Rindergulasch in dunkler Thymian-Sauce auf Basmatireis



Leckeres, würziges Gulasch …
Greifen Sie bei einem Gulasch mit Rindfleisch nicht gleich zu teurem Rindergulaschfleisch, das Ihnen der Verkäufer an der Frischfleischtheke im Supermarkt anbieten will. Oder das Sie sonst auch beim Discounter beziehen können.

Es geht auch preiswerter. Greifen Sie einmal zu Rindersuppenfleisch. Das ist günstiger und, da ebenfalls Schmorfleisch, gut geeignet für ein Rindergulasch, das einige Stunden schmort. Und da das Suppenfleisch deutlich mehr Fettanteile als Rindergulaschfleisch besitzt und Fett ein Geschmacksträger ist, wird das Gulasch auch saftiger und aromatischer.

Zutaten für 2 Personen:

- 250 g Rindersuppenfleisch
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 500 ml Bratenfond
- 1 Thymiansträußchen (15 g)
- Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 1 TL Tomatenmark
- 1 TL Senf
- 1 Tasse Basmatireis
- Olivenöl
- Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Schmorzeit 2 Stdn.



… mit Rindersuppenfleisch

Zubereitung:

Suppenfleisch in mundgerechte Stücke zerteilen und in eine Schale geben.

Zwiebeln und Knoblauch putzen, schälen, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Thymiansträußchen mit Küchengarn zusammenbinden.

Öl in einem kleinen Topf erhitzen und Suppenfleisch darin kross anbraten. Herausnehmen und in eine Schale geben. Zwiebeln und Knoblauch in den Topf geben und glasig dünsten. Tomatenmark dazugeben und mit anbraten. Fleisch wieder dazugeben. Mit dem Fond aufgießen. Senf hinzugeben. Mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Thymiansträußchen in den Fond legen, damit es mitschmoren kann. Alles zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden schmoren.

Kurz vor Ende der Garzeit Basmatireis in einem Topf mit der doppelten Tassenmenge an kochendem, leicht gesalzenem Wasser 11 Minuten garen.

Petersilie kleinschneiden.

Thymiansträußchen aus der Soße nehmen. Soße abschmecken.

Basmatireis auf zwei tiefe Teller geben. Gulasch großzügig mit Fleisch und viel Soße darüber geben. Mit etwas Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Variation von Kimchi



Rote Farbe aufgrund eines Anteils Rotkohl

Es ist tatsächlich über 35 Jahre her, seitdem ich einmal Kimchi selbst zubereitet habe. Es war noch zu Studienzeiten in einer Wohngemeinschaft in Heidelberg.

Ich weiß aus dieser Zeit über Kimchi noch die folgenden Fakten: Kimchi ist in der koreanischen Küche DIE Beilage für jedes Gericht. Es wird traditionell aus Chinakohl und weißem Rettich hergestellt. Die Zubereitung ist eine Milchsäuregärung oder Fermentation des verwendeten Gemüses. Dazu wird das Gemüse kleingeschnitten, möglichst in feine, dünne Streifen, und in eine Flüssigkeit für diesen Prozess eingelegt. Verwendet werden in der Regel Chili, Salz, Ingwer und Knoblauch. Wenn man es ganz traditionell zubereiten will, sollte man in einem Asia-Geschäft ein spezielles, koreanisches Chilipulver kaufen, das nur für die Zubereitung von Kimchi verwendet wird.

Ich verzichte jedoch hierauf und verwende normales, handelsübliches Chilipulver. Dazu frisches Meersalz. Frischen, feingeriebenen Bio-Ingwer (mit Schale verwendbar). Und frischen, kleingepressten Knoblauch.

