

Buttermilch-Kokos-Kuchen

Buttermilchkuchen –

Variationen



Rezept und Foto von Marie Na zur Verfügung gestellt/Nummer 1

Rezept Nr. 1/Marie Na

Zutaten:

- 3 Eier
- 2 Tassen Zucker
- 2 Tassen Buttermilch
- 1 Prise Salz
- 1,5 EL Backpulver
- 4 Tassen Mehl
- 2 Tassen Kokosflocken
- 1 Tasse Zucker

Zubereitung:

3 Eier und 2 Tassen Zucker mit beliebigem Rührelement (z.B. Flexielement) gut verrühren.

2 Tassen Buttermilch hinzugeben.

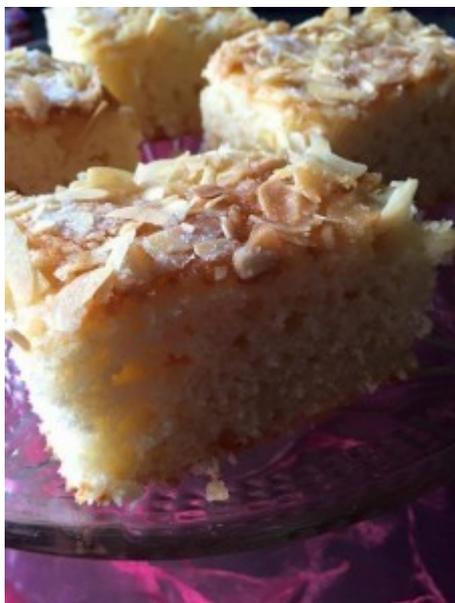
Prise Salz mit 1 1/2 Esslöffel Backpulver und 4 Tassen Mehl versieben, und ebenfalls unterrühren.

Auf ein gefettetes Backblech streichen.

2 Tassen Kokosflocken mit einer Tasse Zucker vermengt gleichmäßig darüber streuen. Bei 140 grad Heissluft 30 Minuten backen .

Sofort den heissen Kuchen mit 2 Tassen Sahne übergießen. Auskühlen lassen !

2. Rezept/Aldona Led



Rezept und Foto von Aldona Led zur Verfügung gestellt/Nummer 2

Rezept entspricht einem Kuchenblech, bei mir 32/45, oder wenn jemand keinen so dicken Teig mag, auf dem Backblech backen.

Zutaten:

3 Eier

200 g Zucker

2 Vanillezucker

500 ml Buttermilch

500 g Mehl

2 Backpulver

100 g Kokos oder Mandeln

80 g Zucker
2 Vanillezucker

Zubereitung:

Eier, Zucker und Vanillezucker schaumig aufschlagen.
Buttermilch dazu, Mehl mit Backpulver vermischen und unterheben.

Auf ein Blech verteilen und mit Kokos oder Mandeln (bei mir 1 Pkg.), gemischt mit

Zucker und Vanillezucker bestreuen

Backen mit Ober- und Unterhitze bei 180 Grad ungefähr 30 Min

Sofort nach dem Backen mit 1 Becher Sahne übergießen

Mit einem Holzstäbchen Löcher in den Boden machen, damit die Sahne in den Teig einziehen kann.



pudding Keks Nachtisch



Rezept und Foto von Aldona Led

Zutaten:

Ca. 40 Schokokekse
700 ml Milch
2 Pkg. Puddingpulver
8 EL Zucker
3 EL Mehl
2 Eigelb
2 Eiweiss

2 Schlagsahne
2 Vanillezucker
2 Sahnesteif

Schokokekse auf einer Servierplatte auslegen, Pudding kochen aus Puddingpulver, Milch und Zucker, Eigelb und Mehl. Minimal abkühlen lassen und aufgeschlagenes Eiweiß unterheben. Masse auf die Kekse gleichmäßig verteilen und in Kühlschrank abkühlen.

Schlagsahne mit Vanillezucker und Sahnesteif aufschlagen und auf der Puddingmasse verteilen. Mit Kekse zudecken.

Es ist ein bisschen schwer zu essen, da die Schokokekse sehr fest sind.

Als Alternative wären Butterkekse geeignet, welche mit selbstgemachter Glasur bestrichen oder eingetaucht werden.

