

Mutti's Kochbuch



© 2011 Hannelore Reinhart
Layout: Felix Reinhart
Datum: 1. Oktober 2018

Inhaltsverzeichnis

1	Suppen und Salate	3
1.1	Grießklößchensuppe	4
1.2	Bunter Salat	5
1.3	Tomaten mit Mozzarella	6
2	Hauptgerichte	7
2.1	Weißer Spargel	8
2.2	Pfannkuchen mit Spinat	9
2.3	Pikanter Lauchkuchen (oder Zucchinikuchen)	10
2.4	Blumenkohl-Nudel-Auflauf	11
2.5	Lasagne mit Spinat und Lachs	12
2.6	Forelle in Alufolie	13
2.7	Sauerkraut mit Flönz und Kartoffelpüree	14
3	Beilagen & Soßen	15
3.1	Knoblauch-Sauce	16
4	Desserts und Süßspeisen	17
4.1	Tiramisu	18
4.2	Kaiserschmarrn	19
4.3	Grießbrei mit Obst	20
4.4	Schneetorte	21
4.5	Schokoladenkuchen	22



Suppen und Salate

1.1	Grießklößchensuppe	4
1.2	Bunter Salat	5
1.3	Tomaten mit Mozzarella	6





1.1 Griesbällchensuppe

🕒 ca. 30 Minuten

Zutaten für 3–4 Personen:

50–60g Butter

1–2 Eier

100–120g Grieß

Salz, Muskat, evtl. etwas
zerdrückten Knoblauch

1½l Gemüsebrühe (instant)

Zubereitung:

- 1** Butter mit Schneebesen schaumig rühren, abwechselnd Grieß und Eier hinzugeben, würzen, Teig etwas anziehen lassen.
- 2** In die kochende Brühe mit nassem Kaffeelöffel (vorher in die heiße Brühe tauchen, damit der Teig sich besser vom Löffel löst) Klößchen einlegen und 10 bis 15 Minuten langsam ziehen lassen.





1.2 Bunter Salat

🕒 ca. 20–30 Minuten

Zubereitung:

Zutaten für 2 Personen:

Tomaten
Paprikaschoten
Gurke
(rote) Zwiebel oder
Frühlingszwiebeln
Mais aus der Dose
Evtl. Blattsalat

- 1** Aus den obigen Zutaten Salatsoße herstellen.
- 2** Gemüse waschen und klein schneiden nach Belieben.
- 3** Alles in die Salatschüssel geben und mit der Soße vermischen.

Weitere Zutaten:

Schafskäse
Thunfisch aus der Dose
Oliven
In Olivenöl und Knoblauch
gebratene Schrimps o.ä.

Salatsoße:

1–2 Esslöffel Balsmico-
Essig dunkel
1 Esslöffel Olivenöl
1 Prise Zucker
1 Teelöffel gekörnte
(Gemüse-)Brühe
Pfeffer
Evtl. frische Kräuter
(z.B. Basilikum)



1.3 Tomaten mit Mozzarella

🕒 ca. 15 Minuten

Zutaten für 1 Person:

2–3 Tomaten

$\frac{1}{2}$ Päckchen Mozzarella

Balsamico-Essig dunkel

Olivenöl

Prise Zucker, Salz, Pfeffer

Frisches Basilikum

Zubereitung:

- 1** Tomaten waschen und in Scheiben schneiden, auf einer Platte bzw. einem Teller anrichten.
- 2** Salzen und pfeffern.
- 3** Mozzarella in Scheiben schneiden und auf den Tomaten anrichten.
- 4** Aus Essig, Öl, Salz, Pfeffer und Zucker eine Soße herstellen und über die Tomaten und den Mozzarella verteilen.
- 5** Mit Basilikumblättern garnieren.

