Garnelen in Sahnesoße



Rezept und Foto von <u>Fees Koch- und Backwelt</u>

Zutaten:

15-20 Garnelen
1 Schalottenzwiebel
½ Chili
½ Paprika
200 ml Sahne
50 ml Weißwein
1TL Tomatenmark
Cherrytomaten
Butter
Salz
Pfeffer
Basilikum

Zubereitung:

Die Zwiebeln und den Knoblauch klein hacken. Die Chili ganz fein schneiden (je nachdem mit oder ohne Kerner). Den Paprika klein würfeln. Alles zusammen in der Cooking Chef mit dem Flexrührelement auf Rührintevallstufe 3 etwas dünsten. Nebenbei die gewaschenen und entdarmten Garnelen in einer Pfanne mit etwas Butter leicht anbraten, mit Weißwein ablöschen und reduzieren. Das Gemüse mit der Sahne ablöschen.

Die Garnelen zum Gemüse geben. Die Cherrytomaten halbieren oder vierteln und zu den Garnelen geben. Alles nochmal kurz aufkochen und auf Nudeln servieren.

Blitzeis

Zutaten:

600 g gefrorene Kirschen oder andere TK-Früchte 300 g Quark oder Joghurt Honig nach Belieben

Zubereitung:

Im Multizerkleinerer mit Messer laufen lassen und direkt geniessen.

Ggf. noch etwas Sahne dazu geben.

<u>Flohkugeln - Keto Brötchen -</u> <u>glutenfrei</u>



Rezpet von kilokegeln Foto und Test von Melanie Gläser

Zutaten:

150 g gemahlene Mandeln
25 g Flohsamenschalen
2 TL Backpulver
1/2 TL Salz
3 Eiweiß
150 ml kochendes Wasser

Zubereitung:

Alles mixen, 6 Kugeln formen und ca 45 min bei 175C Umluft

Bitte keine knusprige Kruste wie bei normalen Brötchen erwarten

Banana Curd

Rezept von Tracey Berkemann

Zutaten:

4 grosse, reife Bananen 125 g Butter

1 1/2 Tassen Zucker

4 Eier

1 Zitrone (Saft und Abrieb)

Zubereitung:

Bananen pürieren. Die Butter langsam schmelzen. Zucker, Zitronenschale und Saft hinzufügen und 10 Minuten köcheln lassen.

Eier schlagen. Nach und nach 3 Esslöffel der Bananenmischung dazugeben (weiterschlagen).

Alles zusammenmischen und langsam erwärmen unter ständigem Rühren, bis die Mischung dickflüssig ist, aber nicht kochen . Umfüllen in Marmeladenglaeser. Hält 3-4 Monaten im Kühlschrank — theoretisch □ Ich war faul und habe einfach ganz langsam die Eier in der CC reinlaufen lassen bei Geschwindigkeit 1.

Oder man macht alles in der Mixer und kocht es 2×1 min in der Mikrowelle. Jedes Mal umrühren. Und dann 30 sekundenweise bis der Konsistenz richtig ist.

<u>Tomatensuppe - Variationen</u>

1. Rezept Tomatensuppe mit Serranoschinken und Orangenfilets

Rezept von Stefan Dardas

Zutaten für 4 Portionen:

1kg süße, reife Tomaten, halbiert
100gr. Weißbrot, entrindet, grob gehackt
2 Knoblauchzehen, geschält

10 EL gutes Olivenöl

2 EL alter Balsamico

1 Prise Zucker

1 Zweig Zitronenthymian

Meersalz und Pfeffer aus der Mühle

Zum Anrichten:

1 hartgekochtes Ei, fein gehackt

4 Scheiben Serranoschinken, in Streifen geschnitten

Filets von 1 Orange

Zubehör: Thermo-Resist Glasblender

Zubereitung:

Tomaten und Brot in den Blender geben und glatt pürieren. Bei laufender Maschine Knoblauch und langsam durch die Deckelöffnung das Olivenöl zugießen. Alles gut durchmixen.

Jetzt den Essig, den Zucker, Salz und Pfeffer zufügen und abschmecken.

Die Suppe sollte etwa so dick wie Apfelmus sein, gegebenenfalls etwas Wasser zugeben und erneut durchmixen. Den Blender mit Deckel für 2h in den Kühlschrank geben.

Vor dem Servieren erneut abschmecken, dann auf 4 Suppenschüsseln verteilen und mit gehackten Ei, Orangenfilets und den Schinkenstreifen bestreuen.

Mein TIPP:

Probieren sie auch einmal die Sauce als Beilage zu gegrilltem Huhn, gebackenen Auberginen oder zu gedünstetem Fisch.

Die Sauce kann mit gehackten Tomatenfilets und kleinen gelben Paprikawürfeln aufgewertet werden und findet als Grill-und Dipsauce Verwendung.

Gewürze für die Abwandlung: Rauchsalz, Chilli, Bärlauch, Curry.

