



**Einfach gut**

**Kochen und Backen**

## Inhaltsverzeichnis

Kategorie	Gericht	Seite
<b>Eintöpfe und Suppe</b>		
	Brotsuppe	4
	Hühnerbrühe	5
	Möhreneintopf	6
	Kartoffelsuppe	7
	Kartoffelsuppe mit Würstchen	8
	Kartoffelsuppe ohne Fleisch	9
	Möhrensuppe	10
	Wecksuppe (Brötchensuppe)	11
	Klunkersup (Milchsuppe mit Mehtribbelchen)	12
	Italienische Brotsuppe/Ribollita	13
<b>Knödel</b>		
	Semmelknödel	15
	Zwetschgenknödel	16
<b>Kartoffelgerichte</b>		
	Kartoffelpuffer	18
	Kartoffel-Quark-Küchlein	19
	Hackbraten auf Kartoffelgratin	20
	Kartoffelgratin	21
	Kartoffelsalat	22
	Warmer Kartoffelsalat	23
	Kartoffelgemüse mit Spiegelei	24
	Pellkartoffeln mit Heringsalat	25
	Kartoffelauflauf	26
	Schippel	27
	Diebchen mit Duckefett	28
<b>Nudelgerichte</b>		
	Schinkennudeln	30
	Nudeln mit Tomatensoße	31
	Spaghetti zu Thunfisch	32
<b>Dressing und Soßen</b>		
	Schnittlauchsoße	34
	Knoblauch-Schmandsoße	34
	Kräutersoße	34
	Griechisches Dressing	35
	Joghurt Dressing	35
	Orangensauce (zu Entenbraten)	36

<b>Hauptgerichte</b>		
	Apfel-Möhrenrohkost	38
	Gebackenes Kraut	39
	Sprudelkraut	41
	Krautpfanne	42
	Paprikapfanne	43
	Putencurry mit Äpfeln	44
	Wirsingrollen mit Hackfleisch	45
	Schwarzwurzelgemüse	46
	Zucchini-puffer	47
<b>Dessert und süße Hauptspeisen</b>		
	Bratapfel mit Rosinen und Mandeln	49
	Frankfurter Apfelaufbau	50
	Apfel-Tiramisu	51
	Arme Ritter	52
	Apfel-Zimt-Konfiture	53
	Vanillesoße	54
<b>Backen</b>		
	Apfelkuchen aufs Blech	56
	Aprikosenkuchen	57
	Hefeteig	58
	Hefekloß mit Backobstsoße	59
	Marmorkuchen	60
	Versunkener Kirschkuchen	61
	Mürbes Käsegebäck	62
	Apfelbrot	63
	Heidelbeer-Muffins	64
	Der unmögliche Apfelkuchen	65
	Buttermilch-Applekuchen	66
	Flammkuchen	67
<b>Weihnachtsbäckerei</b>		
	Minimarzipan-Stollen	69
	Quarkstollen	71
	Rosinenhäufchen	72
	Engelsaugen	73
	Spritzgebäck mit Mandeln	75

## Brotsuppe

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
2 Zwiebeln	schälen, waschen, fein würfeln
500 g trockenes Brot	würfeln, in einer Pfanne leicht anrösten
3 EL Öl	erhitzen, Zwiebeln andünsten, Brot dazugeben
1 l Wasser	dazugeben, aufkochen
15 g Mehl 4 EL kaltes Wasser	Anrühren und in die Suppe einrühren, aufkochen
20 g Butter 1 gestrichenen TL Salz ½ gestrichenen TL Pfeffer	dazugeben, abschmecken

## Hühnerbrühe

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
1 frisches Suppenhuhn	waschen in
2,5 l kaltem Wasser 1 TL Salz 1 Lorbeerblatt 5 Pfefferkörner	aufsetzen, zum Kochen bringen,
1 Zwiebel	waschen, quer halbieren in der Pfanne mit der Schnittfläche nach unten rösten zur Brühe geben 1 ½ Stunden leicht köcheln
1 Packung frisches Suppengrün (1 Möhre, 1 Stück Sellerie, 1 Stück Lauch)	schälen, waschen, würfeln
	Hühnerbrühe absieben,  Gemüse zugeben, 10 Minuten (bissfest) garen,  Fleisch von Knochen lösen, klein schnei- den, zugeben,  abschmecken
200 g Reis oder 250 g Nudeln	nach Packungsanweisung garen dazugeben

## Möhreneintopf

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
500 g Schweinefleisch	würfeln ca. 2 cm
2 Zwiebeln	putzen, waschen, würfeln wie Fleisch
50 g Fett	erhitzen, Fleisch anbraten, Zwiebeln zugeben
½ l Wasser 2 gestrichene TL gekörnte Brühe	zugießen ca. 1 Stunde garen
1 kg Möhren	schälen, waschen, in Streifen schneiden, zum Fleisch geben, 10 Min. garen
500 g Kartoffeln	waschen, schälen, würfeln zu den Möhren geben und 20 Minuten garen
Salz, Zucker, Essig, Pfeffer	abschmecken

## Kartoffelsuppe

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
1 große Zwiebel (100g) 1 Knoblauchzehe	schälen , fein würfeln
1 kl. Stange Lauch (100g)	putzen, waschen, in feine Ringe schneiden
1 kg Kartoffeln	waschen, schälen, waschen, würfeln
100 g mageren Speck	fein würfeln, andünsten, Zwiebeln, Knoblauch und Lauch dazugeben und glasig dünsten
1 ½ l Wasser	dazugießen und aufkochen
	Kartoffeln dazugeben
2 TL gekörnte Brühe	dazugeben und im geschlossenen Topf bei geringer Hitze 20 Minuten garen
1 Zweig Petersilie 2 - 3 Blätter Liebstöckel(Maggikraut)	waschen, fein hacken,
Salz Pfeffer	Suppe mit abschmecken, Kräuter dazugeben

## Kartoffelsuppe mit Würstchen

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
4 Zwiebeln	schälen, fein würfeln
750 g Kartoffeln	waschen, schälen, waschen, würfeln
100 g durchwachsenen Speck	fein würfeln und langsam ausbraten, Zwiebeln dazugeben und glasig dünsten
1 ½ l Fleischbrühe (evtl. gekörnte Brühe)	Brühe angießen und Kartoffeln dazugeben. Im geschlossenem Topf bei geringer Hitze 20 Minuten garen
½ Becher Sahne	Kartoffeln zerdrücken und mit Sahne verfeinern
Salz, Pfeffer, Muskat, Thymian	dazugeben und abschmecken
4 Würstchen	dazugeben und langsam erhitzen
frische gehackte Kräuter (Petersilie etc.)	Die Suppe damit bestreuen.



