

Gefüllte Paprika



Rezept und Fotos von Fee's Koch- und Backwelt

Zutaten:

6 Paprika
ca. 700 g Hackfleisch gemischt
2 Eier
1-2 Zwiebeln
1-2 gute Hände voll Reis
1 Dose passierte Tomaten
Salz
Pfeffer
Oregano
Basilikum
Öl

Zubereitung:

Bei den Paprika den Struck heraus schneiden und waschen. Die Kerne innen ebenfalls entfernen. Das Hackfleisch in die Rührschüssel geben, Reis, gehackte Zwiebeln, Eier, Salz, Pfeffer, Basilikum und Oregano dazu geben und mit dem K-Haken gut verrühren.

Nun die Paprika füllen. Je nach Größe kann auch etwas Füllung übrig bleiben, diese wird dann einfach später mitgebraten. Die Paprika in einem großen Topf oder einer Pfanne von allen Seiten in etwas Öl anbraten. Die passierten Tomaten zugeben

und alles etwa 1 Std. köcheln lassen oder bei 180°C Umluft für 1 Std in den Ofen.

Nun die Soße mit Salz, Pfeffer, etwas Zucker, Basilikum und Oregano abschmecken. Alles noch einmal für eine Std köcheln lassen.

Dazu passt zusätzlich noch Reis.



Ketchup – Variationen



Rezept und Foto von Melanie Gläser/Rezept Nr. 1

1.) Rezept Melanie Gläser

Ketchup mit der CC gemacht und dann eingekocht

Zutaten:

1000gr Tomate (frisch oder passiert, hatte diesmal passiert)

1 gr rote Paprika

2,5 rote Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

Paprika, Zwiebeln und Knobi im Multi schreddern und Masse mit Tomaten in den Topf geben.

Gewürze nach Wahl (ich hatte ein Lorbeerblatt, Senfkörner, Meersalz, Cayennepfeffer, Paprika scharf und süß, Muskat) in der Gewürzmühle zu Pulver verarbeiten und zugeben.

Mit dem Flexi, Stufe 2, 110C für 17 min kochen lassen.

Anschließend noch mal mit dem Blender ganz fein mixen.

Ketchup ggf mit Agar Agar andicken.

Wenn der Ketchup fertig ist in sterilisierte Gläser füllen (oben etwas Platz lassen).

Eine Fettpfanne mit 2-3 cm Wasser (Temperatur wie Inhalt der Gläser) füllen und Gläser reinstellen. Die Gläser sollten weder den Rand der Pfanne noch die anderen Gläser berühren.

Anschl. in den bei 175C vorgeheizten Backofen stellen.

Wenn der Inhalt anfängt zu wallen Temperatur auf 110C zurückstellen. Ab jetzt laufen die 30 Minuten Einkochzeit.

Wenn der Ketchup fertig ist die Gläser auf Handtücher stellen (damit kein zu hoher Temperaturunterschied ist und sie ggf springen)

Info von Melanie Gläser:

In das Originalrezept gehört noch Honig und Essig. Lasse ich beides raus.

Bei den Gewürzen habe ich übrigens extra keine Mengenangaben gemacht, da die Geschmäcker ja verschieden sind. Man kann natürlich auch noch div Kräuter oder Curry dran machen. Halt nach eigenem Geschmack

2.) Rezept Tomatenketchup von Andreas Paasch



Rezept Nr. 2 und Foto zur Verfügung gestellt von Andreas Paasch

Zutaten:

- 3L passierte Tomaten
- 250g Zucker
- 300ml Brandweinessig
- 50g Sellerieknolle (klein gewürfelt)
- 30g frischer Ingwer (geraspelt)
- 1 kleine Chilischote (gehackt)
- 1 EL Salz
- 1/2 EL Koriandersaat (gemahlen)
- 1/2 EL Nelken (gemahlen)
- 1/2 EL Süßer Paprika (gemahlen)
- 1/4 TL Zimt (gemahlen)
- 1/4 TL Selleriesaat (gemahlen)

Zubereitung:

Die passierten Tomaten, den Sellerie, Chilischote und den Ingwer köcheln und auf ca. 2L reduzieren lassen. Dann mit einem Stabmixer aufmixen und anschliessen durch ein Sieb, oder Flotte Lotte oder Kenwood-Passieraufsatz passieren.

