

Letscho alla Giselle



Fotos Gisela M.

Zutaten:

500 gr. Zwiebeln

1000 gr. Paprika in verschiedenen Farben

1000 gr. Zucchini

1 Dose Tomaten mit Stücken oder frische Tomaten

Peperoni nach Belieben

etwas Tomatenketchup

Salz/Pfeffer/Paprikapulver (Achtung, wer Peperoni zugegeben hat, kann sich den Pfeffer und die Paprika ggf. sparen)

Kräuter, was vorhanden ist

ggf. ein Klecks Sahne

Etwas Öl

Zubereitung:

Zwiebeln/Zucchini/Paprika/Peperoni mit dem Würfleraufsatz würfeln.

Etwas Öl in CC geben, Kochröhrelement einsetzen, 140 Grad, Rührintervall 1 und Zwiebeln zugeben und glasig andünsten.

Paprika/Peperoni/Zucchini/Tomaten/Ketchup zugeben, ca. 100 Grad, 20 Minuten.

Nach Bedarf etwas Sahne und Gewürze/Kräuter zugeben. Fertig.



Kartoffelstampf mediterran



Foto und Rezept von Dagmar Möller/Töpfle und Deckele

Dieses Rezept und mehr findet ihr auch hier: [Töpfle und Deckele](#)

Zubereitung:

- 1 kg festkochende Kartoffeln
- 4 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Bund Basilikum
- 100 g getrocknete, in Öl eingelegte Tomaten (evtl. paar schwarze Oliven)
- 50 g Pinienkerne

Olivenöl
etwas Zitronensaft
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen.
Schalotten und Knoblauch fein würfeln. Basilikumblätter und Tomaten hacken. Pinienkerne ohne Öl anrösten.

Etwas Olivenöl erhitzen, Schalotten und Knoblauch glasig dünsten.

Wenn die Kartoffeln gar sind – abgießen, alle Zutaten zugeben und mit dem K-Haken vermischen. So viel Olivenöl zufügen wie erforderlich.

Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Grünkern-Puffer



Foto und Rezept zur Verfügung gestellt von melestti
(ca. 8 – 10 Stück)

Zutaten:

1 Zwiebel
150 g Grünkernschrot
2 Eier
300 ml Gemüsebrühe
Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Die Zwiebeln würfeln und in der Kochschüssel mit dem Flexi bei 140 °C glasig dünsten.

Die Gemüsebrühe zugeben und aufkochen lassen. Den Grünkernschrot in die kochende Brühe geben, kurz aufkochen lassen. Die Temperatur zurückstellen (ca. 70 °C) und weiter mit Rührintervallstufe 3 10 Minuten quellen lassen. Die beiden Eier und die Gewürze einrühren und zu einer festen Masse verrühren.

In einer beschichteten Pfanne mit wenig Öl Puffer von beiden Seiten ausbacken.

Die Grünkernpuffer lassen sich sehr vielfältig abwandeln. Ich habe sie mit kleingehackter Petersilie gemacht. Man kann aber auch Karotten, Zucchini, andere Kräuter (Basilikum, Rosmarin,...) nach Belieben, Käse, Pinien- oder Sonnenblumenkerne mit in die Masse geben.

Dazu gab es bei uns einen Kräuterquark

Zucchini-Pancakes



Rezept und Foto von Dagmar Möller/[Töpfle und Deckele](#)

Zutaten:

1 kleines Ei
50 g Ricotta
30 g Dinkelmehl
2 kleine, junge und feste Zucchini
ggf. Blüten
Salz
etwas Parmesan
Olivenöl

Zubereitung:

Zucchini grob raspeln (Multi oder Trommelraffel) und mit einem Tuch trocken tupfen.

Ei, Salz und Ricotta verquirlen. Parmesan reiben und mit dem Mehl unter die Ricotta-Masse mischen (K-Haken)

Geraspelte und getrocknete Zucchini untermischen bis eine homogene Masse entstanden ist.

Nun in der Pfanne bei mittlerer Hitze ausbacken. Dazu mit einem Eßlöffel kleine Häufchen in die Pfanne setzen und etwas flach drücken.

