# Russische Honigtorte

Rezept und Bilder von Selma Denis

**Zutaten**

Für den Teig:
3 Eier
200gr Zucker
4 Esslöffel Honig
80gr Butter
750- 900 gr (Weizen)Mehl
1,5 Teelöffel Natron

Für die Creme:
5 Becher Sauerrahm
100gr Zucker
1 Vanilleschote
Nach Belieben 2/3 Esslöffel Honig

**Zubereitung**

Bei der CC oder KCC mit dem Schneebesen 3 Eier mit dem Zucker und einer Prise Salz  auf Stufe 4 bei 45° für 5Min rühren.
(Wer keine CC hat  die 3 Eier mit dem Zucker und einer Prise Salz 15 Min über dem Wasserbad aufgeschlagen.)
Dann den Honig und die geschmolzene Butter kurz unterrühren. Temperatur abstellen.
Die 750gr Mehl mische ich mit dem Natron, wechsle zum

Knethaken und rühre bis ein homogener mürbteigähnlicher Teig entsteht (nur pikiger wegen dem Honig) . Falls nötig das restliche Mehl auch noch hinzufügen. (Kommt auf die Größe der Eier und die Mehlart an).
Teig in min 10 gleichgroße Teiglinge teilen. (Zirka 110gr)
Jedes einzeln auf einen Backpapier ausrollen und in Form schneiden. Reste können für eine weitere Schicht aufgehoben werden und/oder dann gebacken und zerkrümelt für die oberste Schicht.
Jede Teigschicht 2-3 Minuten im vorgeheizten Backofen bei 200° Ober/Unterhitze goldbraun backen. Nach dem Backen in ein Plastiksackerl am besten einpacken damit sie nicht zu schnell zu hart werden sonst brechen sie.

Wenn Sie ausgekühlt sind die Zutaten für die Creme gut miteinander vermengen und mit dem stapeln beginnen. Dafür jeweils 3/4 Esslöffel der Creme auf dem Teig gut verteilen, sodass dieser dann durchziehen kann.
Zum Schluss eine Schicht Creme draufstreichen und übriggeblieben Teigstücke vermahlen/darüberbröseln.
Torte vor Verzehr mindestens 12 Stunden ziehen lassen.
Kann auch sehr gut vorbereitet und eingefroren werden in Stücke

---

# Nodini al miele – Honigknötchen

Fotos Margit Fabian

Rezept von kenwoodclub.it und von Elisabetta Tallarico ins Deutsche übersetzt

**Zutaten:**
350 g Mehl Typ 00
2 EL flüssige Butter
75 g flüssiger Honig
1 Ei
1 Eigelb
4 EL  Birnengrappa
1 Vanillestange
2 g Salz
2 El gerösteter Sesam
Öl zum ausbacken

**Zubereitung:**
K-Haken einsetzen.
Mehl, Butter, 1 EL Honig, Ei, Eigelb, Grappa, ausgekratzte Vanillestange und Salz in die Rührschüssel geben.
Alle Zutaten gut miteinander verkneten. Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und verkneten. (Anmerkung Margit F.: Wenn Teig zu trocken ist noch ein Löffel Honig und Wasser zugeben)
Teig in einen Beutel füllen und 20min ruhen lassen.

Teig in 3Teile aufteilen und mit der Pasta Walze bis Stufe 6 auswalzen.

Mit einem Messer Streifen abschneiden und verknoten, darauf achten das der Knoten nicht zu eng ist.

In einem Topf das Öl auf 170Grad erhitzen und die Knoten goldbraun ausbacken.

Abtropfen lassen und mit dem restlichen Honig beträufeln. Mit geröstetem Sesam bestreuen und sofort servieren.

---

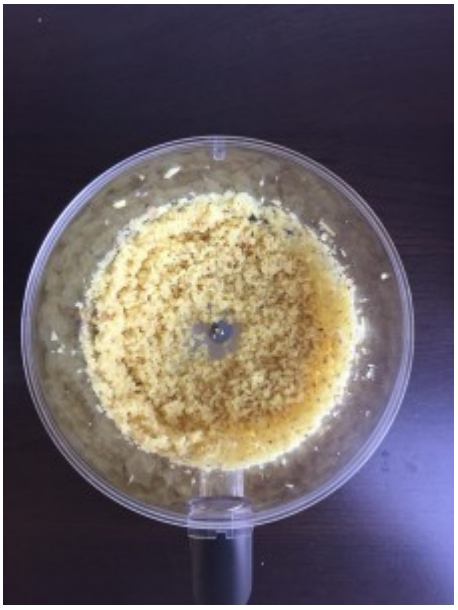
# Ingwer-Zitronen Sirup gegen Husten und Halsschmerzen – Variationen