Hauptgerichte

2.1	Weißer Spargel	8
2.2	Pfannkuchen mit Spinat	9
2.3	Pikanter Lauchkuchen (oder Zucchini-kuchen)	10
2.4	Blumenkohl-Nudel-Auflauf	11
2.5	Lasagne mit Spinat und Lachs	12
2.6	Forelle in Alufolie	13
2.7	Sauerkraut mit Flönz und Kartoffelpüree	14





2.1 Weißer Spargel

🕒 ca. $\frac{1}{2}$ Stunde

Zutaten für 2 Personen:

1000g weißer Spargel

6–8 Frühlingsskartoffeln
(je nach Größe)

6–8 Scheiben gekochter Schinken

20–30g Butter

1 Knoblauchzehe

Salz, Zucker, Muskat, Pfeffer,
frischer Thymian oder Rosmarin,
1 Teelöffel Zitronensaft

Zubereitung:

- 1** Kartoffeln waschen und in einem Sieb als Pellkartoffeln mit Thymian oder Rosmarin gar kochen.
- 2** Spargel schälen und waschen.
- 3** Kochwasser mit Zitronensaft, Salz, Zucker und Muskat den Spargel je nach Dicke der Stangen ca. 10–12 Minuten kochen, dann ausschalten und nach noch nachgaren. Die Stangen dürfen sich nicht zu sehr durchbiegen (Probe mit Messer machen).
- 4** In der Zwischenzeit die Butter im Stövchen mit zerdrückter Knoblauchzehe schmelzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 5** Pellkartoffeln abpellen.
- 6** Spargel, Kartoffeln, Knoblauchbutter und Schinken anrichten.
- 7** Nach Belieben noch eine Sauce Hollandaise zubereiten.



2.2 Pfannkuchen mit Spinat

🕒 ca. 20–25 Minuten

Zutaten für 2 Personen:

250g Mehl

1 Ei

Milch

100g Speckwürfel

400g Tiefkühlrahmspinat
(+ Blattspinat nach Belieben)

Muskat, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

- 1** Aus Mehl, Milch und Ei einen zähflüssigen Teig herstellen.
- 2** Den Tiefkühlspinat im Topf bei milder Hitze auftauen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
- 3** Die Pfannkuchen im Fett mit den Speckwürfeln (1 mittlerer Esslöffel pro Pfannkuchen) ausbacken während der Spinat auftaut.
- 4** In der Zwischenzeit die Butter im Stövchen mit zerdrückter Knoblauchzehe schmelzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



2.3 Pikanter Lauchkuchen (oder Zuccinikuchen)

- 🕒 Teig ca. 10 Minuten
+ 1 Stunde Ruhezeit
- 🕒 Füllung 30 Minuten
- 🕒 Backzeit 25–30 Minuten

Zutaten für 2–3 Personen:

Teig:

200g Mehl
100g kalte Margarine oder Butter
1 Messerspitze Salz
1–2 Esslöffel kaltes Wasser
Öl zum Einfetten

Lauchfüllung:

750g Lauch
100–125g durchwachsener Speck
2 Esslöffel Öl
Etwas Zitronensaft
Sojasoße, Pfeffer, Salz, Kümmel
gemahlen, Muskat, süßes Papri-
kapulver
1 Becher saure Sahne oder
Crème fraîche
1–2 Eier
50g geriebener Käse (oder nach
Belieben mehr)

Zubereitung:

