

# Der ultimative Showdown zwischen Kaffeepads und gemahlenem Kaffee

Kaffee ist weltweit ein beliebtes Getränk, und die Art und Weise, wie er zubereitet und genossen wird, hat sich erheblich weiterentwickelt. Zwei beliebte Methoden der Kaffe Zubereitung sind heute die Verwendung von Kaffeepads und gemahlenem Kaffee. Jede Methode bietet ein einzigartiges Erlebnis in Bezug auf Komfort, Geschmack, Umweltverträglichkeit und Kosten. Dieser Blogbeitrag befasst sich mit den Unterschieden zwischen diesen beiden Zubereitungsmethoden.

## Bequemlichkeit

Kaffeepads bieten einen unvergleichlichen Komfort. Sie sind für den einmaligen Gebrauch bestimmt und enthalten bereits abgemessenen Kaffee, so dass das Abmessen des Kaffees oder das Hantieren mit Filtern entfällt. Maschinen, die Kaffeepads verwenden, sind in der Regel einfach zu bedienen: Pads einlegen, einen Knopf drücken, und der Kaffee ist in wenigen Sekunden fertig. Dieser Komfort ist ein wichtiges Verkaufsargument für vielbeschäftigte Menschen oder für diejenigen, die eine unkomplizierte Kaffe Zubereitung bevorzugen.

Gemahlener Kaffee hingegen erfordert etwas mehr Aufwand. Sie müssen den Kaffee abmessen, die Kaffeemaschine vorbereiten und sich manchmal mit Filtern beschäftigen. Dieser Prozess dauert zwar länger, bietet aber mehr Flexibilität und Kontrolle über die Stärke und den Geschmack des Kaffees.

## Geschmack und Qualität

Wenn es um die Qualität des Gebräus geht, hat gemahlener Kaffee oft die Nase vorn. Frisch gemahlene Kaffeebohnen haben

mehr Geschmack und Aroma, da beim Mahlen ätherische Öle und Aromen freigesetzt werden, die den Kaffeegenuss verbessern. Außerdem können Sie den Mahlgrad und die Brühmethode an Ihre Geschmacksvorlieben anpassen.

Kaffeepads sind zwar praktisch, können aber manchmal geschmackliche Abstriche machen. Der Kaffee in Pads ist vorgemahlen und verpackt, was mit der Zeit zu einem gewissen Geschmacksverlust führen kann. Hochwertige Kaffeepads sind jedoch so konzipiert, dass sie ihre Frische bewahren, und die besten von ihnen können mit dem Geschmack von frisch gemahlenem Kaffee mithalten.

### **Vielfalt und Individualität**

Gemahlener Kaffee bietet eine breite Palette von Sorten und Mischungen aus verschiedenen Regionen mit jeweils einzigartigen Geschmacksprofilen. Sie können mit verschiedenen Zubereitungsmethoden experimentieren, z. B. French Press, Tropfkaffee oder Espresso, und den Mahlgrad für jede Methode anpassen.

Kaffeepads bieten ebenfalls eine Vielzahl von Geschmacksrichtungen und Stärken, aber die Auswahl ist auf das beschränkt, was in Form von Pads erhältlich ist. Die individuelle Anpassung ist auf die Möglichkeiten der Kapselmaschine beschränkt, z. B. auf die Menge des verwendeten Wassers.

### **Umweltverträglichkeit**

Die Auswirkungen auf die Umwelt sind ein wichtiger Streitpunkt beim Vergleich von Kaffeepads und gemahlenem Kaffee. Herkömmliche Kaffeepads werden häufig aus Kunststoff und Aluminium hergestellt, die schwer zu recyceln sind und zur Umweltverschmutzung beitragen können. Einige Marken haben recycelbare oder biologisch abbaubare Kapseln auf den Markt gebracht, aber diese Optionen sind noch nicht weit verbreitet.

Gemahlener Kaffee erzeugt weniger Abfall, vor allem wenn Sie eine Methode verwenden, die keine Papierfilter erfordert. Der gebrauchte Kaffeesatz kann kompostiert werden, was zur Umweltfreundlichkeit beiträgt.

## **Kosten**

In Bezug auf die Kosten ist gemahlener Kaffee im Allgemeinen günstiger. Der Kauf von Kaffeebohnen oder vorgemahlenem Kaffee in großen Mengen ist pro Portion preiswerter als der Kauf von Kaffeepads.

Kaffeepads sind zwar praktisch, aber auch teurer. Sie zahlen einen Aufpreis für die Bequemlichkeit von abgepacktem Kaffee in Einzelportionen. Außerdem können die Maschinen für Kaffeepads eine Investition sein.

## **Wartung und Ausrüstung**

Kaffeepadmaschinen sind im Allgemeinen wartungsarm. Sie müssen regelmäßig mit Wasser aufgefüllt und gelegentlich entkalkt werden, brauchen aber nicht nach jedem Gebrauch aufwendig gereinigt zu werden.

Für gemahlene Kaffee werden je nach Brühmethode unterschiedliche Geräte benötigt. Einige Methoden, wie z. B. eine französische Presse, erfordern nur minimale Ausrüstung und Wartung, während andere, wie z. B. eine Espressomaschine, komplexer sein können und regelmäßige Reinigung und Wartung erfordern.

Die Entscheidung zwischen Kaffeepads und gemahlenem Kaffee hängt von den persönlichen Vorlieben in Bezug auf Bequemlichkeit, Geschmack, Vielfalt, Umweltverträglichkeit, Kosten und Wartung der Geräte ab. Kaffeeliebhaber, die die traditionelle Zubereitungsmethode mit gemahlenem Kaffee bevorzugen, können sich in Fachgeschäften wie [Kaffee Henk](#) umsehen und ihr Kaffeelerlebnis verbessern. Sie bieten eine große Auswahl an hochwertigen Kaffeebohnen für verschiedene

Geschmäcker und Vorlieben und sorgen für ein reichhaltigeres und authentischeres Kaffeeerlebnis als herkömmliche Kaffeepads.

---

## Apfelkuchen mit Zimt und Vanillezucker

Jetzt in der Herbstzeit hat man meistens sehr viele Äpfel zuhause, die es ja im Sätsommer und dann eingelagert für den Herbst und Winter frisch von unseren Feldern auf den Tisch gibt. Deutschland ist ja ein Apfelland, dieses Obst hat bei uns große Tradition und wird sehr verbreitet angebaut.



Einfache Apfelverwertung

Was sagen Sie da einem Hamburger, der das Alte Land im Westen

Hamburgs sozusagen vor der Haustür hat? Das größte zusammenhängende Obstanbaugebiet Europas? Vor kurzem habe ich sogar eine Wanderung durch das Alte Land bei herrlichem Sonnenschein und bestimmt 32 °C gemacht. Es ist beeindruckend, wie viele Apfelbäume es dort gibt. Geschätzt und hochgerechnet würde ich sagen, es ist bestimmt eine hohe 5-stellige Zahl an Obstbäumen, die dort wachsen und ihre Früchte tragen.

Zurück zum Kuchen. Wenn man nach einiger Zeit einige Äpfel hat, die merklich einschrumpfen, nicht mehr sehr saftig sind und auch braune Stellen aufweisen, dann ist es an der Zeit, schnell eine Verwertung für diese zu finden.

So geschehen bei diesem Rezept. Ich hatte tatsächlich etwa 10 Äpfel, die ich verwerten wollte bzw. musste. Ein normaler, eventuell sogar mit Streuseln gedeckter Kuchen mit Apfelspalten kam nicht in Frage, dazu waren es zu viele Äpfel. Ein anderes Kuchenrezept einer befreundeten Foodbloggerin, bei der ganze Apfelhälften, mehrfach längs eingeschnitten und auf den Kuchenboden gelegt, verwendet werden, bot sich auch nicht an, auch hierfür war die Apfelmenge einfach zu groß.

Ich entschied mich dann einfach für folgendes: Ich habe die Äpfel nach dem Schälen, Putzen und Entfernen des Kerngehäuses einfach in schmale Spalten geschnitten. Und diese quer in ganz feine Stücke. Diese gab ich in eine Schüssel und habe sie kräftig mit Zimt und echtem Vanillezucker vermischt. Fertig war die Füllung für den Mürbeteig. Der Apfelkuchen hat zwar eine stattliche Höhe, lässt sich aber dennoch noch gut schneiden, ist kompakt und hält zusammen.

Also ein insgesamt leckeres Ergebnis. Und eine gelungene Resteverwertung.