Sie sind fertig wenn sie sich etwas aufgebläht haben.

Pur oder mit einer Limetten-Joghurt-Sauce genießen.

Herzhafter Krautbraten



Rezept von Steffi Grauer, Fotos von Alexandra Böhm
Das Originalrezept und viele weitere Rezepte für Allergiker
gibt es hier: [Herzhafter Krautbraten](#)

Zutaten:

150 gr. Risottoreis
1 Zwiebel
1 EL Olivenöl
1 EL Ghee
2 EL heller Essig, z. B. Balsamico
350 ml heiße Gemüsebrühe
360 gr. Sauerkraut mit Flüssigkeit
1 TL Kreuzkümmel
2-3 Prisen Salz
2 Prisen Pfeffer
3 Prisen Paprika edelsüß
4 Eier
200 gr. saure Sahne
50 gr. Parmesan gerieben (z.B mit Multi)

150 gr. Käse gerieben (z.B. mit Multi)

Sonstiges:

Kastenform ca. 30 cm Länge

Fett und Paniermehl für die Form

Zubereitung:

Die Zwiebel putzen und klein schneiden.

Das Flexielement einsetzen. Ghee, Olivenöl, Kreuzkümmel, Zwiebeln in den Rührtopf geben. Bei 140°C, Intervallstufe 3 für 5 Minuten ohne Spritzschutz garen.

Alle Zutaten bereitstellen und abmessen, Gemüsebrühe erhitzen.

Reis in die Schüssel geben und für 2 Minuten auf 120°C auf Intervallstufe 2 glasig braten.

Maschine mit den gleichen Einstellungen weiterlaufen lassen, Essig dazugeben und etwas verdunsten lassen. Cooking Chef weiterlaufen lassen und das Sauerkraut dazugeben. Danach die Brühe dazugeben.

Auf 100°C, Intervallstufe 2 und 20 Minuten einstellen und starten. Sollte der Reis nach 20 Minuten nicht komplett gar sein, ist das nicht schlimm. Er gart im Ofen fertig.

Flexielement herausnehmen und in die Rührschüssel legen, wird noch gebraucht. Schüssel aus der Cooking Chef nehmen und beiseite stellen.

Kastenform fetten und Semmelbrösel an allen Seiten verteilen, beiseite stellen.

Käse und Parmesan im Multi, Scheibe Nr. 3 reiben. Etwas Käse (ca. 50 gr.) zur Seite legen, der später zum Bestreuen gebraucht wird. Das Messer in den Multi-Zerkleinerer einsetzen und dann Eier, saure Sahne, Gewürze, zu dem Käse im Multi geben. Multi-Zerkleinerer aufsetzen und auf Stufe 3 für ca. halbe Minute laufen lassen.

Eimasse zum Kraut-Risotto geben (das Kraut-Risotto könnte man übrigens auch so essen), Flexihaken und Rührschüssel wieder einsetzen. Alle gut verrühren lassen. Dazu Spritzschutz aufsetzen und auf Stufe 1 für 15 – 20 Sekunden laufen lassen.

Die Masse in die Kastenform füllen und glatt streichen. Noch den restlichen Käse darüber verteilen.

Die Form in den Ofen schieben und bei 160°C Umluft für circa 50 Minuten goldbraun backen und herausnehmen.

Nach dem Backen den Krautbraten in der Form für circa 10 – 15 Minuten ruhen lassen. Erst dann stürzen! Eventuell den Rand mit einem Messer leicht lösen.

Den Krautbraten mit der Käseseite nach oben auf eine Platte oder Brett legen und in Scheiben schneiden.

Schmeckt warm und kalt.



Foto Alexandra Böhm



Foto Gisela M.

Tipp: Zwiebel schneiden mit Würfelschneider

Tipp von Ingrid Schmunk/FB-Gruppe Backen und Kochen mit Kenwood:

Zwiebel würfel ich gerne in größeren Mengen auf Vorrat mit dem Würfelschneider. Die Gefriertüte stelle ich in eine Schüssel und ziehe den Rand der Tüte über den Auswurf des Würflers. Danach friere ich die Zwiebeln ein und habe eine Menge Arbeit z.B. für Zwiebelgulasch gespart.