- 1** Den Knetteig für eine Springform mit obigen Zutaten vorbereiten und kühl stellen.
- 2** Den Lauch putzen (waschen, gucken, dass kein Dreck mehr zwischen den einzelnen Schichten ist. Dafür u. U. die Lauchstangen der Länge nach halbieren und dann waschen) und in kleine Stücke schneiden.
- 3** Den Teig dünn ausrollen und kleinen Rand für die Springform herstellen. Mit der Gabel mehrmals einstechen und im Ofen bei ca. 200 Grad (Umluft 180 Grad) 10 Minuten vorbacken.
- 4** In der Zeit Speck und Lauch im Öl in einer Pfanne leicht andünsten und mit Zitronensaft, Sojasoße, Kümmel, Salz und Pfeffer abschmecken und etwas abkühlen lassen.
- 5** In dieser Zeit die Soße mit dem Mixer (Schneebeesen) herstellen aus saurer Sahne, Ei und Gewürzen.
- 6** Auf dem vorgebackenen Boden Lauchfüllung verteilen und mit dem geriebenen Käse bestreuen.
- 7** Im Ofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) ca. 25 Minuten backen.
- 8** Für die **Zuccinifüllung** die Zucchini waschen Ende abschneiden und in Scheiben schneiden. In Öl mit dem Speck anbraten und mit Zitronensaft, Sojasoße, Salz, Pfeffer abschmecken. Für die Soße statt saurer Sahne süße Sahne verwenden oder auch Crème fraîche, sonst wie oben.



2.4 Blumenkohl-Nudel-Auflauf

🕒 ca. 1 Stunde

Zutaten für 2–3 Personen:

1 Blumenkohl
 250g Nudeln oder Makkaroni
 Salzwasser für die Nudeln
 Salzwasser mit Muskat und etwas
 Milch für den Blumenkohl
 150g Schinkenspeck
 2 Eier
 $\frac{1}{2}$ Becher Crème fraîche oder
 süße Sahne
 1 Päckchen helle Soße
 ($\frac{1}{4}$ l Flüssigkeit)
 Zitronensaft, Muskat, Paprika-
 pulver
 Geriebener Käse
 Öl oder Butter für die Auflauf-
 form

Zubereitung:

- 1** Den Blumenkohl putzen, vom Strunk abtrennen, in Röschen zerteilen und waschen, abtropfen lassen.
- 2** Das Wasser mit Salz und Muskat zum Kochen bringen, Milch hinzufügen (damit der Blumenkohl schön weiß bleibt).
- 3** Dann die Blumenkohlröschen ins kochende Wasser legen und bei milder Hitze gar kochen (nicht zu weich!) und im Sieb abtropfen lassen.
- 4** Gleichzeitig auch das Nudelwasser zum Kochen bringen und die Nudeln nach Anleitung kochen und abschrecken, im Sieb abtropfen lassen.
- 5** Während der Kochzeit die Soße zubereiten. Dazu die helle Soße nach Anleitung zubereiten und mit Muskat und Zitronensaft abschmecken.
- 6** Die Eier und die Sahne/Crème fraîche miteinander mit den Schneebeesen verrühren und mit Paprikapulver leicht würzen.
- 7** Beide Soßen miteinander vermischen, die helle Soße darf dabei nicht kochen!
- 8** Die Nudeln in die gefettete Auflaufform geben und mit den Speckwürfeln vermischen.
- 9** Die Blumenkohlröschen auf den Nudeln verteilen und mit der Soße überziehen.
- 10** Zuletzt den geriebenen Käse darüber geben.
- 11** Im Backofen bei 160–180 Grad 25–30 Minuten backen.



2.5 Lasagne mit Spinat und Lachs

🕒 ca. 1 Stunde

Zutaten für 2 Personen:

300g Tiefkühlblattspinat

8 Lasagneblätter
(ohne vorkochen)

200–250g Lachsfilet frisch
oder tiefgekühlt

$\frac{1}{2}$ l helle Soße (Päckchen)

150g geriebener Käse

Öl, Salz, Pfeffer, Muskat, Zitronensaft, Knoblauchzehe, evtl. Zwiebel

Zubereitung:

- 1** Lachsfilet (auftauen), waschen, säuern, salzen und ziehen lassen.
- 2** Tiefkühlspinat auftauen (Mikrowelle oder im Topf in kochendem Salzwasser).
- 3** Abgetropften Spinat in heißem Öl mit klein geschnittenem Knoblauch (evtl. mit Zwiebelwürfeln) andünsten und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
- 4** Die helle Soße nach Anleitung zubereiten.
- 5** Den Fisch in kleine Stücke schneiden.
- 6** Die Auflaufform mit Öl auspinseln.
- 7** Lagenweise die Lasagneblätter, Soße, Spinat, Soße, Fisch, Lasagneblätter, Soße, Spinat, Soße, Spinat und Käse in die Auflaufform füllen.
- 8** Die Lasagne im Backofen bei 200 Grad (Umluft 170 Grad) 25–30 Minuten backen.