Osterbrot



Rezept und Foto von Aldona Led

Zutaten:

500 g Mehl
100 g Zucker
1 Pck. frische Hefe (42 g)
200 ml Milch (lauwarm)
2 Eier
2 El Rum
100 g Butter (zerlassen)
Etwas Salz
100 g Rosinen
100 g Früchte (Zitronat , Orangeat)
100 g Mandel (gestiftelte)
Hagelzucker zum Bestreuen

Zubereitung:

Mit Knethaken und ca. 35 Grad Temperatur einen glatten Hefeteig herstellen, ca. halbe Stunde gehen lassen.
Zwei Brote formen, nochmals gehen lassen.
Mit verquirltem Ei bestreichen, Kreuz einritzen und mit Hagelzucker bestreuen.

Ober-/Unter Hitze 175 Grad ca. 35 Min backen



Gemüse-Ingwer-Kokosuppe



Rezept und Foto von Diana Aue

Zutaten:

3 Karotten
2 Kartoffeln
1/2 Knolle Sellerie
1 Stange Lauch
1 Zwiebel
1 Stück Ingwer
1 Paprika
1 Dose Kokoscreme

Zubereitung:

Salz, Pfeffer, Chiliflocken, Zitronengraspulver, Curry zum Abschmecken nach Gusto.

Alles im Multi klein schneiden. In die Kochschüssel geben und mit Wasser auffüllen. Ca. 1 Stunde auf Rührintervall 3 bei 90-100 Grad kochen.

Wenn es fertig ist, die Kokosmilch dazu und mit dem Blender oder Zauberstab pürieren und abschmecken.

Blumenerde oder Sandkasten



Rezept von Alexandra Müller-Ihrig ([sinnreichleben](#) – Ernährungsberatung)

Foto von Carmen Müller

Zutaten:

200 g Frischkäse

250 g Quark

2 Pck. Cremepulver (Paradiescreme Vanille)

500 ml Milch

400 ml Sahne

2 Pck. Sahnesteif

1 Paket Kekse (Oreos), oder ähnliche

Zubereitung:

Kekse in Foodprozessor fein mahlen. Paradiescreme mit Milch anrühren. Frischkäse und Quark unterrühren. Sahne mit Sahnesteifsteif schlagen und unter die Quarkmasse heben. Creme in eine Auflaufform füllen, glatt streichen und mit den gemahlenden Oreo-Keksen bestreuen. Evtl. noch Dekorblüten, Gummwürmer, Schaufel etc oben drauf.

Für einen Sandkasten verwendet ihr einfach Butterkekse und fügt 1-2 Oreo-Kekse dazu.

Quarkstrudel mit Vanillesoße



Foto und Rezept von Christine Nikol

Zutaten:

100 g Rosinen mit
2EL Rum einweichen.
370g Mehl
1 Ei
40g Öl
120g lauwarmes Wasser
10g Essig
1/2 Tl Salz
1 Ei trennen!!
250 g Quark ,
1Pck.Vanillepuddingpulver
50g Zucker
200g Sahne
100 gr. gehobelten Mandeln

Zubereitung:

Rosinen mit 2 EL Rum einweichen.

Mehl, Ei, Öl, lauwarmes Wasser, Essig, Salz zu einem Teig verarbeiten (Knethaken). 30 min in einer Frischhaltefolie in den Kühlschrank geben.

1 Ei trennen!!

250 g Quark , 1Pck.Vanillepuddingpulver , 50g Zucker , 200g Sahne mit dem Eiweiß gut verrühren (Flexielement). Dann die Rosinen noch dazu.

Backofen auf 200°C vorheizen.

Kugelteig auf bemehlten Geschirrtuch rechteckig dünn!! ausrollen. Die Quark Füllung auf dem ausgerolltem Teig gleichmäßig verteilen. Ränder 3 cm frei lassen und mit gehobelten Mandeln bestreuen.

Die Seiten einschlagen und eine Rolle formen. Anschließend die Rolle wie ein Hufeisen auf das Backblech legen , und mit dem verquirltem Eigelb bestreichen.

30 Minuten (200°C) backen.

(Anmerkung: Ich habe statt normalen Zucker Stevia) genommen.

Süßkartoffel-Curry VEGAN



Rezept und Fotos von Manuela Huber

Zutaten:

1 Süßkartoffel

1 rote und 1 gelbe Paprika
1 kleine Stange Lauch
1 Zucchini
1 rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Stückchen Ingwer (ca 2 cm)
Koriander
Kurkuma
Curry
Kreuzkümmel
eine kleine Chili
rote Currypaste
100 ml Weißwein oder Gemüsebrühe
1 EL Kokosöl
200 ml Soja-, Hafer- oder Reiscuisine
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Gemüse gleichgroß würfeln (z.B. mit Würfelschneider), Ingwer und Knoblauch hacken

Kokosöl bei 140 Grad 2 min (Kochrührelement),

Gemüse, außer Lauch hinzu, 5 min bei 110 Grad, Intervall 2

mit dem Weißwein ablöschen, Gewürze dazu, Lauch
alles weitere 15 min

200 ml Soja-, Hafer- oder Reiscuisine dazu und unterrühren

Ich habe heute in der Speisekammer noch eine seeeeeehr reife Mango gefunden, klein gewürfelt, die letzten 5 min dazu.

