



# Mein Lieblings-Rezept

Oktober 2023

1,99 €  
Österreich 2,30 €  
Schweiz 3,90 sfr

DIE BESTEN REZEPTE VON LESERN FÜR LESER

**25€**  
für Ihren Beitrag,  
**500€**  
für das Rezept  
des Monats

## CANDY-CAKES

**SPEZIAL**

Bratkartoffeln mit Kürbis und  
Kasseler-Geschnetzeltem S. 14



Inekes kultverdächtiger  
Keyboard-Kuchen S. 52

## FÜR JEDEN TAG



Christians köstliche  
Pak-Choi-Suppe S. 36

## GUT BACKEN



Kathrins Krokant-Torte  
mit Heidelbeeren S. 59



# Schlemmer-Hits mit KARTOFFELN

**72**

schnelle und  
einfache Gerichte



Machen Sie mit!

Facebook.com/Liebblingsrezept





## MACHEN SIE MIT!

Hier gibt es die besten Rezepte von Lesern für Leser.

Jede veröffentlichte Einsendung belohnen wir mit **25 Euro**.

Der „Leser-Koch des Monats“ erhält ein Preisgeld von **500 Euro!**

### Sie brauchen:

- 1 Ein Foto von sich (mind. 1 MB)
- 2 Ein Foto von Ihrem Lieblingsgericht (mind. 5 MB)
- 3 Zutatenliste und Zubereitungsanleitung
- 4 Ihren persönlichen Tipp zu Ihrem Rezept

### So schicken Sie Ihre Fotos ein:



#### PER E-MAIL:

Schicken Sie uns Ihr Rezept  
per E-Mail an  
[rezept@meinlieblingsrezept.net](mailto:rezept@meinlieblingsrezept.net)

## LESER-KÖCHIN im September

Die **Windbeutel-Torte**  
(S. 60 im September-Heft)  
hat die meisten Stimmen  
bekommen. Herzlichen  
Glückwunsch dazu von uns!

Alle Informationen zur  
Leserrezept-Abstimmung  
finden Sie auf S. 75

♥-lichen Dank an alle,  
die abgestimmt haben!

**500 Euro  
gewonnen:**

Bedia  
Lindner





## Für Sie im Heft:

- 2 Leserrezept des Monats
- 4 Rezept-Überblick

## MONATS-IDEE

- 6 Kartoffel-Gerichte

## FÜR JEDEN TAG

- 16 Hauptgerichte
- 22 Gut zu wissen
- 42 Süßes

## FACEBOOK-LIEBLING

- 34 Ihr Gewinner
- 46 Neues auf dem Markt

## SPEZIAL

- 48 Candy-Cakes

## BACKEN

- 54 Kuchen & Torten
- 62 Gut zu wissen
- 64 Kleingebäck
- 70 Herzhaft
- 74 Vorschau & Impressum
- 75 Wahl des Leser-Rezepts



Folgen Sie uns auch auf Facebook!

**„Mein Lieblings-Rezept“ im Abo:**  
**Telefon: 040/32 90 16 16**

Mo.–Fr. 8–20 Uhr; Sa. 9–14 Uhr

## FÜR JEDEN TAG

Bunter Gemüse-Reis, S. 33



## CANDY-CAKES

Schokokuss-Torte, S. 53

## KARTOFFEL-GERICHTE

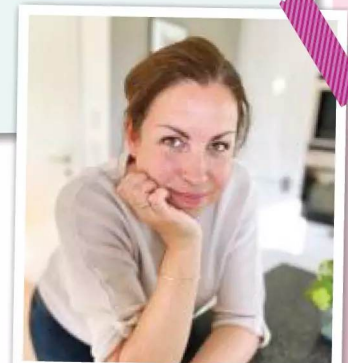
Rustikaler Kartoffel-Eintopf, S. 11



## Liebe Leserin und lieber Leser,

die Luft wird kühler, so mancher Herbst-Spaziergang endet in einem kräftigen Regenschauer – Zeit, es sich zu Hause gemütlich zu machen und Leib und Seele mit unseren leckeren Kartoffel-Gerichten (ab S. 6) zu wärmen. Ob mit einem deftig-rustikalen Eintopf oder knusprigen Bratkartoffeln im Duett mit Kürbis – probieren Sie die Rezept-Vielfalt unserer Lieblings-Knolle einfach aus! Und für den süßen Abschluss sorgen die Candy-Cakes (ab S. 48), Kuchen und Torten mit Naschi-Krönung. In diesem Sinne wünschen wir Ihnen einen genussreichen Herbst!

**Ihre Viola Langehanenberg**  
Redakteurin „Mein Lieblings-Rezept“



Für Fans!



## KARTOFFEL-HITS



Kartoffeltorte S. 6



Kartoffelgratin S. 7



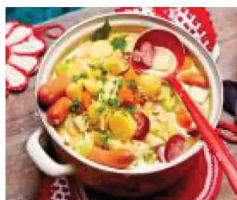
Kartoffel-Auflauf S. 8



Kartoffel-Hotdog S. 9



Kastenpickert S. 10



Kartoffeleintopf S. 11



Gaisburger Marsch S. 12



Quetschkartoffeln S. 13



Gemüse S. 14



Püree S. 15



Plätzchen S. 15

## FACEBOOK-LIEBLING:

*Bayerische Creme S. 34*



## FÜR JEDEN TAG



Bratwurstbällchen S. 16



Knöpfle-Pfanne S. 17



Hubertus-Klöße S. 18



Kräuter-Rouladen S. 20



Spätzle-Pfanne S. 21



Süßkartoffel-Curry S. 21



Obazda mit Bier S. 25



Laugen-Hotdog S. 25



Wurstsalat S. 26



Weißwurst-Knödel S. 28



Jäger-Gulasch S. 29



Ratatouille S. 30



Udon-Nudeln S. 32



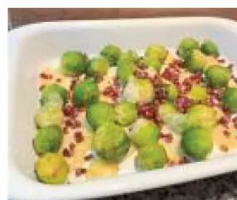
Gemüse-Reis S. 33



Pak-Choi-Suppe S. 36



Linsensalat S. 37



Ofen-Rosenkohl S. 38



Reis-Pfanne S. 39



Pilzsoße S. 41



Knödel S. 42



Kuchen S. 43



Auflauf S. 44



## SPEZIAL



Waldpilzragout S. 19



Bayerische Burger S. 24



Bacon-Ei-Aufstrich S. 27



Fleischbällchen S. 31



Pilz-Tagliatelle S. 37



Nudeltorte S. 40



Kürbis-Waffeln S. 45



Kuchen-Sticks S. 48



Kokos-Torte S. 49



Schoko-Torte S. 50



Sahne-Torte S. 51



Keyboard-Kuchen S. 52



Schokokuss-Torte S. 53

## BACKEN



Frischkäse-Kuchen S. 54



Rahmkuchen S. 57



Birnen-Kuchen S. 60



Schoko-Cupcakes S. 65



Apfel-Muffins S. 67



Landbrot S. 70



Burger-Waffeln S. 73



Streuselkuchen S. 55



Herbst-Tarte S. 58



Pflaumen-Torte S. 61



Apfeltaschen S. 68



Pizza Maui S. 71



Mini-Pizzen S. 72



Schinken-Brötchen S. 73



Mandeltorte S. 56



Heidelbeer-Torte S. 59



Käsekuchen-Tartes S. 64



Pudding-Teile S. 66



Saftige Brownies S. 69



Schokoladenbrownies S. 72



Schinken-Brötchen S. 73



# DIE TOLLE KNOLLE

Jetzt aber ran an die Kartoffeln! Ob herzhaft gebacken aus dem Ofen, als cremiges Püree oder knusprige Bratkartoffel – der beliebte Erdapfel trumps diesen Herbst richtig auf





# Kartoffeltorte

🕒 12 St. 🕒 1 ½ Std.

