

# Kochbuch Dreßler

# Table of Contents

Back-Mozzarella auf Paprikagemüse . . . . .	1
Cheesecake Double Nougat . . . . .	2
Chicken Tikka Masala . . . . .	3
Falscher Schweinebraten . . . . .	4
Frühstücksbratlinge . . . . .	5
Gurkensalat . . . . .	6
Hirsebrei . . . . .	7
Hühnerbrustfiletstreifen mit Paprika und Sahne . . . . .	8
Kalte Tomatensuppe mit Hackbällchen-Sticks . . . . .	9
Katsu Sauce . . . . .	11
Mie Nudeln mit Tofu und Gemüse . . . . .	12
Nougat-Masala Chai indischer Gewürztee . . . . .	13
Nougat Mug Cake mit Erdnussbutter-Crunch . . . . .	14
Nougat Panna Cotta mit Erdbeer-Minz-Ragout . . . . .	15
Ofentomaten mit Honigsauce . . . . .	16
Pasta mit gebackenem Feta . . . . .	17
Piesmiet Burger . . . . .	18
Pikante Currywurst mit selbstgemachter Sauce . . . . .	20
Pizzateig . . . . .	21
Spinatklößchen mit Tomatensalat . . . . .	22
Süß Saure Soße . . . . .	24
Taco Seasoning . . . . .	25
Zucchini-Lasagne . . . . .	26

# Back-Mozzarella auf Paprikagemüse

## Zutaten

¥ 4 Scheiben Bauern- oder Toskanabrot

¥ 8 EL Olivenöl

¥ 4 Kugeln Mozzarella (je 125 g)

¥ 2 Paprikaschoten

¥ 1 Knoblauchzehe

¥ 1 Zwiebel

¥ 1 Biozitrone

¥ 1 Zweig Rosmarin

¥ Salz & Pfeffer

## Zubereitung

1. Die Brotscheiben mit 2 EL Olivenöl bepinseln oder beträufeln, salzen und auf das Ofengitter legen.
2. Die Mozarellakugeln trocken tupfen, kreuzförmig einschneiden und in eine ofenfeste Form setzen. Zitrone heiß abwaschen, trocken reiben, dünne Scheiben abschneiden und in die Mozarellakugeln stecken.
3. Den Knoblauch schälen. Den Rosmarin waschen und trocken schütteln, die Nadeln und den Knoblauch fein hacken. Vom Rest der Zitrone die Schale abreiben und den Saft auspressen. Alles mit 2 EL Olivenöl verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Soße über den Mozzarella gießen und den Backofen auf 220 °C vorheizen.
4. Für das Paprikagemüse die Paprikaschoten waschen, halbieren, entkernen und in Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen und ebenfalls in Streifen schneiden.
5. In einer Pfanne 4 EL Olivenöl erhitzen und die Paprika- und Zwiebelstreifen darin ca. 12 Minuten anbraten. Nach 6 Minuten Bratzeit den Mozzarella in den heißen Ofen (Mitte) schieben, die Brote auf dem Rost direkt darüber. Käse und Brote ca. 5 Minuten rösten.
6. Das Paprikagemüse mit Salz und Pfeffer würzen, dann mit Mozzarella und Röstbrot servieren.

# Cheesecake Double Nougat

## Zutaten

- ¥ 250 g Butterkekse
- ¥ 70 g Butter
- ¥ 1 Stange Nougat Noir
- ¥ 1 Stange Nougat Krokant
- ¥ 600 g Frischkäse
- ¥ 200 g Crème fraîche
- ¥ 80 g Zucker
- ¥ 1 Vanilleschote
- ¥ 4 Eier
- ¥ Schale einer Zitrone
- ¥ 1 Prise Meersalz

## Zubereitung

1. Die Kekse in einem Mixer fein mahlen oder in einem Gefrierbeutel geben und mit einem Nudelholz klein walzen.
2. Eine Springform einfetten, den Backofen auf 160 °C vorheizen.
3. Die Butter mit den Kekskrümeln und einer Prise Salz vermischen und in der gefetteten Form gleichmäßig fest drücken. Für ca. 25 Minuten kalt stellen.
4. Die Nougatsorten in zwei verschiedene Schüsseln auf dem Wasserbad schmelzen.
5. Frischkäse, Crème fraîche, Zucker, Zitronenschale und Vanillemark verrühren. Die Eier danach hinzugeben und vorsichtig, ohne Luftblasen zu schlagen, unterrühren.
6. Die Hälfte dieser Masse mit dem geschmolzenen Nougat Noir, die andere Hälfte mit Nougat Krokant vermengen. Zuerst die Krokantmasse vorsichtig auf dem Keksboden verteilen. Dann die Noirmasse darauf geben und mit einer Gabel marmorieren.
7. Die Springform mit Alufolie einschlagen, um sie abzudichten.
8. Ein tiefes Blech mit Wasser füllen und die Springform in das Wasserbad stellen. Im Ofen für ca. 1 Stunde backen. Wichtig: Während der Backzeit den Ofen nicht öffnen!
9. Den Cheesecake herausnehmen und für einen Tag kalt stellen.

