Sauce Hollandaise light

Gemeinschaftsprojekt von Friede Mayer und Sabine Grathwohl

Zutaten:
160 gr. Butter
200 gr. Joghurt (Magerjoghurt oder Sahnejoghurt, je nach Lightgrad)
2 Eier
1 Teelöffel Senf scharf
1-2 Esslöffel Zitronensaft (ggf. auch etwas mehr)
Zitronenabrieb, Salz/Pfeffer
Wer mag gibt noch etwas Kurkuma für die Farbe und Cayennepfeffer für die Schärfe zugeben.
Ggf. auch noch einen Schuss Weisswein.

Zubereitung:
Alles zusammen in die Kenny geben, 77 Grad einstellen, und ca. 10-12 Minuten mit Schneebesen, Stufe 4, rühren

---

Erdbeertiramisu im Glas

Zutaten für 12 Gläser

Biskuit:
4 Eier
90 gr. Zucker
etwas Vanille gerieben

110 gr. Mehl
etwas Puderzucker zum Bestäuben
Erdbeeren:
1000 gr. Erdbeeren
100 gr. Zucker
1 Limette
Mascarponecreme:
4 Eier
200 gr. Schlagsahne
500 gr. Mascarpone
20 ml Rum
100 gr. Zucker

Zubereitung:

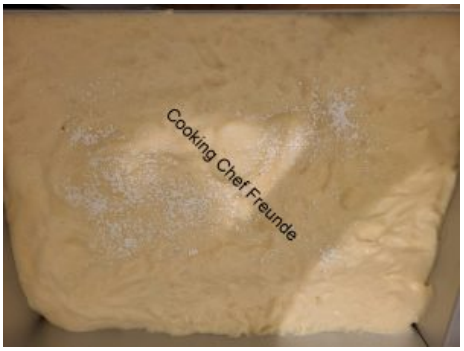
Biskuit zubereiten:
Backofen 180 Grad/Ober-Unterhitze vorheizen.

Eier, Zucker, Vanille in Schüssel, Ballonschneebesen einsetzen, 13 Minuten Stufe 6 schlagen.

Dann Mehl in drei oder vier Etappen unterheben (entweder mit Unterhebrührelement, Kochrührelement oder von Hand).

Alles auf Backblech (mit Backrahmen, ich lege Silkonmatte drunter, die ich mit Backtrennspray leicht einsprühe) mit Silikonspachtel streichen. Mit Puderzucker leicht bestäuben

und für 10 Minuten in Ofen und abkühlen lassen.



Erdbeeren:
Erdbeeren vierteln, mit 100 gr. Zucker und Limettensaft vermischen und durchziehen lassen.

Mascarponecreme:
Eier trennen.
Eiweiß steif schlagen (Ballonschneebesen).

Sahne steif schlagen (Ballonschneebesen)

Eigelb mit Fleixielement schaumig rühren (dauert ein paar Minuten), dann Mascarpone zugeben und Geschwindigkeit erhöhen. Einen großzügigen Schluck Rum zugeben.

Dann Eiweiß und steif geschlagene Sahne vorsichtig unterheben, dazu verwendige ich meisten die Kenwood-Silikonspachtel.

Finish:
Die Erdbeeren haben in der Wartezeit Wasser gezogen, den Saft in eine Schale abseihen.

Biskuit mit einem zum Glas passend ausstechen.

Dann einschichten: erst ein Löffel Mascarponecreme, dann ein Biskuitkreis, darauf etwas von dem Saft träufeln, dann Erdbeeren, dann wieder Mascarponecreme, Biskuit, Saft, Erdbeeren.

Mindestens 2 Stunden kühl stellen, geniessen!

Erdbeerkuchen mit Vanille-Schmandcreme – Die schnelle Nummer vom Blech

Schnell, easy, unkompliziert

Zutaten:
Boden
140 g Butter
130 g Zucker
Vanillemark einer halben Vanilleschote
3 Eier
185 g Mehl
15 g Backpulver

Puddingschmandcreme:
500 + 130 ml Milch
70 g Zucker
Vanillemark einer halben Vanielleschote
2 Pck Vanille-Pudding
200 g Schmand

Belag:
600-700 g Erdbeeren
2 Packungen Tortenguss rot bzw. noch besser mit Erdbeergeschmack

6 EL Zucker
500 ml Wasser

Zubereitung:

Butter, Zucker, Vanillemark in Kessel geben, ca. 5-7 Minuten rühren lassen, bei hoher Geschwindigkeit. Ist Butter kalt kurzzeitig 30 Grad Temperatur zugeben.

