Rezepte:

name:

type:

difficulty:

isWarm:

time\_needed:

servings:

source:

date

# Palatschinken Grundrezept

Portionen: 4

150 g Mehl (glatt)

2 Stk. Eier

250 ml Milch

1 EL Butter (geschmolzen)

1 Prise Salz

4 EL Butter (zerlassen, zum Herausbacken)

Für das Palatschinken Grundrezept den Teig zubereiten. Dafür die Eier aufschlagen und gut verquirlen. Die Milch mit dem Mehl rasch glatt rühren, die Eier einmengen und alles mit einer Prise Salz versehen. Die geschmolzene Butter langsam unterrühren. Sollten im Palatschinkenteig Mehlklumpen sein, den Teig durch ein großes Sieb streichen.

Eine flache Pfanne (ideal sind Palatschinken-Pfannen) erhitzen und etwas Butter zerlassen. Mit einem Schöpflöffel soviel Teigmasse einfüllen, dass der Boden gerade dünn bedeckt ist. In die Mitte einleeren und durch Herumschwenken der Pfanne gleichmäßig verteilen.

Die Palatschinke nun auf einer Seite goldbraun werden lassen. Dabei mit mittlerer Hitze arbeiten. Lässt sich die Palatschinke in der Pfanne gut rütteln, kann man sie wenden.

Die zweite Seite ebenfalls goldbraun werden lassen.

Den gesamten Teig auf diese Weise aufbrauchen.

Die fertigen Palatschinken bis zu Füllung warm stellen.

Tipp

Palatschinken sind eine der beliebtesten österreichischen Nachspeisen. Sie können in unterschiedlichen Varianten zubereitet werden und beim Thema Füllung sind der Fantasie auch keine Grenzen gesetzt.

ISWARM: TRUE

Zeit: 5-15 min

Schwierigkeit: 1

# Karottensuppe

Portionen: 4

400 g Karotten

1 Stück Zwiebel (feingehackt)

130 g Kartoffeln (2 Stück)

Salz

Pfeffer

700 ml Gemüsesuppe

1 EL Rahm

Vollkornbrot (in Würfel geschnitten und in Pfanne kurz geröstet)

Petersilie

Karotten in Scheiben schneiden. Kartoffel in Würfel schneiden.

Zwiebel, Karotten, Kartoffel und eine Prise Salz in einen Topf geben und bei geringer Hitze rösten.

Die Gemüsesuppe zugießen.

Aufkochen lassen, dann die Hitze reduzieren und ca. 30 Minuten köcheln lassen.

Den Topf vom Herd nehmen und die Suppe etwas abkühlen lassen.

Die Suppe pürieren, in einen sauberen Topf geben und vorsichtig erhitzen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

1El Rahm mit dem Schneebesen unterrühren.

Mit Petersilie und den Vollkornwürfeln garnieren.

ISWARM: TRUE

Difficulty: 1

Zeit: 30-45 min;

# Spaghetti Bolognese

Portionen: 4

250 g Faschiertes

1 EL Olivenöl

2 Stück Karotten

2 Stück Zwiebeln

1 Zehe Knoblauch

400 g Tomaten (in Stücke geschnitten)

1/2 Stück Suppenwürfel

250 g Spaghetti

Für die **Spaghetti Bolognese** das Faschierte in Olivenöl anbraten, ab und zu umrühren und anschließend salzen. Die Karotten putzen und fein würfeln. Zwiebeln in Ringe schneiden. Alles zusammen mit den Tomaten zum Faschierten geben und zugedeckt rund 10 Minuten mitschmoren lassen. Die Sauce mit etwas Wasser ablöschen, mit dem Suppenwürfel, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. 5 Minuten weiterköcheln lassen. Die Spaghetti in Salzwasser bissfest kochen, abtropfen lassen und mit der Sauce servieren.

ISWARM: TRUE

ZEIT: 30-45 min

Schwierigkeit: 3

# Lamm-Burger mit Ratatouille und Blauschimmelkäse

Portionen: 4

4 Brioche Burger Buns

4-8 Stk. Blauschimmelkäse

2 Handvoll Salatblätter (gewaschen)

Für die Lamm-Patties:

600-700 g Lammfaschiertes

Kreuzkümmel

1 Knoblauchzehe (fein gehackt)

Meersalz

Pfeffer (aus der Mühle)

Für das Ratatouille:

2 Zucchini (klein)

1 Paprika (rot)

1 Paprika (gelb)

2 Stangen Jungzwiebel

1 EL Tomatenmark

1-2 Knoblauchzehen (geschält)

Olivenöl (zum Anbraten)

1 Zweig Thymian

Salz

Pfeffer

Zucker

etwas Wasser

Für die Lamm-Patties alle Zutaten in einer Schüssel verrühren, bis die Masse beginnt sich zu verbinden. Fleischmasse in einen Ring drücken, welcher denselben Durchmesser hat, wie die Burger Buns. Laibchen ("Patties") in einer Pfanne mit etwas Olivenöl auf beiden Seiten für ca. 2 Minuten braten. Patties mit dem Blauschimmelkäse belegen und im Backrohr mit Gratinier-Funktion für 1–2 Minuten überbacken.

Die Zucchini waschen, längs halbieren und in ca. 5 mm dicke Würfel schneiden. Paprika waschen, halbieren und entkernen. Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Jungzwiebeln putzen und schräg in sehr feine Scheiben/Ringe schneiden.

