# <u>Kürbissuppe auf Paprika mit</u> Garnelen



Foto von Gisela Martin

Anregung folgt aus einer Essen-und-Trinken-Zeitschrift von Febr. 2005, inhaltlich verändert und auf CC angepasst.

Für 8 Personen, wobei Paprika für 8 Personen knapp war und Kürbissuppe anfangs übrig geblieben ist (dann über Nachschlag aber aufgebraucht wurde)

#### **Zutaten:**

Paprikaboden:

4 Paprikaschoten

Kürbissuppe:

1,5 kg Hokaidokürbis

Etwas Butter zum Anschwitzen

350 gr. Zwiebeln

25 gr. frischer Ingwer

2 EL Gewürzcreme/Suppengrundstock (selbstgemacht, alternativ etwas Brühpulver)

1 Liter Wasser

300 ml. frisch gepresster Orangensaft

400 ml Sahne

- 1 Stange Zitronengras
- 1 halbe Chilischote

15 gr. Lemongraskräutersalz (alternativ normales Meersalz oder anderes Kräutersalz) und Pfeffer, nach Belieben

Milchschaum:

Ca. 100 ml Milch gemahlener Koriander *Garnelen:* 

8 Stangen Zitronengras

8-16 Riesengarnelen

Salz, Pfeffer

Öl zum Anbraten

### **Zubereitung:**

Paprika waschen, halbieren, entkernen in Heissluftfriteuse bei höchster Stufe ca. 10-15 Minuten, bis die Haut schwarz wird und sich löst. Haut abziehen (wer keine Heissluftfriteuse hat im Backofengrill (auf Backblech ganz oben eingeschoben), ca. 250 Grad.

Abgezogene Paprika in Multizerkleinerer mit Messer füllen und pürieren. Zur Seite stellen.

Kürbis aushöhlen und in Stücke schneiden zB. mit Multizerkleinererer Juliennescheibe oder Würfelschneider (Schälen nicht erforderlich).

Wenn Würfelschneider verwendet wird, kann man den Ingwer und die Zwiebeln auch gleich mitwürfeln. Ansonsten Ingwer reiben und Zwiebeln klein schneiden.

Butter in Kessel geben, Kochrührelement, 140 Grad, Kürbisstücke, Zwiebeln, Ingwer und Zitronengras anschwitzen (wer kein frisches Zitronengras hat, kann auch das Flexielement nehmen), dann Temperatur auf ca. 110 Grad reduzieren.

1 Liter Wasser und Gewürzcreme zu den Kürbisstücken geben

Ca. 20 Min. köcheln lassen, bis Kürbis weich ist.

Zitronengras entfernen, Sahne und Orangensaft zugeben und pürieren (Mit Blender, das Ergebnis wird schöner wie mit Blender und vor allem lässt sich die Suppe tropfenfrei in das Glas füllen).

Paprikapürree erwärmen.

Garnelen schälen. Am Rücken einschneiden und entdarmen, waschen. Zitronengras für Deko putzen. Jeweils 1-2 Garnelen pro Zitronengras aufspiesen.

In Pfanne etwas Olivenöl erhitzen, von jeder Seite 2 Minuten anbraten, Salzen und Pfeffern.

Milch aufschäumen

Dann Paprikapüree auf Gläser verteilen.

Suppe in Glas füllen (am besten die Suppe direkt vom Blender über einen Esslöffel hineingiessen, dann vermischt sie sich nicht mit der Paprika, wie auf dem Bild geschehen).

Mit einem Klecks aufgeschäumter Milch verzieren und mit einem Hauch gemahlenem Koriander bestäuben.

Jeweils 1 Garnelenspieß in die Suppe geben.