Backofen auf 180 gr. Ober/Unterhitze einstellen.

Nach 5-7 Minuten ist die Maße schön hell, dann ein Ei nach dem anderen zugeben. Immer wenn eines homogen untergerührt ist, das nächste zugeben.

Nun etwas langsamer rühren lassen und zügig 1 EL Mehl nach dem anderen zugeben. Nicht zu lange rühren lassen, sobald das Mehl untergerührt ist, ist er fertig.

In Backrahmen einfüllen, ich habe eine Form die ca. 24 x 32 cm groß ist, aber auf den Zentimeter kommt es nicht an. Nehmt was ihr habt oder stellt den Backrahmen ca. so ein. Etwas kleiner als ein Backblech sollte es sein.

Glatt streichen vom Teig, ich nehme den Silikonspachtel, der bei der Cookingchef dabei war, damit kommt man auch gut in die Ecken, in denen auch Teig sein sollte.

20 Minuten in Backofen backen.

Kurz vor Ende der Backzeit 500 ml Milch mit Zucker und restlichen Vanillleschotenmark aufkochen.

Die restlichen 130 ml mit Schneebesen und Vanillepulver verrühren, dieses in kochende Milche geben, die Masse wird nun rasch dicker. Herd ausmachen, Schmand zugeben und mit Schneebesen kurz verrühren.

Auf Tortenboden, der nun hoffentlich fertig ist, die Creme

noch heiss gleichmässig verteilen und glattrühren.

Nun die Erdbeeren waschen, abtrocknen, halbieren.
Die Erdbeeren auf der Puddingcreme (die noch warm ist) verteilen.

Für den Tortenguss Zucker und Inhalt Tortenguss mit Löffel verrühren.
500 ml Wasser zzgl. Zucker-Tortenguss-Mischung verrühren und aufkochen. Dabei jeweils mit Schneebesen verrühren, damit es keine Klümpfchen gibt.
Kurz aufkochen, der Guss wird sehr schnell fest.

Noch heiss löffelweise auf Erdbeeren verteilen.

Nun Kuchen über Nacht (oder zumindest ein paar Stunden) in den Kühlschrank geben und dann hemmungslos geniessen.

Bibimbap □□□

Bibimbab ist ein Gericht, dass während meiner Zeit in Korea eines meiner Lieblingsessen war. Eigentlich ist es ein klassisches Resteessen. Nur der Reis, das Spiegelei und die scharfe Sauce gehören fix dazu, der Rest ist variabel und man nimmt, was verarbeitet werden muss oder man besonders mag.

Sehr oft findet man als Zutaten Spinat, Gurke, Pilze, Rettich und Sprossen. Im koreanischen Restaurant erhält man jeweils noch eine Misosuppe zum Bibimbap serviert.

Hier meine Bibimbapvariante, mit den Zutaten, die man ohne langes Suchen im Supermarkt zu finden sind und die auch schnell und unkompliziert in der Zubereitung sind.

4 Personen

Zutaten:
400 gr. Sushireis

Sauce:
4 Knoblauchzehen
1 Löffel Gochujang-Chilipaste (das ist die koreanische Chilipaste, die man immer im Asialaden in den chiliroten Plastikboxen findet)/ Alternativ wenn wir das nicht da haben, nehmen wir Sriracha-Sauce, schmeckt dann sehr sehr ähnlich, ist aber nicht mehr original koreanisch)
10 ml geröstetes Sesamöl (hier finde ich das koranische Ottogi-Öl im gelben Kanister bzw. der gelben Flasche ganz gut)
Ein paar Löffelchen Sojasauce

Ca. 5-7 cm Ingwer (großes Stück)
2 große Karotten
300 gr. Babyspinat

1-2 Gurken
4 Eier

Zubereitung:
Wasser mit Salz zum Kochen bringen, ca. 12 Minuten Kochen. Danach noch bis zur Fertigstellung abgedeckt ziehen lassen.