In einem kleinen Topf etwas Olivenöl erhitzen, Paprika, Zucchini und Jungzwiebeln darin scharf anbraten. Feinblättrig geschnittenen Knoblauch dazugeben, Tomatenmark unterrühren und mit etwas Wasser ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und abschmecken. Etwas einkochen lassen und mit dem abgezupften Thymian vollenden.

Burger Buns halbieren und in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Bun-Hälften mit den Lamm-Patties und den restlichen Zutaten befüllen und Lamm-Burger mit Ratatouille und Blauschimmelkäse servieren.

Tipp

Für Lamm-Burger mit Ratatouille und Blauschimmelkäse können natürlich auch klassische Faschierte Laibchen als "Patties" verwendet werden.

ISWARM: TRUE

ZEIT: 60+ min

Difficulty: 4

# Nudelsalat

Portionen: 4

500 g Nudeln (Sorte Ihrer Wahl)

3 Stück Paprika (rot, gelb, grün)

350 g Mais (aus der Dose oder dem Glas)

Käse (Sorte Ihrer Wahl)

200 g Schinken

250 ml Mayonnaise

Für den schnellen, einfachen Nudelsalat die Nudeln Ihrer Wahl nach Packungsanleitung kochen.

In der Zwischenzeit alle Zutaten klein schneiden.

Gemeinsam mit dem Mais in eine große Schüssel geben.

Die fertig gekochten und leicht abgekühlten Nudeln zu den restlichen Zutaten geben und mit der Mayonnaise vermischen.

Den fertigen Nudelsalat ein wenig durchziehen lassen und gut gekühlt servieren.

Hier haben wir eine große Auswahl an weiteren Nudelsalat-Rezepten für Sie.

Tipp

Dieses Nudelsalat Rezept können Sie nach Belieben abwandeln, indem Sie die Pastasorte, die Käsesorte oder das Gemüse austauschen. Sie können Speck oder Schinken verwenden oder auch eine vegetarische Variante mit Tofu machen. Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Erlaubt ist, was schmeckt!

ISWARM: FALSE

Difficulty: 1

Zeit: 10-15 min

# Griechischer Salat

Portionen: 1

1/4 Salatgurke (ungeschält)

1 Tomate

1/2 Paprika (grün)

1 Bund Jungzwiebeln

Basilikum

Schnittlauch

100 g Feta (oder anderer Schafskäse)

Für die Marinade:

1 EL Weinessig

Salz

Pfeffer

2-3 EL Olivenöl

Für den griechischen Salat die ungeschälte Gurke gut waschen und in Stifte, die Tomate in Spalten schneiden. Die Paprikaschote entkernen und in Streifen schneiden. Die Jungzwiebel in Ringe, Basilikum und Schnittlauch fein schneiden. Alle Zutaten in einer Schüssel sanft vermischen.

Für die Marinade alle Zutaten verrühren und den Salat damit abmachen. Den griechischen Salat anrichten, Feta in Würfel schneiden und darüber streuen.

Tipp

Zu griechischem Salat passt resches Weißbrot.

ISWARM: FALSE

Difficulty: 1

Zeit: 15 min

# Boeuf Stroganoff

Portionen: 4

600 g Rindslungenbraten (die Spitze des Filets)

120 g Champignons

80 g Zwiebeln

100 g Essiggurkerl

200 ml Fond (braun, oder Rindsuppe)

100 g Sauerrahm

1 KL Mehl (glatt)

2-3 EL Öl

Salz

Pfeffer (aus der Mühle)

Paprikapukver (edelsüß)

Für Boeuf Stroganoff zunächst den Lungenbraten in etwa 7 mm breite Streifen schneiden.

Die Zwiebeln fein hacken, Champignons in Scheiben und Gurkerl in feine Streifen schneiden.

Anschließend das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in heißem Öl rasch von beiden Seiten 2 Minuten anbraten. Aus der Pfanne heben und warm stellen.

Nun die Zwiebeln im verbliebenen Fett anschwitzen, Champignons beigeben und durchrösten. Mit Fond oder Suppe ablöschen und aufkochen lassen.

Den Sauerrahm mit Paprikapulver sowie Mehl glatt verrühren und zügig in die Sauce einrühren. Gurkerl beigeben und nochmals kurz durchkochen.

Die Filetspitzen wieder untermengen und nur noch kurz ziehen, aber keinesfalls mehr aufkochen lassen.

Das Boeuf Stroganoff kann nun in vorgewärmten Tellern angerichtet werden.

ISWARM: True

Difficulty: 4

Zeit: 25-30min

# Gegrillter grüner Spargel mit Speck

Portionen: 2

12 Stangen Spargel (grün)

4 Streifen Speck (lang)

Olivenöl

Salz (grobkörnig)

Pfeffer (aus der Mühle)

Für den gegrillten grünen Spargel mit Speck zunächst den Spargel vorbereiten. Dazu die holzigen Enden wegschneiden. Grüner Spargel muss nicht geschält werden.

Den Spargel auf einem Teller mit ein paar Spritzern Olivenöl beträufeln. Salzen und pfeffern. Je drei Spargelstangen mit einem Streifen Speck einwickeln. Die Spargelpäckchen auf den heißen Grill oder in eine bereits heiße Bratpfanne legen und von allen Seiten grillen.

