

# Mango Fruchtgummi



Foto und Rezept von Claudia Kraft

## **Zutaten:**

2 frische Mango

Saft einer halben Zitrone

1,5 TL Agar Agar

## **Zubereitung:**

2 Reife Mango schälen und im Multi oder Blender pürieren.

Saft einer 1/2 Zitrone

1,5Tl Agar Agar

Alles min. 2 min bei 100 Grad mit dem Flexi rühren und aufkochen. Nicht kürzer.

Die Dosierung von Agar Agar hängt von der Marke ab. Ebenso die Gelierfähigkeit. Manche sollen fischig schmecken, dann mit Sirup arbeiten.

Wenn die Festigkeit nicht gegeben ist einfach nach dem erkalten nochmals aufkochen und etwas Agar Agar hinzufügen.

Achtung. Es geliert erst wenn es 2-3h gekühlt wurde.

Daher nicht vorher Agar Agar erhöhen. Umso öfter aufgekocht wird, umso eher verliert es frischen Geschmack der Mango.



---

## Einkorn-Zimt-Minis



Rezeptidee von: [urkorn.blog](http://urkorn.blog) und von Claudia Balicki auf Kenwood umgesetzt.

### **Zutaten:**

160 g Einkorn Vollkornmehl (bzw. Einkorn-Körner, mit der Getreidemühle gemahlen)  
1 TL Weinsteinbackpulver  
1 Prise Salz  
50 Butter  
45 g Vollrohrzucker  
1 TL Vanille Zucker  
1-2 TL Zimt  
60 ml Buttermilch

### **Zubereitung:**

Backofen auf 175 Grad vorheizen (ich habe Umluft genommen)

Flexi einspannen und die Butter in CC/G mit Zucker und Vanillezucker schmelzen. Zum Knethaken wechseln, restl. Zutaten zugeben und auf min. verrühren, dann auf 1 zu einer homogenen, nicht klebrigen Masse verkneten. Der Teig ist sofort bearbeitbar, muss nicht gekühlt werden. Zwischen 2 Backpapieren ziemlich dünn ausrollen. Mit 1 Eßl. geschmolzene Butter und Zimt dünn auf

dem Teig verstreichen. (Reichte bei mir für doppelte Teigmenge, aber hängt ja davon ab, wie man es mag). Mit einem Teigrädchen oder Messer in kleine Rauten schneiden. Oder, (Tip von [Jana Rühle](#)), mit einer Ausstechmatte Figuren ausstechen. Ich hatte mich für kleine Rauten entschieden, da diese gesunde Leckerei in meinem Müsli sollte 😊 ☐. Wobei die als Knabbereien durchgehen.



Mit dem Backpapier aufs Blech und 8-10 Minuten backen.

ACHTUNG! werden schnell dunkel, weil die dünn sind. Wenn dir ausgekühlt sind, an den Sollbruchstellen zerbrechen. Ich habe die dann noch einen Tag an der Luft richtig austrocknen lassen (warmes Wetter genützt) und sind jetzt in einer Dose verschlossen.



---

# Colomba pasquale – Ostertaube – original italienisches Rezept



Rezept von hier  
<http://www.ilcrudoeilcotto.it/2015/03/23/colomba-a-lievitazione-naturale-di-raffaele-pignataro/> und von Marion Müller und Gisela Martin aus dem Italienischen übersetzt.

*Achtung: Vorbereitungsdauer ca. 24 Stunden, danach sollte der Kuchen noch ein paar Tage reifen bis zum Anschnitt*

Anmerkung:

Statt K-Haken geht auch alles mit dem Knethaken. Dann braucht man nicht tauschen.

Macht man mehrere kleine Tauben ist die Ofentemperatur zu niedrig. Dann besser 180°C nehmen und deutlich kürzer backen. Die Colomba pasquale sind sehr, sehr süß. Besser Zucker reduzieren oder teilweise gegen weniger Süßes wie z.B. Erythrit tauschen.

