

# Karottengemüse



Rezept von Stefan Homberg

Ich mache gerne die dreifache Menge in der CC, das Gemüse schmeckt auch am nächsten Tag noch gut und mit dem Würfeler hat man so keine Mehrarbeit.

## **Zutaten:**

300 g. Karotten

100 ml Gemüsefond oder Brühe

1EL Butter

2 Schalotten (alternativ Zwiebel)

3 EL Frischkäse

3 EL gehackte Petersilie (geht natürlich auch ohne)

Zucker zum Bestäuben (optional, ohne Zucker geht es auch)

Salz und Pfeffer

## **Zubereitung:**

(1) Würfelschneider ansetzen und Karotten und Zwiebeln zusammen in Würfel schneiden (wer keinen Würfelschneider hat, kann es auch von Hand machen oder man nimmt vom Mulltizerkleinerer die Juliennescheibe für die Karotten und die Zwiebeln schneidet man von Hand)



(2) Kessel und Koch-Rühr-Element einsetzen, Rührintervall 3, 120 Grad einstellen

(3) Butter einfüllen und Schalotten mit Karotten ca. 5 Min. auf Rührintervall dünsten, mit Zucker bestäuben.

(4) Fond oder Brühe angießen und weitere 10 Min. auf 100 Grad und Rührintervall 2 garen

(5) Frischkäse zugeben, mit Salz/Pfeffer abschmecken und gehackte Petersilie untermischen.



Dazu passt Kartoffelstampf. Oder wie hier in Kombination mit Drillingen (Drillinge 10 Min. in Salzwasser kochen, dann in der Pfanne etwas Öl erhitzen, Drillinge halbiert in Pfanne

geben und mit etwas Pommessalz ein paar Minuten anbraten):



---

**Tomaten - Gemüse - Soße auf**

# Vorrat



Fotos und Rezept zur Verfügung gestellt von Elvira Preiss

Sehr fruchtig!

## **Zutaten:**

- 1.5 kg reife Tomaten
- 2 Karotten
- 3 Stangen Staudensellerie
- 3 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- ca 10 Blatt Basilikum
- und 6 Blatt Salbei
- 1 Tube Tomatenmark
- 3 Tl Meersalz
- 2 Tl Pfeffer
- 3 Tl Zucker
- 1 Prise Chili
- 150 ml Olivenöl

## **Zubereitung:**



Gemüse grob zerkleinern und alles in der CC mit dem Koch-Rühr-Element ca 20 Minuten bei 100 Grad weich kochen.



Umfüllen in den Blender und fein pürieren.



Dann hab ich es wieder in die Kochschüssel und nochmal 10 Minuten bei 100 Grad gekocht.



Anschließend heiß abfüllen.

Wer sicher gehen will, das es auch hält:

Stellt die Flaschen in die Fettpfanne vom Backofen, befüllt es zu 3/4 mit Wasser und kocht es bei 100 Grad Ober/ Unterhitze 1 Stunde lang ein.

---



# Babybrei: Karotte



Fotos und Anleitung Christina Kapunkt

## **Zutaten:**

1 kg. Bio-Karotten

## **Zubereitung:**



<

1 kg Bio-Möhren schälen und mit Würfelaufsatz würfeln



Dann in Dampfgareinsatz geben (ca. halber Liter Wasser in Kessel, Dampfgareinsatz mit Karotten einsetzen, Rührintervallstufe 3, 110 Grad, Timer 25 Minuten).

Anschließend die Karotten im Blender pürieren, z.B. in Eiswürfelformen geben und einfrieren.

Tipp: Nach dem Abkühlen und kurz vor dem Verzehr noch 1-2 TL hochwertiges Öl je 100 gr. fertigem Brei zugeben.

---

## Möhren-Tomaten-Aufstrich



Foto Kristina Hanscomb

Rezept aus der Rezeptwelt für den Thermomix, angepasst auf CC



von Kristina Hanscomb

Vorbereitungszeit: 10 Min.

Kochzeit: 15 Min.

ergibt ca. 10 Portionen

**Zutaten:**

1 Schalotte oder Zwiebel

120 g Butter in Stücken

250 g Möhren in Stücken

120 g Tomatenmark

1 TL Thymian

1 TL Oregano

1 TL Salz

1 Prise Zucker

**Zubereitung:**

1. Schalotte entweder mit dem Messer zerkleinern oder mit dem Messer im Multizerkleinerer. Dann die Schalotten bzw. Zwiebeln umfüllen.
2. Möhren schälen und in kleinere Stücke schneiden.
3. In den Multizerkleinerer die Scheibe Nr. 2 einsetzen und die Möhren raspeln.
4. In den Kochtopf 30 g Butter und die Zwiebeln bzw. Schalotten dazugeben, den Flexi einsetzen und für 1 Min. 30 Sek. auf 120 °C Intervallstufe 2 dünsten.
5. Möhren, 90 g Butter, Thymian, Oregano, Salz und Zucker zugeben. Alles 6 Min. bei 90 °C Intervallstufe 2 dünsten. Anschließend (wer mag) zurück in den Multizerkleinerer mit dem Messer geben und für 10 Sek. zerkleinern.