Den gegrillten grünen Spargel mit Speck als Beilage zu Steak oder Gegrilltem servieren.

Tipp

Sie können den gegrillten grünen Spargel mit Speck auch als Hauptspeise reichen.

Wer größere Blättchen an den Spargelstangen hat, kann diese auch wegschneiden oder den Spargel schälen. Grundsätzlich ist das aber nicht notwendig.

ISWARM: TRUE

Difficulty: 1

Zeit: 10-15 min

# Kartoffel-Gemüse-Gröstl mit Spiegelei

Portionen: 2

5 Stück Kartoffeln (gekocht)

1/2 Stück Zwiebel

1 Zehe Knoblauch

100 g Mais

2 Stück Karotten

100 g Stangenbohnen

Salz

1 Stück Ei

Pfeffer

Muskat

Für das Kartoffel-Gemüse-Gröstl mit Spiegelei die Kartoffeln schälen, in Scheibe schneiden und in einer Pfanne mit Butterschmalz braun braten. Karotten waschen, in Scheiben schneiden und kurz blanchieren. Ebenfalls Bohnen und Mais (wenn tiefgekühlt) blanchieren.

Zwiebel hacken, Knoblauch pressen und zu den Kartoffeln geben. Gemüse abschrecken und ebenfalls mit Kartoffeln mitrösten und würzen.

Ein Ei in eine separate Pfanne aufschlagen und kurz braten. Kartoffel-Gemüse-Mischung in einen Teller geben und Spiegelei oben drauf legen. Das Kartoffel-Gemüse-Gröstl mit Spiegelei gleich servieren.

Tipp

Das Kartoffel-Gemüse-Gröstl mit Spiegelei ist ein herrliches Restlessen und lässt sich auch mit unterschiedlichsten Gemüsearten, wie beispielsweise auch Zucchini zubereiten.

ISWARM: TRUE

Difficulty: 3

Zeit: 15-25 min

# Hühnergeschnetzeltes mit Paprika

Portionen: 2

250 g Hühnerfilet

1 ½ Tassen Reis

1 Stk Zwiebel

2 Stk Paprika

1 EL Paprikapulver

1 EL Mehl

Pfeffer

50 ml Gemüsesuppe

2 EL Sauerrahm

1 EL Tomatenmark

Salz

Zuerst den Reis mit der richtigen Menge Wasser aufstellen.

Für Hühnergeschnetzeltes die Hühnerfilets in mundgerechte Stücke schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in Mehl wenden.

Die Zwiebel und Paprika fein schneiden. Das Fleisch in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten, Zwiebel und Paprika zugeben und anbraten.

Paprikapulver und Tomatenmark hinzugeben und mit Suppe und dem Sauerrahm aufgiesen. Einige Minuten einköcheln lassen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Abschließend mit dem Reis in einer Schüssel anrichten.

ISWARM: TRUE

Difficulty: 2

Dauer: 15-20 min

# Tofu-Gemüse-Wok

Portionen: 4

800 g Gemüse (gemischt, nach Marktlage, z.B. Chinakohl, Paprikaschoten, Pak Choi, Zucchini, etc)

2 Chilischoten

500 g Tofu (geräuchert)

4 EL Pflanzenöl

1 TL Ingwer (frisch gehackt)

1 TL Knoblauch (gehackt)

3 EL Sojasauce

1 TL Ahornsirup (oder 1 EL Zucker)

Salz

2 TL Sesamöl

Sesamkörner (zum Garnieren)

Pfeffer

Für den schnellen Tofu-Gemüse-Wok zunächst das Gemüse putzen, waschen und in mundgerechte Streifen schneiden. Tofu ebenfalls in kleinere Würfel schneiden.

Einen Wok oder eine schwere (am besten gusseiserne) Pfanne erhitzen. Öl eingießen, erhitzen und die Tofu-Streifen darin anbraten. Das geschnittene Gemüse samt Chilischoten beigeben und ca. 2 Minuten weiterbraten. Ingwer, Knoblauch, Sojasauce und Ahornsirup hinzufügen und 1-2 Minuten mitbraten.

Den schnellen Tofu-Gemüse-Wok mit Salz, Pfeffer und Sesamöl abschmecken. In Schalen anrichten, mit Sesamkörnern bestreuen und servieren.

Tipp

Sowohl was die Gemüseauswahl als auch die Würzung betrifft, sind beim schnellen Tofu-Gemüse-Wok dem persönlichen Geschmack keine Grenzen gesetzt. So kann das Wok-Gemüse auch mit Zitronengras, Fisch- oder Chilisauce beliebig aromatisiert werden.

