ALLE REZEPTKARTEN ZUM AUSDRUCKEN

Aus meiner Küche

REZEPTE VON IDEEN & UPGRADE

Jedes Rezept auf einer Seite: Zutaten, Schritte und meine Kniffe.

15
Rezepte

Druck dir alle Karten aus oder nur die, die du gerade brauchst. Zu jedem Rezept findest du auf ideenundupgrade.de/rezepte.html die Schritte mit Bildern, die Geschichte dazu und die Küchenhelfer, mit denen ich koche.

Inhalt

Rinderrouladen aus dem Bräter — Seite 2

Apfelrotkohl selber machen — Seite 3

Kartoffelpüree selber machen — Seite 4

Rindergulasch aus dem Bräter — Seite 5

Thai-Curry mit Hähnchen — Seite 6

Spaghetti Bolognese aus dem Bräter — Seite 7

Lasagne selber machen — Seite 8

Zucchiniröllchen überbacken — Seite 9

Kürbiscremesuppe mit Hokkaido — Seite 10

Kartoffelcremesuppe — Seite 11

Sonntags-Pfannkuchen, dünn und weich — Seite 12

Belgische Waffeln, außen knusprig und innen luftig — Seite 13

Zwiebelkuchen in der Tarteform — Seite 14

Apfeltarte in der Tarteform — Seite 15

Joghurtkruste im Gusseisentopf — Seite 16

REZEPTKARTE ZUM AUSDRUCKEN

Rinderrouladen

AUS DEM BRÄTER

Am Vortag geschmort, über Nacht durchgezogen, am Festtag nur noch erwärmt. Mengen für 8 und 12 Gäste stehen auf der Seite.

4
Rouladen,
eine pro Person

40 Minuten	2 Stunden	am Vortag	1 Roulade
Arbeitszeit	sanft schmoren	kochen, dann ziehen lassen	pro Person

Das brauchst du

für 4 Personen

- [ ] 4 große Rinderrouladen, fertig gefüllt vom Metzger
- [ ] 2 EL Butterschmalz
- [ ] Salz und frisch gemahlener Pfeffer
- [ ] 2 Zwiebeln
- [ ] 2 Möhren
- [ ] 150 g Knollensellerie
- [ ] 1 Stange Lauch
- [ ] 1 EL Tomatenmark
- [ ] 400 ml trockener Rotwein
- [ ] 500 ml Rinderfond
- [ ] 1 Lorbeerblatt und 1 Zweig Thymian
- [ ] 2 Pimentkörner und 4 Pfefferkörner
- [ ] nach Wunsch 1 TL Speisestärke zum Binden

die Kniffe

Beim Metzger vorbestellen: Sag dazu, für wie viele Gäste. Dann reicht eine Roulade pro Person.

Platz in der Pfanne: Liegen die Rouladen zu eng, kochen sie im eigenen Saft und die Kruste bleibt blass.

Farbe ist Geschmack: Jede Röstnote am Gemüse schmeckst du später in der Sauce.

Am Vortag kochen: Über Nacht zieht alles durch und am Festtag sitzt du mit am Tisch.

So geht's

1. Die fertig gefüllten Rouladen ein paar Tage vorher beim Metzger bestellen.
2. Rouladen trocken tupfen und rundum leicht salzen und pfeffern.
3. Butterschmalz in zwei Pfannen stark erhitzen und die Rouladen von allen Seiten kräftig anbraten.
4. Zwiebeln, Möhren, Sellerie und Lauch putzen und grob würfeln.
5. Das Gemüse in etwas Butterschmalz kräftig anrösten, Tomatenmark dazugeben und zwei Minuten mitrösten.
6. Mit Rotwein ablöschen und einkochen lassen. Den Bratensatz aus den Pfannen mit etwas Fond lösen und dazugeben.
7. Fond und Gewürze in die Sauce geben. Rouladen in den Bräter legen und mit der Sauce fast bedecken.
8. Mit Deckel bei kleiner Hitze etwa zwei Stunden schmoren, zwischendurch einmal wenden.
9. Abkühlen lassen und über Nacht kalt stellen.
10. Am Festtag die Rouladen herausnehmen und das Garn entfernen. Sauce durch ein Sieb gießen, einkochen, abschmecken und nach Wunsch binden. Rouladen darin langsam erwärmen.

REZEPTKARTE ZUM AUSDRUCKEN

Apfelrotkohl
SELBER MACHEN

Fein geschnitten, mit Apfel und Gelee süß-sauer geschmort. Am liebsten am Vortag gekocht.

