

Erdbeermarmelade ohne Haushaltszucker



Foto und Rezept zur Verfügung gestellt von Corinna Gerbitz

Zutaten:

600g Erdbeeren
12 Datten, 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.

Mafalde mit Ente und Datteljoghurt



Foto Dagmar Möller/Töpfle + Deckele

Mehr Rezepte von Dagmar findet ihr auch hier: [Töpfle und Deckele](#)

Bei dem Rezept handelt es sich um eine Anleitung in Anlehnung an ein Rezept von Alfons Schubeck

Für 2 Personen

Datteljoghurt

Zutaten:

4 Datteln

2 EL Mandelkerne mit Cranberry+Sesam, grob gehackt

100 g griechischer Joghurt

2 EL Geflügelbrühe

etwas Zitronensaft

etwas Orangenabrieb

Chiliflocken, Meersalz, Pfeffer

Zubereitung:

Alle Zutaten in Gewürzmühle vermischen, ggf. nochmal abschmecken und ab in den Kühlschrank

Ente

Zutaten:

400 gr. Entenbrust

Puderzucker

150 ml Rotwein

1 Schuss Portwein

Stärkemehlbutter

Ingwer/Knoblauch/Kräutermischung

Zubereitung:

400 g Entenbrust parieren und grob würfeln, Haut klein würfeln. Haut in der Pfanne auslassen, im Ofen warm halten. Entenwürfel kurz anbraten, im Ofen bei 70 Grad 15 min gar ziehen lassen. Pfanne mit Puderzucker bestäuben, karamellisieren mit 150 ml Rotwein und ein Schuß Portwein ablöschen und einkochen lassen. Mit Stärkemehlbutter aufmontieren. je 1 Scheibe Ingwer + Knoblauch, 1 Prise Kräutermischung (Majoran, Kümmel, Koriander, Kakao, Orangenschalen, Pfeffer im Mörser zermahlen) in die Sauce geben, 3 Min. ziehen lassen und wieder abseihen. Entenfond von den Würfeln dazugeben, wieder reduzieren. Entenwürfel in dem sehr reduzierten Saucenfond schwenken.)

Pasta/Pastasauce

Zutaten:

frische Pasta, [Matrize Mafalde](#)

150 ml Geflügelfond

ital. Kräutermischung

Butter

Schnittlauch

Zubereitung:

Eiermafalde wie gewohnt herstellen... al dente kochen, abtropfen 150 ml Geflügelfond aufkochen, ital. Kräutermischung

zufügen, Nudeln darin nochmal erhitzen und Flüssigkeit fast verdampfen lassen. Mit Butter und Schnittlauchdurchschwenken.
– fertig. Nudeln anrichten, Ente + Hautwürfel darüber geben, dekorieren. Datteljoghurt dazu reichen.

Dattelpralinen



Foto Claudia Balicki

Zutaten:

80 gr. Datteln
50 gr. Chiasamen
1,5 TL Backkakao

Zubereitung:

80 g Datteln im warmen Wasser einweichen (ca. 1 Stunde). 50 g Chiasamen, 30 g gem. Mandeln, 1,5 Teelöffel Backkakao. Alles zusammen im Multizerkleinerer (OHNE das Einweichwasser der Datteln) zu einer klebrigen Masse verarbeiten. Geht sehr schnell.

Dann zu Kugeln formen.

Ich habe einen Teil in gem. Mandeln gewälzt um eine andere
"Farbe" zu erzielen 😊



Foto Corinna Gerbitz, Variante Corinna G.: Zu den 200 g Datteln, dem Kakao und 75 g Mandeln bin ich mit den restlichen 125g sehr flexibel, alles was da ist, wird verwendet: Chia, Sesam, Mohn, Kürbiskern, Pollen, div Nüsse. Immer sehr lecker. Mittlerweile gebe ich erst alles außer den Datteln in den Multi und dann die Datteln ohne einzuweichen (zzgl. falls benötigt etwas Wasser).

[Orientalische Gewürzprinten](#)



Foto und Rezept zur Verfügung gestellt von Kirsten Marx

Zutaten:

150 g Ahornsirup

70 g braunen Zucker

50 g Butter

50 g Datteln ohne Stein

Angeriebene Schale von 1/2 Bio-Orange

Je 1 TL gem. Zimt, Nelke, Kardamom und Anis

1 Ei

100 g Grümmel-Kandis

325 g Mehl, evt. mehr

1 Tl Backpulver

(Bei mir kam noch etwas geriebener Ingwer dazu)

1 Eigelb

diverse halbierte Nüsse nach Belieben

Zubereitung:

Teig in der CC mit dem K-Haken verknetet.

Direkt zwischen Frischhaltefolie ca.

1/2 cm dick ausrollen, Rauten ausschneiden.

Rauten mit verrührten Eigelb bestreichen und mit den Nusshälften dekorieren, bei 180 Grad, O/U, 10 min backen.

Fruchtriegel



Foto und Rezept zur Verfügung gestellt von Barbie Steber

Diesmal habe ich folgende Mischungen gemacht, aber es geht jegliche Kombination...

Zutaten:

Cranberrie -Schoko-Mandel:

200 g Datteln

200 g Cranberries

200 g Mandeln

Ca. 1 EL Kakao

Ca. 1 EL Schokodrops

Mango-Kokos-Ingwer:

200 g Datteln

200 g getrocknete Mango

200 g Cashewnüsse

20 g Kokosflocken

1 EL Kandierten Ingwer

Apfel-Aprikosen-Walnuss:

200 g Datteln

100 g Apfelfringe
100 g getrocknete Aprikosen
200 g Walnüsse
Etwas Zimt

Oblaten

Zubereitung:

Jeweils gleiche Menge an Datteln, getrockneten Früchten und Nüssen im Multizerkleinerer mit dem Messer so lange zerkleinern, bis eine klebrige Masse entstanden ist.