💰 1,10 p. St.

- 675 g Kartoffeln
- 4 EL Milch • ½ Würfel (21 g) Hefe • 250 g + 2 EL Mehl
- Salz • Zucker • 1 Eigelb (Gr. M) • 750 g Kasselerkotelett • 600 g Hokkaidokürbis • 2 Zwiebeln • 2 EL Öl
- 250 ml Gemüsebrühe
- 100 g Schlagsahne
- 4 Stiele Petersilie • Pfeffer
- 2 EL Butter • Fett für die Form

**1** 225 g Kartoffeln schälen und fein raspeln. Mit 100 ml kochendem Wasser übergießen, ca. 5 Minuten ziehen lassen. Milch erwärmen. Hefe darin auflösen. 250 g Mehl, 1 TL Salz, 1 TL Zucker, Eigelb, Hefemilch und Raspel verkneten. Teig ca. 45 Minuten gehen lassen.

**2** Kasseler würfeln. Kürbis waschen, entkernen und würfeln. Zwiebeln schälen, würfeln. Öl erhitzen. Kasseler, Kürbis und Zwiebeln darin anbraten. Mit 2 EL Mehl bestäuben, anschwitzen. Mit Brühe und Sahne ablöschen und ca. 3 Minuten köcheln. Petersilie waschen, hacken, unterrühren. Salzen, pfeffern.

**3** Teig rund (ca. 30 cm Ø) ausrollen. In eine gefettete Springform (26 cm Ø) legen, 2 cm Rand hochziehen. Rest Kartoffeln schälen und fein hobeln. Butter schmelzen. Ragout in die Form geben, mit Kartoffeln belegen, mit Butter bestreichen. Im heißen Backofen (E-Herd: 200 °C/Umluft: 180 °C) ca. 45 Minuten backen.



## Kartoffelgratin mit Zwiebelhaube

🕒 4 Pers. 🕒 2 Std. 💰 3,40 p. P.

- 1,2 kg Kartoffeln • 400 g Möhren • 250 g Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen • 300 g Schlagsahne • 375 ml Milch
- 2 TL getrockneter Thymian
- Salz • Pfeffer • 800 g Schweinefilet • 1 EL Öl
- 2 EL Mehl • Fett für die Form

**1** Kartoffeln und Möhren schälen und waschen. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Knoblauch hacken, Zwiebeln in Ringe schneiden. Sahne, Milch, Knoblauch und Thymian verrühren. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.

**2** Fleisch trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Öl erhitzen. Fleisch darin kräftig anbraten, herausnehmen. Zwiebeln im Bratfett goldbraun anbraten. Mit Mehl bestäuben, anschwitzen, mit

Sahnemischung ablöschen. Einmal aufkochen und ca. 3 Minuten köcheln.

**3** Kartoffeln und Möhren in Scheiben hobeln, in eine gefettete Auflaufform geben. Filet daraufsetzen, Zwiebel-sahne einfüllen. Im heißen Ofen (E-Herd: 200 °C/ Umluft: 180 °C) ca. 1 ¼ Stunden garen.



*„Dazu einen knackigen  
Blattsalat reichen“*

Anne Scherer, Michelbach





## Kartoffel-Auflauf mit Veggie-Hack

👤 2 Pers. ⌚ 1 ½ Std. 💰 3,30 p. St.

- 500 g Kartoffeln • Salz
- 2 EL Pflanzencreme
- 180 g vegetarisches Hackfleisch (Kühlregal)
- 1 rote Zwiebel
- 1 rote Paprikaschote
- 30 g getrocknete Tomaten
- 150 ml Gemüsebrühe
- 1 EL Tomatenmark
- 1 TL Awaze-Paste
- Edelsüßpaprika
- Bockshornklee
- Knoblauchpulver • Pfeffer
- 250 g TK-Erbsen
- 10 Kirschtomaten
- je 1 TL Schwarzkümmel und Sesam • Fett für die Form

**1** Kartoffeln schälen und in Salzwasser ca. 20 Minuten kochen. Abgießen und gut

abkühlen lassen. Pflanzencreme in einer großen Pfanne erhitzen. Hackfleisch darin anbraten. Zwiebel schälen und würfeln. Paprika putzen und würfeln. Getrocknete Tomaten würfeln. Alles in die Pfanne geben und andünsten.

**2** Brühe angießen, Tomatenmark und Awaze-Paste unterrühren. Mit Paprika, Bockshornklee, Knoblauch, Salz und Pfeffer würzen. Kartoffeln in Scheiben schneiden, den Boden einer gefetteten Auflaufform damit auslegen. Erbsen darauf geben. Hacksoße darauf verteilen. Tomaten waschen, halbieren, auf die Soße legen.

Hacksoße platzieren. Rest Kartoffeln darauf verteilen. Mit Kümmel und Sesam bestreuen. Im heißen Ofen (E-Herd: 200 °C/Umluft: 180 °C) ca. 20 Minuten backen. Heiß servieren.



*„Awaze ist eine Würzpaste aus Äthiopien. Gibt es im Feinkosthandel“*

Julian Torlutter, Eckersdorf



# Kartoffel-Hotdog mit Zwiebel-Chutney



👤 4 Pers. ⌚ 1 ½ Std. 💶 2,80 p. St.

- 4 Kartoffeln (à ca. 300 g)
- 80 ml Roséwein
- 80 ml + 4 EL Obstessig
- 20 g Senfkörner
- 2 rote Zwiebeln
- 50 g Zucker • Salz • Pfeffer
- 1 EL Aprikosen-Senf-Soße
- 6 EL Öl • 150 g Chinakohl
- 400 g Nürnberger Rostbratwürstchen • 80 g Butter

**1** Kartoffeln waschen und mehrmals einstechen. Im vorgeheizten Ofen (E-Herd: 200°C/Umluft: 180°C) ca. 1 ½ Stunden backen.

**2** Wein, 80 ml Essig und Senfkörner aufkochen, ca. 10 Minuten köcheln. Zwiebeln schälen, fein würfeln. Mit Zucker in den Topf geben und ca. 15 Minuten köcheln. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**3** 4 EL Essig, Salz, Pfeffer und Senfsoße verrühren. 4 EL Öl darunterschlagen. Kohl putzen, waschen und trocken tupfen. Chinakohl in kurzen Streifen vom Strunk schneiden. Vinaigrette und Kohl in einer Schüssel vermengen.

**4** 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und Würstchen darin ca. 10 Minuten unter Wenden braten. Fertige Kartoffeln aus dem Ofen nehmen, längs tief einschneiden, etwas aufdrücken.

**5** Je 20 g Butter in die Kartoffeln geben und mit Salz würzen. Das Innere der Kartoffeln mit einer Gabel zerdrücken. Kartoffeln mit Würstchen, Salat und etwas Chutney anrichten. Übriges Chutney dazu reichen.







## Westfälischer Kastenpickert mit Rosinen

🕒 20 St. ⌚ 2 Std. 💰 0,20 p. St.