Sehr gut dazu ist Basmati Reis, bei uns gab es heute nur frisches Brot

Fotos sind nicht so toll (Anmerkung Gisela Martin: stimmt nicht!), aber es schmeckt super ☐



Flammkuchen – Variationen



Foto Gisela Martin/Rezept Nr. 1

Achtung: Ein klassischer Flammkuchenteig ist immer ohne Hefe. Hier haben wir Rezepte mit und ohne Hefe, alle Varianten schmecken.

1. Rezept von Nadine Detzel, ausprobiert von Gisela Martin

Zutaten Teig:

10 g frische Hefe
250 g Mehl
100 ml Buttermilch
2 EL Olivenöl
1/2 TL Salz

Zutaten Topping:

1 Eigelb
100 gr. Schmand oder Creme fraiche
Salz/Pfeffer

Zubereitung:

Hefe in 4 EL warmem Wasser auflösen.

Zusammen mit Mehl, Buttermilch, Olivenöl und Salz zu einem glatten Teig verkneten (Knehtaken).'

Zwei Stunden an einem warmen Ort gehen lassen.

In 5 Stücke trennen, Kugeln formen und mit der Pastawalze auf Stufe 1 durchwalzen. Um 90 Grad drehen und auf Stufe 2 durchwalzen.

Falls gewünscht noch mit Nudelholz manuell etwas dünner ausrollen.

1 Eigelb + 100 gr. Schmand bzw. Creme fraiche und Salz/Pfeffer in der Gewürzmühle mixen und auf die ausgewalzten Teigfladen geben.

Weiter nach Belieben belegen.

Mit vorgeheiztem Pizzastein dauert es bei 250 Grad ca. 5 Minuten, auf Backofenblech ca. 12 Minuten bis der Flammkuchen fertig ist.

Guten Appetit!



Foto Angelika Brezn/Rezept Nr. 2

2. Rezept von Genussmagazin 02/2015, abgewandelt und ausprobiert von Angelika Brezn

Zutaten:

halben Beutel Trockenhefe
250 g Mehl
1 Prise Salz
125 ml warmes Wasser

Zubereitung:

Das Mehl gemischt mit 1/2 Beutel Trockenhefe und dem lauwarmen Wasser in die Schüssel geben und alles durchkneten lassen (Knethaken), bis sich der Teig schön von der Schüssel löst.

Bei 34 Grad ca. eine halbe Stunde gehen lassen.

Den Teig dann auf ein mit einem Backpapier ausgelegtes Blech und den Belag darauf !Belag besteht aus 1 1/2 Becher Creme fraiche , 200 g rohen Schinken dünn geschnitten, 2 rote Zwiebeln und 1 Bund Frühlingszwiebeln.

Gewürzt wurde nur mit Pfeffer , da der Schinken schon salzig genug ist.

Dann auf 250 Grad 12 Minuten in den Backofen auf die unterste Schiene.

Anmerkung: Den Teig kann man auch vierteln und mit der Pastawalze dünn ausrollen, falls vorhanden.

3. Rezept Flammkuchen von Stefan Homberg

Zutaten:

300 gr. Mehl
125 ml Mineralwasser mit Kohlensäure
4 EL Olivenöl
8 g. Salz

Belag:

200 gr. Schmand
1 Schalotte

1 Stange Lauch
100 gr. Speck gewürfelt
2 EL rosa Pfeffer
Salz/Pfeffer

Zubereitung:

Alle Teigzutaten in den Kessel, Knethaken einsetzen, Geschwindigkeit 4, zu geschmeidigen Teig verarbeiten.

Multizerkleinerer mit feiner Scheibe einsetzen, Lauch mit Geschwindigkeit 4 schneiden. Lauch ufüllen.

Schalotte in feine Würfel schneiden.

Pastawalze einsetzen und jeweils ein hühnereigroßes Stück Teig bis Stufe 7 durchlassen.

Teig auf bemehlte Arbeitsfläche geben und mit Schmand, Lauch, Speck und rosa Pfeffer belegen.

