tomatensauce unter und servieren das Gericht mit dem Parmesan bestreut.

Arbeitszeit: etwa 80 Minuten

Ruhezeit: etwa 30 Minuten

Kochzeit: etwa 7 Minuten

Pasta

Tortellini mit Rucola, Gorgonzola und Avocado
mit Sonnenblumenkernen

Menge: 2 Portionen

500 Gramm Tortellini mit Gemüse oder Käse, frische
1 Esslöffel Gemüsebrühe
100 Gramm Rucola
1 Avocado
200 Gramm Gorgonzola
1 Becher Sahne
ein paar Sonnenblumenkerne

Kochen Sie die Tortellini nach Packungs-Angabe in kochender Gemüsebrühe (das schmeckt besser als mit Salz). Lassen Sie die Tortellini bitte nicht zu weich werden.

In der Zwischenzeit waschen Sie den Rucola vorsichtig, schütteln ihn kurz trocken und geben den Salat dann in eine große Schüssel. Danach halbieren Sie die Avocado, entfernen den Kern und schneiden das Fruchtfleisch in der Schale mit einem Messer in Würfel. Nun höhlen Sie das Fruchtfleisch noch mit einem Löffel aus und geben es über den Rucola. Den Gorgonzola zerdrücken Sie bitte in einer kleinen Schüssel mit etwas Milch oder Sahne und bringen ihn in der Mikrowelle zum Schmelzen. Danach vermischen Sie die Zutaten bitte gut.

Die abgossenen Tortellini mischen Sie jetzt mit der Gorgonzola-Sauce und geben diese über den Salat. Zum Schluss vermischen Sie das Ganze Leicht und servieren das Gericht mit Sonnenblumenkernen oder Nüssen garniert.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Kochzeit: etwa 10 Minuten

Pasta

Tortellini alla Panna
mit Schinken-Sahnesauce

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Tortellini, aus dem Frische-Regal
1 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant)
600 Milliliter Sahne
200 Gramm Kochschinken, gewürfelt
2 Eigelb (Größe M)
4 Esslöffel Parmesan, frisch gerieben
1 Teelöffel Muskat
1 Teelöffel Meersalz
1 Esslöffel Butter

Kochen Sie die Tortellini nach Packungsanweisung. Wir geben anstatt Salz wegen dem besseren Geschmack immer 1 Esslöffel Gemüsebrühe in das Wasser.

Den gekochten Schinken braten Sie bitte in einer tiefen Pfanne in Butter kurz an, geben dann 400 Milliliter von der Sahne hinein und lassen das Ganze auf kleiner Stufe etwas köcheln. Wenn die Tortellini gar sind, geben Sie sie bitte in die Pfanne zur Schinken-Sahne und lassen die Zutaten weiter köcheln.

In der Zwischenzeit verrühren Sie in einer kleinen Schüssel das Eigelb mit dem Parmesan, dem Muskatnuss, etwas Salz und den restlichen 200 Milliliter Sahne. Zum Schluss geben Sie dies dann in die Pfanne zu den Tortellini und lassen das Ganze so lange köcheln, bis die Soße dickflüssig wird. Danach können Sie servieren.

Dieses Gericht ist sehr gehaltvoll, schmeckt aber fantastisch.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten
Kochzeit: etwa 20 Minuten

Pasta

Tortellini al Forno

Menge: 4 Portionen

- 2 Beutel Tortellini
- 1 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant)
- 1 große Dosen Tomaten, ganze Tomaten
- 200 Gramm Sahne
- 1 Tüten Mozzarella, geraspelter
- 1 Schalotte, etwas Olivenöl
- etwas Tomatenmark
- etwas Honig, etwas Meersalz
- etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
- eventuell Zucker
- 1 Bund Basilikum und/oder italienische Kräuter nach Belieben
- 2 Zehen Knoblauch mehr oder weniger nach Geschmack
- 1/2 Esslöffel Margarine (zum Einfetten der Auflaufform)

Befreien Sie die Tomaten aus der Dose von den "Innereien", schneiden Sie die Rand-Stücke ab schneiden Sie die Tomaten dann in kleine Stücke.

Danach ziehen Sie die Schalotte ab, schneiden sie in kleine Würfel, erhitzen Sie das Olivenöl in der Pfanne, schwitzen die Schalotten-Würfel an und karamellisieren sie mit einem Spritzer Honig leicht. Dann rühren Sie das Tomatenmark ein, geben die Tomaten mit der Soße darüber und rühren alles unter. Nun bringen die Zutaten zum Kochen bringen, reduzieren danach die Hitze und lassen das Ganze leicht köcheln. Dabei müssen Sie Hin und wieder umrühren. Als nächstes ziehen Sie den Knoblauch ab, schneiden ihn in kleine Würfel und geben ihn zu den anderen Zutaten in die Pfanne. Dann fügen Sie bitte noch die Sahne hinzu, würzen die Soße mit etwas Meersalz und Pfeffer vorsichtig und schmecken sie gegebenenfalls mit etwas Zucker ab. Zum Schluss geben Sie bitte die frischen Kräuter hinzu.

Während die Soße köchelt bringen Sie einen großen Topf Wasser für die Tortellini zum Kochen, geben diese hinein und geben noch den Esslöffel Gemüsebrühe (für einen besseren Geschmack) hinzu. Anschließend kochen Sie die Tortellini nicht ganz so lange wie es auf der Packung angegeben ist.

Nachdem die Soße etwa 30 Minuten offen geköchelt hat und die Tortellini fertig sind, geben Sie diese bitte zunächst in eine eingefettete Auflaufform, gießen die Soße darüber und legen den geriebenen Käse oben drauf. nun überbacken Sie den Auflauf Im Backofen (vorgeheizt) bei etwa 200 Grad Celsius (Umluft) oder bei 180 Grad Celsius (Heißluft) etwa 35 Minuten und servieren ihn danach.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Kochzeit/Backzeit: etwa 45 Minuten

Pasta

Tortellini mit Käse - Schinken - Soße

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Tortellini
etwas Meersalz oder 1 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant)
200 Gramm Schinken gekocht, gewürfelt
200 Milliliter Sahne
2 Esslöffel Tomatenmark
200 Gramm Sahne-Schmelzkäse
2 Esslöffel Margarine
2 Teelöffel Kräuter, getrocknet

Tortellini nach Packungs-Anweisung kochen (wir kochen die Tortellini wegen dem besseren Geschmack immer in Gemüsebrühe). Dann erhitzen Sie die Margarine in einem Topf, schneiden den Kochschinken in Würfel und braten ihn darin kräftig an. Danach fügen Sie den Schmelzkäse hinzu und lassen ihn schmelzen. Als nächstes gießen Sie bitte die Sahne hinzu und lassen die Zutaten aufkochen.

Zum Schluss rühren Sie die 2 Esslöffel Tomatenmark und die Kräuter unter die Soße und servieren die fertige Soße mit den Tortellini.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Aufläufe

Tortellini-Hack-Auflauf mit Hollandaise
mit Hackfleisch, Zwiebeln, Mozzarella
und Datteltomaten in Sauce Hollandaise

Menge: 2 Portionen

1 Paket Tortellini mit Käsefüllung, etwa 400 Gramm
350 Gramm Hackfleisch
500 Milliliter Sauce Hollandaise
2 Esslöffel Tomatenmark
½ Zwiebeln, gewürfelt
10 Datteltomaten
nach Belieben Mozzarella, gerieben
etwas Zitronensaft
etwas Chili
etwas Basilikum
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Braten Sie das Hackfleisch und die abgezogenen und gewürfelten Zwiebel an.
Dann fügen Sie die Sauce Hollandaise und das Tomatenmark hinzu und würzen
die Zutaten mit Basilikum, Chili und etwas Zitronensaft.

Nun fügen Sie die Tortellini hinzu und lassen alles kurz aufkochen. Die Tomaten
schneiden Sie in der Zwischenzeit bitte in dünne Scheiben.

Danach geben Sie etwa 1/3 der Tortellini-Hackfleisch-Masse in eine Auflaufform,
verteilen einige Tomatenscheiben und etwas Mozzarella darüber und "schichten
die Zutaten Solange, bis alles verbraucht ist.

Zum Schluss wird der Auflauf im Ofen bei etwa 175 Grad Celsius (Umluft) oder
190 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 155 Grad Celsius (Heißluft)
etwa 15 - 20 Minuten überbacken.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten
Kochzeit/Backzeit: etwa 20 Minuten

Aufläufe

Döner-Spätzle-Auflauf

mit schwäbischen Spätzle , frischer Paprika
Zwiebeln und Gouda oder Mozzarella

Menge: 6 Portionen

2 Pakete Fleisch, (Döner-), TK-Ware
500 Gramm Spätzle
1 Becher Schmand
2 Paprikaschoten, rote
2 Zehen Knoblauch
2 Zwiebeln
200 Gramm Käse, (Gouda), oder Mozzarella, geriebener
1 Teelöffel, gestrichen Paprikapulver, rosenscharf
1 Prise Chilipulver
etwas Meersalz
eventuell 1 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant)
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Speiseöl, zum Braten

Geben Sie das Dönerfleisch gefroren in eine große Pfanne und erwärmen Sie es langsam. Dann schälen Sie die Zwiebeln, halbieren die Paprikaschoten, entfernen den Strunk, die Kerne und die weißen Scheidenwände, waschen die Paprikas und schneiden die Zwiebeln sowie die Paprikaschoten in kleine Würfel. Wenn das Fleisch aufgetaut ist, drehen Sie die Hitze hoch und geben ein bisschen Speiseöl hinzu. Das Fleisch braten Sie nun darin an und geben die Zwiebeln und die Paprika dazu.

Danach setzen Sie leicht gesalzenes Wasser (wir nehmen wegen dem Geschmack lieber 1 Esslöffel Gemüsebrühe) auf und kochen die Spätzle etwas kürzer als angegeben, so dass sie noch schön Biss haben.

Anschließend schneiden Sie den Knoblauch in feine Scheiben und geben ihn mit dem Schmand in die Dönerpfanne. Dann vermengen Sie alles gut und schmecken es mit den Gewürzen ab.

Die fertigen Spätzle geben Sie nun in eine große Auflaufform und verteilen die Döner-Pfanne darüber. Jetzt mischen Sie noch alles gut durch, streuen als letztes den Käse darüber und überbacken den Auflauf für 10-15 Minuten bei etwa 190 Grad Celsius (Umluft) oder bei 170 Grad Celsius (Heißluft) im Backofen.

Dies ist ein sehr schnelles, aber auch ein schön gehaltvolles Gericht. Sie können das Gericht auch ganz leicht abwandeln, indem Sie Nudeln statt Spätzle verwenden. Oder statt Dönerfleisch Gyros verwenden.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Kochzeit/Backzeit: etwa 15 Minuten

Aufläufe

Brokkoli-Blumenkohl-Auflauf
mit Broccoli, Blumenkohl und Parmesan

Menge: 2 Portionen

250 Gramm Blumenkohl
250 Gramm Brokkoli
1 Esslöffel Gemüsebrühe
100 Gramm Crème fraîche légère
2 Eier (Größe M)
30 Gramm Parmesan
etwas Muskat
nach Belieben Käse, gerieben, zum Überbacken

Zerteilen Sie den Blumenkohl und den Brokkoli in kleine Röschen und waschen Sie die Röschen. Je nach Bedarf (weich/bissfest) garen Sie die beiden Zutaten in Gemüsebrühe etwa 5 und 10 Minuten vor. Anschließend gießen Sie den Kohl und das Gemüse ab und geben das Ganze in eine flache Auflaufform.

Nun vermischen Sie die Crème légère, die Eier, den Parmesan und die Gewürze gut, schmecken sie etwas ab und verteilen sie gleichmäßig über dem Kohl/Gemüse. Zum Schluss streuen Sie noch etwas Käse über den Auflauf (wir empfehlen Raclettekäse) und backen den Auflauf im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 200 Grad (Heißluft) in etwa 20 Minuten gar.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten
Kochzeit/Backzeit: etwa 20 Minuten

Aufläufe

Chicken Auflauf
mit Hähnchenbrustfilet, Büffelmozzarella
und frischen Tomate

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Hähnchenbrust-Filets
500 Gramm Tomaten, nicht zu klein
3 Kugeln Büffel-Mozzarella
2 Zwiebeln, rot
1 Knoblauchzehe, bei Bedarf auch 1,5
1 Bund Blattpetersilie
1 Bund Oregano
nach Belieben Basilikum, frisch
nach Belieben Parmesan (Parmigiano Reggiano)
etwas Rapsöl oder Olivenöl
nach Belieben Meersalz
nach Belieben Pfeffer
1 Prise Zucker
½ Zitronen, davon den Saft

Außerdem:
etwas Küchentrepp

Braten Sie die Hühnerbrüste von beiden Seiten in Rapsöl oder Olivenöl scharf an (bitte nicht durchgaren, lassen Sie sie nur Farbe nehmen lassen). Danach tropfen Sie das Fleisch mit Küchentrepp ab und schneiden es in daumendicke Tranchen.

Nun schneiden Sie die Tomaten und den Mozzarella in Scheiben, schneiden die abgezogenen Zwiebeln in Würfel, reiben den abgezogenen Knoblauch mit einer Prise Salz klein und mörsern alles.

Dann geben Sie reichlich Rapsöl oder Olivenöl zu dem Brat-öl in die Pfanne, geben die klein gewürfelte Zwiebel und den zerstoßenen Knoblauch hinzu und schwitzen das Ganze an. Die gehackten Kräuter (Oregano, Petersilie) geben Sie bitte nach etwa 2 Minuten dazu und lassen die Zutaten in der Wärme etwas ziehen. Anschließend geben Sie den Saft einer halben Zitrone und eine Prise Zucker hinzu (wenn Sie keinen Zugriff auf frische Kräuter haben, können Sie auch zu tief-gefrorenen "italienischen Kräutern" greifen, da müssen in etwa alles Gewünschte drin sein).

Aufläufe (Fortsetzung)

Danach richten Sie jeweils abwechselnd eine Reihe Hühnerbrust-Scheiben, Tomaten-Scheiben und Mozzarella-Scheiben in einer Auflaufform an und würzen die Zutaten mit Pfeffer und Salz. Nun übergießen Sie alles mit dem Gewürz-Öl und bedecken es nach eigenem Belieben mit Parmesan (weniger ist mehr).

Den Auflauf müssen Sie jetzt für 35 Minuten bei 200 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 180 Grad Celsius (Heißluft) in den Backofen geben, danach können Sie ihn nach eigenem Belieben mit frischem Basilikum belegen.

Als Beilage empfehlen wir ein Ciabatta oder Steinofenbaguette.

Arbeitszeit: etwa 25 Minuten

Kochzeit/Backzeit: etwa 45 Minuten

Schwierigkeitsgrad: Normal

Aufläufe

Überbackener Nudel - Thunfisch - Auflauf
mit Thunfisch, Spaghetti und Käse

Menge: 4 Portionen

2 Dosen Thunfisch, in Öl eingelegt
2 Becher Crème fraîche
1 Becher Sahne
1 Tüten Käse (Gouda), gerieben
etwas Meersalz
mehr Gewürze nach Geschmack
250 Gramm Nudeln (Spaghetti)
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Paprikapulver
eventuell 1 Esslöffel Gemüsebrühe (für die Nudeln)

Kochen Sie die Spaghetti wie gewohnt in Salzwasser (oder wie wir in Gemüsebrühe) al dente.

Dann geben Sie den Thunfisch in ein Sieb und lassen ihn abtropfen. Den Thunfisch vermengen Sie danach mit Sahne und Creme fraiche in einer Schüssel. Je nach Geschmack können Sie die Zutaten jetzt mit Meersalz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken. Wenn Sie mögen, können Sie auch Zwiebel und Knoblauch dazu geben.

Die gekochten und abgetropfte Nudeln geben Sie bitte mit zu der Masse und vermengen alles gut miteinander. Danach streuen Sie den Käse drüber.

Anschließend füllen Sie das Ganze in eine Auflaufform und backen den Auflauf bei 180 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 160 Grad Celsius (Heißluft) so lange in den vorgeheizten Backofen, bis der Käse zerlaufen und gebräunt ist.

Unsere Tipps:

Anstelle von normalem Creme fraiche können Sie auch die mit Kräutern und Knoblauch nehmen. Wenn Sie Gemüse dabei mögen, können Sie ein Bund frischen Brokkoli nehmen. Diesen putzen Sie, kochen ihn in Gemüsebrühe auf und schneiden ihn klein. Dann geben Sie das Gemüse ebenso zu der Creme fraiche / Sahne-Masse.

Aufläufe

Veganer Gemüse-Tofu-Auflauf
mit Kartoffeln, Brokkoli oder Mangold,
Tomaten, Sojamilch, Räuchertofu
und Hefeflocken

Menge: 1 Portion

1 Esslöffel Kokosfett
1 kleine Zwiebel
2 große Kartoffeln, gekochte (gerne auch Reste vom Vortag)
300 Gramm Brokkoli, Tiefkühl, alternativ Mangold
1 große Fleischtomate, alternativ 2 mittelgroße Tomaten
250 Milliliter Sojamilch (Sojadrink), ungezuckert
20 Gramm Weizenmehl Type 550
30 Gramm Margarine
1 Teelöffel Senf, mittelscharfer
50 Gramm Räuchertofu
etwas Meersalz
etwas Muskatblüte, gemahlene
30 Gramm Hefeflocken, würzige
etwas Pfeffer, weißer
etwas Currypulver, scharfes, indische Art
eventuell Chilisauce oder Peperonisauce, scharfe, bei Bedarf
nach Belieben Speiseöl, pflanzliches, für die Form

Erhitzen Sie in einer Kasserolle oder einem kleinen Kochtopf das Kokosfett. Dann ziehen Sie die Zwiebel, schneiden sie in kleine Würfel, geben sie in den Topf und dünsten sie etwa 2 Minuten leicht an. Danach geben Sie die zerkleinerten frischen oder tiefgekühlten Brokkolis zu den Zwiebeln in den Topf und würzen die Zutaten mit 1 Schuss Sojasauce, etwas weißem Pfeffer, etwas Muskatblüte, Meersalz und Currypulver. Den Räuchertofu schneiden Sie bitte in etwa 2 Zentimeter lange und 1 Zentimeter dicke Würfel und geben ihn mit in den Topf. Anschließend setzen Sie den Deckel auf und dünsten alles auf niedriger Temperatur etwa 10 Minuten (bei tiefgekühltem Gemüse ist vermutlich kein weiterer Wasserzusatz nötig, damit es nicht anbrennt. Ansonsten sollten Sie bei Verwendung von Frisch-Gemüse etwa 2 Esslöffel Wasser mit in den Topf).

Während des dünsten fetten Sie eine Auflaufform leicht mit dem Speiseöl ein. Die vorgekochten Kartoffeln schneiden Sie dann in halbe Scheiben und geben sie in die Auflaufform. Danach salzen und pfeffern Sie das Ganze und mischen die Muskatblüte unter. Die Gemüse-Tofu-Mischung geben Sie bitte ebenfalls in die Auflaufform und vermischen alles gut miteinander. Die Tomate schneiden Sie jetzt in Scheiben oder Stücke und legen sie oben drauf. Jetzt salzen und pfeffern Sie die Tomaten leicht.

Aufläufe (Fortsetzung)

Nebenbei heizen Sie bitte den Backofen auf 180 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 160 Grad Celsius (Heißluft) vor.

Dann erhitzen Sie in einer kleinen Pfanne oder einem Topf die Margarine, geben das Mehl hinein und bereiten mit einem Schneebesen eine Mehlschwitze beziehungsweise eine Einbrenne durch ständiges Rühren zu. Sobald das Mehl anfängt leicht zu bräunen löschen Sie es mit der Sojamilch ab und rühren kontinuierlich weiter, damit sich keine großen Klümpchen bilden. Danach geben Sie den Senf, den Pfeffer, das Meersalz und die Muskatblüte sowie bei Bedarf 2 - 3 Spritzer Chilisauce beziehungsweise die Peperoni-Sauce zu und rühren alles unter. Ganz am Schluss rühren Sie bitte die Hefewürzflocken ein.

Falls die Konsistenz sehr fest sein sollte, können Sie die Sauce mit etwas Wasser und Sojamilch noch verdünnen (aber bitte achten Sie darauf, dass durch das viele Gemüse dann auch noch viel Wasser beim Backen entsteht). Diese "Hefeschmelz"-Mischung geben Sie nun über die Tomaten oben in der Auflaufform, am besten mit Hilfe eines Teigschabers. Dann arbeiten Sie die Hefeschmelz-Mischung ein wenig mit einer Gabel leicht oberflächlich ein, aber mischen es keinesfalls komplett durch.

Die Auflaufform schieben Sie anschließend auf der 2. Schiene von unten in den Backofen und backen den Auflauf solange, bis die Oberfläche hellbraun geworden ist. Dies dauert je nach Backofen etwa 30 bis 40 Minuten.

Als Beilage empfehlen wir einen grünen Salat mit Essig-Öl-Vinaigrette.

Arbeitszeit: 40 Minuten

Backzeit: 60 Minuten

Aufläufe

Spinat-Süßkartoffel-Auflauf mit Ziegenkäse
mit Ziegenkäse, Ingwer, Chilischote
und Schwarzkümmel

Menge: 2 Portionen

200 Gramm Spinat, Tiefkühl oder frisch, kurz erhitzt, ausgedrückt
200 Gramm Süßkartoffeln oder mehlig kochende Kartoffeln
etwas Salzwasser
125 Gramm Ziegenkäse (Rolle), 2 Scheiben
1 Knoblauchzehe, zerdrückt
2 Zentimeter Ingwer, fein gehackt oder gerieben
160 Milliliter saure Sahne (10 % Fett)
1 Chili-schote, getrocknet oder etwas Cayennepfeffer
1 Teelöffel Schwarzkümmel (Nigella) oder Oregano oder Thymian
1 Teelöffel Pfeffer, schwarzer oder Kubeben-Pfeffer
etwas Meersalz

Schneiden Sie die Süßkartoffeln in etwa 0,5 Zentimeter dicke Scheiben und kochen Sie sie etwa 10 Minuten in Salzwasser vor. Dann geben Sie die geschnittenen Süßkartoffel-Scheiben als unterste Lage in eine Auflaufform. Darüber verteilen Sie den Spinat verteilen (gegebenenfalls auch un-aufgetaut).

Danach vermischen Sie die saure Sahne mit dem Ingwer, der Knoblauchzehe und der mit Meersalz zerriebenen Chilischote und geben die Zutaten über den Spinat geben. Oben drauf geben Sie bitte den Ziegenkäse in zwei Scheiben.

Das Ganze backen Sie jetzt im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad Celsius (Ober-/Unterhitze) oder bei 140 Grad Celsius (Heißluft) etwa 30 Minuten, bis der Ziegenkäse braun geworden ist. Eventuell können Sie den Auflauf danach auch noch 5 Minuten über-grillen.

Anschließend streuen Sie den Schwarzkümmel und den Pfeffer über den Auflauf. Kubeben-Pfeffer würde man in Nordafrika verwenden. Den Schwarzkümmel können Sie auch durch Oregano und Thymian ersetzen, damit wird der Auflauf eher mediterran.

Dazu empfehlen wir ein Fladenbrot und ein sehr kräftiger Rotwein (zum Beispiel Syrah).

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten

Backzeit: etwa 45 Minuten

Snacks und Schnitzel

Scaloppine al marsala

Menge: 4 Portionen

8 Kalbsschnitzel (zu je 100 Gramm)
100 Milliliter Marsala (ersatzweise anderer Süßwein)
100 Milliliter Kalbsfond (oder Rindsuppe)
1 Spritzer Zitronensaft
1 Esslöffel Semmelbrösel oder Panko-Mehl(nach Bedarf)
1 Esslöffel Butter
3 Esslöffel Olivenöl
etwas Mehl (zum Wenden)
etwas Salz (aus der Mühle)
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Klopfen Sie erst für das Marsala-Schnitzel die Kalbsschnitzel hauchdünn aus, dann salzen und pfeffern Sie sie und wenden die Schnitzel beidseitig in Mehl. Danach erhitzen Sie das Olivenöl und die Butter gemeinsam in einer Pfanne. Die Schnitzel legen Sie nun ein und braten sie rasch bei großer Hitzezufuhr beidseitig braun (nicht länger als 3 Minuten). Anschließend nehmen Sie die Schnitzel heraus und stellen sie bitte warm (zum Beispiel im 80 Grad heißen Backofen).

Danach lösen Sie die Bratrück-stände mit Marsala und Fond beziehungsweise der Rinder-Suppe und lassen alles auf etwa die Hälfte einkochen. Die Schnitzel legen Sie jetzt wieder zurück in die Pfanne und lassen sie noch etwa 1 Minute lang mitziehen. Jetzt binden Sie bitte die Sauce nach Bedarf mit Semmelbröseln (oder Pankomehl). Abgeschmeckt wird die Sauce mit frisch gemahlenem Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft.

Zum Schluss richten Sie die Marsala-Schnitzel auf vorgewärmten Tellern an, träufeln die Sauce darüber und servieren das Gericht heiß.

Als Beilage können Sie Kartoffeln, Reis oder Nudeln reichen.

Unser Tipp:

Nach demselben Rezept lassen sich übrigens auch Scaloppine al vino bianco (mit trockenem Weißwein) oder auch Scaloppine al limone (nur mit Zitronensaft) zubereiten. Wichtig ist in jedem Fall, dass Sie die Schnitzel fast Papier-dünn ausklopfen und nur sehr kurz braten.

Snacks und Schnitzel

Focaccia mit Tomaten und Rosmarin

Menge: 1 Portion

Für den Teig:

450 Gramm Weizenmehl, Type 1050, 450 Gramm Wasser, lauwarm

2 Teelöffel Salz, etwas Rohrohr-Zucker

2 Pakete Trockenhefe

Für den Belag:

10 Cocktailtomaten, oder Cherry-Ttomaten, etwas Rosmarin, getrocknet

4 Esslöffel Olivenöl, etwas Salz, grob

Außerdem:

etwas Backpapier

Teig:

Verrühren Sie alle Zutaten zu einem glatten Teig und lassen Sie diesen abgedeckt im Kühlschrank etwa 4-5 Stunden gehen. Am besten verwenden Sie eine große Schüssel verwenden, damit der Teig nicht überlaufen kann.

Nach der Ruhezeit gießen Sie den Teig in ein tiefes, mit Backpapier ausgelegtes Backblech (Fettpfanne oder Pflaumenkuchen-Blech). Dabei sollten Sie so wenig wie möglich im Teig rühren, damit die Luftblasen im Teig bleiben. Dann lassen Sie den Teig bei Raumtemperatur abgedeckt nochmals etwa 40-50 min gehen.

Währenddessen schneiden Sie die Tomaten in Scheiben. Die Focaccia beträufeln Sie dann mit dem Olivenöl und belegen sie anschließend mit den Tomaten-Scheiben. Zum Schluss bestreuen Sie die Focacci mit Rosmarin-Nadeln und grobem Salz (zum Beispiel Meersalz).

Dann backen Sie die Focaccia im vorgeheiztem Backofen bei 200 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 180 Grad Celsius (Heißluft) etwa 25 Minuten goldgelb. Danach nehmen Sie die Focaccia aus der Form und lassen sie auf einem Kuchengitter mindestens 20 Minuten auskühlen, damit sie nicht zerreißt, wenn Sie die Focaccia zum Beispiel in Steifen schneiden.

Die Focaccia ist übrigens sehr schön luftig, locker und saftig und passt sehr gut zu mediterranen Vorspeisen wie Antipasti, Salat oder ähnlichem. Die Menge ist als Beilage für etwa 4 Personen durchaus ausreichend.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Ruhezeit: etwa 5 Stunden

Backzeit: etwa 25 Minuten

Snacks und Schnitzel

Focaccia

Menge: 4 Portionen

650 Gramm Mehl
170 Gramm Kartoffel(n), gekocht und gerieben
1 Paket Hefe, frische
1 Esslöffel Meersalz, grobes
etwas Meersalz, feines
200 Milliliter Wasser, warmes
8 Kirsch-Tomaten oder
1 Dose Tomaten, stückige
1 große Knoblauchzehe
nach Belieben Olivenöl
etwas Oregano

Lösen Sie die Hefe in warmem Wasser auf und rühren Sie dann eine Prise Mehl unter. Dann decken Sie die Zutaten mit einem Küchentuch ab und lassen sie einige Minuten gehen. Danach formen Sie in der Mitte des Mehls eine Kuhle und geben die in Wasser gelöste Hefe hinzu und vermengen alles gut miteinander. Das grobe Meersalz und die gekochten und geriebenen Kartoffeln mengen Sie nun bitte unter.

Den Teig kneten Sie anschließend gut durch. Bei Bedarf können Sie noch etwas warmes Wasser dazu geben. Dann formen Sie den Teig zu einer Kugel und lassen ihn 2 Stunden an einem warmen Ort abgedeckt gehen.

Nun fetten Sie bitte ein Backblech mit dem Olivenöl gut ein, portionieren den Teig nach belieben portionieren und rollen ihn 1 Zentimeter dick aus. Den in Stücke geschnittenen Knoblauch drücken Sie bitte in den Teig. Die halbierten Kirsch-Tomaten zerdrücken Sie jetzt auf dem Teig oder verteilen die stückigen Tomaten auf dem Teig. Gewürzt wird das Gericht dann mit Oregano und feinem Meersalz. Außerdem verteilen Sie bitte noch reichlich Olivenöl über den Teig.

Dann heizen Sie den Backofen auf 250 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 230 Grad Celsius (Heißluft) vor. Das Backblech stellen Sie auf die zweite Schiene von unten und reduzieren bitte die Temperatur auf 225 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) beziehungsweise 205 Grad Celsius (Heißluft). Danach backen Sie die Focaccia etwa 20 - 25 Minuten bis zur gewünschten Bräunung.

Gegessen wird die Focaccia wie ein Butterbrot halbiert mit frischem Mozzarella oder Mortadella oder einfach so mit etwas Salat und Kräuterbutter.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Ruhezeit: etwa 2 Stunden

Snacks und Schnitzel

Currywurst mit Pommes Frites

Menge: 4 Portionen

- 1 Paprikaschote, rot, gewürfelt
- 4 Tomaten, gehäutet und gewürfelt
- 2 Zwiebeln, gewürfelt
- 1 Dose Tomaten, stückige
- 1 Dose Tomaten, passierte
- 1 Glas Sauce (Zigeuner)
- 200 Milliliter Ketchup (Curry)
- 1 Esslöffel Senf
- 5 Esslöffel Sojasauce
- 3 Esslöffel Worcestersoße
- 1 Esslöffel Paprikapulver
- 1 Esslöffel Currypulver
- 4 Würstchen zum Grillen
- ½ Esslöffel Chilipulver
- ½ Teelöffel Meersalz
- etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
- 3 Esslöffel Öl (Keimöl)
- 1 Esslöffel Schmalz, Margarine oder Butter

Geben Sie das Keimöl in einen Topf und braten Sie die geputzten Paprika-Würfel sowie die Zwiebel-Würfel darin an. Dann geben Sie die Tomaten-stücke. Nach und nach geben Sie die Dosen-Tomaten, die Zigeunersauce, die Worcestersoße, den Ketchup und die restlichen Zutaten und Gewürze dazu lassen alles bitte etwa 30 Minuten köcheln (regelmäßig umrühren).

Zwischendurch erhitzen Sie das Schmalz in einer Pfanne und braten die Grillwürstchen 3-4 Minuten von jeder Seite. Dann schneiden Sie die Würste in kleine Stücke (wenn Sie das nicht schon vorher gemacht haben) und stellen sie zur Seite. Die Sauce nehmen Sie nach der Kochzeit von der Kochstelle und passieren sie durch ein Sieb. Anschließend geben Sie sie wieder in den Topf und geben die Wurst-Stücke dazu. Abgeschmeckt wird das Gericht jetzt mit Paprika, Meersalz, Pfeffer (frisch aus der Mühle), Chili-Pulver und natürlich viel Curry. Danach können Sie servieren.

