

# Tomatendip

Rezept zur Verfügung gestellt von Nicole Kühling

## **Zutaten:**

1 Glas eingelegte getrocknete Tomaten ( in Öl ), 200 gr.  
125g Sonnenblumenkerne  
100 g Tomatenmark  
20g frischer Zitronensaft  
1 Esslöffel Oregano oder auch Pizzagewürz  
30 g Olivenöl  
etwas Pfeffer ( nach Geschmack)

## **Zubereitung:**

Die Sonnenblumenkerne in einer Pfanne anrösten und nach dem Auskühlen im Multi oder der Gewürzmühle fein zerkleinern

Die getrockneten Tomaten ebenfalls kurz zerkleinern ( Multi oder klein schneiden)

Alle Zutaten ( auch das restliche Öl aus dem Glas ) in den Kessel geben und bei 5 min bei 100 Grad kochen lassen, dabei immer wieder rühren (Flexielement).

Nach dem kochen den Inhalt im Multi fein pürieren und abfüllen.

Das ganze schmeckt super auf Brot, als Pesto zu Pasta oder zu Fleisch

---

# Linsendip (orientalisch)

Rezept zur Verfügung gestellt von Nicole Kühling

Schmeckt orientalisch

## **Zutaten:**

1 Stange Lauch und/oder Zwiebel ( man kann auch noch Porree dazu geben )  
1 Knoblauchzehe  
1 große Möhre  
1 Esslöffel Tomatenmark  
250 ml Gemüsebrühe zum ablöschen  
100 bis 120 g Linsen nach Wahl dazugeben und mitkochen bis sie weich sind.

### **Zubereitung:**

Das Gemüse klein schneiden oder im Multi zerkleinern und in etwas Olivenöl andünsten.

Das Tomatenmark dazu geben und kurz mit anbraten. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und die Linsen darin weich kochen.

Das ganze wird dann gewürzt nach Geschmack.

Senf und/ oder Sambal olek

Kräutersalz, Pfeffer, evt. Chilli ( ich hab noch Garam Masala mit ran gemacht )

Senf und etwas Agavendicksaft ( wer mag )

Das ganze dann im Multi, Gewürzmühle oder einfach mit dem Triblade zu einer Paste verarbeiten.

Das ganze schmeckt super als Brotaufstrich ( ist Vegan) als Dip oder als veganes Hauptgericht (dann lässt man das pürieren einfach weg).

---

## [Falsche Leberwurst](#)



Fotos und Rezept zur Verfügung gestellt von Sti Ne

Der Multi durfte Leberwurst machen, die keine ist, aber sehr lecker ist:

**Zutaten:**

- 1 Glas Kidney Bohnen
- 1 Packung Räuchertofu
- 1 große Zwiebeln
- 1 Bund Schnittlauch
- Majoran, Rauchsatz, Piment, Pfeffer
- Speiseöl

**Zubereitung:**

Zwiebel kleinschneiden und in reichlich Öl dünsten bis sie leicht Farbe genommen haben.

Bohnen abgießen und abspülen und zusammen mit dem grob gewürfelten Tofu und den restlichen Zutaten im Multi pürieren.

Den Schnittlauch in Röllchen schneiden und nach dem Pürieren unterheben.

Lecker

---

# Zucchini-Relish



Rezept und Fotos wurde zur Verfügung gestellt von Lydia Schüler

## **Zutaten:**

1 kg Zucchini

500 g Zwiebeln

Salz

500 g Zucker

500 g Kräuteressig

3 EL Senf

Und wie oben beschrieben 20 min köcheln lassen, dann

3EL Curry

3 TL Paprika

1/2 TL Sabal Oelek

3-4 EL Mehl

## **Zubereitung:**

Zucchini und Zwiebeln mit der Trommelraffel oder dem Multi grob raspeln. Mit etwas Salz bestreuen, und im Kühlschrank ein paar Stunden oder über Nacht durchziehen lassen

Flüssigkeit abgießen.

Gemüse in den Kessel geben, mit

500 g Zucker

500 g Kräuteressig

3 EL Senf

Und wie oben beschrieben 20 min/Kochrührelement köcheln lassen, dann

3EL Curry

3 TL Paprika

1/2 TL Sambal Oelek.

Nochmal 10 min kochen lassen

Dann mit 3-4EL Mehl andicken

Heiß in Einmachgläser ( oder twist off) füllen und eine halbe Stunde einwecken...

Lecker als Grillsauce, zu kaltem Fleisch, zu frischem Brot zu Reis... Euch fällt bestimmt noch mehr ein...



# Zucchini-Chutney



Rezept und Fotos zur Verfügung gestellt von Lydia Schüler

## **Zutaten:**

1kg Zucchini  
1kg rote Gemüsepaprika  
500 g Zwiebeln  
500 ml passierte Tomaten  
500 ml Ketchup  
Knoblauch, Pfeffer, Salz  
250 ml Olivenöl  
Etwas Sambal Oelek

## **Zubereitung:**

Zucchini , Paprika und die Zwiebel mit der Trommelraffel oder dem Multi grob raspeln.