Beim Gemüse weiche ich von den traditionellen Gemüsesorten ab und verwende einen kleinen Rotkohl, kleinen Wirsingkohl und Chinakohl. Das Gemüse wird – wie erwähnt – in der Küchenmaschine oder manuell mit einem Messer klein in feine, dünne Streifen geschnitten. Dann kommt es in ein abdeckbares Gefäß und wird mit der Hand vermischt. Darauf kommt die Flüssigkeit aus Wasser, Chili, Salz, Ingwer und Knoblauch, die vorher in einer Schüssel vermischt wird. Alle Zutaten werden dann mit der Hand nochmals gut vermischt. Es ist wichtig, das Gemüse mit einem Teller und einem schweren Gewicht zu belasten, damit das Gemüse zusammengepresst wird und in der Lake gären kann. Der Gärungsprozess kann bis zu 4 Wochen dauern. Dazu stellt man das abgedeckte Gefäß in den Kühlschrank.

Nach 2 Wochen kann man das Ganze einmal prüfen und das Gemüse wieder mit der Hand etwas vermischen. Und nochmals 2 Wochen gären lassen.

Ich esse nicht unbedingt gern sehr scharf, sondern nur mäßig scharfe Gerichte. Aber Kimchi esse ich ab und zu doch sehr gern, auch wenn es eine kräftige Schärfe hat. Aber auf diese Weise kann man restlichem Kohlgemüse noch einer weiteren Verwendung zuführen.

Zutaten:

- ein kleiner Rotkohl
- ein kleiner Wirsingkohl
- ein kleiner Chinakohl

Jeweils etwa 300–400 g.

Zusätzlich:

- 1 l kaltes Wasser
- 4 EL Chilipulver
- 6 EL grobes Meersalz
- ein großes Stück frischer Bio-Ingwer
- 8 Knoblauchzehen

Zum Dekorieren:

- etwas Schwarzkümmelsamen oder schwarzer Sesam

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Gärdauer 4 Wochen

Zubereitung:

Die Zubereitung ist in der Einleitung schon im Groben beschrieben.

American Cheesecake



Exzellenter American Cheesecake – ein Genuss!
Ich habe das Rezept für einen originalen American Cheesecake schon in meinem Foodblog veröffentlicht.

Der Unterschied zwischen einem American Cheesecake und einem deutschen Käsekuchen ist zum einen, dass ersterer mit Frischkäse, letzterer jedoch mit Quark zubereitet wird. Außerdem hat ersterer einen Boden aus Keksen und Fett, letzterer jedoch einen Mürbeteigboden. Und der American Cheesecake wird in Wasserdampf in einer Fettschale mit Wasser gebacken, letzterer jedoch ganz gewöhnlich wie ein anderer Kuchen.

Dieser American Cheesecake ist eine Art Hybrid. Ich hatte für den Boden keine Kekse mehr vorrätig. Also bekam er einen Mürbeteig. Sie verstehen? Ein American Cheesecake mit einem Mürbeteigboden. Aber er ist dennoch sehr lecker! Die Zitrone gibt noch etwas Frische und Säure in die Füllung.

Zutaten:

Für den Mürbeteig:

- Grundrezept

Für die Füllung:

- 900 g Frischkäse (3 Packungen à 300 g)
- 200 g Zucker
- 100 g Vanillezucker
- 50 g Speisestärke
- 3 Eier
- 200 g Schlagsahne

Zusätzlich:

- 1 Bio-Zitrone
- Alufolie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Backzeit 1 Std. bei 170 °C Umluft | Wartezeit 6 Stdn.



Auch mit Mürbeteigboden

Zubereitung:

Mürbeteig nach dem Grundrezept zubereiten.

Schale der Zitrone auf einer Küchenreibe fein in eine Schale reiben. Zitrone auspressen und Saft ebenfalls dazugeben.

Eier aufschlagen, in eine Schüssel geben und mit dem Schneebesen verquirlen. Sahne dazugeben. Zucker, Vanillezucker und Stärke dazugeben. Frischkäse komplett dazugeben. Alles gut mit dem Schneebesen verrühren.

Zitronenabrieb und -saft noch dazugeben und untermischen.

