

# Apfelschokokuchen

Dieser Kuchen wurde von Marcus Schenk in seinem Livegruppenevent "Stay home" in "Backen und Kochen mit Kenwood" gepostet.



## **Zutaten:**

250 gr. Butter  
5 Eier  
250 gr .Mehl  
260 gr. Zucker  
50 gr. Kakao  
4 Äpfel  
1 TL Backpulver

## **Zubereitung:**

Zutaten bereitstellen



Backform fetten und bemehlen oder mit Brotkrümeln auskleiden. Ich hatte eine Gugelhupfform, aber ich hab gesehen, dass andere auch mit einem Backblech o. ä. gute Ergebnisse hatten.



Ofen auf 250 gr. 0/U vorheizen.

Lt. Marcus alle Zutaten bis auf Backpulver in die Schüssel geben und vermischen. Zum Schluss das Backpulver zugeben. Wer noch Rotweinreste o.ä. hat, kann diese so auch in den Kuchenteig geben.

Ich gehe bei Rührkuchen immer wie folgt vor:

Butter und Zucker in die Schüssel geben, Flexi einsetzen und die Butter schaumig schlagen (gerne ein paar Minuten, je länger desto besser). Dabei nach und nach die Eier untermischen. Dann den Kakao zugeben und zum Schluss Mehl/Backpulver zugeben, da nur noch ganz kurz rühren.



Dann Äpfel schälen und würfeln, z.B. mit Würfelschneider. Wir haben einen einfachen Apfelschneider verwendet.



Gestern im Event haben wir den Teig in die Form gegeben und dann einen Apfel darüber geschnitten.

Da der Apfel im Kuchen klasse schmeckte, haben wir heute beim Nachbacken 4 Äpfel genommen und sie im Teig mit einer Gabel untergehoben.



Dann den Teig noch in die Form geben und in den Ofen stellen.  
Nach Einfüllen in den Ofen von 250 auf 200 Grad zurückdrehen,  
Und nach weiteren 10 Minuten auf 180 Grad 0/U reduzieren,

Stäbchenprobe und guten Appetit.



Danke für das klasse Event lieber Marcus gestern, dass uns von  
der Coronaquarantäne etwas abgelenkt hat.

---

**Basilikumpesto Pesto alla**

# Genovese



Man stellt sich einfach Knoblauch, Parmesan, geröstete Pinienkerne, abgezapftes Basilikum und etwas Öl bereit und gibt es der Reihe nach oben in den Einfüllschacht vom Multizerkleinerer und lässt das Messer laufen. Thats it.

Hier noch die detailliertere Beschreibung:

Zutaten:

1 Knoblauchzehe

25 gr. Parmesan in groben Stücken

25 gr. Pinienkerne, ohne Fett in Pfanne golden angeröstet

1 Basilikumpflanze, Blätter abgezapft, ca. 30 gr.

50 gr. Olivenöl

Zubereitung:

Multizerkleinerer aufsetzen und Einfüllöffnung öffnen. Laufen lassen und Knoblauchzehe einwerfen.





Parmesan in Stücken einwerfen.



Pinienkerne und Basilikum zugeben und weiter laufen lassen.



Und dann noch das Öl zugeben, aber nicht mehr viel rühren (sonst kann es bitter werden)



Fertig. Ich gebe es immer in verschließbarer Box in den Kühlschrank und verbrauche es dann zeitnah.

---

# Bubblebrot Bubble bread – Variationen -4



Fotos von Sandra Ro

(Rezept wurde uns von Sandra Ro zur Verfügung gestellt, die das Rezept von einer Freundin bekommen hat)

## **Zutaten:**

500 g Mehl

1/2 Würfel Hefe (geht natürlich auch weniger dann aber längere Gehzeit berechnen)

1 TL Salz

1 Prise Zucker

2 EL Öl (ich habe Olivenöl genommen, da herzhaft)

300g Wasser (ich wiege Wasser auch immer ab)

## **Zubereitung:**

Mehl, Salz und Öl in die Rührschüssel geben.

Wasser abwiegen und Hefe, Zucker darin auflösen und zum Mehl geben.

