

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 gemahlenen schwarzen Pfeffer

Zubereitung:

Ich erhitze Wasser und Kurkuma zusammen unter ständigem Rühren in der Cooking Chef mit dem Flexi Rührelement, 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 Schneebesen 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. Bekannt 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 Immunsystems 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.



K Haken Zubehörvorstellung



Wofür kann er verwendet werden :

Rührkuchenteige, Plätzchenteige, größere Mengen Mürbteig, aber auch für größere Mengen Nudelteig, für die Masse für

Hackfleischküchle vermischen für Roggenteige beim Brotbacken eignet er sich auch sehr gut.

Spätzlesteig , Gewürzpaste, Chiabatteteig, Kartoffelbrei, Keksteig, Honigkuchenteig,

Knuspermüsli, Streußel, Knödelteig , Spritzgebäckteig, Kartoffelpuffer aller Art zusammen rühren, Obatzda, Füllungen, Dips, Cremes aller Art,

Mehlklöse (Mehlkköße werden aus Butter und schaumig geschlagenen Ei, Mehl und etwas Backpulver sowie Milch verrührt. Dann werden sie mit 2 Löffeln abgestochen und in kochendem Wasser kurz gegart. Dazu kann man Obst essen oder wie Spätzle verwenden Rezept von Nicole Montag)

Salzburger Nocken



Rezept und Bilder zur Verfügung gestellt von Katharina Karner

Ihr braucht

6 Eier

6 EL Zucker und etwas Zucker für die Form

etwas Butter für die Form

4-5 EL Marmelade / Konfitüre nach eurem Geschmack, am besten mit Fruchtstücken drin. Meine Favoriten sind Preiselbeermarmelade (siehe Fotos) oder Schwarze Ribisel / Schwarze Johannisbeere.

2 EL Cognac / Rum / Weinbrand



Die Form ausbuttern und mit Zucker ausstreuen.

Den Backofen auf 0 / U Hitze 220 bis 230 C vorheizen

Dann kleide ich den Boden der Form mit Marmelade aus und verteile 2 EL Cognac darauf. Der Alkohol verdampft und hilft den zarten Schnee schön anzuheben und das Soufflé besonders locker zu machen.



Jetzt trenne ich die 6 Eier. Eiweiß in die Rührschüssel, das Eigelb in einen Becher wo ich das Eigelb mit einer Gabel kurz verflüssige



Eiweiß steif schlagen (Rührbesen) und währenddessen die 6 Eßl. Zucker langsam einrieseln lassen



Die Eigelbe hebe ich flott per Hand unter



Diese Masse wird nun mit einer Teigkarte als Nockerl in die Form geschlichtet

Und 10 Minuten auf der untersten Schiene gebacken, ohne dass die Tür geöffnet wird!!! Ganz wichtig, nicht gucken!!!



Quarkkuchen



Bilder und Rezept zur Verfügung gestellt von Nicole Kebellus

6 Eier mit 6 El Puderzucker und 1Pk Vanillezucker schaumig rühren

250 Gramm Quark 40% sowie Zitronenabrieb dazu geben.. mit der Zitrone meiner Meinung nach nicht sparen ☐

Dann schnell 5 El Mehl unterheben und in einer Auflaufform backen bei 170 Grad 35min lang.



Flattertorte (Himmelstorte, Schwimmbadorte, Baisertorte)



Zutaten für den Teig

125 g Butter
4 Eigelb
125 g Zucker
150g Mehl
2TL Backpulver
2 Eßl. Vanillzucker
4 Eiweiß + 200g Zucker
Mandelplättchen

Zubereitung

Eigelb , Zucker, Butter und Vanillzucker schaumig rühren.

Mehl und Backpulver unterheben.

4 Eiweiß mit 200g Zucker steif schlagen.

Die Hälfte des Teiges in eine gefettete Springform geben, die halbe Eischneemasse darüber streichen und mit Mandelplättchen bestreuen.

Bei 170° Heißluft mittlere Schiene 30 Minuten backen.