**Zutaten:**

**Zutaten für die Glasur:**

- 55 g geschälte Mandeln
- 25 g geschälte Haselnüsse
- 200 Gramm Puderzucker

- 20 Gramm Maismehl oder Polentamehl
- 20 Gramm 00 Mehl Type 00 (alternativ 405er Mehl)
- 20 Gramm Kartoffelstärke
- 80 Gramm Eiweiß

#### **Zutaten für den aromatischen Mix:**

- 15 gr Honig (empfohlen Millefiori)
- 25 g kandierte Orange
- Vanillemark von einer Schote
- 1 geriebene Orangenschale

#### **Zutaten für den ersten Teig:**

- 190 gr Lievito madre (gut reif und verdoppelt)
  - 200 gr Wasser
- 140 gr. Kristallzucker
- 170 gr Eigelb
- 470 Gramm 380W Mehl (alternativ würde ich 550er Mehl oder Manitobamehl nehmen)
- 2 gr Salz
- 130 gr Butter

#### **Zutaten für den zweiten Teig:**

- 150 gr. 380W Mehl (alternativ 550er Mehl oder Manitoba)
- 40 gr Wasser
- 6 gr Malz
- 120 gr. Kristallzucker
- 140 gr Eigelb
- 10 g Kakaobutter
- 15 gr. Milchpulver
- 40 g aromatischer Mix (siehe oben)
- 120 Gramm Butter
- 50 g geschmolzene Butter
- 4 Gramm Salz

#### **Anmerkungen:**

– Das Malz ist nicht ersetzbar: Malz enthält ENZYME, Honig nicht. Man kann Malz in Pulverform oder auch den Sirup verwenden. Empfehlenswert ist der von von Weizen oder Gerste, ich rate von Reismalz ab. Wenn ihr das Malz nicht findet, macht euch nicht verrückt Dann lasst diese Zutat einfach weg und fertig.

– Kakaobutter kann mit weißer Schokolade (gerieben oder geschmolzen) ersetzt werden, aber es ist nicht das Gleiche. Auch hier ist es ok, wenn man die Zutat nicht zugibt. Sie ist ein Verbesserer, aber man kann wetermachen, wenn man es nicht hat.

– Milchpulver kann nicht durch anderes ersetzt werden. Auch hier handelt es sich um einen natürlichen Verbesserer, lasst es weg, wenn ihr es nicht zuhause habt und findet. Und Achtung. Milchpulver ist nicht das, was man für Babies verwendet.

– Kandierte Früchte: Das Vorhandensein von kandierten Früchten hat den praktischen Grund, dass es in den folgenden Tagen/Wochen Feuchtigkeit zum fertigen Produkt freisetzt. Wenn du Orange nicht magst, kann man etwas anderes benutzen, was du willst (mit dem gleichen Gewicht wie im Rezept), aber versucht etwas "Nasses" zu verwenden, z.B. getrocknete Preiselbeeren, dann in heißem Wasser und dann gut ausgedrückt, kandierter Ingwer, Aprikosen oder kandierte Pfirsiche etc.

Wenn ihr nur Schokoladendrops verwendet, wird die Taube später etwas trocken. Wenn ihr Schokoladentropfen verwendet, denkt daran sie für mindestens 24 Stunden bis zum Moment des Gebrauchs im TK-Fach zu lagern, sonst schmelzen sie, sobald dem Teig zugefügt werden.

Zutaten für: 2200 Gramm Teig

Schwierigkeitsgrad: Schwierig

Vorbereitung: 30 + 30 Minuten zzgl. Ruhepausen

Verlauf: 12 + 6 Stunden  
Backzeit: 50-60 Minuten  
Gesamtdauer: ca. 24 Stunden.

## **Zubereitung:**

### **Glasur (wird mindestens 12 Stunden vorher zubereitet)**

- Im Multizerkleinerer mit dem Messer alle Zutaten außer dem Eiweiß zugeben und mixen.
- Alles fein mischen, aber nicht zu lange, um zu verhindern, dass Mandeln und Haselnüsse Öle freisetzen. Die erhaltene Masse sollte nicht zu dünn sein, sondern etwas rau bleiben.
- Jetzt alles in eine Schüssel geben und das Eiweiß zugeben und mit einem Spatel gut vermischen. Es kann sein, dass man mehr Eiweiß zufügen muss, um die richtige Konsistenz zu erreichen (gewünscht ist die Konsistenz wie von einer dicken Soße bzw. Vanillepudding).
- Bedeckt die Schüssel mit Folie und gebt sie in den Kühlschrank. Bitte erst wieder aus dem Kühlschrank nehmen, bevor der Teig der Taube in der Form zum Aufgehen ist (ca. 4-6 Stunden vor Gebrauch).