Knoblauch schälen und halbieren. Mit roter Chillisauce, 5 ml Sesamöl, 3 Esslöffel Sojasauce, 2 TL hellem Essig (zB. Balsamico), 1 TL Zucker in Gewürzmühle mischen.

Multizerkleinerer aufsetzen mit feiner Reibscheibe. Zuerst den geschälten Ingwer durchlassen, danach übergangslos die geschälten Karotten durchlassen.

In einer Pfanne etwas Öl erhitzen, dann den Karotten-Inwer-Mix zusammen mit Prise Zucker 2-3 Minuten anbraten. Herausnehmen und zur Seite stellen.

Die Gurke habe ich mit einem Sparschäler zu langen Streifen geschält. Im Nachhinein ist man immer schlauer, ich glaube, das nächste Mal würde ich die grobe Raspel vom Multi einlegen und die Gurke raspeln. Der Multi ist ja schon aufgesetzt und ggf. passt es von der Optik gut zu den Karotten.

In gleicher Pfanne Spinat anbraten. Nach kurzer Zeit fällt er zusammen. Herausnehmen und mit weiteren 5 ml Sesamöl vermischen (spätetens jetzt beginnt es in der Küche unglaublich gut zu riechen).

Nun in der gleichen Pfanne nochmals ein Löffel Öl einfüllen und die Eier kurz braten Rechtzeitig herausnehmen, das Eigelb soll noch flüssig sein

Original nimmt man Steinschälchen, die die Hitze gut halten. Wir hatten nur gewöhnliche Schüsseln.
Den Reis in Schälchen verteilen. Mit Karotten, Spinat, Gurken im Kreis herum belegen. In die Mitte das Ei legen und die rote Sauce darauf verteilen.
(hat man die schwarzen originalen Steinschälchen, bekommt der Reis noch eine angeröstete Kruste und das Eigelb gerinnt während dem Essen).

Achtung:
Mit Stäbchen umrühren (es gibt nichts schonenderes zu Reis als sanfte Stäbchen) und dann mit dem Löffel essen.

□ □□□□□ Tschal-mok-gess-sim-ni-da, d.h. guten Appetit □

Cashewdip

Zutaten:
100 gr. Cashewkerne
1-2 Esslöffel Limettensaft
1 Knoblauchzehe
2-3 EL Hefeflocken
Paprika/Kreuzkümmel/Salz/Pfeffer

Zubereitung:
100 gr. Cashewkerne in den Multi mit Messer geben und 100 ml heisses Wasser darüber giessen und ca. 15 Min. einweichen

(ohne Einweichen geht es auch).

Folgende Zutaten zu den Cashewkernen geben: 1-2 Esslöffel Limettensaft, 1 Knoblauchzehe, 2-3 EL Hefeflocken, Paprika/Kreuzkümmel/Salz nach Belieben. Im Multizerkleinerer mit Messer bis zur gewünschten Konsistenz mixen.

Mit Pfeffer abschmecken. Wenn Dip zu dickflüssig ist noch etwas Wasser zugeben.

Vorankündigung: Livecooking

Klee-TV

Vorankündigung:

06.03.2022 Nächste Runde Klee-TV mit Livecooking.

Frank kocht für uns und es gibt Pasta.

Stay tuned!

Das Event findet in der Gruppe “Backen und Kochen mit Kenwood” statt. Zur Gruppe kommt man über diesen Link.

Nachwuchs für die Cookingchef-Freun.de!

Hallo zusammen,

es ist so weit und mir eine große Ehre euch den neuesten Spross vorstellen zu dürfen. Zu den altbekannten Cookingchef-Freun.de n gesellen sich nun die Gaumen-Freun.de mit ganz vielen Nudelmatrizen für die Kenwood Pastafresca.