Als Beilage empfehlen wir selbstgemachte Pommes Frites und ein Brötchen.

Pommes Frites

<https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=304&t=90580&p=96181>

Süßkartoffel Pommes Frites

<https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=304&t=90579&p=96180>

Snacks und Schnitzel

Folienkartoffel
mit Tzaziki oder Kartoffelcreme

Menge: 8 Portionen

8 große Kartoffeln, mehlig, gut gebürstet
8 Teelöffel Speiseöl
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Außerdem:
etwas Alufolie

Reißen Sie erst aus der Alufolie 8 Quadrate zum Einwickeln der Kartoffeln und bestreichen Sie die Folie mit dem Speiseöl.

Dann stechen Sie die Kartoffeln ringsum mehrmals an, salzen und pfeffern sie und rollen sie fest in die Folie ein. Danach werden die Folien-Kartoffeln im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene etwa 50 - 60 Minuten bei 220 Grad Celsius (Umluft) oder bei 200 Grad Celsius (Heißluft), Gas Stufe 3 oder auf dem Holzkohlegrill in der Glut gegart.

Als Beilage empfehlen wir Tzaziki oder Kartoffelcreme

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten
Backzeit: etwa 60 Minuten

Snacks und Schnitzel

Hühnerfrikassee

Menge: 4 Portionen

1 Brathähnchen, 2 Teelöffel Meersalz, 2 Teelöffel Pfeffer frisch aus der Mühle
1 Spritzer Zitronensaft, 1/2 Gemüsezwiebel, 2 Tomaten
2 Eigelb (Größe M), 1/2 Becher Sahne, 1 Dose Spargel, gestückelt
1 Dose Erbsen und Möhren, 1 Glas Champignons
etwas Mehl, nach Belieben Margarine

Salzen Sie das Hähnchen und geben Sie es in einen Topf. Diesen füllen Sie dann bis zu 3/4 mit Wasser. Danach schälen Sie die halbe Gemüsezwiebel und vierteln sie. Nun waschen Sie die Tomaten, halbieren sie, entfernen den Strunk und schneiden die Tomaten klein. Dann geben Sie die Zwiebel-viertel und die Tomaten mit in den Topf. Jetzt geben Sie noch zwei Teelöffel Salz und Pfeffer in das Wasser geben und bringen es zum Kochen bringen. Die Zutaten müssen Sie solange köcheln lassen, bis das Fleisch gar ist, das dauert etwa 40 - 60 Minuten bei einem Brat-Hähnchen und mindestens 2 Stunden bei einem Suppenhuhn. Ob das Huhn gar ist, können Sie prüfen, indem Sie an einem Schenkel ziehen, er muss sich dann leicht lösen.

Wenn das Hähnchen gar gekocht ist, nehmen Sie es aus dem Topf nehmen und lassen es abkühlen. Die entstandene Geflügelbrühe gießen Sie anschließend bitte durch ein Sieb. Außerdem lösen Sie bitte das Hähnchen-Fleisch von den Knochen.

Jetzt geben Sie die Margarine in den Topf und erhitzen sie. Danach fügen Sie das Mehl unter schnellem Rühren hinzu und löschen die Mehlschwitze mit der Geflügel-Brühe ab. Erst ein bisschen - um die Brühe mit der Schwitze zu verbinden und um Klümpchen zu vermeiden - dann die restliche Geflügelbrühe dazu. Die Geflügelbrühe wird darauf etwas dickflüssig. Nun lassen Sie das Ganze etwa 10 Minuten unter häufigem Rühren köcheln (damit der Mehl-Geschmack verschwindet) und schmecken die Sauce mit Meersalz, etwas Zitronensaft und Pfeffer ab.

Dann verrühren Sie zwei Eigelb mit der Sahne (in einer Schüssel) und geben das Gemisch zu der Sauce in den Topf. Danach fügen Sie das Hähnchen-Fleisch mit den Champignons, den Erbsen und Möhren sowie dem Spargel hinzu und lassen alles nur noch heiß werden. Das Gericht wird heiß serviert.

Unser Tipp:

Anstatt eines kompletten Hähnchens können Sie auch Hühner-Schenkel für das Frikassee nehmen.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten, Kochzeit: etwa 60 Minuten

Snacks und Schnitzel

Veganer Gyrosteller
mit Kartoffelecken, Gurkensalat und veganem Tzatziki

Menge: 2 Portionen

400 Gramm Seitan (Seitan-Gyros)
nach Belieben Zwiebeln, etwa 1 - 2
etwas Gyros-Gewürz
etwas Speiseöl

Für die Ofenkartoffeln:
600 Gramm Kartoffel(n)
3 Esslöffel Speiseöl
1 Teelöffel Rosmarin
etwas Meersalz
etwas Pfeffer

Für den Salat:
 $\frac{3}{4}$ Salatgurke
4 Esslöffel Weißweinessig, vegan
2 Esslöffel Olivenöl
1 Esslöffel Agavendicksaft
1 Esslöffel Dill
etwas Meersalz
etwas Pfeffer

Für das Tzatziki:
300 Gramm Sojajoghurt (Joghurtalternative)
3 Knoblauchzehen
 $\frac{1}{4}$ Salatgurke
1 Esslöffel Olivenöl
1 Teelöffel Zitronensaft
etwas Meersalz
etwas Pfeffer

Verrühren Sie die Zutaten für das Tzatziki in einer Küchenmaschine, füllen Sie sie in eine Schale und im stellen Sie sie im Kühlschrank mindestens 60 Minuten kalt.

Währenddessen waschen Sie die gründlich Kartoffeln, schneiden sie in Spalten und vermischen sie mit den restlichen Zutaten für die Ofen-Kartoffeln in einer Schüssel. Dann backen Sie die Ofen-Kartoffeln im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 180 Grad Celsius (Heißluft) etwa 30 Minuten, bis die Kartoffel-ecken braun und knusprig sind.

Snacks und Schnitzel (Fortsetzung)

Zwischendurch schneiden Sie bitte den Seitan in feine Streifen. Nach eigenem Belieben können Sie 1 - 2 Zwiebeln mit in Spalten. Danach erhitzen Sie etwas Speiseöl in einer großen Pfanne. Nun dünsten Sie bitte zuerst die Zwiebeln glasig, dann geben Sie den Seitan hinzu und braten ihn knusprig. Zum Schluss geben Sie etwas Gyros-Gewürz hinzu.

Die Gurke hobeln oder schneiden Sie noch in dünne Scheiben und vermischen sie mit den restlichen Salat-Zutaten.

Den Salat richten Sie bitte zusammen mit den restlichen Beilagen auf zwei Tellern an.

Arbeitszeit: etwa 40 Minuten

Kochzeit: etwa 60 Minuten

Hähnchen in Sojasoße mit Reis und Krautsalat

Menge 4 Portionen

1 Hähnchen, bratfertig

75 Gramm Butter

4 Essöffel Sojasauce

1 Stück Ingwer, davon 4 Scheiben

Zerlegen Sie das Hähnchen in 4 Teile, lassen Sie die Butter in einem Topf heiß werden und braten Sie das Hähnchen kurz an. Dann geben Sie die Sojasoße dazu und braten das Fleisch weiter von allen Seiten an. Danach geben Sie den Ingwer zum Fleisch, geben aber kein Salz und kein Wasser dazu! ! Nun geben Sie den Deckel darauf und lassen das Ganze leise unter öfteren Wenden etwa 60 Minuten köcheln. Als Beilage empfehlen wir Reis und Krautsalat.

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten

Kochzeit: etwa 60 Minuten

Snacks und Schnitzel

Mozzarella-Hähnchen in Basilikum-Sahne-Sauce mit Kroketten oder Reis.

Menge: 4 Portionen

4 Hühnerbrust-Filets
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
1 Esslöffel Speiseöl
250 Gramm Cocktailtomaten
½ Topf Basilikum
200 Gramm Sahne
100 Gramm Sahne-Schmelzkäse
125 Gramm Mozzarella
nach Belieben Parmesan
nach Belieben Kräuterbutter

Waschen Sie das Fleisch, tupfen Sie es trocken und würzen Sie es mit Meersalz und Pfeffer. Dann erhitzen Sie das Speiseöl in einer Pfanne und braten die Filets darin von allen Seiten etwa 5 Minuten kräftig an.

In der Zwischenzeit waschen Sie die Tomaten, halbieren sie und entfernen den Strunk. Dann spülen Sie die Basilikum-blätter ab, schütteln sie kurz trocken und hacken sie fein.

Anschließend geben Sie die Sahne in einen Topf und lassen sie aufkochen. Den Schmelzkäse rühren Sie bitte hinein und lassen ihn schmelzen. Gewürzt wird die Sauce jetzt mit Meersalz und Pfeffer. Dann rühren Sie noch 2/3 vom Basilikum unter.

Das Fleisch und die Tomaten geben Sie nun bitte in eine gefettete Auflaufform und übergießen es mit der Sauce. Dann schneiden Sie den Mozzarella in kleine Stückchen und verteilen diese auf dem Fleisch. Wenn Sie mögen können Sie auch noch geriebenen Parmesan und 1 Esslöffel Kräuterbutter in kleine Flöckchen darauf verteilen. Dann schieben Sie die Auflauf-Form in den vorgeheizten Ofen (200 Grad Celsius bei Oberhitze/Unterhitze beziehungsweise 175 Grad bei Umluft/Heißluft) etwa 30 Minuten. Nach dem Backen nehmen Sie das Fleisch aus den Ofen und bestreuen es zum Schluss mit dem restlichem Basilikum.

Dazu empfehlen wir Kroketten oder Reis.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Kochzeit: etwa 30 Minuten

Snacks und Schnitzel

Jägerschnitzel

Puten-Schnitzel oder Hähnchen-Schnitzel
mit Jägersauce und frischen Champignons

Menge: 2 Portionen

2 Puten-Schnitzel oder Hähnchen-Schnitzel je 125 Gramm
250 Gramm Champignons, 2 Esslöffel Mehl, 1 kleine Zwiebel
2 Esslöffel Butterschmalz, 1 Esslöffel Mehl, 300 ml Geflügelbrühe
etwas Meersalz, etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
2 Esslöffel Petersilie, gehackte, 1 Esslöffel Sahne bei Bedarf

Klopfen Sie das Fleisch als erstes leicht mit einem flachen Gegenstand (zum Beispiel einer Bratpfanne). Dann putzen Sie die Champignons putzen und schneiden sie in dünne Scheiben.

Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Danach schälen Sie die Zwiebel und schneiden sie in kleine Würfel.

Nun erhitzen Sie das Butterschmalz in einer breiten Pfanne und braten die Schnitzel darin von beiden Seiten je etwa 4-5 Minuten, nehmen sie dann heraus und stellen sie (zum Beispiel im 80 Grad heißen Ofen) warm.

Anschließend braten Sie die Champignons in der gleichen Pfanne etwa 10 Minuten bei mittlerer Hitze, geben dann die Zwiebel dazu und braten sie etwa 9-10 Minuten mit. Nach der Bratzeit bestäuben Sie die Zutaten mit Mehl (zum Binden der Flüssigkeit) und gießen sie mit der Geflügelbrühe auf. Die Sauce lassen Sie jetzt unter Rühren kurz aufkochen (damit der Mehlgeschmack verlohren geht) und schmecken sie mit Meersalz und Pfeffer ab. Danach rühren Sie die gehackte Petersilie unter die Sauce, geben das Fleisch nun zurück in die Sauce und lassen es kurz darin ziehen.

Dazu passen Nudeln, Spätzle, Kartoffeln oder Reis und Salat.

Unsere Tipps:

Die Sauce können Sie auch mit 1 Esslöffel Sahne oder Crème fraiche verfeinern. Statt der Champignons schmecken auch Pfifferlinge oder Austernpilze sehr gut.

Arbeitszeit: etwa 25 Minuten

Snacks und Schnitzel

Schnitzel Wiener Art
Schweineschnitzel mit Petersilienkartoffel oder
Erbsen-Reis und Zitrone

Menge: 6 Portionen

6 Schweineschnitzel (Schopfschnitzel ohne Knochen)
4 Zehen Knoblauch
etwas Meersalz
2 Eier
5 Esslöffel Mehl
Semmelbrösel, (sehr fein gerieben)
½ Liter Fett zum Frittieren
1 Zitrone

Außerdem:
etwas Frischhaltefolie

Reiben Sie das Schnitzel mit dem zerdrücktem Knoblauch fest ein und salzen Sie es, am besten morgens, ein. Dann stapeln Sie das Fleisch übereinander, drücken es leicht an, decken es mit Frischhaltefolie ab und lassen es etwa 3 Stunden beizen.

Danach ziehen Sie das Fleisch durch das Mehl, die Eier (mit Salz und einem Schuss Sodawasser vermischt) und die Semmelbröseln oder das Pankomehl (damit wird die Panade weicher und besser wird). Nun backen Sie das Fleisch in einer heißen Pfanne (oder in die Fritteuse) mit dem Fett und langsam aus.

Als Beilage legen Sie bitte eine Scheibe Zitrone auf das Gericht.

Dazu empfehlen wir Salat nach Wunsch, eventuell ein Kartoffelsalat, Petersilienkartoffel oder Erbsen-Reis.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Snacks und Schnitzel

Cordon-Bleu
dazu Mischgemüse

Menge: 2 Portionen

2 Kalbsschnitzel, etwa 1,5 Zentimeter dick, 2 Scheiben Käse, Emmentaler (oder Greyerzer)
2 Scheiben Schinken, (magerer Koch- oder Rohschinken)
1 Ei (Größe M), etwas Mehl, etwas Semmelbrösel oder Panko-Mehl
etwas Meersalz, etwas Pfeffer frisch aus der Mühle, etwas Butterschmalz

Außerdem:
etwas Frischhaltefolie

Geben Sie auf einen Teller etwas Mehl, verquirlen Sie in einem tiefen Teller das Ei und schütten Sie auf einen weiteren Teller die Semmelbrösel oder das Pankomehl.

Dann schneiden Sie die Kalbsschnitzel der Länge nach auf, trennen sie aber nicht ganz durch (Schmetterlings-schnitt). Die Schnitzel legen Sie zwischen Frischhaltefolie und klopfen sie mit einem schweren, FLACHEN Gegenstand, zum Beispiel einer Bratpfanne, kräftig. Anschließend entfernen Sie die Frischhaltefolie und legen je eine Scheibe Käse und Schinken in die Schnitzel hinein. Dann klappen Sie sie wieder zu und stecken die Schnitzel mit Zahnstochern fest. Nun werden die Schnitzel gesalzen, gepfeffert, gleichmäßig in Mehl gewendet, durch das Ei gezogen und danach mit den Semmelbröseln oder (besser) mit dem Pankomehl panieren.

Dann erhitzen Sie reichlich Butterschmalz in einer un-beschichteten Pfanne bis es raucht, schalten die Temperatur etwas herunter und braten die Schnitzel von jeder Seite etwa 4 - 5 Minuten schnell an, bis sie schön goldbraun sind.

Das Cordon bleu - das "blaue Band" zierte im 17. Jahrhundert die fortgeschrittenen Schülerinnen im Institut de Saint-Louis, einem Lehrinstitut für Töchter des verarmten Adels. Danach wurde es zum Symbol für feinste Kochkunst. Im Original wird es deshalb IMMER aus Kalbschnitzel gefertigt, alles andere ist - ähnlich wie beim Wiener Schnitzel - nur nach "Cordon bleu Art". Als Käse sollte möglichst ein echter Schweizer Emmentaler verwendet werden, also entweder "Emmentaler AOC" beziehungsweise "Emmentaler Switzerland". Dieser Käse ist mindestens 4 Monate gereift und aus würzigerer Rohmilch hergestellt. Er schmeckt natürlich wesentlich kräftiger und schärfer als Imitate, zum Beispiel aus Deutschland. Ähnlich im Geschmack ist allenfalls der Greyerzer (Gruyère - ebenfalls Mindestens 5 Monate gereift). Der Schinken ist Geschmackssache, jedoch wird meistens magerer Kochschinken verwendet. Auch Kochschinken aus Geflügel natürlich ist möglich.

Unser Tipp:

Als Beilage empfehlen wir Mischgemüse.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Snacks und Schnitzel

Gyros überbacken
mit Gyros, Sahne-Sauce,
und Käse, dazu Pommes Frites oder Salzkartoffeln
mit Reis-Nudeln oder Weißbrot

Menge: 2 Portionen

500 Gramm Schnitzel-Fleisch aus der Oberschale
4 Teelöffel Gyros-Gewürz
2 Teelöffel Zitronensaft
4 Esslöffel Olivenöl
200 Gramm Sahne
1 Teelöffel Paprikapulver
1 Teelöffel Chili-Pulver mit Salz
50 Milliliter Milch
1 Esslöffel Tomatenmark
1 Teelöffel Paprika-Mark, (kann weg gelassen werden)
100 Gramm Gouda in Scheiben (nach Belieben)
1 Esslöffel Parmesan
1 Esslöffel Fett aus der Pfanne, vom kross gebratenen Gyros

Bereiten Sie zuerst eine Marinade aus 3 Esslöffel Olivenöl, 1,5 Teelöffel Zitronensaft, 4 Teelöffel Gyros-Gewürz und 1/2 Teelöffel Paprikapulver. Das Schnitzel-Fleisch schneiden Sie bitte in sehr dünne Streifen und geben es in die Marinade. Dann vermengen Sie alles gut miteinander und lassen es einige Stunden (besser über Nacht) marinieren.

Danach braten Sie das Fleisch in einer mit Olivenöl (etwa 1 Esslöffel) gefetteten Pfanne kross. In der Zwischenzeit bereiten Sie die Sauce und heizen den Backofen auf 250 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 230 Grad (Heißluft) vor.

Zur Sauce:

Vermengen Sie 200 Milliliter Sahne mit dem Tomatenmark und eventuell Paprika-Mark, 1/2 Teelöffel Paprikapulver, 1/2 - 1 Teelöffel Chili-Gewürz-Salz und der Milch (etwa 50 Milliliter eventuell mehr).

Die Auflaufform fetten Sie nun mit etwas Olivenöl ein und geben das kross gebratene Fleisch. Dann belegen Sie das Fleisch mit Käsescheiben (zum Beispiel Gouda). Anschließend verteilen Sie die Sahne-Gewürzmischung darüber. Zum Schluss verteilen Sie den Parmesan und das Fett aus der Pfanne darüber in Linien.

Snacks und Schnitzel (Fortsetzung)

Die Auflaufform schieben Sie jetzt in den Backofen bei etwa 250 Grad Celsius (Umluft) oder bei 230 Grad Celsius (Heißluft) für etwa 15 Minuten, zum Schluss sollten Sie etwa 5 Minuten Oberhitze nutzen, damit die Käseschicht eine leicht gebräunte Farbe erhält !

Dazu können Sie Salzkartoffeln, geschwenkt in Olivenöl mit Petersilie, Reis-Nudeln oder auch Weißbrot servieren.

Alternativ empfehlen wir zu diesem Gericht selbstgemachte Pommes Frites oder Süßkartoffel Pommes Frites (anstatt Salzkartoffeln).

Pommes Frites

<https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=304&t=90580&p=96181>

Süßkartoffel Pommes Frites

<https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=304&t=90579&p=96180>

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Ruhezeit: etwa 4 Stunden

Snacks und Schnitzel

1/2 Hähnchen (halber Broiler, mit Gewürzlack)
mit Pommes Frites

Menge: 1 Portion

½ Hähnchen, etwa 700 Gramm
½ Teelöffel Meersalz
2 Teelöffel Paprikapulver, rosen-scharf
2 Teelöffel Currypulver, rotes, scharf
1 Teelöffel Currypulver, gelbes
etwas Pfeffer, schwarzer, frisch aus der Mühle
nach Belieben Olivenöl

Außerdem:
etwas Alufolie

Heizen Sie den Backofen auf 120 Grad Celsius (Umluft) oder auf 1200 Grad Celsius (Heißluft) vor und legen Sie ein Backblech mit Alufolie aus. Bis die Temperatur erreicht ist, verrühren Sie die Gewürze mit etwas Olivenöl und würzen damit das Hähnchen gründlich von innen und außen ("lackieren"). Sie sollten nicht vergessen, die Flügel und die Beine anzuheben und auch die Zwischenräume zu würzen ! Anschließend geben Sie das Hähnchen (mit dem Bein nach oben) auf der untersten Schiene in den Backofen und backen es etwa 90 Minuten. Etwa alle 20 Minuten, spätestens aber wenn die Haut nicht mehr glänzt, pinseln Sie bitte mit etwas Olivenöl nach.

Eine Anmerkung:

Die Knusper-Haut ist so lecker, dass Sie eigentlich nur noch Haut essen möchten. Das Fleisch bleibt durch die mittlere Temperatur sehr schön saftig und durch das lange Garen können Sie es leicht vom Knochen lösen.

Zu diesem Gericht empfehlen wir selbstgemachte Pommes Frites oder Süßkartoffel Pommes Frites

Pommes Frites

<https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=304&t=90580&p=96181>

Süßkartoffel Pommes Frites

<https://forum.xn--kche-nord-07a.de/viewtopic.php?f=304&t=90579&p=96180>

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten

Backzeit: etwa 90 Minuten

Snacks und Schnitzel

Hamburger

Menge: 6 Portionen

600 Gramm Hackfleisch vom Rind
6 Blätter Salat, (Kopfsalat)
6 Scheiben Käse, (Scheibletten-Käse)
1 Zwiebel
etwas Speiseöl
4 Gewürzgurken
1 Spritzer Worcestersoße
6 Brötchen, (Hamburgerbrötchen)
etwas Senf
etwas Ketchup
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Schneiden Sie die Brötchen auf, rösten Sie sie in einer heißen Pfanne (ohne Öl/Fett) etwa 5-10 Sekunden an und bestreichen Sie beide Seiten mit Senf und Ketchup. Dann schneiden Sie die Gewürzgurken in Scheiben und legen für jeden Burger 4 Gurken-Scheiben auf eine Brötchen-Hälfte. Jetzt schneiden Sie die abgezogene Zwiebel in feine Würfel und schwitzen sie in etwas Speiseöl in der Pfanne glasig an. Dann geben Sie bitte auf die Gurken jeweils einen Teelöffel Zwiebel-Würfel, legen anschließend ein Salatblatt darauf.

Das Fleisch geben Sie nun in eine Schüssel, würzen es mit Meersalz, Pfeffer, etwas Worcestersoße und Senf und kneten es gut durch. Danach wiegen Sie 6 etwa 100 Gramm schwere Patties ab, formen sie flach und braten oder grillen sie etwa 5 Minuten von jeder Seite. Nach dem Wenden legen Sie bitte die Käse-Scheiben auf das Fleisch und lassen sie zerlaufen. Zum Schluss geben Sie das Fleisch mit dem Käse auf die Brötchen, legen den Deckel auf und servieren die Hamburger.

Arbeitszeit: 30 Minuten

Snacks und Schnitzel

Cheeseburger mit Chili-Käsesoße

Menge: 4 Portionen

600 Gramm Hackfleisch, (Rinderhack), feines
100 Gramm Cheddar-Käse
100 Milliliter Milch
8 Scheiben Schmelzkäse
1 1/2 Esslöffel Mayonnaise
4 Brötchen, Burger-
nach Belieben Blattsalat
nach Belieben Chili-Sauce
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
nach Belieben Gewürzgurken
nach Belieben Zwiebeln
nach Belieben Tomaten

Zerkleinern Sie den Cheddar- und Schmelzkäse, geben Sie ihn mit der Mayo, der Chilisoße (nach eigenem Belieben oder 1 Esslöffel) und der Milch in eine Schüssel (Mikrowellen-geeignet). Das Ganze stellen Sie dann in die Mikrowelle. Sie sollten es immer nur kurz erhitzen und dann umrühren. Wenn die Sauce fertig ist, stellen Sie sie kurz in den Kühlschrank. Danach waschen Sie die Salatblätter vorsichtig (es sollten keine Druckstellen entstehen) und schneiden sie in kurze Streifen.

Nun würzen Sie das Rinderhackfleisch mit Meersalz und Pfeffer und formen es zu vier kleinen Patties. Diese braten Sie bitte entweder in der Pfanne, bis sie gar sind, oder auf dem Grill. Nach dem Wenden legen Sie eine Scheibe Schmelzkäse darauf und lassen sie schmelzen.

Die Burger-Brötchen schneiden Sie nun auf und legen die Brötchen-Hälften kurz in die Pfanne oder auf den Grill. Die untere Hälfte bestreichen Sie danach bitte mit der Käse-Soße und verteilen den Salat darauf. Das Fleisch geben Sie bitte darauf. Nach eigenem Belieben können Sie die Cheeseburger mit Zwiebelscheiben, Tomate oder Gurken belegen.

Arbeitszeit: etwa 25 Minuten

Snacks und Schnitzel

Kroketten

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Kartoffeln
1 Esslöffel Gemüsebrühe
2 Eier (Größe M)
20 Gramm Kartoffelstärke
20 Gramm Butter oder Margarine, flüssig
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Semmelbrösel oder Panko-Mehl
Öl zum Frittieren
nach eigenem Belieben Muskat

Kochen Sie die Kartoffeln in Salzwasser (oder in Gemüsebrühe, so machen wir das). Danach schälen Sie sie und pressen sie durch eine Kartoffelpresse. Die Kartoffelmasse lassen Sie nun bitte abkühlen.

Dann trennen Sie die Eier. Das Eigelb kneten Sie mit dem Stärkemehl, der Butter oder der Margarine, dem Meersalz, etwas Pfeffer und Muskat nach eigenem Geschmack unter die Kartoffelmasse. Anschließend formen Sie aus dem Teig kleine Kroketten. Dabei müssen Sie zuerst ein kleines Knödelchen, dann rollen und die Enden leicht andrücken. Diese Kroketten wälzen Sie jetzt im Eiweiß und danach in Semmelbröseln (oder besser: in Pankomehl).

Die panierten Kroketten backen Sie anschließend in heißem Öl schwimmend beziehungsweise in der Fritteuse bei 180 Grad Celsius), bis sie die gewünschte Farbe erreicht haben.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Kochzeit/Backzeit: etwa 30 Minuten

Ofenwarme Baguettes mit Remoulade

Fruchtiges Baguette Ananas
mit Ananas und Orangensoße

Menge: 1 Portion

1 Baguette
4 Scheiben Schinken
2 Ringe Ananas, ungesüßt
2 Scheiben Cheddarkäse

Für die Sauce:

100 Milliliter Orangensaft
etwas Speisestärke
Schuss Brantweinessig
etwas Zucker
nach eigenem Belieben Mandarinen und/oder Apfelmus

Für die Soße:

Mischen Sie den Orangensaft mit der Speisestärke und lassen Sie alles aufkochen. Die Soße sollte möglichst sehr dickflüssig werden. Nach Bedarf und Geschmack können Sie vor dem Aufkochen noch Mandarinen-Stücke und/oder Apfelmus beimischen. Die Mandarinen-Stücke und das Apfelmus sollten Sie vor dem Aufkochen kurz pürieren. Anschließend schmecken Sie bitte alles mit Brantweinessig und etwas Zucker ab.

Danach halbieren Sie das Baguettebrot und bestreichen es mit der kalten Soße. Dann belegen Sie es mit Schinken-stücken und Ananas-stücken und geben abschließend den Cheddar-Käse darauf. Die Hawaii-Baguettes schieben Sie zum Schluss bitte für etwa 5 Minuten bei 170 Grad Celsius (Umluft) oder bei 150 Grad (Heißluft) in den Backofen schieben.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Backzeit: etwa 5 Minuten

Ofenwarme Baguettes mit Remoulade

Baguette mit Tomaten-Oliven-Feta-Creme
mit Käse überbacken

Menge: 2 Portionen

1 Ciabatta zum Aufbacken
200 Gramm Frischkäse
200 Gramm Feta-Käse
150 Gramm Tomaten, getrocknete in Öl
1 Handvoll Oliven, schwarze
1 Paprikaschote, rot
110 Gramm Käse, gerieben (Streu-Käse)
etwas Oregano
etwas Thymian
etwas Rosmarin
etwas Pfeffer
etwas Öl zum Beispiel von den getrockneten Tomaten
nach Belieben Chili-Pulver oder gehackte Chili-Schote

Die getrockneten Tomaten pürieren Sie bitte als erstes mit dem Feta-Käse und dem Frischkäse im Mixer. Je nach Geschmack können Sie mehr oder weniger Tomaten hinzu geben. Dann geben Sie den Oregano, den Thymian, den Rosmarin und den Pfeffer, gegebenenfalls auch Chili hinzu und schmecken die Creme ab.

Nun schneiden Sie die Paprikaschoten in zwei Hälften, entfernen die Kerne und den Strun, waschen die Schoten gründlich und schneiden die Paprika in würfel. Dann vierteln Sie die schwarze Oliven und braten sie in dem Tomaten-Öl kurz heiß an. Danach lassen Sie alles kurz abkühlen und geben es dann zu der Tomaten-Feta-Creme hinzu.

Das Ciabatta in teilen Sie bitte anschließend in zwei Hälften, geben die Creme darauf, bestreichen es mit Streu-Käse und backen es nach Aufback-Anleitung des Baguettes etwa 10 - 12 Minuten bei etwa 200 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 180 Grad Celsius (Heißluft) im Backofen.

Die Tomaten-Feta-Creme reicht in der Regel für ein großes Baguette, also für 2 hungrige Personen oder auch 3 - 4 Vorspeisen-Häppchen. Die Zutaten können Sie sicher variieren, die Oliven bringen allerdings den besonderen Geschmack.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Backzeit: etwa 15 Minuten

Ofenwarme Baguettes mit Remoulade

Baguette nach Gyros - Art
mit Hähnchenbrust-Filets, Naturjoghurt, Gurke,
und Salat

Menge: 2 Portionen

1 kleine Salatgurke, etwas Meersalz, 2 Knoblauchzehen
250 Gramm Naturjoghurt, 1 Teelöffel Essig (Tafelessig)
2 Esslöffel Olivenöl, ½ Teelöffel Kräuter (Tiefkühl), gemischte
etwas Pfeffer, schwarzen, 2 Baguettes (zusammen etwa 300 Gramm)
1 Kopf Salat, das Herz davon, 250 Gramm Hähnchenbrust-Filets, in Streifen geschnitten
1 Teelöffel Gewürzmischung für Gyros
2 Esslöffel Sonnenblumenöl

Heizen Sie den Backofen auf 200 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 180 Grad Celsius (Umluft/Heißluft) vor.

In der Zwischenzeit waschen Sie die Gurke, schälen sie und raffeln sie auf einer Küchen-Reibe fein- Dann geben Sie die Gurke mit einer Prise Meersalz zum Abtropfen in ein Sieb. Die Knoblauchzehen schälen Sie nun und drücken sie durch eine Knoblauch-Pressen (oder schneiden sie mit einem Messer sehr fein) und drücken die Masse in den Joghurt. Das Gurken-Fruchtfleisch pressen Sie bitte mit den Händen fest aus und rühren es unter den Joghurt. Verrührt wird das Ganze jetzt mit Tafel-Essig, Olivenöl, Kräutern und etwas Pfeffer.

Die beiden Baguettes schneiden Sie danach längs tief ein, aber nicht durch und legen sie für etwa 6 bis 8 Minuten in den Backofen. Das Kopfsalat-Herz entblättern Sie zwischendurch bitte, schneiden es in Streifen, waschen es vorsichtig (es sollen keine Druckstellen entstehen) und lassen es abtropfen.