### **Vorteig**

- Den Zucker im Wasser gründlich auflösen.
- Diesen Sirup aus Wasser und Zucker in die Schüssel mit K-Haken geben. Den Lievito madre in Stücken zugeben und bei mittlere bis hoher Geschwindigkeit rühren, bis sich ein leichter Schaum bildet und der Sauerteig sich leicht auflöst.
- Fügt das Mehl auf einmal zu und knetet bei niedriger Geschwindigkeit, um einen ziemlich festen Teig zu erhalten (anfangs ist der Teig klumpig). Für ein paar Minuten weiter kneten lassen, bis der Teig elastisch ist. Wenn die Maschine sich zu sehr anstrengen muss, vom K-Haken zum Knethaken



wechseln.

- Jetzt werden die Eigelbe hinzugefügt, idealerweise in drei Chargen. Immer erst die nächste Portion zugeben, wenn die vorherige vollständig absorbiert wurde.
- Wenn das Eigelb verarbeitet wurde, wieder zum K-Haken wechseln und weiterkneten, der Teig soll sich von der Schüssel lösen.
- Fügt jetzt die sehr weiche Butter zu, auch hier in drei Portionen.
- Salz hinzufügen, erneut 30 Sekunden kneten und dann stoppen.
- Den Teig in einen Behälter mit geraden Kanten geben, der groß genug ist, um das dreifache Volumen aufzunehmen. Zerdrückt den Teig gut und markiert die Teighöhe mit einem Aufkleber. Behälter mit Folie oder Deckel verschließen.

Der Teig soll sich nun bei ca. 26 Grad verdreifachen.

ACHTUNG: Wenn man den Teig in eine Schüssel gibt, wird man nicht herausfinden können, ab wann er sich verdreifacht hat, da die Schüssel unten schmaler ist als in der Mitte. Für diesen Fall entfernt man eine kleine Teigkugel und legt sie in ein Glas an gleicher Stelle bei 26 Grad (Sobald die Kugel im Glas verdreifacht ist, ist auch der Teig in der Schüssel bereit – Das nennt man die "Spionmethode").

### **Hauptteig**

- Nachdem der Teig sich verdreifacht hat, stellt man den ganzen Behälter mit Teig für mind. eine halbe Stunde, besser noch eine ganze Stunde, in den Kühlschrank.
- In der Zwischenzeit das Eigelb (am besten kalt aus dem Kühlschrank) sehr gut mit dem Zucker vermischen (Flexielement), bis der Zucker sich aufgelöst hat. Das Eigelb muss nicht aufgeschlagen werden.

◦Nachdem der Teig gut abgekühlt ist, kommt er in die Schüssel der Knetmaschine in der Reihenfolge wie hier beschrieben:  
Das Mehl vermischt mit dem Milchpulver und dem Malz, das Wasser und der Vorteig und mit dem Knethaken für 10 Minuten bei minimaler Geschwindigkeit kneten. Dann die Geschwindigkeit leicht erhöhen.

◦Es kann passieren, dass sich der Teig nicht vollständig von der Schüssel löst und es immer etwas am Boden hängen bleibt. In diesem Fall kann es helfen nach 4-5 Minuten zum K-Haken zu wechseln. Wenn der Teig glatt wird, kann man wieder zum Knethaken wechseln.

Nun wird die Mischung aus Eiern und Zucker zugegeben, idealerweise auf drei Portionen aufgeteilt. Sobald eine Portion aufgenommen wurde und der Teig wieder glatt ist, kommt die nächste Portion.

◦Nun wird die Kakaobutter hinzugefügt, bis sie aufgenommen wurde, dann der Aromamix.

Jetzt wird die cremige Butter zugefügt, wie zuvor in drei Portionen (und erst wenn eine aufgenommen ist, kommt die nächste...)

Nun kommt die flüssige Butter (lauwarm!) zum Teig, man giesst sie in einem Stahl sehr langsam ein. Passt auf, dass sie gut vom Teig aufgenommen wird.

◦Nun kommt das Salz dazu und man knetet weiter für eine Minute.