Als ich im Oktober 2015 mit den Cookingchef-Freun.de n begonnen haben, hätte ich mir niemals vorstellen können, wohin die Reise gehen würde. Kochen und Backen war immer mein Ding. Und ohne die Kenwood-Facebookgruppe „Backen und Kochen mit

Kenwood“ ging eh nichts mehr. Mit dem Blog sollte für die Gruppe Speicherplatz für die unzähligen Rezepte vorgehalten werden, die dort tagtäglich gepostet wurden. Und gleichzeitig wollte ich auch die eigene Zettelwirtschaft wegbekommen, denn immer mehr in der Gruppe gesammelten Rezeptideen zum Nachbacken breiteten sich in Zettelform in meiner Wohnung aus. Im Blog erfasst hingegen waren sie hübsch aufgeräumt

Die Cooking-Chef-Freun.de entwickelten sich immer weiter. Es gab kein Zubehörteil für Kenwood, dass wir über die Gruppe nicht bis ins Detail ausprobiert haben. Und immer wieder gab es Pasta. Neben Walzaufsatz und Schneidgeräten hatten wir an den kleinen goldenen Bronzematrizen einen Narren gefressen. Immer größer wuchs das Matrizensortiment, so dass man mit der Kenwood Pastafresca und den Pastideamatrizen bald weit über 100 verschiedene Nudelsorten herausholen konnte. Über die Gruppe organisierten wir Sammelbestellungen, um die hohen Versandkosten bei Pastidea aus Italien aufzufangen. Und überhaupt entwickelten wir uns alle zu echten Pastaiolos, die im Schlaf mehr Nudelsorten aufzählen konnten, als so mancher echter Italiener.

In all den Jahren ist eine tiefe Freundschaft zu Pastidea gewachsen.
So war der nächste Schritt nicht nur logisch, sondern fast schon überfällig: eine Kooperation mit Pastidea, um einen Onlineshop mit Versand aus Deutschland ins Leben zu rufen.

Alles fühlte sich richtig an, aber vieles auch sehr ungewohnt. Mit den Matrizen konnte ich umgehen. Erfahrung mit Warenwirtschaft und Shopsystem hatte ich hingegen keine….

Die ersten Pastidea-Materiallieferungen sahen noch harmlos aus.

Ab der zweiten Lieferung musste ich etwas tun, sonst hätte es im Chaos geendet, bevor es überhaupt begonnen hatte. Ein Sortiment mit über 300 Artikeln birgt ganz schöne Herausforderungen, auch wenn die Produkte noch so klein sind.

Also mussten mehrere Ordnungssysteme und ein Lagersystem her. Meine Nachbarn hatten unter den Anlieferungen teilweise ganz schön zu leiden, denn einen Lieferanteneingang haben wir nicht und jede Anlieferung musste durch das kleine Treppenhaus….

Im Nachhinein fast schon lustig war die Verpackungslieferung vor ein paar Wochen. „Was hast Du getan“ fragte meine Kollegin… Denn gleich nach dem Abschicken der Bestellung kam ein Anruf, ob wir einen Gabelstapler zum Abladen bereitstellen könnten. Auf dem Foto seht ihr was angekommen ist, aber nur der Teil, der im Treppenhaus Platz hatte….. Die Anlieferung brachte mich ganz schön ins Schwitzen. Denn die Spedition hatte morgens um 7 alles direkt in der Brandschutzzone vor unserem Haus abgeladen. Da war mir das rasche Wegräumen wichtiger als irgendein Foto….

Wie im echten Leben, wenn sich Nachwuchs ankündigt: Meistens wird das Gästezimmer oder ein anderer wenig benutzter Raum geopfert, um Platz für das Kinderzimmer zu schaffen. So auch hier. Schaut mal, so sah mein Gästezimmer bis vor kurzem aus.

Und hier das umgeräumte Zimmer für mein neues Gaumen-Freun.de-Baby.

Ihr seht schon, schön machen die Gaumen-Freun.de mein Gästezimmer nicht, aber wie mit echten Babies macht es doch auch glücklich und gibt viel zurück.

Hier noch der Link zum neuen Shop: www.Gaumen-Freun.de

Verschickt wird mit DHL, so ist auch die Lieferung an Paketstationen möglich. Ab 60 EUR ist es versandkostenfrei. Unter 60 EUR betragen die Versandkosten 3 EUR (andere Länder 7,50 EUR bzw. Nicht-EU-Länder wie die Schweiz EUR 8,50). Im Sortiment sind nicht nur die Bronzematrizen für die Kenwood Pastafresca. Auch POM Matrizen für Philips Pastamaker Avance und Viva und viele anderen Nudelmaschinen wie Fattorina, TR50, Häussler sind im Programm.