Guten Appetit □

## Hähnchen-Walnuß-Dip



Rezept und Fotos zur Verfügung gestellt von Ma Rula

#### **Zutaten:**

250 g Hähnchenbrust

2 Schalotten

1 Knoblauchzehe

100 gr. Walnüsse

25 gr. trockenes Weißbrot (oder Semmelbrösel)

20 gr. Walnußöl

Salz

Pul Biber (türkische Chilliflocken)

Paprikapulver

Zitronensaft

## **Zubereitung:**

Hähnchenbrust mit 500g Wasser im Dampfgareinsatz ca. 20 Minuten dämpfen.

Das Fleisch beiseite stellen und die Garflüssigkeit umfüllen und ebenfalls beiseite stellen.

Zwei Schalotten schneiden und anschwitzen (ich habe es im Multi und dann im Topf mit Flexi gemacht).

Knoblauchzehe, Walnüsse und trockenes Weißbrot (oder Semnelbrösel) in den Multi geben und zerkleinern.

Dann das Fleisch, die angeschwitzten Zwiebeln, 250g der Garflüssigkeit, Walnußöl, Salz, Pul Biber (türkische Chilliflocken), Paprikapulver und Zitronensaft dazugeben und ordentlich durchmixen. Fertig.









Fotos von Ma Rula

# <u>Karottensalat Möhrensalat</u>



Foto und Rezept von Gisela Martin

#### **Zutaten:**

600 gr. geschälte Karotten

1 Apfel (ungeschält, Kerngehäuse entfernt und geviertelt)

Dressing:

ca. 200 gr. Joghurt (die genaue Menge kenne ich nicht, ich fülle in der Gewürzmühle immer bis ca. 1 cm unterhalb "Maximum", bitte nicht mehr nehmen)

Optional: 2 TL Sahne

2 TL Zitronensaft

0,5 TL Salz

0,5 TL Zucker

0,5 TL Pfeffer

etwas Petersilie grob zerkleinert

## **Zubereitung:**

Alle Zutaten für das Dressing in die Gewürzmühle geben und kurz mixen, bis sich alles vermischt hat.

Die Karotten und den ungeschälten Apfel durch den Multizerkleinerer, Scheibe 2/feine Raspel jagen. (Alternativ Trommelraffel/Schnitzelwerk)

Alles vermischen, fertig.

Tipp: Besonders gut schmeckt der Salat, wenn man ihn noch mind. eine halbe Stunde ziehen lässt.

Abwandlung Stefanie Kirn: Zusätzlich noch halbe Gurke zugeben und und statt Petersilie Dill verwenden.

Abwandlung Christina Cieluch: Als Dressing Salz, Pfeffer, Petersilie, Kürbiskernöl und Honig.

# 



Rezept und Foto von Michael Kölbl

#### **Zutaten:**

Variabel:

1/3 Hokkaido Kürbis

1/3 Butternut Kürbis

oder

1/3 Blumenkohl (weisse Bäumchen)

1/3 Brokkoli (grüne Bäumchen)

#### Fix:

6-8 Kartoffeln (je nach Grösse)

1/2 Stange Lauch

2 Petersilwurzeln

5x2x2cm grosses Stück Sellerie (ca.)

1-2 Zwiebeln (je nach Grösse)

6-8 Gelbe Ruam (Karotten) (je nach Grösse)

Salz, Pfeffer, Paprika (Edelsüss) Muskatnuss (je nach Wunsch)

1 Becher Sahne
oder
1/2 Becher Frischkäse (200g)

### **Zubereitung:**

Hokkaido nur waschen und Kerne entfernen.

Butternut schälen und Kerne entfernen.

0der

Blumenkohl und Brokkoli waschen und in 2-4cm Stücke schneiden

Gemüse waschen und schälen

Gemüse entweder mit dem Würfelschneider würfeln oder dem Multizerkleinerer in Scheiben schneiden.

Gemüse (inkl. Kürbis oder Bäumchen) in den Topf und mit Wasser auffüllen,

bis das Gemüse fast mit Wasser bedeckt ist.

Ist die Füllgrenze des Topf überschritten, das Gemüse ohne Rührelement bei 120 Grad 10min köcheln lassen.