Das Püree mit den restlichen Gewürzen 30 Minuten köcheln lassen und danach den Zucker und den Essig hinzufügen und

unter Rühren den Zucker auflösen lassen. Weiter köcheln lassen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist und sofort in saubere (pasteurisierte) Flaschen abfüllen. Wer will kann sie danach auch noch zusätzlich "Einwecken".

3.) Rezept von Linda Peter



Fotos Rezept Nr. 3 von Linda Peter

Zutaten:

2,5 kg Tomaten
500 g Zwiebeln
200 g Staudensellerie
2-3 rote Pfefferschoten
75 g frischer Ingwer
250 ml Rotweinessig
3-4 Kapseln Sternanis
2 El Koriandersaat
10 Stiele Thymian
je 1 Tl rosenscharfes und edelsüßes Paprikapulver
1 El Salz (gehäuft)
250 g Gelierzucker 1:1 (aus Rohrzucker)

Zubereitung:

Tomaten waschen, würfeln und den Stielansatz entfernen. Zwiebeln würfeln. Staudensellerie putzen und in dünne Scheiben schneiden. Pfefferschoten mit den Kernen in Ringe schneiden. Ingwer waschen und ungeschält reiben oder hacken. Alles mit dem Essig in einem großen Topf aufkochen. (Flexi bei 100 Grad Stufe 1) Sternanis und Koriander in einen Teebeutel geben und verschnüren. Thymianstiele zusammenbinden und mit dem Gewürzbeutel, Paprikapulver und Salz zu den Tomaten geben. Bei milder Hitze 30 Min. offen kochen lassen. (hab Currypulver

genommen) und mit dem Flexi gerührt.

Gewürzbeutel und Thymian entfernen. Gemüse pürieren und durch ein Sieb streichen. Mit dem Gelierzucker verrühren, aufkochen und bei mittlerer Hitze 30 Min. offen kochen lassen. Auch mit Flexi

Ketchup sofort randvoll in Gläser füllen und verschließen anschliessend im Backofen in einer Pfanne mit Wasserdampf haltbar machen bei 160 Grad halbe Stunde und im Backofen bei geöffneter Tür (Kochlöffel in Tür klemmen) auskühlen lassen

Tipp: Statt Sternanis und Koriander kann man 3 Tl Curry verwenden.



Fotos Rezept Nr. 3 – Linda Brückmann

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.

[Hackfleisch Lauch Suppe mit Reis](#)



Foto und Rezept von Elvira Preiß

Zutaten:

1 Zwiebel
500 g Hackfleisch
1 Paprika in Streifen
3 Stangen Lauch im Multi in Ringe schneiden
1 Tasse Reis
1 ltr. Brühe
Saure Sahne
Schmelzkäse
Gewürze

Zubereitung:

1 Zwiebel würfeln und in 1 Essl. Öl in der CC auf 140 Grad andünsten (Kochröhrelement).

Hackfleisch zugeben und anbraten.

Lauch und Paprika zufügen und noch kurz mitdünsten.

Dann mit der Brühe ablöschen und Gewürze zugeben, Salz Pfeffer evtl. Chinagewürz wer mag.

Den Reis zugeben und das ganze 30 Minuten auf 90 bis 100 Grad köcheln .

Schmelzkäse und saure Sahne zufügen verrühren und noch mal

kurz kochen.