## Kartoffelsuppe ohne Fleisch

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
150 g Lauch	putzen, waschen, in feine Ringe schneiden
1 kg Kartoffeln	waschen, schälen, waschen, fein würfeln
2 Zwiebeln	schälen, waschen, fein würfeln
20 g Öl	erhitzen, Zwiebeln andünsten, Lauch dazugeben, kurz mit andünsten
1 l Wasser 2 gestrichene TL gekörnte Brühe	dazugeben, aufkochen lassen, Kartoffeln dazugeben 15 - 20 Minuten in den geschlossenen Topf garen.
Salz, Pfeffer	abschmecken
1 geschälte Kartoffel	fein reiben und unter Rühren in die Suppe geben
2 EL gehackte Petersilie	dazugeben

## Möhrensuppe

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
500 g Möhren	waschen, schälen, waschen, in feine Scheiben schneiden
150 g Kartoffeln	waschen, schälen, fein würfeln
$\frac{3}{4}$ l Wasser 2 - 3 gestrichene TL gekörnte Brühe	zum Kochen bringen, Gemüse zugeben und bei niedriger Stufe mit Deckel 15 Minuten garen.
100 g Gehacktes  1 Kochwurst	anbraten oder  fein würfeln  zur Suppe geben und noch 5 Minuten garen
Salz Pfeffer	abschmecken
2 EL gehackte Petersilie	dazugeben

## Wecksuppe (Brötchensuppe)

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
Menge nach Bedarf: Altbackene Brötchen Fleischbrühe Butter Zimt	Brötchen in Scheiben schneiden und in eine Schüssel dicht aufeinander schichten. Mit heißer Fleischbrühe übergießen und alles aufsaugen lassen. Braune Butter darüber gießen und mit Zimt bestreuen.

## Klunkersup (Milchsuppe mit Mehtribbelchen)

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
1 Ei etwas Mehl 1 Prise Salz 1 l Milch	<p>Das Ei in einer kleinen Schüssel verrühren und salzen. Dann solange Mehl mit einer Gabel unterkneten, bis feste kleine Klumpen entstehen. Manchmal muss man auch etwas nachhelfen und die größeren Klunker zerreißen.</p> <p>Währenddessen die Milch zum Kochen bringen, dann die Klunker mitsamt ca. 1 EL zusätzlichem Mehl bei mittlerer Hitze und häufigem Umrühren nochmal aufkochen lassen, sodass eine sämige Suppe entsteht.</p> <p>Das Ganze mit Zucker servieren und wer mag mit einer Marmeladenstulle essen.</p> <p>Nach eigenem Geschmack: Man kann sie salzig oder süß machen.</p>

## Italienische Brotsuppe / Ribollita

Dies ist eine winterliche Version der Gemüsesuppe, aus der durch wiederholtes Aufkochen eine Ribollita wird. Man findet sie oft auf den Speisekarten in der Toscana.

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
5 EL Olivenöl 2 große Zwiebeln 2 Knoblauchzehen 250 g Möhren 250 g Stangensellerie 500 g Kartoffeln 800 g Weißkohl 800 g Schwarzkohl (Cavolo nero - ersatzweise Wirsingkohl) 500 g gekochte weiße Bohnen (200 g getrocknete) 1 Dose geschälte Tomaten altbackenes Brot	<p>In heißem Öl die feingehackte Zwiebel und die Knoblauchzehen andünsten. Alles Gemüse nach und nach zugeben. Alle Zutaten müssen vom Öl benetzt sein.. Die weißen gekochten Bohnen passieren (Pürierstab) und zusammen mit den Tomaten samt ihrem Saft und etwas Wasser in den Topf geben. Zugedeckt ca. 40 Minuten köcheln lassen.</p> <p>Je nach Geschmack kann man das Gemüse weich kochen und salzen und pfeffern.</p> <p>Das altbackene Brot (Ciabatta oder Weißbrot) in Scheiben schneiden. Zuerst eine Schicht Brot in eine Suppenterrine legen (evtl. geröstet und mit Knoblauch bestrichen), dann eine Kelle von der Gemüsesuppe darauf verteilen, dann wieder eine Schicht Brot usw. bis alles aufgebraucht ist. Etwas durchziehen lassen. Diese Suppe kann auch lauwarm gegessen werden.</p>
	<p>In der Toscana wurde diese Suppe von den Bauern einmal in der Woche in einem großen Topf gekocht und dann immer wieder aufgewärmt. Zum Schluss entstand eine Art Gemüsefladen, den man kross in der Pfanne goldbraun gebacken hat. Wer möchte kann ihn noch mit Parmesankäse bestreuen und überbacken..</p>

# Knödel

## Semmelknödel (6 kleine)

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
3 altbackene Brötchen	würfeln
1/8 l Milch 1 TL Salz	aufkochen , gleichmäßig über die Brötchen gießen
3 Zweige Petersilie	Waschen, fein hacken, auf die Brötchen geben
2 Eier (mittel)	verschlagen, auf die Brötchen geben, alles vermengen
	mit feuchtem Tuch abdecken, 30 Minuten ruhen lassen
ca. 3 l Wasser	zum Kochen bringen
2 TL Salz	dazugeben
	mit nassen Händen Knödel formen
	Probekloß kochen, zu nass: Semmelmehl zugeben zu trocken: Ei dazugeben
	ins kochende Wasser geben sofort zurück schalten, 20 - 25 Minuten gar ziehen

## Zwetschgenknödel (20 Stück)

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
1 kg mehligte Kartoffeln	waschen, kochen, pellen und sofort durch die Kartoffelpresse drücken, auskühlen lassen
500 g Zwetschgen	waschen, abtrocknen, entsteinen
300 g Mehl 2 Eier 1 TL Salz 1 Pr Muskat	mit der <b>ausgekühlten</b> Kartoffelmasse gut vermengen
	eine Rolle formen (ca. 7 cm) ca. 1 cm dicke Scheibe abschneiden
Würfelsucker	dahinein 1 Zwetschge mit einem Stück Würfelsucker füllen, zu einem Knödel formen
3 l Wasser	zum Kochen bringen
2 TL Salz	dazugeben
	Knödel darin 15 - 20 Minuten gar ziehen lassen
30 g Butter	zerlassen
50 g Semmelbrösel	unter Rühren gold-braun rösten
	Knödel abtropfen und mit den Butterbröseln bestreuen und mit etwas
Zimt	bestreuen



# **Kartoffelgerichte**

## Kartoffelpuffer (ca. 20 Stück)

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
1 gr. Zwiebel (200g)	schälen, waschen, grob würfeln
1 kg Kartoffeln	waschen, schälen, im Mixer pürieren, abgießen in ein Sieb zurück in den Mixer geben
	Zwiebeln dazugeben, pürieren, in eine Schüssel füllen
4 gestrichene Teelöffel Salz 2 Eier 30 g Mehl 40 g Paniermehl	zur Kartoffelmasse geben und alles vermengen, abschmecken
Öl	in einer beschichteten Pfanne erhitzen
	4 kleine Häufchen in eine Pfanne geben, zu dünnen Fladen verstreichen
	von jeder Seite knusprig braten

## Kartoffel-Quark-Küchlein

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
500 g Kartoffeln (mehligkochend) ¼ l Wasser ½ TL Salz	waschen mit  in geschlossenem Topf garen,  wenn Dampfähnchen sichtbar 20 Minuten garen, abgießen, pellen durch die Kartoffelpresse drücken  <b>Kartoffelmasse muss gut abkühlen</b>
200 g Magerquark 75 g Puderzucker 60 g Mehl 40 g Speisestärke 1 TL Zitronensaft	mit der Kartoffelmasse  zu einem glatten Teig verrühren,
40 g Rosinen	unterkneten
Öl	in einer Pfanne erhitzen
	mit einem EL kleine Nocken abstechen und mit bemehlten Händen kleine Küchlein formen
	in der Pfanne gold-gelb ausbacken
Zucker Zimt	mit etwas bestreuen

