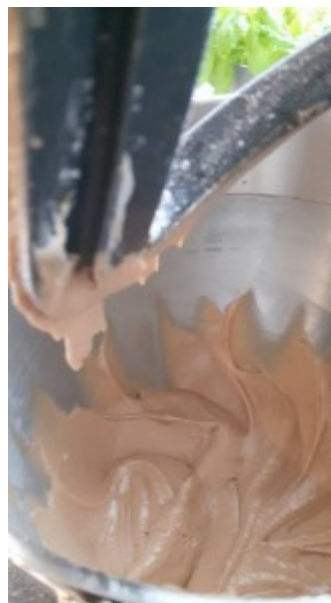
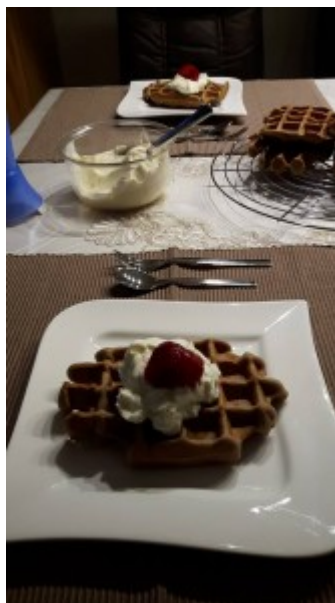


Kaffeewaffeln mit Tiramisucreme



Fotos und Rezept zur Verfügung gestellt von Silvia Nießl Vitek

Zutaten für ca. 12 Stück

Zutaten:

Kaffeewaffeln

200g Butter

100g Zucker

etwas Vanilleessenz

200ml warmen Kaffee

4 Eier

350g Mehl

1 Pkg. Backpulver

2-3 EL Kakaopulver

Creme:

200g Schlagobers (Sahne)

200g Frischkäse

250g Mascarpone

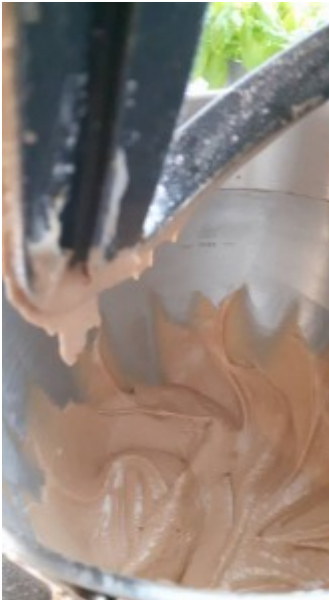
50-80g Zucker

optional: ein Schuss Amaretto oder Vanilleessenz

Zubereitung:

Creme:

Gibt zuerst Schlagobers zusammen mit dem Zucker in die „CC-Schüssel“ und auf hoher Stufe mit dem Flexi aufschlagen. Nach und nach portionsweise Frischkäse und Mascarpone dazu und zu guter Letzt noch der Amaretto oder/und die Vanilleessenz dazu.



Die Masse sollte schön fest, aber durch das Obers schön luftig sein.

In eine kleine Schüssel umfüllen und zugedeckt in den Kühlschrank stellen.

Kaffeewafferl:

Die Butter in grobe Stückchen zerteilen, in die gereinigte „CC-Schüssel“, Zucker und Vanilleessenz dazugeben.

In einem weiteren kleineren Gefäß alle trockenen Zutaten, also Mehl, Backpulver und Kakaopulver grob durchmengen.

Eier verquirlen, bereit stellen, damit diese parallel zum rühren zum Teig hinzugegeben werden können.

Butter mit Zucker und der Vanilleessenz mit dem Flexi schaumig schlagen, nach und nach den noch warmen Kaffee dazugeben.

Als nächstes folgen die Eier die zum Teiggemisch hinzukommen.

Zuletzt nach und nach die Mehlmischung hinzugeben. Schlägt den

Teig solange durch, bis das Mehl eingearbeitet ist.

Den Teig bei Zimmertemperatur etwas stehen lassen.

Waffeleisen vorheizen, bei Bedarf fetten – anschließend den Teig portionsweise auf die Waffelplatten und backen.



Zum Servieren je eine Waffel auf einen Teller geben, mit aufgeschnittenen Früchten großzügig belegen, darauf eine Nocke der Tiramisucreme geben.

Wer möchte kann die Creme noch mit Kakaopulver bestäuben.