Die Hähnchenbrust-Filet-Streifen würzen Sie danach mit Pfeffer und dem Gyros-Gewürz und braten es in heißem Sonnenblumenöl von allen Seiten etwa 4 Minuten scharf an. Dann nehmen Sie das Fleisch herausnehmen und salzen es.

Die beiden Baguettes klappen Sie jetzt auf, streichen sie mit der Joghurt-Sauce aus, belegen sie mit den Salat-Streifen, füllen die Fleisch-Streifen ein und überziehen sie zum Schluss nochmals dick mit der Joghurt-Sauce.

Die Baguettes sollten Sie sofort servieren.

Unser Tipp:

zusätzlich können Sie noch Tomaten-würfel und Zwiebelstreifen in die Baguettes einfüllen.

Ofenwarme Baguettes mit Remoulade

Baguette Käse
mit Schinken, Edamer und Sauerrahm

Menge: 4 Portionen

200 Gramm Schinken, gekochter, klein geschnittener
200 Gramm Käse (zum Beispiel Edamer), geriebener
200 Gramm Sauerrahm
½ Bund Petersilie, klein gehackter
4 Brötchen (Baguettebrötchen)
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Vermischen Sie in einer Schüssel den Schinken, den Käse, den Sauerrahm und die Petersilie miteinander. Gewürzt werden die Zutaten mit Meersalz und Pfeffer. Die Baguette-Brötchen halbieren Sie jetzt längs und verteilen die Mischung gleichmäßig auf alle Baguette-hälften.

Die belegten Baguette-Brötchen backen Sie danach im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 200 Grad Celsius (Heißluft) etwa 10-15 Minuten, bis der Käse geschmolzen ist.

Achtung - Sie sollten die Brote nicht zu lange im Ofen, weil sonst der Belag gerne vom Brötchen läuft !

Unser Tipp:

Sie können Alles vorher vorbereiten und beim Eintreffen der Gäste die Baguettebrötchen in den Backofen schieben.

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten

Ofenwarme Baguettes mit Remoulade

Baguette Mozzarella
mit Mozzarella und Fleischtomaten

Menge: 2 Portionen

1 kleines Baguette
2 Paket Mozzarella
2 Fleischtomaten
1 Zehen Knoblauch
etwas Basilikum, frisches
etwas Meersalz
etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle
etwas Butter oder Margarine
eventuell Olivenöl

Schneiden Sie das Baguette der Länge nach auf und halbieren Sie es noch einmal quer. Dann bestreichen Sie das Baguette mit Butter oder Margarine. Die Knoblauch-Zehen schälen Sie, hacken sie und verteilen sie auf dem Baguette. Danach spülen Sie die Tomaten ab und schneiden sie in Scheiben. Das Baguette belegen Sie jetzt mit den Tomaten-scheiben und salzen diese etwas. Dann belegen Sie das Brot weiter mit Basilikum-Blättern und Mozzarella-Scheiben und mahlen den frischen Pfeffer darüber. Eventuell können Sie die Baguette noch mit etwas Olivenöl beträufeln.

Anschließend wird das Brot im Ofen bei 150 Grad Celsius (plus Grill, falls vorhanden) überbacken, bis der Käse geschmolzen und das Brot leicht gebräunt ist.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Ofenwarme Baguettes mit Remoulade

Baguette Salami

mit Salami, Gewürzgurke, Sahne-Schmelzkäse und Paprikaschote

Menge: 1 Portion

½ Baguettes

½ Sahne-Schmelzkäse - Ecke

1 Esslöffel Frischkäse, (z.B. Philadelphia)

4 Esslöffel RAMA Cremefine zum Kochen (oder Sahne)

etwas Meersalz, etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

etwas Paprikapulver, (scharf)

ein paar Scheiben Salami

½ Gewürzgurke

1 Stück Paprikaschote, rot

½ Zwiebel

etwas Tomatenketchup

etwas Chilipulver

etwas Käse (Gouda), jung

Heizen Sie den Backofen auf 180 Grad Celsius (Umluft) oder auf 160 Grad Celsius (Heißluft) vor.

Dann schneiden Sie das halbe Baguette auf und bereiten aus der Sahne, dem Käse und den Gewürzen eine cremige "Soße". Die Soße streichen Sie bitte auf die untere Seite des Baguette und belegen sie mit den Salami-Scheiben.

Danach halbieren Sie die Paprikaschote, entfernen die Kerne sowie den Strunk, spülen die Schotengründlich ab und schneiden die Schoten in Stücke oder dünneren Streifen. Die abgespülte Gurke schneiden Sie anschließend in Scheiben und die halbe Zwiebel in feine Ringe.

Darüber geben Sie nun einige Spritzer Ketchup und streuen ein wenig Chilipulver darüber. Dann legen Sie den Gouda darauf und überbacken das Baguette für etwa 5-10 Minuten.

Während des Backens legen Sie den "Deckel" des Baguette auf den Toaster, erwärmen ihn und klappen damit das das Baguette nach dem backen zu.

Unsere Tipps:

Wenn Sie mögen, können Sie auch ein paar Champignon-Scheiben darauf verteilen!
Wenn es etwas schärfer sein soll, schneiden Sie 1 Peperoni klein und verteilen sie auf dem Baguette.

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten

Ofenwarme Baguettes mit Remoulade

Baguette Shrimps mit Spargel - Frischkäse - Creme und Tomaten sowie Schinken

Menge: 10 Portionen

400 Gramm Spargel, grün
etwas Meersalz oder 1 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant)
etwas Zucker
200 Gramm Doppelrahmfrischkäse, natur
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
10 Scheiben Baguettes

Für die Garnitur:

Shrimps
Cocktailtomaten
Basilikum
Schinken, roher

Spülen Sie den grünen Spargel ab, schälen Sie das unteres Drittel, schneiden Sie die Enden ab und teilen Sie die restlichen Stangen in mundgerechte Stücke. Dann garen Sie den Spargel Salzwasser (wir nehmen immer Gemüsebrühe als Geschmackgeber) mit etwas Zucker etwa 4 Minuten garen. Danach nehmen Sie die Spargelspitzen heraus, schrecken sie mit kaltem Wasser ab und lassen sie in einem Sieb abtropfen. Den Rest der Spargelstangen garen Sie bitte weitere 4 Minuten. Nach der Kochzeit nehmen Sie die Stangen aus dem Wasser, lassen sie sehr gut abtropfen (sonst wird die Crème zu dünn !) und lassen sie abkühlen.

Die abgekühlten Spargel-Stücke (ohne die Spitzen, diese verwenden Sie bitte zur Garnitur) pürieren Sie mit dem Frischkäse und schmecken die Creme mit Meersalz und Pfeffer ab.

Anschließend rösten Sie die Baguette-Scheiben, bestreichen sie mit der Crème und garnieren sie je nach eigenem Geschmack mit den Spargelspitzen und Shrimps oder Tomaten und Basilikum oder rohem Schinken.

Hinweis:

Die Crème lässt sich auch gut vorbereiten. Den Spargel können Sie bereits einige Stunden zuvor kochen und die Crème bleibt dann abgedeckt im Kühlschrank ohne Qualitätsverlust ebenfalls lange haltbar. Vor dem Verwenden sollten Sie jedoch die Creme nochmals gut durchrühren.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Ofenwarme Baguettes mit Remoulade

Baguette Thunfisch
mit Thunfisch, Zwiebeln, Ei, GurkeSalat
und Remouladen-Sauce

Menge: 4 Portionen

1 Dose Thunfisch, im eigenen Saft
1 große Zwiebel
1 Ei, hartgekocht
2 1/2 Teelöffel Remoulade
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

1/2 Salatgurken
1/2 Eisbergsalat
4 Baguettes, zum Aufbacken

Lassen Sie den Thunfisch abtropfen und geben Sie ihn in eine Schüssel. Dann ziehen Sie die Zwiebel ab und schneiden sie in kleine Würfel. Das hartgekochte Ei schneiden Sie bitte ebenfalls in kleine Würfel. Diese Zutaten geben Sie jetzt zu dem Thunfisch geben, geben die Remoulade dazu und rühren Alles gut um. Die Masse sollte breiig aber nicht flüssig ist, gewürzt wird sie mit Meersalz und Pfeffer. Den Thunfisch-Aufstrich stellen Sie nun bitte in den Kühlschrank (zum Durchziehen).

Danach backen Sie die Baguette nach Packungs-Anweisung etwa 10 Minuten im Backofen auf und waschen in der Zeit vorsichtig (vorsichtig damit es keine Druckstellen gibt) den Salat. Die Salatblätter reißen Sie bitte in Baguette-Große Stücke, schälen noch die Gurke und schneiden sie in Scheiben. Nach dem Backen lassen Sie bitte das Baguette abkühlen und belegen es zum Schluss mit Salat, Gurke und Thunfisch-Aufstrich.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Ofenwarme Baguettes mit Remoulade

Baguette Vegetaria
mit frischen Champignons, Lauchzwiebeln, Käse,
und frischen Basilikumblättern

Menge: 3 Portionen

750 Gramm Champignons, frische
3 Lauchzwiebeln
½ Bund Petersilie
2 Esslöffel Margarine
100 Milliliter Milch
etwas Pfeffer, schwarzer, frisch gemahlen
etwas Meersalz
3 Baguettes, etwa 20 Zentimeter zum Fertigbacken
150 Gramm Käse, gerieben
einige Basilikumblätter, frisch

Heizen Sie den Backofen auf 220 Grad Celsius Oberhitze/Unterhitze (Umluft 200 °C) vor.

Dann säubern Sie die Champignons und schneiden sie in Scheiben:
Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur
Wassergeschmack Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen
lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen
die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und
die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Danach schneiden Sie die abgezogenen Zwiebeln in Stückchen und hacken die kurz abgespülte
und trocken getupfte Petersilie fein. Nun erhitzen Sie die Margarine in einer Pfanne mit
hohem Rand, geben die Zwiebeln hinein und dünsten sie glasig an. Anschließend geben Sie die
Champignons hinzu und braten sie etwa 5-6 Minuten. Nach der Bratzeit rühren Sie die Milch
und die gehackte Petersilie ein und lassen Alles etwas reduzieren. Abgeschmeckt wird danach
mit Meersalz und Pfeffer, nun nehmen Sie das Ganze von der Kochstelle.

Die Baguettes nehmen Sie bitte aus der Packung und schneiden sie ungebacken der Länge
nach auf. Dann legen Sie die Baguettes auf ein Backblech mit der Schnittseite nach oben
und verteilen darauf dann gleichmäßig die Pilzmischung. Als leztes bestreuen Sie die Baguettes
mit dem geriebenen Käse.

Jetzt backen Sie die Baguettes für etwa 10 - 12 Minuten im oberen Drittel des Backofens,
der Käse sollte geschmolzen und das Brot schön kross sein. Zum Schluss servieren Sie das
Gericht mit Basilikum-Blättchen.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Backzeit: etwa 20 Minuten

Formaggi (Käse)

Nudelauflauf Parmigiano

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Nudeln, grüne, al dente
300 Gramm Mozzarella in Scheiben
200 Gramm Schinken, gekocht, in Scheiben
250 Gramm Sahne
2 Eier, davon das Eigelb (Größe M)
40 Gramm Parmesan, gerieben
etwas Oregano
etwas Butter zum Einfetten

Geben Sie die gegarten Nudeln, den Käse und den Schinken in eine gebutterte, ofenfeste Form. Die letzte Lage sollte hierbei aus Nudeln oder Käse bestehen. Dann mischen Sie die Sahne, das Eigelb und den Parmesan und würzen das Gemisch mit Oregano. Die Sauce geben Sie bitte über den Auflauf. Gebacken wird der Auflauf bei 220 Grad Celsius (Umluft) oder bei 200 Grad Celsius (Heißluft) etwa 25 Minuten bis der Käse goldbraun ist.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Formaggi (Käse)

Pasta con Parma e Parmigiano

Sehr leckere Pasta mit Parmaschinken und Parmesan

Menge: 1 Portion

250 Gramm Spaghetti, frisch

5 Scheiben Parmaschinken

40 Gramm Parmesan

6 Esslöffel Olivenöl

Schneiden Sie den Schinken in kleine Stücke und schneiden Sie den Käse in dünne Scheiben.

Dann setzen Sie die Nudeln auf und kochen sie bissfest, danach gießen Sie die Nudeln ab.

Während die Nudeln kochen erhitzen Sie das Olivenöl in einer Pfanne, legen den Schinken hinein und schwitzen ihn ein bisschen an, nicht braten.

Zum Schluss schwenken Sie die Nudeln in der Pfanne mit dem Schinken und dem Olivenöl und hobel den Parmesan drüber.

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten

Kochzeit: etwa 15 Minuten

Formaggi (Käse)

Capellini con burro e parmigiano

4 - Minuten - Pasta mit Butter und Parmesan

Menge: 4 Portionen

400 Gramm Nudeln (Capellini)

120 Gramm Butter

120 Gramm Parmesan, mittelalter, frisch geriebener

nach eigenem Belieben Meersalz

nach eigenem Belieben Pfeffer, weißer

Garen Sie die Nudeln nach Packungs-Anweisung bissfest.

Dann lassen Sie 80 Gramm Butter in einem Topf schmelzen (aber nicht bräunen!) und verteilen 40 Gramm Butter in Locken oder Flocken geschnitten auf den Portions-Tellern.

Die fertigen Nudeln schwenken Sie nun in der zerlassenen Butter zusammen mit weißem weißen Pfeffer, dem Meersalz und 2/3 vom frisch geriebenen Parmesan. Dann geben Sie die Nudeln auf die Portions-Teller und servieren sie mit dem restlichen Parmesan bestreut.

Eine Anmerkung:

Die Capellini (das sind ganz dünne Spaghetti) brauchen nur 3 Minuten Garzeit. Kochendes Wasser und bereits geriebenen Parmesan ist vorausgesetzt, schaffen Sie in nur 4 Minuten ein deftiges Gericht. Normale Spaghetti eignen sich auch sehr gut, dann brauchen Sie aber etwas länger. Die reine Arbeitszeit ist die gleiche.

Arbeitszeit: etwa 4 Minuten

Formaggi (Käse)

Hähnchenragout al parmigiano auf Spinat - Fettuccine
Bocconcini di pollo al parmigiano a fettuccine da spinatio

Menge: 4 Portionen

600 Gramm Hähnchenbrust-Filets
400 Gramm Bandnudeln, breite (Fettuccine)
300 Gramm Blattspinat, tiefgekühlt
2 große Zwiebeln
50 Gramm Parmesan, im Stück (für die Sauce)
20 Gramm Parmesan, im Stück (zum Überstreuen)
4 Esslöffel Speiseöl, geschmacksneutral (kein Olivenöl)
50 Gramm Butter
2 Teelöffel Mehl
100 Milliliter Weißwein oder hellen Traubensaft
400 Milliliter Hühnerbrühe
200 Milliliter Sahne
nach eigenem Belieben Pfeffer, gemischt aus der Mühle
nach eigenem Belieben Meersalz

Reiben Sie den Parmesan in zwei getrennten Portionen fein. Dann schneiden Sie die Hähnchenbrust-Filets in nicht zu kleine, mundgerechte Stücke schneiden und schneiden die abgezogenen Zwiebeln in feine Würfel

Die Hälfte des Hähnchen-Fleisches braten Sie nun in einer großen, un-beschichteten Pfanne in heißem Speiseöl goldbraun an, nehmen sie aus der Pfanne und würzen das Fleisch mit Meersalz und Pfeffer. Dann geben Sie nochmals etwas Speiseöl in die Pfanne und machen das Gleiche mit der anderen Hälfte des Hähnchen-Fleisches.

Danach geben Sie die Hälfte der Butter in das Bratfett und lassen darin die Zwiebel-würfel glasig werden. Anschließend stäuben Sie das Mehl darüber, schwitzen es kurz an und löschen die Sauce zuerst mit Wein (oder wenn Kinder mitessen mit hellem Traubensaft), nach kurzem Aufkochen mit der Hühnerbouillon und der Sahne ab. Jetzt lassen Sie das Ganze bei starker Hitze etwa 5 Minuten einkochen.

Während die Sauce einkocht, bereiten Sie die Nudeln und den Blattspinat nach Packungsanweisung zu. Beim Abgießen der Nudeln müssen Sie darauf achten, dass kein Rest Wasser im Kochtopf verbleibt, die andere Hälfte der Butter geben Sie in den noch heißen Kochtopf, geben die gut abgetropften heißen Nudeln und den Spinat hinzu und mischen Alles gründlich durch. Dabei müssen Sie darauf achten, dass von dem Spinat keine Klumpen verbleiben. Danach geben Sie den Deckel drauf und stellen das Ganze beiseite.

Formaggi (Käse) (Fortsetzung)

Kurz bevor die Nudeln und der Spinat fertig sind, geben Sie das Hähnchenfleisch in die Sauce und erhitzen sie kräftig. Dann streuen Sie die größere Portion Parmesan ein und lassen sie unter häufigem Rühren schmelzen. Gewürzt werden die Zutaten nun kräftig mit Meersalz und Pfeffer.

Zum Schluss richten Sie das Gericht auf vorgewärmten Tellern an:
Zu-unterst die Spinatnudeln, darüber geben Sie das Hähnchenragout und bestreuen das Ganze dann mit der kleineren Portion geriebenem Parmesan.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Formaggi (Käse)

Penne mit Spinat und Gorgonzola

Menge: 2 Portionen

500 Gramm Penne
150 Gramm Gorgonzola
1 Packung Blattspinat
200 Milliliter Sahne
50 Milliliter Gemüsebrühe
6 Esslöffel Weißwein oder hellen Traubensaft
1 Zehe Knoblauch
etwas Parmesan, frisch
2 Esslöffel Olivenöl
etwas Meersalz und Pfeffer frisch aus der Mühle

Setzen Sie Salzwasser mit einem Schuss Olivenöl auf und kochen Sie die Penne al dente.

Zwischendurch braten Sie den aufgetauten Spinat in einer beschichteten Pfanne mit 3 Esslöffel Olivenöl und dem abgezogenen und klein-geschnittenen Knoblauch an. Abgelöscht werden die Zutaten mit dem Weißwein (oder wenn Kinder mitessen mit hellen Traubensaft) und der Gemüsebrühe, dann lassen Sie Alles kurz köcheln. Danach geben Sie die Sahne dazu, lassen die Zutaten aufkochen und rühren den Gorgonzola in kleinen Stücken unter, bis der Käse geschmolzen ist. Zum Schluss schmecken Sie die Zutaten mit Meersalz und Pfeffer ab.

Die Nudeln mischen Sie nun unter die Sauce und bestreuen das Gericht mit frisch gehobeltem Parmesan.

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten
Kochzeit: etwa 15 Minuten

Formaggi (Käse)

Spaghetti Gorgonzola

Vorsicht, dieses Gericht ist scharf !

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Spaghetti

etwas Salz oder 1 Esslöffel Gemüsebrühe

20 Gramm Butter

3 Peperoni, scharfe

150 Gramm Gorgonzola

200 Milliliter Sahne

1 Eigelb (Größe M)

30 Gramm Petersilie

Setzen Sie einen großen Topf mit Wasser auf, geben Sie das Salz (wir kochen die Spaghetti immer mit Gemüsebrühe) hinzu und kochen Sie die Spaghetti nach der Packungsanweisung.

Zwischendurch erhitzen Sie die Butter in einem kleinen Topf und geben dann die mehrfach eingestochenen Peperoni etwa 3 Minuten dazu. Wenn die Butter ordentlich gebräunt ist, nehmen Sie bitte die Peperoni wieder heraus (sie können weggeworfen werden) und geben den in Würfel geschnittenen Gorgonzola dazu. Nun rühren Sie solange, bis der Gorgonzola zu Brei geworden ist und nehmen dann den Topf von der Kochstelle. Jetzt gießen Sie die Sahne an, rühren Alles um und danach geben Sie das Eigelb und die Petersilie dazu. Das Ganze lassen Sie bitte noch einmal warm werden, keinesfalls kochen und sofort servieren.

Unser Tipp: Es sind keine weiteren Gewürze notwendig. Probieren Sie es ruhig aus.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Formaggi (Käse)

Gorgonzola-Schnitzel

Menge: 4 Portionen

2 große Zwiebeln
2 Zehen Knoblauch
1 ½ Dosen Pizzatomen, geschält
1 ½ Becher Sahne
150 Gramm Gorgonzola
1 Würfel Fleischbrühe
1 Teelöffel Salbei
4 Schweineschnitzel oder Putenschnitzel
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
2 Esslöffel Speiseöl (zum Einfetten der Form)

Heizen Sie den Backofen auf 150 Grad Celsius (Umluft) oder auf 130 Grad Celsius (Heißluft) vor.

Währenddessen schneiden Sie Zwiebeln und den Knoblauch klein und dünsten beides in Olivenöl an. Die geschälten Pizza-Tomaten geben Sie nun hinzu und fügen dann die Sahne dazu. Danach schneiden Sie den Gorgonzola klein und heben ihn unter. Nebenbei lösen Sie die Brühwürfel in wenig Wasser auf (oder verwenden gekörnte Brühe) und geben sie mit Salbei zur der Soße. Gewürzt wird die Sauce mit Meersalzen und Pfeffer nach eigenem Geschmack

Anschließend salzen und pfeffern Sie die Schnitzel und wenden sie in dem Mehl.

Dann fetten Sie die Auflaufform ein, füllen die Hälfte der Soße ein, legen die Schnitzel darauf und bedecken sie mit der restlichen Soße.

Gegart werden die Schnitzeln zum Schluss etwa 2 Stunden bei 150 Grad Celsius.

Als Beilage reichen wir immer Tagliatelle.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Backzeit: etwa 2 Stunden

Formaggi (Käse)

Dreierlei Gorgonzola-Crostini

Gorgonzola-Tomate, Gorgonzola-Bohnencreme, Gorgonzola-Geflügelleber

Menge: 4 Portionen

3 kleine Tomaten, feste
1 kleines Bund Basilikum
nach Belieben Balsamico
60 Gramm Bohnen, weiße, getrocknet
1 Esslöffel Bohnenkraut
nach Belieben Wasser zum Einweichen
1 kleine Zwiebel (in Würfel)
1 Zweig Rosmarin
150 Gramm Geflügelleber, gehackt
etwas Thymian
etwas Rosmarin
1 Zwiebel
1 Karotte
20 Gramm Sellerie
30 Gramm Lauch, gehackt
5 Zentiliter Weißwein oder hellen Traubensaft
2 Tomaten
10 Gramm Butter
10 Gramm Mehl
1 Baguette, in Scheiben geschnitten
4 Knoblauchzehen
etwas Olivenöl
etwas Meersalz und Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Zucker
350 Gramm Blauschimmelkäse (zum Beispiel Gorgonzola)
nach Belieben Wasser

Lassen Sie die weißen Bohnen über Nacht im kaltem Wasser einweichen. Am nächsten Tag schneiden Sie die 3 Tomaten ohne Strunk und Kerne sowie 1/3 des Blauschimmelkäses in Würfel, vermischen die Zutaten und schmecken die mit Balsamico, Meersalz, Pfeffer, Basilikum, Zucker und Olivenöl ab.

Die eingeweichten Bohnen schwitzen Sie nun in Olivenöl mit der abgezogenen und gehackten Zwiebel sowie dem Rosmarin und dem Bohnenkraut an, würzen sie mit Pfeffer und Meersalz, füllen sie mit Wasser auf, kochen die Bohnen weich, pürieren sie und rühren 1/3 des Käses in die warme Masse. Danach schmecken Sie die Masse bitte nochmal ab.

Formaggi (Käse)

Anschließend braten Sie die Geflügelleber in einem Topf mit heißer Butter an und fügen das Gemüse hinzu. Danach bestäuben Sie das Ganze mit dem Mehl und löschen es mit dem Weißwein (oder, wenn Kinder mitessen mit hellem Traubensaft) ab. Nun kochen Sie die Masse ein, geben die 2 Tomaten (ebenfalls ohne Strunk und Kerne gewürfelt) hinzu und schmecken Alles mit Meersalz und Pfeffer ab. Dann füllen Sie den Topf mit Wasser auf und garen die Zutaten etwa 15 Minuten. Danach fügen Sie die gehackten Kräuter und 1/3 des Käses hinzu.

Zum Schluss rösten Sie das Baguette-Scheiben in Olivenöl goldbraun, reiben sie mit Knoblauch ab und bestreichen das Baguette abwechselnd mit den drei Cremes bestreichen.

Arbeitszeit: etwa 40 Minuten

Ruhezeit: etwa 12 Stunden

Kochzeit: etwa 75 Minuten

Formaggi (Käse)

Pasta con Gorgonzola, Piselli e Pomodoro - Pasta mit Gorgonzola, Erbsen und Tomaten

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Pasta, nach Geschmack, in Würfel
400 Gramm Zwiebeln, milde, gehackt
400 Gramm Erbsen, Tiefkühl
400 Gramm Tomaten, in mundgerechten Stücken
200 Gramm Gorgonzola, in Stücke geschnitten
100 Gramm Schmelzkäse
3 Esslöffel Petersilie, gehackt
3 Knoblauchzehen, gepresst
3 Esslöffel Dinkel-Mehl, 5 Esslöffel Olivenöl
2 Teelöffel Gemüsebrühe-Pulver oder 3 Esslöffel frische Suppen-Paste
400 Milliliter Wasser, kochendes
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Tabasco, etwas Muskatnuss, geriebene
eventuell Zitronen
eventuell Reis-Sirup
ein paar Chiliflocken

Schwitzen sie abgezogenen und gewürfelten Zwiebeln sowie den abgezogenen und gepressten Knoblauch in einem Topf in heißem Olivenöl an, bis beides glasig bis gelblich ist. Dann schwitzen Sie das Brüh-Üulver - oder besser frische Suppen-Paste - kurz mit an, bestäuben danach die Masse mit dem Mehl und schwitzen es unter Rühren gleichmäßig mit an. Anschließend gießen Sie mit dem kochenden Wasser unter Rühren auf, sodass eine sämige Sauce entsteht.

Nun lassen Sie beide Käsesorten in der Sauce unter Rühren schmelzen. Dann fügen Sie die Tiefkühl-Erbsen hinzu und erwärmen sie so lange, bis die Sauce wieder gleichmäßig, aber leicht blubbert.

Danach fügen Sie noch die Tomaten hinzu und lassen Alles einige Minuten erwärmen und durchziehen. Zum Schluss schnecken Sie die Sauce mit den Gewürzen nach Belieben ab.

Nebenbei kochen Sie die Pasta bitte nach Packungsanleitung al dente.

Angerichtet wird das Gericht mit Pasta und Sauce und mit der frischen Petersilie angerichtet servieren.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Kochzeit: etwa 30 Minuten

Formaggi (Käse)

Quattro Formaggi
Vier-Käse-Sauce

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Nudeln (Spaghetti, Rigatoni oder ähnliches)
etwas Salz oder 1 Esslöffel Instant Gemüsebrühe
130 Gramm Butter
100 Gramm Parmesan
100 Gramm Käse (Greyerzer)
100 Gramm Käse (Appenzeller)
150 Gramm Gorgonzola
2 Becher Sahne á 200 Milliliter
½ Paket Kräuter, Tiefkühl, italienische Art
100 Gramm Schinken, gekocht (eventuell veganen Schinken Spicker)
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Schneiden Sie den Gorgonzola in kleine Würfel. Dann reiben Sie die 3 anderen Käse-Sorten fein (je feiner, desto besser schmilzt er). Den gekochten Schinken (oder den Schinken Spicker) schneiden Sie bitte ebenso in kleine Würfel.

Danach bringen Sie die Butter auf kleiner Hitze in einem Topf zum Schmelzen (nicht bräunen). Den Gorgonzola geben Sie nun mit hinzu und rühren kräftig, bis der Käse geschmolzen ist. Hierbei müssen Sie bitte immer rühren, denn die Sauce setzt sonst schnell an. Nun geben Sie erst einen Becher Sahne hinzu und dann geben dann den restlichen Käse mit hinein.

Auch wenn die Käse-menge recht viel aussieht, sollten Sie sie dennoch zugeben. Den Käse verrühren Sie anschließend und geben dann den letzten Becher Sahne hinzu.

Nebenbei kochen Sie die Nudeln al dente (wir kochen die Nudeln immer in Gemüsebrühe).

Die Soße müssen Sie unbedingt ständig rühren, bis der Käse komplett geschmolzen ist. Abgeschmeckt wird sie danach noch mit Pfeffer. Zum Schluss rühren Sie bitte noch die Kräuter und den (eventuell veganen) Schinken kurz vor dem Servieren mit unter. Danach wird das Gericht sofort serviert.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Unsere Kochbücher finden Sie unter dem folgendem Link:

<https://xn--kche-nord-07a.de/kochbuecher.html>

Unsere Kochbücher und Magazine werden mit Scribus "Open Source Desktop Publishin" hergestellt ! Scribus ist ein kostenloses Programm mit dem man PDF-Dateien produzieren kann. Mer Informationen bekommen Sie unter <https://www.scribus.net/>

Eine Auswahl unserer kostenlosen Kochbücher:

Veganes Kochbuch !

<https://forum.koeche-nord.de/viewforum.php?f=293>

Rezeptebuch alkoholfreie Getränke !

<https://forum.koeche-nord.de/viewforum.php?f=325>

McDonalds und Burger King Kochbuch !

<https://forum.koeche-nord.de/viewforum.php?f=323>

Backbuch: SO BACKT GROßBURGWEDEL !

<https://forum.koeche-nord.de/viewforum.php?f=259>

Chinesisches Kochbuch

Link 1: http://www.koeche-nord.de/pdf_kochbuch/chinesisches-kochbuch1.pdf

Link 2: http://www.koeche-nord.de/pdf_kochbuch/chinesisches-kochbuch2.pdf

Link 3: http://www.koeche-nord.de/pdf_kochbuch/chinesisches-kochbuch3.pdf

Link 4: http://www.koeche-nord.de/pdf_kochbuch/chinesisches-kochbuch4.pdf

Mexikanische Kochbuch (aus der Wedemark)

<https://forum.koeche-nord.de/viewforum.php?f=295>

Salate

Italienischer Brotsalat

Menge: 3 Portionen

½ Baguettes, gewürfelt
100 Gramm Salami, scharfe
100 Gramm Rucola
120 Gramm Kirschtomaten
20 Milliliter Balsamico, heller
etwas Olivenöl
etwas Salz
1 Zweige Rosmarin
50 Gramm Parmesan, gerieben
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Außerdem:

etwas Krepppapier

Geben Sie etwas Olivenöl mit einem Rosmarin-Zweig in eine Pfanne und lassen Sie es heiß werden. Währenddessen schneiden Sie die Salami grob in Scheiben und braten sie dann in der Pfanne kross an. Danach geben Sie alles zum Abkühlen auf Krepppapier.

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

Während das geschnittenen Baguette röstet waschen Sie den Rucola und befreien ihn von den Stängeln. Dann halbieren Sie die Kirsch-Tomaten, geben die Zutaten in eine ausreichend große Schüssel und würzen den Salat mit Essig, Olivenöl, Salz und Pfeffer.

Die krossen, abgekühlten Brotwürfel und die Salami-Chips geben Sie nun bitte zum Salat und vermengen alles gut miteinander. Zum Schluss mischen Sie etwas geriebenen Parmesankäse unter und streuen den Rest über den fertigen Brotsalat.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Kochzeit: etwa 10 Minuten

Salate

Bunter Salat

mit Kapuzinerkresseblüten und Kernen

Menge: 4 Portion

½ Eisbergsalat
1 Paprikaschote, rote
2 Tomaten
½ Zwiebeln
3 Stängel Staudensellerie
125 Gramm Feta-Käse oder Schafskäse
½ Salatgurke
1 Esslöffel Pinienkerne
1 Esslöffel Kürbiskerne
6 Blüten von der Kapuzinerkresse
1 ½ Tüten Salat - Dressing, Fertigprodukt oder selbst gemacht:
½ Bund Petersilie, glatte
6 Esslöffel Öl, (Distel oder Raps)
2 Esslöffel Essig, (Kräuteressig)
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
1 Messerspitze Dill, frischen oder Dillspitzen
1 Spritzer Zitronensaft

Zuerst das Dressing - entweder nutzen Sie die Fertigware nach Anleitung oder mischen selbstgemacht - und lassen es ziehen.