## Hackbraten auf Kartoffelgratin

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
1 kg gleichmäßig große Kartoffeln	waschen, garen, kalt abschrecken, pel- len, in Scheiben schneiden
1 Auflaufform	einfetten
500 g Hackfleisch 1 Ei 1 eingeweichtes, ausgedrücktes Brötchen 3 EL fein gehackte Petersilie ½ TL Senf 1 TL Salz ½ TL Pfeffer 1 Messerspitze Muskat	alles zu einem Teig verkneten, mit nassen Händen einen ovalen Leib formen, längs eine Kerbe drücken
200 g Gouda	grob würfeln, in die Kerbe drücken und wieder mit dem Hackfleischteig um- schließen,  in die Auflaufform setzen
250 g Schlagsahne 1 TL Salz ½ TL Pfeffer 1 TL gehackte Petersilie	verrühren, mit den Kartoffeln mischen, um den Hackbraten schichten, Deckel auf setzen
	bei 200 °C Ober-/Unterhitze 2. Schiene von unten ca. 60 Minuten backen

## Kartoffelgratin

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
1 kg Kartoffeln	waschen, kochen, kalt abschrecken, pellen
1 Auflaufform	einfetten
1 Zwiebel	schälen, waschen, fein würfeln
20 g Margarine	zerlassen, Zwiebel andünsten
	Kartoffeln in Scheiben schneiden
	Kartoffelscheiben, Zwiebeln, in Auflaufform schichten
4 Scheiben Gouda	darauf legen, darauf eine Schicht Kartoffeln
2 Eier 1 Becher Schmand 1 Becher Schlagsahne 1 gestrichenen TL Salz	verrühren, abschmecken, über den Auflauf gießen
	überbacken bei 250 °C mittlere Schiene 20 - 30 Minuten

## Kartoffelsalat

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
750 kg gleichmäßig große Kartoffeln	waschen, garen, kalt abschrecken, pel- len, würfeln
2 Zwiebeln	schälen, waschen, sehr fein würfeln
4 saure Gurken	fein würfeln
150 g saure Sahne oder 4 EL Öl	dazugeben, alles vorsichtig vermengen
Salz, Pfeffer	abschmecken

## Warmer Kartoffelsalat

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
750 g gleichmäßig große Kartoffeln	waschen, mit Schale garen, kalt abschrecken, pellen, in Scheiben schneiden
1/8 l Wasser 1 TL gekörnte Brühe	aufkochen, heiß über die Kartoffeln gießen
1 Zwiebel	schälen, waschen, fein würfeln
40 g mageren Speck	fein würfeln,  in einer Pfanne auslassen, Zwiebel dazugeben, leicht anbräunen  über die Kartoffeln geben
Salz, Essig	abschmecken

## Kartoffelgemüse mit Spiegelei

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
750 g gleichmäßig große Kartoffeln	waschen, garen, kalt abschrecken, pel- len, in Scheiben schneiden
2 Zwiebeln	schälen, waschen, würfeln
500 g rote Paprikaschoten	waschen, entkernen, waschen, würfeln
500 g Porree	putzen, waschen, in Ringe schneiden
100 g mageren Speck	würfeln,
2 Ei Öl	erhitzen, Speck darin anbraten
	Kartoffeln dazu geben und mit anbraten
	Zwiebeln, Paprika und Porree dazugeben, ca. 10. Minuten mit anbraten
Salz, Pfeffer	abschmecken
4 - 8 Eier	aufschlagen und braten  dazu reichen



## **Pellkartoffeln mit Kräuterquark und Leinöl**

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
1 kg gleichmäßig große Kartoffeln	waschen, garen, kalt abschrecken, pellen
1 TL Leinöl	über die Kartoffeln gießen, warm stellen
1 - 2 Bund Schnittlauch	verlesen, waschen, fein schneiden
1 Zwiebel	schälen, waschen, fein schneiden
3 Zweige Petersilie	waschen, fein hacken
500 g Magerquark 1 gestrichener TL Salz 1 Prise Pfeffer	verrühren, Kräuter zugeben
	abschmecken

### **Die gesunde Alternative**

Die moderne Küche bringt ab und an neue Lebensmittel in die allgemeine Verbreitung, die vor einigen Jahren kaum jemand kannte. Ein gutes Beispiel ist das bisher kaum bekannte Leinöl, das zunehmend für die „raffinierte“ Zubereitung empfohlen wird. Darüber hinaus gilt Leinöl als ausnehmend gesund.

Dabei ist das Leinöl an sich nichts Neues. In den Schreiner- und Tischlerwerkstätten wird es schon lange verwendet. Bekannt und gefürchtet ist wegen seiner Eigenschaft, dass sich mit Leinöl getränkte Lappen selbst entzünden können. Eine große Zahl von Feuerschäden in Holzverarbeitenden Betrieben ist darauf zurückzuführen, auch der Heimhandwerker muss ständig eine Auge darauf haben.

### **In der kalten Küche ...**

Diese Gefahr besteht in der Küche zum Glück nicht, das Öl wird wie üblich in gläsernen Flaschen aufgehoben. Es ist allerdings darauf zu achten, dass es im Dunkeln sowie im Kühlschrank gelagert wird, da es sonst schnell ranzig wird. Es sollte zügig verbraucht werden, nur ganz frisch schmeckt es.

Leinöl hat einen sehr hohen Gehalt an Omega 3-Fettsäuren. Das hebt es vorteilhaft ab von den meisten Lebensmitteln, die fast nur Omega 6-Fettsäuren enthalten. Es enthält deutlich mehr Omega-3-Fettsäuren als die sonst genannten Walnuss- und Rapsöle. Achtung: Leinöl darf nicht erhitzt werden, es ist geeignet für Salate oder zum nachträglichen Verfeinern warmer Speisen.

### **... hilft es sehr gesund**

Aber das Leinöl bietet noch mehr. In umfangreichen wissenschaftlichen Studien wurde nachgewiesen, dass Leinöl das Immunsystem stärkt und sogar auf das Wachstum von Tumoren einwirkt. Durch eine günstige Beeinflussung des Cholesterinspiegels folgt indirekt eine Senkung des Bluthochdrucks. Vermutlich wirkt das Leinöl noch besser, wenn es mit leicht schwefelhaltigen Speisen wie Käse, Eiern und Fisch verzehrt wird.