Knethaken einsetzen und mindestens 10min auf Stufe "min"

kneten.

45 Min zugedeckt gehen lassen.

Ich habe jetzt ein rundes Blech mit 30cm Durchmesser genommen.



Das je nachdem ob süße oder herzhaft Variante mit entsprechendem Öl einpinseln.

Jetzt den Ofen schon vorheizen auf 200grad o/u ODER 180grad Heißluft .



Vom Teig dann 15g abstechen, zu Kugeln formen und nebeneinander legen.

Anschließend mit Wasser bepinseln und dann mit Käse bestreuen (in der süßen Variante z.B. mit Hagelzucker oder oder oder)





In den Ofen und 20-30 min (je nach Ofen) auf mittlerer Schiene backen.



Guten Appetit ☐

*Variante Ramona Kaltenbach: Kräuterbutter*

Selbstgemachte Kräuterbutter mit Parmesan gut kneten, dann auf die Kugeln streichen und nochmal Parmesan drüber streuen. Den Parmesan habe ich erst nach 10 Minuten darüber gestreut. Ich könnte mir das auch gut mit Speckwürfel und Zwiebeln vorstellen.



Fotos Ramona Kaltenbach

Variante Sandra Ro: Bärlauch, Speckwürfel, Parmesan



Foto Sandra Ro6

---

# □ Zitronenkuchen □



Rezept und Bilder von Christin Klaas zur Verfügung gestellt

□ Ich hatte die doppelte Menge vom Rezept genommen

□ Das in ( Klammern ) ist die doppelte Menge die ich genommen habe..

□ Eier und Butter am besten ein Abend vorher aus dem Kühlschrank nehmen damit die Zimmertemperatur haben..

Ich hatte den Flexi Rührer genommen

□□□□□□□□□□□□□□□□

Rezept :

□□ Zitronenkuchen □□

ZUTATEN :

□ 2 Eier, Zimmertemperatur

( 4 Eier )

□ 110 g Butter, Zimmertemperatur

( 220 g )

□ etwas Vanilleextrakt

□ 80 g Zucker,

( 160 g )

- 110 g Mehl Typ 405,  
( 220 g )
- 3 g Backpulver,  
( 6 g )
- 20 g Zitronenfleisch / Zitrone Filitiert und klein  
geschnitten und mit 20 g Zucker gemischt,  
( 40 g + 40 g )
- ca. 10 g Zitronensaft oder Wasser mit  
ca 50 g Puderzucker mischen ,  
( 20 g Zitronensaft + 100 g Puderzucker )
- Wer möchte kann auch Dekorieren zb. mit Smarties,  
Gummibären, bunte Streusel usw..

- Kastenform klein :  
16,7 cm lang , 8,5 cm hoch , 6,5 cm breit  
Oder für die doppelte Menge :  
29 cm lang , 13 cm hoch , 8,5 cm breit

#### □ ZUBEREITUNG □

- Zitrone filitieren und klein schneiden und mit dem Zucker  
mischen und zur Seite stellen
- die Eier mit dem Vanilleextrakt durchmischen
- Butter mixen bis die weiß wird
- Zucker gut unter Mixen
- die Eimischung schluckweise ca 7-8 mal unter der Butter  
Mixen.. immer etwas Ei vermischen und dann das nächste bißchen  
dazu Mixen
- Mehl und Backpulver mischen, sieben und zur Butter Ei  
Mischung geben und verrühren
- das filitierte Zitronenzuckerfleisch dazu geben und  
unterrühren
- Backform fetten

( ich hatte Backpapier rein gemacht und gefettet mit Baktrennspray dann kam man den warm besser raus heben )

□ den Teig in die Form geben und glatt streichen

□ ein scharfes Messer in Sonnenblumenöl tauchen und in die mit des Teiges ein Schlitz rein schneiden

□ im Backofen auf ein Gitter stellen  
Zweite Schiene von unten stellen

□ Vorgeheizter Backofen 150° – 160° Grad

□ Umluft

□ 30 – 40 Minuten

( Ich hatte 40 Minuten für die große Backform )

□ Bitte immer Stäbchen Probe machen da jeder Backofen / Form anders ist.. der sollte auch nicht zu lange gebacken werden damit der nicht austrocknet!

