

Linsendip (orientalisch)

Rezept zur Verfügung gestellt von Nicole Kühling

Schmeckt orientalisch

Zutaten:

1 Stange Lauch und/oder Zwiebel (man kann auch noch Porree dazu geben)
1 Knoblauchzehe
1 große Möhre
1 Esslöffel Tomatenmark
250 ml Gemüsebrühe zum ablöschen
100 bis 120 g Linsen nach Wahl dazugeben und mitkochen bist sie weich sind.

Zubereitung:

Das Gemüse klein schneiden oder im Multi zerkleinern und in etwas Olivenöl andünsten.

Das Tomatenmark dazu geben und kurz mit anbraten. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und die Linsen darin weich kochen.

Das ganze wird dann gewürzt nach Geschmack.

Senf und/ oder Sambal olek

Kräutersalz, Pfeffer, evt. Chilli (ich hab noch Garam Masala mit ran gemacht)

Senf und etwas Agavendicksaft (wer mag)

Das ganze dann im Multi, Gewürzmühle oder einfach mit dem Triblade zu einer Paste verarbeiten.

Das ganze schmeckt super als Brotaufstrich (ist Vegan) als Dip oder als veganes Hauptgericht (dann lässt man das pürieren einfach weg).

Kürbisgnocchi



Rezept und Foto zur Verfügung gestellt von Vanessa Santagapita

Zutaten:

300 gr. Kürbis

300 gr. Kartoffeln

250 gr. Mehl

3 Eigelb

Zubereitung:

300 g Kürbis dämpfen (in Dampfgareinsatz, Wasser in Kessel geben, Temperatur 120 Grad, Rührintervallstufe 3, Spritzschutz aufsetzen. Wenn Kürbis ganz klein gewürfelt ist, dauert es ca. 20 Minuten).

300g Kartoffeln in weichkochen (ca. 20 Minuten)

Erkalten lassen

Mit K-Haken einen Teig kneten,

250 g Mehl und 3 Eidotter dazu, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Gnocchi schneiden und in Salzwasser kochen.

Filoteigsäckchen mit dreierlei Käse und Apfel



Rezept von Baloo, Koch von Hotel "The Sands", Mauritius und von Gisela M. ins Deutsche übertragen und leicht angepasst

Als Vorspeise 1 Säckchen pro Person, als Hauptgericht die Mengen deutlich anpassen.

Für 4 Personen

Zutaten:

- 1 großes quadratisches Filoteigblatt
- 25 gr. Schweizer Käse, z. B. Appenzeller
- 25 gr. Cheddar Käse
- 25 gr. Kuhmilchkäse, z.B. irgendein Hartkäse wie Parmesan
- 10 gr. Butter
- 2 Äpfel
- 10 gr. Zucker + etwas Zucker/Butter für das Karamell
- 20 cl Apfelessig
- Salz zum Abschmecken

Zubereitung:

Anmerkung: Bitte nicht die Mengenangaben allzu ernst nehmen. Das ist ein Rezept, dass aus der Gastronomie "klein" gerechnet wurde. Am besten macht man gleich drei oder vierfache Menge.

Käse reiben (z.B. Multi mit Scheibe)

Äpfel schälen, entkernen und würfeln (mit Würfelschneider).



Filoteig in 4 Quadrate schneiden, geriebenen Käse in die Mitte geben und von Hand kleine Beutelchen formen.



Mit etwas Butter bestreichen und ca. 15-20 Min. in den Ofen (ich hatte Heissluft/160 Grad und nach 10 Minuten waren sie schön goldbraun).



Etwas Butter schmelzen, Apfelwürfel zugeben und leicht Zucker darüberstreuen und kochen (habe ich herkömmlich im Topf gemacht). Mit etwas Apfelessig ablöschen.



In einem kleinen Töpfchen eine Schicht Zucker einfüllen und langsam schmelzen lassen. Sobald Zucker geschmolzen ist etwas Butter und Apfelessig mit Rührbesen einrühren.