# Chicken Tikka Masala

## Zutaten

¥ 400 g HŠhnchenbrust  
¥ 250 ml Naturjoghurt  
¥ 30 g Ingwer  
¥ 1 Zwiebel  
¥ 200 g Fleischtomate  
¥ 2 Chilischoten  
¥ 2 Knoblauchzehen  
¥ 2 TL Koriandersamen  
¥ 2 TL Senfkšrner  
¥ 2 EL Pflanzenšl  
¥ 1 EL Tomatenmark  
¥ 200 g passierte Tomaten  
¥ 1 Bund Koriander  
¥ 5 EL Limettensaft  
¥ 1 Limettenabrieb  
¥ Salz

## Zubereitung

1. Die Hŷhnerbrust grob wŷrfeln und in einer Schŷssel mit dem Joghurt vermengen und abgedeckt fŷr 4-6 Stunden oder ŷber Nacht im Kŷhlschrank einlegen.
2. Den Ingwer und die Zwiebeln schŷlen und die Tomaten, Zwiebeln und den Ingwer in feine Wŷrfel schneiden. Die Kerne der Chilischoten entfernen und klein hacken und den Knoblauch in Wŷrfel schneiden.
3. Die Koriandersamen, Senfkšrner, Chilischote und die Knoblauchzehen in einer Pfanne anrŷsten.
4. Die Gewŷrzmischung, Tomaten, Zwiebeln, Knoblauch, Ingwer und Chili mit etwas Salz in einen Mŷrser geben und zhu einer Paste mŷrsen.
5. Die Hŷhnerbrust aus dem Joghurt nehmen, trockentupfen und in einem flachen Topf in etwas Pflanzenšl anbraten. Die Gewŷrzpaste und Tomatenmark dazugeben und mit einkochen lassen.
6. Mit den passierten Tomaten ablŷschen und fŷr ca. 10 Minuten bei mittlerer Hitze zu einer Sauce einkochen.
7. Den Koriander grob hacken und kurz vor dem Anrichten zusammen mit dem Limettensaft und -abrieb unter das Tikka Masala mischen.

# Falscher Schweinebraten

## Zutaten

- ¥ 10 mittelgroße festkochende Kartoffeln
- ¥ 2 große Zwiebeln
- ¥ 4 KrŠuterseitlinge (Pilze)
- ¥ 2 EL Butter
- ¥ 2 PŠckchen RŠucherspeck in etwas dickeren Scheiben
- ¥ 1 Rosmarinzweig
- ¥ 250 ml Rotwein
- ¥ 60 ml Sake
- ¥ 30 ml SojasoŠe
- ¥ Salz & Pfeffer

## Zubereitung

1. Die Kartoffeln schŠlen und in Viertel schneiden, dann kochen, bis sie weich sind. (vll. in Milch statt Wasser kochen, dann werden sie cremiger)
2. Das Wasser abgieŠen, anschließend die Kartoffeln grob stampfen und etwas abkŸhlen lassen.
3. Den Ofen auf 120 Grad vorheizen.
4. Die Zwiebeln schŠlen und wŸrfeln, die KrŠuterseitlinge waschen und ebenfalls wŸrfeln. Dann beides in 1 EL Butter goldbraun in einer Pfanne anbraten.
5. Die Mischung zu der Kartoffelmasse hinzugeben, miteinander vermengen und mit Salz und Pfeffer nach Belieben wŸrzen.
6. Backpapier oder Frischhaltefolie auf der Arbeitsplatte auslegen, darauf dann eine FlŠche mit Speck auslegen.
7. Die Kartoffelmasse auf dem Speck verstreichen, dann die Speckscheiben aufrollen, indem man die Frischhaltefolie nach oben faltet und die Rolle mit KŸchengarn oder Zahnstocher fixiert, so dass ein >>Braten<< entsteht. Vorsicht, die Frischhaltefolie soll natŸrlich nicht mit fixiert werden!
8. Die RosmarinblŠtter vom Stiel zupfen und den >>Braten<< mit ihnen spicken, z.B. indem man sie unter das KŸchengarn schiebt.

