

# Senf



Foto und Rezept zur Verfügung gestellt von Peter Petersmann

Das Rezept ist durch durch Kräuterzugabe, geriebene Orangenschalen, Meerrettich, ganze Senfkörner usw. sehr variabel.

## **Zutaten:**

50 Gramm Senfkörner (ganz oder gemahlen als Senfpulver)

60 ml Wasser

60 ml Apfelessig

Saft einer halben Zitrone

$\frac{1}{4}$  TL Salz

Kurkuma-Pulver

Honig

## **Zubereitung:**

Wasser, Apfelessig und Senfkörner oder -pulver in ein Gewürzmühlenglas geben.

Mischung bedeckt im Kühlschrank quellen lassen. Bei Pulver genügen 90-120 Minuten. Wenn du ganze Senfkörner verwendest, am besten über Nacht stehen lassen.

Alle restlichen Zutaten hinzugeben und mit der Gewürzmühle zerkleinern.

Abschmecken und bei Bedarf Kurkuma, ganze Senfkörner usw.

zugeben. Wer einen süßlichen Senf möchte, gibt Honig dazu.

---

## Coleslaw – Krautsalat



Rezept und Foto von Angelika Haindl

### **Zutaten:**

450 g Weißkohl/Spitzkohl  
2 Karotten  
50 ml Essig  
1 EL Zucker  
1 EL Mehl  
1,5 TL Senfkörner,  
1 TL Salz  
80 ml Sahne  
2 EL Butter  
1 großes Ei

### **Zubereitung:**

Zuerst die Senfkörner in der Gewürzmühle mahlen.  
Dann in den großen Topf: Essig, Zucker, die gemahlene Senfkörner und Salz. Alles aufkochen, mit dem Flexi.

Während des Kochens das Mehl zugeben, hier jedoch per P-Taste den Flexi schneller rühren lassen. Dazu kommt dann die Sahne

und die Butter.

Sobald sich diese aufgelöst hat, die Temperatur wegnehmen, jedoch weiterrühren lassen, bis alle Klumpen verschwunden sind.

Anschließend das Ei unterrühren und solange rühren lassen, bis die Sauce richtig sämig ist.

Ich nehme den Topf dann weg, stelle ihn unter die Trommelraffel (natürlich könnt ihr die Karotten und das Kraut auch mit einem anderen Aufsatz, Multi beispielsweise, schneiden.

Bei der Trommelraffel nehme ich für das Weißkraut den Einsatz mit den dünneren Scheiben.

Anschließend die Karotten raspeln, mit dem dünnen Raspler der Trommelraffel.

Alles gut vermischen, danach umfüllen in Behälter und ziehen lassen. Nach 4 Stunden hat der Salat sein Aroma richtig entfaltet.

Passt gut zu gegrilltem, zu Rippchen usw... oder Burger...

*Tipp Steffi Grauer:*

Kohl mit K-Haken (nicht mit Flexielement, püriert zu stark) kneten, damit er milder und weicher wird.



Foto Steffi Grauer

---

# Feigensenf mit Portwein



Rezept und Foto von Carmen Müller

Bitte nicht mit Feigensenfsauce verwechseln. Das ist richtiger Senf mit Feigenaroma. Feigensenfsauce ist eher mild und passt z.B. zu Käse.

## **Zutaten:**

300 g Senfkörner gelb  
100 g Senfkörner braun  
1/2 TL Fenchelsamen  
2 TL Koriandergrün  
2 TL Rosmarin  
450 ml Rotweinessig  
20 ml Raps- o. Sonnenblumenöl  
200 ml roter Portwein  
4 Stück frische Feigen geschält  
4 Stück frische Feigen ohne Stielansatz ohne Blütenansatz  
8 Stück Wacholderbeeren angedrückt  
75 g Puderzucker  
6 TL Salz

## **Zubereitung:**

1. Die ersten fünf Zutaten in einer Schüssel vermischen und

portionsweise in der Gewürzmühle auf Maximum mahlen ( bitte etwas Freiraum lassen, damit sich die Körner bewegen können). Optional eignet sich hierfür auch der Multi mit dem Messer, aber Vorsicht wegen des Kunststoffbehälters. Er könnte vielleicht blind werden.

2. Portwein mit Feigen, Zucker, Rosmarin(frisch – nur die Nadeln verwenden) und Wacholderbeeren in die Schüssel geben, Kochröhrelement einspannen, Stufe 3, 100 Grad, 10 Minuten kochen lassen.

3. Die Wacholderbeeren entfernen. Die Masse in den Blender geben und auf Stufe 2-3 pürieren.

Alternative: Pürierstab

4. Wer möchte, kann die Masse durch ein feines Sieb streichen, ist aber beim Einsatz des Blenders nicht notwendig.

Nun noch Essig, Öl, und Salz dazugeben und nochmals durchpürieren bis alles eine homogene, breiige Masse ist.

Alternative: Pürierstab

Aus dem Blender in eine Schüssel umfüllen

5. Wichtig!!!

Die Masse muss offen über Nacht stehen (evtl. aus hygienischen Gründen ein Küchentrepp locker über die Schüssel geben.

Oxidation und Fermentation entwickeln die Schärfe. Wer es gerne scharf mag, lässt die Masse zwei Nächte offen stehen.

6. In vorbereitete, heiß ausgespülte Gläser abfüllen und verschließen.

Wer wegen der Haltbarkeit auf der sicheren Seite sein möchte, kann die Masse nochmal in die Schüssel der CC geben, Kochröhrelement einspannen, 100 Grad, Stufe 1 und ca. 2-3 Minuten aufkochen lassen.

Dann -wie oben- abfüllen.



Fotos von Carmen Müller

---

## 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

---

## Kürbiskernaufstrich



Rezept und Foto von Claudia Kraft

**Zutaten:**

250 g Topfen/Quark

1 Pkg Frischkäse natur

gehackte Kürbiskerne (schon so gekauft)

Salz

Pfeffer

Prise helle gemörserte Senfkörner

Spritzer Zitrone

Kürbiskernöl

**Zubereitung:**

Alle Zutaten in den Multizerkleinerer geben und auf höchster Stufe alles vermengen.