## Pellkartoffeln mit Heringsalat

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
1 kg gleichmäßig große Kartoffeln	waschen, garen, kalt abschrecken, pellen
1 Packung Heringe	abgießen, in feine Stücke schneiden
2 säuerliche Äpfel	waschen, schälen, halbieren, vierteln, entkernen, nochmals längs halbieren, fein würfeln
2 Zwiebeln	schälen, waschen, fein würfeln
500 g Schmand	mit Heringen, Zwiebeln, Äpfeln vermengen
Salz, Pfeffer	abschmecken

## Kartoffelauflauf

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
1 kg gleichmäßig große Kartoffeln (festkochende) ½ l Wasser	Waschen  dazugeben ankochen höchste Stufe (mit Deckel) weitergaren auf mittlerer Stufe. Ab jetzt 15 - 20 Minuten garen. Abschrecken, pellen, erkalten lassen, in Scheiben schneiden.
2 Zwiebeln	schälen, fein würfeln
100 g rohen Schinken	fein würfeln
20 g Butter	schmelzen, Zwiebeln andünsten, Speck dazugeben, kurz mit andünsten
1 Auflaufform	mit Margarine ausfetten
	Backofen vorheizen
200 g Schmand 200 g Milch 2 Eier 2 TL gekörnte Brühe	verrühren, abschmecken
	Kartoffeln, Zwiebeln, Schinken in die Auflaufform geben, vorsichtig durchmischen.
	Schmand-Milch drübergießen
100 g geriebener Käse	darüber streuen
	bei 200 °C Ober-/Unterhitze 3. Schiene von unten 30 - 40 Minuten gold-gelb backen

## Schippel

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
1 Backblech	mit Butter dick ausfetten
Salz	mit Salz ausstreuen
1 kg gleichmäßig große Kartoffeln (festkochende)	waschen, abbürsten, nochmals waschen, längs halbieren, schlechte Stellen he- rausschneiden. Mit der Schnittfläche auf das Backblech legen
	Bei 200 °C Ober-/Unterhitze  45 - 55 Min backen

## Diebchen mit Duckefett

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
1 kg Pellkartoffeln Salz, Majoran 2 Eier 120 g Kartoffelmehl Rote Wurst	Kartoffeln am Vortag kochen. Am nächsten Tag pellen und reiben . Man gibt Eier, Kartoffelmehl, Majoran und Salz dazu und vermennt alles zu einem Teig. Mit nassen Hände etwa 10 - 16 Diebchen (kleine Teigklößchen) formen und jeweils 1 - 2 Stücke Rote Wurst in die Mitte geben. 15 - 20 Min. in Salzwasser ziehen lassen.
125 g magerer Speck gewürfelt 250 g Zwiebeln 1 Becher Schmand 125 ml Milch Salz , Pfeffer	Fürs Duckefett:  In einer Pfanne den gewürfelten Speck auslassen, geschnittene Zwiebeln zugeben und andünsten. Schmand und Milch unterrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.  Zu den Diebchen reichen.

### Rote Wurst:

Ahle Wurst, je nach Dialekt auch Ahle Wurscht, Ahle Worscht, Ahle Worschd oder auch Rote Wurst ist eine nordhessische Wurstspezialität, die auf die in der Region weit verbreitete Hausschlachtungstradition zurückgeht. „Ahle“ heißt im nordhessischen Dialekt „alte“ und bringt zum Ausdruck, dass es sich um eine lange gereifte Wurst handelt (aus: Wikipedia)

# **Nudelgerichte**

## Schinkennudeln

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
1 Auflaufform	einfetten
500 g Makkaroni	nach Packungsanweisung al dente (bissfest) garen
250 g Schinkenspeck	würfeln
	gegarte Nudeln und Schinken in die Form schichten
3 Eier 2 gestrichene TL Salz ¼ l (250ml) Milch	verrühren, über die Nudeln gießen
150 g Käse	reiben, auf die Nudeln verteilen
	abbacken bei 200 °C mittlere Schiene 30 - 40 Minuten

## Nudel mit Tomatensoße

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
500 g Nudeln	nach Packungsanweisung garen
200 g Zwiebel	schälen, waschen, fein würfeln
1 kg Fleischtomaten	waschen, halbieren, Blütenansatz entfernen, würfeln
50 g Butter	schmelzen, Zwiebeln andünsten, gewürfelten Fleischtomaten zugeben, kurz mit andünsten
¼ l Wasser 1 gestrichener TL gekörnte Brühe 1 gestrichener TL Salz ½ gestrichener TL Pfeffer 1 getrocknete, zerriebene rote Chilischote	dazugeben, 15 Minuten im geschlossenen Topf garen, eventuell pürieren
	abschmecken
1 EL gehacktes Basilikum	dazugeben



## Spaghetti zu Thunfisch

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
250 g Spaghetti	nach Packungsanweisung garen
250 g Schlagsahne ¼ l Wasser 1 gestrichener TL gekörnte Brühe 1 gestrichener TL Salz 300 g Tiefkühl-Erbesen	alles in einen Topf geben und 5 - 10 Minuten garen
	abschmecken
1 EL gehacktes Basilikum	dazugeben
	Spaghetti dazugeben
1 Dose Thunfisch	abtropfen und unterheben

# **Dressing und Soßen**

## Schnittlauchsoße

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
1 - 2 Bund Schnittlauch	verlesen, waschen, fein schneiden
½ l saure Sahne 1 ½ TL Salz	verrühren, Schnittlauch dazugeben, abschmecken

## Knoblauch- Schmandsoße

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
250 g Schmand 125 g Sahne	verrühren
½ Knoblauchzehe  1 TL Salz	schälen, waschen, fein würfeln  darüber streuen mit Messer fein zerdrücken  zum Schmand geben, verrühren,
	abschmecken

## Kräutersoße

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
250 g Schmand 125 g Sahne 1 TL Salz	verrühren
2 EL gehackte Petersilie 2 EL gehacktes Basilikum	dazugeben, verrühren, abschmecken

## Griechisches Dressing

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
100 ml Balsamicoessig 250 ml Rapsöl 50 ml Wasser 2 EL Zucker 1 TL Salz ¼ TL Pfeffer 2 EL gehackte Petersilie	Alle Zutaten in einem hohen Rührbecher, mit dem Zauberstab aufmixen.
	abschmecken, abdecken und kühl stellen

## Joghurt Dressing

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
4 EL Essig 8 TL Zucker 1 EL Petersilie 1 EL Dill 1 EL Schnittlauch 250 g Joghurt	Alles verrühren, abschmecken, abdecken und kühl stellen

## Orangensauce

(zu Entenbraten)

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
6 Orangen	waschen, von 2 Orangen die Schale abreiben und filettieren  die restlichen auspressen
20 g Butter	erhitzen
40 g Zucker	leicht karamellisieren lassen
abgeriebene Orangenschale	dazugeben, leicht schwenken
200 ml Rotwein ausgepresster Orangensaft	ablöschen, auf die Hälfte einkochen lassen (reduzieren)
2 EL Creme fraiche 100 ml Sahne	Bratensaft der Ente zugeben und mit  verfeinern
Salz Pfeffer Zucker	abschmecken

# Hauptgerichte

## Apfel-Möhrenrohkost

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
2 EL Apfel-oder Orangensaft 2 EL Zitronensaft 1 EL Zucker 1 EL Öl	mischen
500 g Möhren	waschen, schälen, grob raspeln
2 - 3 Äpfel	waschen, schälen, grob raspeln
	alles mischen und abschmecken
1 EL Sonnenblumenkerne	drüberstreuen