Die zweite Teighälfte genauso backen.

gefüllt kann die Torte nach Belieben werden.
Unsere Lieblingsfüllung ist eine Zitronenfüllung

3 TL Speisestärke mit 1/8 ltr Wasser , 100g Zucker und dem Saft von 3 Zitronen zu einer Creme kochen.

Creme erkalten lassen und dann 1/2 ltr Sahne steif geschlagen unterheben und zwischen die Böden füllen.

Piadina Romagnola



Rezept und Bilder von Claudia Althaus-Küpper zur Verfügung gestellt

Die Geschichte der Piadina Romagnola reicht bis in die etruskische Zeit zurück. Dank der Einfachheit und Vielseitigkeit der Zubereitung blieb die Piada jahrhundertlang das Mahl der Bauern und Armen. Sein Siegeszug für die breite Masse begann erst in den 1940er und 1950er Jahren, als er dank der zahlreichen Kioske, die diese duftende Spezialität zu einem günstigen Preis anboten. Touristen auf dem Weg zur Adria konnten nicht widerstehen....

Zutaten und Zubereitung

Das Rezept ist sehr simpel, der Geschmack geprägt durch den

Strutto, das Schweineschmalz und ein gutes Mehl.

500 g Mehl

180 g Wasser

125 g Schweineschmalz

10 g Salz

5 g Natron optional

Alle Zutaten ausgiebig mit dem Knethaken miteinander verkneten und 5 Stücke je ca. 170 g abmessen und zu Kugeln formen.

Die Kugeln etwas ruhen lassen und dann mit einem Rundholz zu Fladen von 25-28 cm Durchmesser ausrollen.

Die Fladen vor dem Ausbacken mit der Stipprolle bearbeiten, dann garen die Piadas besser durch.

Nach Belieben belegen und genießen.



Variationen

Bild 1



Prosciutto die Parma, Mozzarella, Tomaten frisch und getrocknet, etwas Knoblauch und Ruccola auf einem Bett aus Frischkäsecreme mit Kräutern

Bild 2



Lachs mit Gurkenscheiben und Eisbergsalat auf einer Dill/Frischkäse-Aioli

Bild 3



Schweinebraten rosa gebraten in Scheiben mit Balsamico sautierten Borrettane Zwiebeln, getrockneten Tomaten und Ruccola auf einer Tonnatomaionaise...

Rezept Tonnatomajonaise

Tonnatomayo..

Ich mache eine Majonaise aus dem ganzen Ei, dazu ein Teelöffel Senf, ein Spritzer Essig, Salz und Pfeffer, hierbei eine halbe Knoblauchzehe und mixe das ganze auf, dann schluckweise Öl hinzugeben, ich mische gern Olivenöl mit Rapsöl.

Ein Esslöffel der Mayo plus 2 Esslöffel Frischkäse und 1 Esslöffel/eine Gabel Thunfisch und alles miteinander mischen, abschmecken, fertig

Bild 4



Soppressa aus dem Veneto, gepaart mit Ziegekäse, frischen Tomaten, Gurkenscheiben und Eissalat auf Kräutercreme

Mini Maultaschen mit Fleischfüllung



Rezept und Bilder von Elvira Preiß

Zutaten Teig

300 g Semola grano duro rimicanati

300 g Mehl

6 Eier

2 Essl. Olivenöl

alle Zutaten mit dem Knethaken zu einen festen Teig verarbeiten .

In Frischhaltefolie einpacken und mindestens 1 Stunde in den Kühlschrank stellen.

Füllung

1 Knoblauchzehe

1 Zwiebel

400g Hackfleisch

400g Babyspinat

200g Kalbsbrät

Pfeffer , Salz, Maggikraut

Knoblauch und Zwiebel in einer Pfanne anbraten , Hackfleisch hinzufügen und mit anbraten , Spinat ebenfalls hinzufügen und anbraten mit Pfeffer , Salz und Maggikraut würzen.

alles abkühlen lassen

abgekühlte Masse zusammen mit dem Kalbsbrät im Multi mit dem Messer zu einer Masse zerkleinern.

