

Käsekuchen im Glas

Rezept von Sylvia Hofmann zur Verfügung gestellt

Rezept stammt ursprünglich von gofeminin.de und wurde von Sylvia Hofmann auf CC abgewandelt.

Ihr esst gern Süßes, habt aber keine Lust, stundenlang in der Küche zu stehen? Perfekt!

Zutaten (für 2 große oder 4 kleine Gläser):

Für den Teig

$\frac{1}{2}$ Tasse fein zerkrümelte Butterkekse

3 EL geschmolzene Butter

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

Für die Cheesecake-Creme

230 ml Schlagsahne

250 g Frischkäse

4 EL Zucker

$\frac{1}{2}$ Pk Vanille-Zucker

Und

Früchte und Schlagsahne nach Belieben zum Dekorieren

Zubereitung:

Die zerkrümelten Kekse zusammen mit der geschmolzenen Butter und dem Zucker in einer Schüssel vermischen (z.B. mit Multi und Messer, sollte sich in etwa so anfühlen wie nasser Sand).

Die Masse dann auf 2 große Gläser (oder 4 kleine) verteilen, leicht andrücken und mit Frischhaltefolie abgedeckt in den Kühlschrank stellen.

In der Zwischenzeit macht ihr die Cheesecake-Creme. Dafür gebt ihr den Frischkäse zusammen mit dem Zucker und dem Vanille-Zucker in eine große Schüssel und vermixt alles (Flexi). Dann schlägt ihr die Sahne steif (Ballonschneebesen oder wer keine zweite Schüssel hat in zwei Portionen in der Gewürzmühle) und zieht sie mit einem großen Löffel vorsichtig unter die Frischkäse-Masse.

Die fertige Creme verteilt ihr dann auf die Gläser und dekoriert sie nach Belieben mit Sahne und/ oder Früchten.

Fleischkäse – Leberkäse – Variationen selbstgemacht

1. **Original bayrischer Leberkäse-selbstgemacht von Matthias Brunner**



Foto und Rezept von Matthias Brunner

Zutaten:

60% mageres Fleisch (Schweinefleisch)

Man kann die 60% Fleisch aber auch durch ein anderes Fleisch ersetzen, z.B. Pute oder Lamm oder eine Mischung Rind- und Schweinefleisch.

40 % fetter Schweinebauch (od. 30% Schweinebauch und 10 % Speck OHNE Schwarte)

Gewürz-Mengenangabe für 500g Fleischbrät:

9g Pökelsalz (Pökelsalz braucht man, um das Fleisch umzuröten) kann man auch durch normales ersetzen wer es nicht mag. Dann bleibt der FK eben grau. *Tipp: Salz ggf. reduzieren, dann ist*

es nicht so dominant

1,5 g weißer Pfeffer gemahlen

0,3 g Majoran gerebelt

0,3 g Thymian gemahlen

0,3 g Macis (Muskatblüte) gemahlen

0,3 g Ingwer gemahlen

Eiswürfel, mindestens 300 g pro kg Fleisch also hier 150g

Zubereitung:

Achtung: am besten nur 500g Fleischbrät einplanen für den Multizerkleinerer oder auf mehreren Etappen machen.

Sonst bekommt der Multizerkleinerer Probleme.

Fleisch kleinschneiden und kaltstellen. Muss zur Verarbeitung kurz vor dem Gefrieren sein.

Fleisch durch den Fleischwolf der Cooking Chef jagen. Mindestens 300 g/kg Fleisch Eiswürfel (oder Eiswasser) BEREITSTELLEN und diese, bevor man mit dem Fleisch beginnt, in der Küchenmaschine zu Eis-Schnee kuttern und erstmal beiseite stellen. (Besser ist es Eiswasser zu machen, denn der Foodprozessor weint bei den großen Eisbrocken und kommt ins schleudern) Das kleingewolfte Fleisch muss sehr gut gekühlt sein, fast vor dem Gefrieren und wird jetzt mit den Gewürzen ordentlich vermischt – das muss schnell gehen, damit das Fleisch nicht warm wird!

Nun das Fleischgemisch in den Foodprozessor geben und bei sehr schneller Umdrehung ca. 1-2 Minuten kuttern. . Nun den Eis-Schnee dazu und alles nochmal richtig durchkuttern. Es gibt jetzt eine feine, aber zähe Masse – so muss das aber sein.