Eine Spring-Backform ausfetten. Zwei Streifen Alufolie kreuzweise auf den Tisch legen. Backform daraufstellen. Alufolie an den Rändern hochschlagen.

Mürbeteig in die Backform geben, mit den Händen gut verteilen und ausdrücken. Dabei einen mehrere Zentimeter hohen Rand ausziehen.

Füllmasse in die Backform auf den Boden geben und gut verteilen.

Wasser in eine Fettpfanne geben, so dass die Backform an den Rändern 2–3 cm bedeckt ist. Backform in die Fettpfanne stellen. Fettpfanne auf mittlerer Ebene die oben angegebene Zeit bei der genannten Temperatur in den Backofen geben.

Fettpfanne herausnehmen, Backform aus der Fettpfanne nehmen und Kuchen auf einem Kuchengitter eine Stunde abkühlen lassen. Alufolie entfernen. Backform entfernen. Kuchen auf eine Kuchenplatte geben und mindestens 6 Stunden im Kühlschrank erhärten lassen.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Hähnchenmägen-Gulasch in Chili-Bohnen-Sauce auf frischer Tagliatelle



Leckeres Gulasch
Eine asiatische Sauce als Grundlage. In einem deutschen Gulasch mit einer Innereie. Auf italienischer Pasta. Nie war es internationaler.

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Hähnchenmägen (1 Packung)
- 1 Gemüsezwiebel
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 4 EL Toban Djan (Chili-Bean-Sauce)
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- 100 ml trockener Weißwein
- Salz
- Zucker
- Öl
- 400 g frische Tagliatelle

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Schmorzeit 3 1/2

Stdn.



International

Zubereitung:

Hähnchenmägen sehr klein schneiden und in eine Schale geben. Toban Djan dazugeben, alles gut vermischen und Hähnchenmägen eine halbe Stunde darin marinieren.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Öl in einem Topf erhitzen und Gemüse darin andünsten. Hähnchenmägen mit Marinade dazugeben und mit anbraten. Mit Sahne ablöschen. Weißwein dazugeben. Alles vermischen und zugedeckt bei sehr geringer Temperatur 3 1/2 Stunden schmoren. Danach mit Salz und einer Prise Zucker würzen und abschmecken.

Kurz vor Ende der Garzeit Tagliatelle in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 2 Minuten garen.

Tagliatelle auf zwei tiefe Nudelteller geben. Gulasch mit viel

Sauce großzügig darüber verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Cheddar-Würste mit Spargel

Ich bin ja von Bratwürsten nicht immer begeistert. Es gibt da viele Unterschiede. Und auch vegane Würste sind nicht immer wirklich schmackhaft.

Aber diese Bratwürste mit Cheddar haben mich wirklich überzeugt. Sie sind wirklich extrem lecker. Der Hersteller hat einfach in die Fleischmasse, das Brät, der Würste kleine Cheddarstücke mit untergemischt. Und die Würste haben somit eine gewisse Würze, aber auch einen gewissen Schmelz und eine Sämigkeit durch den Käse. Also empfehlenswert!



Sehr leckere, würzige Würste

Zutaten für 2 Personen:

- 900 g Cheddar-Würste (2 Packungen à 440 g, jeweils 3 Würste, mit Cheddar)
- 1 kg Spargel
- 8 Scheiben Kräuterbutter
- Salz
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 12 Min.



Mit frischem Spargel der Saison

Zubereitung:

Spargel putzen und schälen.

Spargel in einem großen Topf mit kochendem Wasser 12 Minuten garen.

Parallel dazu die Würste in einer Grillpfanne auf jeder Seite

3–4 Minuten grillen, dabei des Öfteren einmal wenden.

Jeweils drei Würste auf einen Teller geben. Spargel dazu verteilen und salzen. Und jeweils vier Scheiben Kräuterbutter auf den Spargel geben.

Servieren. Guten Appetit!

