

Griechischer Salat



Rezept

von

<http://www.kenwoodworld.com/de-de/kenwood-rezeptwelt/rezepte/spiralschneider-rezepte/griechischer-spiralsalat>

Zutaten:

2 Gurken

1 grüne Paprika

Eine halbe rote Zwiebel (geschält)

8 Cherrytomaten

50 g schwarze, entkernte Oliven

50 g Feta

Dressing

4 EL Rapsöl

3 EL weißer Balsamicoessig

1 EL Oregano

1 EL Kapern (hatte ich nicht)

Salz und Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung:

Die Gurken mit dem Pappardelle–Aufsatzes zu Spiralen schneiden und in eine Schüssel geben.

Der Pappardelleaufsatz ist dieser:



Paprika und Zwiebel in 3 mm dicke Scheiben schneiden.

Kirschtomaten halbieren, Fetakäse würfeln. Kapern zugeben (hatte ich nicht).

Alles in Schüssel vermengen.

Zutaten für das Dressing entweder von Hand zusammenmischen oder in der Gewürzmühle.



Das Dressing über den Salat gießen und die Marinade ca. 30

Minuten lang bei Raumtemperatur einziehen lassen, bevor serviert wird.

Variante:

So sieht es aus, wenn man den 2er Einsatz zum Spiralisieren verwendet:



Türkische Pide – Variationen



Fotos und Rezept zur Verfügung gestellt von Aldona Led/Rezept 1

Rezept Nr. 1 von Aldona Led

Für 6 Stücke

Zutaten:

Teig:

300 g Mehl

1 Pck Trockenhefe

1 Tl Salz

5 El Olivenöl

Ca. 250 ml lauwarme Wasser (wenn der Teig knusprig sein soll, dann zur Hälfte mit Milch, dann wird es ein bisschen weicher)

Belag Hackfleischmasse :

300 g Hackfleisch (ggf. mit Fleischwolf gewolft)

Petersilie

1 rote Paprika

2 Zwiebel

2 Knoblauch

2 El Tomatenmark oder Paprikamark

2 Tomaten

Salz , Pfeffer , Paprikapulver

Peperoni

Zusätzlich nach Belieben: Peperoni, Tomaten, Salami, Mozzarella, Feta...

Zum Bestreichen:

Ei

flüssige Butter

Zubereitung:

Im Kessel mit Knethaken einen geschmeidigen Teig herstellen und ca. 45 Minuten in der CC bei 38 Grad gehen lassen, bis das Volumen sich deutlich erhöht hat.

Die Zutaten für die Hackfleischmasse mit dem K-Haken zusammenrühren.

Den Teig nochmal durchkneten und 6 kleine Kugeln formen. Diese zu einer Zunge ausrollen (ggf. mit Pastawalze) und mit der

Hackfleischmasse belegen.

Bei Ober-/Unterhitze backen 180 Grad für 30 -35 min

Gleich nach dem Backen den Teig mit Butter bestreichen.



Rezept Nr. 2 von Hülya Braun

Zutaten:

Teig

ca.150 ml Sprudel

150 ml lauwarme Milch

1/2 Würfel Hefe

1 Prise Zucker

900 g Weizenmehl

1 TL Salz

2 EL 3,5% Naturjoghurt

2 EL Sonnenblumenöl

Füllung

500 gr Hackfleisch

2-3 Zwiebel

Jeweils rote und grüne Spitzpaprika

1-2 gehackte Tomaten

Gehackte Petersilie nach Wunsch

1-2 Esslöffel Tomatenmark

und/oder Paprikamark

2 Esslöffel Margarine (damit sich Hackfleisch beim Backen nicht zusammen zieht).

Gewürze nach Wahl

Ich nehme Salz Pfeffer Paprika

Bestreichen könnt ihr die Seiten mit Ei/Milchmischung.

Zutaten:

wie Rezept Nr. 1

Griechische Bratwurst



Fotos von Sä Rah

Rezept von hier <https://bbqpit.de/griechische-bratwurst/>, von Sä Rah ausprobiert und auf CC umgesetzt:

Wir haben zum Testen die Menge etwa halbiert:

Rezept für 12 Würstchen:

Zutaten:

1,2 kg durchwachsenen Schweinenacken

100 g Feta

75 g eingelegte gegrillte Paprika

6 schwarze Oliven

6 EL Magic Dust. (Rezept siehe Chefkoch.de) statt Smoking Zeus BBQ-Rub im Original-Rezept

2 Eier

3-4 m Schweinedarm 28/30 (war allerdings viel zu viel) Da wir die im Rezept vorgeschlagene Gewürzmischung nicht hatten, haben wir eine sehr gern von uns genutzte Gewürzmischung genutzt. Nicht besonders griechisch, aber sehr würzig. Ich wollte ursprünglich nach dem Testen des Bräts die griechischen Gewürze hinzugeben, aber da es uns so geschmeckt hat haben wir es gelassen.