2. Rezept Tomatensuppe aus der Loseblattsammlung zur CC, abgewandelt von Manfred Cuntz

Zutaten:

- 1 Zwiebel
- 1 mittelgroße Karotte
- 1/2 kleine Stange Lauch
- 1/8 Knollensellerie (ich hatte keinen da und habe 2 Stange vom Stangensellerie genommen)
- 2 EL Öl
- 1 Stiel Thymian
- 1 Lorbeerblatt
- 2 EL Tomatenmark

2cl Sherry trocken (war auch keiner da, hab Noily Prat genommen)

8 mittelgroße Tomaten oder 600g Dosentomaten

1/2 l Gemüsebrühe (habe ich nie, ich nehme Fond was gerade da ist, Hühner- oder Rinderfond)

1 TL Zucker

1/2TL Salz

Pfeffer

0,11 Sahne

Zubereitung:

- 1. Die Zwiebel und das Gemüse im Multi-Zerkleinerer mit der feinsten Scheibe in Scheiben schneiden. Koch-Rührelement einsetzen und die CC auf max. Temp. bei Rührstufe 1 erhitzen.
- 2. Öl hineingeben, kurz erhitzen und die Zwiebeln kurz anrösten. Die "festen Gemüse" mitrösten und mit der Prise Zucker ca. 2 Minuten glasieren.
- 3. Lauch, Lorbeerblatt und Thymian zugeben. Nach 1 Minute Senf und Tomatenmark zugeben. 1 Minute mitrösten lassen und mit Sherry ablöschen.
- 4. Tomaten und Brühe zugeben und die CC auf 100°C einstellen. Auf Rührintervallstufe 2 ca. 15 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 5. Thymian und Lorbeer entfernen und alles im Mixer fein pürieren (ich habe es statt dessen im Passierdingens passiert)
- 6. Die Sahne und gehackte Kräuter als Deko auf der Suppe verteilen.

Pesto - Varianten

Rezept 1

Lila-Laune-Pesto (Brotaufstrich, zu Nudeln etc.)
Rezept von Sigrid Hollender, angeregt durch:
http://www.oh-sophia.net/lila-laune-pesto/

Zutaten:

ca. 250 g Rotkohl
3 EL Olivenöl
nach Belieben Zitronensaft
etwas Honig oder Sirup
1 EL Kapern
1 TL Orangensenf
3 EL Sonnenblumenkerne
Salz, Pfeffer oder z.B. Piment d'Espelette n. B.

Zubereitung:

Alle Zutaten im Multizerkleinerer mit Messer klein mixen. Ggf. mehr Öl / Zitronensaft zugeben, bis die Konsistenz gefällt.

Rezept 2

Manu`s Pesto Rezept von Manuela Neumann

Zutaten für 1 kg Nudeln:

1 Töpfchen Basilikum
60 g Walnüsse
60 g Parmesan
2 Knoblauchzehen
etwas Salz
etwas Pfeffer
und Olivenöl nach Belieben, sodas es schön geschmeidig ist

Zubereitung:

Alles zusammen in die Gewürzmühle und mahlen bis es eine schöne grüne Masse ist.

Es schmeckt herlich!

Rezept 3

Pistazien-Rucola Pesto — vegan Rezept von Claudia Kraft

80 g gehackte Pistazien (ich hatte nur 2 pkg mit je 25gr) 2 Handvoll Rucola Olivenöl (ich hatte es gegen Pistazien Öl getauscht) Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Alle Zutaten bis auf Öl in den Multi mit Messer geben, starten und Öl währenddessen einfließen lassen bis es eine Paste ergibt. Musste einmal öffnen und alles runterschaben sodass alle Pistazien mit vermischt werden.

Kürbiskernaufstrich



Rezept und Foto von Claudia Kraft

Zutaten:

250 g Topfen/Quark 1 Pkg Frischkäse natur gehackte Kürbiskerne (schon so gekauft) Salz Pfeffer Prise helle gemörserte Senfkörner Spritzer Zitrone Kürbiskernöl

Zubereitung:

Alle Zutaten in den Multizerkleinerer geben und auf höchster Stufe alles vermengen.





Italienischer Dip

Rezept von Carmen Müller

Zutaten:

1 Knoblauchzehe

1/2 Bund frisches Basilikum oder Rucola

9 getrocknete Tomaten in Öl (abgetropft)

15 g Sonnenblumenkerne

200-300 g Frischkäse Natur

1 Prise frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1/4-1/2 TL Salz

Zubereitung:

Die Kräuter in den Multizerkleinerer geben und mit dem Messer zerkleinern, sollte noch leicht stückig sein.

Nun den Frischkäse, Pfeffer und das Salz dazugeben und kurz durchrühren lassen.

Kresse-Radieschen-Dip



Rezept von Carmen Müller Foto von Claudia Kraft

Zutaten:

1 Kästchen Kresse
50 g Radieschen
200 g Frischkäse
1TL Schmand
1/2 - 1TL Salz
frisch gemahlener schwarzer Peffer nach Geschmack

Zubereitung:

Kresse abschneiden und in den Muti geben (1 El zum Garnieren beiseite stellen)

Radieschen zugeben und klein (Messer) häckseln Restliche Zutaten zugeben und kurz durchmischen Mit restlicher Kresse garnieren und servieren.

Knoblauchbutter mit dem Multizerkleinerer

Rezept von Claudia Kraft

Zutaten:

2 Knoblauchzehe(n)

1/2 Zwiebel

¹/₂ Bund Petersilie (ich habe TK Petersilie verwendet)

120 g weiche Butter

1 TL Salz

(wer mag ein Spritzer Zitrone dazu)

Zubereitung:

Alle Zutaten in den Multi mit dem Messer geben und solange zerkleinern lassen bis eine schöne Knoblauchbutter entstanden ist.