Lecker und leicht süß

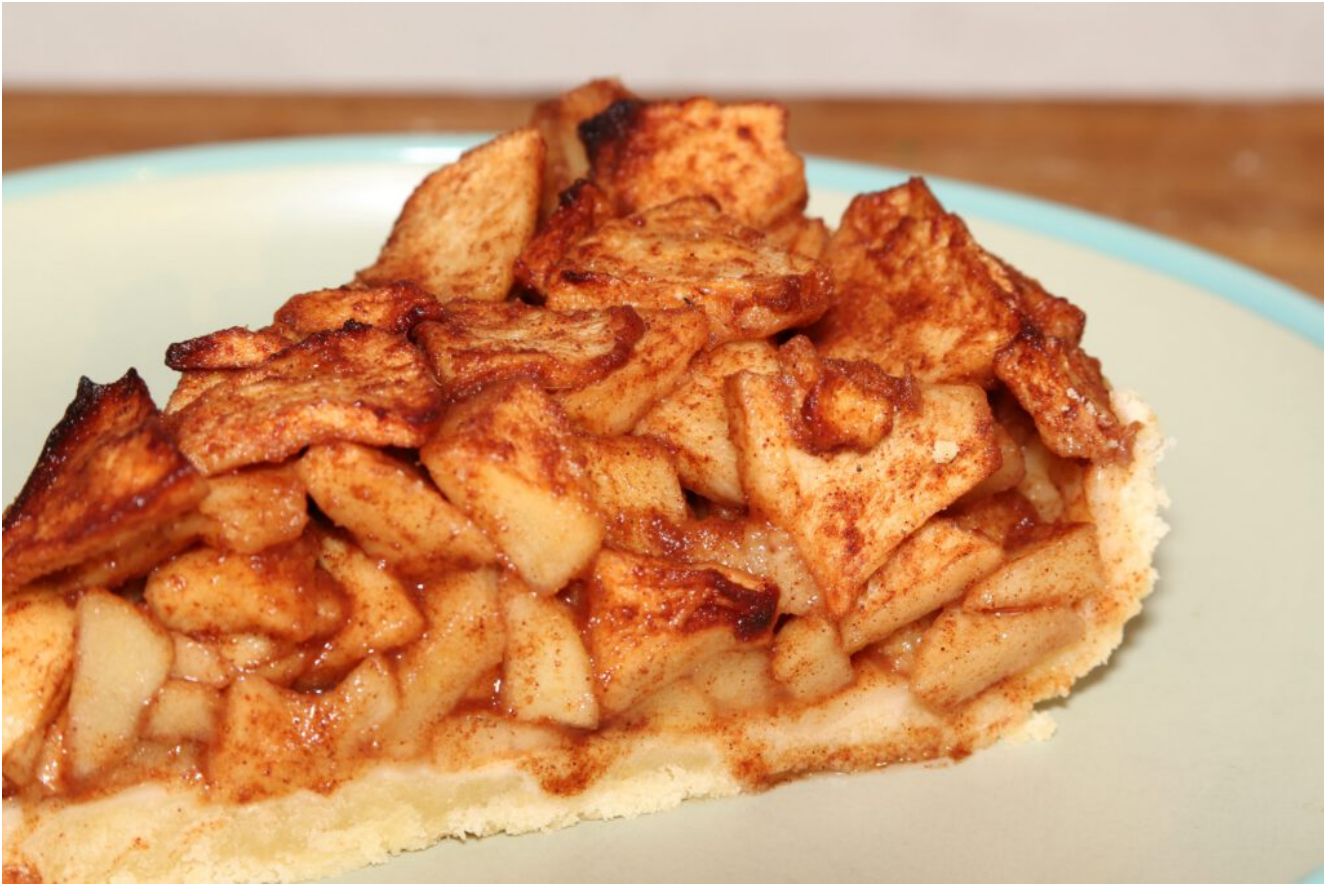
*Für den Mürbeteig:*

- [Grundrezept](#)

*Für den Belag:*

- 10 Äpfel
- 3 TL Zimt
- 5 TL Vanillezucker
- 1 Zitrone (Saft)

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Verweildauer im Backofen 30 Min. bei 170 °C*



Mit Zimt und Vanillezucker  
Mürbeteig nach dem Grundrezept zubereiten.

Äpfel schälen, putzen, Kerngehäuse entfernen, Äpfel in Spalten schneiden und diese quer in feine Stücke schneiden. In eine Schüssel geben.

Zimt und Zucker dazugeben und alles gut mit der Hand vermengen.

Füllmasse auf den Mürbeteig geben.

Die oben angegebene Zeit in den Backofen geben.

Herausnehmen, abkühlen lassen, Backform und Backpapier entfernen und Kuchen auf eine Kuchenplatte geben.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

---

# Früchte-Plätzchen



Ein wenig zu dunkel geworden ...

Das vierte Rezept für Weihnachtsplätzchen, die ich für die Familienangehörigen zubereite und backe. Sie werden es sicherlich anhand der Zutaten, abgesehen von den hier verwendeten Kräuterteezutaten, erkennen. Es ist ein Rezept für ganz normale Plätzchen aus Mürbeteig. Das ist vermutlich eines der wahren Grundrezepte beim Backen von Weihnachtsplätzchen, das Rezept ist sehr bekannt und verbreitet und wird sehr gern für die Weihnachtsbäckerei herangezogen.

Bei diesen Plätzchen habe ich nur eine kleine Variante ausprobiert. Ich hatte nämlich ein großes Glas mit Früchte-Kräutertee vorrätig, den ich sicherlich nicht zubereitet und als Tee getrunken hätte. Aber die vielen Zutaten, vor allem die Gewürze wie Zimt, Kardamom, und Nelken, erinnerten mich doch stark an Weihnachtsbäckerei. Und so habe ich die Zutaten

einfach komplett für den gewöhnlichen Mürbeteig für die Weihnachtsplätzchen verwendet. Indem ich sie einfach in der Küchenmaschine sehr fein gerieben und dann untergemischt habe.

Die Plätzchen haben leider ein wenig zuviel Temperatur bekommen. Sie sind nicht angebrannt, aber doch stark dunkel geworden. Das ist meinem neuen Herd mit Backofen geschuldet, der anders als das Vorgängermodell, bei dem unter anderem der Backofen nicht mehr die eingestellte Temperatur hielt, doch ganz korrekt backt und kocht. Und da waren eben die vorgegebene Temperatur von 200 °C doch etwas zuviel für das Gebäck, so dass ich die Temperatur für dieses Rezept schnell in 180 °C geändert habe. So klappt's dann auch mit den Plätzchen, nicht nur mit dem Nachbar. ☐

*Für etwa 40 Plätzchen:*

- 250 g Mehl
- 60 g Zucker
- 125 g weiche Butter
- 1 Ei
- 1 Msp. Backpulver
- 1 Prise Salz
- 1 Glas Früchte-Kräutertee (90 g):
  - Hibiskusblüten
  - Apfelstücke
  - Hagebuttenschalen
  - Cassia-Zimt
  - kandierte Ananasstücke
  - Kardamom
  - Nelken

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit | Verweildauer im Backofen pro Portion 15 Min. bei 180 °C*

Kräutertee in der Küchenmaschine sehr fein häckseln.

Alle Zutaten in einer großen Schüssel mit den Händen zu einem Teig verkneten.

Teig zu einer Kugel formen, in Alufolie wickeln und eine Stunde in den Kühlschrank geben.

Backpapier auf ein Backblech legen.

Teig auf einem großen, bemehlten Schneidebrett mit einem ebenfalls bemehlten Backholz zu etwa 2–3 mm Stärke ausrollen. Plätzchen mit beliebigen Plätzchenformen ausstechen und auf das Backblech legen. Die oben angegebene Zeit auf mittlerer Ebene im Backofen backen.

Den oben beschriebenen Arbeitsschritt noch einmal durchführen, damit der Teig aufgebraucht wird.

Plätzchen jeweils in eine Schüssel geben und abkühlen lassen. Am besten in einer Metallschachtel aufbewahren.

Bei Bedarf die Plätzchen gern noch weiter dekorieren, mit Puderzucker- oder Schokoladenguss, buntem Streusel oder anderen Dekormaterialien.

---

## **Nussmakronen**



Einfache, aber leckere Nussmakronen

Hier folgt das dritte Rezept für Weihnachtsplätzchen. Sie haben die beiden ersten Rezepte gestern sicherlich aufmerksam verfolgt. Vielleicht haben sie Sie animiert, die Plätzchen für die Adventszeit auch zu backen?

