

Valentinstagsherz



Fotos Gisela M.

Anmerkung:

Ich habe das Herz nach einem italienischen Rezept gemacht, fand aber, dass unser Hefezopf Teig von [hier/3. Rezept](#) lockerer ist. Daher hier die umgeschriebene Version. Ausprobiert in dieser Variante habe ich es noch nicht, bin aber sehr zuversichtlich, dass es klappt. Über Feedback freue ich mich ☐

Zutaten und Zubereitung:

500 g Mehl Type 550

0.75 EL Salz in einer Schüssel mischen

0.5 Würfe Hefe (ca. 20 g), zerbröckelt (Alternativ 10 gr. Hefe + 1 gehäufter EL LM)

1 TL Zucker

60 g Butter, in Stücken, weich

1 ausgekratzte Vanilleschote

300 ml Milch, lauwarm zugeben.

Den Teig in der CC mit Knethaken auf Stufe min ca. 10 Min. kneten. Teig halbieren und eine Hälfte zu einer Kugel formen in eine andere Schüssel mit einem feuchten Tuch abdecken und bei bei Raumtemperatur ca. 1,5 Std. aufs Doppelte aufgehen lassen.

Die andere Hälfte mit
30 gr. Kakao und
2 EL Milch

kneten lassen, bis alles eingearbeitet wird. Bei Bedarf noch etwas Milch zugeben. Dann auch hier Teig zu einer Kugel formen und ebenfalls mit einem feuchten Tuch abdecken und bei Raumtemperatur ca. 1,5 Stunden auf das Doppelte aufgehen lassen.

Beide Teige zu Strängen formen und in eine eingebuttrte (oder mit Backtrennspray gesprühte) Herzform füllen. Entweder je eine Schicht hell, dann eine dunkel. Oder man wickelt vorher hell und dunkel zusammen und füllt sie dann ein.



Ich hatte noch Teig übrig und habe auch noch gemischte Formen gemacht.



Wer mag, bestreicht den Teig mit 1 Eigelb, ich habe ihn nicht bestrichen, da ich hoffte, dass der Kontrast hell-dunkel dann besser rüberkommt.

30 Minuten gehen lassen.



Backen: 28 Minuten/180 Gr/Ober-/Unterhitze.

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-Röhrelement 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.

Ofen-Frikadellen



Fotos Corinna Schönenberg

Rezept von [Chefkoch.de](https://www.chefkoch.de) und von Corinna Schönenberg in Teilen abgewandelt bzw. auf CC umgeschrieben

Zutaten:

2 kg Hackfleisch

2 Becher Schmand

2 Becher Creme Fraiche

4 Zwiebeln zerkleinert und etwas angedünstet

4 Eier

20 EL Paniermehl (vorher im Multi oder Trommelraffel aus alten Brötchen hergestellt)

Salz

Pfeffer

2-3 EL Senf

Ganz nach Gusto: Paprika, Curry, ein Päckchen TK-8-Kräuter...

Zubereitung:

Alles in Kessel der CC geben und mit K-Haken zu einem homogenen Teig rühren lassen. Bällchen formen.

Wenn es beim Formen noch zu nass ist kann man noch etwas Paniermehl zufügen.

Pro Blech (mit Backpapier ausgelegt) ergibt es ca.30-32 Hackbällchen.



Jedes Blech ca.30 min bei 200 Grad Umluft backen. Bei mir wurden es insgesamt 87 Bällchen.



Werden sehr saftig! Kein stundenlanges Herumbrutzeln! Toll für Buffets und Parties!

Erdnuss-Bananen-Pesto



Foto Gisela M.

Zutaten:

1 Banane (gerne überreif)
2 Hände voll Erdnüsse, geröstet und gesalzen
1 Knoblauchzehe
1 getrocknete kleine Chilli, mit den Fingern zerkleinert
0,5 TL Curry
0,25 TL Kurkuma

Zubereitung:

Alles in den Multizerkleinerer mit Messer geben und mixen bis zur gewünschten Konsistenz.

Der leicht süssliche Geschmack in Kombi mit der Erdnuss (leicht crunchy) und dann noch der Chilliabgang. Ich fand es gigantisch...