Die fertigen Beutelchen zuerst pur mit Apfelessig bepinseln und dann noch mit dem Karamell.

Die gefüllten Teigbeutel auf den Apfelwürfelchen anrichten in Kombination mit Salat.

Kaiserschmarrn



Fotos und Rezept zur Verfügung gestellt von Linda Peter

Kaiserschmarrn nach dem Tiroler Rezept von Linda's Oma mit Hollerröster

Als Hauptgericht 4 Portionen

Zutaten:

100 g Rosinen
5 EL Rum
6 Eidotter
Bourbon-Vanillezucker
1 EL Zucker
1 Prise Salz
300 g Mehl
500 ml Milch
50 g Butter, zerlassen
6 Eiweiß
Staubzucker

Auf jeden Fall nichts für Kalorienzähler.

Zubereitung:

Die Rosinen in 5 EL Rum mindestens eine halbe Stunde einlegen.
Wer keinen Rum mag nimmt Apfelsaft

Eigelb mit dem Vanillezucker, einer Prise Salz und 1 geh. EL

Zucker schaumig aufschlagen (Ballonschneebeisen). Nach und nach abwechselnd jeweils einen Löffel Mehl und einen guten Schuss Milch einrühren, bis alles aufgebraucht ist.



Anschließend die zerlassene Butter einrühren. (Die Butter muss sein, sonst schmeckt das Ergebnis nur halb so gut)

Eiweiß zu einem festen Eischnee aufschlagen und mit einem Löffel langsam aber gründlich unter die Teigmasse heben. Danach die Rosinen ohne den Rum unterrühren.



In einer Pfanne die Butterschmalz zerlassen und den Teig ca. 1 cm hoch eingießen. Hitze etwas reduzieren und goldgelb anbacken lassen. Immer mal wieder drunter schauen. Die Masse vierteln, umdrehen und wieder anbacken lassen. In mundgerechte Stücke teilen, mit 2 TL Zucker bestreuen und kurz karamelisieren lassen.

Fast fertig: Jetzt nur noch auf Tellern anrichten und mit Staubzucker zuckern



Dazu gibt's Hollerröster oder selbst gemachtes Apfelmus
Zwetschken oder Marillenröster

Kartoffelroulade mit Gemüsefüllung – Variationen –



Rezept Nr. 1 und Foto zur Verfügung gestellt von Sonja Weber

Rezept Nr. 1 – zur Verfügung gestellt von Sonja Weber

Zutaten:

600 gr. Kartoffeln
2 Eier
100 gr. geriebener Käse
Salz/Pfeffer

Füllung:

250 gr. Champions

250 gr. Zucchini
2 Tomaten
Salz/Pfeffer

Zubereitung:

600g rohe Kartoffeln im Multi mit Scheibe 3 raspeln, mit 2 Eiern, 100g geriebenen Käse, Salz und Pfeffer vermengen.

Auf ein mit Backpapier belegtes Blech streichen und bei 175 Grad ca. 25 Minuten backen.

Tipp: auf Dauerbackfolie bleibt die Masse nicht kleben.

250g Champions und 250g Zucchini im Multi mit Scheibe 2 raspeln. Mit zwei klein geschnittenen Tomaten in einer Pfanne anbraten bis das Wasser verkocht ist. Nach Geschmack würzen, ich habe nur Salz und Pfeffer verwendet.

Gemüsemasse auf die vorgebackene Kartoffelmasse streichen, einrollen und nochmal ca. 10 Minuten backen.

Gutes Gelingen!

Rezept Nr. 2 von italienischer Kochseite – zur Verfügung gestellt von Ivonne Birnbaumer

Zutaten:

3 Kartoffeln
2 Karotten
1 Zwiebel
2 Eier
Salz/Pfeffer/Rosmarin/Schnittlauch
1 Becher Creme Fraiche
ggf. Schinken
ca. 100 gr. geriebener Käse

Zubereitung:

3 Kartoffeln und 2 Karotten im Multi reiben mit 1 Zwiebel klein gewürfelt und 2 rohen Eiern Salz Pfeffer, Schnittlauch

und Rosmarin mischen.