Fertig! Guten Appetit!

---

## Kichererbsenkarottenbratlinge



Fotos Gisela M.

Rezept aus Rezeptbuch PureJuice\_Pro von Kenwood und von Gisela M. auf CC abgewandelt

6-8 Stück (wir machten gleich die doppelte Menge)

### **Zutaten:**

4 Karotten geputzt

1/4 Süßkartoffel geschält

1 Dose (400 gr.) Kichererbsen

1 kleine Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 Chillischote

10 gr. Koriander

1 TL Kreuzkümmel

3-4 TL Kichererbsenmehl (ich habe Kichererbsen mit Stahlmühle gemahlen)

1 Limette (Saft)

Rapsöl zum Herausbraten

### Zubereitung:



Karotten und Süßkartoffel mit Entsafter oder Slowjuicer entsaften, den Saft so trinken oder anderweitig verwenden. Der Trester wird für das Rezept benötigt.



Danach die Limette schälen und entsaften, von der Limette wird der Saft benötigt.

Kichererbsen abtropfen und mit Wasser abspülen. Mit kaltem Wasser in einen Topf geben und 5-7 Minuten bei starker Hitze kochen.

Zwiebel und Knoblauch schälen und klein schneiden und in Pfanne kurz andünsten.

Chillischote klein schneiden.

Dann alle Zutaten zusammenmischen, auch den Limettensaft und in Einzelportionen (nicht zu viel!) im Multizerkleinerer mit Messer zu einer Masse verarbeiten.



In einer Pfanne etwas Rapsöl erhitzen und von jeder Seite 3-5 Minuten braten.

Guten Appetit!

---

## Karotten-Selleriesalat



Foto und Anleitung zur Verfügung gestellt von Michèle ☐ Bumann-Grütter

### **Zutaten:**

Karotten geschält

Sellerie geschält

Öl

Balsamico

Mayonese

Senf  
Salatgewürz  
Kräuter  
Knoblauch  
Schuss Milch

**Zubereitung:**

Karotten und Sellerie mit Multizerkleinerer, Scheibe Nr. 2, durchlassen.

In Gewürzmühle nach Belieben Öl, Balsamico, Mayonese, Senf, Salatgewürz, Kräuter, Knoblauch und Schuss Milch geben und mixen.

Fertig ☐

---

## Riesenkartoffelrösti



Fotos und Rezept zur Verfügung gestellt von Lisa Smile

Für ca. 2-3 Personen

**Zutaten:**

4 mittlere rohe Kartoffeln (bei mir waren es festkochende Kartoffeln)

3 mittlere Karotten

1 Zwiebel

1 Bund Schnittlauch

Salz u Pfeffer

Ich habe zusätzlich noch eine Bratkartoffelwürzmischung dazu gegeben

3 verquirlte Eier

### **Zubereitung:**

Das Messer in den Multizerkleinerer einsetzen und die Zwiebel zerkleinern.

Kartoffel roh schälen, Karotten schälen, beides im Multi mit der Scheibe Nr. 2 zerkleinern.

Die Karotten und Kartoffeln aus dem Multi in eine Schüssel geben. Den Schnittlauch ebenfalls schneiden und dazu geben. Gewürze dazu geben und das versprudelte Ei darüber. Gut durchmischen (z.B. im Kessel mit K-Haken) und dann auf ein Backblech mit Backpapier oder auf einem Pizzastein aufstreichen.

Ich habe es im vorgeheizten Rohr bei Umluft bei 160 Grad ca 30 min gebacken (wenn möglich mit Dampfstößen), danach habe ich noch geriebenen Käse darüber gestreut und den kurz zerlaufen lassen (ca 10min).

Dazu gab es Salat und ein Sösschen mit Sauerrahm mit Knofi.

---

## [Karottensuppe mit Kokosschaum](#)





Foto Manu Mayer

Rezept aus Lafer-Kochbuch "Meine CookingChef" und von Manu Mayer in Teilen abgewandelt

(Reicht für 8 Suppenteller)

**Zutaten:**

1kg Karotten  
2 Zwiebeln  
100g Butter  
3 TL Zucker  
4 TL Currypulver  
1000-1200ml Gemüsebrühe  
Salz, Pfeffer  
Saft von 2 Limetten  
400ml Kokosmilch

**Zubereitung:**

Karotten putzen, schälen und mit dem Multi Scheibe Nr. 5 schneiden.

Zwiebeln fein würfeln.

Das Flexi-Röhrelement einsetzen und die Butter bei 120°C, Intervallstufe 2 erhitzen. Zwiebeln und Zucker zugeben und ca. 2 Minuten anschwitzen.

Karotten und Currypulver zugeben, Spritzschutz einsetzen und

das Gemüse ca. 5 Minuten bei 120°C, Intervallstufe 2 weiter dünsten.