Gesammelte Ideen aus der Gruppe:

Verfeinern mit Sahne oder Kokosmilch

Cashewnüsse und einen Esslöffel Kokosnuss-Öl zugeben

Als Sauce zu Reis und Hühnchen



Serviervorschlag:



Foto Marie Na

Pasta Fresca – Übersicht der Matrizen

Übersicht der Pastidea-Matrizen (erhältlich auf www.gaumen-freun.de)

Bei den Fotos handelt es sich um eine Gemeinschaftsproduktion der Mitglieder von "[Backen und Kochen mit Kenwood](#)". Die Matrizenbilder wurden uns von Pastidea zur Verfügung gestellt.

Hinweis: Mit einem Klick auf die Überschriften, kommt man direkt zur Matrize.

Reginette



“Reginette” bedeutet auf Deutsch so viel wie “kleine Königinnen” □

=====

Mafalde



Foto Dagmar Möller

Mafalde und Reginette sind sehr ähnlich, Mafalde sind etwas breiter.

=====

Brezeln



Foto rechts Margit Fabian



Fotos Elvira Preiß

=====

[Ruota / Rad](#)



Fotos Elvira Preiß

=====,

[Herz – Cuore](#)



=====

[Matrize Kleeblatt – Quadrifoglio](#)



Fotos Pia Bachfischer-Straub

Perfekt als Mitbringsel zum Jahresbeginn, als Beilage oder wenn man sportlich ist und ganz schnell schneidet in der Suppe.

=====

[Matrize Auto](#)



[Engel](#)



[Riccioli - Locken](#)



Riccioli bedeutet soviel wie "Haarlocken". Sie nehmen die Soße besonders gut auf.

=====

[Calla](#)



=====

[Fiore di Loto – Lotusblume](#)



=====

[Cappello da Chef – Kochmütze Kochhaube](#)



Foto Margit Fabian

Mit etwas Phantasie könnte man in dieser Nudel auch kleine Krönchen erkennen ☐

=====

Gnocco Sardo





Foto links Frank Klee/rechts Dagmar Möller

Der Name verrät es schon. Es handelt sich um eine Gnocchivariante, wie man sie in Sardinien gerne isst. Achtung: Auf Sardinien werden diese Gnocchi immer ohne Ei zubereitet (also nur Hartweizen und Wasser). In anderen Gegenden Italiens ist man da toleranter ☐

=====

[Cavatelli](#)





Foto Margit Fabian

“Cava” bedeutet eine “Höhle” und das “elli” macht es klein. Also kleine Höhlen, für alle, die Höhlenforschung betreiben wollen. Traditionell bereitet man den Teig von Cavatelli ohne Ei zu.

=====

[Gnocchi napoletani piccoli](#)





Gnoccho napoletano piccoli, der kleinen Version, die sich gut z.B. in Nudelsalat machen – also Gnocchi/Nocken/Nockerl aus Kampanien mit Hauptstadt Neapel. Inspiriert von der Form von klassischen Kartoffelgnocchi.

=====

[Gnocchi napoletani grande](#)





Foto Katrin Russek/Pia Bachfischer-Straub

Gnoccho napoletano grande, der großen Version – also Gnocchi/Nocken/Nockerl aus Kampanien mit Hauptstadt Neapel. Inspiriert von der Form von klassischen Kartoffelgnocchi.

=====

[Radiator/Heizkörper](#)





Diese Nudeln sind ein sehr unkompliziertes Format, die die Sauce sehr gut aufnehmen! Radiatore bedeutet "Heizkörper" da die Form an Heizkörperlamellen erinnert.

=====

[Funghi/Pilze](#)



Fotos Dagmar Möller

“Funghi” bedeutet übersetzt nichts anderes als “Pilze”. In Deutschland sind sie auch als Hütchennudeln bekannt.

=====

Conchiglia



“Conchiglia” ist das italienische Wort für “Muschel”. Die Conchiglia ist verwandt mit der Conchigliette, der “kleinen Muschel”, die es auch als Matrize gibt.

=====

Conchigliette



Foto Dagmar Möller

Conchigliette sind kleine Muscheln. Die Form gibt es auch etwas größer als "Conchiglia".

=====

[Orecchiette](#)



Orecchiette bedeutet auf deutsch so viel wie "kleine Öhrchen" – sie kommen ursprünglich aus Apulien mit Hauptstadt Bari.

=====

Spaccatelli



Trece





Foto Pia Bachfischer-Straub (rechts mit Mandel-Basilikum-Pesto)

Trecce kommen aus Süditalien und harmonieren perfekt mit Sugo oder Pesto.