Dieses Rezept für Nussmakronen ist sicherlich sehr bekannt und verbreitet. Es sind im Grunde nur gemahlene Nüsse mit Eischnee, dazu noch etwas Zucker. Sie werden aufgrund der Feinheit der Masse mit einem Spritzbeutel auf Oblaten aufgespritzt und dann gebacken.

Die Handhabung eines Spritzbeckels ist nicht immer ganz einfach. Und man holt sich wirklich kräftig verschmierte Hände und Finger mit dieser klebrig-süßen Aufspritzmasse. Aber was soll's, dafür wird an Weihnachten gebacken und dafür gibt es den Wasserhahn an der Spüle.

Setzen Sie übrigens bei der Vorbereitung zum Backen die Makronen nicht zu dicht aneinander und lassen Sie ihnen somit

etwas Platz auf dem Backblech. Die Makronen zerfließen beim Backen leicht, nehmen damit mehr Raum auf dem Backblech ein und würden sonst ineinander überlaufen. Dann doch lieber einen zweiten Durchgang mit insgesamt weniger Makronen auf einem Backblech starten.

Variiert habe ich übrigens das Standardrezept für Nussmakronen dadurch, dass ich sowohl Haselnüsse als auch Mandeln für die Nussmasse verwendet habe. Und auch die Makronen werden ganz korrekt aufgeteilt in eine Hälfte mit einer ganzen Haselnuss obenauf und eine Hälfte mit einer ganzen Mandel obenauf.

Der Fairness halber will ich am Ende dieser Backbeschreibung auch noch die Website erwähnen, auf der ich dieses Rezept gefunden habe, und zwar einfachbacken.de.

*Für etwa 30 Stück:*

- 3 Eiweiß
- 1 Prise Salz
- 200 g Zucker
- 1 Zitrone (Schalenabrieb)
- 110 g Haselnüsse
- 110 g Mandeln
- 15 ganze Haselnüsse
- 15 ganze Mandeln
- 30 runde Oblaten (Ø 5 cm)

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Verweildauer im Backofen 10 Min. bei 170 °C Umluft*

Eier aufschlagen, trennen und Eiweiße mit einer Prise Salz in der Küchenmaschine sehr steif schlagen. Nach 2 Minuten Zucker während dem Schlagen langsam einrieseln lassen.

Schale der Zitrone auf einer feinen Küchenreibe in eine Schale fein abreiben. Haselnüsse und Mandeln in der Küchenmaschine fein reiben. Zitronenschale mit den Nüssen vermischen.

Masse vorsichtig unter den Eischnee heben und vermischen.

Backpapier auf einem Backblech auslegen.

30 Oblaten auf dem Backblech verteilen. Nussmasse in einen Spritzbeutel mit großer Tülle füllen. Den Spritzbeutel jeweils in der Mitte einer Oblate ansetzen, einen Klecks aufspritzen, bis nur noch 1–2 mm der Oblate zu sehen ist und dann langsam den Spritzbeutel nach oben ziehen, um der Makrone Platz zu lassen. Jeweils eine ganze Nuss auf eine Makrone setzen.

Backblech auf mittlerer Ebene die oben angegebene Zeit im Backofen backen.

Herausnehmen, abkühlen lassen und dann in einer Keksdose aus Blech lagern.

---

## Brownies

Ich hole diesen Beitrag von Ende Oktober jetzt Ende November nochmals hervor. Denn im Oktober fand das erste Testbacken für die Honigküchlein statt. Nun, Ende November, backt der Weihnachtsmann die finalen Plätzchen für den Versand an seine Schützlinge, die ihre Weihnachtsplätzchen noch vor Beginn der Adventszeit bekommen sollen.

--

Sie kennen sicherlich Brownies und haben schon diverse davon gebacken? Dann ist dieses Rezept natürlich nichts neues für Sie. Ich oute mich hier einmal: Es sind die ersten Brownies, die ich in meinem Leben gebacken habe. Als zweite Sorte Adventsplätzchen für die Familienangehörigen in der Adventszeit.

Gut, Schokoladen- oder Kakaokuchen habe ich schon diverse gebacken, und diese sind immer gut gelungen. Nicht aber diese kleinen Schokoküchlein, weltbekannt als Brownies.



### Exzellente Brownies

Ich habe natürlich im Internet recherchiert, um ein gutes Rezept zu finden. Und bin auf der Website [gutekueche.at](http://gutekueche.at) auf dieses Rezept gestoßen. Es erschien mir einfach, aber gut. Und da ich die Plätzchen, die ich im November für die Familienangehörigen backen will, gerne vorher probieren und essen will, musste natürlich ein Testbacken her, damit ich dies bei diesen Brownies durchführen kann.

Und, ich muss sagen, die Brownies sind gut gelungen und schmackhaft. Ich wusste zwar nicht, was Zartbitterschokolade und Halbbitterschokolade bedeutet. Denn mein Discounter hatte nur Bitterschokolade mit 70 % Kakaoanteil. Und dann die gewöhnliche Vollmilkschokolade. Da dies ein erster Backtest ist, habe ich eine Tafel „Feinherb“ und eine Tafel „Alpenmilch“ gekauft. Okay, das ist sicherlich nicht bitter genug. Aber es reicht aus, um die Brownies zu testen. Und für

die eigentlichen Advents-Brownies besorge ich dann doch eher Bitterschokolade. Dann werden die Brownies auch so richtig dunkelbraun, wie man sie aus der Werbung und aus Kochsendungen kennt.



Beim nächsten Mal deutlich dunkler

Übrigens, was macht man, wenn ein Rezept einen Anteil von 85 g ausweist? Die Tafel Schokolade aber 100 g Gewicht hat? Genau abwiegen und portionieren? Nein, ich habe beide Tafeln im Ganzen genommen. Und einfach einen Teil der Butter weggelassen. Das Ergebnis ist dennoch gut geworden,

*Für 18 Portionen:*

- 85 g Zartbitterschokolade
- 85 g Halbbitterschokolade
- 170 g Butter
- 4 Eier
- 180 g Puderzucker
- 1 TL Vanillezucker

- 140 g Mehl
- 1 Prise Salz
- Fett zum Einfetten

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Verweildauer im Backofen 30 Min. bei 170 °C*

Eine eckige Blechkuchenform/Springform oder auch eine große, rechteckige Auflaufform mit dem Backpinsel mit Fett einfetten.

Die Schokolade klein zerbrechen und in einen kleinen Topf geben. Die Butter dazugeben. Alles unter Rühren mit dem Schneebesen schmelzen. Vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen.

Eier aufschlagen und in eine Küchenmaschine geben. Puderzucker und Vanillezucker dazugeben. Alles schaumig rühren. Schokolade-Butter-Mischung tröpfchenweise dazu geben und alles gut verrühren. Schließlich das Mehl mit dem Salz dazugeben und ebenfalls alles gut verrühren.

Teig in die gefettete Back- oder Auflaufform geben und gut verteilen. Die oben angegebene Zeit auf mittlerer Ebene im Backofen backen.

Herausnehmen und abkühlen lassen.

In kleine Rechtecke schneiden und in eine Schüssel geben.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Honigkuchlein



Ho ho ho!

Ich hole diesen Beitrag von Ende Oktober jetzt Ende November nochmals hervor. Denn im Oktober fand das erste Testbacken für die Honigküchlein statt. Nun, Ende November, backt der Weihnachtsmann die finalen Plätzchen für den Versand an seine Schützlinge, die ihre Weihnachtsplätzchen noch vor Beginn der Adventszeit bekommen sollen.

Ein Hinweis für Sie: Ich habe aufgrund der Anzahl meiner Familienangehörigen die doppelte Menge der in diesem Rezept zubereiteten Plätzchen gebacken. Sie haben vielleicht eine fortschrittliche und auch teure Küchenmaschine wie eine Kenwood oder KitchenAid. Dann haben Sie keine Probleme, eine Plätzchenmasse mit einem Kilogramm Mehl und allen restlichen Zutaten zu verarbeiten. Mir kam dieser Gedanke an die Masse des Teiges jedoch erst beim Zubereitung des Teigs. Und dann fiel mir ein, dass meine einfache Küchenmaschine nur einen Rührteig mit maximal 500 g Mehl plus aller anderen Zutaten verarbeiten kann. Macht im Grunde nichts, habe ich die altbewährte Methode gewählt und den Teig kräftig mit der Hand durchgemischt und geknetet.