## Gebackenes Kraut

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
1 große Auflaufform	mit Öl ausfetten
2 Brötchen 125 ml lauwarme Milch	würfeln, in große Schüssel geben darüber gießen, durchziehen lassen
2 kg Weißkraut	putzen, halbieren, vierteln, achteln mit Küchenmaschine fein hobeln
2 l Wasser 1 TL Salz	zum Kochen bringen, Weißkraut 5 Min. garen abgießen, abtropfen, ¾ l Flüssigkeit zurück behalten
200 g Zwiebeln	putzen, waschen, würfeln (1cm)
1 Schnitzel (oder Bauchfleisch)	fein würfeln
1 EL Öl 750 g Gehacktes	erhitzen anbraten, fein krümelig Schnitzelwürfel zugeben, kurz anbraten Zwiebeln zugeben und hell mit anbraten
1 TL Salz 1 TLPfeffer 1 TL gemahlener Kümmel 1 gehäufte TL Majoran	würzen
150 ml Weißwein trocken	aufgießen, 5 min. dünsten (Deckel)
1 Ei	zu den eingeweichten Brötchen geben, vermengen (Hand)
	Weißkraut dazugeben, vermengen (Hand)
	Fleischmischung dazugeben, vermengen (Hand) in die Auflaufform geben, glatt streichen



8 dickere Scheiben mageren Speck	darauf legen bei 200 °C, 60 Min. backen 2. Schiene von unten Ober-/Unterhitze
<b>Soße</b>	
80 g Butter 80 g Mehl	schmelzen dazugeben, anschwitzen
$\frac{3}{4}$ l Brühe	Topf vom Herd nehmen  unter ständigem Rühren dazu geben solange Rühren bis sich alles vollständig gelöst hat
$\frac{1}{4}$ l Sahne 1 Schuss Weißwein	auf den Herd stellen und unter ständigem Rühren zum Kochen bringen  vom Herd nehmen  dazugeben
1 TL Salz $\frac{1}{2}$ TL Pfeffer $\frac{1}{4}$ TL Kümmel $\frac{1}{4}$ TL Majoran 1 TL gekörnte Brühe	abschmecken

## Sprudelkraut

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
1 kg Weißkraut	putzen (äußere Blätter entfernen), halbieren, vierteln, Strunk entfernen, nochmals halbieren, fein hobeln (Küchenmaschine)
2 TL Salz 125 g Zucker	mischen und mit dem Kraut vermengen
350 ml Kräuternessig 350 ml Selterwasser	mischen und über das Kraut gießen
125 ml Öl	darüber gießen und vermengen
	abdecken und kühl stellen

## Krautpfanne

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
1 kg Weißkraut	putzen, halbieren, vierteln, Strunk entfernen und würfeln
1 große Zwiebel	putzen, halbieren, würfeln
1 große Möhre	waschen, schälen und in dünne Scheiben schneiden.
250 g Schwarzwälder Schinken	würfeln
1 EL Öl	alles der Reihe nach anbraten (Kraut auf 3 mal aufteilen), in einen großen Topf geben
200 g Sahne	dazugeben und 10 - 15 Minuten garen
2 TL gekörnte Brühe	dazugeben
1 Stängel Petersilie, 2 - 3 Blätter Maggikraut (Liebstöckel)	waschen und fein hacken und dazugeben
100 g Schmand	unterrühren
Salz, Pfeffer	dazugeben, abschmecken

## Paprikapfanne

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
1 - 2 Beutel Reis	nach Packungsanweisung garen
1 Auflaufform	einfetten
1 rote Paprika 1 grüne Paprika 1 gelbe Paprika	waschen, entkernen, würfeln
2 Tomaten	waschen, halbieren, Blütenansatz entfernen, würfeln
1 Zwiebel	schälen, waschen, würfeln
2 EL Öl	erhitzen
500 g Hackfleisch  oder 3 Kochwürstchen	dazugeben, anbraten  halbieren, und anbraten
	Zwiebeln, dazugeben, mit anbraten
	Paprika und Tomaten dazugeben, mit anbraten
Salz, Pfeffer, Paprika	den gekochten Reis untermischen, abschmecken
	alles in die Form füllen
4 Scheiben Käse	darauf legen
	bei 200 °C mittlere Schiene überbacken, bis der Käse geschmolzen ist

## **Putencurry mit Äpfeln** (für 4 Personen)

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
2 Zwiebeln	schälen, waschen und würfeln
4 Äpfel	waschen, schälen und würfeln
4 Hähnchenbrustfilet	in kleine Würfel schneiden
1 EL Öl	Erhitzen, Fleisch anbraten
	Zwiebel dazugeben, anbraten
	Äpfel dazugeben, kurz mit anbraten
1 TL Salz ½ TL Pfeffer	würzen
400 ml Sahne	ablöschen
1 TL Curry	abschmecken 5 Minuten dünsten, nochmals abschmecken

## Wirsingrollen mit Hackfleischfüllung

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
1 Wirsingkopf	putzen, im Ganzen in einem großen Topf abkochen
1 altes Brötchen	in kaltem Wasser einweichen
1 Zwiebel	schälen, waschen, fein würfeln mit
500 g Hackfleisch 1 Ei 1 TL Salz ½ TL Pfeffer	und ausgedrücktem Brötchen vermengen, abschmecken
	Wirsingblätter vom Kopf lösen, mit Hackfleischmasse füllen, Ränder einschlagen und zu Rollen formen.
2 EL Öl	erhitzen, Wirsingrollen rundherum anbraten
200 g gewürfelter magerer Speck	dazugeben
¼ l Wasser 1 gestrichener TL gekörnte Brühe 1 EL Tomatenmark	dazugeben, im geschlossenem Topf 45 Minuten schmoren
2 EL saure Sahne	unter den Bratenfond einrühren
	abschmecken

## Schwarzwurzelgemüse

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
500 g gewürztes Hackfleisch	mit nassen Händen kleine Klößchen formen
2 Ei Öl	erhitzen, Hackfleischklößchen darin anbraten
2 Gläser Schwarzwurzeln	abgießen, Brühe auffangen
40 g Margarine	schmelzen
40 g Mehl	dazugeben, anschwitzen vom der Herdplatte nehmen
½ l Schwarzwurzelbrühe	unter Rühren dazugeben , solange rühren bis keine Klümpchen mehr da sind
	unter Rühren aufkochen
Salz, Pfeffer, Muskat	mit würzen und abschmecken  Hackfleischklößchen und Schwarzwurzeln dazugeben
	nochmals abschmecken  sollte die Soße zu dick sein etwas
Milch	dazugießen

## Zucchini-puffer

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
500 g Zucchini	waschen, grob raspeln, ausdrücken
200 g Kartoffeln	waschen, schälen, reiben, mit den Zucchini vermengen
3 Eier 8 EL kernige Haferflocken 4 EL Instand Haferflocken ½ TL Salz 1 Prise weißer Pfeffer	zum Gemüse geben und alles vermengen
2 El Öl	erhitzen nach und nach 16 kleine Puffer ausbacken
200 g Creme fraiche oder Schmand ½ TL Salz 1 Prise Pfeffer 2 EL gehackte Kräuter	verrühren, auf die Puffer geben oder extra dazurei- chen
<b>Abwandlung:</b> 100 g geriebener Käse	mit der Schmandmasse vermengen, jeden Puffer damit bestreichen und bei 180 °C überbacken.