Im Kessel Tomate, Ketchup, Öl und Gewürze zum kochen bringen, Gemüse dazugeben und 30-40 min mit Stufe 1 und Kochrührelement köcheln lassen..,

Heiß in Einmachgläser ( oder twist off) füllen und eine halbe Stunde einwecken...

Lecker als Grillsauce, zu kaltem Fleisch, zu frischem Brot zu

Reis... Euch fällt bestimmt noch mehr ein...



---

## Rote Zwiebelmarmelade von Tropea – Variationen



Foto von Dagmar Möller/Töpfle + Deckele

Rezept von Dagmar Möller/und zusammengeschrieben von Claudia

Kraft

**Zutaten:**

2 Zwiebeln (700 g)

4 EL fruchtiges Olivenöl

120 ml Balsamico Essig (dunklen oder weißen – beide haben ihren Reiz)

130 g braunen Zucker

1 TL Salz

frischer Pfeffer (Dagmar verwendet eine Mischung aus sechs edlen Pfeffersorten: Langpfeffer, Urwaldpfeffer Tellicherry, Kubebenpfeffer, Urwaldpfeffer weiß, Urwaldpfeffer grün und Piment)

1 Zimtstange

2 Lorbeerblätter

2 Nelken

1 EL Soft-Cranberries

1 EL Sultaninen

**Zubereitung:**

Die Zwiebeln hobeln. Ich mache das mit Multizerkleinerer/Foodprozessor. Die geschnittenen Zwiebeln in Olivenöl kurz anschwitzen und mit Balsamico ablöschen und auch den Zucker zufügen. Mit Salz und Pfeffersorten würzen. Lorbeer, Nelken und Zimtstange am besten in ein Gewürzsäckchen geben und hinzufügen.

Bei kleiner Hitze und ohne Deckel 1 Stunde einkochen. Ich mache das in der Cooking Chef bei 100°C und Kochfunktion Stufe 2. Kurz vor Ende kommen die Sultaninen und Cranberries dazu und mit kochen lassen. Noch heiß in Schraubgläser füllen. Sie meinte immer innerhalb 2 Monate aufbrauchen. Ich habe meine im Kühlschrank stehen und hält um vieles länger ....+6 Monate.

Die Marmelade schmeckt sehr gut zu Käse und gegrilltem Fleisch. Ich war überrascht wie gut sie mir schmeckt. ☐

Ich esse sie inzwischen auch gerne zu Pulled Pork.

Die Farbe der Marmelade variiert immer da die Zwiebeln einmal heller und einmal dunkler sind.

Rezept zur Verfügung gestellt von Carmen Müller

ergibt 1 Glas

**Zutaten:**

300 g rote Zwiebeln, geviertelt  
40 g Gelierzucker  
25 g Rohrzucker  
1 Esslöffel Honig  
90 g dunkler Balsamicoessig  
10 g weisser Balsamicoessig  
1 Blatt Lorbeerblatt  
1/2 Teelöffel Salz  
20 g Rosinen  
15 g Olivenöl

### **Zubereitung:**

Die roten Zwiebeln schälen und im Multi mit Messer schreddern, mit den Rosinen in den Topf geben, anschließend Olivenöl hinzufügen. 10min dünsten.

Alle anderen Zutaten zufügen und 45 min. 100Grad kochen (Kochrührelement). Das Lorbeerblatt entfernen. Alles in ein Marmeladenglas füllen.

Haltbar bis zu 6 Monaten im Kühlschrank.

**Eine tolle Sammlung mit weiteren Tropea-Rezepten findet ihr auf [diesem Blog](http://toepfle-und-decke.de/cipolle-rossa-di-tropea)**

**<http://toepfle-und-decke.de/cipolle-rossa-di-tropea>**

---

## **[Avocadomousse](#)**



Foto Gisela M. (rechts unten sieht man den Avocadodip ☐ )

Rezept aus Alta scuola di cucina 1/2016 und von Gisela M. vom Italienischen ins Deutsche übersetzt

**Zutaten:**

- 1 Avocado
- 1 kleine weiße Zwiebel
- 1/2 Limette
- Salz und etwas getrocknete Peperoni

**Zubereitung:**

In Multizerkleinerer mit Messer die in groben Stücken zerkleinerte weiße Zwiebel geben und zerkleinern.

Geschälte Avocado, Limettensaft, Salz und eine Prise Chillischoten zu einer glatten Creme vermischen.

---

**Nudelsalat mit Pasta fresca,  
schwarzen Kichererbsen,  
gerösteten Tomaten, Zucchini**

# und Minze



Foto Gisela M.