# Frühstücksbratlinge

## Zutaten

- ¥ 500 g Kartoffeln
- ¥ 3 Möhren
- ¥ 1 Zucchini
- ¥ 1 Zwiebel, fein gehackt
- ¥ 1 Ei
- ¥ 1/2 Bund Petersilie, fein gehackt
- ¥ 3 EL Paniermehl
- ¥ 1 TL frische Minze, fein gehackt
- ¥ Salz, Pfeffer, Pflanzenöl

## Zubereitung

1. Die Kartoffeln und die Möhren schälen, waschen und gut abtropfen lassen. In grobe Stücke schneiden.
2. Die Zucchini waschen, die Enden kappen und in grobe Stücke schneiden. Zusammen mit den Kartoffeln und den Möhren fein raspeln. In einem Sieb abtropfen lassen.
3. Die Gemüseraspeln in eine Schüssel geben. Das Ei, die Petersilie, das Paniermehl und die Minze hinzufügen, kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und alles gut vermengen. Aus der Gemüsemasse ca. 3 cm dicke Bratlinge formen.
4. Jeweils 3 EL Pflanzenöl in eine beschichtete Pfanne geben und bei mittlerer Hitze erwärmen. Je nach Pfannengröße einige Bratlinge hineingeben und von beiden Seiten goldgelb ausbacken (ca. 5 Minuten). Zum Abtropfen auf einen mit Küchenpapier ausgelegten Teller geben.
5. Zusammen mit einem Dip servieren.

# Gurkensalat

## Zutaten

¥ 1 Gurke

¥ 1 TL Salz

¥ 1 TL Zucker

¥ 1 EL Essig

¥ 1 EL ...l

¥ Dill

## Zubereitung

Die Gurke in Scheiben schneiden und mit Salz bestreuen. 10 Minuten ziehen lassen. Flüssigkeit abgießen. Essig, Zucker und ...l zugeben und mit Dill bestreuen.



# Hirsebrei

## Zutaten

- ¥ 120 g Hirse
- ¥ 300 ml Wasser
- ¥ 300 ml Milch
- ¥ 1 EL Rohrzucker
- ¥ 2 EL Honig
- ¥ 1 TL Meersalz
- ¥ 2 EL gemahlener Zimt
- ¥ Einige Himbeeren als Garnitur

## Zubereitung

1. Die Hirse mit dem Wasser und der Milch in einen Topf geben und bei mittlerer Hitze unter stetem Rühren zum Köcheln bringen.
2. Den Rohrzucker, den Honig, das Meersalz und die Hälfte des gemahlenden Zimts dazugeben, alles gut vermischen und unter stetigem Rühren köcheln lassen, bis das Ganze schön breiig ist (10-12 Minuten).
3. Vom Herd nehmen, abschmecken und bei Bedarf nachwürzen.
4. Auf zwei Schüsseln verteilen, mit dem übrigen Zimt bestreuen, mit den Himbeeren garnieren und servieren.

# H hnerbrustfiletstreifen mit Paprika und Sahne

## Zutaten

- ¥ 300g Hühnerbrustfilet
- ¥ Oliven l
- ¥ 2 Paprika
- ¥ 1 EL Tomatenmark
- ¥ 1 TL Paprikapulver
- ¥ 1 Messerspitze Cayennepfeffer
- ¥ 200ml Wasser
- ¥ 200ml Sahne
- ¥ 1 EL Br hpulver

## Zubereitung

Das Hühnerbrustfilet in Streifen schneiden und in Oliven l anbraten. Die Paprika in Streifen schneiden und mit anbraten bis das Fleisch bräunt. Tomatenmark, Paprikapulver und Cayennepfeffer dazugeben und kurz mit anr sten. Mit Wasser abl schen und das Br hpulver dazugeben. Die Sahne dazugeben und alles aufkochen lassen. Für 20 Minuten köcheln lassen. Dazu passt Reis oder Nudeln.