Online-Glücksspiel im Wandel: Moderne Casino-Erfahrungen und neue Trends

Mit dem stetigen Wachstum der digitalen Unterhaltungsbranche verändert sich auch die Welt des Online-Glücksspiels rasant. Plattformen wie Cryptocasinotop.de bieten Spielern wertvolle Einblicke und Vergleiche, um seriöse Anbieter zu erkennen. Besonders das Ivibet Casino Erfahrungen sorgt aktuell für Gesprächsstoff – viele Nutzer teilen ihr über das moderne Design, die schnelle Auszahlung und das breite Spielangebot. In einer Zeit, in der Vertrauen und Innovation eine zentrale Rolle spielen, lohnt sich ein genauer Blick auf solche Plattformen.

Was macht moderne Online-Casinos aus?

Heutige Online-Casinos setzen auf benutzerfreundliche Interfaces, mobile Kompatibilität und eine riesige Auswahl an Spielen. Neben klassischen Tischspielen und Slots bieten viele Anbieter auch Sportwetten, Live-Casinos und Krypto-Zahlungen an. Sicherheit, Spielerschutz und Lizenzierung sind dabei

zentrale Qualitätskriterien.

Ivibet Casino: Ein Anbieter im Fokus

Das Ivibet Casino ist ein relativ neuer Anbieter, der sich schnell einen Namen gemacht hat. Spieler berichten von folgenden positiven Erfahrungen:

- **Zuverlässige Auszahlungen:** In der Regel werden Gewinne innerhalb weniger Stunden bearbeitet.
- **Großes Spielportfolio:** Slots, Live-Spiele, virtuelle Sportarten und Sportwetten in einer Plattform vereint.
- **Modernes Design:** Klar strukturierte Benutzeroberfläche mit intuitiver Navigation.
- **Krypto-Zahlungen möglich:** Spieler können unter anderem mit Bitcoin oder Ethereum einzahlen.
- **Regelmäßige Aktionen und Turniere:** Tägliche Bonusangebote und spannende Wettbewerbe für aktive Nutzer.

Diese Vorteile spiegeln sich in zahlreichen positiven Nutzerbewertungen wider – nachzulesen z. B. auf Cryptocasinotop.de.

Der Einfluss von Vergleichsportalen wie Cryptocasinotop.de

Gerade bei der Vielzahl an neuen Anbietern ist es wichtig, auf vertrauenswürdige Informationsquellen zurückzugreifen. Cryptocasinotop.de bietet:

- Unabhängige Bewertungen zu lizenzierten Anbietern
- Hinweise auf aktuelle Bonusaktionen
- Erfahrungsberichte von echten Nutzern
- Informationen zu Zahlungsmethoden und Spielangeboten

- Sicherheitstipps zum verantwortungsvollen Spielen

Durch diese Transparenz können Spieler gezielter und sicherer entscheiden, welchem Casino sie ihr Vertrauen schenken.

Worauf Spieler bei der Wahl eines Online-Casinos achten sollten

Bevor man sich bei einem Anbieter registriert, sollte man folgende Punkte überprüfen:

1. **Lizenz & Regulierung:** Ist das Casino von einer anerkannten Glücksspielbehörde lizenziert?
2. **Zahlungsmethoden:** Werden schnelle und sichere Ein- und Auszahlungen ermöglicht?
3. **Spielangebot:** Gibt es eine breite Auswahl renommierter Spieleanbieter?
4. **Kundenservice:** Ist der Support rund um die Uhr erreichbar?
5. **Erfahrungsberichte:** Wie bewerten andere Nutzer das Casino?

Diese Faktoren helfen dabei, unseriöse Anbieter zu vermeiden und das Spielerlebnis zu verbessern.