Wenn Sie übrigens Plätzchen in einer größeren Menge oder auf Vorrat backen wollen, was ich hier tue und was sich generell für die Adventszeit anbietet, und Sie vielleicht auch noch einige andere Plätzchensorten backen wollen, dann nehmen Sie sich doch an einem Wochenende einen Vormittag und Nachmittag

Zeit. Der Backofen kann gleich die ganze Zeit durchlaufen, meistens benötigt man ja 170–180 °C Umluft. Und während die eine Plätzchensorte im Backofen backt, bereiten Sie den Teig für die nächste Plätzchensorte zu. Diese wiederum backen Sie, parallel dazu folgt der nächste Teig usw. usw.

--

Die Weihnachtszeit beginnt bald. Überlegen Sie auch schon, welche Plätzchen Sie für Ihre Lieben für die Adventszeit und besonders die -sonntage backen können? Vielleicht hilft Ihnen dieses Rezept weiter.

Es ist eigentlich ein Rezept für einen Honigkuchen, gebacken in einer Kastenform für eine großen Kuchen. Ich selbst benötige aber ein Rezept für Honigplätzchen oder -küchlein. Also habe ich dieses Rezept zweckentfremdet. Wenn Sie den großen Kuchen backen wollen, auch gut. Geben Sie den Teig einfach in eine eingefettete Kastenbackform.



Schöner Honiggeschmack

Wollen Sie aber ebenso wie ich Plätzchen oder Küchlein für die Adentszeit backen, schauen Sie einmal, welche Backform hierfür geeignet sein kann. Die Küchlein sollen in einer Art von Brownies gebacken werden. Also nicht so hoch und rechteckig, im Grunde nicht in Form von ausgestochenen Plätzchen.

Ich habe für das Backen eine rechteckige Auflaufform zweckentfremdet. Der Teig passt gut und komplett hinein und ist einige Zentimeter hoch. Also wird es etwas mit den Küchlein. Und mit dem Backpulver im Teig gehen die Küchlein auch schön auf.

Wenn Sie eine große Menge an Honigküchlein backen wollen – und das steht mir im November bevor – können Sie auch die doppelte Menge an Teig zubereiten. Und für das Backen die Fettwanne des Backofens verwenden, die z.B. auch mit Wasser gefüllt zum Backen und gleichzeitig Dämpfen für einen American Cheese Cake verwendet wird.

Ich selbst habe ja vor einigen Jahren den Part meiner Mutter in der Familie übernommen, unsere restlichen Familienmitglieder in der Adventszeit postalisch mit Adventsplätzchen zu versorgen. Meine Mutter ist mittlerweile dement und lebt in einem Pflegeheim. Aber was will man auch schon erwarten, wenn sie im November den 94sten Geburtstag feiert. Aber auch schon vor Beginn der Demenz vor etwa 2 Jahren war es ihr zu mühsam geworden, beim Backen der Plätzchen stundenlang in der Küche zu stehen, weshalb sie das Backen schon vor Jahren aufgegeben hat. Und so bin ich an der Reihe, da ich ja gerne koche und backe.

Mittlerweile versorge ich nicht nur die restlichen fünf Familienmitglieder, sondern dieses Jahr auch einen neu gewonnenen, sehr netten Freund in Hamburg.

Und da ich diese Honigküchlein bisher noch nicht zubereitet habe, ist dies somit ein Probebacken für die eigentlichen Adventsplätzchen, an die ich mich Mitte November heranwage.

Und der Fairness halber will ich natürlich noch den Fundort dieses Rezepts nennen, es ist die Website [gutekueche.at](http://gutekueche.at), auf der auch sonst noch viele schöne Rezepte zu finden sind.



Mit leckeren Gewürzen

Passen Sie bitte bei der Backzeit auf. Der Kuchen braucht laut Originalrezept 60 Minuten bei 180 °C. Da die Küchlein in der Auflaufform sehr viel dünner und nicht so voluminös sind wie der Kuchen, reduziert sich die Backzeit auf 30–45 Minuten. Sie sind auch dann gut durchgebacken. Immer mal kurz einen Blick in den Backofen werfen, wenn die Küchlein zu dunkel werden, das Innere mit einem Zahnstocher prüfen, ob die Küchlein durchgebacken sind, und eventuell früher herausnehmen.

*Für 18 Plätzchen:*

- 250 g Honig
- 120 g brauner Zucker
- 100 g Butter
- 500 g Mehl

- 1 Pk. Backpulver
- 1 TL Zimt
- 1 TL Ingwerpulver
- 1 TL Kardamom
- 1 TL Muskatnuss
- 100 g Walnüsse
- 1 Prise Salz
- 2 Eier
- einige EL Puderzucker

*Zubereitung: Vorbereitungszeit 20 Min. | Verweildauer im Backofen 30–45 Min. bei 180 °C*

Inhalte der Kardamomkapseln auf einen Teelöffel geben, um die Menge abzumessen, in einen Mörser geben und fein mörsern.

Zusammen mit dem geriebenem Zimt, Ingwer und Muskatnuss in eine Schale geben.

Walnüsse in der Küchenmaschine fein häckseln.

Backofen auf 180 °C Umluft erhitzen.

Honig, Zucker und Butter in einem kleinen Topf erhitzen und den Zucker und die Butter schmelzen, alles gut verrühren, dann vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Eier aufschlagen und in der Küchenmaschine schaumig rühren.

Mehl, Backpulver, Gewürze, Walnüsse und eine Prise Salz dazugeben. ebenso die Honig-Zucker-Butter-Mischung. Alles zusammen zu einem dicken, sämigen Teig rühren.

Eine geeignete Backform wählen und mit etwas Öl einfetten. Den Teig hineingeben, gut verteilen und verstreichen.

Auf mittlerer Ebene je nach Backform etwa 30–45 Minuten backen. Zwischendurch prüfen, ob der Teig durchgebacken ist.

Herausnehmen, abkühlen lassen und mit Puderzucker bestäuben.

Dann in rechteckige Küchlein schneiden und in eine Schüssel geben.

Servieren. Guten Appetit!

*Nachtrag:* Die Honigplätzchen gelingen gut. Sie sind allerdings ein wenig trocken. Entweder geben Sie für mehr Saftigkeit ein drittes Ei in den Teig. Oder Sie achten doch auf die Backzeit und backen die Honigplätzchen maximal 30 Minuten, damit sie innen noch sehr saftig sind.

---

## **Rinderherzglasch mit Rosenkohl und Kartoffeln**

Wie bereiten Sie am liebsten eine Sauce für ein Ragout oder Gulasch zu? Klassisch mit Tomatenmark und Rotwein? In einer Weißweinsauce? Mit Senf? Oder mit Sahne und/oder Crème fraîche? Oder haben Sie noch weitere Varianten, die Sie mir sogar mitteilen können, um mein Saucenspektrum zu erweitern?



Sauce tomatisiert und mit Rotwein gebildet

Ich hatte zunächst an ein Ragout mit Rinderherz gedacht. Mit einer Senfsauce vielleicht. Dann kam in einem Rezept-Newsletter der Supermarktkette REWE ein Vorschlag für ein Gulasch in einer klassischen Sauce. Nicht mit Nudeln oder Reis als Sättigungsbeilage. Sondern mit Rosenkohl. Was ich schnell mit Kartoffeln ergänzte. Beides nach dem Garen kurz angebraten, um die Röststoffe auf das Gulasch zu geben.

Und dieses Rezept ist tatsächlich ein Rezept für eine Gulaschsauce klassischer Art. Natürlich mit Zwiebeln, die in der Sauce schmelzen und diese sämiger machen. Allerdings nicht in der Weise, dass Fleisch und Zwiebeln jeweils zur Hälfte verwendet werden, das wäre dann nämlich ein Saftgulasch. Mit vielen Gewürzen. Dann tomatisiert mit Tomatenmark. Und abgelöscht mit Gemüsebrühe und trockenem Rotwein. Am besten alles lange schmoren und dann die Sauce noch eine halbe Stunde einreduzieren,

Ich kann Ihnen nur sagen, dass dieses Gulasch wirklich hervorragend gelingt. Und die klassische Sauce ist echt eine

Bombe! Sie schmeckt so gut, dass man sich im wahrsten Sinne des Wortes hineinsetzen könnte. Klasse!

Ach übrigens, das Rinderherz, ein sehr fester, kompakter Muskel, der beim Braten leicht zäh und hart wird, wird durch das lange Schmoren hervorragend weich und zart. Es kann zwar den Vergleich mit Bratenfleisch, das einige Stunden geschmort wurde und das man mit der Gabel zerteilen kann, nicht ganz bestehen. Aber es gelingt sehr zart und schmeckt sehr lecker.