2.6 Forelle in Alufolie

🕒 ca. 45 Minuten

Zubereitung:

Zutaten für 2 Personen:

2 mittelgroße, ausgenommene Forellen

1 Strauß glatte Petersilie

1–2 Knoblauchzehen

2 Zitronenviertel

Salz, Pfeffer, Zitronensaft, Öl

Alufolie

1 Forellen waschen, mit Zitronensaft den Bauchraum austropfeln, salzen, pfeffern und ziehen lassen.

2 Petersilie waschen, Knoblauch schälen und in kleine Scheiben schneiden. Petersilie und Knoblauchscheiben in den Bauch füllen.

3 Alufolie in Stücke trennen und mit Öl bepinseln.

4 Die vorbereiteten Forellen in die Mitte legen und die Folie zusammenrollen und -drücken.

5 Im Backofen bei 200 Grad 20–25 Minuten backen.

6 Mit Zitronenvierteln servieren.

7 Als **Beilagen** reicht man Salz- oder Pellkartoffeln mit gekochtem Gemüse (Möhren, Broccoli o.a.) oder grünen Salat.

8 Variation mit Mandelbutter: In heißer Butter in einer Pfanne Mandelblättchen sanft bräunen und zur Forelle reichen.



2.7 Sauerkraut mit Flönz und Kartoffelpüree

🕒 ca. 45 Minuten

Zutaten für 2–4 Personen:

1 Dose Mildessa Sauerkraut
(oder anderes)
1 große Zwiebel
1 Apfel
Öl oder Schmalz
Etwas Speckwürfel
1–2 Lorbeerblätter
ca. 4 Wacholderbeeren
1 Teelöffel Kümmel
 $\frac{1}{4}$ l Gemüsebrühe (instant)
1 Esslöffel Honig
Pfeffer
 $\frac{1}{2}$ –1 Ring geräucherte Blutwurst
Mehl zum Stäuben
Senf
Kartoffeln, Salz, Milch, Muskat

Zubereitung:

- 1** Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden.
- 2** Salzkartoffeln kochen.
- 3** Für das Sauerkraut die Zwiebel und den Apfel klein schneiden.
- 4** Öl oder Schmalz erhitzen und Zwiebeln, Speckwürfel und Apfel andünsten.
- 5** Das Sauerkraut dazugeben und mit der Brühe ablöschen.
- 6** Gewürze dazu geben und 15 Minuten köcheln lassen. Mit Honig abschmecken.
- 7** Das Püree aus den fertig gekochten Salzkartoffeln zubereiten. Kartoffeln abgießen und mit etwas Milch im Topf erwärmen.
- 8** Mit den Schneebesen und dem Mixer alles in einem Rührbecher zusammen mit Muskat und Salz schlagen. Evtl. noch Milch hinzufügen, falls das Püree zu fest ist.
- 9** In einer Pfanne das Öl erhitzen und die in Scheiben geschnittene und mit Mehl bestäubte Flönz von beiden Seiten kurz und sanft braten.
- 10** Als **Variation** auch Nürnberger Rostbratwürstchen oder Leberkäse im Kraut erwärmen oder separat braten.
- 11** Zu den Fleischbeilagen Senf reichen.