Figurschlanke “Ersatzpizza” alla Kochtrotz



Wenn ihr es in der Gewürzmühle macht, nehmt ihr entweder 2 Gläser (eins für den Boden und eins für die Käse) oder ihr schreddert erst den Käse. Den Käse müsst ihr vor dem Zerkleinern in Stücke schneiden sonst klappt es nicht. Interessanterweise schmeckt der Harzerkäse echt gut auf der Ersatzpizza und gar nicht wie er riecht (der riecht "bäh" finde ich 😊 ☐)

Zutaten für zwei Portionen:

Boden:

- 2 Eier Gr. M
- 90 g Thunfisch in Wasser mit 2 EL Flüssigkeit
- 60 g Wasser
- 1 TL Flohsamenschalen feinst gemahlen
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 1 Prise Paprika
- 2 Stück Backpapier

Belag:

- 80 g Frischkäse 0,2 % Fett
- 100g Spitzpaprika rot
- 50 g Frühlingszwiebeln
- 100 g Harzerkäse fein gerieben (z.B. Gewürzmühle oder Multizerkleinerer)

Zubereitung:

1. Alle Zutaten für den Boden sehr fein pürieren und 5 Minuten ruhen lassen (Gewürzmühle oder Multizerkleinerer).
 2. Backofen mit auf 220 °C Blech vorheizen.
 3. Backpapier auf das Backblech legen und die Masse für den Boden ausgießen und dünn verteilen. Für 10 Minuten backen.
 4. Boden aus dem Ofen nehmen und auf das andere Backpapier stürzen. Das erste Backpapier vorsichtig abziehen.
 5. Frischkäse auf dem Boden verteilen, Paprika und Frühlingszwieben ebenfalls verteilen und obenauf noch den Käse geben.
 6. Für circa 10 Minuten backen.
-

Spiegeleier-Schoko Tartelettes mit Frischkäse- Quark-Creme



Fotos und Rezept zur Verfügung gestellt von Claudia Kraft

Zutaten:

Rezept für Teig:

150g Mehl

70g Zartbitterschokolade

50g Puderzucker

80 g Butter

2 Eigelb

Rezept für die Creme:

1 Ei

80 g Zucker

50 g Schmand/Rahm

100g Magerquark

100g Frischkäse

Mark einer Vanilleschote

Marillen aus der Dose

50g Pistazien

Zubereitung:

Mürbteig herstellen und dafür die Schokolade schmelzen und alle anderen Zutaten entweder mit K-Haken oder Multizerkleinerer zu einer homogenen Masse verarbeiten.

Dann die Schokolade hinzufügen, kneten und eine 1/2h kalt stellen.

Inzwischen die Creme herstellen. Dafür das Ei und Zucker lange aufschlagen bis es fast weißlich ist (Ballonschneebeisen).

Anschließend kommt der Schmand/Rahm , Quark/Topfen, Frischkäse und das Mark der Vanilleschote hinzu und verrührt alles zu einer glatten Masse. Kalt stellen.

Backrohr auf 180 C vorheizen und den Teig weiterverarbeiten. Teig auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche ausrollen, dann in passender Größe mit Ausstechern/Glas oder Metalring ausstechen. In die Tartelette-Förmchen legen und dabei den Rand schön hochziehen. Stecht den Teig mit einer Gabel ein und lasst ihn danach 12 bis 15 Minuten im Ofen backen. Lasst die Tartelette-Böden danach gut auskühlen. Dann die Creme darauf verteilen.

Die Aprikosen abtropfen und trocken tupfen mit Küchenpapier. Aprikosenhälften auf der Frischkäse-Quark-Creme verteilen. Zur

Dekoration die gehackten Pistazien drüber streuen.

Österliche Rübli torte



Fotos und Rezept von Aldona Led

Zutaten:

Teig :

250 g Möhren

2 Zitronen

50 g Butter

3 Eier

100 g Zucker

125 g gemahlene Mandel

100 g Mehl

1 Tl Backpulver

50 g Speisestärke

50 g Puderzucker

Füllung:

300 g Frischkäse

150 g Puderzucker (Tipp: wer es nicht zu süß mag, kommt auch

mit der Hälfte Zucker klar)
Zitronensaft
1 Becher Sahne
3 Tl Gelatine oder 3 Blatt

Dekoration:

nach Belieben mit Schlagsahne oder mit Puderzucker

Zubereitung:

Teig :

250 g Möhren reiben (z.B. feine Reibe Multizerkleinerer)

2 Zitronen (Saft und Haut reiben)

50 g Butter (schmelzen)

Eigelb + Zucker cremig rühren (Flexielement, schön lange rühren lassen).

Möhren unterrühren .

Mandeln, Mehl , Zitronenschale, Backpulver, Stärke – vermengen, z.B. K-Haken

Eiweiss mit 50 g Puderzucker mit Ballonschneebeisen steif schlagen.

Eischnee und Mandel – Mehlmix abwechseln unterheben. Zum Schluss die geschmolzene Butter zufügen.