Ein klassisches und hervorragendes Gulasch  
*Für 2 Personen:*

- 400 g Rinderherz
- 2 Zwiebeln
- 6 Knoblauchzehen
- 2 EL Tomatenmark
- Cayennepfeffer
- edelsüßes Paprikapulver
- 1 TL getrockneter Majoran

- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 300 ml Vin de Pays (trockener Rotwein)
- 300 ml Gemüsebrühe
- Rapsöl
- 200 g Rosenkohl
- 4 Kartoffeln

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 2,5 Stdn.*

Zwiebeln schälen, in Streifen schneiden und in eine Schale geben.

Knoblauch schälen, mit einem breiten Messer flach drücken, kleinschneiden und zu den Zwiebeln geben.

Rinderherz in kleine Würfel schneiden und in eine Schale geben. mit Cayennepfeffer, Paprikapulver, Majoran, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Gewürze in das Fleisch ein wenig einmassieren.

Öl in einem Topf erhitzen und Fleisch und Gemüse scharf anbraten. Dabei des Öfteren mit dem Kochlöffel umrühren.

Tomatenmark dazugeben und ebenfalls mit anbraten.

Mit der Brühe und dem Wein ablöschen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur 2,5 Stdn. schmoren.

Eine halbe Stunde vor Ende der Garzeit Rosenkohl putzen und in eine Schüssel geben. Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und ebenfalls in eine Schüssel geben.

Während dieser halben Stunde den Deckel vom Gulasch nehmen und Sauce noch kurz einreduzieren lassen.

Wasser in einem Topf erhitzen und Rosenkohl und Kartoffeln

darin etwa 15 Minuten garen. Kochwasser durch ein Küchensieb abschütten.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Rosenkohl und Kartoffeln darin unter Rühren einige Minuten kross anbraten.

Sauce des Gulasch abschmecken und bei Bedarf nachwürzen.

Gulasch mit Sauce auf zwei tiefe Teller verteilen.

Rosenkohl und Kartoffeln auf die beiden Teller auf das Gulasch verteilen.

Röststoffe am Boden der Pfanne mit dem Pfannenwender ablösen und über das Gericht geben.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Schweinebraten mit Semmelknödeln

Essen Sie gerne Fleisch? Einen lange geschmorten Braten, bei dem man das Fleisch mit der Gabel zerteilen kann und kein zusätzliches Messer braucht? Unerheblich, ob Schwein oder Rind? Dann sind Sie hier genau richtig.



### Leckerer Schweinebraten

Eigentlich ist das ja schon ein klassisches, deutsches Gericht. Schweinebraten, dazu Semmelknödel. Aber nach einigen Versuchen mit veganen Produkten bin ich hier wieder zu meinen Wurzeln zurückgekehrt und haben dieses Fleischgericht zubereitet.

Und ich kann Ihnen sagen, es ist einfach exzellent. Wie man so gern sagt, könnte man sich hineinlegen. Für solch ein Gericht lasse ich gerne vieles anderes stehen und liegen.

Der Schweinebraten, den ich zubereite, ist eigentlich ein Krustenbraten. Allerdings habe ich mir vom Schlachter an der Frischfleischtheke ein passendes, 500 g schweres Stück Schweinebraten geben lassen, das ausgerechnet keine Kruste, aber auch keinen Knochen hatte. Also gibt es nur einen Schweinebraten.

Knödel passen ja auch immer gut dazu. Denn der Schweinebraten wird ganz klassisch sehr lange in einer Sauce im zugedeckten Bräter im Backofen geschmort. Und diese Sauce wird eben auch

für die Knödel benötigt.

So ein frischer Schweinebraten verträgt dann auch gern mal als Beilage ein Convenience-Produkt. Nicht immer müssen Knödel frisch zubereitet werden. Aus diesem Grund gibt es Semmelknödel aus der Packung. Was man ja auch auf den Foodfotos sieht.

Ein herrliches Essen. Kochen Sie es unbedingt nach und schildern Sie mir Ihren Genuss.

*Für 2 Personen:*

- 500 g Schweinebraten
- 6 Semmelknödel (1 Packung)
- 1 große, weiße Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 6 Knoblauchzehen
- 1 Tomate
- ein Stück frischer Ingwer
- Kreuzkümmel
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 5 Lorbeerblätter
- 600 ml Wasser (2 große Tassen)
- Rapsöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 2 Std.*



Und schlotzige Sauce

Schweinebraten auf allen Seiten mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer würzen.

Zwiebel schälen und kleinschneiden. In eine Schale geben.

Lauchzwiebel putzen und in kleine Stücke geben. In die gleiche Schale geben.

Knoblauch schälen, mit einem breiten Messer flach drücken und kleinschneiden und in die gleiche Schale geben.

Ingwer mit einer kleinen, feinen Küchenreibe fein in eine Schale reiben.

Tomate kleinschneiden und zum Ingwer geben.

Backofen auf 170 °C Umluft erhitzen.

Öl in einem Bräter erhitzen. Braten auf allen Seiten kross und knusprig anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben.

Zwiebel, Lauchzwiebel und Knoblauch im Bräter einige Minuten

unter Rühren glasig dünsten.

Schweinebraten wieder hineingeben.

Ingwer und Tomate dazugeben. Lorbeerblätter hinzugeben.

Mit einer Tasse Wasser ablöschen.

Sauce mit einer Prise Zucker würzen.

Bräter für 2 Stunden auf mittlerer Ebene in den Backofen geben. Nach einer Stunde eine zweite Tasse Wasser hineingeben und nochmals eine Stunde weiter schmoren.

Eine halbe Stunde vor Ende der Garzeit Knödel laut Anleitung zubereiten.

Bräter aus dem Backofen nehmen. Schweinebraten mit einem großen Messer auf einem Schneidebrett tranchieren. Jeweils etwa 3 Scheiben auf zwei Teller geben.

Jeweils 3 Knödel auf die beiden Teller verteilen.

Lorbeerblätter aus der Sauce entfernen. Von der Sauce mit den sämigen Zwiebeln und der verkochten Tomate über den Braten und die Knödel geben.

Servieren. Und jetzt wünsche ich wirklich einen sehr guten Appetit!

---

## **Kartoffel-Kürbis-Tortilla**

Kochen Sie täglich? Für sich oder die Familie? Dann sind Sie an neuen Rezepten sicherlich auch immer interessiert. Haben Sie schon einmal daran gedacht, Newsletter per Mail mit aktuellen Rezeptvorschlägen zu abonnieren? Vielleicht von

führenden Supermarktketten? Die Sie dann direkt zuhause erhalten?



### Unbekanntes Rezept

Ich habe dieses Rezept für Tortillas vom Supermarkt REWE erhalten. Es hat mich angesprochen, weil ich diese Zubereitung in dieser Art nicht kannte. Meistens ist man ja in seinen eigenen Zubereitungsweisen eher gefangen, bereitet seine Speisen immer auf die gleiche Weise zu und kommt beim Kochen nicht immer auf neue Ideen. Da ist so ein Schubs mit einem neuen Rezept immer ganz hilfreich.

Ich habe das Rezept abgewandelt. Denn wer kommt schon wie im Originalrezept von REWE auf die Idee, eine Masse aus Eiern und Milch zum Überbacken mit dem Pürrierstab aufzuschlagen? Da nimmt doch verständlicherweise einfach den Schneebesen.

Und auch die merkwürdige Art, den Kürbis anzubraten, aus der Pfanne herauszunehmen, dann die Kartoffeln anzubraten, Kürbis wieder hineinzugeben und dann nochmals braten, halte ich für sehr verwirrend und merkwürdig. Ich brate zuerst die

Kartoffeln an, gebe dann den Kürbis hinzu, brate beides weiter an und gare dann alles zusammen bei zugedeckter Pfanne bei geringer Temperatur noch einige Zeit.

Außerdem hatte ich gerade keinen Hokkaidokürbis vorrätig, also nahm ich den Butternusskürbis aus dem Kühlschrank. Das Rezept gelingt auch damit und schmeckt sehr gut und ist lecker. Kochen Sie es einfach einmal nach!

*Für 2 Personen:*

- 600 g Hokkaido-Kürbis
- 800 g festkochende Kartoffeln
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Muskatnuss
- ein Bund Petersilie
- 6 Eier
- 6 EL Milch
- Rapsöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 40 Min.*



### Leckere Tortilla

Kerngehäuse des Kürbis entfernen. Kürbis zerteilen und in kurze, schmale und dünne Scheiben schneiden.

Kartoffeln schälen und ebenfalls in solche Scheiben schneiden.