Beilagen & Soßen

3.1	Knoblauch-Sauce	16
-----	---------------------------	----





3.1 Knoblauch-Sauce

🕒 ca. 5 Minuten

ca. $\frac{1}{2}$ Quark

ca. $\frac{1}{2}$ Joghurt

1 Knoblauchzehe

1 Prise Zucker

1 Schuss Worcestershiresauce
oder Sojasoße

Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1 Zutaten in eine Schüssel geben und glatt rühren.

2 Je nach Vorlieben abschmecken.

Desserts und Süßspeisen

4.1	Tiramisu	18
4.2	Kaiserschmarrn	19
4.3	Grießbrei mit Obst	20
4.4	Schneetorte	21
4.5	Schokoladenkuchen	22





4.1 Tiramisu

🕒 ca. $\frac{1}{2}$ Stunde

Zutaten für 8 Portionen:

500g Löffelbiscuits

500g Mascapone

4 Eier

125g Zucker

10 Esslöffel Amaretto

1 Tasse starken Kaffee
(mit Zucker)

10g (1 Esslöffel) Pudergelantine

Kakaopulver

Zubereitung:

- 1** Kaffee kochen, süßen und abkühlen lassen.
- 2** Eier trennen.
- 3** Eiweiß steif schlagen.
- 4** Eigelb und Zucker cremig rühren.
- 5** Mascapone, Pudergelantine und Amaretto dazugeben.
- 6** Eiweiß unter die Creme heben.
- 7** Löffelbiscuits mit Kaffee beträufeln
(ca. 1 Teelöffel pro Bisquit).
- 8** Biscuits und Creme in Schale schichten
(Bisquit, Creme, Bisquit, Creme).
- 9** 3 Stunden kalt stellen.
- 10** Vor dem Verzehr mit Kakaopulver bestreuen.



4.2 Kaiserschmarrn

🕒 ca. 20 Minuten

Zutaten für 1 Personen:

125g Mehl

4 Eier

$\frac{1}{4}l$ Milch

1 Prise Salz

Sultaninen

Butter zum Ausbacken

Puderzucker zum Bestreuen

Obstkonserven oder als Kompott
frisch z.B. Glas Kirschen vom
Vater oder Apfelmus

Zubereitung:

- 1** Eier trennen und das Eiklar zu Schnee schlagen.
- 2** Mehl, Eigelb, Milch, Salz mit den Schneebesen zu einem glatten Teig verrühren. Den Eischnee darunter heben.
- 3** Butter in einer Pfanne erhitzen und den Teig hinein geben. Die Sultaninen dazugeben und alles bei milder Hitze backen.
- 4** Wenn die zweite Seite gebacken ist, mit einem Pfannenwender alles zerstoßen und nochmals kurz rösten.
- 5** Mit Puderzucker bestreuen.
- 6** Dazu reicht man das Kompott.



4.3 Grießbrei mit Obst

🕒 ca. 20 Minuten

Zutaten für 1–2 Personen:

1l Milch
4 Esslöffel Zucker
1 Prise Salz
Zitronenschale
125–130g Grieß (Hartweizen oder Weichweizen)
2 haselnussgroße Stückchen Butter
Evtl. 1 Ei
Obst

Zubereitung:

- 1** Milch mit Zucker zum Kochen bringen, Salz und Zitronenschale hinzugeben.
- 2** Von der Herdplatte nehmen und den Grieß reinrieseln lassen. Mit einem Schneebesen umrühren und auf der ausgeschalteten Herdplatte ca. 10–15 Minuten quellen lassen.
- 3** Die Butter dazu geben und evtl. ein Ei ganz oder nur das Eigelb einrühren.
- 4** Frisches Obst (Erdbeeren), frischen Kompott oder Obst aus der Konserve (z.B. vom Vater) dazu reichen.
- 5 *Alternativ mit Milchreis:*** 1l Milch mit Zucker zum Kochen bringen. 200g Milchreis in die kochende Milch geben. Zitronenschale und Prise Salz dazu geben, umrühren. Die Masse bei ganz geringer Temperatur 30–45 Minuten ausquellen lassen. Aufpassen, dass der Reis nicht anliegt bzw. überkocht. Zwischendurch umrühren. Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten.



