

# Apfelstrudel Apfelstrudel

# Alt-Wiener-



Fotos und Rezept zur Verfügung gestellt von Margit Fabian

(nach einem Rezept von Karl Schuhmacher)

Zutaten für 4 Personen (als Hauptspeise) bzw. für 10 – 12  
Kuchenportionen:

## **Zutaten:**

*Für den Teig:*

250 g doppelgriffiges Mehl (Wiener Griessler)  
2 g Salz  
1 EL Öl  
125 – 150 ml Wasser

*Für die Füllung:*

1 kg Äpfel (geschält und entkernt gewogen)  
max. 100 g Zucker  
60 g eingeweichte Rosinen  
60 g Walnusskerne  
1 Prise Zimt  
75 g Butter  
90 g Semmelbrösel  
15 g Vanillezucker  
10 g Zucker

$\frac{1}{4}$  l Sauerrahm

Zusätzlich: zerlassene Butter zum Bestreichen

### **Zubereitung:**

Die Zutaten für den Teig mit dem Profiknethaken zu einem geschmeidigen Teig kneten (ca. 3 – 4 Minuten). Den Teig zu einer glatten Kugel formen, mit Öl einreiben und in der Schüssel ruhen lassen.

In der Zwischenzeit die Äpfel schälen, vierteln, entkernen. Im Multi mit Scheibe Nr. 5 in Scheiben schneiden, gegen das Anlaufen evtl. mit etwas Zitronensaft beträufeln. Mit Zucker (nach Geschmack, bei süßen Apfelsorten eher weniger), Rosinen, den grob gehackten Nüssen und Zimt vermengen.

Die Semmelbrösel mit dem Vanille-Zucker und dem Zucker in der zerlassenen Butter anrösten, abkühlen lassen.



Ein Tuch dünn mit Mehl bestäuben. Den Teig von der Mitte aus über den Handrücken so dünn und groß wie möglich ausziehen/dehnen. Den verbleibenden dicken Rand abschneiden. Den Strudelteig vorsichtig mit zerlassener Butter einpinseln und mithilfe des Tuches auf eine Größe von etwa 65 x 65 cm einschlagen. Nochmals mit Butter einpinseln. An einer Seite die gerösteten Semmelbrösel bis etwa zur Hälfte des Teiges verteilen, darauf die Äpfel häufeln. Den Sauerrahm darauf verstreichen. Durch Anheben des Tuches den Strudel aufrollen,

dabei etwa ab der Hälfte die Seiten einschlagen, dann den Strudel ganz aufwickeln. Vorsichtig auf das Backblech heben.

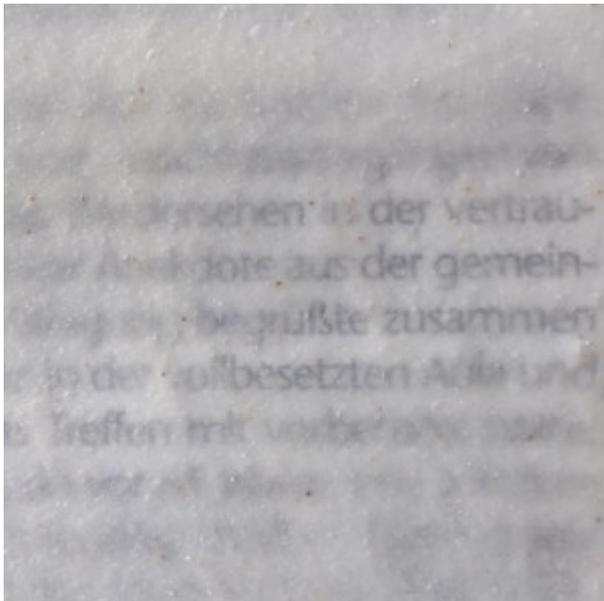


Bei 200 Grad O/U, 2. Schiene von unten, 1 Stunde backen, dabei den Strudel mehrmals mit zerlassener Butter bepinseln.



P.S.