Beides in eine Schüssel geben.

Petersilie kleinwiegen und in eine Schale geben.

Öl in zwei großen Pfannen mit Deckel erhitzen, Kartoffeln darauf verteilen und unter Rühren 5 Minuten kross anbraten. Dann den Kürbis auf die beiden Pfannen verteilen und alles weitere 5 Minuten kross anbraten.

Herdplatten auf niedrige Temperatur stellen und Inhalt der Pfannen zugedeckt nochmals 10 Minuten garen.

Inhalt der Pfannen mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Gemüse mit einem Pfannenwender vom Pfannenboden lösen.

Petersilie auf die beiden Pfannen verteilen und untermischen.

Backofen auf 180 °C Umluft erhitzen.

Eier in eine Schale aufschlagen, Milch dazugeben, mit Salz, Pfeffer und gemahlener Muskatnuss würzen und alles mit dem Schneebesen verquirlen.

Eier-Milch-Masse auf die beiden Pfannen verteilen, darüber gießen und in der Masse verteilen.

Im Backofen auf zwei mittleren Ebenen 20 Minuten nur noch stocken lassen.

Pfannen aus dem Backofen nehmen, Tortillas vorsichtig mit einem Pfannenwender vom Pfannenboden lösen und auf zwei Teller gleiten lassen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Schweinebraten mit Kartoffeln und Rosenkohl**

Essen Sie gerne Fleisch? Einen lange geschmorten Braten, bei dem man das Fleisch mit der Gabel zerteilen kann und kein zusätzliches Messer braucht? Unerheblich, ob Schwein oder Rind? Dann sind Sie hier genau richtig.



Zum Hineinlegen lecker ...

Eigentlich ist das ja schon ein klassisches, deutsches Gericht. Schweinebraten, dazu Salzkartoffeln und Rosenkohl. Aber nach einigen Versuchen mit veganen Produkten bin ich hier wieder zu meinen Wurzeln zurückgekehrt und haben dieses Fleischgericht zubereitet.

Und ich kann Ihnen sagen, es ist einfach exzellent. Wie man so gern sagt, könnte man sich hineinlegen. Für solch ein Gericht lasse ich gerne vieles anderes stehen und liegen.

Der Schweinebraten, den ich zubereite, ist eigentlich ein Krustenbraten. Allerdings habe ich mir vom Schlachter an der Frischfleischtheke ein passendes, 500 g schweres Stück Schweinebraten geben lassen, das ausgerechnet keine Kruste, aber auch keinen Knochen hatte. Also gibt es nur einen Schweinebraten.

Kartoffeln passen ja auch immer gut dazu. Denn der Schweinebraten wird ganz klassisch sehr lange in einer Sauce im zugedeckten Bräter im Backofen geschmort. Und diese Sauce

wird eben auch für die Kartoffeln benötigt.

Und da wir jetzt Herbst haben, ist ja auch Kohlzeit. Also gibt es frischen Rosenkohl vom Feld als zweite, gemüsige Beilage.

Ein herrliches Essen. Kochen Sie es unbedingt nach und schildern Sie mir Ihren Genuss.

*Für 2 Personen:*

- 500 g Schweinebraten
- 10 mittelgroße Kartoffeln
- 500 g Rosenkohl
- 1 große, weiße Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 6 Knoblauchzehen
- 1 Tomate
- ein Stück frischer Ingwer
- Kreuzkümmel
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 5 Lorbeerblätter
- 600 ml Wasser (2 große Tassen)
- Rapsöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 2 Stdn.*



Mit leckerem Schweinebraten

Schweinebraten auf allen Seiten mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer würzen.

Zwiebel schälen und kleinschneiden. In eine Schale geben.

Lauchzwiebel putzen und in kleine Stücke geben. In die gleiche Schale geben.

Knoblauch schälen, mit einem breiten Messer flach drücken und kleinschneiden und in die gleiche Schale geben.

Ingwer mit einer kleinen, feinen Küchenreibe fein in eine Schale reiben.

Tomate kleinschneiden und zum Ingwer geben.

Backofen auf 170 °C Umluft erhitzen.

Öl in einem Bräter erhitzen. Braten auf allen Seiten kross und knusprig anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben.

Zwiebel, Lauchzwiebel und Knoblauch im Bräter einige Minuten

unter Rühren glasig dünsten.

Schweinebraten wieder hineingeben.

Ingwer und Tomate dazugeben. Lorbeerblätter hinzugeben.

Mit einer Tasse Wasser ablöschen.

Sauce mit einer Prise Zucker würzen.

Bräter für 2 Stunden auf mittlerer Ebene in den Backofen geben. Nach einer Stunde eine zweite Tasse Wasser hineingeben und nochmals eine Stunde weiter schmoren.

Eine halbe Stunde vor Ende der Garzeit Kartoffeln schälen. Rosenkohl putzen.

Wasser in einem Topf erhitzen und leicht salzen. Kartoffeln darin 5 Minuten garen. Dann den Rosenkohl hinzugeben und beides noch 10 Minuten weitergaren.

Bräter aus dem Backofen nehmen. Schweinebraten mit einem großen Messer auf einem Schneidebrett tranchieren. Jeweils etwa 3 Scheiben auf zwei Teller geben.

Rosenkohl aus dem Topf nehmen, in eine Schüssel geben und leicht salzen. Das gleiche mit den Kartoffeln machen.

Rosenkohl und Kartoffeln auf die beiden Teller verteilen.

Lorbeerblätter aus der Sauce entfernen. Von der Sauce mit den sämigen Zwiebeln und der verkochten Tomate über den Braten und die Kartoffeln geben.

Servieren. Und jetzt wünsche ich wirklich einen sehr guten Appetit!

---

# Vegetarischer Strudel

Sind Sie Veganer? Oder essen gerne vegan oder vegetarisch? Dann habe ich hier eine kleine Warnung für vegane oder vegetarische Produkte, die ich nicht empfehlen kann.



Wirklich nicht gelungen ...

Ich habe hier einen vegetarischen Strudel zubereitet, der eigentlich ganz gut gelungen ist. Dafür habe ich unter anderem veganen Hartkäse zum Schmelzen und vegetarische Mini-Würstchen verwendet.

Die vegetarischen Mini-Würstchen kann ich gerade noch so empfehlen. Auch wenn sie nicht wirklich wie zum Beispiel ein (Wiener) Würstchen schmecken, aber das ist hinnehmbar.

Aber der vegane Hartkäse ist wirklich grauenhaft. Das muss ich leider so sagen. Ich gehe sogar soweit und sage, dass er fast wie Kunststoff schmeckt.

Bei diesem Strudel bin ich somit einmal wieder an die Grenze

gestoßen, bei der ich versuchsweise und auch ganz neugierig vegane oder vegetarische Produkte ausprobiert habe, aber leider war das Ergebnis nicht gerade sehr schmackhaft.

Wenn schon ein veganer oder vegetarischer Strudel, dann doch lieber nur mit Gemüse wie zum Beispiel Spinat, Chinakohl, Pak Choi, Kürbis, Zwiebel, Knoblauch, alles kleingeschnitten, gemischt, schön gewürzt. So ein Strudel ist lecker.

Und wer Gerichte auf die vegane oder vegetarische Art sowieso nicht mag und gleich zu Fleisch greifen will, der bereitet doch lieber einen Strudel mit einer Mischung aus Hackfleisch, Tomate, Mozzarella, Spinat und Knoblauch und leckeren Gewürz zu. Letzteres habe ich schon einmal zubereitet das schmeckt wirklich gut.

Also seien Sie vorsichtig, welche veganen oder vegetarischen Produkte Sie im Discounter oder Supermarkt kaufen und von denen Sie sich eine gesunde, umweltbewusste und nachhaltige Ernährung versprechen, die sie ja vielleicht auch ist. Nur der Geschmack hinkt hinterher und das soll ja nicht sein, wenn man sich 1 Stunde lang ein leckeres Gericht zubereitet und sich auf dessen Genuss freut.

*Für zwei Strudel:*

- 2 Strudelteige (auch Pizzateig oder Flammkuchenteig)
- 300 g vegetarische Mini-Würstchen (2 Packungen à 150 g)
- 400 g veganer Hartkäse (2 Packungen à 200 g)
- 100 g Blattspinat
- 6 Knoblauchzehen
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- edelsüßes Paprikapulver
- 2 Eier

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Minuten | Verweildauer im Backofen 30 Minuten bei 170 °C Umluft*



Keine empfehlenswerten Zutaten

Mini-Würste kleinschneiden und in eine Schale geben.