Mit Suppengrün mache ich das genauso und verarbeite immer 3-4 Bund auf einmal. Auch Petersilie geht gut durch den Würfler. So hat man immer frisches Suppengrün im Haus.

Mozzarella selber herstellen



Rezept und Fotos von Manu Beeken

Zutaten:

1l frische Milch, mind. 3,5% Fett

1 TL Salz

1 EL Essigessenz

Zubereitung:

Die Milch zusammen mit dem Salz aufkochen in der Schüssel der CC mit dem Flexi aufkochen.

Temperatur ausstellen, den Essig reingeben und umrühren.

Eine Schüssel, darauf ein Sieb stellen und 1 sauberes Geschirrtuch oder wie ich den Nussbeutel, dann die Milchmischung da hineingießen und drehen bis ein Ball entstanden ist und so lassen, dann wieder in die Molke legen und in der Molke auskühlen lassen.

Fertig



Vor 1 Std. hergestellt, dann auf dem Balkon auskühlen lassen!

Tipp:

Bei Bedarf kann man da auch Kräuter hineingeben, dann hat man Kräutermozzarella!

Krautsalat mit Ananas in Sahnedressing



Rezept und Foto von Carmen Müller

Zutaten:

1 Weißkohl
4 Schalotten
1 Dose Ananasstücke
 $\frac{1}{2}$ -1 rote Paprika
100 g Salatmayonnaise oder selbstgemachte Mayo
125 g Buttermilch
1-2 EL Weißweinessig
Saft von $\frac{1}{2}$ Zitrone
Salz, Pfeffer (frisch gemahlen)

Zubereitung:

Den Weißkohl mit der Trommelraffel, Multi oder Schnitzelwerk mit der feinen oder groben Schneidscheibe in Raspeln zerlegen. Ich nehme die dicke Schneidescheibe von der Trommelraffel, mit der Dünnen wird es uns zu fein. Das ist aber Geschmackssache.

Die Schalotten häuten und einmal längs halbieren und mit der feinen Schneidscheibe durchgeben.

Die Paprika putzen und vierteln. Ebenfalls mit der feinen Schneidscheibe (hochkant hineingeben) durchlassen.

Die Ananasstücke abgießen (Saft auffangen). Die Stücke nochmals mit dem Messer halbieren oder dritteln. Ich nehme auf ca. 1 kg Weißkohl 1 mittlere Dose Ananas.

Die Mayo, Buttermilch, Essig, Zitrone, etwas Ananassaft, Salz und Pfeffer in die Gewürzmühle geben und kurz durchmixen. Es klappt aber auch in einer Schüssel mit einem Schneebesen. Wenn die Konsistenz zu fest ist, je nach Geschmack mit Ananassaft oder Milch verdünnen.

Mindestens 2 Stunden durchziehen lassen, gerne auch über Nacht. Vor dem Servieren nochmals abschmecken, evtl. nachwürzen. Gutes Gelingen!

Spargel-Erdbeer-Salat mit Dijonsenf-Hollandaise



Foto Gisela M.

Rezept von Elisabeth Opel, <http://www.elisabeth-opel.de/>

Für 4 Personen:

Zutaten:

Für den Salat:

Ca. 800g grüner Spargel

3 EL Erdbeer-Balsam-Essig (Bei Backkonzepten erhältlich)

1 Zwiebel, in Würfel geschnitten

100ml Olivenöl

3 EL Spargelfond (Kochfond vom grünen Spargel)

1 Bund Schnittlauch

1 Schuss Zitronensaft

1 EL Butter

100g Erdbeeren, gewaschen und klein geschnitten

Salz und Zucker

Für die Dijonsenf-Hollandaise:

100ml Weißwein

1 Prise Zucker

4 Eigelbe

250g flüssige, nicht heiße Butter

1 Schuss Zitronensaft

1 Schuss Worcestersoße

1 TL grober, körniger Dijon Senf

schwarzer Pfeffer und Salz aus der Mühle

Zubereitung:

Spargelsalat:

Den grünen Spargel schälen und halbieren. Die CC Schüssel mit 500ml Wasser, Salz und Zucker füllen und auf 100°C erhitzen. Den Spargel gar kochen, herausnehmen und in Eiswasser abschrecken.