Gemüsebrühe dazu gießen, das Koch-Rühr-Element einsetzen und die Suppe mit Spritzschutz ca. 10 Minuten kochen lassen.

Die Suppe in den Glas-Mixaufsatz umfüllen und auf Stufe 4 pürieren (1-2 Minuten)

Mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken.

Die Kokosmilch erhitzen und mit einem Stabmixer schaumig mixen.

Die Suppe in Teller oder Tassen füllen und den Kokosschaum darauf löffeln.

Wer möchte, kann zu den Zwiebeln noch Ingwer (ca. 40g) geben.

---

## Brasilianischer Karottenkuchen



Fotos und Rezept zur Verfügung gestellt von Linda Peter

Kann man auch mit Kondensmilch machen, aber ich find ihn in dieser Form besser und leckerer. Den Guss kann man variieren.

**Zutaten:**

3 mittelgroße Möhren, geschält und klein geschnitten  
3 Eier  
180ml Pflanzenöl  
250 g Zucker  
eine Prise Salz  
250 g Mehl und etwas für die Form  
1 Packung Backpulver  
Vanillemark oder Essenz  
Butter für die Form

*Für den Guss:*

250 ml Milch  
1 EL Butter  
1 EL Honig  
100 g Blockschokolade

*Alternative für Guss:*

(Anleitung für Alternative ganz unten)  
250 Schlagobers (Sahne)  
150 g Nougat schnittfest  
2 EL Kokosöl  
1 EL Honig

**Zubereitung:**

3 mittelgroße Möhren, geschält und klein geschnitten, 3 Eier und 180ml Pflanzenöl in den Vitamix geben (mit Kenwood-Blender sollte es auch funktionieren). Ganz cremig mixen, so das keine Karottenstücke mehr zu sehen sind. Im Vitamix sind das nicht mal 30 Sekunden, ich mach das nach Gefühl man sieht das ja, wenn es eine cremig homogene Masse ist



Dann 250 g Zucker, eine Prise Salz, 250 g Mehl, 1 Packung Backpulver, etwas Vanillemark oder Vanilleessenz vermischen.

Dann die cremige Masse zum Mehl geben und mit dem K-Haken verrühren (Achtung: nicht zu lange rühren, sonst wird der Kuchen klitschig).



Form einfetten mit Butter und etwas Mehl darüber geben.

Kuchen in Form füllen.



45 Minuten 175 Grad Umluft backen, auskühlen lassen.



Alle Zutaten für den Schokoguss in den Kessel der CC geben und unter ständigem Rühren bei 140 Grad aufkochen. 5 Minuten köcheln, bis die Mischung andickt. Leicht abkühlen lassen und

den Karottenkuchen überziehen.

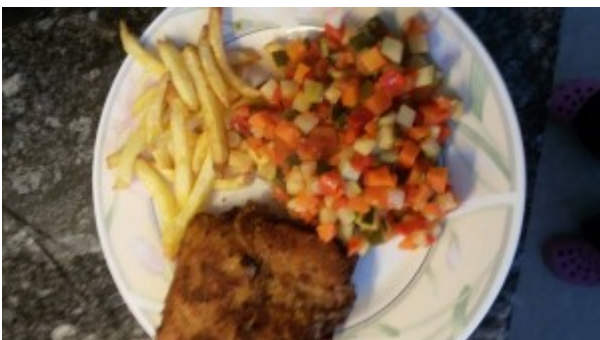


### **Zubereitung Alternativganache:**

250 Schlagobers (Sahne), 150 g Nougat schnittfest, 2 EL Kokosöl, 1 EL Honig in der CC erwärmen bei 140 Grad, dann bei 70 Grad 10 Minuten mit Flexiröhrelement rühren lassen. ich hab das ganze dann umgefüllt in einen Patesseriekessel...diese halbrunden Edelstahlringer und über Eis kalt gerührt ... Immer mal wieder umrühren mit dem Schneebesen dann merkt man wies fest wird und wenns anfängt dicker zu werden, über den Kuchen gießen und mit einer Palette über den Kuchen streichen...das geht dann schön an den Seiten runter und läuft schön glatt über den Rand. Es soll nicht mehr zu warm und flüssig sein, sonst hat man zuviel Verlust.

---

## **Ratz-fatz-Gemüse alla Doris**





Fotos und Rezept von Doris Ostermann

**Zutaten:**

Gemüse nach Belieben, siehe Foto  
Suppenwürze

**Zubereitung:**

Tomaten(etwas härtere)-Paprika-Zucchini-Karotten im Würfler würfeln

(Mengen wie und was man selber gerne mag ☺).



Wichtig ist dass man die Karotten zum Schluss würfelt, dadurch ist das Gitter schon vorgereinigt!



Das ganze bei 140 Grad mit Kochröhrelement ca 5min. köcheln

lassen.. Suppenwürze dazu geben und dann noch ca 15 min. auf 100 Grad fertiggaren. Flüssigkeit muss keine mehr extra dazugegeben werden!

Guten Appetit ☺