Im vorgeheizten Backrohr bei 180 Grad auf einem Backpapier verteilt ca 30 min backen.

Danach mit Creme Fraiche mit Kräutern bestreichen. Hab einen Sauerrahm genommen mit Kräutern aus dem Garten und Knoblauch gerieben untergemischt.

Danach etwas Schinken, wenn man will, verteilen und dann aufrollen wie eine Rollade, mit etwas Käse verteilen und nochmal ca 10 min mit dem Grill überbacken.

Schinken oder Speck Salami kann verwendet werden oder einfach fleischlos.

Rezept Nr. 3 zur Verfügung gestellt von Claudia Kraft

Kartoffel-Zucchini Roulade mit Schinken Mozzarella gefüllt und Joghurt Rahm Schnittlauch Sauce.

2 Zucchini u 5 mittlere Kartoffel 1min gesamt in der Trommelraffel mit grober Reibe gerieben.

Rezept: 2 Zucchini, 5 mittlere Kartoffel, 2 Eier, 100g geriebener Käse (Emmentaler war daheim), 3-4 EL Mehl. SZ, PF, Muskat. Wer möchte kann auch Zwiebel dazu geben. 150g Schinken, 1 Mozzarella oder ein paar Scheiben Gouda.

Gemüse mit grober Raffel in der Trommelraffel reiben. Ich habe Zucchini zuerst in eine eigene Schüssel geraffelt u mit reichlich Salz gemischt und beiseite gestellt. Dann Kartoffeln geschält u geraffelt. Danach die Zucchini ausgedrückt und mit den Kartoffeln, Eiern, Gewürzen u Käse vermischt. Maße auf ein mit Backpapier od Dauerfolie belegtes Blech bestreichen gleichmässig verteilen u auch 180C ca 25min backen. Rolle aus dem Ofen nehmen und entweder mit Backpapier einrollen u einige Minuten liegen lassen od so wie ich gleich mit Schinken u Mozzarella belegen u mit Folie einrollen. Dabei gleich die Folie von der Masse lösen. Wenn die Folie nicht mehr so gut

funktioniert wie bei mir vor dem Rollen mit einer Palette lösen. Eingerollt nochmal auf das Blech legen und noch 10min backen. Ich habe Grill dazu geschälten.
Serviert mit super dünn gehobeltes Gemüse



Zucchinitarte



Zucchinitarte nach Jutta Hanks Zucchiniflan: [Schnuppschnüss ihr Manfred](#)

Zutaten

Boden:

200g Mehl

100g Butter

Salz

etwas eiskaltes Wasser

Füllung:

500 Gramm Zucchini

1 Teel. Salz

25 Gramm Getrocknete Tomaten

Petersilie, Basilikum oder Schnittlauch nach Geschmack

2 Knoblauchzehen

50 Gramm Italienischen Hartkäse (z.B. Parmesan)

4 Eier

Chili, Salz & Pfeffer

40 Gramm Semmelbrösel (evtl. etwas mehr, falls die Masse noch zu flüssig ist)

Zubereitung:

Multi mit Messer.

Mehl, Butter in Flocken und etwas Salz in den Multi geben und

mit Pausen zu einem Teigklumpen hacken lassen. Nach Bedarf etwas eiskaltes Wasser zugeben. Aber immer nur ganz wenig auf einmal.

Teig zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie einwickeln und im Kühlschrank rasten lassen. Mindestens eine halbe Stunde besser länger.

Getrocknete Tomaten grob hacken und Parmesan oder Pecorino in Stückchen teilen. Im Multi klein hacken lassen.

Multi mit grober Raspelscheibe

Zucchini waschen, halbieren und evtl. Kerne großzügig entfernen. Jetzt sollten 500g übrig bleiben.

Im Multi raspeln und in einer Schüssel mit einem TL Salz mischen. Beiseite stellen und Wasser ziehen lassen.