ISWARM: TRUE

Difficulty: 3

Zeit: 20- 25 min

# Geschmortes Huhn mit Garnelen

Portionen: 4

1 Huhn mit ca. 1,5 kg

4 Hühnerherzen

1 Hühnerleber

8 Garnelen

1 Handvoll Frische oder 20 g getrocknete chin. Pilze

1 Karotte

1 Lauchstange

1 Handvoll Erbsenschoten

2 Klein gehackte Frühlingszwiebeln

125 ml Sojasauce

1 EL Reiswein

1 Sternanis

1 TL Honig

1 TL Maisstärke

1 TL Sesamöl

Pflanzenöl zum Frittieren

Das Huhn der Länge nach halbieren und in Viertel hacken bzw. mit der Geflügelschere teilen. Die Hühnerteile in eine Schüssel geben, mit Sojasauce übergießen und 30-45 Minuten marinieren. Währenddessen die Teile ab und an wenden und gut mit Sojasauce einstreichen. Nun in einem Wok oder einer schweren Pfanne reichlich Öl erhitzen. Die Hühnerteile aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen und im heißen Öl rundum frittieren. Herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Übrig gebliebenes Öl abgießen und den Wok rasch mit einer Küchenrolle auswischen. Die verbliebene Sojasaucen-Marinade gemeinsam mit Reiswein, Honig, Frühlingszwiebeln sowie Sternanis hineingeben und aufkochen lassen. Die Hühnerteile wieder einlegen, so viel heißes Wasser zugießen, dass die Hühnerteile fast bedeckt sind, und 40-50 Minuten weichköcheln lassen. Hühnerstücke wieder herausheben und die Flüssigkeit bei großer Hitze stark einkochen lassen. Inzwischen die Pilze in Streifen schneiden (getrocknete Pilze vorher 20 Minuten in lauwarmem Wasser einweichen). Karotte und Lauch in Scheiben, die Hühnerinnereien in kleinere Würfel schneiden. Das Hühnerfleisch von den Knochen lösen, ebenfalls in mundgerechte Stücke schneiden und warmhalten. Das vorbereitete Gemüse gemeinsam mit den Erbsenschoten, Garnelen und Hühnerinnereien in den Wok geben, aufkochen lassen und 3-4 Minuten auf kleiner Flamme ziehen lassen. Mit in etwas Wasser aufgelöster Maisstärke binden. Das Hühnerfleisch anrichten, die fertige Sauce darübergießen und mit etwas Sesamöl beträufeln.

ISWARM: True

Difficulty: 5

Zeit: 60-90 min

# Gedämpfte Wantan-Täschchen mit Shrimps und Schweinefleisch

Portionen: 4

20 Stück Wonton-Teigblätter (Zutaten für 20 Stück)

200 g Faschiertes Schweinefleisch (möglichst mager)

50 g Speck

200 g Shrimps- und/ oder Krebsfleisch

1 EL Frische chin. Pilze (od. eingeweichte)

Salz

Pfeffer

1/2 EL Zucker

1 TL Sesamöl

1 EL Speisestärke

1 EL Frisch gehacktes Koriandergrün

Sesamöl und Ingwer zum Garnieren

Shrimps- und Krebsfleisch fein schneiden, die Pilze klein hacken und beides gemeinsam mit dem Faschierten, mit Zucker, Salz, Pfeffer und Sesamöl vermischen. Mit der Speisestärke gut vermengen und den gehackten Koriander einrühren. Die Teigblätter auflegen und jeweils etwas Füllmasse in die Mitte setzen. Nach Belieben rund ausstechen und zu halbmondförmigen Täschchen zusammenklappen oder die Ecken so übereinanderklappen, dass ein Dreieck entsteht. Die Teigränder dabei mit Wasser befeuchten und gut festdrücken. Auf einen Dämpfeinsatz platzieren und im Bambuskörbchen (oder Topf) zugedeckt 8-10 Minuten dämpfen. Wontons mit etwas Sesamöl beträufeln und mit frisch gehacktem oder geriebenem Ingwer bestreuen. Am besten im Körbchen servieren.

Tipp

Die Füllmasse dieser Wontons kann beliebig, etwa durch gehackte geröstete Erdnüsse, frisch gehackten Ingwer oder Chili, abgewandelt werden.

ISWARM: True

Difficulty: 5

Zeit: 45-60 min

# Caprese

Portionen: 1

250 g Büffelmozzarella

250 g Tomaten

4 EL Olivenöl

1 EL Balsamicoessig

Salz

Basilikumblätter (grob zerzupft)

Für Mozzarella und Tomaten die Tomaten waschen und in Scheiben schneiden. Den Büffelmozzarella ebenso in dünne Scheiben schneiden.

Beides auf einem Teller dekorativ anordnen, mit Olivenöl und Essig beträufeln und mit Basilikumblättern bestreuen. Zusammen mit Baguette servieren.

ISWARM: FALSE

Difficulty: 1

Zeit: 5 Minuten

# Cordon Bleu

Portionen: 4

4 Stk. Schnitzel (groß, vom Schwein, Kalb oder Hühner)

8 Scheiben Schinken (kleine)

4 Scheiben Käse (Emmentaler oder Gouda)

1-2 Stk. Eier (zum Panieren)

6-8 Erdäpfel

Mehl (zum Panieren)

Semmelbösel

Pflanzenöl (zum Herausbacken)

Zitronenspalten (zum Garnieren)

Salz

Pfeffer

Erdäpfel im Wasser aufstellen. Dann schälen in Spalten schneiden und mit Petersilie und ein wenig Salz in Butter in der Pfanne schwenken.

Für das Cordon Bleu die Schnitzel auflegen, dünn ausklopfen und dabei darauf achten, dass sie nicht einreißen. Auf beiden Seiten salzen und pfeffern. Auf eine Hälfte jedes Schnitzels eine Scheibe Schinken, eine Scheibe Käse und wieder Schinken legen.