4.4 Schneetorte

- 🕒 Böden 30–50 Minuten je nach Anzahl der Backformen
- 🕒 Füllung 20 Minuten
- 🕒 Kühlzeit mindestens $1\frac{1}{2}$ –2 Stunden

Zutaten für 16 Portionen:

Teig:

- 100g Margarine
- 100g Zucker
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 1 Prise Salz
- 4 Eigelbe
- 125g Mehl
- $\frac{1}{2}$ Teelöffel Backpulver

Belag:

- 4 Eiweiß
- 200g Zucker
- 100g gehobelte Mandeln

Füllung:

- 375–500g Obst (z.B. Beeren, Pfirsiche o.ä.)
- 1–2 Päckchen Tortenguss, Zucker
- 1–2 Becher Schlagsahne
- 2 Päckchen Sahnesteif
- Evtl. statt dem 2. Becher Sahne
- 1 Becher Joghurt, dann etwas Gelatine (instant)
- Zucker

Zubereitung:

- 1** Die Eier trennen und das Eiklar steif schlagen und den Zucker unterschlagen.
- 2** Aus Margarine, Zucker, Eigelb, Vanillezucker, Salz, Mehl und Backpulver einen Rührteig herstellen.
- 3** Den Teig in zwei gleichgroße Teile teilen und in 2 gleichgroßen Springformen oder nacheinander in eine Springform geben.
- 4** Eine Hälfte des Eischnees auf dem Teig verteilen und die Hälfte der Mandeln darüber geben.
- 5** Im Backofen beide Böden bei 175–200 Grad 20 Minuten backen.
- 6** Die Ränder vorsichtig lösen und erkalten lassen.
- 7** Je nach dem im Anschluss dann den 2. Boden backen.
- 8** Wenn alles erkaltet ist, die Füllung auf den unteren Boden aufbringen.
- 9 Zubereitung der Füllung:**
 1. Gut abgetropfte Früchte auf dem Boden verteilen.
 2. Tortenguss mit Wasser oder Fruchtsaft und Zucker herstellen und über die Früchte geben.
 3. Die Sahne mit Zucker steif schlagen, Sahnesteif nach Anweisung dazu geben (evtl. vorher den Joghurt mit Zucker verrühren und die Sahne darunter heben).
- 10** Die Masse über den Früchten gleichmäßig verteilen und den zweiten Boden draufsetzen.
- 11** Die Torte im Kühlschrank aufbewahren.



4.5 Schokoladenkuchen

🕒 ca. $\frac{3}{4}$ Stunde

Zutaten für 8 Personen:

250g Margarine

350g Zucker

350g Mehl

4 Eier

4 Esslöffel Kakao

1 Päckchen Backpulver

1/2 Glass Wasser

Zubereitung:

- 1** Margarine in Topf schmelzen.
- 2** Schrittweise Zucker, Kakao und Wasser unter Rühren hinzufügen und gesamte Masse zum Kochen bringen.
- 3** 1/2 Glass der Kakaomasse für späteren Guss abfüllen.
- 4** Eier, Mehl und Backpulver mit Kakaomasse anrühren.
- 5** Kuchenform einfetten und mit Paniermehl einstäuben. Kuchenmasse einfüllen.
- 6** Kuchen im vorgeheizten Ofen bei 175 Grad ca. 45 Minuten backen.
- 7** Kuchen vor dem Stürzen aus der Form ca. 1 Stunde abkühlen lassen.
- 8** Kuchen mit dem Guss besteichen. Wenn der Guss zu kühl ist, kurz in der Mikrowelle bei 300 Watt für ca. 30 Sekunden aufwärmen.
- 9** Guss abkühlen lassen.