Dann halbieren Sie den Eisbergsalat, spülen ihn ab und schneiden ihn in schmale Streifen. danach schneiden Sie den Salat bitte noch in nicht allzukleine Stücke. Die Paprikaschote halbieren Sie, entfernen die Kerne, den Stiel und die weißen Scheidenwände und spülen die Schoten gründlich ab. Danach schneiden Sie die Paprika von innen nach außen in Streifen und halbieren diese noch mal.

Die Tomaten spülen Sie bitte kurz ab, halbieren sie, schneiden den Strunk heraus und schneiden die Tomaten in grobe Würfel. Die abgezogene halbe Zwiebel schneiden Sie nun in kleine Würfel. befreien den Staudensellerie von den Blättern, verkürzen die Enden um 2 Zentimeter und schneiden die Stängel in schmale, mondformige Scheiben. Die halbe Salatgurke halbieren Sie bitte längs, halbieren sie danach nochmal und schneiden dann Alles in kleine Stückchen.

Jetzt erhitzen Sie eine kleine Pfanne auf einer Kochstelle, zerkleinern die ganzen Kürbiskerne mit einem großen Messer oder Wippmesser vorsichtig (nicht zu fest, da die Kerne sich sonst im Raum verteilen), bräunen die Kerne etwas mit den Pinienkernen ohne Öl in der Pfanne und lassen das Ganze danach abkühlen.

Salate (Fortsetzung)

Nun flücken Sie die Kapuzinerkresseblüten ab, untersuchen sie auf Insekten und klappen dafür die Kelchblätter vorsichtig auf.

Den Käse schneiden Sie bitte in kleine Würfel oder brechen ihn.

Die Zutaten geben Sie in eine große Schüssel, aber ohne das Dressing, ohne Kerne, ohne Käse und auch ohne den Blüten. Kurz vorm Servieren heben Sie den Käse und das Dressing unter und vermischen den Salat gut miteinander. Erst dann drappieren Sie das Gericht mit den Kernen und den Blüten schön.

Arbeitszeit: etwa 40 Minuten

Salate

Formaggio colorato - prosciutto - insalata
(Bunter Käse - Schinken - Salat)

mit Schinken, Paprika, Gewürzgurken, Gurken, Apfel
Joghurtun Meerrettich

Menge: 6 Portionen

150 Gramm Käse, zum Beispiel Gouda
100 Gramm Schinken, gekocht
1 Paprikaschote, rot
1 Gewürzgurke
½ Salatgurke
1 Apfel, klein, säuerlich
100 Gramm Joghurt
etwas Zitronensaft
1 Teelöffel Dill
1 Teelöffel Meerrettich, gerieben
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Schneiden Sie den Käse, den Schinken (eventuell veganen Schinken Spicker), die geputzte Paprikaschote (sie müssen die Schote halbieren, die Kerne und die weißen Scheidenwände entfernen und die Schoten gründlich abwaschen), die Gewürzgurke und die Salat-Gurke in feine Streifen, danach schneiden Sie den gewaschenen Apfel in kleine Würfel.

Nun vermischen Sie den Joghurt mit dem Zitronensaft, dem Meerrettich, dem Dill, den Gewürzen und etwas Wasser in einer Schüssel gut miteinander, vermischen das Dressing mit den übrigen Zutaten und lassen Alles mindestens 60 Minuten ziehen.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Salate

Insalata al Salmone (Lachssalat)

mit Fenchel, frisch gebratenen Lachsstreifen,
frischen Birnen, Feldsalat, Walnüssen und Honig

Menge: 2 Portionen

250 Gramm Lachsfilets (Wildlachs-)

1 Knollen Fenchel

1 große Birne

2 Limetten

150 Gramm Feldsalat

50 Gramm Walnüsse

1 Teelöffel Honig

1 Messerspitze Zimt

½ Teelöffel Currypulver

1 Teelöffel Schnittlauch

½ Teelöffel Pfeffer frisch aus der Mühle

Braten Sie den Lachs mit etwas heißem Olivenöl in einer Pfanne an, während des Bratvorgangs zerteilen Sie den Fisch in kleinere Stücke.

Dann schälen Sie die obere Schicht der Fenchelknolle ab und werfen sie, den Rest schneiden Sie bitte in kleine Würfel. Danach schälen Sie die Birne und schneiden sie ebenfalls in kleine Würfel. Anschließend geben Sie Alles mit dem Lachs in eine Schüssel, geben die Gewürze und den Honig dazu und verrühren den Salat gut. Nun lassen Sie das Ganze ein paar Minuten ziehen.

Anschließend belegen Sie zwei große flache Teller mit dem Feldsalat und garnieren sie mit den Limettenscheiben. In die Mitte des Tellers geben Sie den Lachs-Salat und streuen die Walnüsse entweder ganz oder gehackt darüber.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Salate

Insalata Mare (vegetarisch)
(Großer Salat)

Menge: 2 Portionen

3 Pakete Feta-Käse oder Schafskäse, etwa 300 Gramm
8 Maiskölbchen oder 4 Esslöffel Maiskörner
1 Salatgurken, je nach Größe auch 2/3
5 Tomaten
20 Oliven
½ Kopf Blattsalat, nach Wahl
2 Paprikaschoten
400 Gramm Wassermelonen
2 Zwiebeln, rot

Für das Dressing:

4 Esslöffel Balsamico
10 Esslöffel Olivenöl
3 Zitronen, Saft davon
etwas Salz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Schneiden Sie den Käse erst in Würfel, dann schneiden Sie die Mais-Kölbchen in kleine Stücke. Die Gurke waschen Sie bitte gründlich, vierteln sie und schneiden sie in Scheiben. Dann vierteln Sie die gewaschenen Tomaten und entfernen den Strunk. Die Salatblätter zupfen Sie anschließend ab, waschen sie und schneiden sie in kleine Stücke- Danach halbieren Sie die Paprika, entfernen die Kerne und die Scheidenwände, waschen die Schoten und schneiden sie in Rauten. Diese Rauten teilen Sie bitte noch mal in der Hälfte. Nun schneiden Sie die Wassermelone in kleine Würfel, schälen die roten Zwiebeln und schneiden sie in Ringe. Die Oliven streuen Sie bitte darüber.

Anschließend vermischen Sie für das Dressing den Balsamico, das Olivenöl, das Meersalz und den Pfeffer und rühren das Dressing mit einer kleinen Gabel gut durch, sodass sich Alles so gut wie möglich verbindet. Die Zitronen pressen Sie jetzt aus, geben den Saft davon zu dem Dressing und rühren es noch mal gut durch. Zum Schluss gießen Sie das Dressing über den Salat und mischen das Gericht noch einmal gut durch.

Arbeitszeit: etwa 25 Minuten

Salate

Insalata Taccino

mit gemischtem Salat und Putenbrust sowie frischen Hirtenkäse

Menge: 4 Portionen

4 Esslöffel Balsamico
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
6 Esslöffel Olivenöl
100 Gramm Radicchio
1 Römersalat (Baby-Römersalat)
100 Gramm Rauke
200 Gramm Kirschtomaten
1 Zwiebel, rot
50 Gramm Parmesan (am Stück)
4 Putenschnitzel à etwa 100 Gramm
1 Packung Hirtenkäse Naturmild (à etwa 200 Gramm)

Für die Vinaigrette verrühren Sie erst den Essig, das Meersalz und den Pfeffer in einer Schüssel mit einem Schneebesen. Dann schlagen Sie die 4 eEsslöffel Olivenöl tröpfchenweise unter.

Danach putzen Sie den Salat, waschen ihn und schütteln ihn trocken. Die große Blätter zupfen Sie bitte klein. Nun waschen Sie die Tomaten, halbieren sie und entfernen den Strunk. Dann schälen Sie die Zwiebel und schneiden sie in feine Streifen. Außerdem raspeln Sie den Parmesan auf einer Küchereibe.

Anschließend waschen Sie das Fleisch, tupfen es trocken und würzen es mit dem Meersalz. Dann erhitzen Sie 2 Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne und braten das Fleisch darin unter Wenden etwa 5-6 Minuten. Gewürzt wird das Fleisch mit frischem Pfeffer.

Die Salat-Tutaten mischen Sie jetzt, schneiden das Fleisch in Streifen und richten den Salat und das Fleisch an. Zum Schluss beträufeln Sie das Ganze noch mit Vinaigrette und bestreuen das Gericht mit dem Käse.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Kochzeit: etwa 6 Minuten

Salate

Insalata Rucola
mit Basilikum, Parmesan
und Pinienkernen

Menge: 4 Portionen

300 Gramm Rucola
200 Gramm Basilikum
1 Esslöffel Balsamico (weiß)
6 Esslöffel Olivenöl
1 Zehe Knoblauch
1 Esslöffel Honig (Waldhonig)
50 Gramm Pinienkerne
50 Gramm Parmesan (am Stück)
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Waschen Sie die Rucola-Blätter, putzen Sie sie und schleudern Sie die Salat-Blätter trocken. Dann Vermischen Sie den Salat mit den Basilikum-Blättern vermischen. Danach verrühren Sie den Balsamico, das Olivenöl und den Honig in einer Schüssel mit einem kleinen Schneebesen miteinander, salzen und pfeffern das Dressing am Ende und pressen die abgezogenen Knoblauchzehe hinein. Nun rühren Sie das Dressing noch einmal gründlich mit dem Schneebesen durch.

Anschließend rüsten Sie die Pinienkerne in einer Pfanne (ohne Fett). Den Rucola und den Basilikum vermischen Sie jetzt mit dem Dressing. streuen die Pinienkerne darüber und hobeln mit einem Sparschäler den Parmesan fein darüber.

Der Salat soll "grün" sein - wenn Sie aber Farbtupfer wünsche, können Sie Tomatenwürfel (Tomate enthäuten, entkernen und würfeln) darunter hobeln.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Salate

Tomatensalat
mit roten Zwiebeln, Koriander,
Avocado und Olivenöl

Menge: 2 Portionen

400 Gramm Tomaten, sonnengereift
1 Avocado, reif
1 kleine Zwiebel, rot
3 große Zehen Knoblauch, frisch
10 Esslöffel Olivenöl
5 Esslöffel Aceto balsamico, weiß
1 Teelöffel, gestrichen Salz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
½ Bund Koriander

Halbieren Sie die gewaschenen Tomaten, schneiden Sie den Strunk raus und schneiden Sie die Tomaten dann in kleine Würfel. Die Avocado halbieren Sie, lösen das Fruchtfleisch aus schneiden und schneiden dieses ebenfalls in kleine Würfel. Danach schälen Sie die Zwiebel, halbieren sie und schneiden sie in feine Würfel. Dann spülen Sie den Koriander kurz ab und schneiden ihn fein.

Das Olivenöl verrühren Sie bitte mit einem kleinen Schneebesen mit dem Essig, dem Salz und dem Pfeffer, bis sich alles miteinander verbunden hat.

Anschließend vermengen Sie Alles in einer Schüssel, lassen den Salat etwa 30 Minuten ruhen und servieren ihn danach.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten
Ruhezeit: etwa 60 Minuten

Salate

Gemischter Salat mit Rinderfilet,
Eichblattsalat, Feldsalat, Tomaten, Schafskäse,

Menge: 2 Portion

15 Scheiben Salatgurken, 2 Blätter Eichblattsalat
2 Zweige Feldsalat, 2 Paprikaschoten,rote, gebraten, sauer eingelegt
2 Tomaten, 2 Blätter Salat (Kopfsalat), 1 Zwiebeln
150 Gramm Schafskäse, 200 Gramm Rinderfilets
2 Zehen Knoblauch, 1 Esslöffel Sambal Oelek
1 Esslöffel Senf, nach eigenem Belieben Essig (Weinessig)
nach eigenem Belieben Olivenöl
etwas Meersalz, etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Currypulver, 1 Schuss Maggi
etwas Zitronensaft

Schneiden Sie das Rinderfilet in feine Streifen und marinieren Sie es in einer Marinade aus Sambal Oelek, Senf, geriebenem Knoblauch, Olivenöl, Meersalz, Pfeffer und indischem Curry etwa 60 Minuten.

Die verschiedenen Salate waschen Sie danach und zupfen die Blätter ein bisschen kleiner. Die Tomaten schneiden Sie bitte in vierte, die eingelegten sauren Paprikastücke in Streifen oder Quadrate, die Salatgurke schneiden Sie in feine Scheiben. Anschließend schneiden Sie den Schafskäse in Würfel.

Nun bereiten Sie ein feines Salatdressing aus dem Olivenöl, dem Weinessig, dem Zitronensaft, etwas Meersalz, etwas Pfeffer und Maggi und vermischen es gut. Die Zwiebel schneiden Sie bitte in dünne Ringe und legen die Hälfte der Ringe zusammen mit den Tomaten und den Gurken-Scheiben in das Dressing . Danach lassen Sie das Gemüse etwa 10-11 Minuten in dem Dressing ziehen. Die zu verwendenden Mengen der Zutaten sind natürlich individuell.

Nun braten Sie das Fleisch zusammen mit den restlichen Zwiebelringen scharf anbraten (etwa 1 - 2 Minuten) und lassen es kurz ruhen. Den Rest der Zutaten geben Sie bitte in die Schüssel und vermischen sie mit dem Dressing.

Zum Schluss geben Sie das Fleisch mit den Zwiebelringen auf den Salat und servieren den Salat. Als Beilage empfehlen wir knuspriges Ciabatta oder Baguette Brot.

Als Getränk empfehlen wir einen dunklen, trockenen Rotwein.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Salate

Avocado-Mango-Salat mit Hähnchen

Menge: 2 Portionen

25 Gramm Ingwer, frischer, 1 Chilischote, rote
6 Esslöffel Olivenöl, 2 Hähnchenbrüste à 160 Gramm
etwas Meersalz, etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle
½ Teelöffel Paprikapulver, edelsüß
4 Stiele Thymian, 3 Teelöffel Honig
1 Esslöffel Sesam, eventuell
1 kleiner Radicchio, 1 kleine Mango, reife
1 Avocado, reife, 3 Esslöffel Zitronensaft, frisch gepresster
1 Esslöffel Wasser

Schälen Sie erst den Ingwer und schneiden Sie ihn dann in Scheiben. Danach ritzen Sie die Chili-Schote ein.

Nun erhitzen Sie 2 Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne, würzen die Hähnchenbrüste mit Meersalz und Paprikapulver und mit Ingwer und braten den Chili sowie den Thymian in der Pfanne bei mittlerer bis starker Hitze rundherum in etwa 5-6 Minuten hellbraun an. Danach beträufeln Sie Alles mit 2 Teelöffel Honig, bestreuen es eventuell auch mit Sesam und braten das Ganze im heißen Ofen bei 180 Grad (Umluft ist nicht empfehlenswert) oder bei 160 Grad Celsius (Heißluft) auf der mittleren Schiene etwa 10 - 15 Minuten.

Währenddessen putzen Sie den Radicchio, waschen ihn und zupfen die Blätter grob. Danach schälen Sie die Mango, schneiden das Fruchtfleisch vom Stein und schneiden es in kleine würfel. Nun halbieren Sie die Avocado, lösen den Stein heraus und schneiden das Fruchtfleisch quer in Scheiben. Anschließend beträufeln Sie Alles mit ½ Esslöffel Zitronensaft.

Für das Dressing verrühren Sie 2 ½ Esslöffel Zitronensaft mit 1 Esslöffel Wasser, etwas Meersalz, 1 Teelöffel Honig und Pfeffer. Dann rühren Sie 4 Esslöffel Olivenöl unter. Den Radicchio, die Mango und die Avocado richten Sie bitte auf Tellern an und beträufeln den Salat mit dem Dressing. Zum Schluss schneiden Sie die Hähnchenbrust in Scheiben und legen sie auf den Salat.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Kochzeit: etwa 20 Minuten

Salate

Thunfisch - Reis - Salat
mit Reis, Thunfisch, Tomaten und Gewürzgurken

Menge: 1 Portion

1 Dose Thunfisch, im eigenen Saft
1 kleine Zwiebel
3 kleine Tomaten
3 kleine Gewürzgurken
50 Gramm Reis, (trocken)
4 Esslöffel, gestrichen Mayonnaise, (fettreduziert)
etwas Gurkenflüssigkeit
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Meersalz

Garen Sie erst den Reis.

Nebenbei lassen Sie den Tunfisch gut abtropfen. Dann schneiden Sie die Zwiebeln, die Gewürzgurken und die gewaschenen Tomaten in feine Würfel. Danach schlagen Sie die Mayonnaise mit einem Schluck Gurkenwasser cremig auf und würzen die Sauce mit Meersalz und Pfeffer. Anschließend heben Sie die Tomaten, die Gewürzgurken und die Zwiebeln unter und vermengen den Salat zum Schluss mit Tunfisch und dem gegarten Reis.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Salate

Salat "nach Schäfer Art"

mit fein geschnittenen, frischen Tomaten, Gurken, Zwiebeln, Schafskäse, Oliven, Eiern und Frühlingszwiebeln

Menge: 4 Portionen

2 Tomaten
2 Paprikaschoten, gelb
2 Paprikaschoten, rot
200 Gramm Schafskäse
1 große Salatgurke
1 Zwiebel
3 Frühlingszwiebeln
3 Eier, hart gekocht
100 Milliliter Olivenöl
50 Milliliter Essig
10 Oliven, schwarz
1 Stängel Petersilie

Schälen Sie die Gurken und schneiden Sie sie in Würfel. Dann schneiden Sie die Tomaten in Würfel, halbieren die Paprikaschoten, entfernen die Kerne und die Scheidenwände, spülen die Schoten gründlich ab und schneiden sie ebenfalls in Würfel. Nebenbei kochen Sie die Eier hart, schrecken sie ab, pellen sie und schneiden die Eier in Achtel. Die Frühlingszwiebeln waschen Sie bitte und schneiden sie in feine Ringe. Danach schälen Sie die Zwiebeln und hacken sie sehr fein.

Das geschnittene Gemüse geben Sie jetzt bitte in eine Schüssel. Aus dem Olivenöl und dem Essig bereiten Sie anschließend ein Dressing zu und geben es über das Gemüse. Danach vermengen Sie den Salat vorsichtig.

Den Salat richten Sie auf einer Platte an, dekorieren ihn und richten die Eier darauf an. Den Schafskäse können Sie gewürfelt oder gerieben über das Gericht geben. Zum Schluss garnieren Sie das Ganze noch mit geheckter Petersilie und Oliven.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Kochzeit: etwa 7 Minuten

Salate

Hawaii Salat

mit Eisbergsalat, veganem Schinken-Spicker, Ananas, Mais und frischem Stangensellerie

Menge: 4 Portionen

400 Gramm Hühnerfleisch, gebraten, gewürfelt
3 Scheiben Ananas, frisch oder aus der Dose, gewürfelt
1 Dose Maiskörner
2 Stangen Sellerie, in Scheiben
2 Esslöffel Mayonnaise
2 Esslöffel Joghurt
2 Teelöffel Currypulver
2 Esslöffel Speiseöl
1 Esslöffel Essig oder Zitronensaft
etwas Meersalz und Pfeffer frisch aus der Mühle

Für die Sauce verrühren Sie erst die Mayonnaise, den Joghurt, das Currypulver, das Speiseöl und den Essig oder den Zitronensaft ordentlich. Danach schmecken Sie die Sauce mit Meersalz und Pfeffer ab. Nun geben Sie das gebratene Hühnchen, die Ananas, den Mais und den Stangensellerie hinzu, vermischen Alles gut und stellen den Salat etwa 30 Minuten kühl.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Salate

Gyros-Salat alla Köche-Nord.de
mit Mais, Kidneybohnen, frischer Gurke,
Tomatenpaprika und Hirtenkäse

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Hähnchenbrustfilets
1 große Zwiebel
1 Dose Mais
1 Dose Kidneybohnen
2 Teelöffel Bohnenkraut
1 Salatgurke
2 Paket Hirtenkäse, in Würfeln
1 Glas Tomatenpaprika, gegrillt und eingelegt
2 Esslöffel, gehäuft Gyrosgewürz
1 Flasche Remoulade

Schneiden Sie das Hähnchenbrust-Filet und die abgezogenen Zwiebel in Streifen und braten Sie die beiden Zutaten mit Gyros-Gewürz scharf an. Übergießen garen Sie sie mit 1 Flasche Remoulade übergießen und garen Alles fertig.

Danach geben Sie den Mais, die Kidneybohnen, das Bohnenkraut, eine gewaschene und gewürfelte Gurke, ein Glas klein geschnittene Tomaten-Paprika, 2 Pakete gewürfelten Hirten-Käse und das Fleisch in eine Schüssel und vermengen Alles.

Andere Gewürze benötigen Sie nicht.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Kochzeit: etwa 12 Minuten

Salate

Gyros Salat
mit Nudeln, Gyros, Schafskäse und frischen Tomaten
und frischer Paprika

Menge: 8 Portionen

500 Gramm Nudeln, bunt (zum Beispiel Spiralen)
1 Esslöffel Gemüsebrühe oder Salz
200 Gramm Schafskäse, gewürfelt
1 Kilogramm Putenfleisch oder Hähnchenfleisch (Gyros), knusprig gebraten
1 kleines Glas Miracel Whip
3 Becher Sauce (Knoblauch - Salat - Dressing)
2 Esslöffel Gewürzmischung, griechisch
5 Tomaten

Kochen Sie die Nudeln mit Gemüsebrühe oder Sals, schrecken Sie sie ab und lassen Sie die Nudeln abkühlen. Dann mischen Sie die Miracel Whip mit dem Dressing und rühren die Gewürze unter. Das Gyros, den Schafskäse und die Nudeln vermengen Sie jetzt mit dem Dressing und lassen Alles über Nacht durchziehen.

Erst kurz vor dem Servieren heben Sie bitte die in Würfel geschnittenen Tomaten unter und schmecken das Ganze eventuell nochmal ab. Sie sollten den Salat nicht zu kalt servieren, sonst kommt die Würze nicht richtig rüber.

Als Beilage empfehlen wir etwas Brot.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Ruhezeit: etwa 9 Stunden

Salate

Mozzarella Salat mit Thunfisch und frischer Tomate

Menge: 6 Portionen

6 Tomaten
1 Mozzarella
1 Dose Thunfisch, in Öl
etwas Essig
etwas Speiseöl
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Salz (Gewürzsalz)
1 Zwiebel

Waschen Sie die Tomaten und schneiden Sie sie in Scheiben oder in Würfeln und geben Sie sie in eine Schüssel. Dann geben Sie den Thunfisch aus der Dose (wir verwenden den Thunfisch in Öl eingelegten und geben das Öl mit dazu). Den Mozzarella schneiden Sie in kleine Würfel und geben ihn dazu. Das Ganze würzen Sie jetzt mit Pfeffer und Gewürzsalz (oder Gewürzen Ihrer Wahl). Danach geben Sie den Essig (und eventuell noch etwas Öl) dazu, schneiden die abgezogene Zwiebel in Würfel und fügen sie ebenfalls hinzu.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Salate

Köche-Nord.de Salat

Eisbergsalat mit Thunfisch - Tomaten und Paprika

Menge: 4 Portionen

4 Dosen Thunfisch in Öl
2 Eisbergsalat, je nach Größe
1 große Paprikaschote, rot
1 große Paprikaschote, gelb
1 große Paprikaschote, grün
5 große Tomaten
etwas Meersalz
etwas Essig
ein paar Oliven

Putzen Sie den Eisbergsalat, waschen Sie ihn, zupfen Sie den Salat in mundgerechte Stücke und geben Sie ihn in eine große Schüssel. Den Thunfisch geben Sie mit dem Öl dazu (den Thunfisch sollten Sie am besten mit einer Gabel leicht zerrupfen).

Danach schneiden Sie die gewaschenen Tomaten in Stücke und geben sie dazu. Dann halbieren Sie die Paprikaschoten, entfernen die Kerne und die weißen Scheidenwände, waschen die Schoten gründlich und schneiden sie in Streifen. Anschließend geben Sie die Paprikaschoten in den Salat.

Zum Schluss schmecken Sie Alles mit dem Olivenöl, etwas Essig (wenn Sie mögen, können Sie auch Rotweinessig nehmen) und Meersalz ab. Als Beilage reichen wir immer frisches Baguette.

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten

Desserts

Torta al cioccolato morbide
ein Saftiger, italienischer Schokokuchen zum Dessert

Menge: 1 Portion

200 Gramm Schokolade, zartbitter
100 Gramm Butter
200 Gramm Zucker
2 Esslöffel Mehl
4 Eier (Größe M)
Butter und Mehl oder Zucker für die Form

Trennen Sie erst die Eier trennen und schlagen Sie dann das Eigelb mit dem Zucker schaumig, bis die Masse weiß wird. Danach schmelzen Sie die Butter mit der Schokolade in einem Wasserbad und lassen die Schokolade etwas abkühlen. Nun schlagen Sie das Eiweiß steif, rühren dann die Schokoladen-Butter und das Mehl unter die Eigelb-Masse und ziehen das Eiweiß vorsichtig unter.

Den Teig füllen Sie anschließend in eine gebutterte und ausgemehlte oder ausgezuckerte Form und backen ihn bei 160 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 140 Grad Celsius (Heißluft) etwa 40 Minuten.

Dazu können Sie ein Vanilleeis reichen.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten
Backzeit: etwa 40 Minuten

Desserts

Tiramisu
mit Spekulatius und Himbeeren

Menge: 4 Portionen

330 Milliliter Schlagsahne (Obers)
250 Gramm Mascarpone
250 Gramm Quark (Topfen)
90 Gramm Zucker, braun
1 Teelöffel Vanillezucker
410 Gramm Spekulatius
550 Gramm Himbeeren, Tiefkühl, auftauen und abtropfen
etwas Kakaopulver

Schlagen Sie die Schlagsahne fest und rühren Sie die Mascarpone, den Quark, den Zucker sowie den Vanillezucker ein.

Dann bestreichen Sie in einer rechteckigen Form den Boden mit der Creme, legen eine Schicht Spekulatius auf und drücken sie in die Creme ein. Darüber verteilen Sie bitte eine Schicht Beeren, die Creme, die Spekulatius (wieder etwas in die Creme eindrücken) und so weiter. Die letzte Schicht soll Creme sein, diese bestreuen Sie mit Kakaopulver.

Zum Schluss stellen Sie das Tiramisu für ein paar Stunden Kalt, die Spekulatius werden weich.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Ruhezeit: etwa 3 Stunden

Desserts

Panna cotta mit Erdbeersauce

Menge: 4 Portionen

400 Gramm Sahne
1 Vanilleschote
50 Gramm Zucker
3 Blätter Gelatine, weiß

Für die Sauce:
400 Gramm Erdbeeren
50 Gramm Zucker

Lassen Sie die Sahne mit dem Zucker und der aufgeschlitzten Vanilleschote aufkochen und lassen Sie die Zutaten unter Rühren etwa 15 Minuten köcheln. Nebenbei weichen Sie bitte die Gelatine in kaltem Wasser ein. Die Vanilleschote nehmen Sie mit einer Schaumkelle aus der Sahne und lösen die ausgedrückte Gelatine in der Sahne auf.

Dann spülen Sie Förmchen kalt aus, füllen die Sahne hinein und lassen sie im Kühlschrank in mindestens 2 Stunden fest werden.

In der Zeit waschen Sie die Erdbeeren, putzen sie und pürieren die Beeren mit dem Zucker. Danach streichen Sie das Erdbeeren-Püree durch ein Sieb.

Zum Schluss lösen Sie die Panna cotta aus den Förmchen und servieren sie mit der Erdbeeren-Sauce.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten
Ruhezeit: etwa 2 Stunden
Kochzeit: etwa 10 Minuten

Desserts

Eis - Frucht - Traum

Menge: 3 Portionen

500 Gramm Früchte (Tiefkühl), gemischt oder nach Wahl
1 Becher Sahne
nach eigenem Belieben Zucker

Die tiefgekühlten Früchte geben Sie mit der Sahne in einen Mixbecher und pürieren sie mit einem Pürierstab zu einer Creme pürieren. Diese Creme schmecken Sie danach mit Zucker ab, füllen sie in Schälchen und stellen sie für etwa 10 bis 15 Minuten in das Gefrierfach.

Unser Tipp:

Sie können auch die Hälfte der Sahne durch Milch ersetzen.

Tropischer Fruchtcocktail (Alkoholfrei)

Menge: 4 Portionen

2 Scheiben Ananas
1 Kiwi
5 Erdbeeren
1 Banane
½ Liter Mineralwasser

Als erstes müssen Sie die Ananas, die Erdbeeren, die Kiwi und die Banane in kleine Stückchen schneiden. Anschließend geben Sie Alles in einen Mixer und vermischen das Ganze gut. Jetzt geben Sie noch das Mineralwasser dazu und süßen den Cocktail nach Bedarf etwas. Zum Schluss gießen Sie den Cocktail noch in die Gläser und servieren ihn mit einem Stückchen Ananas verziert.

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten

Desserts

Brombeersorbet in Mangosüppchen mit gemischten Beeren

Menge: 4 Portionen

350 Gramm Brombeeren
100 Gramm Puderzucker
2 Esslöffel Genever
1 Ei, davon nur das Eiweiß
1 Mango
2 Esslöffel Zitronensaft
2 Esslöffel Maracuja-Sirup
100 Gramm Himbeeren
100 Gramm Johannisbeeren, rote
100 Gramm Heidelbeeren, (Blaubeeren)

Für das Sorbet geben Sie die Brombeeren erst in ein Sieb und stellen es in eine Schüssel mit kaltem Wasser. Das ist die schonen-ste Methode Beeren zu waschen.

Dann pürieren Sie die Brombeeren mit dem Stabmixer und streichen das Mus danach durch ein Sieb oder passieren es durch eine flotte Lotte. Den Puderzucker und den Genever rühren Sie jetzt bitte unter. Anschließend schlagen Sie das Eiweiß steif und heben es ebenfalls unter. Dann füllen Sie die Masse in eine Eismaschine und schauen entweder dabei zu, wie daraus Sorbet wird oder bereiten in der Zwischenzeit das Mango-Süppchen.

Dafür schälen Sie die Mango, schneiden sie in Stücke und pürieren sie mit dem Maracuja-Sirup und dem Zitronensaft. Je nach Wunsch können Sie das Mango-Süppchen auch noch mit Puderzucker abschmecken.

Zum Anrichten geben Sie das Mango-Süppchen in einen tiefen Teller, platzieren eine große Kugel Sorbet in der Mitte und dekorieren das Dessert mit den Beeren aus.

Arbeitszeit: etwa 40 Minuten

Ruhezeit: etwa 30 Minuten

Desserts

Cassata

Menge: 4 Portionen

50 Gramm Zitronat, fein gehackt
50 Gramm Orangeat, fein gehackt
20 Milliliter Rosenwasser
350 Gramm Ricotta
140 Gramm Honig (Akazien-Honig)
100 Gramm Mandeln (Mandel-Blättchen), geröstet
55 Gramm Schoko-Blättchen
1 Messerspitze Zimt
1 Zitrone, den Abrieb davon
½ Liter Sahne

Legen Sie das Zitronat und das Orangeat über Nacht in Rosenwasser ein. Am nächsten Tag verrühren Sie den Ricotta und den Honig und geben die Mandel-Blättchen und die Schoko-Blättchen, den Zimt, das Zitronat, das Orangeat, das Rosenwasser und die Zitronenschale dazu. Nun vermischen Sie Alles gut.

