

# Knoblauchpaste – Variationen



Foto Linda Peter/Rezept Nr. 1

## 1. Rezept zur Verfügung gestellt von Linda Peter

### Zutaten:

400 gr. Knoblauch  
250 gr. Raps- oder Sonnenblumenöl  
1-2 TL grobes Meersalz  
etwas Zitronensaft oder Weißwein

### Zubereitung:

Alles in Blender geben und mixen. Im Blender verbindet sich das Öl sehr gut mit dem Knoblauch.

## 2. Rezept Knoblauchpaste (nach Rikky Bohaumilitzky, ausprobiert von Claudia Kraft)



Fotos Claudia Kraft/Rezept Nr. 2

### Zutaten:

3 Knollen Knoblauch

60ml Olivenöl

1/4 Tl Meersalz

1 Messerspitze Zitronen- oder Scorbinsäure

### **Zubereitung:**

Alles in den Multizerkleinerer mit Messer und ein paar mal pulsen. Im Glas ist doppelte Menge.

Kann für Salate, Fleisch, Fisch usw verwendet werden und hält gekühlt einige Zeit im Kühlschrank. In der Gewürzmühle würde ich es nicht machen, da es eigentlich mit obenliegenden Messerantrieb gemacht werden sollte.



### **Verwendung:**

*Kann für Salate, Fleisch, Fisch, Knoblauchbrot (z.B. mit Petersilie) usw. verwendet werden. Überall wo Knoblauch rein kommt, ohne dass man extra klein schneiden muss.*

---

# Geriebene Orangenschale Zitronenschale



Fotos und Anleitung von Katharina Karner

## **Zutaten:**

unbenötigte Bioorangenschalen bzw. Biozitronenschalen

## **Zubereitung:**

Zitronen (und Orangen) mit dem Sparschäler schälen, ein paar Tagen trocknen lassen bis sie richtig gut trocken sind.



Dann in der kleinen Gewürzmühle zu Pulver mahlen. Es duftet herrlich nach Zitrone und Orange, und ich habe es weder mit Zucker noch Salz versetzt, so bin ich flexibel ob ich es in süße Teige oder pikante Saucen geben möchte.



*Alternativetipp Andreas Paasch:*

*Ich vakuumiere die Zesten, dann werden sie eingefroren. So behalten sie den natürlich frischen Geschmack. Beim Trocknen gehen viele ätherische Öle verloren.*

---

## Frucht-Balsamico-Essig Orangenbalsamico



Foto und Rezept zur Verfügung gestellt von Elvira Preiß

**Zutaten:**

Ca 500 Gramm Früchte (Himbeere, Bio-Orangen (wer mag mit Schale), Heidelbeeren...)

2 Flaschen weißer Balsamicoessig (z.B. von Aldi)

300 bis 500 Gramm Zucker ( je nach Geschmack)

**Zubereitung:**

Die Früchte klein schneiden und 2 bis 3 Tage in dem Balsamico einlegen.

Abseihen und die Früchte noch durch den Passieraufsatz ( flotte Lotte) geben.

Alles zusammen dann mit dem Zucker aufkochen (CC, Temperatur ca. 110 Grad, Rührintervall 3) und heiß in Flaschen abfüllen.

Haltbarkeit: Mindestens ein halbes Jahr.



*Tipp Elvira Preiß:*

*Geht auch mit Himbeeren und Basilikumblättern oder Himbeer mit Holunderblüten. Der Fantasie ist keine Grenze gesetzt.*

---

## Ingwer-Zitronen Sirup gegen Husten und Halsschmerzen – Variationen



Fotos von Eva Frengel/Rezept Nr. 1

## 1.Rezept von Eva Frengel in Anlehnung an ihr altes TM-Rezept auf CC umgeschrieben

### Zutaten:

180gr Ingwer frisch

3 Bio-Zitronen

300gr Zucker oder Honig

600gr Wasser

### Zubereitung:

180gr Ingwer im Multi mit Messereinsatz zerkleinern und in den Cooking Chef Topf umfüllen.



3 Bio Zitronen säubern und halbieren (bzw. vierteln, siehe Tipp unten)

300gr Zucker oder Honig (siehe Tipp unten) und

600gr Wasser mit in den Topf geben.

Koch-Rührelement einsetzen und 20-25' bei 100Grad Rührintervallstufe 2 köcheln lassen (ohne Abdeckung)





Anschliessend abseiern und den heissen Saft in Flaschen füllen.

Bei mir ergab die genannte Zutatenmenge 3x250ml und 1x100ml Flasche und hatte noch was übrig (ist immer auch abhängig von der Grösse und dem Saftgehalt der Zitronen)

Tipp: zu Beginn des Rührvorgangs harkte das Rührelement kurz da meine Zitronen etwas gross wohl waren-entweder beim nächsten Mal vierteln oder kleinere nehmen) Das Kochrührelement hat den Vorteil das die Zitronen während des Rührens schon immer etwas ausgedrückt werden.

Die Konsistenz ist eher wie ein Saft nicht so sehr ein Sirup.