Backen (Form sollte kleiner 26 cm sein, sonst wird Boden zu flach) bei 180 Grad/Ober-Unterhitze, ca. 30 Minuten, je nach Backofen.

Nach dem Backen, wenn Boden ist gut abgekühlt ist, ein Mal durchschneiden.

Füllung:

Auf den unteren Boden kommt Creme, dazu 300 g Frischkäse+ 150 g Puderzucker + Zitronensaft verrühren (Flexielement).

1 Becher Sahne steif schlagen (Ballonschneebeesen) und unterheben.

Zum Schluss 3 Tl Gelatine oder 3 Blatt (nach Packungsanleitung machen) und unterheben.

Die Creme auf den Boden verstreichen mit dem oberen Teil zudecken und zum Abkühlen in den Kühlschrank stellen.

Dekorieren nach Belieben mit Schlagsahne oder mit Puderzucker bestreuen.



Salattorte



Rezept und Fotos zur Verfügung gestellt von Linda Peter

Zutaten:

ca. 7-9 Blätter eines Eisbergsalats

1-2 Tomaten in Scheiben (Multizerkleinerer)

1 Gurke in Scheiben (Multizerkleinerer)

1 roter Paprika in Streifen

1 rote Zwiebel in Ringen (Multizerkleinerer)

1/2 Dose Mais

Stangensellerie und Karotten nach Belieben in Scheiben (Multizerkleinerer)

2 gekochte Eier in Scheiben

div. Käsereste aufgeschnitten (bei mir 8-10 scheinchen Räucherkäse, 4-6 Blatt Emmentaler und 1 Eck Camembert)

optional Schinken (oder was man sonst will)

Sauce:

350 g Frischkäse Natur

250 g Topfen

1-2 TL Senf

2-4 TL Kren/Meerrettich aus dem Glas oder frisch gerieben

Prise Zucker

1 EL Kräuter

2 EL Balsamico hell

1 TL Paprikapulver

Salz Pfeffer

Zubereitung:

Saucenzutaten vermischen (auf Foto mit Blender, ggf. ist

Multizerkleinerer mit Messer besser).



Ich hab zum Schichten eine Tortenform genommen. Am besten beginnen mit Salatblättern und enden mit Salatblättern, dazwischen ist es eigentlich recht egal welche Reihenfolge, zb Salat-Käse-Sauce-Gurke-Paprika-Sauce-Salat-Eier-Käse-Mais-Zwiebel-Sauce-Salat-...am besten immer 2 Gemüsesorten zusammen auflegen und nicht so viele Saucen-schichten.





Ein paar Stunden kühl stellen, damit es durchziehen kann.
Fertig!

American Cinnamon Rolls – Zimtrollen



Ursprüngliches Rezept von
<http://rezeptemitherz.blogspot.de/2015/03/amerikanische-cinnamon-rolls.html>

Verändert und auf CC umgeschrieben von Manuela Neumann

Zutaten:

Für den Teig

700g Mehl (Type 550)

10 g frische Hefe (wenn kein LM vorhanden ist, bitte 1/2
Würfel frische Hefe verwenden)

100g Lievito Madre

½ TL Salz

200 g Milch

2 Eier

100 g Wasser

70 g Zucker

70 g Öl

Für die Füllung

190 g brauner Zucker

120 g weiche Butter

2-3 TL Zimt

Für das Frosting

60 g weiche Butter

120 g Doppelrahm – Frischkäse

100 g gesiebter Puderzucker

1 TL selbstgem. Vanillezucker

Zubereitung:

Für den Teig

Wasser, Zucker und Hefe in den Mixtopf geben und mit dem Knethaken für 3 Min. auf 37°, Geschwindigkeit 1 erwärmen.

Milch und 200 g Mehl hinzufügen, nochmal 2 Min. , 37°, Stufe 1 mischen.

5 Minuten ruhen lassen.

Temperatur ausstellen, die restlichen Teigzutaten zugeben und alles 5 Min. auf Knetstufe 1 kneten.

In eine Schüssel umfüllen und abgedeckt ca. 2 Stunden gehen lassen.

Für die Füllung:

Butter in die Schüssel geben und mit dem Flexi schmelzen.

Braunen Zucker und Zimt hinzufügen und gut vermischen. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 4 mm dick ausrollen und mit der Füllung bestreichen. Teig aufrollen und in ca. 3-4 cm breite Stücke schneiden.

Mit der Schnittfläche nach unten in eine gebutterte Auflaufform geben und nochmals abgedeckt ca. 20 Minuten gehen lassen. Nun im vorgeheizten Backofen bei 180° / Umluft ca. 15-20 Minuten backen. *Für das Topping*

Für das Topping den Frischkäse mit der Butter, Puderzucker und

Vanillezucker mit dem Flexi in die Schüssel geben und alles mischen.