Zubereitung:

Den Schweinenacken haben wir gewürfelt und durch den Fleischwolf gelassen.

Hierfür haben wir die mittlere Lochscheibe verwendet. Die anderen Zutaten haben wir gewürfelt und dann mit dem gewolften Fleisch und dem K-Haken vermischt.

Anschließend haben wir den Wurstfüllaufsatz dran gemacht und mit dem Wursten begonnen.

Hierfür haben wir den Darm komplett aufgezogen und am Ende einen Knoten drauf gemacht. Dann haben wir auf Stufe 3-4 das Fleisch durchlaufen lassen. Als das Fleisch komplett durchgelaufen war, haben wir die Würste auf die gewünschte Größe abgedreht.



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.

Gewürzmühlzutaten 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 😊 ☐



Gedämpfte Bohnen mit Tomatencreme und Fetakäse



Fotos Gisela Martin

Zutaten:

250 gr. Bohnen (bei höheren Mengen auf externen Dampfgarer

ausweichen)

200 gr. Tomaten

2 Knoblauchzehen

2 getrocknete Tomaten

etwas Balsamicocreme rot

2 EL Olivenöl

Salz/Pfeffer

100 gr. Fetakäse

Zubereitung:

Bohnen, waschen, säubern und im Dampfgarkorbchen ohne Röhrelement bei 110 Grad/Rührintervallstufe 3 dämpfen. Ich hatte kleine Bohnen, waren nach 17 Minuten fertig. Wenn die Bohnen dicker sind, brauchen sie ggf. ein paar Minuten länger.



Bei größerer Menge sollte man auf einen Dampfgarer ausweichen.

Tomaten waschen/halbieren in Multi mit Messer geben. Geschälten Knoblauch und getrocknete Tomaten zugeben. Etwas Balsamicocreme und Olivenöl darüber gießen. Multi laufen lassen bis zur gewünschten Konsistenz und mit Salz/Pfeffer abschmecken.

Feta würfeln und zum Großteil unter Tomatencreme rühren.

Gedämpfte Bohnen auf Platte anrichten, mit Tomatencreme bestreichen und mit restlichem Feta bestreuen.

Die Sauce ist reichlich von der Menge. Aber am besten gleich

doppelte Menge machen, die kann man auch gut bei Pasta und Co mit verwerten.

Kürbis-Quinoa-Risotto (Quinotta)



Rezept und Foto von Vol Itt zur Verfügung gestellt

Zutaten (Für 4 Personen – als Beilage)

500 g Kürbis (Hokaido oder Butternut)

2 Zwiebeln

1 Knoblauchzehe

100 g getrocknete Tomaten

3 EL Olivenöl

200 g Quinoa dreierlei (z.B. von DM)

800 ml Gemüsebrühe

150 g Feta

1 EL Zitronensaft

1 TL Paprika

Pfeffer und Salz

Zubereitung:

Den Kürbis putzen und in „multi-gerechte“ Stücke schneiden. Im Multi mit Scheibe 3 raspeln.

Zwiebeln, Knoblauch und getrocknete Tomaten im Multi oder Kräutermühle feinhacken.

Das Olivenöl in die CC-Schüssel geben und bei 140 °C, Intervallstufe 2 mit dem Flexirührelement erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Tomaten darin 3 Min. andünsten.

Das Kürbisgeschnetzelte und den gewaschenen Quinoa zugeben und bei laufendem Rührwerk ebenfalls ca. 3 min andünsten.

Den Spritzschutz aufsetzen. Den Gemüsefond zugießen. Das Risotto bei 100°C, Intervallstufe 2, ca. 20 Min. garen.

Basilikumblätter hacken. Feta zerbröseln, mit Saft und Paprika unter das Quinotta rühren. Salzen, pfeffern, mit Basilikum bestreuen und servieren.

Die Zutaten, Mengenverhältnisse und Garzeiten kann man so anpassen, wie es dem persönlichen Gusto entspricht. Guten Appetit und Glück auf!