# Kalte Tomatensuppe mit Hackbällchen-Sticks

## Zutaten

Für die Suppe:

- ¥ 1 EL Korianderkörner
- ¥ 1 EL Langpfeffer oder Stielpfeffer (ersatzweise schwarze Pfefferkörner)
- ¥ 1 EL Zucker
- ¥ 100 ml frisch gepresster Orangensaft
- ¥ 100 ml Olivenöl
- ¥ 1 kg Tomaten
- ¥ 1 EL Currypulver oder Garam Masala
- ¥ 1 Bund Koriander

Für die Hackbällchen:

- ¥ 1 Bio-Zitrone
- ¥ 250 g Schweinehackfleisch
- ¥ 2 EL Olivenöl
- ¥ 4 EL Sojasauce
- ¥ 8 kleine Holzspieße
- ¥ Salz & Pfeffer

## Zubereitung

1. Für die Suppe Korianderkörner und Pfeffer in einem Mörser oder einem elektrischen Blitzhacker grob mahlen. In einem kleinen Topf den Zucker mit 1 EL Wasser erhitzen, bis der Zucker goldbraun karamellisiert ist. Pfeffer dazugeben und unter Rühren 30 Sekunden karamellisieren. Mit dem Orangensaft ablöschen und bei starker Hitze auf 2 EL einkochen. Topf vom Herd nehmen, die Mischung mit dem ...l verrühren, 10 Minuten ziehen lassen.
2. Die Tomaten waschen und grob zerkleinern, dabei die Stielansätze entfernen. Tomaten mit Currypulver oder Garam Masala in eine hohe Rührschüssel geben und mit einem Stabmixer fein pürieren, dann durch ein Sieb streichen. Das Pfefferöl ebenfalls durch ein Sieb gießen und unter das Tomatenpüree rühren. Mit Salz abschmecken. Suppe bis zum Servieren kalt stellen. Koriandergrün abbrausen und trockenschütteln, die Bällchen abzupfen und grob hacken.
3. Für die Hackbällchen die Zitrone heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben. Hackfleisch mit Zitronenschale, wenig Salz und reichlich Pfeffer würzen und kurz durchmengen. Mit feuchten Händen 12 kleine Bällchen aus der Masse formen.

4. In einer beschichteten Pfanne das ...l erhitzen. Darin die Hackbällchen bei mittlerer Hitze 5-6 Minuten knusprig braun braten. Zum Schluss die Bällchen ab und zu mit etwas Sojasauce bepinseln. Je 2 Bällchen auf einen Holzspieß stecken. Die Suppe in Tassen verteilen und mit Koriandergrün bestreuen, Spießchen dazulegen.

# Katsu Sauce

## Zubereitung

¥ 1/4 Cup Sake

¥ 1 teaspoon black pepper

¥ 1 teaspoon onion powder

¥ 1/4 teaspoon garlic powder

¥ 1/4 cup Worcerstershire sauce

¥ 3 tablespoon ketchup

¥ 2 tablespoon honey

¥ 1 tablespoon whole grain mustard

¥ 1 tablespoon oyster sauce

# Mie Nudeln mit Tofu und Gemÿse

## Zutaten

- ¥ 2 - 3 Packen Mie Nudeln
- ¥ 1 Packung Tofu (natur, 200g)
- ¥ 2 Eier
- ¥ 2 TL Sambal Oelek
- ¥ 1 Mšhre
- ¥ 1 Paprika
- ¥ Sesamšl
- ¥ Reisessig
- ¥ dunkle SojasoSe
- ¥ scharfe Maggiwÿrze
- ¥ Ršstzwiebeln

## Zubereitung

Die Mie Nudeln in eine Schÿssel geben und mit kochendem Wasser ÿbergieSen. 10 Minuten ziehen lassen, dann abgieSen. Den Tofu lange in einem Wok anbraten, bis er fest und brŠunlich wird. Dann die 2 Eier hinzugeben und direkt zerreiSen und vermischen mit dem Tofu. Die Mšhre und die Paprika in kleine Stÿcke schneiden und hinzugeben. Nach kurzem anbraten die SoSen (Reisessig, Sambal Oelek, SojasoSe und Maggi) hinzugeben und gut vermischen. Die Mie Nudeln hinzugeben und gut vermischen. Etwas Sesamšl und Ršstzwiebeln drÿber geben und servieren.