Nach dem Backen sofort mit dem Frosting bestreichen und am besten lauwarm geniessen.

Die machen echt süchtig und sind innen ganz saftig, fast glitschig

Zucchini Roulade



Rezept und Fotos zur Verfügung gestellt von Lisi Wenin

Zutaten:

450 gr. Zucchini

5 Eier

50 gr. Parmesan

5 gr. Salz

Frischkäse zum Bestreichen

Schinken zum Belegen

Zubereitung:

50 gr. Parmesan im Multi reiben, z.B. mit Scheibe Nr. 1 (dann ganz fein):



Foto Parmesan Scheibe Nr. 1/Gisela M.

450gr Zucchini im Multizerkleinerer, Scheibe Nr. 3, raspeln.



Foto Zucchini/Scheibe Nr. 3/Gisela M.

5 Eier mit dem geriebenen Parmesan und 5 gr Salz verrühren.
Die Eimasse über die Zucchini geben und alles gut verrühren.

Auf ein Backblech geben und bei 180 Grad ca. 20 Minuten backen.

Mit Frischkäse bestreichen, Schinken drauf legen und zusammenrollen.

Variante anstelle Zucchini: Karotten

Zum Belegen: Anstelle von Schinken mit Lachs belegen,
Kopfsalat mit Belegen etc. etc.



Foto: Lisi Wenin

Schneller Diät Käsekuchen



Rezept Schneller Käsekuchen Diät (nach myline), ausprobiert und umgeschrieben auf CC von Jana Plitschplatsch, Fotos von Jana Plitschplatsch

Zutaten:

150g Fruchtzucker

Mark einer halben Vanilleschote

300g fettarmer Frischkäse

Abrieb einer halben Zitrone

1kg Magerquark

80g Apfelmus (zuckerfrei)
3 Eier
1 Pkg. Vanillepudding
100g Speisestärke
1/2 Pkg. Backpulver
4 gestr. EL Vanille-Eiweiß
2 Eiklar

Zubereitung:

Fruchtzucker, Vanillemark, Frischkäse, Zitronenabrieb, Magerquark, Apfelmus und die ersten 3 Eier mit der CC 3 Minuten auf Stufe 2 und 1 Minute auf Stufe 4 zu einer glatten Masse verrühren (K-Haken)

Puddingpulver, Speisestärke, Backpulver und das Eiweißpulver darüber sieben und nochmal 2 Minuten auf Stufe 2 verrühren (ggf einmal mit dem Schaber den Rand der Schüssel reinigen und nochmal kurz rühren, damit keine Klumpen entstehen).

In einer zweiten Schüssel die 2 Eiweiße ca 5 Minuten auf Stufe 6 mit dem Ballonschneebeesen steif schlagen und danach unter die Quarkmasse heben (mit Schneebeesen oder Unterhebelement).

Eine Springform ausfetten und mit Mehl bestäuben. Den Teig einfüllen und glatt streichen.

Das Ganze für 50-60 Minuten (ich lasse ihn eher 60 Minuten drin, damit er in der Mitte auch durch ist) bei 160° Ober-Unterhitze backen. Danach den Kuchen noch 5 Minuten im ausgeschalteten Ofen stehen lassen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.



Jungzwiebelaufstrich

Frühlingszwiebelaufstrich



Rezept und Foto von Claudia Kraft

Zutaten:

1 Becher Frischkäse

2 EL Rahm/Sahne

Salz, Pfeffer

2 Stück Jungzwiebeln/Frühlingszwiebel (wird mir mit Multi zu fein)

Der Dip passt sehr gut zu in der CC gedämpften Maiskolben (der Mais ist aber nicht LC).

Zubereitung:

Alles bis auf Jungzwiebeln im Multi mit Messer mixen, die Jungzwiebeln zugeben. Fertig.

Tipp Claudia Kraft: mit etwas Blätterteig zu Fingerfood und Partysnack verarbeiten:

Blätterteig mit Schinken belegt, Jungzwiebel Aufstrich u Kräutersalz drauf, einrollen, Scheiben abschneiden u in Muffinförmchen geben. Backen, fertig!



Thunfischaufstrich Thunfischcreme low carb



Rezept und Fotos von Claudia Kraft

Zutaten:

- 1 Dose Thunfisch
- 1 Becher Frischkäse
- 1 El Sauerrahm /Schmand
- Etwas Supenpaste, Salz, Pfeffer

1 Spritzer Worchester Sauce

1 Tl Mayonaise

Zubereitung:

Alles im Multi mit Messer zerkleinern. Fertig.