Ist die Füllgrenze nicht erreicht oder das Gemüse hat schon 10 Min geköchelt,

das Kochrührelement einsetzen und das Gemüse ca. 25-30 Min (-10Min wenn schon vorgeköchelt)

bei ca. 105 Grad köcheln lassen.

Im Anschluss entweder das Gemüse auf 2x im Blender Mixen oder mit dem Mix-Stab im Topf pürieren.

Mit Gewürzen und Sahne(oder Frischkäse) abschmecken, nochmal aufkochen lassen…

Mit getostetem Brot und/oder kleingeschnittene Wienern servieren....

An Guadn....

## **Kohlrabisalat**



Foto von Gisela M.

#### **Zutaten:**

- 1 Kohlrabi
- 0,5 TL Salz
- 0,25 TL weißer Pfeffer (hatte heute leider nur schwarzen da, mit weißem Pfeffer ist die Optik schöner)
- 2 EL Essig (ich nehme meistens weißen Balsamico)
- 2 EL Öl
- 1 EL Wasser

## **Zubereitung:**

Kohlrabi mit Multizerkleinerer, grobe Scheibe Nr. 3, raspeln (alternativ: Trommelraffel/Schnitzelwerk)

Restliche Zutaten in Gewürzmühle geben und 10-15 Sekunden mixen.

## **Blätterteigschnecken**



Rezept und Foto zur Verfügung gestellt von Amira Rohnke

Cc-Zubehör:

Multi, Trommelraffel oder Schnitzelwerk

#### **Zutaten:**

Eine Rolle Blätterteig

Eine Packung Frischkäse mit Kräutern

Eine halbe Packung geriebenen Käse (oder Käse zum selber reiben)

Eine Scharlottenzwiebel

Gemüse nach Wahl (super funktionieren z.B. Paprika, Zucchini, Möhrchen)

Fettarme Baconwürfel

Ein Ei

Etwas Milch

## **Zubereitung:**

Das Gemüse mit der kleinsten Scheibe von Multi, Trommelraffel oder Schnitzelwerk in kleine Scheiben bzw Stücke schneiden.

Den Frischkäse mit dem Käse vermischen, das Gemüse und die Baconwürfel unterrühren.

Den Blätterteig ausrollen, die Käsemasse auf 3/4 des Teigs streichen. Den unteren Rand frei lassen, damit sie sich besser schließen lässt. Den Teig wieder zusammen rollen. Nun in ca 2 cm dicke Scheiben schneiden und mit der Schnittstelle auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen.

Das Ei und die Milch miteinander vermischen und die Schnecken damit bestreichen. Bei 200 Grad Umluft ca 20-30 Minuten backen

Man kann die Baconwürfel auch gut weg lassen, dann sind sie vegetarisch.

Tipp: Schmecken kalt und warm.

## <u> Spinatknödel - Variationen</u>



Rezept und Foto von Claudia Kraft (Variante 1)

#### Variante 1

von Claudia Kraft Spinatknödel mit Mozzarellakern an Frischkäse-Sahne-Sauce

#### **Zutaten:**

200g Blattspinat 200g Semmelwürfel 2 Eier 1 kleine Zwiebel 170ml Milch Petersilie Salz, Pfeffer, Muskat 1/2 Mozzarella od Kugelmozzarella

## **Zubereitung:**

Frischen Blattspinat im heissen Wasser blanchieren.

Semmelwürfel mit Spinat, Milch, Eiern und Gewürzen einweichen.

Zwiebel fein hacken u in Öl anschwitzen. Petersilie fein hacken u mit

den Zwiebeln unter die Knödelmasse mengen.

Aus dem Knödelteig 6-8 große Teile formen u je eine Mozzarellakugel/Stücke in die Mitte setzen, mit Teig umhüllen und zu Knödeln formen.

Mit Dampfeinsatz ohne Kunststoffring fur ca 20min im Dampfgarer garen und ca 5min nachziehen lassen.