Ebenso Hartkäse in kleine Würfel schneiden und ebenfalls in eine Schale geben.

Knoblauchzehen putzen, schälen und mit einem breiten Messer flach drücken. Kleinschneiden und in eine Schale geben.

Würstchen, Käse, Spinat und Knoblauch in eine große Schüssel geben. Mit Paprikapulver, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles gut vermischen.

Jeweils einen Strudelteig auf ein Backpapier auf einem Backblech ausbreiten und etwas Raumtemperatur annehmen lassen.

Füllmasse quer in einer dicken Rolle auf den Strudelteig geben. Strudelteig vorsichtig mit der Füllmasse zusammenrollen.

Zwei Eier aufschlagen, in eine Schale geben, verquirlen und die beiden Strudel auf der Oberseite mit einem Backpinsel mit den verquirlen Eiern bestreichen.

Beide Strudel auf mittlerer Ebene die oben angegebene Verweildauer in den Backofen geben.

Herausnehmen und jeweils einen Strudel auf einen Teller geben.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Lichtverhältnisse bei der Foodfotografie**

Nach der Umstellung meiner Foodfotografie für dieses Foodblog von einem Mini-Fotostudio mit zwei Beleuchtungslampen aufgrund von Platzmangel auf ein großes Arbeits- oder Schneidebrett auf einer Arbeitsfläche war ich bisher mit der Ausleuchtung der Speisen nicht zufrieden.



### Neues Beleuchtungsmittel

Aufgrund der Räumlichkeiten konnte ich keine Beleuchtungslampen links und rechts des Arbeitsbrettes positionieren, damit die Speisen möglichst weich und diffus von diesen beiden Seiten, und was natürlich noch besonders wichtig ist, von vorne beleuchtet werden.

Eine Beleuchtungslampe habe ich zum Zubereiten (!) der Speisen auf dem Arbeitsbrett auf einem Regal oben links davon positioniert. Das Licht fällt von schräg links oben sehr hart und vor allem eher von hinten auf das Arbeitsbrett, für die Foodfotos ist das nicht akzeptabel.

Blieb die bisherige Beleuchtung mit einer Hängelampe zentral in der Küche und einer Unterbauleuchte unter einem

Küchenhängeschrank links vom Arbeitsbrett. Beide Leuchten bestrahlen zwar die Speisen aus einer guten Position. Sie sind jedoch aufgrund der Entfernung sehr schwach, und ich musste bisher Belichtungszeiten auf dem Stativ von bis zu 30 Sekunden einkalkulieren. Auch das ist nicht akzeptabel.

Ein Kollege in einem Fotografieforum empfahl mir nun aufgrund einer Anfrage in demselben zur Beleuchtungssituation in meiner Küche zu einem solchen kleinen, auf dem Blitzschuh der Kamera verankerbaren LED-Licht, das im Grunde aus vielen kleinen LED-Leuchten besteht. Und das Einstellmöglichkeiten für a) die Farbtemperatur und b) die Helligkeit besitzt. Zudem ist es über ein USB-Kabel an der Steckdose aufladbar, hat also einen Akku, der einige Stunden hält, und ich habe somit für eine Beleuchtungslampe kein weiteres Stromkabel, das durch die Küche verläuft.

Ich habe jetzt mit einer Graukarte ein erstes Foto fotografiert, das ich für den manuellen Weißabgleich der Kamera verwende. Damit das Weiß und somit alle anderen Farben in der Küche korrekt wiedergegeben werden. Fotografen werden wissen, wovon ich spreche. Dafür habe ich am LED-Licht eine Farbtemperatur gewählt, die etwa in der Mitte zwischen bläulichem, kaltem Weiß und rötlichem, warmen Weiß liegt. Und Testfotos mit voller Helligkeit und halber Helligkeit fotografiert. Außerdem werde ich noch Testfotos mit direkter Lichtbestrahlung und diffuser Lichtbestrahlung fotografieren, denn der Befestigungsarm des LED-Lichts an der Kamera ist nach oben und hinten schwenkbar.

Nach einigen Tests sind mir schon relativ gute Aufnahmen gelungen. Allerdings ist den Aufnahmen zu entnehmen, dass die Beleuchtung direkt von vorne kommt. Aber das lässt sich vermutlich nicht ändern, wenn ich aus Platzmangel in der Küche ein solches Beleuchtungsmittel direkt auf der Kamera verwende.

Sie sollten sich also die kommenden Rezepte ein wenig darauf einstellen, dass die Foodfotos nicht unbedingt herausragend

sind, da ich mit dem neuen LED-Licht noch einige Einstellungstest durchführe.

---

## Kräuter-Pfannkuchen mit BBQ-Sauce



Krautig und frisch

Bei Pfannkuchen denken Sie sicherlich auch immer mal wieder daran, wie Sie sie variieren können. Denn sonst schmeckt der gewöhnliche Pfannkuchen doch etwas dröge, eben nach Mehl, Eiern und Milch.

Vielleicht ist dieses Rezept etwas für Sie. Denn hier werden viele frische Kräuter verwendet und zum Pfannkuchenteig hinzugefügt. Man könnte fast sagen, der Teig besteht mehr aus

kleingeschnittenen Kräutern denn aus den anderen, restlichen Zutaten.

Die Pfannkuchen schmecken dann auch etwas anders als gewöhnlichen Pfannkuchen ohne Kräuter. Sie sind kräftig und frisch. Und wirklich lecker.

Verwenden Sie für die BBQ-Sauce zum Dippen der Pfannkuchenstücke eine Sauce, die keinen zu starken Eigengeschmack hat, sie würde sonst den feinen, krautigen Geschmack der Pfannkuchen übertönen.

Alles in allem ein leckeres, vegetarisches Gericht, bei dem man eben auch einmal gern als Alternative auf Fleisch verzichten kann.

*Für 2 Personen:*

- 14 gehäufte EL Mehl
- 4 Eier
- 200 ml vegane Milch
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 2 Bund krause Petersilie
- 30 g frischer Rosmarin (2 Päckchen à 15 g)
- 30 g frischer Koriander (2 Päckchen à 15 g)
- Rapsöl
- BBQ-Sauce

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 15 Min.*



Leckere, knusprige Pfannkuchen

Blättchen des Rosmarin abzupfen und in eine Schale geben.

Rosmarinblättchen, Koriander und Petersilie auf einem großen Schneidebrett mit einem großen Messer kleinschneiden. In eine Schüssel geben.

Mehl in eine Schüssel geben. Eier aufschlagen und dazugeben. Milch ebenfalls hinzugeben. Kräftig mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Mit dem Schneebesen gut verquirlen.

Kräuter zu der Masse geben und ebenfalls alles gut vermischen.

Sehr viel Öl in zwei Pfannen erhitzen.

Mit dem Schöpflöffel jeweils ein Viertel der Masse in die Mitte der Pfannen geben und etwas nach außen verstreichen, so dass man runde Pfannkuchen hat. Pfannkuchen auf jeder Seite bei mittlerer Temperatur etwa 3–4 Minuten kross und knusprig braten. Die Pfannkuchen dürfen ruhig in dem Rapsöl schwimmen. Ab und zu mit dem Pfannenwender immer unter den Pfannkuchen schauen, ob er gut angebraten ist.

Pfannkuchen wenden und nochmals 3–4 Minuten braten. Auf zwei große Teller geben und warmhalten.

Prozedere in der gleichen Weise ein zweites Mal durchführen.

Die zweiten Pfannkuchen auf die ersten Pfannkuchen geben.

BBQ-Sauce in zwei kleine Schälchen geben. Zu den Pfannkuchen servieren.

Guten Appetit!

---

## **Brombeer-Joghurt-Torte mit Schokolade**



Schokoladenstreusel innen und obenauf

Was macht man, wenn man eine große Menge an Joghurt von jemandem geschenkt bekommt, diese aber erst gar nicht alle aufessen kann? Sie werden es schon geahnt haben, man verwendet sie mit Blattgelatine als Füllmasse für eine Torte. Problem gelöst.

In diesem Fall standen 16 Packungen griechischer Joghurt mit Brombeeren und mit Pfirsich vor mir auf dem Küchentisch. Den Pfirsichjoghurt habe ich einmal separat in den Kühlschrank gestellt und sukzessive in ein paar Tagen abends gegessen.