Die Sahne schlagen Sie bitte steif und heben sie unter die Masse. Danach füllen Sie die Masse in eine gekühlte Form füllen und stellen diese für Mindestens 4 Stunden in den Gefrierschrank.

Die Cassata lässt sich sehr gut vorbereiten. Damit sie nicht zu hart ist, sollten Sie sie vor dem Servieren leicht antauen lassen.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Ruhezeit: etwa 12 Stunden

Desserts

Tartufo

Menge: 4 Portionen

3 Eier, getrennt
2 Becher Schlagsahne (á 200 Milliliter)
200 Gramm Schokolade, zartbitter
4 Eier
3 Esslöffel Wasser, kaltes
150 Gramm Zucker
65 Gramm Mehl
65 Gramm Speisestärke
40 Gramm Kakaopulver
1 Teelöffel Backpulver
2 Esslöffel Puderzucker
2 Esslöffel Kakaopulver
nach eigenem Belieben Schlagsahne
nach eigenem Belieben Kakaopulver zum Bestäuben

Außerdem:

etwas Speiseöl oder Margarine für die Form
etwas Backpapier

Schmelzen Sie für die Mousse die 200 Gramm Schokolade im Wasserbad bei geringer Hitze oder in der Mikrowelle (etwa 400 Watt) und lassen Sie sie wieder etwas abkühlen. Währenddessen schlagen Sie die Eiweiße von 3 Eiern steif und schlagen die Sahne steif.

Die 3 Eigelbe rühren Sie nun schaumig und geben die geschmolzene Schokolade dazu. Nun wird die Masse ziemlich zäh. Geben Sie jetzt 1 Esslöffel des steif geschlagenen Eiweißes und der Sahne dazu und rühren Sie es mit dem Handrührgerät unter. Dadurch wird das Ganze wieder etwas geschmeidiger. Danach heben Sie bitte das restliche Eiweiß und die Sahne unter, füllen Alles In eine Schüssel und stellen es über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Desserts (Fortsetzung)

Am nächsten Tag trennen Sie für den Boden die 4 Eier. Die Eiweiße schlagen Sie bitte mit 3 Esslöffel kaltem Wasser zu steifem Schnee und lassen dabei den Zucker unter Rühren einrieseln. Die Eigelbe ziehen Sie anschließend auf der niedrigsten Stufe des Handrührgerätes kurz unter. Dann vermischen Sie das Mehl, die Speisestärke, 40 Gramm Kakao und das Backpulver, sieben das Gemisch auf die Eiermasse und heben es so kurz wie möglich unter.

Den Teig geben Sie danach in eine (nur am Boden gefettete, mit Backpapier ausgelegte) Springform mit 26 Zentimeter Durchmesser oder eine Lasagne-Form oder ein Backblech. Dann stellen Sie den Kuchen in den nicht vorgeheizten Backofen und backen ihn bei 160 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 140 Grad Celsius (Heißluft) knapp 40 Minuten.

Zwischendurch verrühren Sie bitte für die Schoko-Soße 2 Esslöffel Puderzucker, 2 Esslöffel Kakaopulver und nach Bedarf Sahne miteinander, sodass es eine dickflüssige Konsistenz hat.

Die Soße verteilen Sie nach dem Backen auf dem ausgekühlten Schoko-Biskuit. Zum Schluss streichen Sie die Mousse gleichmäßig über die Schoko-Soße und überstreuen den Tartufo mit Kakao.

Arbeitszeit: etwa 60 Minuten

Ruhezeit: etwa 12 Stunden

Desserts

Rote Grütze mit Vanillesauce

Menge: 4 Portionen

800 Gramm Beeren, rote, gemischte (TK)
200 Milliliter Kirschsafft, ohne Zucker
150 Milliliter Wasser
1 Esslöffel Zitronensaft
1 ½ Paket Puddingpulver (Vanille)
etwas Süßstoff, flüssiger, einige Tropfen davon
250 Milliliter Milch, fettarme
1 Vanilleschote
2 Esslöffel Vanillezucker
150 Gramm Joghurt, fettarmer

Erhitzen Sie die gemischte Beeren mit dem Kirschsafft, 125 Milliliter Wasser und etwas Zitronensaft und lassen Sie die Zutaten etwa 8-9 Minuten bei geringer Hitze köcheln. In der Zwischenzeit rühren Sie bitte das Puddingpulver mit dem restlichem Wasser an, binden die Grütze damit und lassen sie einmal aufkochen. Abgeschmeckt wird das Dessert mit Süßstoff, anschließend füllen Sie Alles in eine Schale und lassen es erkalten.

Für die Vanillesauce kochen Sie nun die Milch mit dem ausgekratztem Vanillemark und dem Vanillezucker auf und lassen die Zutaten dann erkalten. Danach rühren Sie bitte den Joghurt ein und schmecken die Sauce mit Süßstoff ab.

Zum Schluss richten Sie die rote Grütze auf Tellern an und servieren sie mit der Vanillesauce.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Desserts

Schokoladenpudding mit Vanilleeis

Menge: 3 Portionen

50 Gramm Schokolade, Vollmilch
½ Liter Milch
1 Esslöffel Kakaopulver
35 Gramm Zucker
2 Esslöffel Speisestärke

Eventuell:

240 Gramm Vanilleeis (je Portion eine Kugel a 80 Gramm)

Bringen Sie die Schokolade mit 300 Milliliter Milch in einem Topf zum Kochen. Dabei müssen Sie bitte so lange rühren, bis sich die Schokolade vollständig aufgelöst hat. Die restlichen 200 Milliliter Milch verquirlen Sie mit den restlichen Zutaten mit einem Schneebesen. Danach rühren Sie mit dem Schneebesen die verquirlten Zutaten in die Schokoladen-Milch und lassen Alles aufkochen. Nun müssen Sie solange rühren, bis die Masse dickflüssig geworden ist. Anschließend füllen Sie den Pudding in Tassen, Schüsseln, oder ähnlichem und lassen ihn zum Schluss abkühlen.

Wir servieren unseren Schokoladenpudding immer mit einer Kugel Vanilleeis.

Desserts

Heißer Apfelstrudel mit Vanillesauce

Menge: 4 Portionen

150 Gramm Mehl
1 Esslöffel Speiseöl
2 Esslöffel Mandeln, gemahlen
400 Gramm Äpfel
100 Gramm Marzipan (Rohmasse)
2 Teelöffel Orangen, abgeriebene Schale, unbehandelt
3 Teelöffel Mandeln, grob gehackt
2 Esslöffel Rosinen
2 Esslöffel Zucker
1 Prise Zimt
etwas Puderzucker
80 Milliliter Wasser, lauwarm
etwas Meersalz

Geben Sie das Mehl, 1 Prise Salz und das Speiseöl in eine Rührschüssel und rühren Sie nach und nach etwa 80 Milliliter lauwarmes Wasser unter, sodass ein geschmeidiger Teig entsteht. Dann kneten Sie den Teig auf bemehlter Fläche einige Minuten kräftig durch, formen ihn zu einer Kugel und lassen diese etwa 30 Minuten ruhen.

Danach rollen Sie die Teig-Kugeln auf einem bemehlten Tuch hauchdünn aus und schneiden die Teig-ränder ab. Den Teig pinseln Sie bitte mit der Hälfte der Butter ein und bestreuen ihn dann mit den Mandeln. Anschließend schälen Sie die Äpfel, entkernen sie, schneiden sie in dünne Spalten, verteilen die Apfel-Spalten auf die untere Teig-Hälfte und lassen einen etwa 4 Zentimeter breiten Rand. Dann verteilen Sie die Rosinen, das klein-geschnittene Marzipan, die Mandeln und die Orangen-Schale darauf und bestreuen Alles mit Zucker und Zimt. Den Teig schlagen Sie nun bitte seitlich über die Füllung und rollen ihn auf. Danach legen Sie ihn mit der Nahtstelle nach unten auf ein gefettetes Blech und backen den Teig im Backofen (bei 180 Grad Celsius Oberhitze/Unterhitze oder bei 160 Grad Celsius Heißluft) etwa 45 Minuten. Zum Schluss wird der Apfelstrudel mit Puderzucker bestäubt.

Dazu reichen wir eine Vanillesauce.

Arbeitszeit: etwa 40 Minuten

Desserts

Milchreis
mit Zimt, Zucker und Apfelmus

Menge: 2 Portionen

500 Milliliter Milch
125 Gramm Milchreis
1 Prise Meersalz
2 Eier, getrennt
etwas Zucker
etwas Zimt
etwas Apfelmus

Lassen Sie die Milch mit dem Reis und der Prise Salz unter ständigem Rühren aufkochen und garen Sie ihn anschließend bei kleiner Hitze so lange, bis der Reis weich ist. Währenddessen schlagen Sie das Eiweiß zu Eischnee.

Unter den fertigen Milchreis heben Sie nun erst das Eigelb und anschließend das Eiweiß unter. Zum Schluss richten Sie das Gericht mit Zucker, Zimt und Apfelmus an.

Arbeitszeit: etwa 45 Minuten

Eiersuppe Stracciatella

Menge: 2 Portionen

750 Milliliter Hühnerbrühe
40 Gramm Parmesan, gerieben
1 Ei (Größe XL oder 2 Eier Größe M)
¼ Bund Petersilie, glatte, gehackt

Kochen Sie die Hühnerbrühe aufkochen. Dann verquirlen Sie das Ei mit dem Käse, der gehackte Petersilie und rühren die Zutaten rasch in die heiße Brühe ein. Nun lassen Sie das Ganze etwa 2 Minuten unter Rühren aufkochen. Wir verzieren die Suppe immer zusätzlich mit frischer Petersilie und Parmesan.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Diverses

Coratella di agnello - Ragout von Lamminnereien

Menge: 6 Portionen

1000 Gramm Leber, Herz, Beuschel und Milz von dem jungen Lamm
etwas Olivenöl (extra vergine)
2 Zwiebeln (fein gehackt, mittelgroß)
1 Chilli-Schote
1 Packung Weißwein (trocken) (oder hellen Traubensaft)
1 Rosmarin oder eventuell
2 Lorbeerblätter beziehungsweise
5 Salbei (nicht gemeinsam verwenden) (vielleicht mehr)
etwas Jodsalz (nach Bedarf)
1 Reife Paradieser; entkernt, gewürfelt nach Geschmack

Befreien Sie die Innereien von Fett und putzen Sie sie. Dann schneiden Sie die Innereien in sehr kleine Stückchen, erhitzen etwas Olivenöl in einer Bratpfanne und rösten die Zwiebel mit der Chili-Schote sowie dem verwendeten Kraut. Wenn die Zutaten goldbraun sind, fügen Sie bitte die Innereien hinzu. Dann verrühren Sie erst mal die Beuschel, das Herz und die Milz und, sobald die Zutaten beginnen braun zu werden, fügen Sie bitte ein klein bisschen Wein (oder, wenn Kinder mitessen hellen Traubensaft) hinzu. Nach 2 Stunden geben Sie dann die Leber-Stücke hinzu. Nun dünsten Sie das Ganze wenige Minuten gar, bis die Innereien weich und zart sind. Nach Bedarf können Sie notfalls noch etwas Wein (oder Traubensaft) zufügen.

Arbeitszeit/Kochzeit: etwa 30-60 Minuten

Diverses

Cinghiale alla cacciatora (Wildschwein nach Jägerart)

Menge: 4 Portionen

1 Kilogramm mürbes Wildschwein Für die Marinade
2 Zwiebeln
2 Sellerie-Stauden
2 Karotten
2 Esslöffel kaltgepresstes Olivenöl
1 Zweig Rosmarin
etwa ½ Liter Rotwein Für die Soße (oder roten Traubensaft)
5 Esslöffel Olivenöl
1 gedrückte Knoblauchzehe
½ feingehackte Zwiebel
1 Peperoni
300 Gramm Tomatensoße
etwas Jodsalz

Enthäuten Sie erst das Wildschwein, entfernen Sie die Sehnen und teilen Sie das Fleisch dann in Stücke. Danach schneiden Sie bitte die Zwiebeln, den Sellerie und die Karotten in grobe Würfel, erhitzen das Olivenöl in einem Topf und das Gemüse darin an. Währenddessen geben Sie bitte das Wildschwein in einen Bräter. Dann bedecken Sie das Fleisch mit Rotwein (oder, wenn Kinder mitessen mit rotem Traubensaft), dem gebratenen Gemüse und dem Rosmarin vollständig und lassen die Zutaten über Nacht marinieren.

Am nächsten Tag nehmen Sie das Fleisch aus der Marinade und trocknen es gut ab. Die Fleischstücke geben Sie jetzt bitte in eine gut erhitzte Pfanne, braten es scharf an und nehmen es wieder heraus. Den Bratensatz löschen Sie anschließend mit Wasser ab und geben etwas Olivenöl, den abgezogenen und zerdrückten Knoblauch, die gehackte Zwiebel und die Peperoni hinzu. Nun braten Sie alles einige Minuten an, geben die Tomatensoße darüber, salzen das Ganze und kochen es etwa 10-11 Minuten. Nach der Kochzeit geben Sie bitte das Fleisch dazu, schmecken das Gericht mit Jodsalz ab und köcheln es mindestens 60 Minuten lang. Wenn nötig können Sie noch etwas Marinade-Flüssigkeit zugießen.

Diverses

Fettuccine al Burro oder Fettuccine Alfredo

Menge: 2 Portionen

400 Gramm Fettuccine

250 Gramm Butter

350 Gramm geriebenen Parmesankäse

1 Esslöffel Gemüsebrühe (oder etwas Jodsalz)

etwas frisch gemahlene schwarzen Pfeffer

etwas Muskatnuss

Kochen Sie die Fettuccine in kochender Gemüsebrühe (oder in Salzwasser) und drehen Sie sie gelegentlich, damit sie nicht aneinander haften. Gegen Ende der Garzeit nehmen Sie dann ein paar Schöpflöffel Nudel-Kochwasser heraus und stellen es beiseite.

Nun geben Sie die weiche Butter in eine Schüssel, schrecken die al dente gekochte Pasta mit warmen Wasser ab, lassen sie in einem Sieb abtropfen, geben die Pasta in die Butter und mischen Sie alles gut durch. Danach fügen Sie den geriebenen Parmesankäse hinzu und rühren das Ganze weiter. Jetzt geben Sie noch ein wenig Kochwasser hinzu, bis Sie eine cremige, glatte Soße erhalten.

Zum Schluss geben Sie eventuell noch eine Prise Jodsalz dazu und schmecken das Gericht mit frisch gemahlenem Pfeffer und Muskatnuss ab.

Arbeitszeit/Kochzeit: etwa 15 Minuten

Diverses

Finocchi fritti (gebratenen Fenchel)

Menge: 6 Portionen (als Beilage)

4 große Fenchel
2 Eier
25 Gramm Parmigiano Reggiano
1 Zitrone
etwas Mehl
2 Zweige Thymian
2 Zweige Majoran
etwas Semmelbrösel oder Panko-Mehl
etwas Erdnussöl
etwas Jodsalz
etwas schwarzen Pfeffer

Außerdem:

etwas Küchenpapier

entfernen Sie die härtesten äußeren Blätter von dem Fenchel und teilen Sie jeden Fenchel in sechs oder acht Segmente, achten Sie dabei bitte darauf, dass die Basis für jedes Segment intakt bleibt, und tauchen Sie sie dann in kaltes Wasser mit Zitronensaft (damit der Fenchel nicht braun wird). Dann blanchieren Sie den Fenchel etwa 5-6 Minuten in leicht gesalzenem kochendem Wasser, nehmen ihn mit einer Schaumkelle aus dem Wasser, schrecken ihn danach mit kaltem Wasser ab (damit der Fenchel nicht weiter gart) lassen den Fenchel anschließend abtropfen und trocknen das Gemüse dann mit einem sauberen Tuch.

Die Keile richten Sie jetzt bitte auf einem großen Teller an, salzen und pfeffern sie und bestreuen sie mit dem gehacktem Majoran, Thymian sowie Parmesan. Würzen Sie die Fenchel-Keile nun mit einem Spritzer Erdnussöl, geben Sie sie dann gleich in das Mehl, in die geschlagenen Eier und schließlich in die Semmelbrösel (oder in das Pankomehl). Dann erhitzen Sie in einer Pfanne viel Erdnussöl und braten den Fenchel einige Male, bis er gleichmäßig gold-braun ist. Nach dem Braten lassen Sie den Fenchel auf dem Küchenpapier abtropfen, um überschüssiges Öl zu entfernen, und salzen Sie sie leicht auf der Oberfläche.

Den gebratenen Fenchel richten Sie zum Schluss auf einem vorgewärmten Servierteller an, garnieren die Beilage mit ein paar Blättern Thymian und Majoran und servieren sie dann heiß (zum Beispiel zu Fisch- oder Fleischgerichten)

Vorbereitung: etwa 15 Minuten

Kochzeit: etwa 35 Minuten

Diverses

Fischragout mit italienischen Kräutern in Sahne-Ssauce

Menge: 2 Portionen

2 Kabeljau-Filets, oder Pangasius
½ Becher Schlagsahne
etwas Jodsalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
1 Zitrone
nach Belieben Kräuter, italienische
2 dicke Zwiebeln
3 Knoblauchzehen
2 Esslöffel Weißwein, trockener, optional (oder hellen Traubensaft)
1 Handvoll Cherry-Tomaten, optional
etwas Olivenöl

Ziehen Sie die Zwiebeln und die Knoblauchzehen ab und schneiden Sie beide Zutaten klein. Dann waschen Sie die Fischfilets, trocknen sie ab und schneiden sie in gleichgroße Stücke, damit diese später beim Kochen auch gleichmäßig gar werden.

Die Fischstücke pinseln Sie bitte mit etwas Olivenöl ein, salzen und pfeffern sie gut und würzen den Fisch mit den italienischen Kräutern sowie ein paar Spritzern Zitrone.

Nun dünsten Sie die gehackten Zwiebeln in dem heißem Olivenöl an, bis sie glasig sind. Den Knoblauch geben Sie danach hinzu und braten sie kurz mit. Anschließend braten Sie bitte die Fischstücke darin an. Wenn Sie mögen, können Sie dann auch Cherry-Tomaten dazugeben. Danach löschen Sie alles mit der Sahne ab und lassen die Zutaten kurz köcheln. Zum Schluss wird das Gericht mit den Kräutern, den Gewürzen, dem Zitronensaft und eventuell mit Weißwein oder (wenn Kinder mitessen) mit hellem Traubensaft abgeschmeckt.

Arbeitszeit: etwa 25 Minuten

Kochzeit: etwa 15 Minuten

Diverses

Fonduta (Trüffelcreme)

Menge: 4 Portionen

½ Liter Milch, warme
350 Gramm Käse, Fontina-, in dünnen Scheiben
etwas Jodsalz
4 Eigelb (Größe M)
50 Gramm Butter
1 kleiner Trüffel oder einige kleine Champignon-Köpfe
einige Toastbrot - Scheiben, getoastet

Nehmen Sie zuerst einige Esslöffel Milch ab, gießen Sie die übrige Milch in eine feuerfeste Schüssel und erhitzen Sie sie in einem kochenden Wasserbad. Dann geben Sie die Käse-Scheiben und das Jodsalz hinzu und rühren alles so lange mit einem Kochlöffel, bis eine cremige Sauce entsteht.

Danach verrühren Sie die Eigelbe und die beiseite gestellte Milch und gießen die Mischung in die Sauce. Nun geben Sie nach und nach die Butter hinzu und rühren so lange, bis die Fonduta glatt und geschmeidig ist.

Die Sauce verteilen Sie bitte in kleine Dessert-Schüsseln, streuen hauchdünne Trüffel- oder Champignon-Scheiben darüber und servieren das Gericht mit Toast.

Obwohl die Sauce eigentlich auf die Käseplatte gehört, dient sie auch oft als Zutat zur berühmten Piemonteser Spezialität Fonduta oder auch zu anderen warmen Käsegerichten.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Diverses

Fragole con vino (Erdbeeren in Rotwein)

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Erdbeeren
1 Flasche Rotwein (oder roten Traubensaft)
1 Stück Zimt
1 Zitrone
100 Gramm Zucker
einige Gewürznelken

Waschen und putzen Sie die Erdbeeren und geben Sie sie in kaltes Wasser. Dann schneiden Sie die größeren Erdbeeren in zwei Hälften (und legen einige Erdbeeren zum Garnieren beiseite). Nun geben Sie die Erdbeeren in eine Schüssel, gießen den Wein (oder wenn Kinder mitessen den roten Traubensaft), den Zucker, den Zimt und die Nelken sowie die Schale einer Zitrone dazu. Zum Schluss lassen Sie das Dessert bitte im Kühlschrank zwei Stunden ziehen.

Entfernen Sie vor dem Servieren bitte die Zitronenschale und alle Gewürznelken. Außerdem garnieren Sie das Dessert bitte mit den zurückgelegten Erdbeeren.

Unser Tipp:

Sie können das Ganze auch mit Schlagsahne garnieren und halbierte Erdbeeren oben drauf setzen,

Diverses

Italienische, Chili-scharfe „Frutti di Mare“

Menge: 4 Portionen

250 Gramm Lachs-Filets
250 Gramm Fischfilets, (Heilbutt-Filet)
8 Riesengarnelen
500 Gramm Muscheln (Miesmuscheln)
1 Bund Suppengrün
1 Chili-Schote, rot
500 Gramm Tomaten
3 Zehen Knoblauch
250 Milliliter Fischfond
250 Milliliter Wein, weiß, trocken (oder hellen Traubensaft)
3 Zweige Thymian
1 Zitrone
3 Esslöffel Olivenöl
etwas Petersilie, gehackt
etwas Jodsalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Befreien Sie die Chili-Schote von den Kernen und hacken Sie sie klein. Dann putzen Sie das Suppengrün, die Tomaten und den Knoblauch und schneiden die Zutaten klein. Danach schwitzen Sie bitte alles in heißem Olivenöl an, löschen das Ganze mit dem Fischfond und dem Weißwein (oder, wenn Kinder mitessen mit hellem Traubensaft) ab und lassen das Ganze aufkochen. Anschließend geben Sie bitte die Thymian-Zweige mit in den Topf.

Nun schneiden Sie bitte die Fischfilets in grobe Würfel. Danach schälen Sie die Garnelen, entdarmen sie und lassen die Garnelen mit den Fischstücken etwa 5-6 Minuten in der leicht siedenden Suppe gar ziehen.

Die Miesmuscheln garen Sie nebenbei in wenig kochendem Weißwein (oder hellem Traubensaft), bis sie sich geöffnet haben. Dann gießen Sie die Flüssigkeit ab und setzen die Muscheln auf den Eintopf. Die Muscheln die sich nicht geöffnet haben müssen Sie bitte entsorgen.

Zum Schluss wird das Gericht gepfeffert und gesalzen und mit gehackter Petersilie sowie Zitronen-Scheiben garnieren und auf vorgewärmten Tellern serviert.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Diverses

Gedünstetes Huhn mit Reis und Gurken

Menge: 3 Portionen

1 Kilogramm Hähnchen-Oberkeulen
2 Tassen Jasmin-Reis
2 Stück Zitronengras
1/3 Teelöffel Curcuma
1/2 Teelöffel Paprikapulver
1/2 Teelöffel 5 Kräuter-Gewürz
1 Zwiebel
4 Esslöffel Speiseöl
2 Esslöffel Fleisch-Sause
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Hähnchen-Oberschenkel:

Entfernen Sie die Haut, waschen Sie die Schenkel und trocknen Sie sie mit einem Küchentuch ab. Dann hacken Sie das Zitronengras fein, geben das Jodsalz, den Pfeffer, das Paprikapulver, die Gewürze und 1 Esslöffel Speiseöl zu dem Fleisch, wenden es um und lassen das Fleisch etwa 5 Minuten ruhen. In der Zeit waschen Sie die Gurken, trocknen sie ab, halbieren sie und schneiden die Gurken-Hälften in dünne Scheiben.

Nun nehmen Sie eine Pfanne oder einen Topf, erhitzen 3 Esslöffel Speiseöl und reduzieren die Kochzufuhr um die Hälfte. Dann geben Sie das marinierte Hähnchen-Fleisch dazu, braten es gold-gelb oder hellgelb und geben kleine gestreift-geschnittene Zwiebeln sowie den Curcuma dazu. Anschließend braten Sie alles bitte 3 Minuten weiter und wenden das Fleisch dann. Danach geben Sie die Fleisch-Sauce dazu, wenden das Fleisch wieder und braten es etwa 3-4 Minuten weiter (oder dunsten).

Als Beilage empfehlen wir Reis und Magi als Sauce für die Salatgurken !

Diverses

Gefülltes Kalbsschnitzel mit Bärlauch

Menge: 1 Portion

- 1 Kalbsschnitzel (wie beim Cordon bleu vom Metzger aufschneiden lassen)
- 2 Blätter Bärlauch, junge
- 1 Teelöffel Senf, mittel scharf
- 1 Scheibe Käse, (zum Beispiel Appenzeller)
- etwas Jodsalz
- etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
- 2 Esslöffel Mehl
- 1 Ei, verquirlt (Größe M)
- 2 Esslöffel Semmelbrösel oder Pankos-Mehl
- etwas Olivenöl, extra Vergine!
- 1 Scheibe Zitrone

Das aufgeschnittene Schnitzel breiten Sie bitte auseinander. Eine Hälfte bestreichen Sie dann mit Senf, darauf legen Sie ein abgspültes Bärlauch-Blatt, darauf die Käsescheibe und darauf wiederum das zweite Bärlauch-Blatt. Nun klappen Sie die beiden Fleisch-hälften bitte zusammen. Die Ränder drücken Sie jetzt gut zusammen und würzen das Schnitzel mit Jodsalz und Pfeffer. Danach wälzen Sie das gefüllte Schnitzel in Mehl, ziehen es durch das verquirlte Ei und panieren es anschließend mit den Semmelbröseln oder dem Pankomehl. Zum Schluss wird das Kalbs-Schnitzel in heißem Olivenöl knusprig braun gebraten und dann mit der Zitronenscheibe garnieren und angerichtet.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Diverses

Gemüsesuppe Pächterinart

Menge: 4 Portionen

20 Gramm Speck
20 Gramm Butter
1 kleine Zwiebel
60 Gramm Karotten
60 Gramm Sellerie
120 Gramm Weißkohl
60 Gramm Bohnen
1 Esslöffel Bohnenkraut
150 Gramm Kartoffeln
1 Liter Wasser
1 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant)
etwas Maggikraut
1 Bund Schnittlauch

Schneiden Sie den Speck und die abgezogenen Zwiebel in Würfel und lassen Sie die Würfel in einem Topf mit heißer Butter anschwitzen. Dann putzen Sie die Karotten, den Sellerie, den Weißkohl und die Bohnen, waschen die Zutaten ab und schneiden sie blättrig. Danach dünsten Sie alles in dem Topf mit an.

Nun waschen Sie die Kartoffeln, schneiden sie ebenfalls blättrig, geben sie zu dem Gemüse in den Topf und füllen das Ganze mit dem Wasser auf. Die Gemüsebrühe, das Bohnenkraut, das Maggikraut geben Sie bitte hinzu.

Nebenbei spülen Sie bitte den Schnittlauch ab, schütteln ihn kurz trocken, schneiden ihn in Würfel und bestreuen die Suppe vor dem Servieren mit den Schnittlauch-Röllchen.

Diverses

Genueser Suppe

Menge: 6 Portionen

20 Gramm getrocknete Steinpilze
1 kleiner Kopfsalat
½ Bund Petersilie
½ Bund Borretsch
200 Gramm Mangold
2 Artischocken
2 Stangen Lauch (Porree)
1 Selleriestange
2 Zucchini
100 Gramm grüne Bohnen
1 Esslöffel Bohnenkraut
1 Zwiebel
50 Gramm Pancetta (oder geräucherter Bauchspeck)
100 Milliliter Olivenöl extra vergine
100 Gramm ausgepaltete Erbsen (nach Belieben Tiefkühl)
etwas Jodsalz
etwas Pfeffer, frisch gemahlen
30 Basilikum-Blätter
1 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant)

Weichen Sie die Steinpilze in warmem Wasser ein. Dann waschen und putzen Sie den Kopfsalat und vierteln die Blätter. Danach spülen Sie die Petersilie ab, schütteln sie kurz trocken, zupfen die Blätter von den Stängeln und hacken die Petersilie klein. Den Borretsch waschen Sie bitte und hacken die Blätter ebenfalls klein. Nun waschen Sie den Mangold gründlich und schneiden ihn klein. Dann befreien Sie die Artischocken von Stielen, den harten Blättern und den Blattspitzen und schneiden die Herzen in Würfel.

Jetzt halbieren Sie den Lauch, spülen ihn ab (in den Zwischenräumen ist immer ein bisschen Erde) und schneiden die hellgrünen und weißen Teile in Ringe. Den Sellerie putzen Sie bitte und schneiden ihn in feine Würfel. Dann waschen Sie die Zucchini, entfernen die Blüten und den Stielansatz, halbieren die Früchte längs und schneiden die Zucchini quer in 2 Zentimeter große Stücke. Anschließend waschen Sie die grünen Bohnen, putzen sie und schneiden sie ebenfalls in 2 Zentimeter lange Stücke.

Diverses (Fortsetzung)

Danach schälen Sie bitte die Zwiebel und schneiden sie in feine Würfel. Den Speck würfeln Sie bitte ebenfalls fein. Dann schwitzen Sie beide Zutaten in 4 Esslöffel Speiseöl in einem großen Topf an. Die eingeweichten Pilze vierteln Sie bitte und geben sie zusammen mit dem übrigen vorbereiteten Gemüse sowie den Erbsen zu den Zwiebeln. Nun schwitzen Sie alles unter Rühren an. Dann gießen Sie 1,7 Liter Gemüsebrühe an, lassen das Ganze aufkochen und lassen alles zugedeckt bei milder Hitze mit dem Bohnenkraut etwa 30 Minuten köcheln lassen.

Abgeschmeckt wird die Gemüsesuppe mit Salz und Pfeffer. Nebenbei hacken Sie die Basilikum-Blätter grob und rühren sie dann unter die fertige Suppe.

Zum Schluss richten Sie die Suppe bitte auf vorgewärmten Tellern an und beträufeln jede Portion mit 1 Esslöffel Olivenöl.

Arbeitszeit: 60-90 Minuten

Diverses

Gnocchi di patate

Menge: 4 Portionen

750 Gramm mehlig kochende Kartoffeln, 1 Esslöffel Kümmel
Wasser, siedend

50 Gramm Parmesan, 200 Gramm Mehl, 1 1/2 Teelöffel Jodsalz
1 frisches Ei (Größe M), Salzwasser, siedend

1 Schalotte, 1 Knoblauchzehe, 200 Gramm Pfifferlinge
3 Tomaten, 1 Esslöffel Petersilie, 1 Esslöffel Olivenöl
1 Teelöffel Jodsalz, etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Kochen Sie die gewaschenen Kartoffeln mit der Schale im siedenden Wasser mit dem Kümmel etwa 20 Minuten weich. Danach schälen Sie die Pellkartoffel heiß, drücken sie durch eine Kartoffel-Pressen in eine Schüssel und lassen den Brei etwas abkühlen. Dann reiben Sie den Käse dazu, mischen das Mehl und das Salz unter, schlagen das Ei auf und mischen es von Hand unter die Kartoffel-Masse. Die Masse sollte möglichst noch feucht sein, aber nicht mehr an den Händen kleben. Eventuell müssen Sie noch ein wenig Mehl dazu geben.

Nebenbei heizen Sie bitte den Backofen auf etwa 60 Grad (Umluft) vor.