Rezept aus Alta scuola di cucina 1/2016 und von Gisela M. vom Italienischen ins Deutsche übersetzt

## **Zutaten:**

350 gr. Pasta fresca (Anmerkung: Ich hatte Teig aus 100 gr. Mehl, 150 gr. Semola und 90 ml Wasser)

150 gr. schwarze Kichererbsen eingeweicht eine Nacht (Anmerkung: 75 gr. langen m. E. auch/Alternativ ggf. schwarze Oliven)

150 gr. Datteltomaten (Anmerkung: besser 300 gr., die schmecken so unglaublich süß und lecker)

300 gr. Zucchini

frische Minze

Olivenöl extra vergine

Salz/Pfeffer

## *Avocadomousse:*

1 Avocado

1 kleine weiße Zwiebel

1/2 Limette

Salz und etwas getrocknete Peperoni

## **Zubereitung:**

Eingeweichte Kichererbsen mit Wasser spülen für ca. zwei Stunden in Wasser kochen, bis sie weich sind. 10 Minuten vor

Ende salzen. Abgiessen und abkühlen lassen.



Nudeln mit Pasta fresca herstellen (ich hatte die Matritze "Conchiglia")

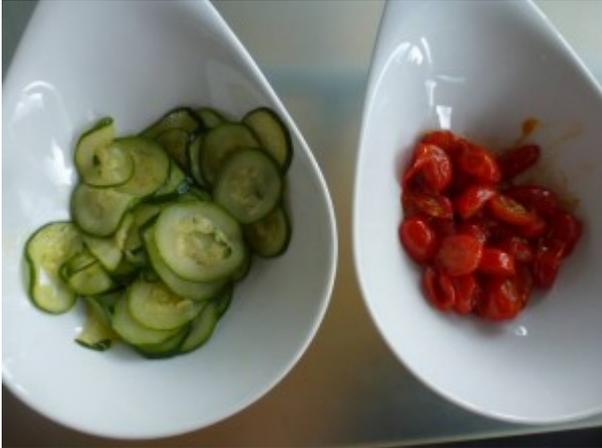


Zucchini waschen/putzen und mit dünner Schneidscheibe vom Multi durchlaufen lassen.



Kessel mit Kochröhrelement einsetzen, 3 TL Öl einfüllen, 120 Grad/Intervall 2, Zucchini einfüllen und Timer auf 5-6 Minuten

stellen. Herausnehmen und abkühlen lassen.



Tomaten in Mitte durchschneiden. Tomaten in den Kessel mit 1 TL Öl geben, Timer auf 4 Minuten stellen. Abkühlen lassen.

Nudeln in kochenden Salzwasser geben und al dente kochen. Abschrecken .

Alle Zutaten für Nudelsalat mischen, mit etwas Öl/Salz/Pfeffer mischen und etwas Minze in Streifen zugeben. Mind. 10 Minuten durchziehen lassen.

#### *Avocadocreme:*

In Multizerkleinerer mit Messer die in groben Stücken zerkleinerte weiße Zwiebel geben und zerkleinern.

Geschälte Avocado, Limettensaft, Salz und eine Prise Chillischoten zu einer glatten Creme vermischen.

Pastasalat zusammen mit der Avocadocreme servieren. Ggf. über Pastasalat auch noch etwas Limettensaft träufeln.



*Tipp: Langt ca. für 3 Portionen. Für Parties am besten gleich die doppelte oder dreifache Menge machen. Die Kenwood schafft das ☐*

Und wenn ihr am nächsten Tag noch Reste übrig habt und nicht wieder das gleiche essen wollt: Mischt unter die Reste einfach Rucola, Salz/Pfeffer/Balsamico und Öl... und schon habt ihr einen wunderbaren Sommersalat.

[www.cookingchef-Freun.de](http://www.cookingchef-Freun.de)

---

## Jungzwiebelaufstrich

## Frühlingszwiebelaufstrich



Rezept und Foto von Claudia Kraft

### **Zutaten:**

1 Becher Frischkäse

2 EL Rahm/Sahne

Salz, Pfeffer

2 Stück Jungzwiebeln/Frühlingszwiebel (wird mir mit Multi zu fein)

Der Dip passt sehr gut zu in der CC gedämpften Maiskolben (der Mais ist aber nicht LC).

### **Zubereitung:**

Alles bis auf Jungzwiebeln im Multi mit Messer mixen, die Jungzwiebeln zugeben. Fertig.

*Tipp Claudia Kraft: mit etwas Blätterteig zu Fingerfood und Partysnack verarbeiten:*

*Blätterteig mit Schinken belegt, Jungzwiebel Aufstrich u Kräutersalz drauf, einrollen, Scheiben abschneiden u in Muffinförmchen geben. Backen, fertig!*



---

## Thunfischaufstrich Thunfischcreme low carb



Rezept und Fotos von Claudia Kraft

**Zutaten:**

1 Dose Thunfisch

1 Becher Frischkäse

1 El Sauerrahm /Schmand

Etwas Supenpaste, Salz, Pfeffer

1 Spritzer Worchester Sauce

1 Tl Mayonaise

**Zubereitung:**

Alles im Multi mit Messer zerkleinern. Fertig.