6
Portionen

20 Minuten	70 Minuten	Bräter 26 cm	6 Portionen
Arbeitszeit	sanft schmoren	oder großer Topf	einfach hochrechnen

Das brauchst du

für 6 Personen

- [ ] 1 Rotkohl, etwa 1 kg
- [ ] 2 säuerliche Äpfel, zum Beispiel Boskoop
- [ ] 1 große Zwiebel
- [ ] 2 EL Schweineschmalz oder Butter
- [ ] 2 EL Zucker
- [ ] 3 EL Rotweinessig
- [ ] 150 ml Rotwein
- [ ] 250 ml Gemüsebrühe
- [ ] 1 Lorbeerblatt
- [ ] 3 Wacholderbeeren und 2 Pimentkörner
- [ ] 3 EL rotes Johannisbeergelee
- [ ] Salz

So geht's

1. Rotkohl putzen, vierteln, den Strunk entfernen und in feine Streifen schneiden.
2. Zwiebel fein würfeln, Äpfel schälen, entkernen und klein schneiden.
3. Schmalz im Bräter erhitzen, Zwiebel glasig dünsten, Rotkohl dazugeben und fünf Minuten mitdünsten.
4. Äpfel, Zucker, Essig, Rotwein, Brühe und Gewürze dazugeben und leicht salzen.
5. Mit Deckel bei kleiner Hitze etwa 70 Minuten schmoren, ab und zu umrühren.
6. Gewürze herausnehmen, Johannisbeergelee unterrühren und süß-sauer abschmecken.

die Kniffe

Handschuhe an: Rotkohl färbt alles. Ein Brett, das du nicht schonen musst, spart viel Schrubben.

Gewürzsieb: Lorbeer, Wacholder und Piment ins Sieb. Am Ende mit einem Griff heraus, niemand beißt auf ein Korn.

Am Vortag: Abgekühlt über Nacht in Dosen. Am Festtag bei kleiner Hitze aufwärmen.

meine Notizen

REZEPTKARTE ZUM AUSDRUCKEN

Kartoffelpüree

LOCKER AUS DER PRESSE

Mehlig kochende Kartoffeln, warme Milch, Butter und Muskat. Gedrückt statt püriert.

4
Portionen

15 Minuten	20 Minuten	Presse	250 g
Arbeitszeit	kochen	statt Pürierstab	Kartoffeln pro Person

Das brauchst du

für 4 Personen

- [ ] 1 kg mehligkochende Kartoffeln
- [ ] 1 TL Salz für das Kochwasser
- [ ] 250 ml Milch
- [ ] 50 bis 80 g Butter
- [ ] Salz
- [ ] frisch geriebene Muskatnuss

So geht's

1. Kartoffeln schälen und in gleich große Stücke schneiden.
2. In Salzwasser etwa 20 Minuten weich kochen.
3. Abgießen und im offenen Topf kurz ausdampfen lassen.
4. Milch und Butter erwärmen, bis die Butter geschmolzen ist.
5. Die heißen Kartoffeln durch die Spätzlepresse drücken, die warme Milch nach und nach unterheben und mit Salz und Muskat abschmecken.

die Kniffe

Lieber länger kochen: Halbgare Kartoffeln gehen nicht sauber durch die Presse.

Heiß drücken: Heiß rutschen sie fast von allein durch. Abgekühlt werden sie zäh.

Keine Presse? Ein Stampfer tut es auch, das Püree wird nur etwas rustikaler.

Nie der Pürierstab: Er zerreißt die Stärke und das Püree wird klebrig. Nur kurz unterheben.

meine Notizen

REZEPTKARTE ZUM AUSDRUCKEN

Rindergulasch

AUS DEM BRÄTER

Viel Zwiebeln, edelsüßer Paprika und zwei Stunden im Ofen, bis das Fleisch unter der Gabel zerfällt.

4–6
Portionen

45 Minuten	2 bis 2,5 Stunden	Bräter	4 bis 6
Arbeitszeit	im Ofen bei 160 °C	oder großer, schwerer Topf	Portionen

Das brauchst du

für 4 bis 6 Personen

- [ ] 1 kg Rindfleisch aus der Wade oder Schulter
- [ ] 800 g Zwiebeln
- [ ] 2 Knoblauchzehen
- [ ] 3 EL Butterschmalz
- [ ] 2 EL Tomatenmark
- [ ] 4 EL edelsüßes Paprikapulver
- [ ] 2 EL Weißweinessig
- [ ] 400 ml Rinderfond
- [ ] 2 Lorbeerblätter
- [ ] Salz und frisch gemahlener Pfeffer
- [ ] nach Wunsch ein Schuss Rotwein zum Verfeinern

die Kniffe

Wade oder Schulter: Die feinen Sehnen schmelzen beim Schmoren und machen das Fleisch zart.

Zwiebeln nicht hetzen: Diese halbe Stunde ist der Geschmack des ganzen Gulaschs.

Paprika in Flüssigkeit: Direkt ins heiße Fett gestreut, verbrennt er und wird bitter.

Nicht anbraten: Das Fleisch gart sanft in der Sauce und gibt seinen Saft direkt an sie ab.