Zusammenklappen und die Ränder entweder mit dem Schnitzelklopfer fest zusammenklopfen oder mit Zahnstochern fixieren.

Eier in einem Suppenteller verschlagen. Nun Schnitzerl zuerst in Mehl wenden, durch das Ei ziehen und in Bröseln wälzen.

In einer großen Pfanne (oder 2 Pfannen) reichlich Öl erhitzen. Cordon Bleus einlegen, goldbraun herausbacken und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Cordon Bleu mit Erdäpfelsalat oder Petersilerdäpfeln servieren.

ISWARM: True

Difficulty: 3

Zeit 30-45 min

# Entenbrust mit Gänselebersauce und Birnen-Kartoffel-Gratin

Portionen: 4

4 Stk Entenbrüste (mit Haut)

Öl (zum Anbraten)

Für die Sauce:

2 Stk Schalotten

1 EL Butterschmalz

1 Zehe Knoblauch

150 ml Noilly Prat

150 ml Weißwein

200 ml Schlagobers

1 EL Creme fraiche

150 g Gänseleber

Trüffel (frische schwarze, alternativ Trüffel aus dem Glas oder Trüffelöl)

Salz

Pfeffer Für das Gratin:

5 Stk Kartoffeln (große)

1 Stk Birne

1 Stk Ei

1 Becher Creme fraiche

Zitronensaft

1 TL Senf

Salz

Muskatnuß

Pfeffer

Für die Entenbrust mit Gänselebersauce die Kartoffeln ca. 15 Minuten kochen. Sie sollen nicht weich sein, sondern noch schnittfest.

Schälen und in Scheiben schneiden. Die Birne schälen, entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Sofort mit Zitronensaft beträufeln.

Creme fraiche, das Ei, Senf und die Gewürze in einer Schüssel mit dem Schneebesen gut abrühren.

Die Kartoffelscheiben abwechselnd mit den Birnenscheiben in vier kleine Gratinförmchen schichten und mit der Sauce begießen.

Im vorgeheizten Backrohr bei 200 Grad etwa 30-40 Minuten garen. Die Entenbrüste auf der Hautseite einschneiden.

In etwas Öl zuerst auf der Hautseite ca. 3 Minuten anbraten, wenden und ebenfalls 2-3 Minuten auf der Fleischseite anbraten.

Das Fleisch mit der Hautseite nach oben auf eine Alufolie legen, die Ränder hochschlagen und im Backofen bei 200 Grad ca. 10-15 Minuten fertigbraten.

Die Kerntemperatur sollte dabei ca. 70 Grad betragen. Die Ente sollte innen noch schön rosa und saftig sein, d. h. eventuell die Garzeit bis zum Erreichen der Kerntemperatur verlängern.

Am Ende der Garzeit unter dem Grill die Haut ca. 2-3 Minuten knusprig grillen.

Für die Gänselebersauce die gewürfelten Schalotten und den gewürfelten Knoblauch zusammen in Butterschmalz anschwitzen und mit Noilly Prat und Wein ablöschen.

Alles zur Hälfte einreduzieren und mit dem Schlagobers aufgießen. Nochmals kräftig einkochen lassen. Die Sauce soll eine sämige Konsistenz erhalten.

Würzen und das Creme fraiche einrühren. Die Gänseleber in einer Extrapfanne kurz abbraten und dann gemeinsam mit der Sauce pürieren, nochmals abschmecken.

Dünne Scheibchen von der Trüffel in die Sauce reiben und vorsichtig umrühren. Einen Saucenspiegel auf den Tellern anrichten, das Gratin darauf drapieren und die Entenbrust in zwei Teile ebenfalls darauflegen.

Die Entenbrust mit Gänselebersauce mit ein paar bunten ganzen Pfefferkörnern dekorieren.

ISWARM: TRUE

Difficulty: 5

Zeit: 90-120 Minuten

# Zucchini-Lauch-Quiche mit Mozzarella

Portionen: 4

300 g Mürbteig (entweder selbstgemacht oder fertig gekauft)

2 Stk Eier

1 Kugel Mozzarella

2 EL Emmentaler (gerieben)

250 g Mascarpone

1/2 Stange Lauch

1 Stk Zucchino (kleiner gelber)

1 Stk Zwiebel (kleine)

Petersilie (frische)

Schnittlauch (frischer)

Thymian (frischer)

Salz

Pfeffer

50 g Beerentomaten (kleine)

Für die Zucchini-Lauch-Quiche den Backofen auf 200 °C vorheizen. Eine Quicheform mit 30 cm Durchmesser mit Backpapier auslegen. Den Mürbteig ausrollen und die Quicheform damit auskleiden.

Den Teig mit Backpapier auslegen, mit Bohnen oder Reis beschweren und ca. 20 Minuten Blindbacken. Die Bohnen bzw. Reis und das Backpapier entsorgen und die Temperatur des Backofens auf 180 °C reduzieren.

Die Eier aufschlagen, den Mascarpone, den kleingeschnittenen Mozzarella und den geriebenen Emmentaler sehr gut unterrühren. Mit den Kräutern, Salz und Pfeffer würzen.

Den Zucchino in dünne Streifen und den Lauch in dünne Ringe schneiden. Die Zwiebel fein würfeln. Das Gemüse auf dem Quicheboden verteilen und die Eiermasse darübergießen.