Fazit

Das Online-Glücksspiel erlebt durch moderne Technologien, Kryptowährungen und neue Plattformen wie Ivibet Casino eine spannende Weiterentwicklung. Vergleichsseiten wie Cryptocasinotop.de bieten wertvolle Orientierung für alle, die ein sicheres und unterhaltsames Spielerlebnis suchen. Wer auf Qualität, Transparenz und Innovation achtet, kann in der heutigen Glücksspielwelt von vielen Vorteilen profitieren – vorausgesetzt, er informiert sich vorab gut.

Gratinierte Tortellini

Eine schöne Variation von frischer Tortellini aus der Packung, die man normalerweise einfach gart und dazu eine passende Sauce oder ein Pesto zubereitet.

Hier jedoch in der Weise zubereitet, dass die Tortellini in eine gewürzte Sahnesauce in eine feuerfeste Schale kommen. Dann eine große Emmentalerhaube bekommen. Und im Backofen gegart werden. Alternativ zu kochendem Wasser in einem Topf garen die Tortellini hier in kochender Sahne die wenigen Minuten, die sie zum Garen benötigen, einfach im Backofen. Und der gratinierte Käse ergibt eine feste, würze Haube für das Gericht.



Lecker gratiniert

Zutaten für 2 Personen:

- 600 g frische Tortellini (mit Schweinefleisch gefüllt)
- 400 ml Sahne (2 Becher à 200 ml)
- geriebener Emmentaler
- Salz
- Pfeffer
- Schnittlauch

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 15 Min.



In würziger Sauce

Zubereitung:

Schnittlauch kleinschneiden.

Sahne auf zwei feuerfeste Schalen verteilen und kräftig salzen und pfeffern.

Jeweils die Hälfte der Tortellini hineingeben.

Mit einer großen Haube aus geriebenem Emmentaler abdecken.

Bei 180 °C Umluft auf mittlerer Ebene für 10 Minuten in den

Backofen geben. Dann für 5 Minuten nochmals auf höherer Ebene zum Gratinieren direkt unter die heiße Grillschlange geben.

Herausnehmen. Mit Schnittlauch bestreuen,

Servieren. Guten Appetit!

Gefüllte Pasta mit Teriyaki-Sauce mit Zitrone, Ingwer, Knoblauch und Lauchzwiebel



Einfaches, schnell zubereitetes und leckeres Gericht
Ich kann zu der gefüllten Pasta nicht viel mehr sagen oder schreiben. Denn sie befand sich in einer Kunststoffpackung ohne Angaben zu Name, Gewicht und Zubereitungszeit. Vermutlich

befand sich um die Kunststoffpackung herum am Kopf noch ein Karton mit diesen weiteren Angaben, wie er manchmal bei solcher Pasta vorhanden ist, dieses Mal aber verloren gegangen sein muss.

Ich kann nur dem Aufdruck des Logos des Herstellers entnehmen, dass es sich a) um einen namhaften Hersteller handelt und b) um tatsächlich frische, gefüllte Pasta. Die somit auch nur wenige Minuten Garzeit benötigt.

Als Besonderheit habe ich aus den im Titel des Rezepts genannten Zutaten zusammen mit Teriyaki-Sauce eine leckere, besondere Sauce kreiert, die auch nicht länger gegart, sondern im Grunde mit der gekochten Pasta nur erhitzt wird. Die unterschiedlichen Aromen wie Säure der Zitrone und Schärfe des Ingwer verleihen der Sauce ihren besonderen Geschmack.

Nachtrag: Ein Blick in das Kühlregal meines Discounters mit der frischen Pasta brachte heute die Auflösung. Diese runde, gefüllte Pastasorte mit den gewellten Rändern heißt Tortelli.

Zutaten für 2 Personen:

- 500 g gefüllte, frische Pasta (2 Packungen à 250 g)
- Salz

Für die Sauce:

- 12 EL Teriyaki-Sauce
- 1 Bio-Zitrone (Schale und Saft)
- ein großes Stück Bio-Ingwer
- 6 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 5 Min.