So geht's

1. Das Rindfleisch in grobe Stücke von vier bis fünf Zentimetern schneiden.
2. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln.
3. Butterschmalz im großen Bräter erhitzen.
4. Die Zwiebeln bei mittlerer Hitze etwa 30 Minuten goldbraun schmoren, nach zehn Minuten den Knoblauch dazugeben.
5. Backofen auf 160 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Tomatenmark, Paprikapulver und Essig verrühren und den Fond nach und nach unterrühren.
6. Die Paprikasauce über die Zwiebeln gießen und verrühren.
7. Das Fleisch ungebraten auf der Sauce verteilen, Lorbeer dazulegen, salzen und pfeffern.
8. Mit Deckel im Ofen zwei bis zweieinhalb Stunden schmoren, das Fleisch ein- bis zweimal wenden.
9. Lorbeer herausnehmen, das Fleisch herausheben und die Sauce in den kleineren runden Bräter umfüllen.
10. Die Sauce fein pürieren und bei Bedarf ohne Deckel etwas einköcheln lassen.
11. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, nach Wunsch mit Rotwein verfeinern und fünf Minuten köcheln lassen. Dann das Fleisch zurück in die Sauce geben und erhitzen.

REZEPTKARTE ZUM AUSDRUCKEN

Thai-Curry

MIT HÄHNCHEN AUS DEM WOK

Rote Currypaste, Kokosmilch und knackiges Grün. Erst schnippeln, dann geht es im Wok ganz schnell.

4
Portionen

30 Minuten	15 Minuten	Wok	4
Schnippeln	kochen	oder Bräter, großer Topf	Portionen

Das brauchst du

für 4 Personen

- [ ] 600 g Hähnchenbrust, in kleine Würfel geschnitten
- [ ] 2 EL neutrales Öl
- [ ] 2 bis 3 EL rote Currypaste aus dem Glas
- [ ] 1 daumengroßes Stück frischer Ingwer
- [ ] 1 Knoblauchzehe
- [ ] 1 kleiner Brokkoli, etwa 300 g
- [ ] 1 rote Paprika, gern auch mal eine gelbe
- [ ] 150 g Zuckerschoten
- [ ] 400 ml Kokosmilch
- [ ] 100 ml Hühnerbrühe
- [ ] 1 bis 2 EL Fischsauce oder Sojasauce
- [ ] 1 TL brauner Zucker
- [ ] 1 Handvoll Cherrytomaten
- [ ] 1 Limette
- [ ] 3 Frühlingszwiebeln
- [ ] nach Wunsch etwas Thai-Basilikum
- [ ] nach Wunsch 1 EL Sesam zum Garnieren
- [ ] 300 g Jasminreis, Basmati geht auch
- [ ] Salz und eine Handvoll Eiswürfel zum Blanchieren

So geht's

1. Reis waschen und nach Packung garen.
2. Hähnchen in kleine Würfel, Ingwer in feine Scheiben, Knoblauch hacken. Brokkoli in Röschen, Paprika in Streifen, bei den Zuckerschoten nur die Enden ab. Frühlingszwiebeln in Ringe, die Hälfte beiseitelegen.
3. Brokkoli 2 Minuten in Salzwasser blanchieren, Zuckerschoten für die letzte Minute dazu. In Eiswasser abschrecken, abtropfen lassen.
4. Öl im Wok kräftig erhitzen, Hähnchen rundum hell anbraten, herausnehmen.
5. Currypaste, Ingwer und Knoblauch 1 Minute im Öl anrösten.
6. Kokosmilch und Brühe angießen, glatt rühren, aufkochen.
7. Paprika und die Hälfte der Frühlingszwiebeln 3 Minuten köcheln.
8. Hähnchen, Brokkoli und Zuckerschoten zurück, 3 bis 4 Minuten gar ziehen lassen. Mit Fischsauce, Zucker und Limette abschmecken, Tomaten 1 Minute mit erwärmen.
9. Mit Frühlingszwiebeln, nach Wunsch Sesam oder Thai-Basilikum bestreuen, mit Reis servieren.

die Kniffe

Alles bereitlegen: Das Schnippeln dauert am längsten. Im Wok geht es danach in einer Viertelstunde.

Eiswasser: Brokkoli und Zuckerschoten bleiben so knackig und kräftig grün.

Paste anrösten: Kurz im Öl entfalten sich die Gewürze viel stärker als in der Kokosmilch.

Tomaten zum Schluss: Nur eine Minute, dann bleiben sie ganz und frisch.

REZEPTKARTE ZUM AUSDRUCKEN

Bolognese

AUS DEM BRÄTER

Fein gewürfeltes Gemüse, gut angebratenes Hack und zwei Stunden leises Köcheln.