- 250 g Rosinen
- 30 g frische Hefe
- 250 ml lauwarme Milch
- 500 g Mehl
- 1 kg vorwiegend festkochende Kartoffeln
- 10 g Salz • 2 Eier (Gr. M)
- 2–3 EL Butter
- Fett und Semmelbrösel für die Form

**1** Rosinen 3–4 Stunden in lauwarmem Wasser einweichen. Hefe in 50 ml Milch auflösen, mit 2–3 EL Mehl bestreuen und ca. 30 Minuten ruhen lassen. Kartoffeln schälen, waschen, fein reiben und in einem sauberen Geschirrtuch gut auspressen. In eine Schüssel geben.

**2** Übriges Mehl in eine Rührschüssel geben und die Hefemilch zufügen. Salz, Eier und übrige Milch zugeben und alle Zutaten zu einem glatten Teig verkneten. Dabei so lange kneten, bis sich der Teig vom Boden löst.

**3** Kartoffelmasse zufügen und unterkneten. Teig abdecken und an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen.

**4** Teig nochmals durchkneten. Rosinen abtropfen lassen und unterkneten. Teig in eine gefettete und mit Semmelbröseln ausgestreute Kastenform (30–35 cm Länge)

füllen, ca. 30 Minuten gehen lassen. Im heißen Backofen (E-Herd: 200 °C/Umluft: 180 °C) ca. 1 ¼ Stunden backen. Pickert in Scheiben schneiden. Butter erhitzen. Scheiben darin braten.



*„Süß mit Konfitüre oder Rübenkraut oder herzhaft mit Leberwurst essen“*

Sonja Graßkemper, Lippstadt



# Rustikaler Kartoffeleintopf mit zweierlei Wurst

👤 4 Pers. ⌚ 40 Min. 💰 2,50 p. P.

- 800 g Kartoffeln
- 1 großes Bund Suppengrün
- 2 Zwiebeln
- 2 EL Butterschmalz
- 2 EL Gemüsebrühe (instant)
- 250 g Kabanossi
- 4 Wiener Würstchen (à ca. 80 g) • Salz • Pfeffer
- geriebene Muskatnuss
- 2 EL Senf
- 3 Stiele Petersilie

**1** Kartoffeln schälen, waschen und in 2–3 cm große Stücke schneiden. Suppengrün putzen, waschen,

schälen und ebenfalls in grobe Stücke schneiden. Zwiebeln schälen und in grobe Würfel schneiden.

**2** Butterschmalz in einem großen Topf erhitzen, Zwiebeln zugeben und darin glasig andünsten. Kartoffeln und Suppengemüse zugeben und kurz anschwitzen.

**3** Ca. 1 l heißes Wasser aufgießen, Brühepulver einrühren und zugedeckt ca. 20 Minuten köcheln.

**4** Kabanossi in Scheiben schneiden. Würstchen und Kabanossi zum Eintopf geben und nochmals ca. 5 Minuten köcheln. Kräftig mit Salz, Pfeffer, Muskat und Senf würzen.

**5** Petersilie waschen, trocken schütteln, die Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Eintopf mit Pfeffer und gehackter Petersilie bestreuen und im Topf servieren. Dazu passt frisches Baguette.







Einfacher geht's mit einem Spätzlehobel

## Gaisburger Marsch mit Spätzle

6 Pers. 7 Std. 2,80 p. P.

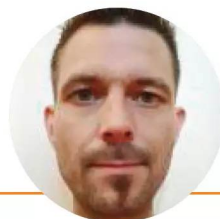
- 1 kg Rinderbeinscheiben
- 3 Markknochen
- 1 große Zwiebel
- 1 Bund Suppengrün
- 3 Lorbeerblätter • Nelken
- Wacholderbeeren • Piment
- 1 TL Pfefferkörner • Salz
- 500 g Mehl • 5 Eier (Gr. M)
- 200 ml Mineralwasser
- 1 kg Kartoffeln • Muskat

**1** Beinscheiben und Knochen waschen und in einen großen Topf geben. Mit ca. 2 l Wasser auffüllen. Zwiebel halbieren. Schnittflächen in einer heißen Pfanne anrösten. Zum Fleisch geben. Aufkochen und 3–4 Stunden köcheln. Dabei mehrmals den Schaum abnehmen.

**2** Suppengrün putzen, waschen, schälen und in Würfel schneiden. Petersilie waschen und, bis auf etwas zum Garnieren, fein hacken. Gemüse, Lorbeer, 3 Nelken, 3 Wacholderbeeren, gehackte Petersilie, Pfefferkörner, Piment und Salz zugeben und alles ca. 2 Stunden köcheln.

**3** Mehl, Eier und Mineralwasser verrühren, mit Salz würzen. Kurz ruhen lassen. Zu Spätzle verarbeiten und in Salzwasser garen. Abgießen. Kartoffeln schälen, würfeln, in Salzwasser ca. 20 Minuten kochen. Fleisch vom Knochen lösen, klein schneiden. Brühe abseihen, eventuell Knochen-

mark durch ein Sieb in die Brühe passieren. Gemüse, Kartoffeln, Spätzle und Fleisch in die klare Brühe geben. Mit Salz und Muskat würzen. Kurz aufkochen. Vor dem Servieren mit Petersilie bestreuen.



*„Das schwäbische  
Traditionsgericht vereint  
Kartoffeln und Spätzle“*

Dominik Schaubel, Gemmingen



# Quetschkartoffeln mit mediterranem Quark



👤 4 Pers. ⌚ 50 Min. 💶 2,50 p. St.

- 1 kg kleine Kartoffeln (z. B. Drillinge) • 1 TL Kümmel
- Salz • 500 g Magerquark
- 5 EL Milch • 1 Salatgurke (ca. 250 g) • 3 Lauchzwiebeln
- ½ Bund Basilikum
- 6 Stiele Petersilie
- 1 EL Kapern (Glas)
- 100 g schwarze Oliven (ohne Stein) • 2 Tomaten
- grober Pfeffer • 2 EL Butter

**1** Kartoffeln waschen und mit Kümmel in Salzwasser ca. 25 Minuten kochen. Quark und Milch verrühren. Gurke

schälen, längs halbieren, entkernen und raspeln. Lauchzwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden. Basilikum und Petersilie waschen und, bis auf etwas Basilikum, fein hacken. Kapern und Hälfte Oliven grob hacken. Tomaten waschen und fein würfeln.

**2** Gurke, Hälfte Lauchzwiebeln, gehackte Kräuter, bis auf etwas, Oliven, Kapern und ca. Hälfte Tomaten unter den Quark mischen. Quark mit Salz und Pfeffer würzen.

**3** Kartoffeln abgießen und etwas platt drücken (z. B. mit einem Kartoffelstampfer). Butter in einer großen Pfanne erhitzen. Kartoffeln darin portionsweise 3–4 Minuten goldbraun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**4** Restliche Oliven in Ringe schneiden. Kartoffeln mit Quark, Olivenringen, Rest Lauchzwiebeln, übrigen Kräutern und übrigen Tomaten auf vier Tellern anrichten und servieren.





Unser  
TITEL-  
REZEPT



## Bratkartoffeln mit Kürbis und Kasseler-Geschnetzeltem



4 Pers. 1 Std. 3,80 p. P.

- 1 kg Kartoffeln
- 750 g Hokkaido-Kürbis
- 5–7 EL Öl • Salz
- 1 EL Honig • 2 Zwiebeln
- 125 g Lauchzwiebeln • 600 g Kasseler (ohne Knochen)
- 150 g geräucherter durchwachsener Speck
- 20 g Butterschmalz
- Pfeffer • 1 gestr. EL Mehl
- 450 ml Gemüsebrühe
- 150 g Schlagsahne
- 2 EL gehackte Petersilie

**1** Kartoffeln waschen und in kochendem Wasser ca. 20 Minuten garen. Abgießen, abschrecken, pellen und in

Scheiben schneiden. Kürbis waschen, vierteln, entkernen und in Spalten schneiden. 2–3 EL Öl, 1 TL Salz und Honig verrühren. Kürbis untermengen. Auf ein Blech geben.