◦Die kandierten Früchte sollten nun besser von Hand hinzugefügt werden, um ein Reißen des Teigs zu vermeiden.

◦ Kippt den Teig nun auf einen Tisch und lasst ihn ohne Abdeckung für 45 Minuten an der Luft ruhen.

◦ Der Teig wird nun in die Stückanzahl geteilt, in der man Tauben backen möchte. Dann jedes Stück in zwei gleiche Teile

teilen (z. B. für eine 1-kg-Taube macht man zwei Stück à 500 gr.). man rollt den Teig auf und lässt ihn unbedeckt für 30 Minuten ausruhen.

- Nach dem Ausruhen, rollte man jedes Stück zu einer Knackwurst auf und legt es in die Taubenkuchenform. Zuerst in die Flügel, dann in die Körper, dann drückt man den Teig ganz leicht an.

- Bedeckt die Kuchenform nun mit Folie und lässt sie bei 26 ° -28 ° bis zu 2 cm unter dem Rand aufgehen.

- Bedeckt sie nun mit der Glasur, indem ihr einen Spritzbeutel benutzt. Dekoriert den Taubenschwanz mit Zucker und Mandeln, und bestreut alles reichlich mit Puderzucker. Gebt die Tauben für 50-60 Minuten in den auf 165 Grad vorgeheizten Backofen (für 1-kg-Tauben. Sind die Tauben kleiner, dann niedrigere Backdauer).

- Nach ca. 2/3 der Backzeit, d. h. nach ca. 40 Minuten, führt ein Thermometer in die Mitte der Taube (parallel zur Form), punktiert sozusagen das Herz und misst die Temperatur. Sobald diese bei 94 Grad ankommt, ist die Taube gekocht. Jetzt für mindestens 6 Stunden abkühlen lassen (aufgespiesst mit Stricknadeln oder speziellen Eisen am Boden der Form und dann umgedreht).

- Nach sechs Stunden abkühlen lassen für weitere sechs Stunden in normaler Position abkühlen lassen. Danach kann man sie in Tüten für Lebensmittel abpacken (vorher ggf. noch mit ein paar Tropfen Likör besprüht).

Schließt die Tüten sehr gut und wartet mindestens 3-4 Tage bevor sie gegessen wird (falls möglich :-), damit die Aromen sich entwickeln können.

Guten Appetit! Diese Taube habt ihr euch nach der vielen Arbeit echt verdient!

---

# Chili Salbe



Bilder und Rezept auf CC geschrieben von Claudia Kraft (Rezept von Smarticular)

## **Zutaten**

100 ml hochwertiges Pflanzenöl (Sonnenblume, Raps, Olive)  
10-12 g Bienenwachs (Alternative: 5-6 g Carnaubawachs)  
25-30 g frische Chili oder 10-15 g getrocknete Chili  
10-15 Tropfen ätherisches Öl mit schmerzlindernder und durchblutungsfördernder Wirkung, zum Beispiel Thymian, Rosmarin, Eukalyptus, Latschenkiefer

Ich habe einen Öl Auszug gemacht, in dem ich die getrockneten Chilis zuerst in der GM gemahlen habe (geht auch im Mörser) und im Olivenöl auf 70-80 C erhitzt habe und 45min auf Kochstufe 3 mit der CC laufen lies. Wenn ihr frische Chili Schoten verwendet zuerst säubern und zerkleinern (dafür Handschuhe anziehen). Ihr könnt den Öl Auszug auch mit einem Schraubglas und 2-6 Wochen Wartezeit machen. Mindestens einmal am Tag leicht schütteln, um Schimmelbildung zu vermeiden.

Das fertige Chili-Öl zum Filtern durch ein Tuch oder einen Kaffeefilter gießen.

## **Zubereitung**

Zum Chili-Öl das Wachs und ggf. Lanolin dazu geben, dabei mit

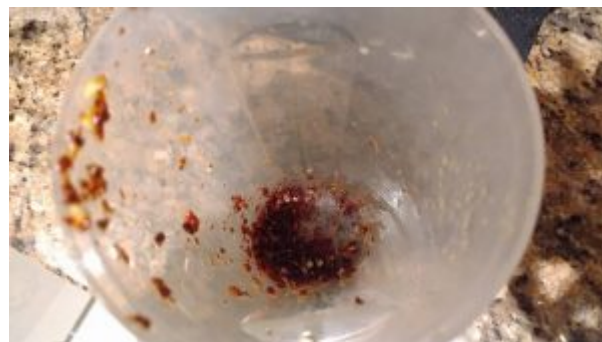
einem sauberen Holz- oder Glasstäbchen umrühren, bis alles geschmolzen ist. Flexi geht sicher auch, wollte ich aber dafür nicht verwenden.