Fotos von Eva Frengel/Rezept Nr. 1

## 1.Rezept von Eva Frengel in Anlehnung an ihr altes TM-Rezept auf CC  umgeschrieben

**Zutaten:**
180gr Ingwer frisch
3 Bio-Zitronen
300gr Zucker oder Honig
600gr Wasser

**Zubereitung:**
180gr Ingwer im Multi mit Messereinsatz zerkleinern und in den Cooking Chef Topf umfüllen.



3 Bio Zitronen säubern und halbieren (bzw. vierteln, siehe Tipp unten)
300gr Zucker oder Honig (siehe Tipp unten) und

600gr Wasser mit in den Topf geben.
Koch-Rührelement einsetzen und 20-25´ bei 100Grad Rührintervallstufe 2 köcheln lassen (ohne Abdeckung)

Anschliessend abseiern und den heissen Saft in Flaschen füllen.

Bei mir ergab die genannte Zutatenmenge 3x250ml und 1x100ml Flasche und hatte noch was übrig (ist immer auch abhängig von der Grösse und dem Saftgehalt der Zitronen)

Tipp: zu Beginn des Rührvorgangs harkte das Rührelement kurz da meine Zitronen etwas gross wohl waren-entweder beim nächsten Mal vierteln oder kleinere nehmen) Das Kochrührelement hat den Vorteil das die Zitronen während des Rührens schon immer etwas ausgedrückt werden.
Die Konsistenz ist eher wie ein Saft nicht so sehr ein Sirup.

Wenn das Rezept mit Honig zubereitet wird, dann alles wie beschrieben machen aber den Honig nicht mit aufkochen lassen. Dann den Saft/Sirup auf 40Grad!!! abkühlen lassen und dann den Honig mit unterrühren. Wer es besonders gesund machen möchte kann dazu auch Manuka Honig nehmen.

Schön einen EL mit in den Tee geben und wieder gesund werden….

## 2. Rezept Zitronen-Ingwer-Sirup zur Verfügung gestellt von Conny Opp

**Zutaten:**
1 Liter Wasser
1 kg Zucker
100 gr. Ingwer
8 Zitronen
1 Bund Minze

**Zubereitung:**
1 Liter Wasser
1 kg Zucker Flexielement einspannen und zum Kochen bringen, bis sich der Zucker aufgelöst hat.
100 gr. Ingwer schälen und 10 Minuten mitköcheln lassen.

8 Zitronen, davon der Abrieb und den Saft, beifügen wenn sich die Flüssigkeit etwas abgekühlt hat

1 Bund Minze (ca. 80 gr. oder nach Geschmack) beifügen und über Nacht abgedeckt stehen lassen.

Am nächsten Tag noch einmal kurz aufkochen, abseihen und sofort in ausgekochte Flaschen füllen.

Kurz auf den Kopf stellen und nach dem Abkühlen mit Mineralwasser und im Sekt genießen.

---

# Nougat

Rezept zur Verfügung gestellt von Manfred Cuntz

## Weisser Nougat

**Zutaten:**
175 g Honig
300 g Zucker
1 Eiweiß

200 g Mandeln
2 EL Wasser
2 Oblaten ca 12×20 cm
1 Klarsichtfolie

**Zubereitung:**
Honig, Zucker und Wasser in die Schüssel geben und den Schneebesen einsetzen. Maschine auf 140 Grad und höchste Stufe einstellen und 10 min auf höchster Stufe laufen lassen.
In der Zwischenzeit das Eiweiß sehr steif schlagen und die Mandeln fettfrei in einer beschichteten Pfanne leicht rösten. Jetzt muss es schnell gehen. Ich habe eine 2. Schüssel für meine Kenwood geht aber auch mit einem Handmixer. Schüsseln austauschen und den Sirup LANGSAM ohne Temperatur mit höchster Geschwindigkeit in das Eiweiß laufen lassen, es wird ganz cremig und nun schnell die Mandeln zugeben und mit dem Spatel umrühren und in die mit Klarsichtfolie und der einen Oblate ausgelegten rechteckiger Form füllen 2. Oblate darauf geben und für ca. 2 Std in den Kühlschrank geben. In beliebig große Stücke schneiden und genießen.