Wer will, kann jetzt erst noch eine Kochprobe machen: Dazu in einem kleinen Topf Wasser kurz aufkochen lassen und dann abschalten. Mit einem Esslöffel ein wenig von dem Teig abstechen und als feste Kugel in das heiße Wasser geben. Bleibt das Brät schön zusammen und fällt nicht auseinander,

dann hat man schon gewonnen.

Nun eine Kasten Kuchenform oder eine andere eckige Form, welche gut gekühlt sein muss, ausfetten – dazu ein Fett nehmen das hoch erhitzt werden kann (Palmin, Biskin etc., KEINE RAMA ODER SONSTIGES). Wenn die Form richtig kalt ist, bleibt das Fett schön in allen Ecken hängen und der Leberkäse lässt sich später beim Stürzen gut aus der Form lösen.

Die Masse jetzt gut in die Form drücken, damit keine Luftblasen im Teig bleiben.



Zum Schluss mit einem, in kaltes Wasser getauchten, Teigschaber die Masse glatt streichen und ein Rautenmuster eindrücken (nicht schneiden!).

Im Ofen bei Ober- / Unterhitze, mittlere Schiene, bei ca. 160°C ca. 90 Minuten backen. Der Fleischkäse ist fertig wenn er eine Kerntemperatur von 68 – 70° C besitzt, Danach stürzen (*Achtung es könnte heiße Flüssigkeit auslaufen*) und danach nochmal für 5 – 10 min. ohne Form in den Ofen mit Umluft und Grill.



2. Fleischkäse selbstgemacht von Andreas Oeing



Bilder und Rezept erstellt von Andreas Oeing

Zutaten:

500 Gramm Schweineschulter

200 Gramm Schweinebauch (alternativ auch grüner Speck)

300 Gramm Rindfleisch (kein besonderes Stück, ggf. nicht – zu mager)

19 Gramm (Nitritpökel-)Salz

Kutterhilfsmittel (Phosphat, Dosierung je nach – Packung, oft 5g pro kg Fleisch)

1 Zwiebel

1 cm Ingwer

1 Abgeriebene Schale einer Zitrone

2 Gramm Zucker

4 Gramm Pfeffer

2 Teel. Majoran

2 Gramm Macis (Muskatblüte, alternativ Muskatnuss)

2 Gramm Piment

2 Gramm Koriandersaat

1 Gramm Kardamom

300 Gramm Crushed Ice; ca.

Zubereitung:

1. Zwiebel und Ingwer mit einer Reibe fein reiben.
2. Zitronenschale abreiben.
3. Alle Gewürze (bis auf Salz und Kutterhilfsmittel) ganz fein mahlen/mörsern.
4. Fleisch erst jetzt aus der Kühlung, harte Sehnen ggf. entfernen,
für den Fleischwolf würfeln, mit den Gewürzen, dem Salz und dem
Kutterhilfsmittel vermengen und 30-45 Min. ins Gefrierfach legen,
das Fleisch sollte eiskalt, aber nicht gefroren sein.
5. Danach das Fleisch durch den Wolf lassen, kurz mit der Hand durchkneten und wieder für 30-45 Min. ins Gefrierfach, bis es wieder
fast angefroren ist.
6. Crushed Ice vorbereiten und in 4 Teile aufteilen.
7. Fleisch aus dem Gefrierfach und je ein Viertel Fleisch und Eis
zusammen mit dem Foodprocessor/Multizerkleinerer der Kenwood zu
einer feinen Farce kuttern. Dabei sollte das Brät nie mehr als 10°C
erreichen. Die Farce sollte hell werden und schön glänzen.
8. Wenn alle Portionen zur Farce verarbeitet sind, alles noch mal
kurz von Hand durchrühren (weiter auf die 10°C achten) und rasch in
eine gebutterte Königskuchenform abfüllen. Die Oberfläche in Rautenform einschneiden.
9. In den auf 150° vorgeheizten Backofen schieben und auf

70-75°C

Kerntemperatur backen.

Für die Pyrex 836000 Glas-Königskuchenform hatte ich das Rezept auf etwa 1300g Fleisch hochgerechnet.







Noch ein paar Anmerkungen: Ich bin kein Metzger und habe mir das Rezept aus verschiedenen Quellen zusammengesucht. Nitritpökelsalz macht das Brät leicht rosa, wie man das vom Metzger kennt. Man kann es 1 zu 1 durch normales Salz ersetzen, dann wird der Fleischkäse je nach Fleischmischung eher grau oder weiß (wird in einigen Regionen als "Kalbskäse" angeboten).