Sauce: 2-3 El Bresso (od Frischkäse) mit etwas Sahne in einen Topf geben, etwas Knoblauch od Knoblauchbutter dazu, verschiedene Kräuter evt Salz/Pfeffer.





Fotos von Claudia Kraft

### Variante 2

## von Margit Fabian Südtiroler Spinatknödel



Foto: Margit Fabian, Variante 2

#### Zutaten für 4 Personen:

300 g Knödelbrot
200 ml Milch
750 g TK-Spinat (auftauen und abtropfen lassen)
1 große Zwiebel
2 Zehen Knoblauch
100 g Butter
75 g Ricotta oder Quark
100 g geriebener Bergkäse
200 g Mehl
3 Eier
Salz, Pfeffer, Muskat
50 g geriebener Parmesan

## **Zubereitung:**

Das Knödelbrot mit der Milch übergießen und ziehen lassen.

Inzwischen die Zwiebel und die Knoblauchzehen fein hacken im laufenden Messer im Multi.

1 Eßl. Butter in die Schüssel geben, schmelzen lassen und dann die Zwiebeln und den Knoblauch mit dem Koch-/Rührelement andünsten.

Den Spinat dazugeben und mitgaren. Falls sich Flüssigkeit angesammelt hat, nochmal im Sieb abtropfen lassen.

In die Schüssel den Ricotta, Bergkäse, Mehl, Eier und das

Knödelbrot geben. Mit Salz (vorsichtig dosieren, je nachdem wie kräftig der Bergkäse ist braucht es nicht viel), Pfeffer und geriebenem Muskat würzen und gut vermengen (K-Haken oder einfach das Koch-/Rührelement drin lassen). Etwa 15 Minuten stehen lassen. Wenn die Masse noch zu weich ist, nochmal Mehl zugeben.

In einem großen Topf Wasser zum Kochen bringen, salzen. Mit angefeuchteten Händen golfballgroße Knödel formen (ca. 40 – 50 Stück) und im heißen Wasser 15 Minuten ziehen lassen. Oder bei kleineren Mengen im Dampfgareinsatz, wie bei Variante 1 von Claudia Kraft.

Restliche Butter schmelzen und bräunen lassen, die Knödel in einem tiefen Teller anrichten, mit der braunen Butter beträufeln, mit geriebenem Parmesan bestreut servieren.

#### Hinweis:

Die Variante 2 geht auch super mit frischem Spinat

# Variante 3 von Katharina Karner



Foto Variante 3 Katharina Karner

Mein Abendessen war ein Paradebeispiel für die CC: Spinatknödel mit Käsesauce.

Verwendete Elemente: Dämpfeinsatz, Multi und Flexirührelement.

#### **Zutaten:**

200g Knödelbrot
210 ml Milch
3 Eier
50g Butter flüssig
Salz und Muskatnuss
200g TK Blattspinat, aufgetaut, ausgedrückt und grob gehackt

## **Zubereitung:**

Alles vermengen und nach 10 Minuten mit 2 EL Mehl stauben und mischen. Mit trockenen bemehlten Händen Knödel formen und 15 Min (je nach Größe) im Dämpfeinsatz dämpfen.

#### Zutaten Käsesauce:

100 ml Wasser Gekörnte Gemüsebrühe 250 ml Qimiq (alternativ halb Milch halb Sahne) 150g Hartkäse nach Belieben, im Multi fein gerieben

## Zubereitung Käsesauce:

Alles in der Rührschüssel mit dem Flexi Stufe 1 und 110Grad aufkochen bis der Käse geschmolzen ist.

Mahlzeit!

## Tipp für übrig gebliebene Spinatknödel:

Am nächsten Tag durchschneiden und in der Pfanne anbraten oder einfrieren.