### Tipps:

Bleiben die Puffer kleben - mit Semmelmehl nachbinden

Ältere Zucchini sind weicher und lassen sich schlecht reiben, in feine Streifen schneiden



# Dessert und süße Hauptspeisen

## Bratapfel mit Rosinen und Mandeln

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
	Backofen vorheizen, 200 °C Ober-/Unterhitze, 2. Schiene
1 Auflaufform mit Deckel	ausfetten
50 g Rosinen	mit heißem Wasser überbrühen, 5 Minuten ziehen lassen, abgießen und gut abtropfen
50 g gehackte Mandeln ½ TL Zimt 1 TL Butter	mit den Äpfeln mischen
4 große Äpfel	waschen, trocknen, großzügig das Kerngehäuse entfernen
	Mandel/Rosinenmischung in die Äpfel fül- len
	in die Auflaufform hineinsetzen Deckel aufsetzen  30 - 40 Minuten backen

## Frankfurter Apfelauf

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
1 Auflaufform	einfetten
5 Scheiben altes Graubrot 1 Tasse Apfelsaft 30 g Rosinen 30 g gehackte Mandeln 20 g Butter	zerbröseln, mit tränken, mit mischen
500 g Äpfel  2 El Zitronensaft 30 g Zucker ½ TL Zimt	waschen, schälen, vierteln, entkernen, längs einmal halbieren  mit mischen, abdecken
	die Auflaufform im Wechsel mit Apfelscheiben, Rosinen-Mandel-Brotgemisch schichten, mit Brot abschließen
20 g Butter	in Flöckchen darauf setzen
	bei 200 °C Ober-/Unterhitze 2. Schiene von unten 45 Min. backen
	dazu Vanillesoße servieren

## Apfel-Tiramisu

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
50 ml Apfel- oder Orangensaft 30 g Zucker	im Topf mischen
4 Äpfel	waschen, schälen, vierteln, entkernen, längs halbieren, würfeln, in dem Saft ca. 5 Minuten dünsten (De- ckel), abkühlen
1 mittlere Auflaufform	mit
½ Päckchen Löffelbiskuits	auslegen
50 ml Apfel-/Orangensaft	mit tränken
250 g Mascarpone	glatt rühren
250 g Schlagsahne 1 Päckchen Vanillezucker	steif schlagen, unter die Mascarpone heben
	Apfelmasse auf die Löffelbiskuit verteilen
	darauf die Mascarponesahne streichen
2 EL Zucker ¼ TL Zimt	mischen, drüberstreuen
	kaltstellen

## Arme Ritter

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
½ l Milch 2 Eier 15 g Zucker etwas geriebene Zitronenschale	verquirlen
12 Scheiben Weißbrot	Brotscheiben in die Eiermilch tauchen dann in
Semmelbrösel	wenden
30 g Margarine	schmelzen, die Weißbrotscheiben nach und nach dar- in goldbraun backen
	dazu schmeckt gut: Vanillesoße oder Kompott

## Apfel-Zimt-Konfitüre

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
1,5 kg Äpfel	waschen, schälen, entkernen, würfeln, in einen Topf geben, abdecken
1 Paket Gelierzucker 2:1	mit den Äpfeln mischen, ca. 20 Minuten durchziehen lassen
6 - 7 Marmeladengläser	spülen
Etiketten	vorbereiten
	Äpfel unter Rühren langsam aufkochen, bis die Äpfel weich sind.
1 TL Zimt	dazugeben und abschmecken
	in die vorbereiteten Gläser füllen, fest verschließen, 3 Minuten auf den Deckel stellen.
	nach dem Auskühlen etikettieren

## Vanillesoße

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
450 ml Milch	abmessen, in Kochtopf geben, 100 ml zurück behalten
40 g Zucker	in die Milch einstreuen, ankochen
30 g Vanillesoßenpulver	mit der restlichen Milch anrühren
	Wenn die Milch kocht, Topf von der Kochstelle nehmen.
	angerührtes Pulver einrühren
	Topf wieder auf die Herdplatte stellen, in der Nachwärme nochmals aufkochen
	Vanillesoße in eine Glaskanne füllen.

**BACKEN**



## Apfelkuchen aufs Blech

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
8 Äpfel	waschen, schälen, halbieren, vierteln, entkernen, nochmals halbieren
1 Zitrone	auspressen, mit den Äpfeln mischen, abdecken
1 tiefes Backblech	einfetten
	Backofen Ober/Unterhitze 200 °C mittlere Schiene vorheizen
150 g Margarine 150 g Zucker 1 Päckchen Vanillezucker 1 Prise Salz 3 Eier	schaumig rühren
350 g Mehl 2 gestrichene TL Backpulver	mischen, löffelweise zugeben
	gleichmäßig auf dem Backblech verteilen
	mit den Äpfeln gleichmäßig belegen
	30 Minuten bei 200 °C abbacken
750 g Schmand 45 g Zucker 3 Päckchen Vanillezucker	verrühren, den Kuchen nach dem Backen sofort damit gleichmäßig bestreichen

## **Aprikosenkuchen**

(28cm Springform)

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
1 Springform	einfetten
1 Dose Aprikosen	abgießen
100 g gemahlene Mandeln 100 g Zucker 1 Ei 100 g Schlagsahne	verrühren
	Backofen Ober-/Unterhitze 2. Schiene von unten 200 °C vorheizen
200 g Mehl 2 gestrichene TL Backpulver 1 Prise Salz	alles in einer Rührschüssel mischen, in die Mitte eine Kuhle drücken
75 g Zucker 1 Päckchen Vanillezucker	in die Kuhle geben
1 Ei	darauf geben
100 g Margarine	in kleinen Stücken auf den Mehtrand ver- teilen
	mit dem Handrührgerät/Knethaken erst die Mitte verrühren, dann Margari- ne/Mehl zügig verkneten
	Teig in die Form geben 2 cm Rand andrücken
	Mandel-Sahnemasse darauf gießen
	darauf die Aprikosen mit der Schnittfläche nach oben legen
1 geschälte ganze Mandel	in jede Aprikose legen
	abbacken, ca. 45 Minuten

## **Hefeteig**

(Springform 20 cm)

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
125 g Mehl 1 Prise Salz	in eine Waschschüssel geben, untermischen, mit einem Löffel eine Kuhle eindrücken.
¼ Würfel Hefe	in die Kuhle berieseln
20 g Zucker	auf die Hefe geben
20 g weiche Margarine	auf dem Mehtrand verteilen
62,5 ml lauwarme Milch	dazu gießen
	Alle Zutaten mit den Knethaken des Handrührgerätes zu einem glatten Teig kneten.
	Teig gehen lassen, bis er sich verdoppelt hat.
	Backform vorbereiten, Backofen vorheizen
	Teig nach Rezeptangabe weiter verarbeiten