=====

Casarecce





[R](#)

Foto Dagmar Möller

Casarecce, übersetzt “die Hausgemachten”, kommen original aus Sizilien, sind aber auch viel in Mittel- und Süditalien anzutreffen. Harmonieren wunderbar mit Ragu oder jede andere Sauce.

=====

[Torchietti](#)





Foto Betty/Dagmar Möller

Sehr dünnwandige Nudeln mit feinen Rillen.

=====

Fusili Calabresi



Fotos Dagmar Möller in Varianten lang und kurz

Wie der Namen schon sagt, handelt es sich um Fusili aus Kalabrien.

=====

[Fusili A3 8,5 mm](#)



Foto rechts Dagmar Möller

=====

[Fusili A2 8,5 mm](#)



Foto Pia Bachfischer-Straub

Fusili sind vor allem bei Kindern sehr beliebt.

=====

Fusilli A2 6,5 mm – Fusillini



Diese Fusilli sind etwas kleiner im Vergleich zu den anderen Fusilli.

=====

Stelle – Sterne



Foto Pia Bachfischer-Straub

Wie Macheroni, nur nicht rund, sondern in Sternform

=====

Stelline – kleine Sterne



Perfekte Suppennudeln. Aber Achtung: Hier muss man ganz schön schnell abschneiden.

=====

Riso (kleine Variante)



=====

Risone (größere Variante)



Hier sieht man Riso/Risone im Vergleich. Sie sind sehr ähnlich. Riso ist noch etwas kleiner.



=====

[Paccheri lisci](#)



Foto Dorothee Saunders

Paccheri sind Hohlnudeln mit großem Durchmesser aus Süditalien. Hier in der Ausführung "liscio" also glatt und nicht geriffelt.

=====

[Pacchero rigato](#)



Fotos Dagmar Möller

Paccheri sind Hohlnudeln mit großem Durchmesser aus Süditalien. Hier in der Ausführung "rigato" also geriffelt und nicht glatt.

=====

[Canestro rigato](#)



Foto Margit Fabian

Ein Canestro bedeutet so viel wie ein Korb.

=====

[Canestrino rigato](#)



Ein Canestrino ist das gleiche wie ein Canestro, nur kleiner. Das "ino" am Ende verniedlicht das Wort, also ein kleiner Korb ☐



[Rigatone](#)





Foto Manfred Cuntz

“Riga” bedeutet soviel wie “geriffelt” und daher stammt auch der Name “Riga”toni. Die Verwendung ist vielseitig. Sehr schön z.B. im Ofen überbacken mit Bechamelsauce und Hackfleisch.

=====

[Silatelli](#)





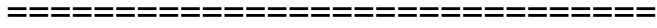
Maccheroni Lisci



Foto rechts Regina Brand



Fotos Mareike Bollmann



[Maccheroni quadri](#)





Macheroni quadratisch – gehen auch frittiert als Maissnack

=====

Bucatini 4 mm (dickere Variante)



Bucatini sind ähnlich wie Bigoli/dicke Spaghetti. Nur haben sie in der Mitte ein kleines Loch, gehören somit zu den Röhrennudeln. Am häufigsten sind sie in der Gegend von Rom anzutreffen.

=====

[Bucatini 3,2 mm](#)



Bucatini sind ähnlich wie Bigoli/dicke Spaghetti. Nur haben sie in der Mitte ein kleines Loch, gehören somit zu den Röhrennudeln. Am häufigsten sind sie in der Gegend von Rom anzutreffen.

=====

[Gabelspaghetti/Hörnli/Curvetti](#)



Curvetti/Gabelspaghetti sind vom Durchmesser kleiner als Maccheroni lisci. Die Größe erinnert an Bucatini 3,2 mm, sie ringeln sich aber beim Herauskommen.

=====

Maccheroni Rigati (mitgelieferte Standardmatritze bei der Pasta Fresca)



Foto Elvira Preiß und Stine Helm

Maccheroni rigati sind Maccheroni mit Streifen/Rillen (riga = Streifen/Rillen).

=====

[Maccheroni rigati Pastidea](#)





=====

[Sedanino rigati](#)



Bei Sedanini rigati handelt es sich um leicht gebogene Maccheroni mit Rillen. In Italien gehören Sedanini zu denen am häufigsten gegessenen Nudelsorten. Man kann sie auch ganz kurz schneiden und dann in Gemüsesuppen kochen.