Die Quiche ca. 40 Minuten backen. Die Beerentomaten darauf verteilen und weitere 2-3 Minuten backen. Die Quiche mit Blattsalat servieren.

Tipp

Die Zucchini-Lauch-Quiche kann man auch mit Pizzakäse oder Fetakäse, anstatt mit Emmentaler machen. Wer es gerne herzhafter hat, kann noch etwas Speck hinzufügen.

ISWARM: TRUE

Difficulty: 3

Zeit: 60-90 min

# Burritos

Portionen: 2

2 Stück Tortillas

200 g Hühnerschnitzel

50 g Käse (gerieben)

1 Stück Tomate

1 Stück Jungzwiebeln

2 EL Salsa (Würzsauce, im Delikatessenhandel erhältlich)

2 EL Mayonnaise

2 Stück Salatblätter

Öl (zum Braten)

Hühnerschnitzel in feine Streifen schneiden. Salzen und pfeffern. In einer Pfanne Öl gut erhitzen und die Hühnerstreifen darin rasch braten. Die Tomate in grobe Würfel, die Jungzwiebel in feine Ringe und die Salatblätter in grobe Streifen schneiden. Nun die Hühnerstreifen mit Käse, Tomaten und Jungzwiebelringen vermengen. Die Tortillas nach Belieben in einer beschichteten Pfanne oder im Backrohr kurz anwärmen. Tortillas aufbreiten und die vorbereitete Hühnermasse auftragen. Salsa und Mayonnaise darauf verteilen. Den geschnittenen Salat darüber streuen und einrollen. Dafür

die Tortilla zuerst auf 2 Seiten einklappen und dann von hinten nach vorne einrollen. Auf vorgewärmten Tellern anrichten.

ISWARM: TRUE

Difficulty: 2

Zeit: 20 min

# Chili con Carne

1 kg Rindfleisch (faschiert)

250 g Paradeiser

3 Chilischoten (grün)

1 große Zwiebel

1 Dose Kidneybohnen

1 Dose Maiskörner

1 Knoblauchzehe (zerdrückt)

1-2 TL Chilipulver

2 TL Zucker

1 Lorbeerblatt

1/2 TL Thymian (gehackt)

2 TL Kreuzkümmel (gemahlen)

1/2 TL Oregano (gehackt)

1/2 TL Pfeffer (frisch gemahlen)

Salz

2 EL Butterschmalz

ca. 300 ml Rindsuppe

Die Paradeiser blanchieren (überbrühen), die Haut abziehen, entkernen und das Fruchtfleisch würfeln. Die Chilischoten fein hacken, zuvor die Kerne entfernen.

Zwiebeln fein hacken und in heißem Butterschmalz goldgelb rösten. Fleisch und Knoblauchzehen dazugeben und mitrösten. Die Paradeiser dazugeben, kurz durchrühren und mit der Rindsuppe aufgießen. Nun alle Gewürze zugeben und 45 Minuten köcheln lassen - falls nötig, noch Suppe zugießen.

Maiskörner und Kidneybohnen in ein Sieb geben und mit kaltem Wasser abspülen. Gut abtropfen lassen und unter das Chili mengen. Noch einmal kurz durchkochen und das Chili con Carne heiß servieren.

Tipp

Richten Sie das Chili con Carne mit einem Tupfen Sauerrahm und frischem Weißbrot an.

ISWARM: TRUE

Difficulty: 3

Zeit: 60-90 min

# Cevapcici mit Paprika

Portionen: 8

600 g Faschiertes (Rind- und Schweinefleisch oder Lamm- und Rindfleisch)

2 Zwiebel

4 Paprika (scharf)

3 Knoblauchzehen

Salz

Pfeffer (aus der Mühle)

Für die Cevapcici mit Paprika zunächst Knoblauch schälen und fein hacken. Paprika waschen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden.

Faschiertes mit Salz und Pfeffer würzen, mit Knoblauch und Paprika vermengen und mindestens 30 Minuten ruhen lassen.

Danach das Faschierte zu länglichen Cevapcici formen. Eventuell auf Spieße stecken. Am Griller oder in einer Pfanne mit etwas Öl von allen Seiten anbraten.

Cevapcici mit Paprika mit den Zwiebeln bestreut servieren.

Tipp

Cevapcici mit Paprika am besten mit Zwiebelsenf, Ajvar, Tomatenreis oder Salat servieren.

ISWARM: TRUE

Difficulty: 2

Zeit: 45 min

# Porridge

Portionen: 1

50 g Haferflocken (nach Geschmack)

1 Prise Salz

350 ml Milch (Wasser, oder Mischung)

1 EL Honig

1 EL Joghurt (griechisch)

Zimt

Für den Porridge die Flüssigkeit, das Salz und die Haferflocken zum Kochen bringen. Alles zusammen ca. 3-4 Minuten köcheln lassen, danach umrühren.

Joghurt und Honig dazugeben, den Porridge mit Zimt bestäuben - und genießen.

Tipp

Wer es fruchtig liebt, kann auch kleingewürfelte Apfel- oder Birnenstückchen in den Porridge geben.