Die Zucchini ausdrücken und vermischen mit:

4 verquirlten Eiern

den getrockneten Tomaten und dem Käse

so viel Bröseln, dass sich ein weicher Teig ergibt.

Mit Salz, Pfeffer, etwas Chili und gehackten Kräutern würzen (Petersilie, Rosmarin, Estragon ganz nach Wunsch).

Die Knoblauchzehen in die Masse pressen.

Eine Tarteform (26cm Durchmesser) fetten und mit Mehl ausstreuen oder einfach mit Backpapier belegen. Den Teig ausrollen und in die Form geben. Ränder hochziehen und alles überstehende abschneiden. Boden mit einer Gabel mehrmals einstechen und mit Backbohnen beschweren.

Boden 15 Minuten auf unterster Schiene im auf 200°C Ober-/Unterhitze vorgeheizten Ofen blind backen.

Die Backbohnen entfernen und die Füllung aufstreichen.

Weitere 30-40 Minuten backen. Falls die Oberfläche zu dunkel wird Hitze reduzieren.

Letscho alla Giselle



Fotos Gisela M.

Zutaten:

500 gr. Zwiebeln

1000 gr. Paprika in verschiedenen Farben

1000 gr. Zucchini

1 Dose Tomaten mit Stücken oder frische Tomaten

Peperoni nach Belieben

etwas Tomatenketchup

Salz/Pfeffer/Paprikapulver (Achtung, wer Peperoni zugegeben hat, kann sich den Pfeffer und die Paprika ggf. sparen)

Kräuter, was vorhanden ist

ggf. ein Klecks Sahne

Etwas Öl

Zubereitung:

Zwiebeln/Zucchini/Paprika/Peperoni mit dem Würfleraufsatz würfeln.

Etwas Öl in CC geben, Kochröhrelement einsetzen, 140 Grad, Rührintervall 1 und Zwiebeln zugeben und glasig andünsten.

Paprika/Peperoni/Zucchini/Tomaten/Ketchup zugeben, ca. 100 Grad, 20 Minuten.

Nach Bedarf etwas Sahne und Gewürze/Kräuter zugeben. Fertig.



Grünkern-Puffer



Foto und Rezept zur Verfügung gestellt von melestti
(ca. 8 – 10 Stück)

Zutaten:

1 Zwiebel
150 g Grünkernschrot
2 Eier
300 ml Gemüsebrühe

Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Die Zwiebeln würfeln und in der Kochschüssel mit dem Flexi bei 140 °C glasig dünsten.

Die Gemüsebrühe zugeben und aufkochen lassen. Den Grünkernschrot in die kochende Brühe geben, kurz aufkochen lassen. Die Temperatur zurückstellen (ca. 70 °C) und weiter mit Rührintervallstufe 3 10 Minuten quellen lassen. Die beiden Eier und die Gewürze einrühren und zu einer festen Masse verrühren.

In einer beschichteten Pfanne mit wenig Öl Puffer von beiden Seiten ausbacken.

Die Grünkernpuffer lassen sich sehr vielfältig abwandeln. Ich habe sie mit kleingehackter Petersilie gemacht. Man kann aber auch Karotten, Zucchini, andere Kräuter (Basilikum, Rosmarin,...) nach Belieben, Käse, Pinien- oder Sonnenblumenkerne mit in die Masse geben.

Dazu gab es bei uns einen Kräuterquark

Zucchini-Pancakes



Rezept und Foto von Dagmar Möller/[Töpfle und Deckele](#)

Zutaten:

1 kleines Ei
50 g Ricotta
30 g Dinkelmehl
2 kleine, junge und feste Zucchini
ggf. Blüten
Salz
etwas Parmesan
Olivenöl

Zubereitung:

Zucchini grob raspeln (Multi oder Trommelraffel) und mit einem Tuch trocken tupfen.

Ei, Salz und Ricotta verquirlen. Parmesan reiben und mit dem Mehl unter die Ricotta-Masse mischen (K-Haken)

Geraspelte und getrocknete Zucchini untermischen bis eine homogene Masse entstanden ist.