Strudelteig muss so dünn sein, dass man eine Zeitung, die man darunter legt, lesen kann ☐



---

## Apfel-Karamell-Marmelade mit Fleur de Sel



Fotos und Rezept zur Verfügung gestellt von Linda Peter

### **Zutaten:**

1 kg Äpfel, geschält und entkernt

Limettensaft von einer Limette

1/8 l naturtrüber Apfelsaft

200 g Rohrzucker

500 g Gelierzucker, 2:1

1 schwach gehäufter TL Fleur de Sel

**Zubereitung:**

Äpfel klein schneiden (Multizerkleinerer) und mit Limettensaft mischen.



Zucker und etwas vom Apfelsaft in den Kessel geben und 4 Minuten 140 Grad, Intervallstufe 1, karamellisieren lassen.



Den Rest des Saftes dazu geben und mit Flexi verrühren.



Die Äpfel aus dem Multizerkleinerer in den Topf geben und alles 10 Min bei 100 Grad köcheln lassen. Gelierzucker dazu geben und nochmal 3 Minuten köcheln lassen.



Das Salz kurz vor Ende unterrühren.

Noch heiß in saubere Gläser abfüllen und verschliessen 😊

Das Salz kurz vor Ende unterrühren.

Noch heiß in saubere Gläser abfüllen und verschliessen 😊

---

## Sauerkraut-Muffins



Foto Annette Schartz (nach Aufzeichnungen aus einer LC-Gruppe)

Für 6 Stück:

### **Zutaten:**

#### *Boden:*

60g gemahlene Mandeln

1 EL Leinsamen gemahlen

1 EL geschrotet

1 Ei vermengen und in den Muffinförmchen als ca. 1 cm dicke Böden bei 160° backen.

#### *Die Füllung:*

100g Sauerkraut (gut abgetropft oder vom Metzger, das ist meist trockener und leckerer).

2 Eier

1 EL Zucker

70g Schinkenwürfel

70g Reibekäse (oder weniger)

60g Schmand

2 TL Flohsamenschalen

## **Zubereitung:**

### *Boden:*

60g Mandeln mit Reibevorsatz zum Fleischwolf mahlen oder im Multi mit Messer zerkleinern.

Leinsamen in Getreidemühle, 1 EL mahlen, 1 EL schroten.

Mandeln, gemahlener und geschroteter Leinsamen und Ei vermengen und in den Muffinförmchen als ca. 1 cm dicke Böden bei 160° backen.

### *Füllung:*

Zwiebeln in dünne halbe Ringe schneiden (z.B. mit Scheibe von Multizerkleinerer).

Bei mittlerer Temp. dünsten (nur leicht bräunen – dauert etwas. Mit 1 EL (Birken)Zucker karamelisieren. Dann Schinken dazu und bräunen. Vom Herd nehmen.

Schmand, Ei und Sauerkraut unterrühren. Dann Reibekäse und Flohsamenschalen (für die Bindung) unterrühren. Die Füllung auf den Leinsamenböden in der Muffinform verteilen (Förmchen gut füllen und Masse festdrücken). 20 min bei 160°C backen. Am Schluss kurz den Grill an. Dazu passt ein frischer Salat.

---

# **Papas Rellenas mit Krautsalat und Salsa Criola**



Fotos Silke Wenning

Zusammengeschrieben und auf CC umgesetzt von Silke Wenning

Ich habe mich hauptsächlich an diesem Ursprungsrezept mit Beilagen orientiert:

<http://www.deutsche-gesundheitsauskunft.de/deutsche-gesundheitsauskunft/mahlzeit/papas-rellenas-gefuellte-peruanische-kartoffeln/>

Hier meine Zutaten und Anleitung, die Beilagen sollten zuerst fertiggestellt werden, damit sie gut durchziehen können:

**Teig:**

1 kg Kartoffeln (vorwiegend festkochend)

schälen, grob würfeln und kochen anschließend in den Kessel geben

1 Ei

150 g Kartoffelstärke

etwas Muskat gerieben

Salz

Pfeffer

Mit K-Haken zu einem festen Teig verarbeiten.