Dies ist der Start. Nicht nur das Sortiment, auch die Seite soll in den nächsten Jahren mit ganz viel Wissen, Fotos und Rezepten rund um die Nudel gefüllt werden. Dies wird nach und nach geschehen. Auf diese Reise zusammen mit euch und den Cookingchef-Freun.de n freue ich mich schon sehr <3

Herzliche Grüße und danke an alle für eure Unterstützung in den letzten Monaten, ohne die all das gar nicht möglich gewesen wäre!

Eure Gisela

Herbstlicher Eintopf mit Süßkartoffeln, Paprika, schwarzen Bohnen und Kokosmilch

Für 4 Personen
Auf den Fotos wurde lediglich für zwei/halbe Menge gekocht.
In den Zutaten sind die Mengenangaben für 4 Personen getätigt, dann lohnt sich der Einsatz vom Würfler noch mehr….

Zutaten:
1 Bund Petersilie
2 rote Chilischote
2 große Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
2 Süßkartoffeln
4 Tomaten
2 rote Paprika oder Spitzpaprika
1 Dose schwarze Bohnen (alternativ bei Trockenbohnen, vorher eine Nacht einweichen und dann 60-90 Minuten kochen, bis sie weich sind)
12 gr. Gemüsebrühpulver
Zum Würzen nach Belieben: Prise Zucker, etwas Curcuma, etwas gemahlener Rosmarin, etwas gemahlener Kreuzkümmel, etwas Basilikum, etwas Zitronenschale
360 ml Kokosmilch
Öl/Salz/Pfeffer

Zubereitung:
Chilischoten waschen und entkernen.
Chilischote und Petersilie (incl. Stängel etc.) in den Multizerkleinerer mit Messer geben, kurz mixen.
(Etwas Petersilie herausnehmen und zur Seite stellen).

Würfler aufsetzen: Geschälte Zwiebel und geschälte Süßkartoffel würfeln, zur Seite stellen.
Klein geschnittenen Knoblauch zugeben.

Dann Paprikaschote (vorher gewaschen und geputzt) ebenfalls würfeln und zur Seite stellen.

Gewaschene Tomaten von Hand würfeln und ebenfalls zur Seite stellen.

Ewas Öl in Kessel bei 140 Grad erhitzen. Kochrührelement einsetzen. Süsskartoffel-Zwiebel-Stücke zugeben. 5 Minuten bei 140 Grad rühren lassen.

Temperatur auf 110 Grad senken. Nun Tomaten, Paprikaschote, 250 gr. Wasser, Petersilie mit Chilischote, Gemüsebrühe, Gewürze nach Belieben (Prise Zucker, etwas Curcuma, etwas gemahlener Rosmarin, etwas gemahlener Kreuzkümmel, etwas Basilikum, etwas Zitronenschale) zugeben und weitere 10 Minuten kochen.

Schwarze Bohnen samt Flüssigkeit zugeben und weitere 3 Minuten Kochen.

Kokosmilch zugeben, Temperatur auf 95 Grad senken, und nochmals 2 Minuten weiterkochen. Nach Belieben mit Salz/Pfeffer abschmecken.

Zum Servieren zur Seite gestellte Petersilie drüberstreuen.

Auflauf mit Linsen und Gemüsegedöns – leckere Alltagsküche

Zutaten (4 Personen):
3 oder 4 Kartoffeln, geschält
1 bis 2 Süßkartoffeln, geschält
3 oder 4 Karotten, geschält
2 Lauchstangen
2 kleine Dosen braune Linsen (oder Linsen vorher kochen)
1 Bund Petersilie
50 ml Sojasauce
1 – 3 Knoblauchzehen
1 Döschen Tomatenmark
2 Löffel (ca. 20 gr.) Senf
400 gr. Sahne
100 gr. geriebenen Käse
Salz/Pfeffer/Muskatnuss/Öl/Prise Zucker

Zubereitung:
(Ihr könnt nach Wahl Kartoffeln, Kartotten, Süsskartoffeln nehmen. Abwiegen muss man nicht. 1 Multizerkleinererfüllung = Gemüse für 2 Personen. D.h. wenn ihr für 4 kocht, füllt ihr den Multizerkleinerer 2 x, wenn ihr für 6 kocht 3 x etc. etc.)