Aus Erdbeer-Balsam-Essig, Zwiebelwürfel, Olivenöl, Spargelfond und Zitronensaft eine Vinaigrette verrühren und mit Salz abschmecken (z.B. in Gewürzmühle). Den Spargel darin marinieren und mit geschnittenem Schnittlauch und den Erdbeeren abrunden.

Hollandaise:

Den Ballonschneebesen einetzen, die Eigelbe, Weißwein und Zucker auf Rührstufe 4 mit einer Temperatureinstellung von 78 °C ca. 2 Minute zu einem festen Schaum schlagen. Ohne weitere Zufuhr von Hitze die Butter erst langsam (tröpfchenweise), dann schneller in die Eiermasse einrühren, sodass eine gleichmäßige Sauce entsteht. Mit Salz, Pfeffer, Worcestersauce, Zitronensaft und Senf abschmecken. Die Hollandaise zum Spargelsalat reichen.

Für die Nicht-Vegetarier ggf. noch eine Scheibe Parmaschinken anrichten.

Tipp: Die Cooking Chef schaltet zur Ihrer Sicherheit automatisch bei Temperaturen über 60 °C von maximaler Rühr-Geschwindigkeit auf minimale Rühr-Geschwindigkeit um. Dies können Sie umgehen, wenn Sie die Impulsstufe „P“ gedrückt halten.

Linsen Dal mit Kokosmilch und Zucchini-Sesam-Crunch



Foto von Bet Ty

Rezept von Elisabeth Opel, <http://www.elisabeth-opel.de/>

Für 4 Personen

Zutaten:

Linsen Dal:

2 EL Rapsöl

2 Schalotten, geschält und in Würfel geschnitten

1 Knoblauchzehe, geschält und fein gehackt

150g rote Linsen

500 ml Geflügelfond

2 Karotten, geschält, in Würfel geschnitten

200 ml Kokosmilch

3 Stangen Frühlingslauch, in Ringe geschnitten

20 g Ingwer

1 Zitrone, Abrieb

1 Pr. Kreuzkümmel

1 Chilischote

Salz

Raz el hanout

Zucchini-Sesam-Crunch:

2 St. Zucchini

4 EL Kichererbsenmehl

4 EL Sesam

200ml Rapsöl zum Ausbacken

Salz

Zubereitung Linsen Dal:

Die Cooking Chef auf 140°C mit dem Koch-Rührelement einstellen. Das Öl hineingeben und die Schalotten und den Knoblauch 5 Minuten anschwitzen. Die Linsen zugeben und mit dem Fond aufgießen. Karotten und Kokosmilch zugeben, auf 100°C zurückschalten und 20 Minuten kochen lassen. Dabei den Spritzschutz verwenden. Die restlichen Zutaten zugeben und abschmecken.

Zubereitung Zucchini-Sesam-Crunch:

Die Zucchini waschen, die Enden entfernen und dünne Streifen mit Hilfe eines Sparschälers von den Zucchini schälen. Das Kerngehäuse übrig lassen und entfernen. Die „Zucchini Bandnudeln“ mit 3 Prisen Salz würzen und 5 Min. ziehen lassen, bis die Zucchini weich wird.

Die Streifen sehr gut ausdrücken und das Wasser wegschütten. Die „Bandnudeln“ zuerst mit Sesam, dann mit dem Kichererbsenmehl vermengen. Das Öl in die Schüssel füllen und auf 140°C erhitzen. Den Knethaken verwenden. Sobald das Öl heiß ist, die Zucchini Streifen locker in das Öl geben und knusprig hellbraun ausbacken. Auf einem Teller mit Zewa abtropfen lassen.