Den Teig mit der Lasagnewalze auf gewünschte Stärke auswalzen , die Bahnen müssen die komplette Breite der Walze ausfüllen wenn man die Mini Maultaschen mit dem Raviolimaker macht.

Ich hatte bei der neuen Walze die Stärke 5.

Die Teigbahnen auf einer Seite gut bemehlen.

Den Raviolimaker auf die Maschine setzen.

2 gleichlange Teigbahnen nach Anleitung mit der bemehlten Seite nach außen in den Raviolimaker einlegen und dann die weiße Einfüllhilfe aufsetzen.

Die Füllung in einen Spritzbeutel füllen und dann in den Teig einfüllen , wenn man am Rad dreht sieht man immer wieder wenn die Öffnung des Teiges kommt und da dann am besten reinfüllen.



Die fertigen Maultaschen noch etwas liegen und antrocknen lassen dann lassen sie sich besser voneinander trennen.



Bananen-Splitt Torte



Rezept und Bilder von Jitka Hauffe

Zutaten und Zubereitung

5 Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen.

5 Eigelb, 3 EL Wasser und 150g Zucker schaumig schlagen.

200g gemahlene Haselnüsse, 1,5 TL Backpulver und 2 EL Kakao zur Eigelbmasse geben und dann den Eischnee unterheben.

Bei 170 Grad Ober-/Unterhitze für 30min backen.

Abkühlen lassen.

Nuss-Nougat Creme auf den Boden verteilen, Bananen halbieren und oben drauf legen.

2 Becher Sahne, 2Pck. Vanillezucker und 2 Pck. Sahnesteif aufschlagen und auf die Bananen geben.

Am besten den Tortenring nach dem abkühlen vom Kuchenboden wieder drum machen.

1 Pck Mandelblättchen in der Pfanne anrösten, Butter und Zucker dazu geben und karamellisieren.

Etwas abkühlen lassen und auf die Sahne geben.

Torte in den Kühlschrank stellen und gut durchkühlen lassen.

Wer mag kann noch Eierlikör oder Schokoglasur oben drauf geben



Gewürzmischungen



Rezepte und Bilder von Klip Cooks

Nummer 1

Taco Gewürz

Mexico



Ganze Gewürze:

1 1/2 EL schwarzer Pfeffer

1 EL Cumin

1 EL Oregano

Gemahlene Gewürze:

2 EL Chilipulver

1 EL geräuchertes Paprikapulver

1 TL Knoblauchpulver

2/3 TL Cayennepfeffer

Ganze Gewürze in der Gewürzmühle mahlen.

Mit den gemahlene Gewürzen vermischen.

Hackfleisch, Hühnerfleischstücke o.ä. anbraten, dabei mit Salz und Taco Gewürz nach Geschmack würzen.

Nummer 2

Shawarma Gewürz

Libanon



Ganze Gewürze:

2 EL Nelken

1 EL Cumin

1 EL Kümmel

1 EL Kardamom

1 EL Oregano od. Thymian

1 Zimtstange (evtl. vorher etwas zerkleinern)

1 Muskatnuss (zertümmert)

1 EL schwarzer Pfeffer

1 EL Koriandersamen

Gemahlene Gewürze: 1 EL Knoblauchpulver

1/2 EL Cayenne Pfeffer

1/2 EL Ingwerpulver

Ganze Gewürze in der Gewürzmühle mahlen.

Mit den gemahlenen Gewürzen vermischen.

Fleisch mit Salz, Shawarma Gewürz und etwas Öl nach Geschmack marinieren.

Nummer 3

Burger Rub

USA



Ganze Gewürze:

3 EL schwarze Pfefferkörner
1 EL gelbe Senfkörner
1 EL Koriandersamen
1/4 EL Chili, getrocknet
(1/2 wenn sehr scharf)

Gemahlene Gewürze:

1/2 EL geräuchertes Paprikapulver
1/2 EL Sumach
1/2 EL Knoblauchpulver

Ganze Gewürze in der Gewürzmühle mahlen.

Mit den gemahlenen Gewürzen vermischen.

Geformte und ggf. sous vide gegarte Hackfleisch-Patties mit Burger rub und Salz von außen bestreuen, dann grillen oder braten.