## <u>Lahmacun - Türkische Pizza</u>



Rezept und Foto von Marc O Newman/Ruhrpottkochshow

Letztens den Teig in der Cooking Chef gemacht. Perfekt. Habe mein Rezept hier veröffentlicht, falls es mal jemand nachbasteln möchte — ein kleines Träumchen

https://www.facebook.com/ruhrpottkochshow/posts/15948828207343
22:0

## Zutaten für 5 Türkische Pizzen ("Lahmacun"):

Teig:

250 g Mehl

125 ml Wasser (lauwarm)

7 g Salz

15 g Olivenöl

14 g Hefe

## Gehacktesmischung:

175 g Rinderhack

2 Zwiebeln

1/2 Bund Blattpetersilie

2 EL (gehäuft) Tomatenmark

1 TL Salz (eventuell nachher noch etwas nachsalzen nach dem Abschmecken…)

etwas Pfeffer

Chiliflocken (nach eigenem Geschmack schärfen)

etwas Paprikapulver

2-3 Tomaten, gehäutet (einritzen und mit kochendem Wasser in

Schüssel legen, lassen sich dann im Nu häuten. Vor dem Häuten ggf. mit kaltem Wasser abschrecken)

2 Zehen Knoblauch

### Salatbelag:

Eisbergsalat, fein geschnitten (z.B. Schnitzelwerk)
Tomaten in Achteln
Gurke in Scheiben (Multizerkleinerer/Trommelraffel)
etwas Krautsalat
Zwiebeln in dünnen Scheiben (am besten rote)
Schafskäse in Streifen oder Würfeln

### Joghurtsosse:

Griechischer Sahnejoghurt Salz Knoblauch

### **Zubereitung:**

### Teig:

Aus den Zutaten einen Teig kneten (Knethaken) und 1 Stunde zugedeckt gehen lassen bis sich das Volumen etwa verdoppelt hat (evtl. ein kleines Bisschen mit Olivenöl einschmieren, damit er nicht austrocknet…)

## Joghurtsoße:

Griechischen Sahnejoghurt mit Salz und nach Geschmack gepresstem Knoblauch anrühren (am besten mindestens ein paar Stunden vorher machen und im Kühlschrank ziehen lassen, noch besser am Vortag)

Die Zwiebeln, die gehäuteteten Tomaten, den Knoblauch und die Blattpetersilie kleinhäckseln (Multizerkleinerer, so fein wie möglich häckseln) und mit den restlichen Zutaten unter den Rinderhack mischen und mit den angegebenen Zutaten würzen.

Wenn der Teig 1 Stunde gegangen ist, diesen in 5 Kugeln aufteilen (ca. 80 g pro Kugel) und diese pro Pizza dann sehr dünn mit dem Nudelholz ausrollen (ein wenig Mehl drauf und drunter, nicht zu viel, nur so, dass es nicht klebt) und den

beiden Holzschaufelhälften vom Pizzamaker mit je 2 gehäuften Esslöffeln der Hackfleischmischung belegen (schön dünn auf der ganzen Pizza verteilen).

Pizzamaker auf Stufe 2 vorheizen (ca. 10 Minuten) und die Pizzen dann jeweils bei Stufe 2,5 ca. 2,5 bis 3 Minuten ausbacken. Zwischen den einzelnen Pizzen den Pizzamaker immer wieder auf Stufe 2 zurückdrehen und wenn eine neue Pizza draufliegt, wieder auf Stufe 2,5 hochdrehen (und natürlich wieder Deckel schließen)

Die Pizzen jeweils, direkt, wenn sie aus dem Pizzamaker kommen auf einem Teller stapeln und diesen von der ersten Pizza an mit Frischhaltefolie zudecken, damit die Pizzen so richtig schön "schwitzen" — dann werden sie schön weich und lassen sich nachher gut zusammenrollen.