Backofen auf 200 gr. Umluft aufheizen und Flammkuchen auf einem beöltem Blech ausbacken.

Mit Salz/Pfeffer abschmecken und servieren.

4. Rezept von Linda Peter



Fotos Linda Peter/Rezept Nr. 4

Zutaten:

220 Gramm Mehl

3 EL Olivenöl

1 Eigelb

$\frac{1}{2}$ TL Salz

100 ml Wasser

Mehl zum Ausrollen

Belag:

1 Becher Creme Fraiche

150-200 g geräucherte Bauchspeckstreifen

2 rote Zwiebel in Ringe schneiden (ich halbiere oder viertel diese dann immer noch.

Zubereitung:

Mehl, 2 EL Öl, Eigelb, Salz und 100 ml Wasser zu einem glatten Teig verkneten. Teigkugel mit dem restlichen Öl bestreichen und in Folie gewickelt bei Zimmertemperatur etwa 30 Minuten ruhen lassen.

Dann halbieren und dünn ausrollen. Ich krenkel die Ränder immer, das gibt einen schönen Rand.

Creme Fraiche drauf verteilen und dann Speckstreiferl drauf verteilen und die Zwiebelringe



Den Backofen vorher vorheizen. Ich hab die Pizzastufe meines Ofens genommen, ansonsten Ober-/Unterhitze nehmen 200 Grad vorheizen und dann ca. 15 Minuten backen.

Dann raus aus dem Ofen, schneiden und genießen.



5. Elsassischer Flammkuchen – Rezept von Karsten Remeisch

Zutaten für 4-6 Flammkuchen:

Teig:

- 600 g Weizenmehl Type 550
- 300 ml kaltes Wasser
- 75 ml Weißwein
- 65 g Olivenöl
- 15 g Salz
- Gries für den Backschieber

Belag:

- 600 ml Saure Sahne
- süße Sahne (bei Bedarf)
- Salz
- Pfeffer
- 600 g Zwiebeln
- 700 g geräucherten Schinkenspeck in Streifen

Zubereitung:

Den Backofen auf maximale Temperatur mit Ober- und Unterhitze vorheizen. Je heißer, desto besser, 300°C sind optimal. Wer hat, nimmt einen Pizzastein, der mindestens eine Stunde mit vorgeheizt werden sollte. Ansonsten nehmt ein Backblech !OHNE! Backpapier, denn das verbrennt eh nur.

Aus den Zutaten zu einem geschmeidigen Teig kneten. Die ersten 10 Minuten auf kleiner Stufe (Einstellung „min“), dann weitere 5 Minuten auf Stufe 1. Der Teig soll richtig ausgeknetet werden und gut fenstern.

Den Teig in eine leicht geölte Schüssel geben und für rund eine Stunde abgedeckt ruhen lassen. Wer mag, kann den Teig auch ein paar Stunden im Kühlschrank reifen lassen.

Die Zwiebeln in dünne Streifen hobeln. Im Multi, mit der dünnen Schneidscheibe (Nr. 4) funktioniert das hervorragend. Die saure Sahne mit etwas Salz und frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer glattrühren. Bei Bedarf mit süßer Sahne etwas verdünnen.

Den Teig auf die gut bemehlte Arbeitsfläche kippen und mit einer Teigkarte in 4-6 Stücke teilen. Die Kanten rundherum von außen nach innen einschlagen, so dass eine Kugel entsteht. Sehr dünn ausrollen und ziehen das der Teig nur noch 2-3 mm dick ist. Auf den mit Gries bestreuten Backschieber legen und belegen. Mehl funktioniert nicht so gut und es ist wichtig den Fladen vor dem Belegen auf den Schieber zu legen, damit er gut in den Ofen rutscht.

2-3 EL saure Sahne gleichmäßig verstreichen, anständig Zwiebelstreifen darauf verteilen und den Speck darüber streuen.

In den Ofen einschließen und für ca. 5 Minuten backen, bis der Rand leicht braun ist. Je nach Temperatur geht es schneller, oder langsamer.

Wer auf Vorrat backen und dann einfrieren möchte, kann das auch.

Dann nur für knapp 3 Minuten backen, bis der Teig gar ist. Aufbacken werden die Flammkuchen dann bei 250°C für rund 1-2 Minuten, bis der Rand etwas gebräunt ist.