Den Teig auf bemehlter ALU-Folie auskühlen lassen, er sollte schnittfest sein, sonst noch etwas Stärke hinzugeben



### **Füllung:**

2 rote Zwiebeln gewürfelt mit

2 gehackten Knoblauchzehen anbraten

300 g Rinderhack zugeben, krümelig braten

1 gestrichener Teelöffel Chiliflocken und

1 gestrichener Teelöffel Koriander drüberstreuen

2 Esslöffel Ajvar unterrühren

mit Pfeffer und Salz – beides aus der Mühle abschmecken

Masse etwas auskühlen lassen.

Gummihandschuhe anziehen (das machen sie auf dem Weihnachtsmarkt auch, dann klebt es nicht so und das Formen geht einfacher)

Eine Hand voll Teig kneten und plattdrücken, 1 bis 2 Esslöffel Hack in die Mitte geben und den Teigling schließen. Etwas im

Mehl wälzen. Sie sollten die Größe einer Backkartoffel haben.

Die Teiglinge entweder in der Fritteuse oder einem Topf frittieren, bis sie goldbraun sind.

Variante Heißluftfritteuse, wer eine hat:

Mit Backpapier auslegen, die Teiglinge mit Öl einstreichen oder einsprühen und bei hoher Temperatur, bei mir war es die höchste Stufe ca. 230 °, ausbacken bis sie goldgelb sind. Zwischendurch immer wieder mal mit Öl einpinseln.



### **Beilagen:**

#### **Krautsalat – die Zutaten habe ich ein wenig verändert**

1 kleiner oder  $\frac{1}{2}$  Kopf Weißkohl und

1 Zwiebel im Multi mit Scheibe 5 raspeln – in eine hitzbeständige Schüssel geben

100 ml Olivenöl

100 ml Rapsöl

100 ml weißer Balsamico

1 Spritzer Zitronensaft

100 g Zucker

Salz und Pfeffer aus der Mühle

im Kessel (mit Kochrührelement) 140° aufkochen – Dauer ca. 2 min

Das Dressing heiß sofort über Kohl und Zwiebeln geben, umrühren und (mindestens 2 Stunden) ziehen lassen, je länger umso besser.



## **Salsa Criola**

2 rote Zwiebeln halbiert und im Multi mit Scheibe 4 in Halbringe geraspelt

2 Tomaten

2 Jalapeños

gewürfelt

2 EL gehackter Koriander

2 EL gehackte Petersilie

1 Spritzer Zitronensaft

1 fein gehackte Knoblauchzehe

1 EL weißer Balsamico

Salz und Pfeffer aus der Mühle

alles vermengen und ziehen lassen



**Tomaten/Zwiebelsoße** – Im Multi mit Messer

2 rote Zwiebel grob geschnitten

1 Dose (400g) gehackte Tomaten mit Flüssigkeit

1 Esslöffel Tomatenmark

2 mit dem Messer gepresste Knoblauchzehen

1 Esslöffel Olivenöl

1 Teelöffel Oregano

3 bis 4 x pulsieren, bis es püriert ist

Mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken, nochmal pulsen.



---

## Gefüllte Kartoffellaibchen



Fotos Gisela M.

Ergibt ca. 8 Laibchen, für insgesamt 3-4 Personen kann man auch gut vorbereiten und dann just-in-Time die Laibchen formen

### **Zutaten:**

1 kg. mehlig kochende Kartoffeln

250 gr. Blaubeeren

50 gr. Birkenzucker (alternativ normalen Zucker)

150 gr. Pilze

1 Zwiebel

1 Bund glatte Petersilie

Salz/Pfeffer

100 gr. Semola (alternativ Mehl oder Kartoffelmehl)

100 gr. Kartoffelmehl (alternativ Mehl oder Semola)

1 Eigelb

etwas Butter zum Herausbraten

### **Zubereitung:**

Kartoffeln ungeschält im Dampfgareinsatz 30 Minuten dämpfen (ca. halber Liter Wasser in Kessel, Temperatur knapp über 100 Grad, Zeit 30 Minuten), alternativ in Salzwasser kochen.

In der Zwischenzeit die Blaubeeren waschen, Zucker dazu geben und 10 Minuten sanft kochen und gelegentlich umrühren (ich machte das in einem kleinen Töpfchen auf dem Herd). Danach zur Seite stellen und abkühlen lassen.