Fondue – Variationen

Rezept aus Facebookgruppe "Backen und Kochen mit Kenwood" übertragen.

1.) Original Schweizer Fondue moitié-moitié für 4 Personen

Zutaten:

500 g Gruyère AOC, gerieben oder geraffelt (Multi z.B. Scheibe 3 oder Trommelraffel oder Schnitzelwerk)

300 g Vacherin Fribourgeois AOC, z. B. gerieben oder geraffelt ((Multi z.B. Scheibe 3 oder Trommelraffel oder Schnitzelwerk)

2 Teelöffel Maisstärke

350 ml Weisswein

1-2 Knoblauchzehen, um das Caquelon einzureiben

optional: Glas Kirschwasser

optional: 1 Prise Cayenne-Pfeffer, Muskatnuss)

Zubereitung:

Den Fonduetopf mit der Knoblauchzehe ausreiben und diese – nach Belieben – im Fondue lassen.

Die Maisstärke zusammen mit Weisswein mischen

Den Gruyère AOC, den Vacherin Fribourgeois AOC im Fonduetopf (Caquelon) mit dem Weisswein und dem Knoblauch geben und unter kräftigem Rühren aufkochen, bis der Käse geschmolzen ist.

Möglich ist auch Kirsch und wenig Cayenne-Pfeffer und/oder Muskatnuss dazugeben.

Das Fondue auf dem Rechaud auf sehr mildem Feuer warmhalten.

Wird mit Weissbrot serviert, es tunkt einer nach dem anderen das Brot (wenn man kein Kirsch ins Fondue vorher tut, dann kann man jedem Gast, der möchte, ein kleines Gläschen Kirsch geben und man tunkt zuerst hier das Brot etwas rein und dann gehts ins Caquelon), das Brot wird korrekt angesteckt, wenn die Rinde aussen ist (damit die Rinde den Boden berührt), dann wird beim tunken eine 8 gemacht, damit es nicht eine zu grosse Grossmutter gibt (angebrannter Käse in der Mitte am Boden, für viele das Beste am Fondue)

Die Grossmutter und der Kleberest vom Käse entweder am Schluss noch mit einem Ei geniessen (rohes Ei reinschlagen, rühren bis Rührei und mit Brot rausfischen) oder dann rauskratzen (da eigentlich auch nur mit Brot, da die Gabel das Caquelon beschädigt).

Als Getränke trinkt man nur Weisswein und Tee, ja keine anderen kalten Getränke, da sich der Käse sonst im Magen verklumpt.

2.) Baselland-Fondue für 4 Personen von Peter Petersmann

Zutaten:

800 Käse nach Geschmack Appenzeller, Bergkäse, Emmentaler, Gruyere, Vacherin (je nach Vorliebe auch mischen)

Knoblauch zum ausreiben

800 ml. Weißwein (alternativ Apfelwein, Whisky, Cognac)

1 Spritzer Zitronensaft

etwas Maisstärke mit Kirschwasser

etwas Pfeffer/Muskat/edelsüßer Paprika

Zubereitung:

Den Käse mit Multi, Scheibe Nr. 3, reiben.

Caquelon mit Knoblauch ausreiben

800 ml Weißwein, 1 Spritzer Zitronensaft und den Käse erst mal im Caquelon ziehen lassen (anstelle Weißwein geht auch Apfelwein, Whisky, Cognac).

Dann das ganze langsam erwärmen und mit einer Kelle mit Loch immer in einer 8 rühren.

In der Zwischenzeit Maisstärke mit Kirschwasser anrühren, Pfeffer, Muskat und edelsüßem Paprika dickflüssig anrühren.

Sobald der Käse flüssig ist, dazu geben, rühren, probieren und servieren.

Walnusskuchen



Rezept und Foto zur Verfügung gestellt von Dagmar Möller

Zubereitung:

Teig 1:

350 g Mehl

$\frac{1}{2}$ gestr. TL Backpulver

100 g Zucker

2 Msp. Vanille

3 Eigelb

200 g Butter

etwas Safran (aufgelöst)

Teig 2:

3 Eiweiß

1 Prise Salz

150 g Puderzucker

100 g frisch gemahlene Walnüsse

1 TL Orangenschalenpulver (Ingo Holland – optional)

50 g gehackte Schokolade

Topping:

3 TL Kakaopulver

Zubereitung:

Teig 1:

Alle Zutaten mit dem K-Haken zu einem Teig verkneten. (Etwa 3 Minuten Stufe 1)

Auf Backpapier etwa 30×40 cm ausrollen. Teig mit dem Backpapier zusammen auf ein Backblech setzen und mit einer

Gabel mehrfach einstechen.