4–6
Portionen

30 Minuten	2 Stunden	Bräter 26 cm	4 bis 6
Arbeitszeit	leise köcheln	oder schwerer Topf	Portionen

Das brauchst du

für 4 bis 6 Personen

- [ ] 500 g Rinderhackfleisch, gern frisch vom Metzger
- [ ] 100 g Bauchspeck
- [ ] 1 große Zwiebel
- [ ] 1 Karotte
- [ ] 1 Stange Staudensellerie
- [ ] 3 EL gutes Olivenöl
- [ ] 2 EL Tomatenmark
- [ ] nach Wunsch 150 ml trockener Rotwein
- [ ] 800 g passierte oder stückige Tomaten
- [ ] 200 ml Rinderbrühe
- [ ] 1 Lorbeerblatt
- [ ] Salz, frisch gemahlener Pfeffer und eine Prise Zucker
- [ ] 500 g Spaghetti oder Bandnudeln
- [ ] frisch geriebener Parmesan oder anderer Reibekäse zum Servieren

die Kniffe

Hack liegen lassen: Erst nach ein bis zwei Minuten wenden. Die Röststellen sind der Geschmack.

Wein nach Lust: Für die Familie lasse ich ihn wegen der Kinder weg, für Gäste darf ein Schluck hinein.

Über Nacht ziehen: Kein Muss, aber am zweiten Tag schmeckt sie noch eine Ecke besser.

Nudelwasser: Eine Kelle davon bindet die Sauce an der Pasta. Nie alles abgießen.

So geht's

1. Zwiebel, Karotte, Sellerie und Speck fein würfeln.
2. Olivenöl im Bräter erhitzen und den Speck darin auslassen.
3. Zwiebel, Karotte und Sellerie acht bis zehn Minuten sanft andünsten.
4. Die Hitze erhöhen und das Hackfleisch krümelig anbraten, bis es Farbe nimmt.
5. Tomatenmark eine Minute mitrösten, nach Wunsch mit Rotwein oder sonst mit etwas Brühe ablöschen und einkochen lassen.
6. Tomaten, Brühe und Lorbeer dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen und aufkochen.
7. Bei kleinster Hitze mit schräg aufgelegtem Deckel etwa zwei Stunden leise köcheln lassen.
8. Nach Möglichkeit über Nacht durchziehen lassen und am nächsten Tag aufkochen und abschmecken.
9. Pasta bissfest kochen, mit etwas Nudelwasser in der Sauce vermengen und mit Parmesan servieren.

REZEPTKARTE ZUM AUSDRUCKEN

Lasagne

MIT BOLOGNESE UND BÉCHAMEL

Erst die Bolognese, dann Béchamel und schichten. Warten lohnt sich.

4–6
Portionen

1 Stunde	45 Minuten	Auflaufform	4 bis 6
Arbeitszeit plus 1 bis 2 Stunden Köcheln	bei 180 °C	etwa 27 x 20 cm	Portionen

Das brauchst du

für die Bolognese

- [ ] 300 g Rinderhackfleisch, gern frisch vom Metzger
- [ ] 60 g Bauchspeck
- [ ] 1 kleine Zwiebel
- [ ] 1 kleine Karotte
- [ ] ½ Stange Staudensellerie
- [ ] 2 EL gutes Olivenöl
- [ ] 1 EL Tomatenmark
- [ ] nach Wunsch 100 ml trockener Rotwein
- [ ] 400 g passierte Tomaten
- [ ] 100 ml Rinderbrühe
- [ ] 1 Lorbeerblatt
- [ ] Salz, frisch gemahlener Pfeffer und eine Prise Zucker

für Béchamel und Form (27 x 20 cm)

- [ ] 250 g Lasagneblätter ohne Vorkochen
- [ ] 50 g Butter
- [ ] 50 g Mehl
- [ ] 750 ml Milch
- [ ] Salz, Pfeffer und frisch geriebene Muskatnuss
- [ ] 100 g frisch geriebener Parmesan oder anderer Reibekäse

So geht's

Teil 1: die Bolognese

1. Zwiebel, Karotte, Sellerie und Speck sehr fein würfeln.
2. Speck in Olivenöl auslassen, Gemüse 8 Minuten sanft andünsten.
3. Hack dazu und krümelig anbraten.
4. Tomatenmark 1 Minute mitrösten, nach Wunsch mit Rotwein oder etwas Brühe ablöschen.
5. Tomaten, Brühe, Lorbeer dazu, würzen, 1 bis 2 Stunden leise köcheln. Lorbeer heraus.

Teil 2: Béchamel, schichten, backen

6. Ofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze. Butter schmelzen, Mehl 1 Minute anschwitzen.
7. Kalte Milch nach und nach einrühren, 5 Minuten köcheln, mit Salz, Pfeffer, Muskat abschmecken.
8. Boden der Form mit etwas Bolognese bedecken, Platten darauf.
9. Bolognese, Béchamel, etwas Käse und Platten im Wechsel schichten, 3 bis 4 Lagen.
10. Letzte Lage ganz mit Béchamel bedecken, Käse darüber.
11. Etwa 45 Minuten goldbraun backen, dann 15 Minuten ruhen lassen.

die Kniffe

Etwas flüssiger: Die Nudelplatten ziehen im Ofen Flüssigkeit. Ist die Sauce zu dick, bleiben sie hart.

