

Geröstetes Müsli – Granola



Foto und Rezept von Gisela Martin

Zutaten:

300 g Haferflocken (bzw. Hafer mit Flockeraufsatz geflockt)

150 g Nüsse, Mandeln, Pistazien, Kürbis- oder Sonnenblumenkerne – was die Haushaltskammer so hergibt

40 g Kokoschips getrocknet (gibts bei Rossmann, alternativ Kokosflocken)

150 g Trockenfrüchte getrocknet in Stücke geschnitten nach Belieben

50 g Bananenchips

1,5 TL Zimt

8 EL Honig

Zubereitung:

Im Multizerkleinerer mit Messer die Nüsse, Mandeln etc. grob zerkleinern.

In Cooking-Chef-Schüssel Hälfte des Honig einfüllen und auf Maximaltemperatur 140 Grad stellen (wer die Gourmet hat, erhöht die Temperatur auf ca. 150/160 Grad).

Entweder K-Haken verwenden (dann bleiben die Haferflocken mehr erhalten) oder Flexi (dann werden die Flocken zerkleinert, beide Varianten haben ihren Reiz). Rührintervallstufe 2.

Haferflocken, Zimt, Kokosraspeln, Nüsse zugeben und Timer auf 20 Minuten stellen.

Nach 20 Minuten restlichen Honig und Trockenfrüchte zugeben und Timer nochmals auf 10 Minuten stellen.

Auf ein Backblech auslegen und erkalten lassen, dann in eine luftdichte Dose verpacken.

Das Rezept ist variabel, nehmt einfach das, was ihr gerade zuhause habt und was ihr gerne in einem Müsli mögt.

Das Wunderbare: Die Küche riecht nach der Müsliaktion für die nächsten Stunden wunderbar nach Zimt und Honig. Ich liebe es!

Börek Variationen



Rezept und Fotos von Hülya Braun

Rezept 1 mit der Nudelwalze von Hülya Braun

genauso dünn wie von Hand gemacht

Zutaten:

Für den *Teig*:

300 ml Sprudel

600 Gramm Mehl

50 ml Öl

1 TL Salz
1 p. Trocken Hefe
50 ml lauwarmes Wasser
1 TL Zucker oder Honig

Für die Füllung:

500 gr Spinat
300 gr Schafskäse
2 Zwiebeln

Zubereitung:

Die Hefe in 50 ml lauwarmes Wasser mit Honig lösen

CC auf 30 Grad stellen und alle Zutaten vermischen, auf Stufe 2 ca 6-8 Minuten kneten...wenn es zu weich wird Mehl dazu geben und weiter kneten.

20 Minuten gehen lassen.

Füllung:

Spinat putzen waschen im Multi mit dem Scheibenschneider schneiden

Schafskäse grob reiben oder rein bröckeln.

Zwiebeln anrösten und mit rein geben eventuell Salz Pfeffer.

Nach Geschmack.



Tischtennisball große Teigbälle formen, von beiden Seiten auf

Mehl platt drücken

Und mit der Walze Einstellung 2 anfangen und bis 9 durchwalzen.

Zwischen durch nochmal bemehlen wenn es klebt.

Den ausgerollten Teig mit der Füllung belegen und 1/2 Teelöffel Öl verteilen.



Locker 4 cm breit rollen, und auf Backpapier legen mit Ei bestreichen und Sesam drauf streuen bei 240 Grad ca 30-40 Minuten Backen ergibt 2 Bleche ca 24-26 Stück.

Kann man gut einfrieren und bei Bedarf in der Micro oder Backofen warm machen.



Rezept 2 von Sabine Zorba



Teig Zutaten und Zubereitung

500 g Mehl

4 EL Öl

250 ml Wasser

1 Prise Salz Alles wirklich gut verkneten (15-20min), damit eine gute Teigstruktur entsteht.

Dann im Kühlschrank mind. 2 Std. lagern.

Dann zwischen Backpapier so hauchdünn wie möglich ausrollen.

verschiedene Füllungen

Füllung Hackfleisch:

Rinderhackfleisch mit Zwiebeln, Salz, Pfeffer und Chili krümelig anbraten.

Füllung Käse:

Weißer und fermentierten Käse mit frischer Petersilie vermengen.

Geht aber auch mit Feta oder Ziegenkäse.

Füllung Kartoffel:

gekochte Kartoffeln zerdrücken, mit Salz, Pfeffer, Muskat und etwas Schmand, sowie frischer Petersilie vermengen.

Zubereitung

Cigarra Böregi:

Teig in Dreiecke schneiden. Mit wenig Masse füllen, Ränder einklappen und Teig aufrollen.

Spitze mit verquirlen Eiern zukleben und dann frittieren.

Man kann aber auch dickere Rollen machen oder das ganze in eine Auflaufform Schichten und im Ofen backen.

Rezept Nr 3 von Nicole Kebellus Süße Variation



4 säuerlich Äpfel, je 80 Gramm gemahlene Haselnüsse und Mandeln, 40 Gramm Zucker, 1 Tl Zimt und 1 Tl gemahlener Anis sowie Yufka Blätter (Dreieckig), Pflanzenfett zum Ausbacken und Zimt/Zucker zum wälzen

Hab alles im Multi klein geschredert, die Yufka Blätter müssen befeuchtet werden zum einrollen. Dann mit ca 2 El Füllung einwickeln und ausbacken in genügend Fett. Kurz abtropfen lassen und im Zimt Zucker wälzen ☐

Ich hab noch Datteln hin zugegeben dafür weniger Zucker und gehackte Nüsse anstatt gemahlene. Hab braunen Zucker verwendet und ein Kaffee Gewürz.





Sonnenblumenbrot



Rezept und Foto von Conny Opp

Zutaten:

550 gr. Weizenmehl

150 gr. Dinkel- oder Roggenmehl

450 gr Wasser

1 1/2 TL Salz

15 gr Hefe

1 TL Honig oder Ahornsirup und

150 gr. Sonnenblumenkerne + 150 gr Wasser.

Zubereitung:

Sonnenblumenkerne anrösten und mit 150 gr kochendem Wasser ablöschen und eigentlich über Nacht stehen lassen, ich habe es nur ca. 2 Stunden stehen lassen.

Die restlichen Zutaten in der CC unter 38 Grad Wärme kneten, die Sonnenblumenkerne zugeben (falls Restwasser vorhanden ist, wegschütten) und eine Stunde gehen lassen.

Anschließend auf einer bemehlten Arbeitsfläche 10 mal falten und in eine gefettete und bemehlte Glasform mit Deckel geben und wie gewünscht einschneiden.

Das Muster im runden Brot habe ich mit einem Apfelteiler gemacht. In den kalten Backofen geben und ca. 60 Minuten auf 240 Grad backen. Rausnehmen und dann nochmals auf dem Blech oder dem Pizzastein 10 Minuten mit Umluft backen bis es die gewünschte Bräune hat. Ich habe mit einem Blumensprüher noch ein paar Mal in den Backofen gesprüht, dann bekommt es eine tolle Kruste.

Das Brot schmeckt auch nach ein paar Tagen richtig lecker.