## Hefekloß mit Backobstsoße

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
500 g Mehl	in eine Rührschüssel geben, in die Mitte eine Kuhle drücken
20 g Zucker	in die Mitte geben
1 Würfel Hefe oder 1 Päckchen Trockenhefe	darauf geben
60 g Butter	auf dem Mehtrand verteilen
¼ l lauwarme Milch	dazu gießen
	alle Zutaten mit dem Handrührge- rät/Knethaken zu einem Teig verkneten
2 Eier	dazugeben, unterkneten
	Teig gehen lassen, bis er sich verdoppelt hat
	Teig nochmals durchkneten, den Teig mit Hilfe eines Küchentuches oder einer Stoffserviette an den Deckel eines großen Topfes knoten
großen Topf mit ca. 2 cm Wasser füllen	Wasser zum Kochen bringen  Teig hinein hängen, er soll nicht das Wasser berühren
	Garzeit ca. 1 -1 ½ Stunden
1 Beutel Backobst Zucker und Zitrone	mit Wasser bedecken und aufkochen nach Geschmack zufügen
20 g Speisestärke 4 EL kaltes Wasser	anrühren, das Backobst damit andicken
	Den fertigen Kloß in Scheiben schneiden und mit der Soße servieren.
	Das Gericht schmeckt kalt und warm

## Marmorkuchen

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
1 Form	einfetten
	Backofen 180 °C Ober-/Unterhitze 2. Schiene von unten vorheizen
250 g Margarine 200 g Zucker 1 Päckchen Vanillezucker 1 Prise Salz 4 Eier	schaumig rühren
375 g Mehl 125 g Speisstärke 1 Päckchen Backpulver	mischen, löffelweise unterrühren
1/8 l Milch	zugeben
	die Hälfte des Teiges in die Form geben
50 g Kakao 50 g gemahlene Mandeln 2 EL Rum	mit dem restlichen Teig verrühren, auf den hellen Teig geben, spiralförmig mit einer Gabel vermengen
	abbacken 50 - 60 Minuten

## Versunkener Kirschkuchen

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
1 Springform	einfetten
1 Glas Kirschen	abtropfen
5 Eiklar	steif schlagen
100 g Margarine 100 g Zucker 1 Päckchen Vanillezucker 1 Prise Salz 5 Eigelb	schaumig rühren
200 g Mehl 100 g gemahlene Haselnüsse ½ Päckchen Backpulver	mischen, unterrühren
	Eischnee unterheben
	Rührmasse in die Form füllen, Kirschen gleichmäßig darauf verteilen
	Umluft 160 °C 2. Schiene von unten 50 - 60 Minuten

## Mürbes Käsegebäck

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
150 g Butter 180 g geriebener Käse	verrühren
75 ml Sahne ½ TL Salz 1 TL Paprikapulver	unterrühren
250 g Mehl ½ TL Backpulver	mischen, unterkneten,
	Teig in 3 Teile teilen, mit Folie abdecken
	mindestens 2 Std. ruhen lassen
2 Backbleche	mit Backpapier auslegen
	Backofen 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen mittlere Schiene
	Teig 6mm stark ausrollen Plätzchen ausstechen
1 Eigelb 1 EL Sahne	verrühren, Plätzchen bestreichen
Sesam, Mohn, Pistazien geschälte halbierte Mandeln	bestreuen
	abbacken 10 - 15 Minuten bei 200 °C Ober-/Unterhitze mittlere Schiene
	auf dem Blech etwas auskühlen lassen

## Apfelbrot

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
500 g Äpfel 180 g Zucker	waschen, schälen , klein würfeln mit mischen, abdecken, über Nacht in den Kühlschrank stellen
1 Kastenform	einfetten
	Backofen 180 °C Umluft oder 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen 2. Schiene von unten
360 g Mehl 200 g ganze Haselnüsse 1 Päckchen Vanillezucker 1TL Zimt 1 Messerspitze Nelken 1 Päckchen Backpulver	mischen, Äpfel dazu geben, verkneten, in die Form füllen
	55 - 60 Minuten backen



## Heidelbeer-Muffins

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
1 Glas Heidelbeeren	abtropfen
1 Muffinform	mit 12 Papierförmchen auslegen
150 g weiche Butter 180 g brauner Zucker 1 Päckchen Vanillezucker 2 Eier	schaumig rühren
300 g saure Sahne	unterrühren
200 g Mehl 2 gestrichene TL Backpulver 60 g feine Haferflocken ½ gestrichener TL Natron	mischen, löffelweise unter den Teig rühren
	Heidelbeeren unterheben
	gleichmäßig in die Förmchen verteilen
	bei 160 °C Umluft (nicht vorheizen) mittlere Schiene 25 - 30 Minuten abbacken
	<b><u>Tipp:</u></b> 5 Minuten ruhen lassen und warm servieren.  Lassen sich gut einfrieren.

## Der unmögliche Apfelkuchen

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
1 Springform 28 cm	einfetten
4 Äpfel 2 EL Zitronensaft	waschen, schälen ,viertel, Kerngehäuse entfernen, längs halbieren, mit Zitronensaft mischen, abdecken
	Backofen vorheizen Ober-/Unterhitze 2. Schiene von unten
200 g Schlagsahne 100 g Zucker 1 Päckchen Vanillezucker	halb steif schlagen
2 Eier	einzelnterrühren
180 g Mehl ½ Päckchen Backpulver	mischen, unterrühren
	in die Form füllen, glatt streichen
	mit den Apfelspalten belegen
	15 Minuten backen
50 g Margarine 50 g Zucker 2 EL Milch	aufkochen
30 g Mandelblättchen	dazugeben
	auf dem vorgebackenem Kuchen verteilen
	15 Minuten auf der 2. Schiene von oben backen

## Buttermilchapfelkuchen

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
1 kleines Blech oder 1 Springform 28 cm	mit Backpapier auslegen
4 Äpfel	waschen, schälen, mit Apfelteiler achteln, abdecken
	Backofen 200 °C mittlere Schiene vorheizen
2 Eier 50 g Zucker 1 Buttermillearoma oder Vanillezucker 1 Prise Salz	schaumig rühren
150 g Buttermilch	dazugeben und verrühren
160 g Mehl 1 Päckchen Vanillepuddingpulver ½ Päckchen Backpulver (8g)	mischen, dazugeben und verrühren
	Masse in die Form füllen, glatt streichen
	mit den Apfelspalten belegen
½ TL Zucker 25 g Zimt	mischen und gleichmäßig über die Äpfel streuen
	Mittlere Schiene 200 °C, 25 Minuten abbacken
3 EL Apfel- oder Aprikosenmarmelade	nach dem Backen dünn bestreichen