Kalte Milch: In die heiße Mehlschwitze gerührt, gibt es keine Klümpchen.

Oben alles bedecken: Wo die Platten frei liegen, werden sie im Ofen hart wie Papier.

REZEPTKARTE ZUM AUSDRUCKEN

Zucchiniröllchen

IN TOMATENRAHM

Hauchdünne Zucchini, Käse und Schinken, gerollt und in Tomatenrahm überbacken. Bei uns immer mit Reis.

4
Portionen

20 Minuten	30 Minuten	Auflaufform	4
Arbeitszeit	bei 180 °C Umluft	etwa 27 x 20 cm	Portionen

Das brauchst du

für die Röllchen

- [ ] 2 kleine Zucchini, zusammen etwa 400 g
- [ ] 200 g Gouda in dünnen Scheiben
- [ ] 200 g gekochter Schinken, hauchdünn geschnitten, oder Putenbrust-Aufschnitt
- [ ] 100 g geriebener Gouda zum Überbacken

für die Tomatenrahmsauce

- [ ] 1 Zwiebel
- [ ] 2 bis 3 Knoblauchzehen, ganz nach Geschmack
- [ ] 1 EL gutes Olivenöl
- [ ] 2 gehäufte EL Tomatenmark (etwa 40 g)
- [ ] 200 ml Sahne
- [ ] 150 ml Gemüsebrühe
- [ ] 1 TL geräuchertes Paprikapulver
- [ ] 2 TL Kräuter der Provence
- [ ] 1 TL Speisestärke
- [ ] Salz und frisch gemahlener Pfeffer

die Kniffe

Hauchdünn hobeln: Zu dicke Scheiben brechen beim Rollen.

Naht nach unten: Eng an eng gesetzt, halten sich die Röllchen gegenseitig. Kein Zahnstocher nötig.

Sauce etwas dicker: Die Zucchini geben im Ofen noch Wasser ab und verdünnen sie von selbst.

So geht's

1. Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen. Zucchini längs in zwei bis drei Millimeter dünne Scheiben hobeln.
2. Jeden Streifen mit Gouda und Schinken belegen und aufrollen.
3. Röllchen mit der Naht nach unten dicht an dicht in die Auflaufform setzen.
4. Zwiebel und Knoblauch fein würfeln und in Olivenöl glasig dünsten.
5. Tomatenmark eine Minute mitrösten.
6. Stärke in der kalten Brühe glatt rühren, mit Sahne, Paprika und Kräutern dazugeben, aufkochen, drei Minuten köcheln lassen und abschmecken.
7. Sauce über die Röllchen gießen und mit geriebenem Gouda bestreuen.
8. Etwa 30 Minuten goldbraun überbacken.
9. Mit Reis servieren, nach Wunsch Baguette oder Brot dazu.

REZEPTKARTE ZUM AUSDRUCKEN

Kürbissuppe
MIT HOKKAIDO

Hokkaido samt Schale, ein Topf und zum Schluss Kürbiskernöl, das niemals fehlen darf.

4–6
Portionen

15 Minuten	20 Minuten	1 Topf	4 bis 6
Arbeitszeit	Köcheln im Topf	etwa 3 Liter	Portionen

Das brauchst du

für die Suppe

- [ ] 400 g Hokkaido-Kürbis, gewogen ohne Kerne
- [ ] 100 g mehligkochende Kartoffeln
- [ ] 50 g Schalotten
- [ ] 1 Stück frischer Ingwer, etwa walnussgroß
- [ ] 20 g Butter
- [ ] ½ TL Paprikapulver edelsüß
- [ ] ½ TL Currypulver
- [ ] 1 Messerspitze Cayennepfeffer
- [ ] 400 ml Gemüsebrühe
- [ ] 200 ml Sahne oder Milch
- [ ] Salz, weißer Pfeffer und frisch geriebene Muskatnuss

zum Anrichten

- [ ] Kürbiskernöl, auf keinen Fall weglassen
- [ ] 2 EL Kürbiskerne

die Kniffe

Nicht schälen: Die Schale vom Hokkaido wird weich und verschwindet beim Pürieren.

Gewürze kurz rösten: Höchstens eine halbe Minute im Fett, sonst wird der Paprika bitter.

Kürbiskernöl: Keine Deko, sondern das Herzstück. Ohne fehlt einfach etwas.

So geht's

1. Hokkaido waschen, halbieren, entkernen und mit Schale würfeln.
2. Kartoffel schälen und würfeln, Schalotten und Ingwer fein schneiden.
3. Schalotten und Ingwer in Butter glasig dünsten.
4. Kürbis und Kartoffel dazugeben, Gewürze eine halbe Minute mitrösten.
5. Mit Brühe und der Hälfte der Sahne ablöschen und 15 bis 20 Minuten weich köcheln.
6. Restliche Sahne dazugeben, fein pürieren und mit Salz, weißem Pfeffer und Muskat abschmecken.
7. Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten.
8. Suppe mit Kürbiskernöl beträufeln und mit Kernen bestreuen.