Lasagne



Das Besondere an dieser Matrize ist, dass man die Wandstärke der herausgegebenen Platten von 0,5 mm bis 2 mm einstellen kann. D.h. man kann die Matrize von ganz dünn (z.B. Ravioli) über mittel (Lasagne) bis hin zu ganz dick (z.B. Grissini)

einstellen. Die Teigplatten, die ausgegeben werden, sind 12 cm breit.

Cannelloni



Creste di gallo/Hahnenkamm



[Spaghetti 2 mm](#)





Foto Dorothee Saunders

Spaghetti in Normalgröße, entsprechen ca. Barilla Nr. 5

=====

[Spaghetti 2,5 mm](#)



Foto rechts Elvira Preiß

Etwas dickere Spaghetti, entsprechen in etwa Barilla Nr. 7

=====

Spaghetti quadri



Fotos

MarieNa/Saskia Renker

“Quadri” bedeutet viereckig. D.h. diese Spaghetti sind nicht rund sondern viereckig, siehe Matrizenform.

=====

Spaghetti chitarra-2x2



Fotos Margit Fabian

Das "alla chitarra" bezeichnet die traditionelle Herstellungsweise. Mit einer Gitarre (chitarra), einem Holzrahmen mit Drähten, werden die Spaghetti durchgepresst. Daher auch die eckige Form.

=====

[Tagliatelle da 6 mm](#)



Fotos

Susi

Stro

Doris Seelbach

Das Wort "Tagliatelle" ist schon fast eingedeutscht. Es handelt sich um Bandnudeln. "Tagliare" bedeutet "schneiden", d.h. geschnittene Pasta. Sie kommen ursprünglich aus der Emilia-Romagna und den Marken. Hier 6 mm breit.

=====

[Tagliatelle da 8 mm](#)



Diese Tagliatelle sind 8 mm breit.

=====

[Tagliatelle girate](#)



“Girata” bedeutet gedreht. D.h. bei den Tagliatelle girate handelt es sich um Tagliatelle, die leicht gewellt sind. Ich mag diese Matrize, da die Nudeln sehr schnell und unkompliziert herauskommen. Sie gelingen immer. Wer noch mehr Ringel möchte, dem seien die Reginette empfohlen.

=====

[Tagliolini 3 mm](#)



Fotos Margit Fabian (kurze Variante als Suppenudel)

=====

[Angelhair/Engelshaar/Capelli d'Angelo](#)



Fotos Elvira Preiß

Perfekt als Suppenudel



[Scialatiello](#)



Fotos Monika Klein

Scialatiellis gibt es vorwiegend in der Gegend von Amalfi/Neapel und werden traditionell mit Meeresfrüchten serviert.

=====

Bigoli



Fotos Dagmar Möller

Bigoli sind nichts anderes als etwas dickere Spaghetti, die aus der Gegend von Venezien stammen. Letztendlich sind sie den Bucatini sehr ähnlich, nur das bei diesen noch ein Loch in der Mitte ist. Ausgesprochen werden sie übrigens mit einer Betonung auf dem ersten "i". Also Biiiigoli ☐

=====

Linguine



Fotos Dagmar Möller

Linguine kommt vom italienischen Wort "Lingua", der Zunge. Linguine sind daher kleine Zungen. Mit etwas Vorstellungskraft erinnern diese Nudeln, die Spaghettis ähnlich sind, an lange Chamäleon-Schleuderzungen ☐

=====

[Pappardelle](#)



Foto Pia Bachfischer-Straub

Pappardelle sind sehr breite Bandnudeln. Sie passen hervorragend zu Ragu jeglicher Art oder einer leckeren Steinpilzsoße.

=====

[Spritzgebäck](#)



Foto Carmen Müller

=====

Allgemeine Info zum Versand bei Pastidea. Versand ab 100 EUR, d.h. ab ca. 4 Matrizen bei portofrei, ansonsten Versandkosten 10 EUR. Bei Versand in die Schweiz muss man bei Einkauf ca. 5 Matrizen für das Verzollen aber +/- Fr. 32.00 rechnen. Stand Januar 2017

Seit Oktober 2021 Erwerb der Matrizen auch über www.gaumen-freun.de möglich. Versandkostenfrei ab 60 EUR, d.h. ab ca. 2 Matrizen portofrei. Unter 60 EUR 3 EUR versandkosten mit DHL (auch Paketstationen möglich).

Versand ausserhalb Deutschland EUR 7,50 bzw. in Nicht-EU-Länder wie Schweiz/Großbritannien EUR 8,50.