Ein paar Tropfen auf einem Teller geben und kalt werden lassen und prüfen, ob die richtige Konsistenz erreicht ist. Falls die Salbe nicht fest genug ist, etwas mehr Wachs hinzugeben oder im umgekehrten Fall etwas Öl nachgießen, wieder umrühren und erneut testen.

Wenn die Konsistenz passt, die fertige Salbe in desinfizierte Tiegel abfüllen.

Beim Abkühlen 10-15 Tropfen ätherisches Öl hinzugeben und unterrühren.

Ich habe Eukalyptus dazu gegeben.



#### Anwendung:

gut bei akuten Beschwerden ein- bis zweimal am Tag auf die entsprechenden Stellen auftragen. Weil das Chili auch die Haut reizt, Anwendung nicht zu oft wiederholen. Nicht für Schwangere und Kinder geeignet.

---

# Vanilleessenz   Orangenessenz Zitronenessenz   Minzessenz



Fotos und Rezept zur Verfügung gestellt von Claudia Kraft

## **Zutaten:**

1 kleine Glasflasche a 125ml  
1,5 Stück frische Vanilleschoten  
Wodka

bzw. für andere Essenzen anstelle der Vanille:  
Bio Orange u Bio Zitrone, Minzblätter

## **Zubereitung:**

Vanilleschoten der Länge nach Aufschneiden und mit Wodka auffüllen.

Mind 1x pro Woche schütteln.  
Dosierung immer nur einen Schuß.  
Sollte zwei Wochen stehen.

Für andere Essenzen:

Anstelle der Vanilleschoten Schale von einer Zitrone oder Orange (dünn mit Sparschäler geschält) in die Flasche geben und mit Wodka füllen. Orange und Zitrone passt gut zu Fisch, Kuchen oder Plätzchen.



---

## Glühweinglee



Rezept und Foto zur Verfügung gestellt von Claudia Kraft

### **Zutaten:**

700ml Rotwein

300ml Orangensaft (ich habe frisch gepressten genommen, z.B. mit Zitruspresse, Slowjuicer, Entsafter)

Glühweingewürz, 1 Beutel bzw. 1 grosse Zimtstange, 4-6 Nelken, 1-2 Sternanis

1kg Gelierzucker 1:1

### **Zubereitung:**

Rotwein mit Glühweingewürz (Gewürzen in beliebiger Menge) in einem Teebeutel oder lose erwärmen, d.h. ca. Temperatur 90 Grad – nicht kochen und ziehen lassen.

Nach ca. 5 min Temperatur ausschalten und stehen lassen bis es kühl ist. Gewürze entfernen und Orangensaft und Gelierzucker dazu geben.

Unter ständigem Rühren sprudelnd aufkochen (dh. Temperatur 105 Grad einstellen). Gelierprobe auf einem kalten Teller machen und noch heiß in Gläser abfüllen.

---



# Orangenmarmelade

Rezept zur Verfügung gestellt von Tracey Berkemann

## **Zutaten:**

750ml Wasser

6 Orangen (Bitterorangen), ca 900g

1 Zitrone

900g Gelierzucker

## **Zubereitung:**

Wasser in die Schüssel geben und den Dampfeinsatz einsetzen. Orangen und Zitrone einfüllen. Temp. auf 120C stellen und 40 Min. dämpfen.

Dampfeinsatz rausnehmen und die Früchte ca. 20-30 Min. abkühlen lassen. Das Wasser zur Seite stellen.

Sobald die Früchte händelbar sind, halbieren und das Fruchtfleisch, Kerne und weisse Haut entfernen und zu dem Dampfwater geben. Temperatur auf 120C stellen und 15 Min. kochen lassen (auf 100C reduzieren, falls es droht überzukochen). Die Schale der Früchte zur Seite legen und trocknen lassen.