Nummer 4

Tandoori Masala

Indien



Ganze Gewürze:

- 1/2 Zimtstangen (evtl. vorher etwas zerkleinern)
- 1 TL Nelken
- 1 TL Macis
- 1 EL Cuminsamen
- 2 EL Koriandersamen
- 1 TL schwarze Pfefferkörner
- 2 TL schwarze Kardamomschoten
- 1 TL grüne Kardamomschoten

Gemahlene Gewürze:

- 1 TL Ingwerpulver
- 1 TL Knoblauchpulver
- 1/2 TL Muskatnuss
- 1 EL Rote Bete, getrocknet
- 1/2 TL Fenugreek Samen / 1/2 EL Fenugreek Blätter
- 1/2 TL Kurkuma

Ganze Gewürze in einem Wok oder in einer Pfanne mit schwerem Boden bei mittlerer Hitze unter häufigem Rühren 2-3 min rösten, bis sie duften.

Vom Feuer nehmen.

Gemahlene Gewürze unterrühren und alles abkühlen lassen.

Portionsweise in der Gewürzmühle mahlen.

Sieben, und größere Stücke nochmal mahlen.

Für eine Marinade mit Salz, Öl, Joghurt und Limonensaft nach Geschmack vermischen.

Quittenbrot Würfel



Rezept und Bilder von Eva Drews

<https://www.backenmitfreunden.de/rezepte/2019/11/19/quittenbrot-ala-eva/>

Zutaten und Zubereitung :

Quitten

Zucker

Die Quitten mit einem Tuch vom Flaum befreien und waschen. Anschließend in eher grobe Stücke schneiden (das geht einfacher, wenn man die Quitten vorher für drei, vier Minuten in die Mikrowelle legt) und dabei Blüten- und Stielansätze entfernen. Das Kernhaus bleibt zunächst drin. Mit etwas Wasser ca. 45 Minuten kochen. Die gekochten Quitten samt Kochwasser in ein mit einem Tuch ausgelegtes Sieb über einem großen Topf geben (der Plastikkessel für die CC ist perfekt!) und einige Stunden, am besten über Nacht abtropfen lassen. Am Schluss nur

leicht ausdrücken. Aus dem Saft kann man Quittengelee oder -sirup zubereiten.

Das übrig gebliebene Fruchtfleisch muss nun von Kernen und Kernhäusern befreit werden. Sobald das geschehen ist, das Fruchtfleisch im Multizerkleinerer pürieren. Wer das Knurpselige von Quitten nicht mag, nimmt den Passieraufsatz oder die gute alte Flotte Lotte, dann wird das Quittenbrot klarer.

Das pürierte Fruchtfleisch abwiegen und mit der gleichen Menge Zucker vermischen. Die CC oder CCG auf 140 Grad stellen und bei Dauerrühren (bei der CC Intervall 1) mit dem FLEXI zum Kochen bringen. Sobald die Mischung kocht, auf 100 bis 110 Grad reduzieren, aber den Rührintervall bei 1 belassen, denn das Mus brennt leicht an. Immer mal wieder nachregulieren, sonst fängt es an zu spritzen. Das Ganze muss köcheln. Ich empfehle, den Spritzaufsatz wegzulassen, damit das Mus einkochen kann.



Nach ein, zwei Stunden (je nach Menge) Köcheln ist das Mus so dick, dass man es auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech streichen kann. Nun muss es für einige Tage an einem warmen Ort trocknen – oder man gibt es bei 100 Grad Umluft für drei bis vier Stunden in den Backofen. Zwischendurch wenden. Fühlt sich die Oberfläche trocken und elastisch an, kann man das Quittenbrot in Würfel oder Rauten schneiden und in Zucker wälzen. In Spanien isst man es als Dulce de membrillo zu Käse. Und von Ottolenghi gibt es in „Vegetarische Köstlichkeiten“ ein Rezept, in dem das Quittenbrot (ohne Zucker außenrum) mit geröstetem Butternusskürbis und Stilton in einer Tarte zum Einsatz kommt. Das ist köstlich!