Und ganz viele Rezepte mit Tipps und Tricks zum Nudeln mit der Fresca gibt es hier: [Teigrezepte Pasta fresca](#)

Die Matrizen können mit der Kenwood-Pastafresca verwendet werden oder in Zusammenhang mit dem Philips Pastamaker (in Kombination mit einem [Adapter](#) von Pastidea)

Schwarzwälder Kirschtorte



Foto und Rezept zur Verfügung gestellt von Monika Pintarelli

28er Form

Zutaten:

Teig

6 Eiweiß

230 g weiche Butter

300 g Puderzucker

1 Packung Vanillezucker

6 Eigelb

200 g Zartbitterschokolade

200 ml Milch

300 g Mehl

1 Packung Backpulver

Kirschsafft und -rum

1. Fülle Pudding

250 ml Kirschsafft

1 Packung Puddingpulver

3 Essl. Zucker

etwas Kirschrum und Zimt

350 g abgetropfte Kirschen

2. Fülle

500 ml Schlagobers

1 Packung Sahnesteif

2 Essl. Puderzucker

3 Essl. Kirschsafft

350 g abgetropfte Kirschen

500 ml Schlagobers

1 Packung Sahnesteif

Verzieren:

Schokoflocken, Kirschen

Zubereitung:

Teig

6 Eiklar/Schnee mit Ballonschneebeesen schlagen

230 g weiche Butter mit

300 g Staubzucker

1 P. Vanillezucker

6 Dotter

200 g Zartbitterschoko geschmolzen in der Küchenmaschine
schaumig rühren (Flexielement)

200 ml Milch

300 g Mehl vermischt mit

1 P. Backpulver dazurühren

Schnee mit dem Kochlöffel unterheben

in eine am Boden mit Backpapier ausgelegte Form füllen mit
vorgeheizten 180 Grad ca. 60 Minuten backen/Nadelprobe!

Ausgekühlt 2x durchschneiden, Böden mit Kirschsafft und -rum
tränken um den Boden einen Tortenring geben und füllen

1. Fülle

Pudding kochen mit Flexielement aus

250 ml Kirschsafft

1 P. Puddingpulver

3 Essl. Zucker

etwas Kirschrum u. Zimt

350 g abgetropfte Kirschen unterrühren

2. Fülle

500 ml Schlagobers mit

1 P. Sahnesteif

2 Essl. Staubzucker

3 Essl. Kirschsafft aufschlagen (Ballonschneebeesen)

350 g abgetropfte Kirschen unterheben

über Nacht kühlen

500 ml Schlagobers mit 1 P. Sahnesteif aufschlagen
(Ballonschneebeesen)

etwas in einen Spritzsack füllen

oben u. rundherum einstreichen

mit Schokoflocken, Sahnetupfer u. Kirschen verzieren.

Spaghetti Carbonara



Fotos Linda Peter

Rezept zur Verfügung gestellt von Linda Peter

Tipp: Am besten gleich doppelte Menge machen und ein Eigelb extra zugeben:

Zutaten:

250 gr. Spaghetti, z. B. mit Pastafresca oder Pastawalze/Schneideaufsatz

100 gr. Guanciale – das ist der echte Schinken für Carbonara, oder Pancetta geht auch

50 gr. Pecorino frisch gerieben, mit Multizerkleinerer

50 gr. Parmesan frisch gerieben, mit Multizerkleinerer

2 Eigelb

Pfeffer aus der Mühle

1 Esslöffel

Olivener Öl kalt gepresst

Nudelwasser

Zubereitung:

Nudelwasser aufsetzen und zum Kochen bringen.

Dann Nudeln und grobes Meersalz zugeben und bis kurz vor Al dente kochen.

In der Zwischenzeit den Schinken in Streifen schneiden (nicht zu dünn, oder zu klein).

Die Eier mit einer Prise Pfeffer, einem Esslöffel Pecorino und einem Esslöffel Parmesan verquirlen.

Pfanne erhitzen, einen kleinen Esslöffel Olivenöl in die Pfanne geben und den Schinken darin mit einer kleinen Prise Pfeffer anbraten.

Die Nudeln über einem Topf abgießen, um das Wasser aufzufangen. Dann die Nudeln direkt in die Pfanne geben und eine Kelle voll vom Nudelwasser zugeben. Das heiße Nudelwasser sorgt für eine gute Bindung. Das verquirlte Ei zugeben und sofort gut durchschwenken. Jetzt einen Esslöffel voll Pecorino

und Parmesan zugeben und nochmal eine kleine Kelle Nudelwasser. Wieder gut durchschwenken, bis eine gute Bindung entstanden ist.