# Nougat-Masala Chai indischer Gewürztee

## Zutaten

- ¥ 2 Nelken
- ¥ 1 Kapsel Grüner Kardamom
- ¥ 1 TL ganzer schwarzer Pfeffer
- ¥ 3 Piment oder Nelkenpfeffer
- ¥ 100 g Ingwer
- ¥ 2 Stangen Zimt
- ¥ 5 g Assam tee
- ¥ 600 ml Milch
- ¥ 1 Stange Nougat Royal
- ¥ 1 Prise Zimt
- ¥ 1 Prise Salz

## Zubereitung

1. Nelken, Kardamomkerne, Pfeffer und Piment in einen Mörser geben und die Gewürze zerstoßen.
2. Den Ingwer schälen und in feine Streifen schneiden. Davon ein wenig zur Dekoration beiseite legen. Alle Gewürze in 0.5 l Wasser bis zum Siedepunkt bringen und 20 Minuten ziehen lassen, aber nicht kochen.
3. Den Assam tee dazu geben und nochmals 3-5 Minuten ziehen lassen.
4. Alle Gewürze abseihen. Den Gewürztee mit einer Prise Salz verfeinern und in die Gläser füllen.
5. Die Milch erhitzen, den Nougat darin komplett schmelzen und mit einem Schneebesen oder Milchaufschäumer aufschäumen, anschließend auf die Gläser verteilen.
6. Geraspelten Ingwer und eine Prise Zimt als Topping auf den Milchschaum geben und servieren.

# Nougar Mug Cake mit Erdnussbutter-Crunch

## Zutaten

- ¥ 6 EL Mehl
- ¥ 4 EL Zucker
- ¥ 1 TL gehackte, geröstete Erdnüsse
- ¥ 1/2 TL Backpulver
- ¥ 1 1/2 Stangen Nougat Classic
- ¥ 2 EL Erdnussbutter Crunchy
- ¥ 1 Ei
- ¥ 2 EL Traubenkernöl
- ¥ 20 g Puderzucker

## Zubereitung

1. Die trockenen Zutaten bis auf den Puderzucker in einer Schüssel mischen.
2. 1 Stange Nougat und die Erdnussbutter auf dem Wasserbad schmelzen lassen.
3. Ei, ...l und die Nougat-Erdnussbutter-Masse miteinander vermischen und zu den trockenen Zutaten geben.
4. Den Teig in eine Tasse füllen. Den restlichen Nougat in kleine Würfel schneiden und auf dem Teig verteilen.
5. In der Mikrowelle bei 750 Watt für etwa 3 Minuten backen.
6. Den Mug Cake mit Puderzucker bestreuen und noch warm verzehren.



# Nougat Panna Cotta mit Erdbeer-Minz-Ragout

## Zutaten

Für die Panna Cotta:

- ¥ 3 Blätter Gelatine
- ¥ 400 ml Sahne
- ¥ 2 Stangen Nougat Noir
- ¥ 2 Stangen Nougat Royal
- ¥ 1 Prise Salz

Für das Erdbeer-Minz-Ragout:

- ¥ 200 g Erdbeeren
- ¥ 15 ml Läuterzucker
- ¥ 4 Minzblätter
- ¥ etwas Zitronenabrieb

## Zubereitung

1. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen.
2. Die Sahne in einem Topf aufkochen, die eingeweichte Gelatine ausdrücken und in der Sahne auflösen.
3. Jeweils eine Sch ssel mit grob geschnittenem Nougat Noir und Nougat Royal vorbereiten.
4. Die Hälfte der Sahne über den Nougat Noir, die andere Hälfte über den Nougat Royal geben und beides zu einer glatten Masse verr hren. Mit einer Prise Salz verfeinern.
5. Die Nougat Royal-Masse in die Gläser f llen und für ca. 1 Stunde kühl stellen.
6. Danach die zweite, dunkle Masse dazu geben und für eine weitere Stunde kalt stellen.
7. In der Zwischenzeit die Erdbeeren waschen, trocken tupfen und in gleichmässige St cke schneiden.
8. Die Erdbeerst cken in eine Sch ssel geben, mit Zitronenabrieb und Läuterzucker verfeinern. Mit fein geschnittener Minze veredeln.
9. Sobald die Panna Cotta fest ist, das Erdbeer-Minz-Ragout darüber geben und servieren.