Zwiebel schälen. Pilze und Zwiebel im Multizerkleinerer mit der Juliennescheibe (Nr. 6) zerkleinern.



CC oder Gourmet auf 120 Grad aufheizen, Kochröhrelement einsetzen und bei Rührintervall 2 (Gourmet und CC) laufen lassen. Nach Einfüllen der Pilzmischung (ohne Ölzugabe o.ä.) habe ich auf 100 Grad reduziert und den Timer auf 5 Minuten gestellt.

Dann Temperatur abstellen, Salz/Pfeffer und zerkleinerte Petersilie zufügen und zur Seite stellen.



Die gedämpften Kartoffeln nun schälen, mit den weiteren Zutaten (Salz/Pfeffer/Semola/Kartoffelmehl/Eigelb) mit dem Flexielement rühren lassen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Ich habe zeitgleich noch 60 Grad Temperatur zugegeben, das entzieht den Kartoffeln noch etwas Feuchtigkeit. Dann braucht man auch weniger Mehl im Teig, was dem Geschmack zugute kommt.

*Tipp: ich habe die gleiche Schüssel verwendet, in der zuvor die Pilze waren, zum Schluss kommt ja doch alles zusammen. Es*

*muss auch gar nicht zu fein püriert werden. Ich hatte kleine Kartoffelstückchen im Teig, die später besonders gut schmeckten.*



Die Hände etwas bemehlen und klein Laibchen formen. In die Mitte jeweils einen großzügigen TL Pilzmischung zugeben und verschließen.

Insgesamt sollen es 8 Laibchen werden.



In einer beschichteten Pfanne etwas Butter erhitzen und auf jeder Seite, mittlere Hitze, ca. 5 Minuten herausbraten.



Guten Appetit!

Tipp *Variante Annette Schartz:*



Foto A. Schartz

Spinat/Mangold mit Zwiebelchen und gaaanz wenig Knobi gedünstet und je eine halbe Minikugel Mozzarella.

---

## Pfirsichlimes Nektarinenlimes



Foto und Rezept zur Verfügung gestellt von Peter Petersmann

**Zutaten:**

1950 Gramm Pfirsiche und/oder Nektarinen

900 ml Wodka

600 ml Wasser

750 Gramm Zucker

3 EL Zitronensaft

**Zubereitung:**

Das Wasser und den Zucker in einem Topf erwärmen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Das Zuckerwasser abkühlen lassen.

Die Pfirsiche entsteinen und schälen. Die Pfirsiche im Multi mit Messer (Stufe 6, ca. 2 Minuten) ganz fein pürieren.

Wodka, Zitronensaft und pürierte Pfirsiche im Zuckerwasser verrühren.

Den Pfirsich-Limes in Flaschen abfüllen.

Mit Eiswürfeln genießen

Im Kühlschrank sechs Monate haltbar.



---

# Nudelsauce mit Zucchini, Südtiroler Schinken und Parmesan.



Foto und Rezept von Elvira Preiß  
(Nudeln wurden mit der PastaFresca gemacht und gekocht,  
Matrize Trece).

## **Zutaten** für die Nudelsauce:

Schinken (Südtiroler Speck)

Zucchini

Parmesan

Olivienöl

## **Zubereitung:**

Schinken (Südtiroler Speck) in ca 1 cm dicke Scheiben schneiden und dann im Multizerkleinerer mit der Scheibe Nr. 4 in feine Streifen schneiden.

Zucchini mit der groben Raspelscheibe.

Parmesan mit Scheibe 1 oder 2 (alternativ, wenn der Parmesan nicht zu hart ist, geht es auch mit dem Messer vom Multi).

Schinken in Olivenöl andünsten, Zucchini dazugeben.

Dann die gekochten Nudeln untermischen und zum Schluss den Parmesan. Mit Salz/Pfeffer abschmecken.

Dazu passt Salat vom Garten.