REZEPTKARTE ZUM AUSDRUCKEN

Kartoffelsuppe

CREMIG MIT SPECK

Kartoffeln, Möhren, Porree und Speck aus einem Topf, mit Sahne fein püriert.

4–6
Portionen

15 Minuten	25 Minuten	1 Topf	4 bis 6
Arbeitszeit	Köcheln im Topf	etwa 4 Liter	Portionen

Das brauchst du

für die Suppe

- [ ] 500 g mehligkochende Kartoffeln
- [ ] 200 g Möhren
- [ ] 200 g Porree
- [ ] 100 g Schinkenspeckwürfel
- [ ] 30 g Butter
- [ ] 700 ml Fleischbrühe oder Geflügelbrühe
- [ ] 300 ml Sahne
- [ ] Salz, frisch gemahlener Pfeffer und frisch geriebene Muskatnuss

zum Anrichten

- [ ] 2 EL gehackte Petersilie

nach Wunsch obendrauf

- [ ] einige Scheiben Frühstücksspeck
- [ ] Würstchen in Scheiben

So geht's

1. Möhren schälen und in Stücke schneiden, Porree längs halbieren, waschen und in Ringe schneiden.
2. Kartoffeln schälen und grob würfeln.
3. Speckwürfel in Butter anbraten, Möhren und Porree fünf Minuten mitdünsten.
4. Kartoffeln und Brühe dazugeben, leicht würzen und 20 bis 25 Minuten weich köcheln.
5. Sahne dazugeben, fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
6. Mit Petersilie anrichten, nach Wunsch krossen Speck oder Würstchen dazugeben.

die Kniffe

Porree längs aufschneiden: Dann unter fließendem Wasser spülen, so knirscht später nichts.

Sparsam salzen: Speck und Brühe bringen schon viel mit. Nachwürzen geht am Ende immer.

Obendrauf nach Lust: Krosser Frühstücksspeck oder Würstchen in Scheiben, ganz nach Geschmack.

meine Notizen

Ideen & Upgrade · ideenundupgrade.de/kartoffelcremesuppe.html
Das Rezept mit Bildern zu jedem Schritt findest du auf der Seite. Kostenlos und ohne Anmeldung.

REZEPTKARTE ZUM AUSDRUCKEN

Sonntags-Pfannkuchen

DÜNN UND WEICH

Dünn, weich und goldbraun gesprenkelt. Für 16 bis 18 Pfannkuchen.

1 Minute Teig

5 Min. Teig anrühren	**10 Min.** Teig ruhen	**30 Min.** Ausbacken	**24 bis 28** cm, beschichtete Pfanne

Das brauchst du

für den Teig

- [ ] 600 g Milch
- [ ] 400 g heißes Wasser
- [ ] 4 Eier
- [ ] 2 EL Zucker (herzhaft: weniger oder keinen)
- [ ] 1 TL Salz
- [ ] 360 g Weizenmehl Type 405
- [ ] 4 EL neutrales Öl

So geht's

1. Wasser im Wasserkocher erhitzen, 400 g abwiegen. Alle Zutaten abwiegen.
2. **Handmixer:** Alle Zutaten zusammen in eine hohe Schüssel, 1 Minute glatt rühren.
   Schneebesen: Mehl mit Eiern und einem Drittel der Milch dick anrühren, Rest nach und nach dazu.
3. Den Teig 10 Minuten ruhen lassen.
4. Beschichtete Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze heiß werden lassen. Eine kleine Kelle Teig hinein und sofort schwenken.
5. Nach etwa 1 Minute, wenn der Rand golden ist und nichts mehr glänzt, mit dem Silikonlöffel wenden. Zweite Seite eine halbe Minute.
6. Auf einem Teller stapeln, mit einem Tuch abdecken, warm servieren.

die Kniffe

Das heiße Wasser macht die Pfannkuchen besonders weich. Der erste Pfannkuchen ist der Probelauf für die richtige Hitze.

Ohne Fett: Das Öl im Teig reicht, in einer gut beschichteten Pfanne brennt nichts an. Der Silikonlöffel schont die Beschichtung.

Herzhaft: Zucker reduzieren oder weglassen, dann passen Schinken, Käse oder Kräuterquark.

Vorbereiten: Teig abgedeckt über Nacht in den Kühlschrank, vor dem Backen durchrühren.

Warm halten: Teller bei 60 bis 80 °C in den Ofen, höchstens eine halbe Stunde.

meine Notizen

Ideen & Upgrade · ideenundupgrade.de/pfannkuchen-rezept.html
Das Rezept mit Bildern zu jedem Schritt findest du auf der Seite. Kostenlos und ohne Anmeldung.