# Ofentomaten mit Honigkšse

## Zutaten

- ¥ 500 g Cocktailtomaten
- ¥ 8 Zweige Thymian
- ¥ 4 Stšngel Basilikum
- ¥ 6 EL Olivenšl
- ¥ 4 Ziegenfrischkšsetaler
- ¥ 1/2 EL Honig
- ¥ 1 EL schwarze Oliven
- ¥ 1 EL milder Essig
- ¥ Salz & Pfeffer

## Zubereitung

1. Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Die Tomaten waschen, halbieren und mit den Schnittflšchen nach oben in eine ofenfeste Form legen. Den Thymian waschen und trocken schštteln. Die Blšttchen von den Stielen streichen und mit Salz und Pfeffer Ÿber die Tomaten streuen. Die Tomaten mit 4 EL Olivenšl betršufeln und im heišen Ofen (Mitte) ca. 20 Minuten backen, bis sie leicht gebršunt sind. Dann herausnehmen.
2. Die Backofentemperatur auf 250 °C erhšhen. Die Kšsetaler nebeneinander in eine ofenfeste Form legen. Den Honig mit 1 EL Olivenšl gut verršhren. (Bei Bedarf leicht erwšrmen, damit der Honig sich auflšst.) Honigšl auf die Kšsetaler streichen und diese im Backofen 3-4 Minuten backen oder grillen, bis der Kšse leicht gebršunt ist.
3. Inzwischen das Basilikum waschen, trocken schštteln und die Blšttchen von den Stielen zupfen. Das Basilikum und die Oliven unter die gebackenen Tomaten mischen. Den Essig mit 1 EL ...l cremig schlagen und ebenfalls unterheben. Die Ofentomaten mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit den Kšsetalern auf vier Tellern anrichten. Sofort servieren.

# Pasta mit gebackenem Feta

## Zutaten

- ¥ 300 g Kirschtomaten
- ¥ 8 Stiele Thymian
- ¥ 2 Knoblauchzehen
- ¥ 1 rote Zwiebel
- ¥ 1/2 Zitrone
- ¥ 200 g Feta
- ¥ 4 EL Olivenöl
- ¥ 300 g Spaghetti
- ¥ Salz & Pfeffer

## Zubereitung

1. Tomaten waschen und gut abtropfen lassen, Thymian waschen, trocken schütteln und vom Stiel zupfen. Knoblauch schälen und fein hacken. Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Zitrone auspressen.
2. Feta abtropfen lassen und mittig in eine Auflaufform (ca. 20 x 15 cm) setzen. Tomaten, Knoblauch, Zwiebeln und Thymian um den Feta verteilen.
3. Feta und Gemüse mit Olivenöl und Zitronensaft beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und 20-25 Minuten bei 220 °C (Ober-/Unterhitze) im Ofen auf der mittleren Schiene backen.
4. Währenddessen Spaghetti nach Packungsanweisung kochen und abgießen. Kräuter waschen, trocken schütteln und grob hacken.
5. Auflaufform aus dem Ofen nehmen, Feta und Tomaten mit einer Gabel grob zerkleinern. Spaghetti aus dem Nudelsieb in die Auflaufform füllen und mit Käse und Gemüse gründlich vermengen. Servieren und Genießen.

# Pietsmiet Burger

## Zutaten

FŸr die Burger-BrŸtchen:

- ¥ 250 g Mehl
- ¥ 2 Eier
- ¥ 115 ml Wasser
- ¥ 25 g weiche Butter
- ¥ 20 g Milchpulver
- ¥ 20 g Zucker
- ¥ 5 g Salz
- ¥ 1/2 PŸckchen Trockenhefe
- ¥ etwas Sesam

FŸr den Belag:

- ¥ 1 Eisbergsalat
- ¥ 1 rote Zwiebel
- ¥ 12 Scheiben Bacon
- ¥ 8 Rindfleisch-Burger-Patties
- ¥ 4 Scheiben CheddarksŸse
- ¥ SalsasŸse & Ketchup
- ¥ ...l zum anbraten

## Zubereitung

1. Das Mehl, 1 Ei, das Wasser, die Butter, das Milchpulver, den Zucker, das Salz und die Trockenhefe erst auf niedriger, dann auf hŸherer Stufe verkneten, bis ein glatter Teig entsteht. Anschließend den Teig fŸr ca. 1 Stunde gehen lassen.
2. Den Teig in vier gleich groŸe StŸcke teilen und zu Kugeln formen. Dann die Teiglinge auf einem Backblech etwas flach drŸcken und nochmal 30 Minuten gehen lassen.
3. Das Ÿbrig gebliebene Ei trennen und die Teiglinge mit dem verquirlten Eigelb bestreichen, dann nach Belieben Sesam darŸberstreuen.
4. FŸr ca. 15 Minuten bei 180 Grad in den Ofen schieben.
5. WŸhrenddessen den Eisbergsalat vom Strunk lŸsen und waschen sowie die rote Zwiebel schŸlen und in Ringe schneiden.
6. Den Bacon und die Rindfleischpatties in etwas ...l anbraten.