Multizerkleinerer aufsetzen
Mit der dünnen Scheibe Kartoffeln, Karotten, Süßkartoffel in Scheiben schneiden.
Für der dickeren Scheibe den Lauch in Scheiben schneiden.

Alles auf Backblech (mit Backpapier ausgelegt) geben. Salz, Pfeffer und etwas Öl darüber geben. Im Backofen bei 220 Gr. O/U backen.

In der Zwischenzeit:
Linsen mit Wasser abspülen und zur Seite stellen.

In Multizerkleinerer mit Messer 1-2 Knoblauchzehen und Bund Petersilie geben und zerkleinern. 50 gr. Sojasauce, 2 Löffel Senf, 1 Döschen Tomatenmark, Pfeffer, Prise Zucker zugeben und rühren lassen.

Im Kessel etwas Öl bei 140 Grad erhitzen. Flexi einsetzen.

Linsen sowie die Petersiliensauce aus dem Multi zugeben, ca. 2-3 Minuten rühren.

Sahnesauce: In den Multi mit Messer (bitte den Multi nicht ausspülen, wenn z.B. noch Reste von Petersilie drin sind, wird die Sahnesauce noch besser): eine Knoblauchzehe zugeben, kurz mixen, dann Sahne, Salz/Pfeffer/Muskat zugeben und nochmals vorsichtig laufen lassen.

Nun die Hälfte vom Ofengemüse, darauf die Hälfte von der Sahne schicken und dann nochmals, bis alles verteilt ist.

30 Minuten/220 Grad O/U backen.
5 Minuten vor Ende noch geriebenen Käse darüberstreuen.

Dazu passt ein grüner Salat.

Garnelen und Brokkoli auf Basmatireis mit Teriyakisauce

Rezept in Anlehnung an Hello-Fresh

Für 2 Personen
(Verdoppelung der Zutaten ist möglich, dann muss man aber zum Dämpfen auf etwas größeres ausweichen, z.B. Dampfbackofen)

Zutaten:
150 gr. Basmatireis
1 große Knoblauchzehe
2 cm Ingwer
50 ml Sojasauce
4 gr. Maisstärke
2 EL brauner Zucker
1 Limette
1 Frühlingszwiebel
1 kleiner Brokkoli
200 gr. Garnelen
Öl/Salz/Pfeffer

Zubereitung:
Reis mit etwas Salz kochen bzw. dämpfen

Für die Teriyakisauce :
In dem Multizerkleinerer mit Messer 1 Knoblauchzehe und grob geschnittener Ingwer geben. Ein paar Sekunden Multi rühen

lassen.

Dann 50 ml Sojasauce, 2 EL brauner Zucker, 150 gr. Wasser, 4 gr. Maisstärke zugeben und nochmal ca. 20 Sekunden mixen. Die Sauce ist schon fertig, probiert einen Löffel, sie schmeckt köstlich nach Japan.

Brokkoli putzen in kleine Röschen schneiden. Etwas Wasser im Kessel der CookingChef zum Kochen bringen, Temperatur ca. 120 Grad (damit es immer über 100 Grad ist), Dampfgareinsatz mit Brokkoli einsetzen und Zeit auf 18 Minuten stellen und dämpfen.

In der Zwischenzeit die Frühlingszwiebel komplett (weißer und grüner Teil) in Ringe schneiden, den grünen Teil zur Seite legen (den braucht man zum Schluss als Topping).

Limette heiß abwaschen und Schale abreiben. Limette in mehrere Spalten schneiden.

In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und Garnelen und weiße Frühlingszwiebelringe scharf anbraten. 2 Minuten von jeder Seite.
Teriyakisauce zugeben und 4 Minuten köcheln lassen, die Sauce wird so ganz leicht angedickt.
Wer mag mit Salz/Pfeffer und etwas Limettensaft abschmecken.

Zum Servieren: Auf den Reis den Limettenabrieb verteilen.
Reis auf Teller anrichten. Brokkoli und Garnelen mit Sauce darauf verteilen. Grüne Frühlingszwiebelringe darüber verteilen und zusammen mit den Limettenstücken servieren.

Guten Appetit!