Vorgewärmte Teller bereit stellen und zuerst die Nudeln mit einer Zange, oder Fleischgabel aufdrehen und auf dem Teller anrichten. Dann einfach den Rest direkt aus der Pfanne darüber kippen.

Das ist gut für die Optik, weil dann die Schinkenstücke oben drauf liegen und nicht in den Nudeln untergehen. Zum Schluss nochmal etwas Parmesan und Pecorino darüber streuen und fertig.



ACHTUNG: Mit Salz ganz vorsichtig umgehen, oder besser ganz weglassen, da der Käse, das Nudelwasser und der Schinken schon salzig genug sind!!! Ich muß noch anmerken, dass sicherlich auch Carbonara mit Sahne, oder anderen Zutaten schmecken. Wenn man es dann allerdings ganz genau nimmt, sind es halt keine echten Carbonara mehr, sondern eher die deutsche Version einer Carbonara. Ich hoffe, dass sich jetzt niemand angegriffen fühlt und wünsche trotzdem einen guten Appetit und viel Spaß beim nachkochen.



Knäckebröt



Foto Elisabeth Bozoglan

Familienrezept von Elisabeth Bozoglan

Zutaten:

130 gr. Dinkelvollkornmehl

(oder was ihr gerade da habt, hab auch schon Emmermehl genommen) – Ggf. mit Hilfe von Getreidemühle gemahlen

130 gr. Haferflocken – ggf. mit Hilfe von Flocker geflockt

130 gr. Körner (je nach Gusto: Sesam, Leinsamen, Sonnenblumenkerne etc.)

1 Prise Zucker
1,5 Teelöfel Salz
50 ml Sonnenblumenöl (oder Raps)
400 ml warmes Wasser

Zubereitung:

K-Haken einsetzen, Trockene Zutaten vermengen.

Öl/Wasser zugeben, vermischen und eine Stunde quellen lassen.

Masse auf zwei Backbleche (mit Backpapier) streichen.

10 Min backen (150 Grad/Heißluft), herausnehmen und in Stücke schneiden.

Nochmals 30 Minuten backen.

Tipp: Blech ölen, dann Backpapier drauflegen (dann verrutscht es nicht).

Streusel

Rezept zur Verfügung gestellt von Annette Menzel

Zutaten:

150g Butter
150g Zucker
250g Mehl
3g Salz

Zubereitung:

Alles in Kessel geben und mit K-Haken vermischen.

Dazu Aromen nach Belieben (Rum/Zitrone/Vanille/Tonkabohne... was eben dazu passt)

Achtung, nicht zu lange laufen lassen, sonst wirds ein Mürbeteig.

Kann man auch sehr gut mit Nüssen oder Mandeln kombinieren

Kichererbsenkarottenbratlinge



Fotos Gisela M.

Rezept aus Rezeptbuch PureJuice_Pro von Kenwood und von Gisela M. auf CC abgewandelt

6-8 Stück (wir machten gleich die doppelte Menge)

Zutaten:

4 Karotten geputzt

1/4 Süßkartoffel geschält

1 Dose (400 gr.) Kichererbsen

1 kleine Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 Chillischote

10 gr. Koriander

1 TL Kreuzkümmel

3-4 TL Kichererbsenmehl (ich habe Kichererbsen mit Stahlmühle gemahlen)

1 Limette (Saft)

Rapsöl zum Herausbraten

Zubereitung:



Karotten und Süßkartoffel mit Entsafter oder Slowjuicer entsaften, den Saft so trinken oder anderweitig verwenden. Der Trester wird für das Rezept benötigt.



Danach die Limette schälen und entsaften, von der Limette wird der Saft benötigt.

Kichererbsen abtropfen und mit Wasser abspülen. Mit kaltem Wasser in einen Topf geben und 5-7 Minuten bei starker Hitze kochen.

Zwiebel und Knoblauch schälen und klein schneiden und in Pfanne kurz andünsten.

Chillischote klein schneiden.

Dann alle Zutaten zusammenmischen, auch den Limettensaft und in Einzelportionen (nicht zu viel!) im Multizerkleinerer mit

Messer zu einer Masse verarbeiten.



In einer Pfanne etwas Rapsöl erhitzen und von jeder Seite 3-5 Minuten braten.

Guten Appetit!