Tipp von Sabine Zorba : Man kann die Masse auch wunderbar durch den Fleischwolf lassen .

Das Ganze streiche ich dann auf eckige Oblaten, noch eine oben drauf, lege sie in eine eckige Form, beschwere sie von oben und stelle sie für ein paar Stunden in den Kühlschrank.

Danach schneiden und im Kühlschrank aufbewahren.

Couscoussalat Couscous Salat – Variationen



Fotos Gisela M.

1. Rezept von Rezeptwelt und von Gisela M auf CC umgewandelt

Zutaten:

250 gr. Couscous

500 ml Gemüsebrühe (ich hatte selbstgemachten Suppengrundstock)

Für den Würfler:

1 Salatgurke geschält

500 gr. Tomaten

200 gr. Feta

150 gr. Datteln entkernt (lt. Originalrezept, habe ich weggelassen)

Zutaten können variiert werden, Paprika, Karotten, Avocado, Erdbeeren... Einfach nehmen was zuhause ist und Lust und Laune macht...

Für die Gewürzmühle:

2 Knoblauchzehen

1 Bund Minze (ich hatte Pfefferminze)

1 Bund Petersilie

6 EL Olivenöl

1 ausgepresste Zitrone

0,5 TL Pfeffer

1 TL Salz

Zubereitung:

Gemüsebrühe zum Kochen bringen und in großer Schüssel übergießen, abkühlen lassen.

Würflerzutaten direkt in die Schüssel zu dem Couscous würfeln. Die Tomaten werden stückig, verlieren einiges an Saft, da soll auch in die Schüssel.

Feta kam im Würfler eher als Fetacreme raus, was ich gut fand. Wer das nicht mag, würfelt den Feta von Hand.

Gewürzmühlenzutaten in Gewürzmühle geben und mixen. Ebenfalls in Schüssel zu restlichen Zutaten geben.

1 x umrühren, fertig.

Resteverwertung:

Sollte etwas übrig bleiben, ein Ei und ein EL Speisestärke zugeben und als vegetarische Burger herausbraten.



2. Rezept zur Verfügung gestellt von Kathrin Ebert



Foto Kathrin Ebert

Zutaten:

450g Wasser

1-2 TL Gewürzpaste, alternativ Gemüsebrühe

1 TL Salz

300g Couscous
Karotten
Paprika
getrocknete Tomaten
Gurke
Radieschen
Minze
Petersilie
Zitronensaft
Pfeffer

Zubereitung:

Wasser, Gemüsepaste und Salz in die Kochschüssel der CC geben und 5 Minuten / 100 Grad aufkochen.



300g Couscous zugeben und quellen lassen, dazu CC ausschalten.

In der Zwischenzeit die verschiedenen, grob gewürfelten Gemüse und Kräuter im Multi zerkleinern, kann ruhig stückig sein.



Das zerkleinerte Gemüse zu dem bereits gequollenen Couscous

zugeben und mit einem Spatel gut vermischen.

Zum Schluss mit Zitronensaft, Pfeffer und Salz abschmecken.



Wer möchte kann diesen Salat gerne abwandeln mit Cherry-Tomaten, Mais, Feta oder auch zum Anfang in der Brühe Tomatenmark schon zugeben, einfach seinem eigenen Geschmack anpassen. Ich habe Couscous auch lange Zeit nicht angerührt, weil ich dachte es wäre langweilig 😊 ☐



Schokoladentrüffel Dattel-Nuss-Trüffel mit Rosenwasser

Rezept von Stefan Dadarski

Zutaten für 20-25 Trüffel:

150 g getrocknete Datteln ohne Stein

100 g Walnusskerne

50 g dunkle Schokolade, 70 % Kakaogehalt

3-4 EL Rosenblütenwasser

$\frac{1}{2}$ TL Vanillepulver

1 Prise Kardamompulver

fein geriebene Schokolade

Pralinenförmchen

Zubehör: Multizerkleinerer mit Flügelmesser

Zubereitung:

Datteln, Nüsse und Schokolade im Multizerkleinerer fein hacken.

Mit Rosenblütenwasser, Vanille und Kardamom aromatisieren. Sollte die Masse nicht gut binden, etwas mehr Rosenblütenwasser hinzufügen.

Aus der Masse mit einem kleinen Eisportionierer Kugeln abstechen, in der geriebenen Schokolade drehen und in die Pralinenförmchen setzen. Statt der Datteln schmecken auch getrocknete Feigen oder Aprikosen. Das Rosenblütenwasser lässt sich durch Orangenblütenwasser ersetzen.

Tipp von Stefan: Anstatt die Trüffel in Schokoladenpulver zu wälzen funktioniert auch Kakaopulver, Kakaopulver mit einem Zimtanteil oder komplett in temperierter Schokolade wälzen und über einem Gitter abrollen. Einfach mal was ausprobieren und Sie werden begeistert sein.

Dattel-Chilli-Dip



Foto und Rezept von Carmen Müller

Zutaten:

80 g Datteln
1/2 Bund Frühlingszwiebeln
1/2 – 1 Chillischote
1 Becher Schmand
200 g Frischkäse Natur
1 Prise Salz

Zubereitung:

Datteln in den Multi geben und zerhacken und umfüllen. Frühlingszwiebeln und Chillischote in den Multi geben und zerhäckseln. Restliche Zutaten inkl. Datteln dazugeben und häckseln. Fertig!

Ich habe entsteinte Datteln von der Obsttheke genommen.