Mit frisch geriebenem Grano Padano

Zubereitung:

Lauchzwiebeln putzen und und quer in Ringe schneiden. Knoblauch putzen, schälen, mit einem breiten Messer flach drücken und kleinschneiden. In eine Schale geben.

Schale der Zitrone auf einer feinen Küchenreibe in die gleiche Schale reiben. Ebenfalls den Ingwer mit Schale auf der Küchenreibe in die Schale reiben.

Zitrone auspressen und Saft dazugeben. Teriyaki-Sauce dazugeben und alles gut verrühren. Eine halbe Stunde ziehen lassen.

Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 5 Minuten garen. Kochwasser abschütten.

Sauce zu der Pasta geben und kurz erhitzen. Alles gut vermischen.

Pasta mit Sauce auf zwei tiefe Pastateller verteilen. Mit

frisch geriebenem Grano Padano garnieren. Servieren. Guten Appetit!

Falafel in Tomatensauce auf frischer Rigatoni



Leckere, knusprige Falafel

Zutaten für 2 Personen:

- 20 Falafel (2 Packungen à 10 Stück, aus Kichererbsen und Petersilie)
- 20 Mini-Rispentomaten (2 Packungen à 10 Stück)
- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 1 TL getrockneter Thymian

- 1 TL getrockneter Majoran
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- etwas Gemüsebrühe
- 500 g frische (vegane) Rigatoni (1 Packung)

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 30 Min.



Und leckerer Tomatensauce

Zubereitung:

Für die Tomatensauce:

Tomaten putzen und sehr klein schneiden. In eine Schale geben.

Zwiebeln und Knoblauch putzen und schälen. Zwiebeln kleinschneiden und in eine Schale geben. Knoblauch mit einem breiten Messer flach drücken, kleinschneiden und ebenfalls dazugeben.

Öl in einem kleinen Topf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin glasig andünsten. Tomaten dazugeben. Mit Thymian, Majoran, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Einen Schluck Gemüsebrühe dazugeben. Alles vermischen und zugedeckt bei geringer Temperatur 30 Minuten köcheln lassen. Danach Sauce abschmecken.

Kurz vor Ende der Garzeit Falafel in einer Pfanne mit etwas heißem Öl 8 Minuten kross anbraten.

Und ebenfalls kurz vor Ende der Garzeit Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 2 Minuten leicht köcheln und erhitzen.

Pasta durch ein Nudelsieb geben und Kochwasser abschütten. Pasta auf zwei tiefe Pastateller verteilen. Tomatensauce großzügig darüber geben. Jeweils 10 Falafel darauf drapieren.

Servieren. Guten Appetit!

Paprikakuchen



Deutlich Paprika im Kuchen zu sehen

Zutaten:

Für den Rührteig:

- Grundrezept

Anstelle 500 g Weizenmehl nur 200 g davon verwenden.

Zusätzlich:

- 300 g Paprika (etwa 4 rote Paprikaschoten)

Zum Dekorieren:

- Puderzucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Backzeit 1 Std. bei 170 °C Umluft



Schmeckt leicht gemüsig

Zubereitung:

Paprika als Gemüseanteil für einen Gemüserührkuchen ist sehr grenzwertig, da Paprika sehr viel Wasser enthält. Es ist also zwingend notwendig, den fein geriebenen Paprika gut mit der Hand auszudrücken.

Rührteig nach dem Grundrezept zubereiten.

Paprika putzen, Kerngehäuse entfernen, Paprika grob zerteilen, in der Küchenmaschine fein in eine Schale reiben. Paprika gut mit der Hand ausdrücken, damit die Flüssigkeit entfernt wird, Masse zum Rührteig geben und mit dem Backlöffel unterheben.

Rührteig in einer Kastenbackform auf mittlerer Ebene die oben angegebene Zeit in den Backofen geben.