REZEPTKARTE ZUM AUSDRUCKEN

Belgische Waffeln

KNUSPRIG UND LUFTIG

Dick, außen knusprig, innen luftig. Für etwa 8 Waffeln aus dem Doppelwaffeleisen.

2
Waffeln pro Durchgang

20 Min.	25 Min.	etwa 8	1
Teig mit Eischnee	Backen in 4 Runden	belgische Waffeln	Eisen für belgische Waffeln

Das brauchst du

für den Teig

- [ ] 125 g weiche Butter
- [ ] 75 g Zucker
- [ ] 1 Päckchen Vanillezucker
- [ ] 1 Prise Salz
- [ ] 3 Eier
- [ ] 250 g Weizenmehl Type 405
- [ ] 1/4 TL Backpulver
- [ ] 250 ml Milch
- [ ] 125 ml kaltes Mineralwasser mit Kohlensäure

zum Servieren

- [ ] Puderzucker
- [ ] Beeren und Sahne nach Lust

So geht's

1. Butter rechtzeitig weich werden lassen, alles abwiegen, Waffeleisen vorheizen.
2. Eier trennen. Eiweiß mit 1 Prise Salz in einer fettfreien Schüssel steif schlagen.
3. Butter, Zucker und Vanillezucker 2 bis 3 Minuten cremig rühren, Eigelbe einzeln unterrühren. Mehl und Backpulver mischen, abwechselnd mit der Milch kurz unterrühren. Kaltes Mineralwasser einrühren.
4. Ein Drittel Eischnee unterrühren, den Rest vorsichtig unterheben.
5. Sofort backen: so viel Teig in beide Felder, dass die Platten gerade bedeckt sind. Programm für belgische Waffeln, mittlere Bräunung.
6. Goldbraun backen, herausheben und einzeln auf ein Kuchengitter legen.
7. Mit Puderzucker bestäuben und warm servieren.

die Kniffe

Erst Eischnee, dann Teig: Fett am Rührbesen verhindert festen Eischnee, umgekehrt stört nichts.

Heben, nicht rühren: Die Luft im Eischnee macht die Waffeln fluffig. Danach gleich backen.

Weniger ist mehr: Der Teig geht noch auf. Nicht einfetten, nie Backtrennspray.

Knusprig bleiben: Nie stapeln, aufs Gitter legen. Warm halten bei 80 °C.

meine Notizen

Ideen & Upgrade · ideenundupgrade.de/belgische-waffeln-rezept.html
Das Rezept mit Bildern zu jedem Schritt findest du auf der Seite. Kostenlos und ohne Anmeldung.

REZEPTKARTE ZUM AUSDRUCKEN

Zwiebelkuchen

IN DER TARTEFORM

Mürbeteig ohne Hefe, saftige Füllung, knuspriger Rand. Für 8 Stücke.

28 cm Tarteform

30 Min.	45 Min.	200 °C	8 Stücke
Arbeitszeit	im Ofen	Ober- und Unterhitze	für 4 bis 6 Leute

Das brauchst du

Für den Boden

- [ ] 200 g Weizenmehl Type 405
- [ ] 100 g kalte Butter
- [ ] 1 Ei
- [ ] ½ TL Salz
- [ ] 1 bis 2 EL kaltes Wasser

Für die Füllung

- [ ] 750 g Zwiebeln
- [ ] 100 g Speckwürfel
- [ ] 1 EL Butter
- [ ] 200 g Schmand
- [ ] 2 Eier
- [ ] ½ TL Kümmel
- [ ] Salz, Pfeffer, eine Prise Muskat

So geht's

1. Mehl, Salz und kalte Butter zu Streuseln verreiben. Ei und 1 EL Wasser dazu, kurz zu einem glatten Teig kneten. 30 Minuten kalt stellen.
2. Zwiebeln in feine Streifen schneiden. Speck ohne Fett auslassen, Butter und Zwiebeln dazu und 15 bis 20 Minuten glasig dünsten, nicht bräunen.
3. Schmand und Eier verrühren, mit Kümmel, Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die etwas abgekühlten Zwiebeln unterheben.
4. Ofen auf 200 °C vorheizen. Teig auf etwa 32 cm ausrollen, in die gefettete Form legen, Rand hochdrücken, Boden einstechen.
5. Backpapier und getrocknete Erbsen auflegen, 12 Minuten blind backen. Papier und Erbsen herausnehmen.
6. Füllung einfüllen und 30 bis 35 Minuten goldbraun backen. 10 Minuten in der Form ruhen lassen, dann anschneiden.

der Kniff und Varianten

Das Blindbacken hält den Boden unter der feuchten Füllung knusprig. Für 24 cm von allem drei Viertel nehmen.