Teig 2:

Eiweiß mit dem Ballonbesen auf höchster Stufe steif schlagen – dabei das Salz am Anfang zugeben und Puderzucker sowie Orangenschalenpulver nach und nach einsieben. Walnüsse im Multi fein mahlen (1/2 Minute) und zusammen mit der Schokolade unterheben.

Fertigstellung:

Teig 2 auf vorbereiteten Teig 1 streichen.

Im vorgeheizten Ofen ca. 30 Minuten backen (E- Herd: 180 °C, Umluft: 160 °C).

Erst auskühlen lassen, bevor der Kuchen aus der Form genommen wird. Mit Kakao bestäuben und mit einem Sägemesser in Stücke schneiden.

Gesichts- und Körperpeeling, hier Zitrone



Rezept und Fotos zur Verfügung gestellt von Maren Grau-Soumana Mayaki

Zutaten:

1 Biozitrone

500 Gramm einfaches Speisesalz

75 ml Baby-Mandelöl

Zubereitung:

Die Zitrone grob achteln und ca. 20 sec auf Stufe Max im Multi zerkleinern.

Das Salz hinzufügen und weitere 10 sec auf max gut durchmischen.

Das Baby-Mandelöl hinzugeben nochmals aufmischen und abfüllen.

Dieses Peeling kann auch mit Orangen und Zucker gemacht werden.

Bei der Benutzung bitte nicht mit den Augen in Kontakt kommen.

Spickzettel Cooking Chef – Welches Zubehör für was und mit welcher Geschwindigkeit und Schlüsselgewichte.

Private Aufstellung von Sabine Dorn. Für die angegebenen Geschwindigkeitsstufen und sonstigen Angaben wird keinerlei Haftung übernommen.

Kommentare/Ergänzungen sind erlaubt ☐

Teig

K-Rührer

- Verrühren von Fett und Zucker Mit minimaler **Geschwindigkeitsstufe** beginnen, nach und nach bis auf Max erhöhen.
- Eier in cremige Mischungen Einrühren 4-‘Max’.
- Mehl, Obst etc. unterheben Min-1.
- Für Kuchenteig (alle Zutaten gleichzeitig): Mit min. starten und stufenweise auf „max“ erhöhen
- Verkneten von Fett und Mehl Min-2.

Ballonschneebesen

- **Geschwindigkeitsstufe** allmählich bis Max steigern. **Schneebesen**

Knethaken

- **Geschwindigkeitsstufe** mit ‘Min’ beginnend stufenweise auf ‘1’ erhöhen.

Koch-/Rühr Element

- Nur mit Rühreinstellungen 1-3 (Symbole mit Pfeile!)

Hochtemperatur-Flexirührer

- Zum Schaumig schlagen von Fett und Zucker: Mit „Min“ starten und stufenweise auf 3 erhöhen
- Zum Abschaben heißer und kalter Mischungen von den Schüsselwänden: Mit „Min“ starten und stufenweise auf 3 erhöhen
- Zum Anbraten von Gemüse, Rühren von Risotto und Polenta usw.: Einstellung r1

Maximale Menge:

- Knetteig: 910g Mehl
- Fester Hefeteig: 1,5kg Mehl, 2,4kg Gesamtgewicht
- Weicher Hefeteig: 2,6kg Mehl, 5 kg Gesamtgewicht
- Rührteig: Gesamtgewicht 4,55kg

- Eiweiß: 16
- Kochmodus: 3 Liter

Mixer / Blender:

- ***Geschwindigkeit*** immer höchste Stufe oder Puls
- ***Rührstab nur für kalte Flüssigkeiten!***
- Kalte Flüssigkeit: Max 1,6 Liter; „max“, 30-60Sek.
- Smoothies: 1l, „max“, 60 Sek., mit Rührstab
- Suppen mit Brühe: 1,2l, stufenweise bis „max“, 30Sek
- Suppen mit Milch: 1l, stufenweise bis „max“, 30Sek
- Eis zerkleinern: 10 Eiswürfel (200g), Puls, 30Sek.