Nun in der Pfanne bei mittlerer Hitze ausbacken. Dazu mit einem Eßlöffel kleine Häufchen in die Pfanne setzen und etwas flach drücken.

Sie sind fertig wenn sie sich etwas aufgebläht haben.

Pur oder mit einer Limetten-Joghurt-Sauce genießen.

Herzhafter Krautbraten



Rezept von Steffi Grauer, Fotos von Alexandra Böhm
Das Originalrezept und viele weitere Rezepte für Allergiker
gibt es hier: [Herzhafter Krautbraten](#)

Zutaten:

150 gr. Risottoreis
1 Zwiebel
1 EL Olivenöl
1 EL Ghee
2 EL heller Essig, z. B. Balsamico
350 ml heiße Gemüsebrühe
360 gr. Sauerkraut mit Flüssigkeit
1 TL Kreuzkümmel
2-3 Prisen Salz
2 Prisen Pfeffer
3 Prisen Paprika edelsüß
4 Eier
200 gr. saure Sahne
50 gr. Parmesan gerieben (z.B mit Multi)
150 gr. Käse gerieben (z.B. mit Multi)
Sonstiges:
Kastenform ca. 30 cm Länge
Fett und Paniermehl für die Form

Zubereitung:

Die Zwiebel putzen und klein schneiden.

Das Flexielement einsetzen. Ghee, Olivenöl, Kreuzkümmel, Zwiebeln in den Rührtopf geben. Bei 140°C, Intervallstufe 3 für 5 Minuten ohne Spritzschutz garen.

Alle Zutaten bereitstellen und abmessen, Gemüsebrühe erhitzen.

Reis in die Schüssel geben und für 2 Minuten auf 120°C auf Intervallstufe 2 glasig braten.

Maschine mit den gleichen Einstellungen weiterlaufen lassen, Essig dazugeben und etwas verdunsten lassen. Cooking Chef weiterlaufen lassen und das Sauerkraut dazugeben. Danach die Brühe dazugeben.

Auf 100°C, Intervallstufe 2 und 20 Minuten einstellen und starten. Sollte der Reis nach 20 Minuten nicht komplett gar sein, ist das nicht schlimm. Er gart im Ofen fertig.

Flexielement herausnehmen und in die Rührschüssel legen, wird noch gebraucht. Schüssel aus der Cooking Chef nehmen und beiseite stellen.

Kastenform fetten und Semmelbrösel an allen Seiten verteilen, beiseite stellen.

Käse und Parmesan im Multi, Scheibe Nr. 3 reiben. Etwas Käse (ca. 50 gr.) zur Seite legen, der später zum Bestreuen gebraucht wird. Das Messer in den Multi-Zerkleinerer einsetzen und dann Eier, saure Sahne, Gewürze, zu dem Käse im Multi geben. Multi-Zerkleinerer aufsetzen und auf Stufe 3 für ca. halbe Minute laufen lassen.

Eimasse zum Kraut-Risotto geben (das Kraut-Risotto könnte man übrigens auch so essen), Flexihaken und Rührschüssel wieder einsetzen. Alle gut verrühren lassen. Dazu Spritzschutz aufsetzen und auf Stufe 1 für 15 – 20 Sekunden laufen lassen.

Die Masse in die Kastenform füllen und glatt streichen. Noch

den restlichen Käse darüber verteilen.

Die Form in den Ofen schieben und bei 160°C Umluft für circa 50 Minuten goldbraun backen und herausnehmen.

Nach dem Backen den Krautbraten in der Form für circa 10 – 15 Minuten ruhen lassen. Erst dann stürzen! Eventuell den Rand mit einem Messer leicht lösen.

Den Krautbraten mit der Käseseite nach oben auf eine Platte oder Brett legen und in Scheiben schneiden.

Schmeckt warm und kalt.



Foto Alexandra Böhm



Foto Gisela M.