Flammkuchen mit Kürbis



Rezept und Foto von Manuela Neumann

Zutaten:

Für den Teig:

350g Dinkelmehlvollkornmehl

6g Trockenhefe

1/2 Tl Zucker

1/2 Tl Slaz

3 Eßl Olivenöl

180-185g Wasser

Für den Belag:

1 Becher Creme fraiche leicht mit Kräutern

1 Eigelb

1/4 Hokkaido

1 rote Zwiebel

1 Pckg Feta oder Gorgonzola

1 Birne

Salz, Pfeffer

Thymianzweige

optional Schinkenwürfel

Zubereitung:

Für den Teig:

Alle Zutaten mit dem Knethaken in der Schüssel verrühren und ca. 1 Stunde an einem warmen Ort, oder bei ca. 38 Grad in der

CC, gehen lassen.

Für den Belag:

In der Zwischenzeit mit dem Multi und Scheibe 5, die Zwiebeln, die Birne und den Kürbis in Scheiben schneiden.

Für die Creme das Cremefraiche etwas würzen, einen Teil des Thymians hinzufügen und mit dem Eigelb verquirlen.

Wenn der Teig gegangen ist, mit Hilfe der Pastawalze schöne Flammkuchenzungen auswalzen.

Bei mir sind es 5 Stück geworden.

Dann die Teigzungen mit der Creme bestreichen, mit Birnen, Kürbis, Zwiebeln, zerbröckeltem Feta und den Schinkenwürfeln belegen und dem restlichen Thymian bestreuen.

Im vorgeheizten Backofen bei ca. 230 Grad bei Heißluft ca 12 Minuten backen.



Paprika-Frischkäsecreme á la Sally



Foto von Ilonka Drabik

Rezept von Sally abgewandelt auf CC von Ilonka Drabik

Zutaten:

200g Frischkäse

150g Feta

1/2 rote Paprika in groben Stücken

1 Knoblauchzehe

schwarzer Pfeffer

Rosmarin

Cayenne-Pfeffer

Zubereitung:

Alles in den Multizerkleinerer geben und mit dem Messer zerkleinern und vermischen bis die Creme die gewünschte Konsistenz hat. Fertig.

Geht superschnell und schmeckt wirklich sehr lecker.

Fetacreme mit gegrillter Paprika



Rezept und Foto von Nadine Detzel

Zutaten:

1 rote Paprika

200 g Feta (aus Kuhmilch)

200 g Frischkäse

1 TL Kräuter der Provence

1/2 TL Oregano

nach Wunsch minimal frischen Rosmarin

1 EL Olivenöl

3 Zehen Knoblauch (da sind aber kleine gemeint. Also bissl vorsichtig dosieren sonst wirds heftig)

Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Paprika halbieren und unter dem Backofengrill grillen (bis die Haut Blasen wirft und sich schwarz färbt). Aus dem Ofen holen und zum Abkühlen in einen Gefrierbeutel geben. Wenn abgekühlt die Haut abziehen. Etwas zerkleinern, Feta, Frischkäse, Olivenöl, Kräuter und Knoblauch in den Multi und klein häckseln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Ich mach die Creme immer einen Tag vorher dann kann das gut durchziehen.

Bulgur Salat



Rezept und Foto von Alexandra Müller-Ihrig
(Ernährungsberatung)

Ein sehr leckerer Party-Salat. Ich bereite ihn meist am Abend
zuvor zu, damit er gut durch gezogen ist.

Zutaten:

250 g Bulgur, mittelfein oder Instant

1 EL Gemüsebrühe

1 EL Tomatenmark

1/2 Liter Wasser, kochendes

1 Bund Lauchzwiebel(n)

1 Paprikaschote, gelb

1 Paprikaschote, rot

Tomaten

oder

1 Paprika

1/2 Gurke

1-2 Fetakäse

2 EL getrocknete Kräuter

1 EL Essig

20 ml Olivenöl

50 ml Wasser

1 Bund Petersilie, glatte

Zubereitung:
Den Bulgur mit der Gemüsebrühe mischen und in eine hitzefeste
Schüssel geben. Wasser zum Kochen bringen und über den Bulgur

gießen. Tomatenmark dazu und alles gut durchrühren. Nun quellen lassen, bis der Bulgur die Flüssigkeit aufgenommen hat. Zwischendurch umrühren und erkalten lassen. In der Zwischenzeit das Gemüse putzen und klein schneiden. Den Bulgur mit dem

Gemüse mischen und aus den restlichen Zutaten ein Salatdressing zubereiten.

Über den Bulgur gießen.

Den Fetakäse zerbröseln und die Petersilie klein zupfen.

Beidel unterrühren.

Man kann jede nach Geschmack, das Gemüse variieren.