**2** Zwiebeln schälen und fein würfeln. Lauchzwiebeln putzen, in Ringe schneiden. Fleisch und Speck würfeln. 100 g Speck in einer sehr großen Pfanne knusprig auslassen, herausnehmen. 2 EL Öl in die Pfanne geben, Hälfte Zwiebeln darin andünsten. Herausnehmen. Kürbis im heißen Ofen (E-Herd: 200 °C/

Umluft: 180 °C) 20–25 Minuten backen. Schmalz in der Pfanne erhitzen, Kartoffeln darin goldbraun braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Kartoffeln, Zwiebeln, Speck ca. 5 Minuten vor Ende der Backzeit zum Kürbis geben.

**3** 1–2 EL Öl erhitzen, Fleisch darin kräftig anbraten. 50 g Speck, übrige Zwiebeln und Lauchzwiebeln kurz mitbraten. Mit Mehl bestäuben, Brühe und Sahne angießen. Einmal aufkochen. Kürbis-Kartoffeln mit Kasseler-Sahnetopf und Kräutern anrichten.





## Klassisches Kartoffelpüree

👤 4 Pers. ⌚ 40 Min. 💰 0,80 p. St.

- 1,2 kg mehligkochende Kartoffeln • Salz
- 80 g Butter • 150 ml Milch • 150 g Schlagsahne • Meersalz • Muskatnuss

**1** Kartoffeln schälen, gründlich waschen und in grobe Stücke schneiden. In Salzwasser ca. 20 Minuten weich kochen. Kartoffeln in ein Sieb abgießen und mithilfe einer Kartoffelpresse zu Püree verarbeiten.

**2** Kartoffelstampf zusammen mit 60 g Butter in Stückchen, Milch und Sahne erhitzen. Mit Salz und Muskat abschmecken. Restliche Butter in Stückchen darüberstreuen, über einem heißen Wasserbad warm halten. Vor dem Servieren Butter kurz unterziehen.

### TIPP DER REDAKTION

Das Püree fix im Mixer oder mit dem Pürierstab zubereiten? Das ist keine gute Idee, denn die rotierenden Klingen zerstören die Stärkemoleküle der Kartoffeln. Das führt dazu, dass die Stärke austritt und sich mit der Flüssigkeit in den gekochten Kartoffeln mischt. Das Ergebnis: eine klebrige Masse. Also doch lieber von Hand stampfen ...



## Kartoffelplätzchen

👤 16 St. ⌚ 1 Std. 💰 0,30 p. St.

- 500 g mehligkochende Kartoffeln
- 2 Eigelb (Gr. M) • 2 EL Kartoffelstärke • Salz
- Muskat • je 1 EL gehackter Thymian und Rosmarin • 2 EL Butter • 1 Packung (300 g) Strudelteig • Frischhaltefolie • Alufolie

**1** Kartoffeln schälen, vierteln und in Wasser ca. 20 Minuten garen. Durch eine Kartoffelpresse drücken, kurz abkühlen lassen. Masse mit Eigelb, Stärke, Salz, Muskat und gehackten Kräutern zu einem Teig vermengen.

**2** Butter schmelzen. Strudelteigblätter auf ein Geschirrtuch legen, jede Lage mit Butter bepinseln, dann aufeinanderlegen. Kartoffelteig aufstreichen und den Strudel aufrollen. Rolle in Frischhalte- und Alufolie einwickeln. Strudel ca. 20 Minuten dampfgaren oder in siedendem Wasser garen, dann abkühlen lassen. Aus der Folie wickeln und in ca. fingerdicke Scheiben schneiden. Servieren.

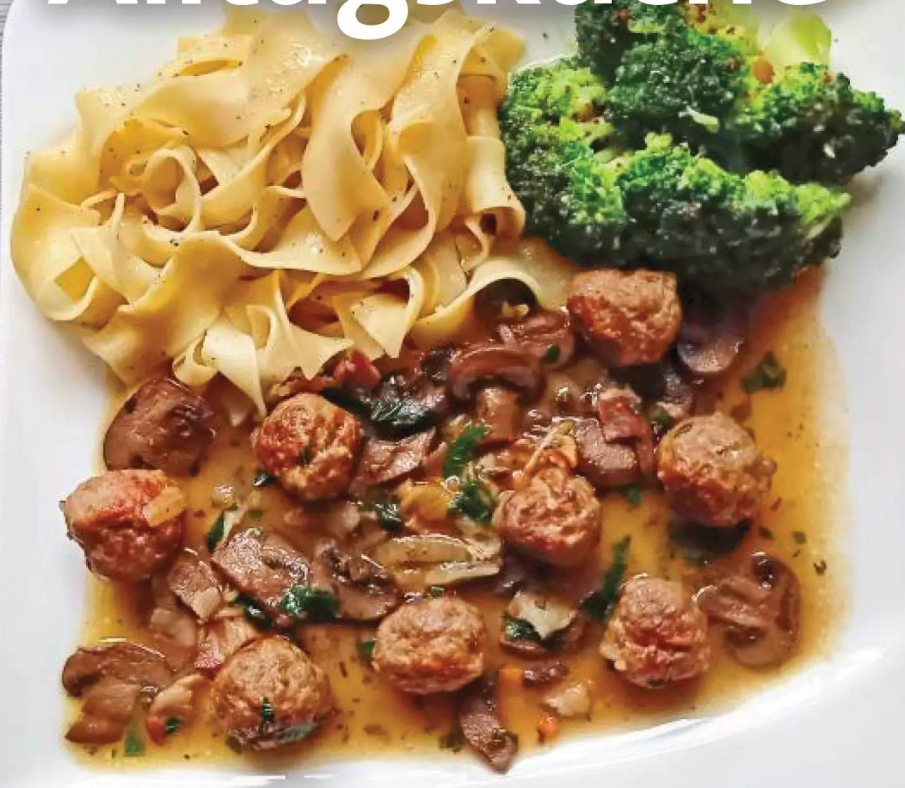


„Scheiben in etwas Butterschmalz goldbraun braten“

Patrick Schmidt, Köln



# Gutes aus der Alltagsküche



## Bratwurstbällchen in deftiger Pilz-Soße

👤 4 Pers. ⌚ 45 Min. 💰 3,40 p. P.

- 1 EL Öl • 4 ungebrühte grobe Bratwürste (à ca. 120 g)
- 300 g braune Champignons
- 4 mittelgroße Zwiebeln
- 100 g Bacon • Salz • Pfeffer aus der Mühle • 1 TL Paprikapulver • 2 TL gemahlene getrocknete Waldpilze • 2 EL Mehl • 200 ml Weißwein
- 1 Stiel Oregano
- 2 Stiele Thymian
- 1 Zweig Rosmarin
- 2 Stiele Basilikum
- 2 Stiele Petersilie
- 200 g Schlagsahne
- 200 ml Gemüsebrühe

**1** Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Aus den Bratwürsten kleine Bällchen herausdrücken und rundum

knusprig-braun anbraten, herausnehmen.