□ Zitronensaft mit Puderzucker mischen

□ den heißen Kuchen auf ein Abkühlgitter legen und mit dem Zuckerguss bestreichen , wer möchte noch Dekorieren

□ wenn der abgekühlt ist direkt in eine luftdichten Dose geben oder natürlich genießen □





---

# goldene Paste ( Kurkuma Milch )



Rezept und Bilder von Claudia Kraft zur Verfügung gestellt

## Zutaten:

ca 250 ml Wasser

60 g Kurkuma

70 ml Kokosöl (andere kaltgepresste Öle wie Olivenöl oder Leinöl)

2-3 TL frisch gemahlene schwarzen Pfeffer

## Zubereitung:

Ich erhitze Wasser und Kurkuma zusammen unter ständigem Rühren in der Cooking Chef mit dem Flexi Röhrelement, Kochfunktion 1 auf ca 100C bis es kocht. Evtl Temp anpassen. Bei mäßiger Hitze ca 90 C (es sollte nicht mehr kochen) sollte nach ca 10-12min eine dicke Paste entstehen. Eventuell muss man noch etwas Wasser nach und nach dazu geben. Wenn es zu dünn bleibt kann man auch noch Kurkuma hinzugeben.

Das Kokosöl eignet sich am besten da es im kalten Zustand fest wird und die Paste nicht verflüssigt. Das Öl und der frisch gemahlene Pfeffer der die Wirkung von Curcumin um ein Vielfaches erhöht, wird erst nach dem Kochen hinzugefügt. und gut glatt gerührt. Man kann die Paste natürlich auch in einem Topf am Herd mit Schneebesens machen.

**ACHTUNG:** Falls ihr mit Flexi arbeitet, oder einem Plastikspatel bitte daran denken, schnell die Teile zu spülen da Kurkuma einfach unheimlich stark färbt. Ich mache sie einmal mit K Haken oder mit Flexi. Wobei die Textur mit Flexi gefällt mir besser. Die fertige Paste füllt man noch heiß in verschließbare Gläser und läßt es auskühlen. Die Goldene Paste hält sich ungefähr 2-3 Wochen.

Dosierung für den Hund:

In ganz kleinen Mengen ins Futter mischen und die Dosis sollte man ganz langsam steigern. 1/4 TL 2-3x am Tag. Wenn der Hund sie Anfangs verweigert einfach die Menge nochmals reduzieren und dann von Zeit zu Zeit steigern.

Man kann die Paste auch einfach nur Präventiv geben. Da ca. 1/4 TL 1-2x am Tag

Natürlich ist die Goldene Paste kein Allerheilmittel und ersetzt dadurch auch keinen Besuch beim Tierarzt.

Ein weiterer Pluspunkt: Die Paste kann auch von uns Menschen eingenommen werden. An sich kommt sie aus der ayurvedischen Medizin und wird in Indien sehr oft eingenommen. Bekannter ist sie unter dem Namen Goldene Milch. Hier kann man jede Art von Milch (Kuh, Mandel, Soja, Reis oder Hafermilch) nehmen.

Dafür erhitzt man die Milch mit einem 1/2 TL Goldener Paste und kann sie mit Honig oder Agaven Sirup süßen. Ich habe in Indien die Goldene Milch meist Abends bekommen. Eignet sich ideal vor dem Schlafen gehen, oder bei kalten Tagen zu trinken, da sie durch das Curcumin schön wärmt.

Im ayurvedischen sagt man Kurkuma folgende Eigenschaften nach: Entzündungshemmend, Verbesserung der kognitiven Fähigkeiten,

Stärkung des Immunsystem und Anregung der Verdauung. Neben der Krebsvorbeugung, stärkt es das Herz und soll Depressionen oder Angstzuständen entgegenwirken.

Somit kann man die Paste einsetzen je nachdem was man möchte: Für den Geschmack, oder für die Wirkung.