Und die 8 Packungen Brombeerjoghurt ergaben genau 1,2 l Füllmasse. Also wie geschaffen für die Torte. Da ich die Füllmasse ja im Topf leicht erhitzen und die Gelatine darin auflösen und verrühren muss, kann ich die Konsistenz des Joghurts, wie er in der Packung geliefert wird, nicht beibehalten. In diesem Fall Frucht unten, weißer, cremiger Joghurt oben. Also ergibt sich daraus ein violettees Brombeer-Joghurt-Gemisch. Aber das tut dem Geschmack keinen Abbruch.

Zu solch einer Torte passt natürlich auch noch eine Portion Schokolade. Und somit kamen Schokoladenstreusel sowohl in die Füllmasse als auch vor dem Servieren auf die Torte obenauf.

*Für den Tortenboden:*

- [Grundrezept](#)

*Für die Füllmasse:*

- 1,2 l Brombeer-Joghurt nach griechischer Art (8 Becher à 150 ml)
- 2 EL Schokoladenstreusel
- 12 Blatt Gelatine

*Für die Dekoration:*

- eine Handvoll Schokoladenstreusel

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Verweildauer im Kühlschrank mind. 6 Stdn.*



Mit leckerem Brombeerjoghurt  
Tortenboden nach dem Grundrezept zubereiten.

Gelatine in einer Schale mit kaltem Wasser einige Minuten einweichen.

Joghurts in einen Topf geben und leicht erhitzen. Gelatine nach und nach mit der Hand auspressen, in die Joghurts geben, auflösen und mit dem Schneebesen gut verrühren.

Zwei Esslöffel Schokoladenstreusel dazugeben und untermischen.

Füllmasse auf den Tortenboden geben und gut verteilen. Torte mindestens 6 Stunden, am besten über Nacht, im Kühlschrank erhärten lassen.

Torte herausnehmen, mit einer Handvoll Schokoladenstreusel

bestreuen, Backform und Backpapier entfernen und auf eine Tortenplatte geben. Stückweise anschneiden und servieren.

Guten Appetit!

---

## **Gnocchi mit Knoblauch-Schmand-Sauce**



Gnocchi als Convenience-Produkt

Bei diesem Gericht kommen Convenience-Produkte zum Zuge. Sie haben ja manchmal auch keine zwei Stunden Zeit, um ein opulentes Mahl zu zaubern. Also geht es schnell. Und in diesem Fall steht das Essen nach längstens 10 Minuten auf dem Tisch.

Die Gnocchi, aus der Packung, benötigen im kochenden Wasser gerade einmal 3 Minuten.

Da braucht die Sauce, auch im Ursprung aus einem Convenience-Produkt zubereitet, ein klein wenig länger. Denn so ganz ohne frische Zutaten soll es schließlich nicht zugehen. Diese Knoblauch-Schmand-Sauce, auf die ich weiter unten noch zu sprechen komme, bekommt ein paar frische Knoblauchzehen, die natürlich noch geschält, zerpresst und kleingeschnitten werden müssen. Aber diese Zutat bringt es mit sich, dass Sie beim anschließenden Essen des Gerichts zwischen den vielen Gnocchis auch ab und zu auf ein paar kleinen, frischen Knoblauchstückchen herumknuspern können. Lecker!

Die Menge an Gnocchis, 1,2 kg, ist übrigens nicht zu hoch kalkuliert. Wenn die Gnocchis die einzige Hauptzutat des Gerichts sind, und nur noch ein wenig flüssige Sauce hinzu kommt, sind 600 g Kartoffelspeise für eine Person wahrlich nicht zuviel. Es sei denn, Sie haben nur wenig Hunger, aber dann ist dieses Gericht auch nicht das richtige für Sie.

Die Knoblauch-Schmand-Sauce heißt übrigens im Originaltext „Zemaitiskas Kastinys“. Woher ich sie im Endeffekt habe, weiß ich auch nicht mehr. Ich bekomme ja auch ab und zu von (entfernten) Nachbarn Nahrungsmittel, deren Mindesthaltbarkeitsdatum abgelaufen sind oder die der/die Nachbar:in aus mir nicht bekannten Gründen nicht mehr verwenden will. Außerdem bin ich auch in einigen Facebook-Gruppen vor Ort in Hamburg, in denen auch Lebensmittel kostenlos abgegeben werden. Möglicherweise habe ich diese Sauce aus einer dieser Quellen.

Denn ehrlich gesagt, hätte ich den Becher der Sauce im Laden gesehen, ich hätte mir unter dieser Bezeichnung nichts vorstellen können. Und ich brauchte auch einige Zeit, um herauszufinden, dass es sich um ein litauisches Produkt handelt. Und noch genauer steht es auf dem Aufkleber auf dem Boden der Packung, und zwar in Deutsch. Es handelt sich genau genommen nicht um eine Sauce, sondern um eine Schmandbutter. Hauptinhaltsstoffe sind Schmand, Butter, Sauermilch und Knoblauch. Als Gewürze sind Salz und schwarzer Pfeffer

enthalten. Und wenn ich die Websites zu der Bezeichnung dieser Schmandbutter richtig verstehe, ist sie in Litauen sehr gut bekannt und ein richtiger Renner.



Mit leckerer, würziger und sämiger Sauce  
Ich selbst habe sie einfach zu einer Sauce zu den Gnocchi umfunktioniert. Mit solchen gewürzten Buttern kann man das ja problemlos machen.

*Für 2 Personen:*

- 1,2 kg Gnocchi (2 Packungen à 600 g)
- 400 g Zemaitiskas Kastinys (2 Becher à 200 g)
- 6 Knoblauchzehen
- edelsüßes Paprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 1–2 Schöpflöffel des Kochwassers der Gnocchi
- Butter

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.*

Knoblauchzehen schälen, mit einem breiten Messer flachdrücken, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Etwas Butter in einem Topf erhitzen und Knoblauch darin kurz andünsten. Zemaitiskas Kastinys dazugeben und unter Rühren schmelzen. Mit Salz, Pfeffer, Paprika und einer Prise Zucker würzen. Abschmecken.

Parallel dazu Wasser in einem Topf erhitzen, salzen und Gnocchi darin 3 Minuten garen.

1–2 Schöpflöffel des Kochwassers zu der Sauce geben. Abschmecken.

Gnocchi in ein Nudelsieb geben und Kochwasser abschütten. Wieder in den Topf zurückgeben und die Sauce darüber geben. Alles gut vermischen.

Auf zwei tiefe Teller verteilen. Servieren. Guten Appetit!

---

## **Gewürz-Kuchen**



Mit Gewürzen und Orangeat

Das ist ja wirklich unglaublich. Da werden Sie selbst überrascht sein, wie dieser Rührkuchen zubereitet wird. Man verwendet dafür tatsächlich eine Gewürzmischung, die im Grunde als Beigabe für Apfelsaft, Glühwein oder Tee verwendet wird. In der kalten Jahreszeit oder eventuell sogar in der Weihnachtszeit. Im Original heißt diese Gewürzmischung „ Fire roasted cinnamon apple spices“.

Aber keine Bedenken, es ist im Grunde nichts Außergewöhnliches. Die Gewürzmischung besteht aus Zucker, Zimt, Muskatnuss und Nelken. Wobei die Gewürze eben gemahlen sind. Es ergibt im Endeffekt einen Gewürz-Rührkuchen, der leicht nach Zimt und den anderen Gewürzen riecht und schmeckt. Nichts Ungewöhnliches, aber sehr lecker und schmackhaft.

Sie lassen einfach von den üblicherweise verwendeten 250 g Zucker 200 g weg, verwenden stattdessen die 200 g schwere Gewürzmischung und noch 50 g gewöhnlichen Zucker.

Als kleine weitere Zugabe, die schon einmal auf die kommende

Advents- und Weihnachtszeit vorbereiten soll, kommt noch eine kleine Packung Orangeat hinzu, das den besonderen Gewürzduft und -geschmack unterstreicht.

*Für den Rührteig:*

- [Grundrezept](#)

*Zusätzlich:*

- 200 g Gewürzzuckermischung
- 200 g Orangeat (1 Packung)

*Zubereitungszeit: 10 Min. | Verweildauer im Backofen 60 Min.  
bei 170 °C*



Schöner Duft und Geschmack  
Rührteig nach dem Grundrezept zubereiten.

Anstelle von 250 g Zucker die Gewürzzuckermischung und 50 g

gewöhnlichen Zucker in den Teig geben.

Rührkuchen nach dem Grundrezept in einer Kasten-Backform mit Backpapier die oben angegebene Zeit backen.

Aus dem Backofen nehmen, auf eine Kuchenplatte geben, Backform und Backpapier vorsichtig entfernen und gut erkalten lassen.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!