Gemüsepulver (für Gemüsebrühe) mit dem Fleischwolf



Fotos und Rezept von Andreas Paasch

Zutaten:

Porree

Sellerie

Paprika

Zwiebel

Knoblauch

Karotten

Petersilienwurzeln

Ingwer

Petersilienkraut

etc. nach Belieben

Weiter:

getrocknete Chilischote

schwarzen Pfeffer

Fenchel Früchte

Koriander

Bockshornklee

Zubereitung:

Porree, Sellerie, Paprika, Zwiebel, Knoblauch, Karotten, Petersilienwurzeln, Ingwer und Petersilienkraut durch den Fleischwolf drehen, grobe Durchlassscheibe

Im Ofen bei 60 Grad/Umlauf trocknen lassen. (Anmerkung: Bei ca. 5 kg Gemüse muss man ca. 20 Stunden für das Trocknen rechnen).

Dann das Trockengut durch die Getreidestahlmühle laufen lassen (Achtung: nicht die Steinmühle nehmen!).

Dann noch eine getrocknete Chilischote, schwarzen Pfeffer, Fenchel Früchte (bekannt als Fenchelsaat), Koriander und Bockshornklee zufügen (die ebenfalls vorher durch die Stahlmühle gelaufen sind)

Für Tasse heiße Brühe nur noch etwas Salz hinzufügen. Fertig.

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.

Ratatouille

Rezept gefunden auf Chefkoch.de und in Teilen abgewandelt:

Zutaten:

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

Zucchini, Auberginen, Paprika nach Belieben

1 Dose Tomaten oder frische Tomaten

Olivenöl

Salz/Pfeffer

Nach Belieben Schwarzkümmel, Cumin

Zubereitung:

Zwiebel und Knoblauch von Hand schneiden oder im Multizerkleinerer mit Messer zerkleinern und in Schüssel geben:

Zucchini, Auberginen und Paprika halbieren und mit grober Scheibe im Multi oder Trommelraffel hobeln

Zwiebel und Knoblauch bei 140° mit etwas Olivenöl in Kessel geben, Koch-Rührelement und Rührintervall 3 kurz anbraten, das restliche Gemüse dazugeben und kurz mitdünsten.

Tomatenstücke (aus der Dose oder frische) dazu und mit Wasser aufgießen, Salz und Pfeffer dazu geben. Temperatur auf 100° reduzieren und ca. 30min köcheln lassen.

Kräuter erst zum Schluss zugeben.

Brokkolisalat mit Pinienkernen



Foto Gisela Martin – Alle Zutaten durch den Würfler gejagt und die Pinienkerne von Hand eingestreut

Rezept ursprünglich aus der Rezeptwelt, auf CC umgesetzt von einigen Gruppenmitgliedern

6 Portion/en

Zutaten:

250 g Brokkoli, in Röschen (roh)

1 Paprika, rot, in Stücken

1 Apfel, , groß, geviertelt

30 g Pinienkerne

25 g Olivenöl (Anmerkung Gisela: ich nehme weniger)

15 g weißer Balsamico

1 TL Honig

1½ TL Senf

1 TL Kräutersalz

½ TL Pfeffer

Tipp Claudia Claudia: zzgl. frischer Minze als Frischekick

Zubereitung:

Alle Zutaten mit dem Würfelschneider zerkleinern (zuerst Brokkoli bei minimaler Geschwindigkeit 4 durchlaufen lassen) und das Dressing in der Gewürzmühle mischen.

Alternativ: Alle Zutaten im Multizerkleinerer mit Messer zerkleinern.

Alternativ: Alle Zutaten im Multizerkleinerer mit Scheibe Nr. 6 zerkleinern.

Anmerkung: Wer den Würfelschneider benutzt, kann die Menge unbegrenzt erhöhen, d.h. für Parties ist es kein Problem. Der Salat hält sich auch gut ein paar Stunden im Kühlschrank. Wenn man es im Multizerkleinerer macht, sollte man geringfügig weniger nehmen, damit es in den Behälter passt.



Foto Gisela Martin – Beispiel Zubereitung Würfler



Foto Gisela Martin – Beispiel Zubereitung mit Multizerkleinerer, Messer



Foto Michaela Buchholz – Beispiel mit Zubereitung mit dem Multizerkleinerer, Scheibe Nr. 6

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.