Multi

Messer

- ***Geschwindigkeit*** 2-5
- Messer zum Hacken von rohem und gek. Fleisch, gek. Eiern, Gemüse, Nüssen, Pates und Dips sowie zum Reiben von Brot und Keksen.
- Mürbteig und Streussel
- Fassungsvermögen Teig (Mehl) 400g, Fleisch 500g, nie höher als Max-Markierung

Scheiben

- ***Geschwindigkeit*** 1-2 (für mehr Leistung auch bis 3)
- ***Erst starten, dann Zutaten einlegen!***
- Scheibe 1: extrafeine Reibe, Parmesan und Kartoffeln für Kartoffelknödel
- Scheibe 2: feine Reibe: Für Käse, feines Obst und Gemüse, (Schokolade & Nüsse)
- Scheibe 3: grobe Reibe: Für Käse, festes Obst und Gemüse
- Scheibe 4: dünne Scheiben: Für Käse und festes Obst und Gemüse
- Scheibe 5: dicke Scheiben: Für Käse und festes Obst und Gemüse

- Scheibe 6: Schnitzelscheibe (Julienne): Kartoffeln für Pommes, Zutaten für Eintöpfe, Salate und Dips (wie Karotten, Äpfel und Birnen)

Multi vom Antrieb lösen: Auf der Maschine ein Strückchen weiter nach links (gegen den Uhrzeigersinn) drehen bis sich der Topf vom Antrieb löst. Aufpassen, der Antrieb sitzt dann ganz lose auf der Maschine und fällt leicht runter.

Trommelraffel

- **Geschwindigkeit** 3-4
- Trommel 1: für feines Raspeln: Schokolade, Nüsse, Karotten, Käse
- Trommel 2: für grobes Raspeln: Schokolade, Nüsse, Karotten, Käse
- Trommel 3: für dünnes Schneiden: Zwiebeln, Kraut, Kohl, Gurken, Karotten, Äpfel, Kartoffeln und Schokolade
- Trommel 4: für dickes Schneiden: Zwiebeln, Kraut, Kohl, Gurken, Karotten, Äpfel, Kartoffeln, Schokolade und rote Beete
- Trommel 5 (eigentl. Reibetrommel): für das Reiben von Parmesankäse sowie Kartoffeln für Kartoffelknödel

Gewürz-/Multimühle

- **Geschwindigkeit** Max (maximal 2Min.)
- **Messerwerk – Unterseite muss beim Reinigen trocken bleiben!**
- Sahne schlagen: Max 100ml (ohne Zucker) Stufe 3-4 max. 12-30Sek.

Würfler

- **Geschwindigkeit** 4
- **Erst starten, dann Zutaten einlegen!**

Geschirrspüler:

Standardzubehör:

- Schüssel
- Röhrelemente und Flexirührer
- Spritzschutz

Mixer / Blender:

- Mixbecher
- Einfüllkappe, Deckel und Sockel
- (Messerwerk nicht! Dessen Unterseite darf beim Handreinigen nicht nass werden!)

Multi + Wüfler

- Alle Teile (bis auf das Verbindungsstück) – oberstes Fach!

Trommelraffel:

- **NICHT** in den Geschirrspüler!

Gewürz-/Multimühle:

- Gläser, Deckel, Sockel (Messerwerk nicht! Dessen Unterseite darf beim Handreinigen nicht nass werden!)

Schüsselgewichte:

1.585g Kochschüssel CC 6,7L Griffe
1.559g Kochschüssel Gourmet 6,7L Griffe
972g Schüssel 6,7L Major, Griffe
922g 6,7L Schüssel ohne Griffe
561g Kenlyte 6,7L für CC

Chef Titanium 4.6l:

Edelstahlschüssel 4.6L mit Henkel (mit Skalierung) 802g, (ohne Skalierung) 818g

Kunststoffschüssel 4.6L Kenlyte 412g

Chef XL Sense

1057g Edelstahl 6,7l Schüssel

Multizerkleinerer Antrieb 545g Kunststoffschüssel 508g

Gewürzmühle Glasbehälter 285g

Bärlauchquiche



Rezept und Foto zur Verfügung gestellt von Karin AM

Vollkornmürbteig im FP wird einfach perfekt!

Zutaten:

Mürbteig:

230 g Dinkel frisch gemahlen

1 Tl Backpulver

140g Butter

1 TL Salz

2 EL Sesam

1 EL Essig

70 ml Eiswasser

Füllung:

2 Knoblauchzehen

etwas Butter

150 gr. in Streifen geschnittenen Bärlauch

1 Packung Sauerrahm

3 EL Topfen/Quark

3 EL Maisstärke
130 gr. gewürfelten Käse
1 Ei
Salz/Pfeffer/Muskat

Zubereitung:

im Multi mit der P-Taste zu einem Mürbteig verarbeiten (wenn sich eine Kugel bildet ist er perfekt). 1/2 Stunde kalt stellen.