ISWARM: TRUE

Difficulty: 1

Zeit: 10 min

Typ: Frühstück

# Pancakes

Portionen: 4

4 Stk Eier

40 g Staubzucker

150 ml Buttermilch

100 g Mehl (glatt)

1 Prise Salz

Butter (oder Butterschmalz)

Ahornsirup (nach Belieben)

Vanillezucker

Zimt

Für die Pancakes Eier trennen und Eiweiß zu Schnee schlagen. Eigelb verquirlen (3 EL warmes Wasser dazugeben, dann geht der Teig mehr auf) und Buttermilch dazurühren.

Zutaten, wie Mehl und Zucker dazu sieben und nochmals kurz verrühren. Zum Schluss Eischnee unterheben. Butter oder Butterschmalz in einer Pfanne zerrinnen lassen und die Pancakes rausbacken.

Mit Ahornsirup, Staubzucker oder Bacon servieren.

Tipp

Pancakes können in allen möglichen Varianten verfeinert werden. Sie schmecken auch mit Vanilleeis und eignen sich deshalb nicht nur als amerikanisches Frühstück, sondern auch als Dessert.

ISWARM: True

Difficulty: 2

Zeit: 15 min

Typ: Frühstück

# Topfenkipferl

Portionen: 5

260 g Mehl

250 g Butter

250 g Topfen

1 Stk Ei

einige Tropfen Zitronensaft

Marmelade (nach Geschmack)

Für die Topfenkipferl die handwarme, weiche Butter mit dem Mehl vermengen.

Nach und nach Topfen, Zitronensafttropfen und das Ei einkneten. Alles zu einem glatten Teig verkneten und für 20 Min abkühlen lassen.

Dann den Teig dünn ausrollen und zu Dreiecke schneiden. Unter der längeren Kannte einen Mokkalöffel Marmelade draufgeben und zu einem Kipferl einrollen.

Bei 190 Grad backen bis die Kipferl goldbraun sind.

Tipp

Die Topfenkipferl können auch mit Nutella gefüllt werden. Auch eine pikante Füllung (Käse, Mozzarella, Schinken oder Salami) schmeckt gut, aber da sollte man die Zitrone weglassen.

ISWARM: False

Difficulty: 3

Zeit: 45-60 min

Typ: Frühstück

# Eierspeis mit Zwiebeln und Kernöl

Portionen: 2

4 Stück Eier

Butter (zum Andünsten)

1 Stück Zwiebel (fein gehackt)

Salz

Pfeffer

Schnittlauch (fein gehackt)

Kürbiskernöl

Für die Eierspeis mit Zwiebeln und Kernöl die Eier in eine Schüssel schlagen und mit Salz sowie Pfeffer würzen. Mit einer Gabel verschlagen.

In einer Pfanne Butter erhitzen und die gehackte Zwiebel darin glasig anschwitzen. Die verschlagenen Eier hineingießen.

Die stockenden Eier mit einer Gabel von allen Seiten vorsichtig immer wieder zur Mitte ziehen, bis sie cremig gestockt sind. Eierspeis mit Zwiebeln auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit fein geschnittenem Schnittlauch bestreuen und mit Kernöl beträufeln.

ISWARM: TRUE

Difficulty: 2

Zeit: 15 min

Typ: Frühstück

# Bunter Thunfischsalat

1 Stk. Salat (grün)

1 Stk. Paprika (grün)

1 Stk. Paprika (gelb)

1 Stk. Paprika (rot)

5 Stk. Radieschen (würfelig schneiden)

2 Dose(n) Thunfisch (in eigenem Saft)

1/2 Stk. Zwiebel (würfelig schneiden)

1 Schuss Apfelessig

1 Schuss Olivenöl

2 Zehe(n) Knoblauch

1 Schuss Senf

Salz

Pfeffer

Für den Bunten Thunfischsalat Salat in der Salatschleuder bearbeiten oder per Hand waschen, abtropfen lassen und zerteilen. Thunfisch mit Essig, Ö, Senf und den Gewürzen vermischen.

Zwiebelringe, Radieschen, Paprika und den vorbereiteten Salat vermengen und zum Schluss den Thunfisch unter den Salat mischen.

ISWARM: False

Difficulty: 2

Zeit: 20 min

# Kartoffellaibchen

Portionen: 4

500 g Kartoffeln (gekocht und passiert)

5 EL Vollweizenmehl

Salz

1 Stk. Ei

100 g Zwiebeln

1 EL Petersilie

2 EL Butter

Für die Kartoffellaibchen alle Zutaten rasch zu einem Teig verarbeiten und daraus Laibchen formen. Mit etwas zerlassener Butter bestreichen und im auf 180° C vorgeheizten Backrohr ca. 25 Minuten backen lassen.

Die fertigen Kartoffellaibchen aus dem Rohr nehmen und heiß genießen.

Tipp

Das Kartoffellaibchen Rezept kann als Beilage und als Hauptgericht serviert werden.

ISWARM: TRUE

Difficulty: 2

Zeit: 40 min

# Sommerlicher Nudelsalat

Portionen: 4

230 g Quinoa Fussili

4 EL Olivenöl

80 g Schwarzwälder Schinken (oder Bergschinken)

1 Bund Schnittlauch

250 g Cocktailtomaten

450 g Melone (Honigmelone oder Galia)

75 g Gartenkresse

150 g Fetakäse

2 Handvoll Vogerlsalat

Salz

Pfeffer (schwarz aus der Mühle)

Für den sommerlichen Nudelsalat die Pasta nach Packungsangabe bissfest garen. Anschließend abgießen und mit kaltem Wasser abbrausen. Die Melone schälen und würfeln. Schnittlauch und Gartenkresse putzen.