7. Die Brötchen aufschneiden und für den Original PietSmiet Burger, den es auch mal bei McDonalds gab (danke, Marc Emde!), in folgender Reihenfolge belegen (von unten nach oben): zwei Lagen Bacon (am besten je zwei nebeneinander und über Kreuz), erstes Patty, eine Scheibe Cheddar-Käse, zweites Patty, Eisbergsalat, rote Zwiebelringe, Ketchup, Salsasoße.

# Pikante Currywurst mit selbstgemachter Sauce

## Zutaten

- ¥ 1 scharfe rote Peperoni
- ¥ 2 Zwiebeln
- ¥ 1 Knoblauchzehe
- ¥ 3 EL Rapsöl
- ¥ 5 EL Tomatenmark
- ¥ 2 EL Weißweinessig
- ¥ 150 ml Cola
- ¥ 2 TL Currypulver
- ¥ 1 Messerspitze gemahlene Nelken
- ¥ 1 TL Paprikapulver
- ¥ 4 Bratwurst
- ¥ 100 g Apfelmus
- ¥ 4 Scheiben Brot
- ¥ Salz & Pfeffer

## Zubereitung

1. 1 Peperoni waschen, entkernen und mit 2 Zwiebeln fein würfeln. 1 Knoblauchzehe hacken.
2. 2 EL ...l in einem Topf erhitzen und Zwiebelwürfel mit Knoblauch und 5 EL Tomatenmark ca. 3-4 Minuten anbraten.
3. Zwiebelwürfel mit 2 EL Essig, 150 ml Cola und 60 ml Wasser ablöschen. Peperoniwürfel dazugeben, mit Salz, Pfeffer, 2 TL Currypulver, 1 Msp. Nelken und 1 TL Paprikapulver würzen und ca. 10 Minuten einkochen lassen.
4. 1 EL ...l in einer Pfanne erhitzen und Bratwurst darin ca. 10 - 12 Minuten rundherum braten.
5. 100 g Apfelmus unter die Sauce rühren, aufkochen und pökieren. Currysauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.
6. Bratwurst in Scheiben schneiden und mit Brot servieren.

# Pizzateig

## Zutaten für 2 Bleche

¥ 250 ml lauwarmes Wasser

¥ 1 Würfel Hefe

¥ 1 TL Zucker

¥ 1 TL Salz

¥ 2 EL Olivenöl

¥ 500 g Mehl

## Zubereitung

Das Wasser mit der Hefe und dem Zucker verrühren und 10 Minuten stehen lassen. Das Salz, das Olivenöl und das Mehl dazugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals durchkneten und in 2 Portionen teilen. Jede Portion zu einem Fladen ausrollen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Die Pizzaböden mit Tomatensauce bestreichen und nach Belieben belegen. Die Pizza im vorgeheizten Backofen bei 220-240 Grad 15-20 Minuten backen.

# Spinatklösschen mit Tomatensalat

## Zutaten

Für die Kl ssen:

-   100 g junger Blattspinat
-   150 g Magerquark
-   2 Scheiben Toastbrot
-   1 kleine Knoblauchzehe
-   1 EL weiche Butter
-   1 Messerspitze abgeriebene Bio-Zitronenschale
-   100 g Ziegenfrischkäse
-   Salz & Pfeffer

Für den Tomatensalat:

-   500 g Tomaten
-   2 Schalotten
-   1/2 Bund Petersilie
-   2 EL Weißweinessig
-   1/2 TL Zucker
-   5 EL Oliven l
-   Salz & Pfeffer

## Zubereitung

1. Spinat waschen, abtropfen lassen und verlesen, grobe Stiele abschneiden. Wasser in einem Topf aufkochen und salzen. Spinat ins kochende Salzwasser geben, nach ca. 15 Sekunden in ein Sieb abgie en, eiskalt abschrecken und abtropfen lassen. Mit einem Löffel ausdrücken und hacken.
2. Quark in einem Küchentuch ausdrücken. Toast entrinden und zu Bröseln hacken. Knoblauch sch len und fein w rfeln. Butter mit Zitronenschale, Salz und Pfeffer mit den Schneebesen des Handrührgeräts cremig rühren. Quark, Ziegenkäse, Spinat, Knoblauch und die Toastbr sel dazugeben. Alles zu einer glatten Masse verr hren, salzen und pfeffern. Mit angefeuchteten Händen kleine Kugeln aus der Masse formen. Die Kugeln zugedeckt ca. 30 Minuten kalt stellen.
3. Inzwischen für den Salat die Toamten waschen, vom Stielansatz befreien, halbieren und w rfeln. Schalotten sch len und fein w rfeln. Petersilie waschen und trocken sch tteln, Blätter abzupfen und bis auf einen kleinen Rest fein hacken. Essig, Salz, Pfeffer und Zucker mit einem Schneebesen verquirlen. Das Oliven l unterschlagen, bis eine cremige Sauce entstanden ist. Tomaten, Schalotten und Petersilie untermischen.
4. Den Tomatensalat mit den Spinatb llchen anrichten und die übrige Petersilie obendrauf



streuen. Dazu passt frisches Baguette oder Fladenbrot.