6. Die Lieblinge von Annette Scharz und Daniela Rest



Ergibt acht 20 cm lange Streifen, pro Person mind. zwei Streifen (eher das doppelte 😊) . Die obige Menge reicht also für maximal 4 Personen, am besten zu reichhaltigerem Salat servieren, oder ihr müsst mehr machen!!!

Teig:

125g Wasser

125g Weizenmehl

125g Semola

1-2 EL Öl

1 Prise Salz

Ich hab den Teig mit den Walzen auf Stufe sieben ausgerollt.

Belag klassisch:

Schmand drauf verstreichen, rote Zwiebeln in Ringen, 2 bis 3 Baconstreifen / Flammkuchen und etwas Salz + Pfeffer

(Alternativ schmeckt auch Feta, Frühlingszwiebeln, Baron, wenig Honig!)

Backzeit ca. 7 min bei 200/ 220° (auf dem Backstahl – kommt aber auf den Herd an bzw. wie man sie mag.

Sehr schnelle Apfel Crumble Muffins



Rezept und Foto von Ari Dahms

Zutaten:

1 Pk TK Blätterteig
2 Äpfel od. Birnen od. anderes Obst
50 g gestiftete Mandeln
100 g Mehl
100 g Zucker
100 g Butter

Zubereitung:

Die Förmchen legt man mit Blätterteig aus.

Dann entweder 2 Äpfel, zwei Birnen ect. (zerkleinert mit Multizerkleinerer) mit 50 gr gestiftelten Mandeln und Vanillezucker mischen.

Aus je 100 gr Mehl, Zucker und Butter Streusel herstellen (K-Haken). Die Hälfte zum Obst und damit die Förmchen füllen.

Die restlichen Streusel draufgeben und bei 200 Grad 25 Min

backen.



Foto Ari Dahms

Nuss-Nougat-Creme — Variationen



Foto von Barbara Gerber, Rezept Nr. 1

1. Rezept von Barbara Gerber

Zutaten:

200gr. rohe Haselnüsse
200gr. dunkle Schokolade
1/2TL Vanilleextrakt

Prise Salz
Messerspitze Zimt
1/2 EL Ahornsirup
1/2 EL Haselnussöl

Zubereitung:

Die Haselnüsse im Ofen bei 150 Grad rösten dann in einem Küchentuch die braune Schale abreiben

Im Multizerkleinerer zu Mus pürieren (dauert etwas – es sollte eine feuchte Substanz sein) Geschmolzene Schokolade (z.B. in CC mit Flexi) und den Rest begeben. Nochmals gut mixen. FERTIG! Sollte im Kühlschrank aufgehoben werden. Vor dem Genuss frühzeitig rausnehmen oder erwärmen.

2. Rezept von Tobias Habich

Zutaten:

100g dunkle Kuvertüre
1/2 Vanilleschote
150g Haselnuss-Nougat
50g Butter
100 Schlagsahne
grobes Meersalz

Zubereitung:

1. Kuvertüre grob hacken, Vanilleschote längs einritzen und das Mark herauskratzen

2. Vanillemark zusammen mit der Kuvertüre, dem Nougat und der Butter in eine Metallschüssel geben und über einem heißen Wasserbad unter Rühren schmelzen (Anmerkung: Alternativ CC, niedrige Temperatur und Flexi)

3. Die Schüssel vom Wasserbad nehmen, Sahne unterrühren und die Creme mit einer Prise Salz würzen.

In verschliessbare Gläser füllen und ab in den Kühlschrank damit.

3. Nuss-Nougatcreme aus Genussmagazin 03/2016, ausprobiert von Esther Witt



Foto Esther Witt

Zutaten:

150 ml Sahne

2 El Zucker (find es aber so süß, dass man den Zucker auch weglassen könnte)

1 bis 2 El Amaretto (kann man wenn Kinder mit essen auch weglassen)

200 g Nuss-Nougat

100 g Zartbitter Schokolade

Zubereitung:

Die Sahne mit Vanillezucker und Amaretto in der Rührschüssel mit dem Ballonschneebeisen auf Intervallstufe 1 auf 80 Grad erhitzen.

Klein gewürfeltes Nougat und klein geschnittene Zartbitter Schokolade zufügen und darin in ca. 4 bis 5 Minuten schmelzen. Creme in Einmachglas füllen und im Kühlschrank kalt werden lassen.

Kann aber sofort auch warm verspeist werden auf frischem Hefezopf schmeckt mega lecker so schön warm frisch gerührt

Tipp Esther:

Mir gefällt an dem Rezept, dass keine Butter drin ist. Dann wird es nicht so arg fest und bleibt cremig.