**2** Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Zwiebeln schälen, in feine Spalten schneiden. Beides im Bratfett der Fleischbällchen anbraten. Bacon in Streifen schneiden, zugeben und kurz mitbraten. Alles kräftig mit Salz, Pfeffer, Paprika- und Pilzpulver würzen. Mehl darüberstreuen, kurz anschwitzen, mit Wein ablöschen und reduzieren.

**3** Oregano, Thymian, Rosmarin, Basilikum und Petersilie waschen, trocken schütteln. Blätter und Nadeln

von den Stielen zupfen, fein hacken. Vorsichtig in die Soße rühren, mit Sahne und Brühe auffüllen und ca. 10 Minuten köcheln. Toll dazu: blanchierte Brokkoliröschen und in Butter geschwenkte Tagliatelle.



„Schmeckt ganz besonders  
gut mit Waldpilzen“

Maritta Hennig, Bautzen



# Weißwurst-Knöpfle-Pfanne mit Champignons

👤 2 Pers. ⌚ 30 Min. 💶 2,60 p. P.

- 400 g Weißwürste
- 100 g Champignons
- Pflanzencreme • 1 gelbe Paprikaschote • 50 ml Rinderbrühe • 250 ml Kochsahne • 3 EL Sanddornsenf • Salz • Pfeffer • Knoblauchpulver • 1 TL getrockneter Majoran • 1 TL getrockneter Bockshornklee • 500 g Spätzle (Kühlregal)
- 2 Stiele Petersilie

**1** Haut von den Würsten entfernen, in Scheiben schneiden. Pilze putzen und

halbieren. Pflanzencreme erhitzen, Wurst und Pilze darin anbraten.

**2** Paprika vierteln, entkernen, waschen und mundgerecht würfeln. Paprikawürfel zu Pilzen und Würstchen geben und kurz mit anschwitzen. Alles mit Brühe und Sahne ablöschen. Senf unterrühren und kräftig mit Salz, Pfeffer, Knoblauch, Majoran und Bockshornklee würzen. Soße 5–7 Minuten einköcheln, bei Bedarf binden.

**3** Spätzle einrühren, kurz erhitzen. Petersilie waschen, Blättchen abzupfen, fein hacken. Pilz-Spätzle mit Petersilie bestreut servieren.



*„Anstelle von Sanddorn-Senf kann man auch süßen Senf verwenden“*

Leon Frank, Schwarzenbach a. d. Saale



*Ein leckeres Essen nach einem Herbst-Spaziergang!*





## Hubertus-Klößchen mit Pilz-Rahmsoße

4 Pers. 50 Min. € 2,90 p. P.

- 1 Zwiebel • 2 EL Senf
- ½ Bund glatte Petersilie
- ½ Bund Schnittlauch
- 1 Tüte Hackfleisch-Gewürz
- 1 EL Senf • 500 g Thüringer Mett oder gem. Hackfleisch
- 4 EL Öl • 300 g Champignons
- 200 g Pfifferlinge • 200 g Kräuterseitlinge • 1 Schalotte
- 3 Scheiben geräucherter Schinken • 1 EL Kräuterbutter • Salz • Pfeffer • Edelsüßpaprika • 1 EL Tomatenmark • 200 ml Walzpilz-Fond
- 1 TL Worcestersoße • 2 Lorbeerblätter • 2 Wacholderbeeren • 250 g Crème fraîche

**1** Zwiebel schälen, würfeln. Kräuter waschen, fein hacken. Hackgewürz mit

Zwiebelwürfeln, 2 EL Petersilie und Senf verrühren, mit Hack verkneten, zu Klößchen formen. Öl erhitzen, Klößchen darin knusprig-braun braten.

**2** Pilze putzen, grob vierteln. Schalotte schälen, mit Schinken fein würfeln. Klöße aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Butter im Bratfett schmelzen, Schinken und Schalotte darin andünsten. Pilze zufügen, mit Salz, Pfeffer, Paprika würzen. Tomatenmark zugeben, kurz mitrösten, mit Fond und Worcestersoße ablöschen.

**3** Alles in einen Topf umfüllen, Lorbeer und

Wacholderbeeren zugeben und alles ca. 15 Minuten köcheln. Lorbeer und Beeren entfernen, Crème fraîche unterheben, erneut würzen. Klößchen in den Pilz-Topf geben, kurz erhitzen, Rest Petersilie einrühren. Mit Schnittlauchröllchen garniert servieren.



„Dazu gibt's Kroketten und Preiselbeeren“

Michaela Küchler, Hannover



# Waldpilzragout mit Kartoffelklößen

👤 2 Pers. ⌚ 35 Min. 💰 3,80 p. P.

- 1 kleine Zwiebel • 2 EL Öl
- 1 TL Tomatenmark
- 600 g gemischte Waldpilze
- ½ TL Edelsüßpaprika
- 1 EL Frischkäse
- Salz • Pfeffer
- 1 TL Zitronensaft
- 4 Kartoffelklöße (frisch; Kühlregal)
- 1 EL TK-Petersilie

**1** Zwiebel schälen und fein würfeln. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Zwiebelwürfel darin anschwitzen, Tomatenmark zugeben, mitrösten.

**2** Pilze putzen, je nach Größe halbieren oder vierteln. Zur Zwiebel in die Pfanne geben, mit Paprikapulver ca. 10 Minuten kräftig anschmoren. Frischkäse einrühren. Alles mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

**3** Klöße nach Packungsanweisung in kochendem Wasser erhitzen. Zusammen mit Ragout auf tiefen Tellern anrichten und mit gehackter Petersilie bestreut servieren.



*„Auch lecker zu  
Kartoffelpuffern“*

Lutz Richter, Oranienburg







DAZU PASST



## Kräuter-Rouladen in Rahmsoße mit Gnocchi

4 Pers. 55 Min. € 3,60 p. P.

- 1 Bund gemischte Kräuter (z. B. Bohnenkraut, Majoran, Thymian, Petersilie, Oregano)
- 2 EL Olivenöl • 8 Schweine-Rouladen • Salz • Pfeffer
- 250 ml Gemüsebrühe
- 50 g Schlagsahne
- 1 EL Speisestärke • 700 g Gnocchi • Öl • Holzspieße

**1** Kräuter waschen, trocken schütteln. Öl erhitzen, Kräuter darin kurz andünsten. Rouladen mit Salz und Pfeffer würzen, mit Kräutern füllen, einrollen und je mit Holzspieß fixieren. Rundum anbraten, aus der Pfanne nehmen und beiseitelegen. Bratfett mit Brühe und Sahne aufgießen und mit Stärke binden.

**2** Rouladen zurück in die Pfanne geben und ca. 30 Minuten köcheln. Gnocchi nach Packungsanweisung in etwas Öl braten und zu den Rahm-Rouladen servieren.



*„Auch lecker mit Salbei gefüllt – erlaubt ist, was schmeckt“*

Betty Stierhof, Schwaig

## Rote-Bete-Salat

**100 g Babyleaf-Salatmischung** waschen, abtropfen lassen. **250 g Rote Bete** schälen, mit Spiralschneider zu Spaghetti schneiden. Mit je **1 Prise Zucker** und **Salz** mischen, beiseitestellen. **6 EL Apfelessig** mit **1 EL Honig**, Salz und **Pfeffer** verquirlen. **6 EL Öl** unterschlagen. **1 Avocado** halbieren, entkernen, Fruchtfleisch in Scheiben schneiden. **125 g Blauschimmelkäse** zerbröckeln. Salat mit Avocado und Roter Bete anrichten, mit Vinaigrette beträufeln, Käse darüberstreuen und servieren.