## Flammkuchen (4 Stück)

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
220 g Mehl 1 TL Salz	mischen, in die Mitte eine Kuhle drücken
60 ml lauwarmes Wasser 60 ml lauwarme Milch 5 g Frischhefe	verrühren, in die Kuhle geben,
20 g Butter	auf dem Mehtrand verteilen  von der Mitte aus verkneten, bis er sich vom Rand löst.  2 Stunden abgedeckt gehen lassen
2 Zwiebeln	schälen, waschen, halbieren, in <b><u>sehr feine</u></b> Ringe schneiden (Hobel)
50 g Speck	in <b><u>sehr feine</u></b> Streifen oder Würfel schneiden
150 g Schmand 1 gestrichener TL gekörnte Brühe	verrühren
1 Backblech	im Ofen vorheizen bei 220 °C 2. Schiene von unten
1 Backpapier	in Blechgröße vorbereiten
	Teig nochmals durchkneten, Teig wiegen, in 4 Teile teilen eine lange Rolle formen dünn ausrollen, auf Backpapier legen mit den anderen 3 Teilen genauso ausrollen
	Schmand auf die 4 Teile gleichmäßig verteilen
	Speck gleichmäßig verteilen
	Zwiebel gleichmäßig verteilen
	bei 220 °C 10 - 12 Minuten abbacken

# **Weihnachtsbäckerei**

## Minimarzipan-Stollen (56 Stück)

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
2 Backbleche	mit Backpapier auslegen
85 ml Milch 2 Päckchen Vanillezucker 1 Päckchen Frischhefe	erwärmen  in eine Schüssel geben und mit der lauwarmen Milch verrühren
250 g Mehl 1 Orange Back  44 g Zucker  75 g Butter	in einer Rührschüssel mischen, Kuhle drücken,  in die Kuhle geben,  in Stücken, auf den Rand verteilen,  Hefemilch in die Kuhle gießen und von der Mitte aus mit dem Handrührgerät verkneten, bis er sich vom Rand löst  mit Folie abdecken 20 Min. gehen lassen , <b>bis er sich verdoppelt hat</b>
180 g Rosinen 30 ml Rum	in einweichen
50 g gemahlene Mandeln 50 g gehackte Mandeln 40 g feingehacktes Orangeat 40 g feingehacktes Zitronat 100 g Marzipan in Stücken  1 Ei	in eine Rührschüssel geben,  dazugeben und verrühren
	Die Marzipan-Mandel-Zitronat-und OrangeatMasse zu dem Hefeteig geben und verkneten zuletzt die Rosinen zugeben und verkneten

	<p>Teig wiegen <b><u>in 7 Teile teilen, Rollen formen</u></b></p> <p>Rolle in 8 Teile teilen, kleine Rechtecke formen länglich formen, umschlagen auf das Backblech legen (5+6) mit den anderen Teilen genauso verfahren <b>20 Min. gehen lassen</b></p>
	<p>180 °C Ober-/Unterhitze 3 Schiene 160 °C Umluft 1+3 Schiene ca. 15 - 20 Minuten abbacken</p>
<p>50 g flüssige Butter Puderzucker</p>	<p>die warmen Plätzchen <u>sofort</u> damit bestreichen und mit bestreuen</p>

## Quarkstollen

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
2 Kastenformen	ausfetten
	Backofen auf 160 °C Ober-/Unterhitze 2. Einschubleiste/Gitterrost
200 g Zucker 1 Vanillezucker 125 g Butterschmalz 50 g Margarine	verrühren
250 g Quark 1 Flasche Rum-Aroma 1 Flasche Zitronen-Aroma ½ Flasche Butter-Vanille Aroma 4 Tropfen Bittermandel Aroma 1 Msp. Muskatblüte 1 Msp. Kardamon 2 Eier	dazugeben, verrühren
500 g Mehl 1 Päckchen Backpulver	mischen , mit Knethaken unterkneten
125 g Rosinen 125 g Korinthen 65 g gem. Mandeln 65 g gemahlene Nüsse 25 g Zitronat 25 g Orangeat	mischen, unterkneten
	jede Form halb voll füllen
	bei 160 °C 70 Minuten abbacken
40 g flüssige Butter	noch heiß mit bestreichen
Puderzucker	bestreuen



## Rosinenhäufchen

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
2 Backbleche	mit Backpapier auslegen
	Backofen 180 °C vorheizen Umluft 1+3 160 °C
200 g Butter 125 g Puderzucker 1 Päckchen Vanillezucker 2 Eigelb	verrühren
280 g Mehl 100 g gehackte Mandeln	mischen, dazugeben
2 EL Milch	dazugeben
150 g Rosinen	dazugeben, verrühren
	Teig in 4 Teile teilen (abwiegen) Rolle formen, in 8 Teile teilen, Kugeln formen, auf Bleche legen
	Backen 15 - 20 Minuten bei 180 °C Ober-/Unterhitze 3. Einschubleiste
	mit Puderzucker bestäuben

## Engelsaugen

Menge und Zutaten	Arbeitsablauf
2 Backbleche	mit Backpapier auslegen
300 g Mehl 1 Prise Salz	in eine Rührschüssel geben, Kuhle drücken
3 Eigelb	in die Kuhle geben
120 g gesiebter Puderzucker 3 Päckchen Vanillezucker 1 Päckchen Orangenzucker	auf das Eigelb geben
180 g Butter	in Flöckchen auf den Rand geben
	von der Mitte aus verkneten
	Teig wiegen  in 8 Teile teilen und zu Rollen formen auf Platte legen  mit Folie abdecken kalt stellen
	Backofen auf 160 °C Umluft 1.+3. Schiene
	jede Rolle in 8 Stücke teilen  zu gleichmäßigen Kugeln formen auf Backblech setzen
	mit einem Kochlöffel eine Mulde in die Kugel drücken
2 EL Johannisbeergelee	in einen Beutel füllen  etwas Gelee in die Mulden füllen
	abbacken bei Umluft 160 °C 1.+3.Schiene 15 Minuten
	<u>sofort nach dem Backen nochmals mit Gelee füllen</u>

	die ausgekühlten Engelsaugen auf ein mit Pergamentpapier ausgelegtes Tablett dicht setzen
2 EL Puderzucker	die Engelsaugen damit bestäuben
	einen Tag trocknen lassen in Behälter schichten, zwischen jede Lage Pergamentpapier legen

## Spritzgebäck mit Mandeln

<b>Menge und Zutaten</b>	<b>Arbeitsablauf</b>
2 Backbleche	mit Backpapier auslegen
	Backofen auf 160 °C Umluft vorheizen 1.+3. Schiene
125 g Butter 125 g Zucker 2 Päckchen Vanillezucker	schaumig rühren
2 Eier	dazugeben, verrühren
250 g Mehl 6 g Backpulver 50 g gemahlene Mandeln	mischen, löffelweise dazugeben
	Teig durch den Fleischwolf drehen  kleine Stücke abnehmen und auf das Backblech setzen
	Ober-/Unterhitze 180 °C 3. Schiene  bei 160 °C Umluft 1.+3. Schiene  10 Minuten abbacken  auskühlen lassen, vom Blech nehmen

## **Impressum**

### **Herausgeber**

Diakonisches Werk Eschwege/Witzenhausen, 37269 Eschwege, An den Anlagen 8,  
Tel.: 05651-74460, E-Mail: [info@deswi.de](mailto:info@deswi.de), [www.deswi.de](http://www.deswi.de)

### **Durchführung**

Allgemeine Sozial- und Lebensberatung Hessisch Lichtenau  
in Zusammenarbeit mit der Evang. Kirchengemeinde Hessisch Lichtenau

### **Redaktion**

Karin Weinsberg  
Markus Keller  
Martina Greising

1. Auflage 2012