Herausnehmen und abkühlen lassen. Backform und -papier entfernen. Kuchen auf eine Kuchenplatte geben. Mit Puderzucker durch ein feines Küchensieb bestäuben.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Erdbeer-Rhabarber-Torte mit Kokosraspeln



Mit Joghurt und Buttermilch
Für den Tortenboden:

- Grundrezept

Für die Füllmasse:

- 1 l Erdbeer-Rhabarber-Joghurt
- 500 ml Buttermilch
- 15 Blätter Gelatine

Zum Dekorieren:

- Kokosraspeln

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



Mit Kokosrapseln dekoriert

Zubereitung:

Tortenboden nach dem Grundrezept zubereiten.

Gelatine in einer Schale mit kaltem Wasser einweichen.

Buttermilch in einem Topf leicht erhitzen. Gelatine nach und nach mit der Hand ausdrücken, in die Buttermilch geben und mit dem Schneebesen gut verrühren. Joghurt dazugeben und ebenfalls gut verrühren. Füllmasse auf den Tortenboden geben und verteilen.

Torte am besten über Nacht im Kühlschrank behalten.

Herausnehmen und mit Kokosrapseln bestreuen. Backform und -papier entfernen. Torte auf eine Tortenplatte geben.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Brokkolikuchen mit Schokoladenglasur



Mit einem Anteil Brokkoli
Zutaten:

Für den Rührteig:

- Grundrezept

Anstelle 500 g Weizenmehl nur 200 g davon verwenden.

Zusätzlich:

- 300 g Brokkoli (1 Brokkoli à 500 g)

Für die Glasur:

- 100 g Butter oder Margarine
- 2 gehäufte EL Kakaopulver

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Backzeit 1 Std. bei 170 °C Umluft



Mit Schokoladenglasur dekoriert

Zubereitung:

Rührkuchen mit Gemüseanteil geht trotz Backpulver nicht sehr stark auf. Der Kuchen bäckt also in einer Kranz-Backform nicht so stark auf wie in einer Kasten-Backform – weil erstere ein

deutlich höheres Volumen an Teig braucht – und bleibt daher relativ niedrig.

Rührteig nach dem Grundrezept zubereiten.

Brokkoli putzen, Strünke entfernen, Brokkoli zerteilen, diesen in der Küchenmaschine fein reiben, zum Rührteig geben und mit dem Backlöffel unterheben.

Rührteig in einer eingefetteten Kranz-Backform auf mittlerer Ebene die oben angegebene Zeit in den Backofen geben.

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

Fett in einer Schale im Wasserbad in einem Topf erhitzen. Kakaopulver dazugeben. Alles gut vermischen. Kuchen auf der Oberseite mit dem Backpinsel mit der Glasur bestreichen. Kuchen in den Kühlschrank geben, damit die Glasur erhärtet.

Herausnehmen. Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Helle Misosuppe mit Shirataki



Sehr leckere, asiatische Suppe
Am besten aus einer großen Suppen-Bowl genießen. Bowl dabei mit den Händen fassen und Suppe aus der Bowl schlürfen. Die Nudeln werden mit den Stäbchen gegessen.

Zutaten für 2 Personen:

- 1,5 l Wasser
- 2 große Portionen helle Misopaste (Packung)
- 400 g Shirataki (2 Packungen à 200 g)

Zubereitungszeit: 5 Min.



Mit Shirataki

Zubereitung:

Wasser in einem Topf erhitzen.

Misopaste hineingeben und auflösen.

Shirataki hinzugeben und einige Minuten mitköcheln lassen.

Suppe auf zwei Suppen-Bowls verteilen.

Mit Stäbchen servieren. Guten Appetit!

Gedeckter Aprikosen-Apfel-

Kuchen



Feiner Obstkuchen

Zutaten:

Für den Mürbeteig:

- Grundrezept

Für die Streusel:

- Grundrezept

Zusätzlich:

- 500 g Aprikosen (10 Stück)
- 4 Äpfel

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Backzeit 30 Min. bei 170 °C Umluft



Mit Streuseln gedeckt

Zubereitung:

Mürbeteig nach dem Grundrezept zubereiten.