Die Gnocchi-Masse formen Sie jetzt auf wenig Mehl zu 4 Rollen von je etwa 1 1/2 Zentimeter Durchmesser. Anschließend schneiden Sie die Rollen in etwa 2 Zentimeter lange Stücke und rollen diese mit dem Daumen über einen Gabel-Rücken, sodass ein Rillen-muster entsteht. Danach legen Sie die Gnocchi auf ein bemehltes Küchentuch.

Nun lassen Sie die Gnocchi portionenweise im leicht siedender Gemüsebrühe etwa 4 Minuten ziehen, bis sie an die Oberfläche steigen. Dann nehmen Sie sie mit einer Schaumkelle heraus, lassen sie abtropfen und stellen die Gnocchi im Backofen warm.

Danach schälen Sie bitte die Schalotte und den Knoblauch, hacken die Schalotte fein und pressen den Knoblauch (oder schneiden ihn in kleine Würfel, bestreuen ihn mit Salz und reiben den Knoblauch dann mit dem Messer zu einer Paste). Nun putzen Sie die Pfifferlinge und halbieren sie eventuell. Außerdem entkernen Sie die gewaschenen Tomaten und schneiden sie in Würfel. Dann spülen Sie die Petersilie ab, schütteln sie kurz trocken, zupfen die Blätter von den Stängeln und hacken die Petersilie sehr fein. Nun erhitzen Sie das Speiseöl in einer Pfanne, schwitzen die Schalotte und den Knoblauch, geben die Pfifferlinge hinzu und dünsten sie etwa 5 Minuten mit. Danach mischen Sie bitte die Tomaten und die Petersilie mit den Gnocchi darunter, würzen alles kurz und lassen die Zutaten zum Schluss nur noch heiß werden.

Diverses

Gnocchi di patate alla romana

Menge: 4 Portionen

- 1 Kilogramm Kartoffel
- 1 Teelöffel Kümmel
- 200 Gramm geschälte Tomate
- 300 Gramm Mehl
- 350 Milliliter Rinder-Soße
- 1 Esslöffel Gemüsebrühe

- 1 Karotte
- 2 Esslöffel Olivenöl extra vergine
- 1 Ei (Größe M)
- 1 Deziliter Rotwein (oder roten Traubensaft)
- 1 Zwiebel
- Petersilie nach eigenem Geschmack
- 1 Sellerie-Rippe (Stiel)
- 3 Basilikum-Blätter
- etwas Jodsalz nach eigenem Geschmack
- Pfeffer nach eigenem Geschmack

Waschen Sie die Kartoffeln und lassen Sie sie etwa 20 Minuten in kalt aufgesetztem Salzwasser mit dem Kümmel kochen. Dann lassen Sie die Kartoffel abtropfen und schälen sie. Danach geben Sie die geschälten Kartoffeln in eine Kartoffel-Presse und lassen sie nach dem Pressen abkühlen. Nun legen Sie das Püree auf ein Backbrett und kneten es mit 300 Gramm Weißmehl, bis eine kompakte, aber weiche Mischung entstanden ist. Anschließend geben Sie bitte auch 1 Ei dazu und kneten die Mischung so lange weiter, bis die Konsistenz homogen und klumpen-frei ist.

Aus der Mischung erhalten Sie eine Kordeln von der Breite eines Fingers, diese schneiden sie bitte in viele Stücke von etwa 1-2 Zentimeter. Rollen Sie jetzt jeden Knödel auf einer Reibe oder einer Gabel und drücken Sie mit einem Finger ein kleines zentrales Grübchen, das ist ein Verfahren, mit dem die Knödel die Sauce besser aufnehmen können.

Danach putzen und schälen Sie die Sellerie-Stange , die Karotte , die abgezogene Zwiebel , die drei Basilikum-Blätter und den Zweig Petersilie, hacken alles und geben die Zutaten zum Trocknen in das Öl. Wenn das Ganze gebräunt gebräunt, fügen Sie bitte 350 Gramm mageres Rindfleisch hinzu schneiden alles in kleine Stücke.

Diverses (Fortsetzung)

Sobald das Fleisch gebräunt ist, geben Sie bitte das Jodsalz und den Pfeffer hinzu, löschen es mit dem trockenem Rotwein (oder wenn Kinder mitessen mit dem roten Traubensaft) ab und lassen die Flüssigkeit verdunsten. Dann fügen Sie die gehackten und geschälten Tomaten hinzu, mischen alles gut und bringen das Ganze wieder zum Kochen. Danach decken Sie die Zutaten bitte mit einem Deckel zu, reduzieren die Hitze und kochen alles zwei Stunden weiter, wobei Sie gelegentlich rühren.

Etwa eine Viertelstunde nach dem Ende des Gar-Vorgangs nehmen Sie bitte das Fleisch aus der Sauce, zerkleinern es kurz und geben es bis zum Ende des Gar-Vorgangs wieder in die Sauce.

Kochen Sie die Gnocchi nun in reichlich Wasser mit Gemüsebrühe oder Salz, sobald sie an die Oberfläche schwimmen sind sie gar. Dann nehmen Sie die Gnocchi mit einer Schaumkelle aus dem Wasser, würzen sie mit der vorbereiteten Fleischsoße, vermengen sie zum Schluss und servieren das Gericht sofort.

Diverses

Gramolata
für Ossobuco

Menge: 3 Portionen

1 Zitrone, unbehandelt
½ Bund Petersilie, glatte
2 große Knoblauchzehe(n)

Raspeln Sie die Schale der heiß abgewaschenen Zitronen fein ab. Dann spülen Sie die Petersilie ab, schütteln sie kurz trocken und schneiden sie klein. Danach schälen Sie die Knoblauchzehen und schneiden sie in feine Würfel. Anschließend vermischen Sie die Zutaten in einer Schüssel.

Mit Gremolata können Sie ein Ossobuco kurz vor dem Servieren bestreuen.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Diverses

Schmorhuhn, provenzalische Art

Menge: 4 Portionen

2 Hähnchen, à etwa 1 Kilogramm - oder
4 Hähnchen-Keulen und
2 Hähnchen-brüste
8 Blätter Salbei
4 Zweige Thymian
1 Zweig Rosmarin
4 Zweige Majoran
1 Gemüsezwiebel
2 Knoblauchzehen
2 Paprikaschoten, rot und gelb
80 Gramm Oliven, schwarz, entkernt
3 Esslöffel Speiseöl
etwas Meersalz
4 Esslöffel Tomatenmark
300 Milliliter Wein, weiß (oder hellen Traubensaft)
300 Milliliter Gemüsebrühe

Waschen Sie die ganzen Hähnchen innen und außen, tupfen Sie sie dann trocken und zerlegen Sie sie mit der Geflügelschere in jeweils 2 Bruststücke und Keulen. Danach spülen Sie die Kräuter ab, schütteln sie kurz trocken und zupfen die Blättchen beziehungsweise Nadeln ab. Nun schneiden Sie die abgezogene Zwiebel bitte in Spalten. Danach ziehen Sie die Knoblauchzehen ab und halbieren sie. Anschließend halbieren Sie bitte die Paprikaschoten, entkernen sie und entfernen den Strunk sowie die weißen Scheidewände und spülen die Schoten gründlich ab. Danach lassen Sie die Oliven bitte in einem Sieb abtropfen und heizen den Backofen auf 200 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 180 Grad Celsius (Heißluft) vor.

Nun schieben Sie bitte je 1-2 Salbeiblätter unter die Haut der Hähnchen-Teile und streichen die Haut auf allen Seiten mit 2 Esslöffel Speiseöl ein. Außerdem würzen Sie sie mit Meersalz und Pfeffer.

Dann streichen Sie einen großen Bräter mit 1 Esslöffel Speiseöl aus und legen die Hähnchen-Teile nebeneinander hinein. Das Fleisch braten Sie jetzt auf der mittleren Schiene des Backofens etwa 15 Minuten.

Diverses (Fortsetzung)

Währenddessen verrühren Sie den Tomatenmark und den Weißwein (oder wenn Kinder mitessen den hellen Traubensaft). Dann nehmen Sie den Bräter aus dem Ofen, geben die Zwiebel und den Knoblauch zu den angebratenen Hähnchen-Teilen und gießen die Weißwein-Tomatenmark-Mischung in den Bräter. Danach braten Sie alles bitte etwa 15 Minuten weiter.

Zwischendurch schneiden Sie die Paprikaschoten in mundgerechte Stücke. Dann geben Sie die Paprika, die Oliven, den Thymian, den Majoran und den Rosmarin zu den Geflügel-Teilen, gießen die Gemüsebrühe an und garen das Ganze weitere 25 Minuten.

Nach der Garzeit richten Sie das Gericht bitte auf vorgewärmten Tellern an. Als Beilage empfehlen wir ein frisches Baguette oder Reis.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Italienische Knuspermandeln

Menge: 1 Portion

300 Gramm Mandeln, die Hälfte davon geschält
1 Eiweiß (Größe M)
1 Teelöffel Meersalz, grob
2 Esslöffel Kräuter, gehackt, italienische

Schlagen Sie das Eiweiß leicht an und geben Sie die Mandeln und die Kräuter dazu. Dann verteilen Sie alles locker auf einem Backblech und bestreuen es gleichmäßig mit dem Meersalz. Danach bräunen Sie die Mandeln für 10 Minuten bei 160 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 140 Grad (Heißluft) im Backofen, wenden die Mandeln und bräunen sie nochmals etwa 8-10 Minuten.
Ste

Diverses

Huhn mit Reis römische Art

Menge: 6 Portionen

1 Huhn
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
4 Esslöffel Speiseöl
1 Gemüsezwiebel
0,125 Liter Wasser
4 Tomaten
2 Paprikaschoten
1 Dose Mais
1 Knoblauchzehe

Waschen Sie das Huhn, trocknen Sie es ab, zerlegen Sie es in 6-8 Teile und würzen Sie die Hühner-Teile mit Meersalz und Pfeffer. Dann erhitzen Sie das Speiseöl und braten die Geflügel-Teile darin von allen Seiten gold-braun an. Dabei müssen Sie das Geflügel häufig mit dem Bratensaft begießen. Zwischendurch schneiden Sie bitte die abgezogene Gemüsezwiebel in kleine Würfel und fügen die Zwiebel dem heißen Wasser zu. Dann schmoren Sie das Huhn im geschlossenen Topf etwa 40 Minuten.

Während der Schmor-Zeit schneiden Sie bitte die Tomaten kreuzweise am Deckel ein, geben sie in eine Schüssel und übergießen sie mit kochendem Wasser. Dann lassen Sie die Tomaten etwa 2 Minuten ziehen, nehmen sie mit einer Schaumkelle heraus, geben sie in eine weitere Schüssel und schrecken die Tomaten danach mit kaltem Wasser ab. Nun häuten Sie die Tomaten, vierteln sie und entfernen den Strunk.

Danach halbieren Sie die Paprikaschoten, entfernen den Strunk, die Kerne und die weißen Scheidenwände und spülen die Schoten gründlich aus, bevor Sie sie in Streifen schneiden. Dann spülen Sie den Mais kurz in einem Sieb ab und geben ihn mit den Paprika-Streifen und den Tomaten-viertel mit in den Topf.

Nun ziehen Sie bitte die Knoblauch-Zehe ab, schneiden sie in kleine Würfel und geben die Knoblauch-Würfel ebenfalls zu dem Huhn in den Topf und lassen das Gericht zu Ende kochen. Zum Schluss wird das Gericht mit Pfeffer und Meersalz abgeschmeckt, auf vorgewärmten Tellern serviert und eventuell Reis und ein frischer Salat als Beilage gereicht.

Zubereitungs-Zeit: etwa 40 Minuten

Diverses

Geschmorte Hähnchenkeulen nach lombardische Art

Menge: 2 Portionen

Für das Soffritto:

1 mittel große Zwiebel, 2 Stangen Sellerie
1 große Möhre, etwa 100 Milliliter Olivenöl

Für die geschmorte Hähnchen-Keule:

5 Unterkeulen vom Huhn, 3 Esslöffel Neutrales Speiseöl
1 Fleischtomate, 2 Knoblauchzehen
200 Milliliter Weißwein oder hellen Traubensaft
250 Milliliter Geflügelbrühe, 1 Esslöffel Tomatenmark
½ Teelöffel Wacholderbeeren
1 Teelöffel Pfeffer frisch aus der Mühle
2 Lorbeerblätter, 10 Gramm getrocknete Steinpilze
1 Rosmarinzweig, Parmesanrinde (optional)
etwas Meersalz

Salzen Sie die Hähnchen-Keulen nach Möglichkeit bitte über Nacht mit 1-2 Teelöffel Meersalz ein. So hat das Salz genug Zeit, in das Fleisch tief einzudringen und es wird besonders zart und lecker. Auch wenn die Keulen dabei etwas Wasser ziehen, müssen Sie sich keine Sorgen machen, dass sie trocken werden könnten. Tun sie nicht.

Für das Soffritto schneiden Sie am nächsten Tag die abgezogene Zwiebel in feine Würfel. Außerdem putzen Sie bitte die Möhre und den Sellerie und schneiden beide Zutaten ebenso in Würfel.

Dann erhitzen Sie das Olivenöl in einer tiefen Pfanne mit großem Durchmesser und Deckel auf mittlerer Hitze. Erst geben Sie die Zwiebel-Würfel hinein und lassen sie kurz andünsten, dann geben Sie bitte die klein geschnittene Möhre und den Sellerie dazu und schalten die die Hitze-zufuhr zurück. Das Gemüse soll jetzt langsam karamellisieren, ohne dabei anzubrennen oder bitter zu werden. Bleiben Sie bitte in der Nähe, rühren Sie öfter um und schaltet die Hitze-zufuhr immer weiter runter. Das ganze dauert etwa 45-50 Minuten. Ist das Soffritto zwischen gold-gelb und hell-braun, ist es fertig. Entweder stellen Sie das Soffritto danach beiseite, bewahren es (wenn es abgekühlt ist) im Kühlschrank auf oder frieren es ein.

Diverses (Fortsetzung)

Dann erhitzen Sie in einer Pfanne das neutrale Öl und braten die Hühnerkeulen darin rundum an. Außerdem erhitzen Sie das Sofritto, bis es etwas kocht. Währenddessen ziehen Sie die Knoblauch-Zehen ab und schneiden sie in feine Würfel. Die Fleischtomate halbieren Sie bitte quer und reiben sie mit der Schnittfläche auf einer Reibe. So bekommen Sie am Ende ein schnelles Tomaten-Püree und haben nur noch die Haut übrig.

Die Gewürze geben Sie danach in einen Teebeutel und verschließen sie mit einem Stück Küchengarn. Ist das Sofritto heiß, geben Sie bitte den Knoblauch hinein und dünsten ihn etwa 30 Sekunden lang an. Dann rühren Sie das Tomatenmark ein und rösten alles weitere 30 Sekunden an. Abgelöscht wird nun mit dem Weißwein (oder, wenn Kinder mitessen, mit dem hellen Traubensaft). Danach rühren Sie die pürierten Tomate unter und geben die Keulen dazu. Nun gießen Sie alles mit der Geflügelbrühe auf, bis die Keulen etwa etwas über die Hälfte bedeckt sind. Das Gewürz-Säckchen legen Sie dazu und salzen das Ganze vorsichtig mit Meersalz. Waren die Keulen über Nacht bereits gesalzen, halten Sie sich jetzt lieber etwas zurück.

Wenn Sie eine alte Rinde vom Parmesankäse haben, können Sie die ebenfalls in die Soße legen. Sie ist meistens so hart, dass Sie nicht viel mit ihr anfangen kann, die Käse-Rinde gibt aber noch einen wunderbar Geschmack ab. Wir sammeln sie meistens im Froster und werfen sie gefroren in den Topf.

Nun legen Sie den Deckel auf und schmoren das Gericht bei kleiner Hitze für etwa 2 Stunden. Von Zeit zu Zeit müssen Sie bitte umrühren und mit einer Schaumkelle das Fett, das sich an der Oberfläche absetzt, abschöpfen.

Die geschmorte Hähnchen-keulen ziehen Sie nach der Garzeit mit geschlossenem Deckel von der Kochstelle und lassen sie noch einmal etwa 30 Minuten ruhen. Das Gewürz-Säckchen und die Parmesan-rinde fischen Sie bitte zum Schluss mit einer Schaumkelle heraus. Die geschmorte Hähnchen-keulen servieren Sie nun mit einem Stück Brot und einem Salat servieren.

Oder lassen Sie die Keulen weiter abkühlen. Dann zerpfücken Sie sie mit den Fingern, entsorgen die Knochen und Knorpel und verrühren das Fleisch für den weiteren Einsatz mit der Soße. Jetzt können Sie es als Ragout beziehungsweise Ragou für ein Hühner-Ragout mit Gnocchi servieren.

Vorbereitungs Zeit: etwa 30 Minuten

Zubereitungs Zeit: etwa 3 Stunden

Diverses

Italienischer Kalbsbraten

Menge: 4 Portionen

1 Kilogramm Kalbsbraten (am besten Nuss), 2 Zwiebeln
2 Zehen Knoblauch, ½ Sellerie, 2 Möhren
1 Petersilienwurzel, 1 Stange Lauch/Porre
3 Esslöffel Olivenöl, 1 Esslöffel Butter
1 Teelöffel Rosmarin, frisch oder getrocknet
3 Fleischtomaten, ½ Liter Gemüsebrühe
1 Teelöffel Tomatenmark, 1 kleines Glas Oliven, gefüllte
1 Becher Crème fraîche (125 Gramm)
etwas Meersalz, etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle
etwas Paprikapulver, rosenscharf

Waschen Sie das Fleisch und tupfen Sie es kurz trocken. Dann schälen Sie die Zwiebeln und den Knoblauch und schneiden beides in feine Würfel. Danach putzen Sie bitte den Sellerie, die Möhren und die Petersilienwurzel, waschen die Zutaten und schneiden sie klein. Nun halbieren Sie den Lauch, spülen ihn gründlich ab (in den Zwischenräumen ist immer ein bisschen Erde) und schneiden den Lauch in Ringe.

Anschließend erhitzen Sie das Olivenöl und die Butter in einem Bräter oder einer großen Pfanne und braten das Gemüse darin an. Dann geben Sie den Rosmarin und die Gemüsebrühe dazu. Nun geben Sie die schneiden Sie die Fleisch-Tomaten an der Spitze kreuzweise ein, geben sie in eine Schüssel, überbrühen die Tomaten mit kochendem Wasser und lassen sie etwa 2 Minuten ziehen. Danach nehmen Sie die Tomaten mit einer Schaumkelle aus dem Wasser, geben sie in eine zweite Schüssel und schrecken die Tomaten mit eiskaltem Wasser ab. Jetzt werden die Fleischtomaten gehäutet, der Strunk entfernt, die Tomaten entkernen, in würfel geschnitten und ebenfalls zu dem Gemüse hinzugefügt. Dann lassen Sie alles gut durchschmoren. Das Fleisch legen Sie bitte darauf und schieben den geschlossen Bräter in den 200 Grad (Oberhitze/Unterhitze) oder 180 Grad Celsius (Heißluft) heißen Backofen schieben. Jetzt lassen Sie das Ganze etwa 2 bis 2 1/2 Stunden braten.

Nach dem Braten nehmen Sie bitte das Fleisch heraus und geben die abgetropften und in Scheiben geschnittenen Oliven sowie die Crème fraîche dazu. Zum Schluss lassen Sie alles noch einmal in einem Topf aufkochen und schmecken das Gericht mit den Gewürzen ab.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Kochzeit: etwa 2 Stunden 30 Minuten

Diverses

Käsereis

Menge: 4 Portionen

250 Gramm Reis

Salzwasser

1 Beutel Gouda Käse, gerieben

100 Gramm Schinken, roh oder gekocht, gewürfelt

1 kleine Zwiebel, gewürfelt

ein paar Gewürze nach Ihrer Wahl

etwas Butter und Speiseöl

etwas Paprika-Pulver

etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Kochen Sie den Reis im Salzwasser nach Packungsanleitung gar. Zwischendurch braten Sie bitte die Schinken-Würfel und die Zwiebelwürfel in heißer Butter und etwas Speiseöl (damit die Butter nicht so schnell schwarz wird) an.

Dann geben Sie die Schinken-Würfel und Zwiebel-Würfel zu dem fertig gekochten Reis und verrühren alles mit dem geriebenen Gouda. Nehmen Sie bitte so viel Gouda, bis der Käse schöne Fäden zieht.

Zum Schluss schmecken Sie das Gericht bitte mit Paprika-Pulver und Pfeffer ab.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Diverses

Soupe fraîcheur à l'olivette (Frische Olivensuppe)

Menge: 6 Portionen

1 Kilogramm Tomaten-Olivette
2 Knoblauch-Zehen
1 Schalotte
1 Schuss Tabasco
2 Scheiben Sandwich-Brot
etwas Olivenöl
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Zucker
4 Zwiebel
2 Teelöffel Balsamico-Essig

Für 500 Gramm Tapenade:

150 Gramm schwarze Olive
2 Knoblauch-Zehen
100 Gramm Sardellenfilet
100 Gramm Kapern
1 Teelöffel Senf (mittel-scharf)
1 Teelöffel Cognac
10 Zentiliter Olivenöl
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Außerdem:

1 Bund frische Petersilie

Schneiden Sie erst die Tomaten zum Blanchieren kreuzweise ein. Dann geben Sie sie in eine Schüssel, überbrühen die Tomaten mit kochendem Wasser, lassen sie 2 Minuten ziehen und nehmen sie dann mit einer Schaumkelle heraus. Anschließend werden die Tomaten in eine zweite Schüssel gegeben und mit kaltem Wasser abgeschreckt. Nun schälen Sie die Tomaten, vierteln sie und entfernen das Fruchtfleisch.

Danach ziehen Sie den Knoblauch und die Schalotte ab, schneiden beides in kleine Würfel und braten beides in 10 Zentiliter heißem Olivenöl in einem Topf an. Danach fügen Sie die Tomaten bitte hinzu und kochen das Ganze bei mittlerer Hitze etwa 5-6 Minuten lang. Nach der Kochzeit passieren Sie alles durch ein feines Sieb und rühren den Essig, den Tabasco, den Zucker, das Meersalz und den Pfeffer ein.

Nach dem Abkühlen stellen Sie die Zutaten bitte über Nacht in den Kühlschrank.

Diverses (Fortsetzung)

Am nächsten Tag bereiten Sie die Tapenade vor:

Mahlen Sie dafür die entkernten Oliven mit den Sardellen, den Kapern und dem Knoblauch. Dann fügen Sie den Senf, den Cognac, das Olivenöl, den Pfeffer und etwas Meersalz hinzu und verrühren das Ganze mit einem Schneebesen.

Danach schneiden Sie die Brotscheiben in 4 Scheiben, bräunen sie in einer Pfanne in etwas heißem Olivenöl an und verteilen die Tapenade darauf.

Nun spülen Sie die Petersilie ab, schütteln sie kurz trocken, zupfen die Blätter von den Stängeln und hacken sie sehr fein.

Zum Schluss verteilen Sie die Suppe in vorgewärmte Tassen, bestreuen sie mit gehackter Petersilie und reichen das Gericht mit dem Tapenade-Toast.

Diverses

Osso buco

Menge: 4 Portionen

4 Beinscheiben vom Kalb
½ Knollensellerie
3 Tomaten
2 Esslöffel Tomatenmark
1 Gemüsezwiebel
½ Stangen Lauch
3 Esslöffel Mehl
2 Karotten
2 Knoblauchzehen
2 Esslöffel Rapsöl
3 Esslöffel Butter
500 Milliliter Wasser
500 Milliliter Rotwein oder roten Traubensaft
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

etwas Petersilie
2 Teelöffel Meersalz
3 Knoblauchzehen
2 Zitronen, unbehandelt, den Abrieb davon

Spülen Sie erst Das Röst-Gemüse ab und schneiden Sie es grob in Würfel. Dann salzen und pfeffern Sie die Kalbs-Bein-Scheiben von beiden Seiten und wenden sie danach in Mehl. Die Beinscheiben braten Sie danach bitte in einer Pfanne in heißem Rapsöl von beiden Seiten etwa 3 - 4 Minuten an. Dann nehmen Sie das Fleisch heraus und rösten das Röst-Gemüse mit zerlassener Butter im Bräter an.

Nun geben Sie die Tomaten und das Tomatenmark dazu und kratzen mit einem Schaber den Boden im Bräter ab, um die Röst-Aromen freizusetzen. Abgelöscht wird das Ganze jetzt mit Wasser und Rotwein (oder, wenn Kinder mitessen mit roten Traubensaft). Dann geben Sie das Fleisch wieder hinein und beträufeln es mit der Soße und geben das Gemüse dazu. Danach geben Sie den Deckel drauf und lassen alles bei 160 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder bei 140 Grad Celsius (Heißluft) etwa 60 Minuten im Backofen garen.

Diverses (Fortsetzung)

Währenddessen bereiten Sie bitte die Gremolata zu:

Dazu spülen Sie die Petersilie ab, schütteln sie kurz trocken, zupfen die Blätter von den Stängeln und schneiden sie fein. Dann raspeln Sie die Schale von einer Zitrone dazu, hacken den Knoblauch, geben das Meersalz oben auf den Knoblauch und zerdrücken ihn mit dem Rücken eines Messers zu einem Mus. Danach vermengen Sie bitte alles miteinander.

Zum Schluss holen Sie das Fleisch aus dem Backofen und bestreuen es mit der Gremolata. Dazu können Sie zum Beispiel ein Risotto Milanese (mit Knochenmark und Safran), Kartoffeln und einen Rotwein reichen.

Unsere Tipps:

Fragen Sie beim Metzger nach Knochenmark, er gibt es manchmal umsonst. Statt eines Rotweins können Sie auch einen kräftigen, tanninreichen Weißwein reichen.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Kochzeit: 60 Minuten

Creole Mayonnaise

Menge: 1 Portion

1/2 Tasse Mayonnaise

1/2 Teelöffel fein gehackter Knoblauch

1/4 Teelöffel Kreolischer Senf

1/4 Teelöffel Worcestersauce

1/4 Teelöffel scharfe Soße

1 Teelöffel kreolisches Gewürz

Mischen Sie alle Zutaten in einer Schüssel und stellen Sie sie etwa 60 Minuten in den Kühlschrank, damit die Aromen vor der Verwendung verschmelzen können. Diese Mayonnaise hält im Kühlschrank abgedeckt bis zu fünf Tage.

Diverses

Sogliole alla Palermitana
Seezungenfilets aus Palermo

Menge: 4 Portionen

4 Seezungen - Filets à 250 Gramm
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
2 Zitronen, Saft davon
etwas Worcestersauce
1 Tasse Mehl
etwas Olivenöl, zum Ausbacken
2 Zwiebeln (in Würfel)
1 kleiner Staudensellerie (in Würfel)
50 Gramm Sultaninen
50 Gramm Pinienkerne
1 Tasse Essig
¼ Liter Fleischbrühe
1 Prise Zucker
1 Prise Muskat
1 Bund Petersilie (gehackt)

Waschen Sie die Seezungenfilets unter kaltem fließendem Wasser ab, tupfen Sie sie kurz trocken, marinieren Sie die Filets mit dem Zitronensaft und der Worcestersauce und würzen Sie sie mit Meersalz und Pfeffer. Dann wenden Sie die Seezungenfilets in dem Mehl und braten sie im heißem Olivenöl goldgelb. Danach nehmen Sie den Fisch bitte aus der Pfanne heraus und stellen ihn warm. Im verbliebenen Bratfett schwitzen Sie nun die in Würfel geschnittenen Zwiebeln und den abgspülten und fein gewürfelten Staudensellerie glasig. Danach geben Sie die Sultaninen und die Pinienkerne dazu, löschen alles mit dem Essig ab und füllen es mit der Fleischbrühe auf.

Abgeschmeckt wird die Sauce jetzt mit Salz, Pfeffer, etwas Zucker und Muskat. Dann lassen Sie das Ganze etwa 10 Minuten köcheln, verteilen es über die Seezungenfilets und servieren das Gericht zum Schluss auf vorgewährten Tellern mit der fein gehackten Petersilie bestreut.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Diverses

Cotolette di pollo alla milanese

Menge: 1 Portion

200 Gramm Hähnchenbrust ohne Knochen
1 Eier (Größe M)
16 g Semmelbrösel oder Panko-Mehl
14 Gramm Butter
15 Milliliter Samenöl oder Olivenöl
etwas Meersalz
etwas gemahlener Pfeffer frisch aus der Mühle

Schneiden Sie die Schnitzel von jeder Brust in der Mitte durch (und erhalten Sie so zwei oder drei Schnitzel). Die Fleischscheiben breiten Sie danach aus und plattieren sie mit einem Hammer oder einem flachen Stößel.

Dann bereiten Sie 2 Suppenteller zum Panieren vor:

Einen für das Ei, das leicht geschlagen wird, und einen für die Semmelbrösel (beziehungsweise dem Pankomehl). Nehmen Sie jetzt jeweils ein Schnitzel, tauchen Sie es in das Ei und lassen Sie den Überschuss am Rand abtropfen. Nun geben Sie das Schnitzel auf beiden Seiten in die Semmelbrösel (beziehungsweise in das Pankomehl). Die Panade drücken Sie anschließend bitte etws Fest.

Danach erhitzen Sie die Butter und das Öl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze. Danach fügen Sie die Schnitzel hinzu und kochen Sie sie goldbraun (das dauert etwa 4 Minuten pro Seite). Zum Schluss würzen Sie das Gericht mit Salz und Pfeffer und servieren es auf vorgewärmten Tellern.

Arbeitszeit: etwa 5 Minuten

Kochzeit: etwa 10 Minuten

Diverses

Piccioni alla todina (Todina Tauben)

Tauben mit schwarzen Oliven und Rohschinken

Menge: 4 Portionen

2 Tauben (bereits gereinigt)

1 Zwiebel

1 Büschel Salbei

50 Gramm schwarze Oliven

1 Esslöffel Hühnerbrühe (Instant)

etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

etwas Meersalz

etwas Olivenöl extra vergine

1 Esslöffel gesalzene Kapern

5 Deziliter trockener Rotwein (oder dunklen Traubensaft)

2 Knoblauch-Zehen

Außerdem:

etwas Küchenpapier

Waschen Sie die Tauben kurz, tupfen Sie sie mit Küchenpapier trocken, vierteln Sie die Vögel und geben Sie sie mit dem gehacktem Schinken, den abgezogenen und gewürfelten Zwiebel und den abgezogenen und gewürfelten Knoblauch, sowie einem halben Glas Olivenöl in eine Pfanne. Dann salzen und pfeffern Sie die Tauben und würzen sie mit Salbei-Blättern. Die Vögel bräunen Sie bitte durch häufiges Wenden an, benetzen sie danach mit dem Wein (oder wenn Kinder mitessen mit dem dunklen Traubensaft) und lassen die Flüssigkeit verdunsten.

Nun fügen Sie die entkernten Oliven hinzu, hacken sie grob oder teilen sie in zwei Hälften, und außerdem die Kapern gut entsalzt. Dann mischen Sie die Zutaten, schmecken sie mit Meersalz ab, lassen sie zudecken etwa 50 Minuten kochen, wenden dabei die Tauben oft und baden sie gegebenenfalls mit etwas heißer Brühe.

Das Gewürz decken Sie bitte ab und lassen es einige Minuten einwirken. Danach nehmen Sie die Pfanne von der Kochstelle, lassen das Gericht etwa 5 Minuten ziehen und servieren die Vögel mit ihrer leckeren Sauce servieren.

Unser Tipp:

Die besten Oliven der Welt sind übrigens zerstampfte eingelegte Manzanilla-Oliven aus Andalusien (mit Kern). Dagegen ist alles andere Müll.