Teig zwischen Klarsichtfolie ausrollen und eine Quicheform auslegen.

2 Knoblauchzehen in etwas Butter in der CC mit K-Haken andünsten (keine Farbe nehmen lassen)

150 g in Streifen geschnittenen Bärlauch dazu und nur kurz unterrühren. Etwas auskühlen lassen.

Dann 1 Sauerrahm, 3 EL Topfen, 3 EL Maisstärke, 130 g gewürfelten (oder grob gerieben im FP) Käse und 1 Ei unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

In die Form füllen und bei 180°C etwa 1/2 Stunde backen. Kurz stehen lassen und erst dann aus der Form nehmen.

Gegrillter Zucchini Salat mit Schafskäse



Foto Gisela Martin

Rezept von Buch "KitchenAid – Das Kochbuch" und von Gisela Martin leicht abgewandelt

Zutaten:

4 kleine Zucchini
1 milde rote Chillischote
2 Knoblauchzehen
2 EL Olivenöl zum Bepinseln (Ich hatte Rosmarinöl, passte gut)
4 EL Olivenöl
Saft von 1/2 Zitrone
Etwas Minze
100 gr. Schafskäse
Salz/Pfeffer

Zubereitung:

Zucchini, Chilischote, Knoblauchzehen im Multi mit feiner Schneidscheibe (Nr. 4) zu Scheiben schneiden.

Zucchini/Knoblauch/Chilli (ggf. in zwei Chargen) in Universalpfanne schichten (ich hatte Dauerbackfolie untergelegt), mit Öl bepinseln und auf oberster Stufe im Backofen/275 Grad/Grillstufe backen, bis die Zucchini goldbraun und weich sind (ca. 12 Minuten).

Mit Gewürzmühle Zitrone, Minze, Salz, Pfeffer, 4 -EL Olivenöl mischen (ggf. auch die gegrillten Knoblauchzestücke mit in Gewürzmühle geben, gibt gutes Aroma).

Vinaigrette über die Zucchini gießen und etwas durchziehen lassen.

Schafskäse darüber krümeln und servieren.

So lecker und durch die Zitrone wunderbar frisch.

Beerenschaum



Foto von Tatjana Alt Haus

TM-Rezept von Tatjana Alt Haus auf CC abgewandelt

Zutaten:

140 g Zucker (Anmerkung: lt. anderen Mitgliedern geht auch die Hälfte oder 3/4 vom Zucker)

500 g gefrorene Beeren

10- 30 g Zitronen- oder Limettensaft

1 Eiweiß

Zubereitung:

Den Zucker in der Gewürzmühle zu Puderzucker pulverisieren.

Die gefrorenen Früchte im Blender oder Multi fein zerkleinern.

Alle Zutaten in die Rührschüssel geben (auch das noch nicht aufgeschlagene Eiweiß) und alles mit dem Schneebesen auf höchste Stufe zwischen 4 – 5 Minuten schlagen. Fertig □

Rotkohlalat mit roter Beete und Walnüssen



Foto von Gisela Martin

Rezept aus Buch: "Kitchen Aid – Das Kochbuch" – leicht abgewandelt und auf CC umgeschrieben

Zutaten:

Halber Rotkohl

1-2 rote Beete (ich hatte eine fertig abgepackte und schon gekochte)

1 rote Zwiebel

75 gr. Walnüsse (Menge nach Belieben erhöhen)

lt. Rezept ca. 50 gr. Heidelbeeren (hatte ich keine)

Dressing:

2 EL Zitronensaft

4 EL Rotweinessig oder Balsamico

2 EL Honig

4 EL Walnussöl

4 EL Olivenöl

1 TL Kümmel

Salz und Pfeffer nach Belieben

Zubereitung:

Bei Rotkohl äussere Blätter und Strunk entfernen und im Multi oder in Schnitzler mit feiner Schneidscheibe (bei Multi ist es Nr. 4) zerkleinern. Rotkohl unter fließendem Wasser spülen bis Wasser klar ist und abtropfen lassen.

Rote Beete und geschälte rote Zwiebel mit grober Raspelscheibe (bei Multi Scheibe Nr. 3) reiben.

Walnüsse raspeln und zerkleinern.

Zutaten für Dressing in Gewürzmühle geben und mixen.

Alle Zutaten (auch Heidelbeeren) vermengen und vor dem Servieren über Nacht durchziehen lassen.