Streusel nach dem Grundrezept zubereiten.

Aprikosen entkernen und in feine Spalten schneiden. In eine Schüssel geben.

Stiele der Äpfel entfernen. Äpfel schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und Äpfel ebenfalls in feine Spalten schneiden. Zu den Aprikosen geben und gut vermischen.

Mürbeteig in einer eingefetteten Spring-Backform ausdrücken und dabei einen Rand hochziehen. Aprikosen und Äpfel hineingeben und gut verteilen. Streusel über dem Obst verteilen und Kuchen gut abdecken.

Backform die oben angegebene Zeit auf mittlerer Ebene in den Backofen geben.

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

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Neues Backbuch „Gemüserührkuchen“ erschienen!


Thomas Biedermann
Gemüserührkuchen
Verlag Thomas Biedermann

Von der Buchrückseite:

„Rührkuchen sind den meisten Menschen nur mit den unterschiedlichsten süßen Zutaten bekannt. Sei es in der Grundvariante als normaler Rührkuchen, sei es mit Nüssen, Schokolade, Rosinen oder anderen bekannten Backzutaten.

Haben Sie sich jedoch schon einmal gefragt, ob man auch herzhafte Zutaten in einem Rührkuchen verwenden kann? In diesem kleinen Backbuch werden Sie fündig. Es bietet Ihnen eine Zusammenstellung von Rezepten für einen zwar gewöhnlichen, süßen Rührkuchen, jedoch mit der Beimischung eines großen, feingeriebenen Gemüseanteils anstelle eines Teils des üblichen Weizenmehls.

Das Backbuch ist nicht sehr umfangreich, aber es hat auch eindeutig den Fokus auf die Beimischung von Gemüse. Und die Anzahl der zu verwendenden Gemüsesorten ist eben begrenzt. So bietet das Buch insgesamt 22 Backrezepte. Untermalt mit schönen Foodfotos.

Und seien Sie versichert, die Gemüserührkuchen gelingen hervorragend, schmecken gewohnt süß, sind aber sehr saftig und haben ein ganz leicht gemüsiges Aroma. Sie sollten auf keinen Fall versäumen, Ihre Backkenntnisse zu erweitern und diese leckeren Rührkuchen zu genießen! Sie überraschen damit sicherlich alle Verwandten, Freunde und Bekannte und ein solcher Gemüserührkuchen ist der Hingucker bei jedem Kaffeetrinken.“

ePub-eBook, ISBN 978-3-941695-47-4, 9,99 € (erschienen)

PDF-eBook, ISBN 978-3-941695-67-2, 9,99 € (erschienen)

Softcover, ISBN 978-3-941695-98-6, 56 Seiten, 24 Farbfotos, 14,90 € (in Druck)

Erhältlich im stationären und Online-Buchhandel. In kürze auch in meinem Buchshop.

Topinamburkuchen



Fragiler Kuchen

Zutaten:

Für den Rührteig:

- Grundrezept

Anstelle 500 g Weizenmehl nur 200 g davon verwenden.

Zusätzlich:

- 300 g Topinambur (etwa 500 g ungeschälte Topinambur)

Zum Dekorieren:

- Puderzucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Backzeit 1 Std. bei 170 °C Umluft



Sehr saftig

Zubereitung:

Rührteig nach dem Grundrezept zubereiten.

Topinambur schälen und in der Küchenmaschine fein in eine Schale reiben. Geschälte und geriebene Topinambur zügig verarbeiten, da sie durch den Luftsauerstoff oxidieren und braun werden. Masse zum Rührteig geben und mit dem Backlöffel unterheben.

Rührteig in einer Kastenbackform auf mittlerer Ebene die oben angegebene Zeit in den Backofen geben.

Herausnehmen und abkühlen lassen. Backform und -papier entfernen. Kuchen auf eine Kuchenplatte geben. Mit Puderzucker

durch ein feines Küchensieb bestäuben.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!