Wenn alle Pizzen gebacken sind, die weichgewordenen Pizzen (sind dann immer noch lauwarm) entweder kurz vor dem Servieren noch mal 10 – 20 Sekunden auf den Pizzamaker legen oder direkt so mit dem etwas Salat belegen, darüber ein wenig von der Joghurt-Knoblauchsoße geben und nach Geschmack noch mit Chiliflocken schärfen. Pizza zusammenrollen, in Alufolie einschlagen und futtern (also die Pizza, nicht die Alufolie), dabei nach und nach die Alufolie abziehen oder nach unten ziehen. Ihr wisst schon…

Die Pizzen lassen sich auch ohne Pizzamaker in einer beschichteten Pfanne mit Deckel (ohne Öl in der Pfanne) bei mittlerer Hitze in wenigen Minuten ausbacken… (Hab ich irgendwo auch schon gesehen, aber noch nicht selbst ausprobiert)

## Apfel-Buchweizen-Waffeln



Rezept und Fotos zur Verfügung gestellt von Andrej Daiker

#### **Zutaten:**

6 mittelgroße Äpfel

2 Esslöffel Buchweizenmehl (bzw. Buchweizen mit Getreidemühle zerkleinert)

1 Ei

## **Zubereitung:**

Alles in den Multizerkleinerer geben und mixen. Waffeln auf Stufe 3 backen.

Sie werden nicht ganz fest, dafür um so lecker. Enjoy!







Fotos von Andrej Daiker

Kalbsfilet sous vide gegart mit Morchelrahm und cremiger Polenta



Rezept und Fotos von Maren Grau-Soumana Mayaki

## Zutaten für 4 Personen:

1000 g Kalbsfilet
50 g getrocknete Morcheln
20 g Schalotten
200 g Sauerrahm
100 ml Weißwein
Salz, Pfeffer,
Olivenöl
150 g Polenta
500 ml Sahne
500 ml Milch
50 g Schalotte
Lorbeer,
Knoblauch,
Salz, Pfeffer

## Benötigtes Zubehör:

Multizerkleinerer Koch-Rührelement Flexi-Rührelement

Gewürzmühle

Arbeitzeit: 45 min

Koch-/Backzeit: 120 min

Schwierigkeitsgrad: mittel

### **Zubereitung:**

Das Kalbsfilet parieren und mit Gewürzen und Olivenöl vakuumieren.

In der CC bei 56 Grad 2 Std Intervallstufe 3 ohne Rührelement ziehen lassen.

Das Filet aus dem Beutel herausnehmen und im Stück scharf in einer Grillpfanne von allen Seiten anbraten. Die Dauer hängt vom gewünschtem Gargrad des Fleisches ab. Nach dem Anbraten das Fleisch außerhalb der Pfanne mind. 10 in Alufulie gewickelt ruhen lassen, damit sich derFleischsaft setzt.

Für den Morchelrahm die getrockneten Morcheln im Multizerkleinerer zerkleinern. Gerne auch noch 5 Gramm Morcheln mit der Gewürzmühle zu Pulver mahlen und damit später die Soße abschmecken. Die zerkleinerten Morcheln mit kochendem Wasser überbrühen, bis sie bedeckt sind und ziehen lassen ( am besten am Abend vorher ).

Die Morcheln aus dem Wasser nehmen ( das Einweichwasser aufbewahren !!! ), ausdrücken und mit den kleingehakten Scharlotten in Olivenöl anbraten, mit dem Weißwein ablöschen, aufkochen und mit dem Sauerrahm verrühren. Gerne nun etwas Einweichwasser und gem. Morcheln verdünnen. Gut durchziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die cremige Polenta, ( wir hatten die von Kattus ) das Flexi-Rührelement einsetzen, Intervallstufe 1, 100-120 Grad, etwas Olivenöl in den Topf geben und die Polenta kurz anrösten. Sahne und Milch angießen, mit Lorbeer, Knoblauch, Salz und Pfeffer würzen. Ca. 10 min rühren lassen, bis eine cremige Konsitenz entstanden ist. Gerne am Ende für den Geschmack ein Stück Butter unterrühren.

Die cremige Polenta mit den in Tranchen geschnittenem Kalbsfilet und dem Morchelrahm dekorativ anrichten.