## Schnelle Spätzle-Pfanne

👤 4 Pers. ⌚ 35 Min. 💰 1,60 p. P.

- 1–2 EL Öl • 1 kg Spätzle (Kühlregal)
- 2 Zwiebeln • 2 Knoblauchzehen • 2 Tomaten
- 200 g Bacon • 500 g Crème fraîche
- 1 TL Gemüsebrühe (instant) • Pfeffer aus der Mühle • ca. 250 g Babyspinat
- ca. 50 g geriebener Parmesan

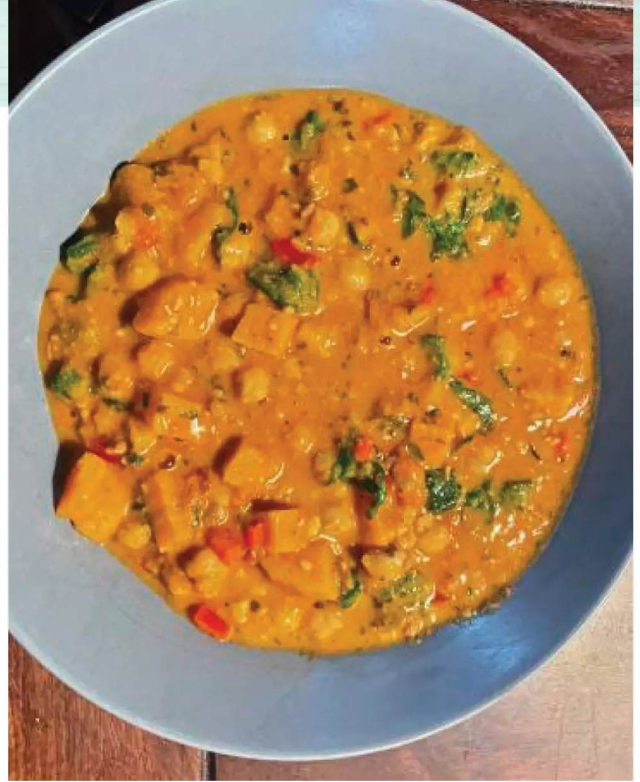
**1** Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Spätzle darin goldbraun anbraten, beiseitestellen. Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein würfeln bzw. hacken. Tomaten waschen, würfeln. Bacon in feine Streifen schneiden, in die Pfanne geben, kurz auslassen. Zwiebeln, Knoblauch und Tomaten zufügen, ca. 5 Minuten dünsten.

**2** Alles mit einem Schuss Wasser ablöschen, Crème fraîche einrühren, mit Brühe und Pfeffer würzen. Spinat waschen, abtropfen lassen. Vorsichtig Spätzle, geriebenen Parmesan und Spinat unterheben. Kurz erhitzen und direkt auf tiefen Tellern angerichtet servieren.



*„Wer Zeit und Lust hat, macht die Spätzle selbst“*

Tobias Siller, Bochum



## Süßkartoffel-Eintopf

👤 2 Pers. ⌚ 45 Min. 💰 2,10 p. P.

- 1 Zwiebel • 1–2 Knoblauchzehen • 1–2 rote Chilischoten • 1 große Süßkartoffel • 1 EL Öl
- 1 Dose (400 g) Kichererbsen • 1 Dose (400 ml) stückige Tomaten • 3 EL Erdnussbutter
- 1 EL Gemüsebrühe (instant) • Salz • Pfeffer
- ca. 200 g TK-Blattspinat (aufgetaut)
- 1 EL gehackter Koriander

**1** Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken. Chili entkernen, waschen, fein hacken. Süßkartoffel schälen und würfeln. Öl erhitzen, Chili darin andünsten, Zwiebel und Knoblauch zufügen, 3–5 Minuten dünsten. Kichererbsen abgießen, kalt abspülen.

**2** Mit ca. 200 ml Wasser ablöschen, Tomaten zugießen, Erdnussbutter und Brühe einrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Alles ca. 20 Minuten köcheln. Kichererbsen, Spinat und Koriander hinzugeben und alles einmal aufkochen. Dazu passt ein frisches Baguette.



*„Superlecker: mit gehackten salzigen Erdnüssen toppen“*

Danielle Schmitz, Buchholz



# Die Königin der Herzen

Kartoffeln sind viel mehr als nur eine Beilage. Wir erläutern hier ein paar Fakten zum Knollen-Liebling der Deutschen

## Ökologische Putzhilfe

Die Schalen der Knolle eignen sich prima als Edelstahl- oder Spiegelreiniger. Dazu die feuchte Seite der Schale über die Flächen reiben. Bei Edelstahl kurz einweichen lassen, anschließend abspülen. Spiegel anschließend mit einem trockenen, weichen Tuch polieren.

## Auf die Stärke kommt es an

Je weniger Stärke, desto formstabiler die Kartoffel. Mehligere Sorten sind nach dem Kochen eher weich, weshalb sie sich für Püree, Suppen oder Gnocchi eignen. Aus festkochenden Sorten werden Kartoffelspalten oder Bratkartoffeln, vorwiegend festkochende Kartoffeln machen sich toll als Salz- und Pellkartoffeln.

## Geografische Wurzeln

Kartoffeln stammen ursprünglich aus Südamerika, wo sie schon im 13. Jahrhundert von den Inkas angebaut wurden. Erst vor 450 Jahren brachten Seefahrer sie nach Europa, zunächst wurde sie nur als Zierpflanze geschätzt – wegen der hübschen Blüten. Im 18. Jahrhundert erkannte Friedrich der Große ihren Nutzwert und ließ sie im großen Stil anbauen.



# Der ultimative Pommes-Guide



So wird die beliebte Kartoffel-Spezialität noch besser

**1** Für knusprige Pommes eignen sich die Sorten Bintje oder Friesländer am besten. Fragen Sie doch einmal auf dem Wochenmarkt oder in Ihrem Stamm-Supermarkt nach diesen Sorten. Generell eignen sich festkochende Kartoffeln am besten, weil sie weniger Stärke enthalten.

**2** Schneiden Sie die Kartoffeln möglichst in gleich große Stäbchen, so sind alle Pommes zum gleichen Zeitpunkt gar.



**3** Vor dem Backen oder Frittieren werden die Kartoffelstäbe kurz in Wasser gelegt, um ihnen die Stärke zu entziehen. Anschließend mit etwas Speisestärke oder Kartoffelmehl bestreuen. So werden sie innen soft und außen knusprig.



**4** Ein echter Geheimtipp: Frittieren Sie die Pommes zweimal, so werden sie schön kross. Zunächst ca. 5 Minuten bei ca. 140 °C frittieren, dann herausnehmen und etwa 15 Minuten abtropfen lassen. Dann erneut 2–3 Minuten bei 175 °C frittieren. Nur noch würzen und genießen!



## EXPERTEN-TIPP

Michelle Goossen,  
Redakteurin Mein Lieblings-Rezept

*„Wer keine Fritteuse besitzt, frittiert die Pommes ganz einfach in einem Kochtopf“*



## Huch, die sind ja lila?

Ganz recht: Bei lila **Kartoffeln** handelt es sich um die teuerste und hochwertigste Sorte, die Vitelotte, auch **Trüffelkartoffel** genannt. Sie hebt sich durch ihre violette Marmorierung hervor, die auch nach dem Kochen erhalten bleibt. Im Geschmack ist sie feinnussig und angenehm würzig, wodurch sie **Maronen** ähnelt. Ihren Ursprung hatte die lilafarbene Schönheit vermutlich vor etwa 200 Jahren in Peru, heute wird sie vorwiegend in Frankreich kultiviert. Besonders als Püree ein Blickfang!