Arbeitszeit: etwa 60 Minuten

Diverses

Pignatelli

Käse-Windbeutel; eine Alternative zu Kartoffeln

Menge: 3 Portionen

125 Milliliter Wasser

etwas Kräuter-Salz

½ Prise Pfeffer, schwarz

½ Prise Cayennepfeffer

50 Gramm Butter

2 Eier, ganz (Größe M)

75 Gramm Käse nach Wahl (zum Beispiel Edamer, Gouda, Emmentaler, Greyerzer, Bergkäse et cetera), gerieben

50 Gramm Mehl

Stellen Sie erst einen Brandteig her. Dazu erhitzen Sie das Wasser mit der Butter und den Gewürzen sowie dem Kräuter-Salz so lange in einem Topf, bis die Mischung kocht. Dann nehmen Sie den Topf von der Kochstelle, geben das Mehl sofort auf einmal hinzu rühren es mit einem Kochlöffel kräftig ein. Nun müssen Sie so lange rühren, bis sich der Teig-Kloß vom Topf-Rand löst.

Den Kloß lassen Sie anschließend bitte etwas abkühlen. Dann arbeiten Sie bitte unter kräftigem Rühren mit dem Handrührgerät die Eier einzeln nacheinander (!) ein, bis ein glatter, seidiger Teig entstanden ist. Am Ende heben Sie bitte den geriebenen Käse unter.

Von dem Teig stechen Sie nun noch mit Hilfe von 2 Teelöffeln Nocken aus (die Löffel müssen Sie bitte immer wieder in warmes Wasser tauche, damit keine Teig-Reste zurück bleiben) und backen die Pignatelli in der Friteuse schwimmend bei etwa 175 Grad Celsius goldgelb aus.

Unser Tipp:

Wenn Sie keine Friteuse haben können Sie die Pignatelli auch in einem großem Topf mit etwa 175 Grad heißem Speiseöl ausbacken. Erhitzen Sie dafür das Öl und halten Sie einen Holzstab hinein (zum Beispiel ein Kochlöffel). Wenn sie kleine Bläschen an dem Holzstiel bilden hat das Fett die richtige Temperatur.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Diverses

Polenta

Menge: 5 Portionen

250 Gramm Maisgrieß

1 Liter Wasser

1 Teelöffel Meersalz

50 Gramm Parmesan, frisch gerieben

Kochen Sie bitte in einem hohen, breiten Topf (vorzugsweise einen mit einem dicken, schweren Boden) das Wasser mit dem Meersalz auf. Danach reduzieren Sie die Hitze und geben unter ständigem Rühren nach und nach den Maisgrieß hinzu, Dann legen Sie bitte den Deckel auf den Topf und lassen die Polenta etwa 10 Minuten köcheln. Anschließend schalten Sie den Herd aus, rühren den Parmesan ein und lassen die Polenta weitere etwa 15 Minuten ziehen.

Entweder servieren Sie den Brei so zum Essen oder streichen ihn auf ein Backblech, lassen die Polenta fest werden, schneiden Sie danach in Rauten und braten sie in heißem Olivenöl gold-braun. Bei Verwendung als Hauptgericht für 4 Personen sollten Sie die doppelte Menge zubereiten.

Varianten:

Statt nur mit Wasser können Sie auch 500 Milliliter Milch und 300 Milliliter Wasser nehmen, dann wird die Polenta cremiger. Oder Sie nehmen halb Milch, halb Gemüsebrühe für einen würzigeren Geschmack. Alternativ können Sie auch Buttermilch für einen pikanten Geschmack verwenden. Auch sehr gut: rühren Sie vor dem Servieren etwas weiche Butter oder Sahne ein.

Unser Tipp:

Die Polenta, die gebraten werden soll, lässt sich sehr gut schon am Vortag zubereiten und über Nacht kühl aufbewahren. Am nächsten Tag brachen Sie das Gericht nur noch braten.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Diverses

Arrosto alla genovese ricetta abruzzese

Menge: 5 Portionen

1 Kilogramm Kalbfleisch oder Rindfleisch zum Braten
1 Zwiebel
1 Selleriestange
1 Karotte
1 Glas Weißwein (oder hellen Traubensaft)
natives Olivenöl extra zu probieren
1 Zweig frischer Rosmarin
etwas Meersalz nach Geschmack
etwas Heißes Wasser

Außerdem:

etwas Küchengarn

Heizen Sie den Backofen auf 180 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 160 Grad Celsius (Heißluft) vor. Dann binden Sie das Fleisch mit etwas Küchengarn oder mit den entsprechenden Gummibändern. Danach erhitzen Sie das Olivenöl in einer Pfanne und geben den Braten mit dem Öl (etwa 4/5 Löffel), der abgezogenen und in Würfel geschnittenen Zwiebel, der geputzten und in Stücke geschnittene Karotte, dem Sellerie-Stäbchen und den Rosmarin-Zweig geben Sie nun bitte in die Pfanne. Das Fleisch braten Sie jetzt bitte von allen Seiten gut an und löschen es mit dem Weißwein (oder wenn Kinder mitessen mit dem hellen Traubensaft) ab. Wenn der Wein/Traubensaft verdunstet ist, gießen Sie bitte das heiße Wasser hinzu, ohne das Fleisch zu bedecken und geben es in den Ofen. Die Garzeit hängt übrigens vom Gewicht ab: Pro Pfund Fleisch müssen Sie bitte etwa 60 Minuten einplanen. Nach der Hälfte des Gar-Vorgangs feuchten Sie das Fleisch mit den Flüssigkeiten an. Wenn das Fleisch gekocht ist, lassen Sie es bitte abkühlen und schneiden Sie es dann in Scheiben. Zum Schluss werden die Scheiben gesalzen, in der Sauce erhitzen und sofort auf vorgewärmten Teller serviert.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Kochzeit: etwa 60 Minuten

Diverses

Hackbällchen "Polpette"

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Rinderhackfleisch
1 Knoblauchzehe, 130 Gramm Parmesan, gerieben
2 Eier (Größe M), ½ Bund Petersilie
4 Esslöffel, gehäuft Semmelbrösel oder Panko-Mehl
100 Milliliter Rotwein oder roten Traubensaft
3 kleine Dosen Tomaten, in Stücken
1 Esslöffel Butter, etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Speiseöl, zum Braten

Pressen Sie den abgezogenen Knoblauch (oder schneiden Sie ihn mit einem Küchenmesser in kleine Würfel und zerdrücken Sie den Knoblauch mit etwas Meersalz zu einer Paste), spülen Sie die Petersilie, schütteln Sie sie kurz trocken, zupfen Sie die Blätter von den Stängeln und hacken Sie die Petersilie sehr fein. Dann verkneten Sie beide Zutaten mit dem Hackfleisch, den Eiern, den Semmelbröseln (oder Pankomehl) und 80 Gramm von dem frisch geriebenen Parmesan zu einer homogenen Masse verkneten. Abgeschmeckt wird die Masse danach mit Meersalz und Pfeffer.

Nun formen Sie bitte 25 bis 30 Klößchen in Golfball-Größe und braten sie in einer Pfanne etwa 10 Minuten. Kurz vor Ende der Garzeit löschen Sie die Klößchen mit dem Rotwein (oder wenn Kinder mitessen mit roten Traubensaft) ab und lassen sie auf kleiner Flamme weiter köcheln, bis der Rotwein (oder der Traubensaft) fast verkocht ist.

Währenddessen erwärmen Sie für die Tomatensauce in einem Topf die Tomaten-Stücke mit der Butter und dem restlichen Parmesan und schmecken die Sauce mit Meersalz und Pfeffer ab. Anschließend pürieren Sie die Sauce mit dem Pürierstab fein.

Nachdem der Rotwein (oder der Traubensaft) fast ganz verkocht ist, geben Sie bitte den gesamten Pfanneninhalt (also die Klößchen und den Bratfond) in die Tomatensauce.

Wir finden übrigens, dass das Gericht am besten schmeckt, wenn es einmal aufgewärmt wurde. Also können Sie es ruhig schon ein paar Stunden vor dem Servieren zubereiten.

Dazu können Sie Spaghetti und ein knackigen Blattsalat reichen.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Kochzeit: etwa 20 Minuten

Diverses

Polpettine di tonno (Thunfischbällchen)

Menge: 4 Portionen

2 Dosen Thunfisch, gut ausgedrückt, 1 große Kartoffel, gekocht und zerstampft
1 Ei (Größe M), 2 Esslöffel, gehäuft Panko-Mehl oder Paniermehl
3 Esslöffel, gehäuft Remoulade, 1 Zwiebel, fein gerieben
1 Bund Petersilie, gehackt, nach Belieben Meersalz
etwas Pfeffer, nach Belieben Brühepulver (eventuell selbst gemachtes)
1 Spritzer Zitronensaft
1 Esslöffel, gehäuft Quark, optional

Außerdem:

nach Belieben Panko-Mehl oder Paniermehl zum Wälzen

Stellen Sie erst aus allen Zutaten eine homogene Masse her schmecken Sie die Masse mit Meersalz, Pfeffer und gegebenenfalls etwas Brühepulver (gerne selbst gemacht!) ab.

Aus der Masse formen Sie danach kleine Bällchen und wälzen Sie im Pankomehl oder im Paniermehl. Dann erhitzen Sie eine ausreichend große Pfanne mit dem Öl oder Pflanzen-Creme und braten die Bällchen bei mittlerer Hitze von allen Seiten gold-braun.

Sehr gut macht sich dazu in jedem Fall ein leckerer Dip und Salat nach Ihrer Wahl.

Unser Tipp:

Sollte die Masse noch etwas zu weich anmuten, können Sie einfach etwas Pankomehl oder Paniermehl zufügen. Aber Vorsicht: nicht zu viel, sonst wird das Ganze zu einer sehr trockenen Angelegenheit ! Also am besten immer teelöffelweise herantasten. Selbiges gilt übrigens auch für den entgegengesetzten Fall: sollte die Masse etwas zu fest sein, können Sie ebenfalls mit Vorsicht noch etwas Remoulade zufügen.

Variation:

Wenn Sie möchten, können Sie etwas Parmesan zur Masse geben. Auch klein geschnittene schwarze Oliven und/oder Kapern sollen passen sehr gut.

Die Polpettine sind sowohl warm als auch kalt jedes Mal wieder sehr beliebt auf jedem Buffet und wir mussten schon unzählige Male das Rezept weitergeben

Arbeitszeit: etwa 5 Minuten

Kochzeit: etwa 15 Minuten

Diverses

Pomodori ripieni al forno
Gefüllte Tomaten im Ofen

Menge: 4 Portionen

4 große und nicht zu reife Tomaten, 100 Gramm Pankomehl oder Semmelbrösel
3 Löffel Olivenöl extra vergine, einige Basilikum-Blätter
50 Gramm geriebener Parmesan, 2 Knoblauchzehen
1 Zweig Petersilie, etwas Meersalz, etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Waschen Sie die Tomaten unter fließendem Wasser und trocknen Sie sie danach gut ab. Dann schneiden Sie mit einem kleinem Küchenmesser die Oberseite der Tomate ab.

Nun entfernen Sie mit Hilfe des Messers und eines Löffels das Fruchtfleisch der Tomate und geben Sie es in eine Schüssel.

Zwischendurch heizen Sie bitte den Backofen auf 180 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 160 Grad Celsius (Heißluft) vor.

Nehmen Sie jetzt die Schüssel, in der Sie das Tomaten-Fruchtfleisch aufbewahrt haben, und fügen Sie den geriebenen Parmesan, das Pankomehl (oder die Semmelbrösel), den gehackten Knoblauch und die zuvor gehackten Kräuter hinzu.

Dann lassen Sie die Mischung etwa 10-12 Minuten ruhen, damit sich die Aromen und Geschmäcker vermischen können.

Nach der Ruhezeit füllen Sie die Tomaten bitte mit dieser Füllung.

Anschließend geben Sie etwas Öl auf den Boden einer Auflaufform.

Jetzt legen Sie die Tomaten in die Auflaufform und backen sie etwa 10-12 Minuten.

Unsere Tipps:

Wir empfehlen Ihnen, die Tomaten mit einer weiteren Schicht Panko-Mehl (oder Paniermehl) zu bedecken, um einen knusprigeren Gratin zu erhalten.

Wenn die Tomaten fertig sind, nehmen Sie sie bitte aus dem Backofen und lassen Sie sie einige Minuten abkühlen.

Um herauszufinden, ob die Tomaten fertig sind, öffnen Sie den Backofen und schauen Sie auf die Tomaten-Schale: Wenn sie sich zu teilen beginnt, bedeutet dies, dass sie fertig gebacken sind.

Ruhezeit: etwa 12-12 Minuten, Backzeit: etwa 10-12 Minuten

Diverses

Risotto alla milanese (Safran-reis)

Menge: 5 Portionen

300 Gramm Risotto-Reis
2 Knoblauch-Zehen
2 Schalotten
2 Esslöffel Butter
1 Liter warme Gemüsebrühe
¼ Liter Weißwein (oder hellen Traubensaft)
1 Teelöffel Safran-Fäden
50 Gramm frisch geriebener Parmesan
4 Esslöffel Butter
etwas Meersalz

Schälen Sie den Knoblauch und die Schalotten und schneiden Sie beides in feine Würfel. Dann geben Sie 1 Esslöffel Butter in einen Topf und schwitzen die Schalotten-Würfel sowie die Knoblauch-Würfel farblos an. Danach geben Sie den Reis hinzu und dünsten ihn glasig. Nun fügen Sie eine Schöpfkelle warme Gemüsebrühe hinzu und lassen unter sie ständigem Rühren der Reiskörner einköcheln. Sobald die Flüssigkeit im Topf fast verbraucht ist, gießen Sie bitte etwas Wein (oder falls Kinder mitessen den hellen Traubensaft) an und lassen die Flüssigkeit wieder einkochen.

Die portionsweise Zugabe von Gemüsebrühe und Wein (beziehungsweise Traubensaft) wiederholen Sie bitte, bis der Reis gar und cremig, aber noch etwas bissfest ist. Das dauert etwa 20-22 Minuten. Nach der Hälfte der Garzeit geben Sie bitte die Safran-fäden mit etwas Wasser in eine Schale und zerstoßen sie leicht zerstoßen, dann geben Sie die Fäden zum Risotto. Erst kurz vor dem Servieren rühren Sie bitte die restliche Butter und den frisch geriebenen Parmesankäse unter und schmecken das Gericht zum Schluss mit Meersalz ab.

Anrichten:

Das Risotto können Sie als Vorspeise in tiefen vorgewärmten Tellern mit etwas gehackter Petersilie servieren - am besten in kleinen Portionen, da das Gericht sehr gehaltvoll ist. Der Safran-Risotto passt auch sehr gut als Beilage zu zum Beispiel Ossobuco.

Diverses

Risotto alla Milanese

Menge: 4 Portionen

1,2 Liter Rinderbrühe
1 Zwiebel
1 Markknochen
150 Gramm Butter
400 Gramm Risottoreis
120 Milliliter trockener Weißwein (oder hellen Traubensaft)
0,5 Gramm Safran-Fäden
100 Gramm Parmesan
etwas weißen Pfeffer
etwas Meersalz

Erhitzen Sie erst die Rinderbrühe, schälen Sie die Zwiebel und schneiden Sie sie in feine Würfel. Dann lösen Sie Das Mark aus dem Knochen und lassen es mit 1 Esslöffel Butter aus. Danach gießen Sie die Brühe durch ein Sieb zurück in den Topf und fügen die Hälfte der restlichen Butter hinzu. Nun geben Sie die Zwiebeln-Würfel und den Reis dazu und dünsten die beiden Zutaten darin etwa 5 Minuten glasig.

Den Reis löschen Sie bitte mit Weißwein (oder falls Kinder mitessen mit hellen Traubensaft) ab und lassen ihn unter ständigem Rühren einkochen. Dabei müssen Sie immer wieder eine Suppenkelle Rinderbrühe zu dem Risotto geben und die Flüssigkeit einkochen lassen.

Nach etwa 20-25 Minuten ist das Risotto bissfest. Jetzt geben Sie nochmal eine halbe Kelle Rinderbrühe und den Safran hinein und kochen das Ganze ein. Nebenbei reiben Sie bitte den Parmesan.

Dann nehmen Sie das Risotto von der Kochstelle und mischen die restliche Butter sowie den Parmesan unter. Zum Schluss wird das Gericht mit weißem Pfeffer und Meersalz abgeschmeckt und sofort serviert.

Unsere Tipps:

Dieses Rezept können Sie pur oder auch als Beilage zu Fleisch und Fisch reichen. Wenn Sie mögen, können Sie es auch noch mit gehobeltem Parmesan bestreuen.

Diverses

Risotto mit Kürbis- und Wurstrezept

Menge: 4 Portionen (als Vorspeise)

1 Liter Gemüsebrühe
500 Gramm Kürbis
300 Gramm Reis
1 Wurst (nach Ihrer Wahl)
1/2 Zwiebel
20 Gramm Parmesan
etwas Meersalz
1 Esslöffel Speiseöl
etwas frischer Paprika-Pfeffer (oder normalen Pfeffer frisch aus der Mühle)

Putzen Sie erst den Kürbis.

Dafür entfernen Sie die Kerne und die Schale, waschen ihn und schneiden den Kürbis in kleine Stücke.

Dann braten Sie in einer Pfanne die Zwiebel mit einem Esslöffel Speiseöl an.

Wenn die Zwiebel goldgelb ist, geben Sie den Kürbis und die Würstchen dazu, lassen alles einige Minuten kochen und schenken ein paar Kellen Gemüsebrühe ein.

Fügen Sie jetzt den Reis mit dem Weißwein (oder wenn Kinder mitessen den hellen Traubensaft) hinzu und lassen Sie alles einkochen. Dann gießen Sie die Gemüsebrühe nach und nach ein, und setzen das Kochen fort. Salzen können Sie jetzt nach eigenem Geschmack.

Wenn die Zubereitung beendet ist, rühren Sie ein wenig Butter und den geriebenen Parmesan ein, und pfeffern das Risotto nach eigenem Geschmack.

Unser Tipp:

Während Sie den Reis mit der Gemüsebrühe kochen, können Sie ein paar Löffel Béchamelsauce dazugeben, um eine köstliche Sauce zuzubereiten, die dem Risotto entspricht und es so zu einem unvergesslichem Gericht macht.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Diverses

Käse-Risotto

Menge: 4 Portionen

250 Gramm Risottoreis
700 Milliliter Gemüsebrühe
1 Schuss Weißwein (oder hellen Traubensaft)
60 Gramm Grana Padano Parmesan
1 Zwiebel gehackt
1 Esslöffel Butter
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Meersalz
Speiseöl für den Topf

Erhitzen Sie erst etwas Speiseöl in einem Topf und schwitzen Sie dann die abgezogene und gewürfelte Zwiebel an. Danach geben Sie den Reis in den Topf und lassen ihn etwas mit anschwitzen. Nun löschen Sie die Zutaten mit dem Weisswein (oder wenn Kinder mitessen mit dem hellen Traubensaft) ab.

Anschließend erhitzen Sie bitte die Gemüsebrühe in einem zweiten Topf. Dann geben Sie etwas der heißen Brühe in den Topf und rühren das Ganze gut durch. Jetzt geben Sie immer wieder etwas der Gemüsebrühe hinzu und rühren stetig weiter. Wenn die ganze Brühe drin ist und der Reis schön schlotzig ist, heben Sie bitte den geriebenen Käse und die Butter unter.

Jetzt probieren Sie nochmal, ob der Reis noch einen leichten Biss hat und schmecken das Käse-Risotto dann mit Pfeffer und Meersalz ab.

Unser Tipp:

Wenn Sie ein vegetarisches Hauptgericht draus machen wollen, können Sie zum Beispiel Spargel-Stücke (gekocht), Rucola oder Zuckerschoten dazu reichen.

Diverses

Risotto alla certosina

Menge: 4 Portionen

300 Gramm Reis
400 Gramm Frischwassergarnelen
300 Gramm Erbsen
100 Gramm Champignons
2 Esslöffel Mehl
6 Frösche
4 Barschfilets
1 Glas Weißwein (oder hellen Traubensaft)
80 Gramm Butter
2 Tomaten
2 Stangen Lauch
1 Karotte
1 Zwiebel
Sellerie (nach eigenem Geschmack)
Meersalz (nach eigenem Geschmack)
Pfeffer frisch aus der Mühle (nach eigenem Geschmack)
Natives Olivenöl extra (nach eigenem Geschmack)
ein paar Zweige Petersilie

Geben Sie in einen Topf einen Esslöffel Olivenöl und 20 Gramm Butter, halbieren Sie den Lauch, spülen Sie ihn gründlich ab (in den Zwischenräumen ist immer ein bisschen Erde), schneiden Sie ihn in Streifen und geben Sie die Lauch-Streifen zusammen mit ein paar Sellerie-Blättern und der geputzten und geschnittener Karotte in den Topf. Dann würzen Sie mit Meersalz und geben nach einigen Minuten die Frösche dazu.

Nach etwa 5-6 Minuten geben Sie bitte die Hälfte des Weißweins (oder wenn Kinder mitessen den hellen Traubensaft) dazu und lassen die Flüssigkeit verdunsten. Danach reinigen Sie die Frösche, indem Sie die Schenkel abtrennen und beiseite legen und etwa 1 Liter und 1/2 Salzwasser in den Topf geben.

Sie Garnelen kochen Sie nun bitte separat in Salzwasser, nehmen Sie die Schale heraus und geben Sie das Fruchtfleisch zu den Fröschen. Dann hacken Sie die Garnelen-Schalen, kombinieren sie mit der Frosch-Brühe und kochen sie kurz. Am Ende passieren Sie die Brühe bitte durch ein Sieb.

Den Reis kochen Sie jetzt in einer Pfanne mit 30 Gramm Butter und einem Esslöffel Olivenöl und geben die erste Hälfte der abgezogenen und gehackten Zwiebel hinzu. Dann kochen Sie den Reis für etwa 18 Minuten, indem Sie Schöpflöffel weise Brühe hinzu geben.

Diverses (Fortsetzung)

In eine andere Pfanne geben Sie anschließend bitte die restliche Butter und ein Viertel der gehackten Zwiebeln, geben die Fischfilets dazu, fügen den restlichen Wein (oder Traubensaft) dazu und lassen die Flüssigkeit wieder verdunsten.

Jetzt putzen Sie bitte die Pilze:

Pilze sind sehr heikel mit Wasser, sie saugen es auf und dann haben Sie nur Wassergeschmack. Deshalb sollte Sie die Pilze auch nie ins Wasser legen. Stattdessen lösen Sie bitte zwei Esslöffel Mehl in einer Schüssel Wasser auflösen und waschen die Pilze darin etwa 1 - 2 Minuten darin. Das Mehl wirkt wie Schmirgelpapier und die Pilze nehmen so kaum Wasser auf.

Dann geben Sie die geschälten Tomaten, die in Scheiben geschnittenen Pilze, das Garnelen-Mark, die Froschschenkel sowie die Erbsen mit in die Pfanne zu den Fischfilets, decken die Pfanne ab und lassen sie etwa 10-15 Minuten kochen.

Das Risotto richten Sie zum Schluss in Einzel-Gerichten auf vorgewärmten Tellern an, in der Mitte den Fisch, dann die Froschschenkel, einige Garnelen und die Champignons. Danach geben Sie die Sauce dazu, dekorieren das Gericht mit ein paar Zweigen Petersilie und servieren es bitte sofort.

Arbeitszeit: etwa 50 Minuten

Diverses

Salsa di Pomodoro (Tomatensauce nach sizilianischem Rezept)

Menge: 4 Portionen

1 Kilogramm Tomaten
2 Zwiebeln
6 Blätter Basilikum
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Zucker
etwas Paprikapulver

Waschen Sie die Tomaten, halbieren Sie sie, entfernen Sie den Strunk, schneiden Sie die Tomaten klein und geben Sie sie in einen Topf. Dann ziehen Sie die Zwiebeln ab und schneiden sie grob in Würfel. Danach geben Sie die Zwiebel-Würfel zu den Tomaten.

Nun spülen Sie den Basilikum ab, schütteln ihn kurz trocken und geben ihn ebenfalls in den Topf. Dann fügen Sie das Meersalz hinzu, lassen alles bei mittlerer Hitze aufkochen, reduzieren danach die Hitzezufuhr und lassen die Tomatensauce etwa 30 Minuten sanft köcheln.

Anschließend passieren Sie die Sauce durch ein Sieb, ziehen etwas Olivenöl unter und schmecken die Sauce mit Meersalz, Pfeffer, Zucker sowie mit Paprika-Pulver ab.

Bei dieser Tomatensauce handelt es sich um ein Grundrezept, welches Sie sowohl beim Pasta-Gang als auch zu Fleisch, Gemüse oder Eiern reichen können. Alternativ können Sie die Zwiebeln auch in Olivenöl anbraten, können sehr gern auch mit etwas Knoblauch und auch weitere Kräuter nach Geschmack zufügen. Manche Köche/Köchinnen fügen natürlich auch Natron bei, um der Sauce ein wenig von der Tomaten-Säure zu nehmen. Allerdings ist in fast jedem sizilianischen Haushalt die Tomatensauce die Haupt-Sauce eines Menüs.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Diverses

Scaloppine al limone (Kalbsschnitzel)

Menge: 2 Portionen

2 Kalbsschnitzel
etwas Marsala
etwas Paprikapulver
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
etwas Meersalz
wenig Fett (Speiseöl)
½ Zitrone
4 Spritzer Zitronensaft, künstlich

Als erstes klopfen Sie bitte die Schnitzel weich, dann würzen Sie sie mit dem Paprikapulver. Danach geben Sie ein wenig Speiseöl in eine Pfanne (eher weniger als mehr) und braten die Schnitzel an. Nun erst würzen Sie die Schnitzel mit Meersalz (weil sie sonst trocken/zäh werden) und Pfeffer. Dann geben Sie den Marsala in die Pfanne, sodass die Schnitzel schön bis zur Hälfte im Marsala liegen. Danach geben Sie bitte 3-4 Spritzer Zitronensaft in den Marsala und lassen die Schnitzel jetzt vor sich hin braten und köcheln.

Jetzt schneiden Sie die Zitrone bitte in etwa 5 Millimeter-dicke Scheiben und legen sie auch in die Pfanne. Dann braten Sie das Fleisch so lange und wenden es, bis es durch ist. Wenn das Marsala-Zitronen-Gemisch schön verkocht ist, können Sie nachfüllen (je nach Gefühl und ihrem Geschmack), denn die Schnitzel müssen möglichst immer in diesem Marsala-Zitronen-Gemisch liegen, dürfen nie direkt braten.

Sehr wichtig ist nur:

Geben Sie niemals den Zitronensaft direkt aufs Schnitzel, sonst schmeckt es nachher, als würden Sie in eine Zitrone beißen.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Diverses

Pesto Tricolore

Menge: 1 Portion

150 Gramm Käse, Pecorino
150 Gramm Käse, Grana oder Parmesankäse (frisch am Stück)
1 Bund Basilikum, frisches
1 Bund Rucola
50 Gramm Pinienkerne
8 Zehen Knoblauch
1 Glas Tomaten, getrocknete
100 Milliliter Olivenöl
etwas Kräuter-Salz
etwas Chili - Flocken
etwas Pfeffer, frisch aus der Mühle

*Erklärung zur Schichtung in 3 Farben ist am Ende der Beschreibung.

Schneiden Sie den Käse in Würfel und füllen Sie ihn in eine Küchenmaschine mit Hackmesser. Dazu geben Sie das Basilikum, den Rucola, die abgezogenen Knoblauch-Zehen und die Tomaten.

Die Pinienkerne rösten Sie bitte kurz in einer Pfanne leicht braun (ohne Speiseöl) und füllen sie auch in die Küchenmaschine. Dann würzen Sie die Zutaten mit Kräutersalz und Pfeffer sowie mit Chili.

Nun stellen Sie die Küchenmaschine an und zerkleinern alles grob. Danach gießen Sie bitte nach und nach das Olivenöl dazu und lassen alles auf höchster Stufe richtig gut pürieren.

Dann füllen Sie das Ganze in ein Einmachglas und drücken dabei Schicht für Schicht gut fest. Ganz oben geben Sie dann bitte noch eine 5 Millimeter dicke Olivenöl-Schicht für die Haltbarkeit.

Dieses Pesto hält sich im Kühlschrank etwa 3 bis 4 Wochen und Sie können es dann immer portionsweise benutzen, wenn Sie Pasta, Bruschetta oder auch mediterrane Gemüsegerichte kochen. Es ist übrigens auch ein schönes Geschenk!

Diverses (Fortsetzung)

Durch den Basilikum und den Rucola (grün), den Käse (weiß) und die Tomaten (rot) haben Sie die Tricolore, die italienischen Landesflaggen.

Unser Tipp:

Wenn das Pesto als Pastasauce benutzt werden soll, verdünnen Sie es bitte beim Servieren mit etwas Kochflüssigkeit der Pasta.

Anmerkung zur Rezeptbearbeitung in Schichtung in drei Farben (so wie auf einigen Bildern zu sehen): Die Angabe tricolore bezieht sich natürlich darauf, dass hier Zutaten in den drei Farben der italienischen Flagge verwendet werden: grün, weiß, rot.

In diesem Rezept werden die Zutaten alle zusammen zu einem Pesto vermischt, also keine Schichten. Da einige sicher aber die schöne Idee hatten, die Flaggen-Farben entsprechend zu schichten, schreiben wir dazu:

"Zu den Farben - sortieren Sie einfach die Zutaten nach Farben und zerkleinere sie einzeln in der Küchenmaschine. Den Knoblauch würden wir zu den weißen Zutaten, die Gewürze zu den grünen geben. Das Olivenöl gehört überall dazu, damit das Pesto sich hält und sich auch gut zerkleinern lässt."

Wenn Sie das geschichtete Pesto dann verwendet, wird es natürlich zuerst gemischt.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten

Diverses

Pasta Scampi e Spinaci alla Vapiano

Menge: 2 Portionen

300 Gramm Spaghetti oder Tagliatelle
25 Milliliter Sahne oder Cremefine zum Kochen
75 Milliliter Fisch-Brühe
5 Riesengarnelen, tiefgefroren
125 Gramm Blattspinat, tiefgefroren
1 kleine Zwiebel
2 Zehen Knoblauch
1 Teelöffel Pesto verde
1 Esslöffel Parmesan
etwas Meersalz
etwas Chili
4 Esslöffel Speiseöl

Kochen Sie die Pasta in reichlich Salzwasser al dente.

Währenddessen braten Sie die tief-gefrorenen Garnelen in sehr heißem Speiseöl an. Nach kurzer Zeit fügen Sie bitte abgezogene und klein gehackte Zwiebeln, gepressten Knoblauch und nach eigenem Belieben etwas Chili hinzu. Je nach gewünschtem Bräunungs-Grad braten Sie jetzt die Garnelen fertig. Danach vermischen Sie die Sahne mit Fisch-Brühe, geben das Gemisch in die Pfanne und geben einen Teelöffel Pesto sowie den Tiefkühl Blattspinat hinzu. Anschließend lassen Sie das Ganze etwas köcheln, bis der Spinat aufgetaut ist. Dann würzen Sie das Gericht mit etwas Pfeffer und Salz und geben den Parmesan hinzu.

Nun schütten Sie die Pasta in einem Sieb ab, spülen sie mit heißem Wasser kurz ab und lassen sie abtropfen. Dann vermischen Sie die Pasta bitte in der Pfanne mit der Soße. Zum Schluss richten Sie das Gericht an und bestreuen es nach eigenem Geschmack noch mit zusätzlichem Parmesan.