# SŸS Saure SoSe

## Zutaten

- Ÿ 4 EL Zucker
- Ÿ 4 EL weiSer Essig
- Ÿ 1 EL ...l
- Ÿ 1 EL SojasoSe
- Ÿ 1 haselnussgroSeS StŸck Ingwer
- Ÿ 2 Teelšffel StŠrkemehr
- Ÿ 1 Dose Mandarinen oder 1/2 Dose Ananas

## Zubereitung

1. Ingwer sehr klein schneiden
2. Zucker, ...l, Essig, SojasoSe, Ingwer, Tomatenmark in einen Topf geben und langsam zum kochen bringen (Stufe 7)
3. Komplott abtropfen lassen in eine kleine Tasse
4. Das StŠrkemehl in den Kompottsafte einrŸhren
5. Das angerŸhrte StŠrkemehl zu der kochenden FlŸssigkeit im Topf geben und kurz aufkochen. Der Herd kann jetzt ausgestellt werden. Noch ein bisschen kochen lassen (es sollte jetzt ein bisschen dick werden). KompottfrŸchte in die SoSe geben und servieren.š

# Taco Seasoning

## Zutaten

¥ 4 EL Chilipulver

¥ 1 TL Knochblauchpulver

¥ 1 TL Zwiebelpulver

¥ 1 TL rote Chiliflocken

¥ 1 TL Oregano

¥ 2 TL Paprikapulver

¥ 1 EL Kreuzkümmel gemahlen

¥ 3 TL Salz

¥ 4 TL Pfeffer gemahlen

# Zucchini-Lasagne

## Zutaten

¥ 4 EL Mandelmus  
¥ 100 ml Wasser  
¥ 4 Zucchini  
¥ 2 Gemüsezwiebeln  
¥ 4 Knoblauchzehen  
¥ 500 g Rinderhackfleisch  
¥ 2 EL Tomatenmark  
¥ 2 Dosen Tomaten (stckig)  
¥ 2 EL Curry  
¥ 2 EL Oregano (getrocknet)  
¥ 2 EL Paprikapulver (scharf)  
¥ 2 EL Chiliflocken  
¥ 2 EL Basilikum (getrocknet)  
¥ 8 EL Kse (gerieben, fettarm)  
¥ Salz & Pfeffer

## Zubereitung

1. Den Ofen auf 200 Grad vorheizen.
2. Das Mandelmus mit dem Wasser in eine Schssel geben und mit einer Prise Salz und Pfeffer wrzen. Gut umrühren.
3. Die Zucchini waschen und die Enden abschneiden. Danach in dünne Scheiben schneiden und mit etwas Salz bestreuen.
4. Die Zwiebeln und den Knoblauch schlen und klein schneiden. Beides in einer Pfanne anbraten, bis sie glasig werden. Dazu brauchst du kein ...l. Es eignen sich genauso Wasser oder Brühe.
5. Nun das Hackfleisch hinzufügen und bei mittlerer hitze mitbraten, bis es vollkommen durchgebraten ist. Dabei immer gut umrühren.
6. Das Tomatenmark, die Tomaten und die Gewürze zum Fleisch geben und alles gut miteinander vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, danach die Pfanne von der Herdplatte nehmen.
7. Den Boden einer Auflaufform mit Zuccinischeiben auslegen. Darauf dann eine Schicht der Hack-Tomaten-Soße geben. Die dritte Schicht bildet die Mandelmus-Mischung. Gib 4-6 EL über die Lasagne. Nun folgt wieder eine Schicht aus Zucchini und darauf noch einmal eine Schicht mit Hack-Tomaten-Soße usw. Bestreue die Lasagne abschließend mit dem Kse. Falls noch etwas von der Mandelmus-Mischung brig ist, verteile sie über die Lasagne.

8. Die Lasagne ca. 20 Minuten backen, bis sie eine goldbraune Farbe hat.