Der Knaller auf  
der Wiesn-Fete

## Bayerische Mini-Burger mit Leberkäse

🕒 12 St. ⌚ 30 Min. 💰 0,60 p. St.

- 4 TK-Laugenstangen
- grobes Salz • 1 TL Sesam
- 1 EL Öl • 2 Scheiben Fleischkäse • 2 Blätter Eisbergsalat • 1 Mini-Gurke
- 3 kleine Tomaten • 2 EL Senf
- 2–3 EL Röstzwiebeln
- 2 EL Tomatenketchup
- Backpapier • 12 Holzspieße

**1** Laugenstangen auftauen lassen und in je 3 Stücke schneiden. Stücke zu runden Bällchen formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Brötchen mit grobem Salz und Sesam bestreuen. Die Brötchen nach Packungsanweisung im Ofen zubereiten. Auskühlen lassen und quer halbieren.

**2** Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Fleischkäse darin von beiden Seiten knusprig braten. Herausnehmen und auskühlen lassen. Fleischkäse in 12 gleich große Quadrate schneiden. Beiseitelegen.

**3** Salat waschen, trocken schütteln und ebenfalls in 12 gleich große Rechtecke schneiden. Gurke und Tomaten waschen und in je 12 Scheiben schneiden.

**4** Die unteren Brötchenhälften mit etwas Senf bestreichen. Je 1 Stück Salat und Fleischkäse, je 1 Scheibe Gurke und Tomate auflegen. Mit Röstzwiebeln bestreuen

und etwas Ketchup daraufträufeln. Obere Brötchenhälften auflegen, mit einem Holzspieß feststecken und auf einer Platte anrichten.



„Die Brötchen so formen,  
dass die Laugenseite  
rundherum außen ist“

Charlotte Ewald, Graben-Neudorf





## Obazda mit Weißbier

👤 4 Pers. ⌚ 15 Min. 💰 0,90 p. P.

- 200 g Camembert • 1 kleine Zwiebel
- 20 g Butter • 10 g Edelsüßpaprika
- 50 g Doppelrahmfrischkäse
- 10 g Kümmel (gemahlen)
- Salz • Pfeffer • 50–100 ml Weißbier

**1** Camembert aus dem Kühlschrank nehmen und Zimmertemperatur annehmen lassen. Käse grob zerbröckeln und in eine kleine Schüssel füllen. Camembert mit einer Gabel zu einer glatten Masse zerdrücken.

**2** Zwiebel schälen und in sehr feine Würfel schneiden. Zwiebelwürfel, Butter, Paprika, Frischkäse und Kümmel mit dem Camembert vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**3** Weißbier zufügen und zur gewünschten Konsistenz verarbeiten. In den Kühlschrank stellen und 1–2 Stunden ziehen lassen. Dazu passt kräftiges Graubrot.



*„Mit Radieschen und Schnittlauchröllchen anrichten“*

Christin Pfeuffer, Bad Neustadt

## Bayerischer Hotdog

👤 4 Pers. ⌚ 20 Min. 💰 3,10 p. P.

- 1 EL Öl • 4 Bratwürste (z. B. Krakauer)
- 4 Laugenstangen (frisch oder TK)
- 200 g Krautsalat • 4 EL süßer Senf
- 4 EL Tomatenketchup • 4 EL Röstzwiebeln

**1** Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Bratwürste hineingeben und rundherum knusprig braten. Laugenstangen eventuell nach Packungsanweisung aufbacken. Laugenstangen jeweils längs aufschneiden, nicht durchschneiden und mit je 1–2 EL Krautsalat füllen. Krautsalat gleichmäßig verteilen.

**2** Je eine Bratwurst auf den Krautsalat legen. Würste mit je 1 EL Senf und 1 EL Ketchup bestreichen. Hotdogs mit je 1 EL Röstzwiebeln bestreuen. Laugenstangen etwas zusammendrücken und auf Tellern anrichten. Übrigen Krautsalat dazu reichen.



*„Schmeckt super mit frischen oder TK-Laugenstangen“*

Matthias Sessner, Wunstorf





## Bayerischer Wurstsalat mit Gewürzgurken

4 Pers. 20 Min. 0,90 p. P.

- 400 g Fleischwurst (Ring)
- 2 Zwiebeln
- 5 Gewürzgurken (Glas)
- 4 EL Kräuterssig • 6 EL Öl
- 1 EL Senf
- Salz • Pfeffer • Zucker
- 1 EL gehackte Petersilie

**1** Fleischwurst in feine Streifen schneiden. Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Ringe schneiden. Gewürzgurken abtropfen lassen, dabei Sud auffangen. Ca. 150 ml Sud abmessen.

**2** Gurken in dünne Streifen schneiden. Kräuterssig und Gurkensud vermengen. Öl und Senf unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker

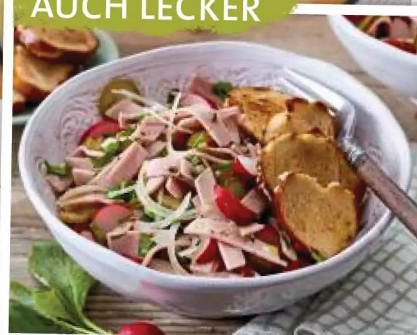
würzen. Wurst, Zwiebeln und Gurken mit dem Dressing vermengen. Petersilie unterrühren. Salat mindestens 2 Stunden oder über Nacht ziehen lassen.



„Dazu Bauernbrot mit Butter oder frisches Laugengebäck reichen“

Hanna Golinski, Baunatal

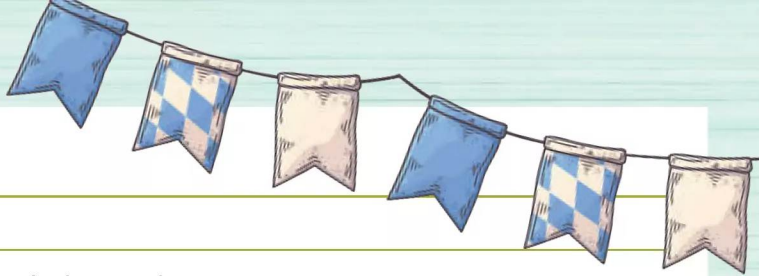
## AUCH LECKER



## Schinkensalat

**1 Zwiebel** und **150 g Gewürzgurken** in Scheiben hobeln. **1 Bund Radieschen** putzen, waschen, in feine Spalten schneiden. Junge Radieschenblätter waschen und grob hacken. **250 g Bierschinken** in Streifen schneiden. **3 EL Weißweinessig**, 2–3 EL Gurkensud, **1 TL Zucker**, **Salz** und **Pfeffer** verrühren. **4 EL Öl** unterschlagen. Vorbereitete Zutaten mit der Vinaigrette mischen. Dazu passen Laugen-Croûtons.





## Ei-Aufstrich mit Bacon

👤 4 Pers. ⌚ 20 Min. 💰 0,80 p. P.

- 5 Eier (Gr. M)
- 1 EL süßer Senf
- 2 EL Olivenöl • 2 EL Essig
- 3 EL Mayonnaise
- 1 TL Honig • Salz • Pfeffer
- 1 Zwiebel • 50 g Bacon

**1** Eier in Wasser hart kochen. Abgießen, kalt abschrecken und pellen. Eier vorsichtig einschneiden, Eigelb aus dem Eiweiß lösen und in eine Schüssel geben. Eigelb mit einer Gabel zerdrücken. Senf, Öl, Essig, Mayo, Honig, Salz und Pfeffer untermengen.