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten

Kochzeit: etwa 15 Minuten

Diverses

Saltimbocca alla Romana

Menge: 4 Portionen

4 Kalbsschnitzel, sehr dünn geschnitten
4 Scheiben Parmaschinken, dünn
4 Blätter Salbei, frisch
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
3 Esslöffel Butter, zum Braten
50 Milliliter Weißwein (oder hellen Traubensaft)
2 Esslöffel Butter, für die Sauce

Außerdem:
Zahnstocher

Belegen Sie die Schnitzel mit je einer Scheibe Parmaschinken (wir nehmen auch gerne San Daniele) und einem Salbeiblatt und stecken Sie die Schnitzel dann mit einem Zahnstocher fest.

Die Schnitzel braten Sie danach in 3 Esslöffel heißer Butter etwa 2 - 3 Minuten von beiden Seiten goldbraun, nehmen sie dann heraus, würzen die untere Seite mit Pfeffer und Meersalz und stellen sie warm (zum Beispiel im 80 Grad Celsius warmen Backofen).

Den Braten-Satz löschen Sie entweder mit dem Weißwein oder, wenn Kinder mitessen, mit dem hellen Traubensaft ab und lassen ihn etwas einkochen. Anschließend rühren Sie bitte 2 Esslöffel Butter mit dem Schneebesen unter die Sauce und schmecken diese mit Pfeffer und Meersalz ab.

Die Schnitzelchen servieren Sie zum Schluss bitte mit der Sauce. Als Beilage können Sie zum Beispi Rosmarin-Kartoffeln und einen Gartensalat reichen.

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten
Kochzeit: etwa 15 Minuten

Diverses

Sfogliatella (Mürbeteigtaschen)

Menge: 4 Portionen

Für den Teig:

350 Gramm Mehl, 140 Gramm Butter, 140 Gramm Zucker

Für die Füllung:

150 Gramm Ricotta, weich, 165 Gramm Zucker, etwas Meersalz

150 Gramm Grieß, 1 Vanilleschote, 25 Gramm Orangeat

25 Gramm Zitronat, 1 Teelöffel, gestrichen Zimt

1 Ei (Größe M), 1 Ei (Größe M), davon das Eigelb

Außerdem:

etwas Backpapier

Verkneten Sie für den Teig das Mehl mit der gewürfelten Butter, etwas Zucker und etwa 6 Esslöffel Wasser glatt. Dann stellen Sie den Teig zugedeckt etwa 30 Minuten kühl.

Währenddessen verrühren Sie bitte den Ricotta und den Zucker gut. Dann bringen Sie 450 Milliliter Wasser mit Salz zum Kochen, lassen den Grieß einrieseln und garen ihn bei schwacher Hitze unter Rühren etwa 5-6 Minuten. Danach füllen Sie den Reis in eine Schüssel und lassen ihn abkühlen.

Nun schneiden Sie die Vanilleschote auf und kratzen das Mark mit einem Messer heraus. Das Orangeat und das Zitronat hacken Sie bitte sehr fein. Dann mischen Sie die Ricotta-Creme unter den abgekühlten Grieß. Den Zimt, die Vanille, das Ei sowie das Orangeat und das Zitronat rühren sie bitte auch noch unter.

Jetzt heizen Sie den Backofen auf 180 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder 160 Grad Celsius (Heißluft) vor und rollen den Teig auf wenig Mehl knapp 1/2 Zentimeter dick aus. Dann stechen Sie mit einem Glas runde Scheiben aus, belegen die Hälfte der Scheiben mit der Füllung (nicht ganz bis zum Rand) und decken sie mit einer zweiten Scheibe ab. Die Ränder drücken Sie danach bitte gut zusammen.

Anschließend legen Sie ein Backblech mit Backpapier aus, legen die Sfogliatelle darauf, bepinseln sie mit dem Eigelb und backen das Ganze im Ofen (oben) etwa 15-20 Minuten, bis die Sfogliatelle goldbraun sind. Dabei müssen Sie bitte Aufpassen, dass sie nicht zu dunkel werden. Das Gebäck nehmen Sie nach der Backzeit aus dem Backofen, lassen es leicht abkühlen und bestäuben es zum Schluss mit Puderzucker.

Arbeitszeit: etwa 60 Minuten, Backzeit: etwa 15-20 Minuten

Diverses

Filetti di sogliola dorati con broccoletti
Gebratene Seezunge mit Brokkoli

Menge: 4 Portionen

4 Seezungen, küchenfertig
4 Frühlingszwiebeln, in Ringe geschnitten
4 Esslöffel Sojasauce
3 Esslöffel Wermut, trocken
1 Teelöffel Saucenbinder
1 Eiweiß (Größe M)
300 Gramm Brokkoli
1 Esslöffel Gemüsebrühe (Instant)
etwas Peperoncino, gerieben
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
1 Zitronen, nur die Schale
etwas Erdnussöl
3 Esslöffel Sesamöl
etwas Meersalz

Außerdem:

etwas Küchenpapier

Befreien Sie die Seezungen von der Haut, filetieren Sie sie, waschen Sie den Fisch und befreien Sie ihn von den restlichen Gräten.

Dann marinieren Sie die gewaschenen und in Ringe geschnittenen Frühlingszwiebeln in einer Schüssel mit der Sojasauce und dem Wermut etwa 20 Minuten.

Die Marinade gießen Sie anschließend bitte durch ein Sieb und fügen soviel Wasser hinzu, dass eine Flüssigkeits-Menge von etwa 150 Milliliter entsteht. Diese Flüssigkeit salzen Sie bitte etwas und vermischen alles gut miteinander. Nun rühren Sie das Eiweiß, etwas Wasser sowie den Saucenbinder ein. Außerdem heben Sie die Frühlingszwiebeln im Sieb bitte auf.

Danach waschen Sie die ungespritzte Zitrone, schälen Sie in schmale Streifen ab und schneiden diese wiederum in sehr dünne Streifen.

Die Zitronen-Streifen lassen Sie bitte im auf 100 Grad Celsius vorgeheizten Ofen und mit eingeschaltetem Ventilator etwa 20 Minuten trocknen.

Dann teilen Sie den gewaschenen Brokkoli in Röschen und geben diese für etwa 1 Minute in heiße, Gemüsebrühe. Danach lassen Sie die Röschen bitte auf Küchenpapier abtrocknen.

Diverses (Fortsetzung)

Jetzt braten Sie die Seezungen-Filets mit den Frühlingszwiebeln in einer Pfanne mit heißem Erdnussöl und unter häufigem Wenden etwa 4 - 5 Minuten, lassen sie danach auf Küchenpapier abtropfen und halten sie im 80 Grad heißen Backofen (Oberhitze/Unterhitze) warm.

Anschließend erhitzen Sie bitte in der Pfanne in heißem Sesamöl die geriebenen Peperoncini, geben Pfeffer und Salz sowie die getrockneten Zitronen-Streifen hinzu, fügen dann die Brokkoli-Röschen und die Marinade hinzu und dünsten alles etwa 4 - 5 Minuten.

Die Seezungenfilets mit den Frühlingszwiebeln und den Brokkoli-Röschen richten Sie zum Schluss auf vorgewärmten Tellern an, übergießen das Gericht mit der Sauce und servieren es warm.

Arbeitszeit: etwa 40 Minuten

Backzeit: etwa 20 Minuten

Kochzeit: etwa 30 Minuten

Diverses

Filetti di Sogliola al Pomodoro Seezungenfilets in Tomatensauce

Menge: 4 Portionen

4 Seezungen - Filets à 250 Gramm
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
1 Zitrone, Saft davon
etwas Worcestersoße
4 Esslöffel Butter
1 Zwiebel, gewürfelt
100 Gramm Oliven, schwarze und grüne
1 Tasse Weißwein (oder hellen Traubensaft)
1 Dose Tomaten, geschälte
1 Lorbeerblatt
½ Bund Estragon
2 Tomaten
etwas Speisewürze
4 Zentiliter Sherry dry

Waschen Sie die Filets unter fließendem Wasser ab, tupfen Sie sie kurz trocken, salzen und pfeffern Sie die Fische und marinieren Sie sie mit dem Zitronensaft und der Worcestersoße in einer Schüssel.

Dann erhitzen Sie die Butter in einer feuerfesten Form und schwitzen die Zwiebel-Würfel darin glasig. Die abgespülten und fein geschnittenen Frühlingszwiebeln geben Sie bitte dazu und lassen sie kurz mit-schwitzen. Danach geben Sie die Oliven dazu, gießen den Weißwein (oder wenn Kinder mitessen den hellen Traubensaft) und gießen die durch ein Sieb gestrichenen Tomaten an. Das Lorbeerblatt und den fein geschnittenen Estragon geben Sie nun auch dazu. Dann enthäuteten und entkernten Sie die Tomaten, schneiden sie in Würfel und streuen sie über die Form. Abgeschmeckt wird das Ganze mit Meersalz, Pfeffer, Speisewürze und Zucker und verfeinert mit dem Sherry.

Jetzt rollen Sie die Fischfilets bitte zusammen und setzen sie in die Form. Anschließend schieben Sie die Form bitte in den auf 200 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder in den auf 180 Grad Celsius (Heißluft) vorgeheizten Backofen, garen die Zutaten etwa 12-15 Minuten, nehmen sie heraus, schmecken das Gericht nochmals kurz ab und servieren es dann sofort.

Arbeitszeit: etwa 20 Minuten
Backzeit: etwa 12-15 Minuten

Diverses

Thunfisch-Paprika-Klößchen

Menge: 4 Portionen

2 mehlig kochende Kartoffeln
1/2 Esslöffel Kümmel
1 rote Paprikaschote
150 Gramm Thunfisch aus der Dose
etwas Meersalz
etwas Paprikapulver edelsüß
1 Bund Petersilie gehackt
2 kleine Zweige Rosmarin
1 Zehe Knoblauch
1 Ei (Größe M)
2 Esslöffel Panko-Mehl
600 Gramm reife Tomaten
2 kleine Zwiebeln
1 eingelegtes Sardellenfilet
etwas Speiseöl
1 Esslöffel geriebener Pecorino
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle
1 unbehandelte Zitrone,

Außerdem:

etwas Backpapier
1 Ciabatta

Heizen Sie den Backofen auf 250 Grad (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 230 Grad Celsius (Heißluft) vor. Währenddessen garen Sie die Kartoffeln in der Schale in Salzwasser mit etwas Kümmel. Dann vierteln Sie die Paprika, entkernen sie und entfernen den Strunk sowie die weißen Scheidewände. Danach spülen Sie die Paprika-Viertel gründlich aus und setzen sie mit der Schnittfläche nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Backblech. Nun werden die Paprika-Schoten etwa 15 Minuten gebacken bis die Haut blasen wirft und schwarz zu werden beginnt. Dann nehmen Sie die Schoten heraus, bedecken sie mit einem nassem Tuch und lassen sie auskühlen. Anschließend werden die Schoten gehäutet, gewürfelt und mit Meersalz sowie mit Paprika-Pulver gewürzt. Dann lassen Sie den Thunfisch bitte abtropfen, pellen die Kartoffeln und zerdrücken sie in einer Schüssel mit dem Thunfisch.

Diverses (Fortsetzung)

Die Petersilie und den Rosmarin-zweig spülen Sie bitte ab und schütteln beides kurz trocken. Dann Schälen Sie den Knoblauch, hacken alles und vermengen es mit den Paprika-Würfeln, einem verquirlten Ei und dem Pankomel. Danach wird die Masse gesalzen und aus ihr etwa 20 Mini-Klöße geformt. Diese Klößchen stellen Sie bitte im Kühlschrank kalt.

Für die Sauce geben Sie jetzt die Tomaten in eine Schüssel, überbrühen sie mit kochendem Wasser, lassen sie etwa 2 Minuten ziehen, nehmen sie anschließend mit einer Schaumkelle heraus und geben die Tomaten in eine weitere Schüssel mit kaltem Wasser (zum Abschrecken). Dann werden die Tomaten gehäutet, halbiert, der Strunk entfernt, entkernt und in Stücke geschnitten. Nun schälen Sie die Zwiebeln und schneiden sie in kleine Würfel. Außerdem hacken Sie den übrigen Rosmarin fein und erhitzen in einem Schmortopf 3 Esslöffel Speiseöl. Dann spülen Sie die Sardellenfilets ab, tupfen sie kurz trocken, geben sie in das Öl und zerdrücken sie danach. Jetzt braten Sie den Rosmarin und die Zwiebelwürfel mit, rühren die Tomaten und ein Glas Wasser unter und lassen die Sauce etwa 12-15 Minuten leicht köcheln. Nach dem köcheln rühren Sie bitte den Käse unter die Sauce und schmecken sie mit Meersalz und Pfeffer ab. Die Klößchen braten Sie danach in einer Pfanne mit reichlich Speiseöl, bis sie schön gold-gelb sind. Zum Schluss lassen Sie die Klößchen bitte auf dem Küchenpapier abtropfen, servieren sie mit der Sauce und Ciabatta und garnieren sie mit Zitrone-vierteln.

Arbeitszeit: etwa 90 Minuten

Backzeit: etwa 15 Minuten

Steigen Sie

Diverses

Vitello tonnato

Menge: 4 Portionen

1 Kilogramm Kalbsbraten, mager (Kalbsnuss)
1 Bund Suppengrün
¼ Milliliter Weißwein (oder hellen Traubensaft)

Für die Sauce:

4 Eigelb (Größe M)
125 Milliliter Olivenöl
125 Milliliter Sonnenblumenöl
1 Zitrone, den Saft davon
2 Dosen Thunfisch in Öl
3 Anchovis-Filets
nach eigenem Belieben Kapern
etwas Meersalz
etwas Pfeffer frisch aus der Mühle

Bringen Sie das Kalbfleisch in leicht gesalzenem Wasser mit dem grob zerkleinerten Suppengrün und dem Weißwein (oder wenn Kinder Mitessen hellen Traubensaft) langsam zum Kochen. Danach reduzieren Sie bitte die Hitze und lassen das Fleisch etwa 1 1/2 Stunden bei geöffnetem Topf leicht ziehen. Bitte im Sud abkühlen lassen.

Für die Sauce verrühren Sie währenddessen das Eigelb und mixen etwas Öl im dünnen Strahl unter. Den Zitronensaft geben Sie bitte nach und nach dazu, es entsteht eine Mayonnaise.

Danach pürieren Sie den Thunfisch mit den Anchovis-Filets und eventuell ein paar Kapern, geben dabei etwas Mayonnaise dazu und streichen die Masse durch ein Sieb. Diese Masse verrühren Sie anschließend bitte mit der restlichen Soße und schmecken sie mit Meersalz und Pfeffer ab.

Das abgekühlte Fleisch schneiden Sie jetzt noch in sehr dünne Scheiben auf und servieren das Gericht auf einem vorgewärmten Teller mit der Sauce und eventuell mit Kapern bestreut.

Arbeitszeit: etwa 40 Minuten
Ruhezeit: etwa 60 Minuten
Kochzeit: etwa 90 Minuten

Diverses

Parmigiana di zucchini

Menge: 2 Portionen (4 Portionen als Vorspeise)

450 Gramm Zucchini, etwas Meersalz, 1 große Knoblauchzehe
6 1/2 Esslöffel Olivenöl, 2 Dosen Tomaten, gestückelt (je 400 Gramm)
etwas schwarzer Pfeffer, etwas Zucker, 250 Gramm Mozzarella
70 Gramm Parmesan (am Stück), 2 Stängel Basilikum

Waschen Sie erst die Zucchini, entfernen Sie die Enden und schneiden Sie sie dann in etwa 0,5 Zentimeter dicke längliche Scheiben. Diese Scheiben legen Sie danach bitte auf ein sauberes Küchentuch und salzen sie (damit sie Wasser ziehen können). Nach etwa 2-3 Minuten tupfen Sie die Zucchinischeiben mit einem Küchentuch ab, drehen sie um und salzen sie erneut. Dann lassen Sie die Zucchini-Scheiben erneut 2-3 Minuten Wasser ziehen und tupfen sie anschließend ab (eventuell benötigen Sie ein zweites frisches Küchentuch).

Zwischendurch schälen Sie bitte für die Sauce die Knoblauchzehe, schneiden sie in kleine Würfel (oder pressen) und braten den Knoblauch in einem kleinen Topf mit 1 Esslöffel Olivenöl bei mittlerer Hitze etwa 1 Minute an. Dann geben Sie die gestückelten Tomaten dazu und würzen die Sauce mit Meersalz, Pfeffer und Zucker. Danach lassen Sie die Sauce aufkochen und kochen die Tomatensoße offen bei mittlerer Hitze weitere etwa 20 Minuten ein.

Die beidseitig abgetupften Zucchini-Scheiben braten Sie jetzt bitte in einer Pfanne mit heißem Olivenöl portionsweise von beiden Seiten goldbraun. Nebenbei heizen Sie den Backofen auf 180 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) vor und Ölen eine Auflaufform ein.

Den Mozzarella schneiden Sie bitte in dünne Scheiben und reiben den Parmesan fein.

Dann legen Sie eine Lage Zucchini in die Form, verteilen darauf etwas Tomatensauce und legen einige Scheiben Mozzarella darauf. So fahren Sie bitte fort, bis alle Zutaten verarbeitet sind. Mit der Tomatensauce müssen Sie bitte abschließen und diese dann einer Schicht Parmesan bestreuen.

Das Ganze backen Sie zum Schluss im heißen Backofen (Mitte; Umluft 160 Grad Celsius, Heißluft 140 Grad Celsius) etwa 20 Minuten.

Vor dem Servieren, spülen Sie den Basilikum ab, schütteln ihn kurz trocken, zupfen die Blätter etwas kleiner und streuen sie auf die Parmigiana.

Diverses

Risotto milanese mit Crevetten

Menge: 4 Portionen

3 Schalotten
3 Zehen Knoblauch
1 mittel-große Zwiebeln
600 Gramm Garnelen, (White Tiger)
250 Gramm Reis, (Risotto-)
250 Milliliter Weißwein oder heller Traubensaft
700 Milliliter Gemüsebrühe
0,2 Gramm Safran
70 Gramm Parmesan
70 Gramm Butter, kalte
etwas Olivenöl
etwas Meersalz
etwas Pfeffer

Setzen Sie den Fond für das Risotto mit den Schalen der Crevetten an. Hierfür hacken Sie bitte zunächst eine abgezogene Knoblauchzehe und die abgezogene Zwiebel klein und braten beides in etwas Olivenöl in einem Topf an. Die Crevetten geben Sie danach komplett (mit Kopf) dazu und braten alles etwa 2 Minuten unter Wenden an. Danach pfeffern und salzen Sie das Ganze.

Nun schälen Sie die Crevetten und entdarmen sie. Diese werden dann erst am Ende der Zubereitung wieder benötigt. Die Schalen und die Köpfe geben Sie anschließend mit Olivenöl in einen Topf und rösten sie bei mittel-starker Hitze an. Jetzt löschen Sie die Zutaten im Topf mit 100 Milliliter Weißwein oder (wenn Kinder mitessen) mit hellem Traubensaft ab und gießen 700 Milliliter Gemüsebrühe an. Dann lassen Sie alles 30 Minuten einkochen. Nach der Kochzeit gießen Sie das Ganze ab, halten es warm und geben den Safran dazu. Am Ende sollten etwa 600-700 Milliliter Fond übrig bleiben. Gegebenenfalls können Sie den Fond mit etwas Wasser auffüllen.

Diverses (Fortsetzung)

Für das Risotto schneiden Sie jetzt die Schalotten und den restlichen Knoblauch und braten beide Zutaten bei mittlerer Hitze in heißem Olivenöl an. Danach geben Sie den Risotto-Reis dazu und dünsten ihn mit, bis er glasig wird (das dauert etwa 2 Minuten). Abgelöscht wird nun mit 150 Milliliter Weißwein (oder hellem Traubensaft), dann lassen Sie das Ganze kochen bis der Wein/Traubensaft verkocht ist. Nun gießen Sie bitte etwa 100 Milliliter des Fonds an und lassen das Risotto unter Rühren leicht köcheln, bis der Fond eingekocht ist. Diesen Vorgang wiederholen Sie bitte, bis der Fond aufgebraucht ist. Dies sollte in etwa 20 Minuten dauern.

Wenn das Risotto gar ist (außen weich, innen mit noch etwas Biss), heben Sie bitte die kalte Butter und den Parmesan sowie die Crevetten unter das Risotto. Dieses sollte anschließend schön geschmeidig und schlotzig sein. Zum Schluss schmecken Sie das Gericht bitte mit Meersalz und Pfeffer ab.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Kochzeit: etwa 30 Minuten

Diverses

Ossobuco à la Milanese

Menge: 4 Portionen

4 Beinscheiben, vom Rind, etwa 4 Zentimeter dick geschnitten

etwas Mehl

1 Zwiebel

1 große Knoblauchzehen

1 Karotte

1 Lauchstange

½ Staudensellerie

1 Dose Tomaten, geschält

1 Esslöffel Tomatenmark

etwas Rotwein (oder roten Traubensaft) zum Ablöschen

½ Liter Rinderfond oder Fleischbrühe

etwas Olivenöl zum Braten

2 Gewürznelken

10 Piment-Kkörner

5 Wacholderbeeren

ein paar Pfefferkörner

etwas Meersalz

etwas Pfeffer, schwarz, frisch aus der Mühle

etwas Thymian

etwas Rosmarin

Für die Gewürzmischung: (Gremolata)

1 Zitrone, unbehandelt

1 große Knoblauchzehe

1 Bund Blattpetersilie

Außerdem:

etwas Klarsichtfolie

Schneiden Sie an den Beinscheiben außen die Haut in etwa 2 Zentimeter Abstand ein, damit sich das Fleisch beim Anbraten nicht wellt. Sie können die Beinscheiben auch außen herum mit Küchengarn in Form binden. Das Fleisch wälzen Sie dann in Mehl und braten das Fleisch in wenig heißem Olivenöl - Maximal 1 Esslöffel Olivenöl - auf beiden Seiten goldbraun, danach salzen und pfeffern sie das Fleisch bitte. Dann nehmen Sie das Fleisch aus dem Bräter / der Pfanne und stellen es kurz zur Seite.

Diverses (Fortsetzung)

Nun rösten Sie das Tomatenmark in der gleichen Pfanne/dem Bräter an (Tomatisieren gibt einen besseren Geschmack), schwitzen die abgezogene und gehackte Zwiebel zusammen mit dem abgezogenen und zerdrückten Knoblauch an und geben das geputzte und in kleine Würfel geschnittenen Gemüse dazu. Anschließend löschen Sie die Zutaten mit Wein (oder, wenn Kinder mitessen, mit rotem Traubensaft) ab. Dann gießen Sie die Fleischbrühe dazu, geben die Dosen-Tomaten dazu, rühren das Ganze gut durch und schmoren es ein paar Minuten weiter. Die ganzen Tomaten drücken Sie bitte ein wenig klein.

Zum Schluss legen Sie die Beinscheiben auf das Gemüse. Danach geben Sie die Gewürznelke, die Piment-Körner, die Wacholderbeeren und die Pfefferkörner in ein Tee-ei oder einen Tee-filter-beutel und geben es/ihn zu den Beinscheiben. Dann lassen Sie das Gericht bei geschlossenem Deckel etwa 3 - 4 Stunden bei 140 Grad Celsius (Umluft) oder bei 120 Grad Celsius (Heißluft) im Backofen schmoren.

Währenddessen können Sie die Gremolata zubereiten. Dazu schneiden Sie bitte die abgespülte, kurz trocken geschüttelte und von den Stängeln gezupfte Petersilie fein und hacken die frische Knoblauchzehe fein. Anschließend vermischen Sie beides bitte mit dem Abrieb der ganzen Zitrone in einer Schüssel. Dann füllen Sie den Inhalt der Schüssel in ein kleines Gefäß und decken diese mit einer Klarsichtfolie ab.

Das Fleisch schmecken Sie bitte am Ende der Schmor-Zzeit mit Meersalz, Pfeffer, Thymian und dem Rosmarin ab. Dann nehmen Sie die Beinscheiben aus dem Schmortopf und passieren die Soße und das Gemüse durch ein Sieb. Danach geben Sie die Soße wieder in den Schmortopf und geben falls sie dicker sein soll, so lange Gemüse hinzu und mixen alles mit dem Pürierstab auf, bis die richtige Konsistenz entstanden ist.

Serviert wird das Ossobuco mit Spaghetti. Auf dem vorgewärmten Teller wird das Fleisch mit ein wenig - oder auch mehr - von der Gremolata bestreut.

Kochzeit: etwa 60 Minuten

Backzeit: etwa 3 Stunden 30 Minuten

Diverses

Fior di mandorla (Italienisches Mandelgebäck)

Menge: 1 Portion

150 Gramm Mandeln, ohne Haut, gemahlen
100 Gramm Zucker
2 Pakete Vanillinzucker
3 Tropfen Bittermandel-Aroma
1 Eiweiß (Größe M)
etwas Puderzucker, zum Wälzen
12 Mandeln, ganze, abgezogen, zum Garnieren

Außerdem:
etwas Backpapier

Heizen Sie den Backofen erstmal auf 180 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 160 Grad Celsius (Heißluft) vor.

Vermischen Sie die abgezogenen gemahlten Mandeln in einer Schüssel mit dem Zucker und dem Vanillezucker. Dann geben Sie die Bittermandel-Aroma dazu, geben das flüssige Eiweiß zu der Masse und kneten alles so lange, bis eine gebundene Masse entstanden ist (das Rezept eignet sich auch gut zur Resteverwertung von Eiweiß).

Die Kastanien-Große Bällchen formen Sie jetzt und wälzen sie in Puderzucker. Eventuell garnieren Sie sie in der Mitte mit einer abgezogenen Mandel und legen sie auf ein mit Backpapier belegtes Backblech mit Abstand zueinander und drücken die Mandeln leicht an.

Dann backen Sie das Mandelgebäck etwa 12 Minuten.

Diverses (Fortsetzung)

Unsere Tipps:

Das Grundrezept können Sie in verschiedene Sorten abwandeln:

Zitrone: Das Bittermandel-Aroma tauschen Sie gegen Zitronen-Aroma aus und mischen es zum Wälzen vor dem Backen Puderzucker gegebenenfalls mit etwas Zitronen-Zucker.

Orange: Das Bittermandel-Aroma tauschen Sie gegen Orangen-Aroma aus und mischen es zum Wälzen vor dem Backen Puderzucker gegebenenfalls mit etwas Orangen-Zucker.

Walnuss: Wälzen Sie vor dem Backen die Bällchen in gehackten Walnüsse und geben Sie 1 Walnuss zum Garnieren oben drauf.

Amarena: Füllen Sie das Grundrezept mit einer Amarena-Kirsche und wälzen Sie die Bällchen vor dem Backen in gehackten Mandeln.

Pistazie: Anstatt der gemahlene Mandeln im Teig können Sie auch gemahlene Pistazien verwenden. Zum Wälzen verwenden Sie vor dem Backen gehackte oder gehobelte Pistazien.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Backzeit: etwa 12 Minuten

Diverses

Zucchini ripiene di gamberi (Zucchini mit Garnelenfüllung)

Menge: 4 Portionen

1 Kilogramm Zucchini, 150 Gramm Garnelen, geschält
100 Gramm Weißbrot, altbacken
1 Handvoll Parmesan, frisch gerieben
1 Ei (Größe M), ½ Bund Petersilie
12 Blätter Basilikum, frisch
2 Tassen Hühnerbrühe, eventuell Instant
4 Esslöffel Olivenöl, extra vergine
1 Teelöffel Meersalz, etwas Pfeffer, schwarz

Schneiden Sie das Weißbrot in Würfel und weichen Sie es in einer Schüssel in der Hühnerbrühe oder in Wasser ein. Nebenbei heizen Sie bitte den Backofen auf 200 Grad (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 180 Grad Celsius (Heißluft) vor.

Dann schneiden Sie die abgespülte und kurz trocken geschüttelte Petersilie sowie die Basilikum in feine Streifen. Die Petersilie zupfen Sie bitte von den Stängeln, hacken sie klein und zupfen auch den Basilikum von den Stängeln. Danach waschen Sie die Zucchini, entfernen die Enden und halbieren die Zucchini der Länge nach. Nun entfernen Sie mit einem Esslöffel die Kerne aus den Zucchini-Hälften.

Anschließend pressen Sie das Weißbrot aus und zerkleinern das Brot wenn nötig mit einem Messer. Danach zerkleinern Sie größere Garnelen etwas etwas. Die Hälfte des Parmesan mischen Sie bitte gründlich mit 1 Ei, der gehackten Petersilie, dem Basilikum, etwas Meersalz, Pfeffer und den Garnelen. Diese Farce füllen Sie dann in die ausgehöhlten Zucchini. Danach verteilen Sie 4 Esslöffel kalt gepresstes Olivenöl in einer Pfanne, erhitzen es und geben die Zucchini hinein. Jetzt werden die Zucchini gesalzen und eine Tasse Wasser aufgegossen und alles etwa 15 Minuten geschlossen auf dem Herd angedünstet.

Den restlichen Parmesan verteilen Sie bitte auf den Füllungen und garen das Gericht zum Schluss im Backofen etwa 20 Minuten offen fertig, bis der Parmesan eine schöne Farbe angenommen hat.

Als Beilage können Sie Reis oder Weißbrot reichen.

Arbeitszeit: etwa 45 Minuten
Kochzeit: etwa 15 Minuten
Backzeit: etwa 20 Minuten

Auf [Köche-Nord.de](http://www.köche-nord.de) vereinen sich Tradition und Moderne. In unserem Kochforum finden Sie die verschiedensten Kochrezepte, Interessierte können sich gerne beteiligen, Beiträge sind jederzeit willkommen. Wir haben schon ca. 38.000 Kochrezepte in unserem Forum Online. Außerdem haben wir einen Gemeindebrief (Newsletter), der Ihnen einmal im Monat die Rezepte der aktuellen Saison aus unserem Forum empfiehlt, einen Saisonkalender und auch einen Kalender für essbare Wildkräuter. Dazu bieten wir außerdem ein kostenloses Lebensmittellexikon (als PDF-Version) zum Download an.

Rezepte aus Hamburg
Rezepte aus Mecklenburg-Vorpommern
Gerichte aus Niedersachsen
Kochrezepte aus Schleswig-Holstein
Spezialitäten aus Bremen
Rezepte aus Burgdorf

Aufstrich
Beilagen Rezepte
Brot Rezepte
Chinesische Rezepte
Desserts, Nachspeisen
Eierspeisen

Eintöpfe, Aufläufe
Exotisches
Flammkuchen
Fischgerichte
Fleischgerichte
Fleischlos glücklich (Christen kochen sich
vegetarisch um die Welt)

Geflügelgerichte
Alkoholfreie Getränke
Alkoholische Getränke
Gewürze
Grundlagen, Informationen von
den Küchenmeistern

Italienische Küche (Pizza und mehr)
Kartoffel-, Gemüsegerichte
Kamelle
Kuchen, Gebäck, Pralinen
Käsegerichte
Marmeladen
Mehlspeisen, Nudeln
Mellendorfer Rezepte (Wedemark/Raum Hannover)
Mexikanische Rezepte (aus der Wedemark/Raum
Hannover)
Menüs
Pasteten, Terrinen
Pilzrezepte
Reisgerichte

Salate
Saucen, Marinaden
Rezepte aus dem Sauerland (für Friedrich Merz)
Sonstiges
Spanische Rezepte
Syrische Rezepte
Uckermark Rezepte

Vegane Rezepte von www.animalequality.de
Vegetarisches
Vorspeisen, Suppen

Die geheimen McDonalds-Rezepte
Die geheimen Burger King-Rezepte
Fitness-Rezepte (Sport + Rezepte)
Kochen mit Hartz IV
Essbare Wildpflanzen

Chia Samen Rezepte

Unsere kostenlosen Kochbücher finden Sie unter
<https://xn--kche-nord-07a.de/kochbuecher.html>