Wenn das Rezept mit Honig zubereitet wird, dann alles wie beschrieben machen aber den Honig nicht mit aufkochen lassen. Dann den Saft/Sirup auf 40Grad!!! abkühlen lassen und dann den Honig mit unterrühren. Wer es besonders gesund machen möchte kann dazu auch Manuka Honig nehmen.

Schön einen EL mit in den Tee geben und wieder gesund werden...

## **2. Rezept Zitronen-Ingwer-Sirup zur Verfügung gestellt von Conny Opp**

### **Zutaten:**

1 Liter Wasser



1 kg Zucker  
100 gr. Ingwer  
8 Zitronen  
1 Bund Minze

**Zubereitung:**

1 Liter Wasser  
1 kg Zucker Flexielement einspannen und zum Kochen bringen, bis sich der Zucker aufgelöst hat.  
100 gr. Ingwer schälen und 10 Minuten mitköcheln lassen.

8 Zitronen, davon der Abrieb und den Saft, beifügen wenn sich die Flüssigkeit etwas abgekühlt hat

1 Bund Minze (ca. 80 gr. oder nach Geschmack) beifügen und über Nacht abgedeckt stehen lassen.

Am nächsten Tag noch einmal kurz aufkochen, abseihen und sofort in ausgekochte Flaschen füllen.

Kurz auf den Kopf stellen und nach dem Abkühlen mit Mineralwasser und im Sekt genießen.

---

## Sweet-Chili-Sosse



Foto von Marianne Heiss

Rezept von Chefkoch.de und von Marianne Heiss auf CC umgewandelt

Ergibt 250 ml

**Zutaten:**

2 Chili

1 Tl Salz

180ml Wasser

120g Zucker

60ml Essig

3 Knoblauchzehen

1 EL Stärke mit etwas Wasser

**Zubereitung:**

Alles von Chili bis Knoblauchzehen mixen (Multi) und etwa 3 Minuten kochen (in CC mit Flexi und etwas über 100 Grad/Rührintervall).

1 EL Stärke mit Wasser anrühren, und die Masse mischen und 1 Minute kochen lassen. Abfüllen. Fertig

---

# Sambal Oelek



Foto von Marianne Heiss

Rezept von Chefkoch.de und von Marianne Heiss auf CC umgewandelt

## **Zutaten:**

200g Chilis  
250ml Wasser  
1Tl Salz  
1Tl Zucker  
1EL Essig  
1TL Öl

## **Zubereitung:**

Alles im Multi zerkleinern und 15 Minuten in CC mit Flexi/Rührintervall 1 köcheln lassen, anschliessend pürieren (Blender oder Pürierstab).

Wer will kann auch noch etwas mit Tomatenmark strecken...

---

# Baconsalz



Rezept und Foto zur Verfügung gestellt von Maren Grau-Soumana Mayaki

## **Zutaten:**

150 gr Bacon, Frühstücksspeck  
250 gr grobes Salz  
1 gehäufter TL geräuchertes Paprika

## **Zubereitung:**

Den Bacon in der Pfanne oder im Ofen gut ausbacken, bis das Fett ausgetreten ist. Gut auf Küchentrepp abtropfen lassen. (gerne an der Luft 2-3 Tage trocknen lassen).

Nun den Speck klein schneiden und mit der P Taste in der Gewürzmühle in kurzen Stößen klein mahlen.

Nun das grobe Meersalz und das geräucherte Paprika hinzugeben und erneut in kurzen stoßen mit der P Taste in der Gewürzmühle mahlen.

Wer die doppelte Menge machen möchte, kann dieses Baconsalz auch im Multi zubereiten.

Nun eventuell das Salz noch mal durchtrocknen lassen, hübsch

verpacken und verschenken.

---

## 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 Kräuternessig

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...



---

## Salatwürze



Rezept und Foto zur Verfügung gestellt von Doris Ostermann

### **Zutaten:**

2 Stangen Lauch

1 Bund Stangensellerie

1 Bund Jungzwiebeln/Frühlingszwiebeln

1kg Karotten

500 gr. Paprika

Etwas Petersilie, Liebstöckl und Schnittlauch (nur per Hand grob zerkleinert)

Schnittlauch mit Schere klein gemacht )  
3 Knödel Knoblauch (3er-Netz)  
6 rote Minichili (halbiert )

**Zubereitung:**

Alles im Multi zerkleinert  
Alles mit Scheibe Nr. 2 gemacht.

Knoblauch, Paprika und Lauch mit Nr. 4. Ich würde aber das nächste Mal auch für den Stangensellerie Nr. 4 nehmen.

Dann alles im Ofen auf ca. 80 Grad getrocknet bis alles trocken war. Dabei einen Kochlöffel zwischen Rohr und Tür einklemmen, damit der Dampf entweichen und die Würze optimal trocknen kann (in etwa 8h).

Dann im Blender zu Pulver zerkleinert.

Zum Abschmecken noch etwas Salz und Pfeffer dazu...fertig!

Wir lieben diese Salatwürze zu alles Salaten. Nur noch Essig und Öl dazu ☺