---

# Feldsalat mit Orangen, Erdbeeren und Walnüssen mit fruchtigem Dressing aus der Gewürzmühle

Foto und Rezept von Gisela Martin

**Zutaten:**
Feldsalat
Erdbeeren
Orange
Walnüsse/Pinienkerne
etwas Honig
Traubenkernöl (alt. Olivenöl)
Balsamico (vorzugsweise Weiß, roter geht auch)
Salz/Pfeffer

**Zubereitung:**
Salat waschen und Obst zerkleinern, Orange filettieren.

In Gewürzmühle zwei oder drei von den Orangenschitzen, etwas Honig, Traubenkernöl (alt. Olivenöl), Balsamico (vorzugsweise weiß, aber roter geht auch), Salz und Pfeffer einfüllen und mixen.

Mit Walnüssen/Pinienkernen bestreuen.

Schmeckt wunderbar fruchtig!

Am Tisch ggf. noch ein paar Tropfen Balsamicocreme drüber träufeln.

# Bienenstich

Fotos und Rezept von Angelika Haindl

**Zutaten:**

*Für den Hefeteig*

500 gr. Mehl (ich nehme 550er)
20 gr. Hefe und 60 gr. Lievieto Madre (wenn man keinen LM hat, die Hefe auf 40 gr. erhöhen).
60 gr. Zucker
2 kleine Eier
70 gr. Butter (zerlassen oder weich)
1/2 TL Salz
200 ml Milch

*Für den Mandelbelag*

100 gr Butter
135 gr Zucker
2 TL Honig
7 EL Milch
180 gr gehobelte Mandeln

*Für die Füllung*

1 Eigelb
1 Pckg Vanillepuddingpulver oder 42 gramm Speisestärke
500 ml Milch
Vanillemark von einer halben Schote
45 gr. Zucker

170 gr. warme Butter
50 gr. Puderzucker

**Zubereitung:**

*Für den Teig:*
Ich habe alles in der CC geknetet, habe etwas Wärme zugegeben, jedoch nicht mehr als 30°, da ich der Meinung bin, man sollte Hefeteig nicht zuviel Wärme geben. Das lässt ihn zu schnell gehen.
Bei der CC merkt man, wenn der Teig fertig ist: er löst sich immer mehr vom Boden und klettert den Haken hoch, wird ein richtig schöner Kloss.

Den lösen und dann auf einem Backblech ausrollen.

*Für den Mandelbelag*:
Die Butter mit dem Zucker, Honig und der Milch erhitzen und ca. 6 Minuten einkochen lassen.
Dann die gehobelte Mandeln zugeben und unterrühren. Etwas eindicken lassen, dabei jedoch vorsichtig rühren.

*Tipp gehobelte Mandeln selber machen*:
Die Mandeln schälen. Diese dann alle auf einmal in die Trommelraffel geben. Einsatz ist die Trommel mit den feinen Schlitzen.
Stopfer drauf. Es muss schnell gehen, sonst zerkrümeln sie zu sehr

Die fertige Mandelmasse etwas abkühlen lassen und dann auf den Teig streichen.
Der Kuchen wird bei HL 20 Minuten auf 200° gebacken.

Wenn der Kuchen ausgekühlt ist, wird er einmal durchgeschnitten… sonst wirds zu kompliziert. Dann jede Hälfte einmal QUER durchschneiden, die Deckel vorsichtig abnehmen.

*Für die Füllung*
450 ml Milch mit dem Zucker erhitzen (im Topf der CC), die restlichen 50 ml mit dem Eigelb, dem Puddingpulver oder der Speisestärke sowie dem Vanillemark verrühren (in einem Schraubglas und gut schütteln, oder in einem Becher klümpchenfrei).
Sobald die Milch kocht, die Puddingmasse langsam unter rühren in den Topf schütten und alles aufkochen lassen (ein paarmal blubbern reicht, ich nehme übrigens den Flexi-Rührer).

Den Topf wegnehmen, die Masse abkühlen lassen, dabei immer

wieder mal umrühren.

In der Zeit die Butter mit dem Puderzucker schaumig rühren. Ich habe den Puderzucker in der Gewürzmühle hergestellt. Schaumig rühren mit Flexi… wenn die beiden Massen annähernd gleich warm sind, zusammen mischen und verrühren.

Nund die durchgeschnittenen Teigplatten mit der Masse füllen und die Deckel wieder drauf… fertig…
Vorsichtig mit Zackenmesser die Bienenstiche in Form schneiden.