---

## Apfelkuchen für Kalorienbewusste



Rezept und Fotos zur Verfügung gestellt von Sonja Weber

bei 16 Stück nur 85 kcal pro Stück

### **Zutaten:**

ca. 10 Äpfel (938 gr. in meinem Fall)

4 Eier

120 Xucker light

100 ml Milch

140 gr.Dinkelvollkornmehl

### **Zubereitung:**

10 Äpfel (938g waren es bei mir) schälen und mit dem Multi in Scheiben schneiden.

4 Eier, 120g Xucker light mit dem Ballonschneebeisen schaumig schlagen. 100ml Milch unterrühren. Zum Schluss 140g Dinkelvollkornmehl unterheben (Spachtel oder Unterhebröhrelement).

Die Apfelscheiben unterheben. In eine 30cm Tortenform füllen und bei 175 Grad O/U 1 Stunde backen. In der Form auskühlen lassen.



---

## Haselnusspaste – Pâte praliné noisette



Rezeptanleitung

von

<http://www.lapaticesse.com/praline-noisette-haselnusspaste-rezept/136/> und von Gisela M. auf CC umgewandelt

Zum Herstellen und Aromatisieren von Cremes, Pralinen, Füllungen für Macarons und Teigen, als Brotaufstrich oder einfach um Hefezopf und Co aufzupimpen.

**Zutaten** (Menge verdoppeln oder verdreifachen, ich hatte ca. 500 gr. Haselnüsse, also 5fache Menge):

100 gr. Haselnüsse ohne harte Schale

65 gr. Zucker

15 gr. Wasser

**Zubereitung:**

Zucker und Wasser in den Kessel der CC geben. 5-10 Minuten stehen lassen, damit der Zucker sich schon etwas lösen kann.



Zuckerwasser erhitzen: Temperatur auf 118 Grad stellen, kein Röhrelement, Rührintervallstufe 3



Wenn der Zuckersirup 118°C erreicht hat, die Haselnüsse in den Topf geben und das Kochröhrelement einsetzen und sofort mit Rühren (Rührintervall 1) beginnen. Der Zucker kristallisiert wieder aus bzw. wird weiß. Weiter rühren lassen, damit sich unten keine braunes

Karamell bilden kann und das Karamell nicht verbrennen kann und bitter wird.



Hat das Karamell eine schöne braune Farbe, gebt ihr die karamellisierten Haselnüsse sofort auf Backpapier oder eine Silikonmatte. Die Haselnüsse mit zwei Gabeln in einer Schicht verteilen. Auskühlen lassen.



Nun Multi mit Messer aufsetzen und die karamellisierten Haselnüsse zu einer glatten Paste verarbeiten. Bitte nicht den Multi zu sehr überfüllen, er könnte kaputt gehen. Ich hatte insgesamt ca. 5fache Menge gemacht und habe es auf 2 Ladungen aufgeteilt.



Bis die Paste erstellt ist, dauert es etwas. Ich habe meistens bei Stufe 1 rühren lassen, bin dann auf Stufe 2 hochgegangen, habe nach ein paar Minuten eine Pause eingelegt, damit das Öl austreten kann und der Multi sich abkühlen kann. Wenn ich wieder dran gedacht habe, habe ich mit der Spachtel die Nüsse vom Rand heruntersgeschoben und wieder ein paar Minuten laufen lassen.



Je länger man rühren lässt, desto mehr Öl tritt aus und desto flüssiger wird es.



---

## Erdbeermarmelade ohne Haushaltszucker



Foto und Rezept zur Verfügung gestellt von Corinna Gerbitz

### **Zutaten:**

600g Erdbeeren  
12 Datteln, entsteint  
1 Teel Agar-Agar

### **Zubereitung:**

12 Datten, entsteint, im Multi mit Messer zerkleinern.

Datteln und 600 gr. Erdbeeren in CC mit etwas Wasser kochen bis Erdbeeren zerfallen (ggf. mit Flexielement).

Pürieren mit Pürierstab.

1 Teel Agar-Agar in etwas kaltem Wasser aufgelöst dazu geben.

3 min kochen, d.h. Temperatur etwas über 100 Grad.

In saubere Gläser füllen.

Im Dampfgarer bei 80 C 15 min einkochen.

Kleine Gläser nehmen, da die Erdbeermarmelade geöffnet nicht ewig haltbar ist.