Die Flüssigkeit abseihen und soviel Fruchtfleisch etc. durchdrücken wie möglich.

Die Orangen- und Zitronenschale klein mahlen (Gewürzmühle oder Multi), oder in Streifen schneiden.

Das abgekochte „Orangenwasser“ in der Schüssel abwiegen und mit Wasser auf 750g auffüllen. Zucker und Schale hinzufügen. Temperatur wieder auf 120C stellen und 12 Min. bei langsamen kontinuierlichen Rühren (minimum) kochen. Temperatur auf 100C reduzieren und weitere 18 Min. kochen, etwas schneller rühren (Geschwindigkeit 1).

Gelierprobe machen. Ca. 10 Min. abkühlen lassen und abfüllen.

---

## Magenbrot



Fotos und Rezept zur Verfügung gestellt von Sylvia Angermann

### **Zutaten:**

#### *Teig:*

500 g Mehl (im Originalrezept Typ 1050); ich habe normales und Dinkelvollkornmehl genommen

Ca. 12 g Backpulver (3/4 Päckchen)

170 g Zucker

1/2 TL Nelkenpulver

2 EL Kakao

1 EL Zimt

2 EL Lebkuchengewürz

2 Prisen Muskat

2 Prisen Salz

1 EL Kirschwasser

300 ml Wasser

#### *Glasur:*

100 g Blockschokolade

20 g Butter

2 EL Kakao

300 g Puderzucker

70-80 g Wasser (erst 70g, dann evtl. etwas zugeben)

### **Zubereitung:**

*Teig:*

Mit dem Knethaken zu einem festen Teig kneten.

1-2 cm dick ausrollen, bei 180°C/0-U, mittlere Schiene 20 Minuten backen.



Aus Zucker Puderzucker herstellen.



Den ausgekühlten Teig in Stücke schneiden.



*Glasur:*

Alles zusammen mit Flexirührelement bei 40-50°C rühren, bis alles geschmolzen ist. (Zwischendrin mit Spatel umrühren, falls Schokolade am Boden klebt)

Stücke am besten von einem Kind mit Glasur einpinseln lassen



# Cassis Balsamico / Schwarze Johannisbeer Balsamico



Fotos und Rezept zur Verfügung gestellt von Claudia Kraft

## **Zutaten:**

500 g schwarze Johannisbeeren/Cassis

100 g Zucker

1 Prise Meersalz

500 ml Balsamicoessig weiß

1 Stange Zimt

5 Nelken

5 Körner Piment

## **Zubereitung:**



Johannisbeeren waschen und mit Zucker vermischen und etwas mit der Gabel zerdrücken.





1h stehen lassen, dann mit allen Zutaten vermischen und mit Flexielement leicht aufkochen.



15min köcheln lassen. Ich habe die Masse nur durch ein feines Sieb gegossen. Mulltuch geht auch. Beerenpresse war mir der Aufwand nicht wert, da es recht gut verkocht wurde.



# 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:**

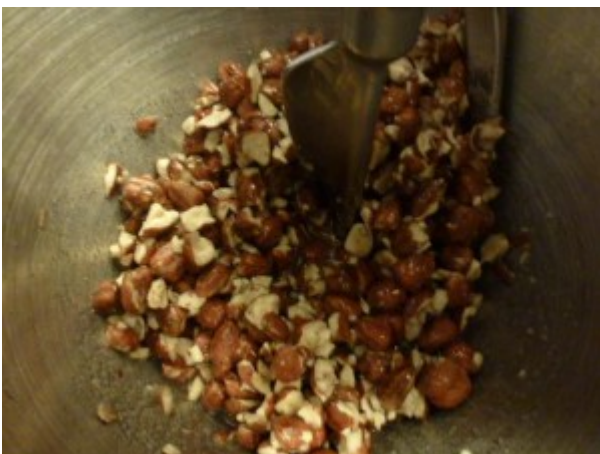
Zucker und Wasser in den Kessel der CC geben. 5-10 Minuten stehen lassen, damit der Zucker sich schon etwas lösen kann.



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



Wenn der Zuckersirup 118°C erreicht hat, die Haselnüsse in den Topf geben und das Kochrührelement 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 heruntergeschoben und wieder ein paar Minuten laufen lassen.



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