Den Schinken in Streifen schneiden. Den Fetakäse würfeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, den Schinken zufügen und bei mittlerer Hitze für ca 5 Minuten anbraten.

Anschließend den Schinken aus der Pfanne nehmen und mit der Pasta vermengen. Die Cocktailtomaten in das verbliebene Olivenoel in die Pfanne geben und für ca. 4 Minuten auf mittlerer Hitze backen.

Bis sie beginnen zu platzen. Die Cocktailtomaten mit dem Fett zur Pasta geben und gut vermengen. Die Melonenwürfel, Fetakäse und Schnittlauch untermengen. Mit Salz und Pfeffer evtl. noch nachwürzen.

Zum Schluss noch vorsichtig den Vogerlsalat unterheben. Kurz vorm Servieren mit Gartenkresse bestreuen.

Tipp

Wer lieber keinen Schinken im Nudelsalat möchte, lässt ihn weg oder serviert ihn separat für die anderen Gäste.

ISWARM: False

Difficulty: 2

Zeit: 30 min

# Die perfekte Grillstelze

Portionen: 4

1 Stelze (hintere Stelze vom Schwein)

1/2 Zwiebel

1 EL Kümmel

1 Lorbeerblatt

2 Zweige Thymian

6-7 Knoblauchzehen

6 Pfefferkörner

Salz

Drehspieß (evtl.)

Für die perfekte Grillstelze zunächst die Stelze vorkochen. Dafür die Stelze in einem Topf mit heißem Wasser zustellen – die Stelze muss ganz mit Wasser bedeckt sein. Mit der ganzen Zwiebel, Kümmel, Lorbeerblatt, Thymian, 3 geschälten, halbierten Knoblauchzehen, Pfefferkörnern und reichlich Salz würzen. Die Stelze in diesem Sud 40 Minuten bei geringer Hitze köcheln.

Herausnehmen, leicht auskühlen lassen und die Schwarte quer zum Knochen alle Zentimeter einschneiden. Vorsicht – nur die Haut, nicht das Fleisch einschneiden!

Mit dem restlichen, in Scheiben geschnittenen Knoblauch spicken und mit Salz einreiben.

Die Stelze auf den Spieß stecken und bei indirekter Hitze und geschlossenem Deckel bei ca. 160 °C grillen.

Kurz vor Ende der Garzeit (nach knapp einer Stunde) noch einmal Kohle nachlegen (bzw. die Temperatur auf 200 °C erhöhen), damit die Schwarte für die perfekte Grillstelze knusprig wird und beim Reinbeißen richtig schön kracht.

Tipp

Wenn man die perfekte Grillstelze während des Grillens immer wieder mit Bier einpinselt, erhält sie einen besonders würzigen Geschmack.

ISWARM: TRUE

Difficulty: 4

Zeit: 90-120min

# Tagliatelle mit Lachs-Rahm-Sauce

Portionen: 4

500 g Tagliatelle (oder andere Nudeln)

350 g Lachs

2 Stück Zwiebel

1/2 Becher Rama Cremefine zum Kochen

1/2 Becher Sauerrahm

Salz (nach Geschmack)

Suppenwürze und Knoblauch (nach Geschmack)

Frische Petersilie

1 EL Olivenöl

Pfeffer (nach Geschmack)

Zitronensaft (nach Geschmack)

Für die Tagliatelle mit Lachs-Rahm-Sauce die Nudeln bissfest kochen, abseihen. In der Zwischenzeit den Lachs etwas antauen und diesen in Stücke schneiden.

Die Zwiebel fein hacken und im heißen Olivenöl goldbraun anbraten. Die Lachsstücke dazu geben und kurz mitrösten.

Mit Rama Cremefine aufgießen, den Sauerrahm gut unterrühren, 5 Minuten köcheln lassen und mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft, Knoblauch und Suppenwürze nach Geschmack würzen.

Die bissfest gekochten Tagliatelle mit Lachs-Rahm-Sauce auf Tellern anrichten und mit frischer Petersilie bestreuen.

ISWARM: TRUE

Difficulty: 2

Zeit: 20-30 min

# Gebratene Schweinsripperln

2 kg Schweinsrippchen Marinade:

1 EL Salz (gestrichen voll)

1 EL Kümmel (gestrichen voll)

1/2 TL Pfeffer (aus der Mühle)

30 g Knoblauch (fein gehackt)

50 ml Öl

1 Prise Chilipulver (und/oder Paprikapulver)

1 TL Senf (und 1EL Ketchup, nach Geschmack)

Für Gebratene Schweinsripperln für die Marinade alle Zutaten gut verrühren oder mixen und die Ripperln mindestens einen Tag vor dem Braten mit der Marinade einreiben.

Dann die Ripperln auf ein Blech geben und im vorgeheizten Backrohr bei ca. 165°C 40–55 Minuten knusprig braten. Dabei mehrmals wenden.

Als Beilage zu den Schweinsripperln empfehlen wir Knoblauch- oder Stangenweißbrot, Salate und Saucen nach Geschmack

Tipp

Die Würzung kann nicht nur für Schweinsripperln sondern auch für Schweinsbraten verwendet werden.

ISWARM: TRUE

Difficulty: 3

Zeit: 60-90 min