---

# Rotkohlsalat mit roter Beete und Walnüssen

Foto von Gisela Martin

Rezept aus Buch: “Kitchen Aid – Das Kochbuch” – leicht abgewandelt und auf CC umgeschrieben

**Zutaten:**
Halber Rotkohl
1-2 rote Beete (ich hatte eine fertig abgepackte und schon gekochte)

1 rote Zwiebel
75 gr. Walnüsse (Menge nach Belieben erhöhen)
lt. Rezept ca. 50 gr. Heidelbeeren (hatte ich keine)

*Dressing:*
2 EL Zitronensaft
4 EL Rotweinessig oder Balsamico
2 EL Honig
4 EL Walnussöl
4 EL Olivenöl
1 TL Kümmel
Salz und Pfeffer nach Belieben

**Zubereitung:**
Bei Rotkohl äussere Blätter und Strunk entfernen und im Multi oder in Schnitzler mit feiner Schneidscheibe (bei Multi ist es Nr. 4) zerkleinern. Rotkohl unter fließendem Wasser spülen bis Wasser klar ist und abtropfen lassen.

Rote Beete und geschälte rote Zwiebel mit grober Raspelscheibe (bei Multi Scheibe Nr. 3) reiben.

Walnüsse raspeln und zerkleinern.

Zutaten für Dressing in Gewürzmühle geben und mixen.

Alle Zutaten (auch Heidelbeeren) vermengen und vor dem Servieren über Nacht durchziehen lassen.

---

# Lieblingsfrühstücksrezept von Weight Watchers

Foto von Annika Klugkist

Lieblingsfrühstücksrezept von Weight Watchers aus der Broschüre “Mein einfacher Start“

Rezept zur Verfügung gestellt und auf CC umgeschrieben von Annika Klugkist

**Zutaten:**
6 Eßlöffel Haferflocken (bzw. ein paar Haferkörner und mit Flocker frisch geflockt)
250 ml fettarme Milch
1 kleingeschnittener Apfel oder Banane
1 TL Honig
etwas Zimt

**Zubereitung:**
Haferflocken und Milch zusammen in der Schüssel mit dem Flexirührer auf Rührstufe 1 auf 140 Grad zum Kochen bringen. Wenn es kocht, runterschalten auf 60 Grad.

Dann einen kleingeschnittenen Apfel oder eine Banane geben. Alles zusammen 6 Minuten bei 60 Grad rühren lassen.

Zum Schluss 1 Teelöffel Honig und Zimt nach Belieben dazu und nochmal rühren lassen.

Schmeckt warm und kalt und wird mit der CC richtig cremig. Lecker!! 8 Punkte sind es nach den alten Propoints.

---

# Frühstückssmoothie

Rezept und Foto zur Verfügung gestellt von Dedera Crasha

Mein persönlicher, perfekter Start in den Tag! Was für viele der Kaffee am morgen ist, ist für mich dieser Smoothie.

**Zutaten:**
250 g Quark
2 EL Honig (ca. 40 g)
ca. 250 g Obst nach Wahl (heute war es Birne)
ca. 250 g Bananen
100 g Haferflocken (bzw. Haferkörner geflockt mit Flocker)

Die Mengen schwanken schonmal je nach Größe der Früchte.

**Zubereitung:**
Alles außer den Haferflocken in den Blender. Bei der Kombination von heute hat es keine 20 Sek. gedauert. Die Menge

reicht für 2 große Gläser. Eins ist für morgens, eins wandert in den Kühlschrank für den Abend.

Die Haferflocken gebe ich erst kurz vor dem Essen drauf, damit sie nicht zu matschig werden.

Das Ganze bringt mich gut bis zum Mittagessen durch ohne das Gefühl zu haben ständig etwas Essen zu müssen.

*Varianten:*
*Claudia Balicki: einen Schuss Mineralwasser zugeben, dann wird es cremiger. Auch  Walnüsse beimischen.*

*Gisela Martin: einen Löffel Mandelmus beimischen*

Hinweis:
Obst wie Kiwi, Ananas oder Papaya sollten nicht genommen werden, außer man ist es sehr schnell oder überbrüht sie mit heißem Wasser. Ansonsten wird der Smoothie sehr bitter.

---

# Lebkuchen sofort weich

Rezept und Foto von Monika Pintarelli

**Zutaten:**

1000 g Roggenmehl
700 g Zucker
1 Vanillezucker
30 g Natron
250 g Honig
150 g Butter
4 Eier
Lebkuchengewürz
Zitronenabrieb

**Zubereitung:**
Alle trockenen Zutaten in einer Schüssel vermischen (K-Haken)

Eier, erwärmten Honig und zerlassene Butter dazugeben und mit Knethaken zu einen geschmeidigen Teig kneten.

In Klarsichtsfolie wickeln
AN EINEM KÜHLEM ORT 3 TAGE RASTEN LASSEN !!!

Teig 4 mm dick ausrollen, mit beliebigen Formen ausstechen, mit Ei bestreichen, mit halben Mandeln / Kirschen verzieren und bei 180 Grad Ober /Unterhitze ca. 8 Minuten backen,
soll noch weich sein.

Gutes Gelingen