Vegetarisch: ohne Speck, dafür ½ TL geräuchertes Paprikapulver

Mit Lauch: die Hälfte der Zwiebeln durch 2 Stangen Lauch ersetzen

Mit Käse: 80 g geriebenen Bergkäse in den Guss

meine Notizen

REZEPTKARTE ZUM AUSDRUCKEN

Apfeltarte

IN DER TARTEFORM

Mürber Boden, Apfelfächer, Glanz wie beim Bäcker. Für 10 Stücke.

28 cm Tarteform

35 Min.	45 Min.	180 °C	10 Stücke
Arbeitszeit	im Ofen	Ober- und Unterhitze	für die Kaffeetafel

Das brauchst du

für den Boden

- [ ] 250 g Weizenmehl Type 405
- [ ] 125 g kalte Butter
- [ ] 80 g Zucker
- [ ] 1 Ei
- [ ] 1 Prise Salz
- [ ] 2 EL gemahlene Mandeln

für den Belag

- [ ] 5 säuerliche Äpfel, Boskoop oder Elstar
- [ ] 1 EL Zitronensaft
- [ ] 2 EL Zucker und 1 TL Zimt
- [ ] 20 g Butter in Flöckchen
- [ ] 3 EL Aprikosenkonfitüre

So geht's

1. Mehl, Zucker, Salz und kalte Butter zu feinen Streuseln verreiben. Ei dazu und rasch zu einem glatten Teig kneten. 30 Minuten kalt stellen.
2. Teig ausrollen, in die Form legen, Rand andrücken, Boden einstechen und mit den gemahlenen Mandeln bestreuen.
3. Äpfel schälen, vierteln, in 3 mm dünne Spalten schneiden und mit Zitronensaft beträufeln.
4. Spalten dachziegelartig von außen nach innen im Kreis legen. Zimtzucker darüber streuen, Butterflöckchen verteilen.
5. Bei 180 °C auf mittlerer Schiene 40 bis 45 Minuten backen. Bräunt der Rand zu stark, locker Alufolie auflegen.
6. Konfitüre erwärmen, durch ein Sieb streichen und auf die heißen Äpfel pinseln. Mindestens 20 Minuten abkühlen lassen.

der Kniff und Varianten

Die gemahlenen Mandeln fangen den Apfelsaft auf, so bleibt der Boden knusprig. Für 24 cm von allem drei Viertel nehmen.

Mit Mandelblättchen: 2 EL vor dem Backen über die Äpfel

Mit Birne: die Hälfte der Äpfel durch feste Birnen ersetzen, Prise Kardamom

Vorbacken: hält 2 Tage, vor dem Servieren 10 Minuten bei 150 °C aufbacken

meine Notizen

REZEPTKARTE ZUM AUSDRUCKEN

Joghurtkruste
IM GUSSEISENTOPF

Weizen, Roggen, Joghurt und ein Schuss Balsamico. Start im kalten Ofen. Für einen Laib.

3
Stunden
bis zum Brot

20 Min.	1½ Std.	240 °C	1 Laib
Arbeitszeit	Teig gehen lassen	Start im kalten Ofen	rund 15 Scheiben

Das brauchst du

für den Teig

- [ ] 240 g lauwarmes Wasser
- [ ] 10 g frische Hefe, ein Viertel Würfel
- [ ] 1 TL Honig
- [ ] 350 g Weizenmehl Type 550
- [ ] 150 g Roggenmehl Type 1150
- [ ] 100 g Naturjoghurt
- [ ] 2 TL Salz
- [ ] 1 TL Backmalz
- [ ] 2 EL heller Balsamico

außerdem

- [ ] Gusseisentopf mit Deckel, 24 bis 26 cm
- [ ] Öl und Mehl für den Topf
- [ ] dicke Ofenhandschuhe

So geht's

1. Hefe und Honig im lauwarmen Wasser auflösen.
2. Mit beiden Mehlsorten, Joghurt, Salz, Backmalz und Balsamico zu einem glatten Teig kneten: Küchenmaschine 4 bis 5 Minuten, von Hand 8 bis 10 Minuten.
3. In einer leicht bemehlten Schüssel abgedeckt 1½ Stunden gehen lassen.
4. Topf einfetten und mit Mehl ausstäuben. Teig mehrmals zur Mitte falten, zum Laib formen und mit der Naht nach unten in den Topf legen.
5. Mit Mehl bestäuben, einmal längs einschneiden. Deckel drauf, Topf in die unterste Schiene des kalten Ofens, 240 °C Ober- und Unterhitze, 50 bis 60 Minuten backen.
6. Deckel ab und etwa 5 Minuten bräunen. Aus dem Topf nehmen und auf dem Gitter auskühlen lassen.

der Kniff

Der kalte Ofen ist Absicht: Der Teig geht beim Aufheizen noch einmal auf und du musst nie mit einem heißen Topf hantieren.

Ohne Backmalz: gelingt auch, die Kruste wird nur etwas heller.

Trockenhefe: statt 10 g frischer Hefe etwa 3,5 g, ein halbes Päckchen.

meine Notizen