**2** Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Bacon ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Bacon fettfrei in einer Pfanne auslassen. Zwiebel zugeben und scharf anbraten. Abkühlen lassen.

**3** Eiweiß in kleine Würfel schneiden, zur Creme geben und untermengen. Abgekühlte Bacon-Zwiebel-Mischung unterheben. Den Aufstrich in den Kühlschrank stellen und gut durchziehen lassen. Mit Brot servieren.



*„Perfekt für die deftige Brotzeit – und dazu gibt es ein kühles Bier“*

Marco Nirschl, Kohlberg







## Weißwurst-Knödel in Senfsoße

👤 4 Pers. ⌚ 1 ½ Std. 💰 2,80 p. P.

- 400 g Laugenstangen
- 250 ml Milch
- 1 Zwiebel • 50 g Butter
- 4 Weißwürste (à ca. 250 g)
- 2 Eier (Gr. M)
- 1 EL gehackte Petersilie
- Salz • Pfeffer • Muskat
- 125 ml Gemüsebrühe
- 100 g Schlagsahne
- 1 EL süßer Senf
- 1 EL Senf
- ½ TL Zitronenschale

**1** Laugenstangen in kleine Würfel schneiden. Mit lauwarmer Milch übergießen und ca. 30 Minuten ziehen lassen. Zwiebel schälen und würfeln. 25 g Butter in einem Topf erhitzen. Zwiebelwürfel darin glasig andünsten.

**2** Weißwürste enthäuten und in kleine Würfel schneiden. Eier verquirlen. Eier, Wurst, Zwiebel und Petersilie unter die Laugenmasse kneten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Aus der Masse 4 Knödel formen und in siedendem Wasser ca. 20 Minuten garen. Knödel herausnehmen, gut abtropfen lassen und etwas abkühlen lassen.

**3** Brühe und Sahne in einen kleinen Topf geben und aufkochen. Beide Senfsorten zugeben, unterrühren und 3–5 Minuten köcheln. Soße mit Zitronenschale, Salz und Pfeffer würzen.

**4** Knödel in Scheiben schneiden. Rest Butter in einer Pfanne schmelzen. Knödelscheiben darin unter Wenden goldbraun braten. Knödel mit Senfsoße auf 4 Tellern anrichten.



*„Ein frischer Salat mit Gurke und Radieschen schmeckt herrlich dazu“*

Hildegard Hühnel, Neufahrn



# Jäger-Gulasch mit Steinpilzen

6 Pers. 2 Std. 3,00 p. P.

- 1 große Zwiebel • 3 EL Öl
- 400 g Schweinegulasch
- 400 g Rindergulasch
- 700 ml Fleischbrühe
- Salz • Pfeffer
- Rosenpaprika
- 250 g Champignons
- 20 g getrocknete Steinpilze

**1** Zwiebel schälen und in Würfel schneiden. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebelwürfel und Fleisch darin scharf anbraten. Mit Brühe ablöschen, aufkochen und ca. 1 ½ Stunden köcheln.

**2** Fleischbrühe mit Salz, Pfeffer und Rosenpaprika würzen. Pilze putzen und in Scheiben schneiden. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Pilze darin rundherum anbraten.

**3** Steinpilze ca. 30 Minuten in 150–200 ml Wasser einweichen. Ca. 10 Minuten vor Ende der Garzeit gebratene Pilze und Steinpilze mit- samt Einweichwasser zum Gulasch geben und kurz mitköcheln. Gulasch nochmals abschmecken.



„Dazu passen Spätzle, normale Nudeln oder auch Kartoffelklöße“

Grit Fischer, Neudietendorf







LOW  
CARB

## Ratatouille aus dem Backofen

👤 4 Pers. ⌚ 1 Std. 💰 2,60 p. P.

- 1 große Gemüsezwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 7 EL Olivenöl
- 2 EL Tomatenmark
- ½ TL Chiliflocken
- 2 Lorbeerblätter
- Salz • Pfeffer
- getrockneter Thymian
- getrockneter Rosmarin
- 1 Aubergine • 1 Zucchini
- 4–5 Fleischtomaten
- 2 Kugeln (à 125 g) Mozzarella • Alufolie

**1** Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin dünsten. Tomatenmark, Chiliflocken und Lorbeerblätter zugeben und

kurz braten. Mit Salz, Pfeffer, Thymian und Rosmarin würzen. Lorbeer entfernen.

**2** Aubergine, Zucchini und Tomaten waschen, putzen und in ca. 2 mm dicke Scheiben schneiden oder hobeln. Zwiebelmischung in eine Auflaufform geben und darin verteilen. Gemüsescheiben schuppenartig darauf verteilen. Mit übrigem Öl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen.

**3** Auflaufform mit Alufolie abdecken. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 220 °C/ Umluft: 200 °C) ca. 35 Minuten garen. Mozzarella

abtropfen lassen und in Stücke zupfen. Auflauf herausnehmen, Käse darauf verteilen und bei gleicher Temperatur ohne Alufolie weitere ca. 10 Minuten überbacken.



„Reicht für 4 Personen als Beilage oder für 2 Personen als Hauptgericht“

Annika Feldmann, Biekhofen



# Fleischbällchen in Rotwein-Soße

4 Pers. 1 ½ Std. 3,90 p. P.

- 150 g Semmelbrösel
- 150 ml Milch
- 250 g Austernpilze
- 25 g Butter • 8 EL Olivenöl
- 1 EL Mehl • 200 ml Fleischbrühe • 150 ml Rotwein
- 4 Tomaten • 1 EL Tomatenmark • 1 TL brauner Zucker
- 12 Schalotten
- 500 g Rinderhackfleisch
- 1 TL Edelsüßpaprika
- Salz • Pfeffer

1 Brösel in Milch einweichen. Pilze putzen und halbieren. 10 g Butter und

4 EL Öl erhitzen. Pilze darin andünsten. Mehl einrühren. Brühe und Wein zugießen, ca. 15 Minuten köcheln. Tomaten waschen, putzen und grob würfeln. Tomaten, Tomatenmark und Zucker zugeben, ca. 30 Minuten köcheln.

2 Schalotten schälen und würfeln. Mit Hack, Paprika und Semmelbröseln mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen und zu 14 Kugeln formen. Rest Butter und Öl erhitzen, Bällchen darin rundherum

braten. In eine Auflaufform geben, Soße darübergießen. Im heißen Ofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 30 Minuten backen.



„Köstlich zu Bandnudeln.  
Mit Basilikum garnieren“

Paulin Schroeder, Diedrichshagen



Austernpilze geben  
ein feines Aroma





„Udon-Nudeln gibt es in großen Supermärkten oder im Asia-Laden“

Veronika Stöckl, Enkering

## Japanisches Hähnchen-Gemüse mit Udon-Nudeln

4 Pers. 50 Min. € 3,00 p. P.

- 300 g Hähnchenfilet
- 1 Eiweiß (Gr. M)
- 2 TL + 4 EL Sojasoße
- Pfeffer • 1 TL Speisestärke
- 1 Zwiebel • 2 Möhren
- 100 g braune Champignons
- 1 rote Paprikaschote
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 EL Austernsoße
- 2 EL Mirin (Reiswein)
- 2 TL Reissessig
- 2 TL Sesamöl
- 2 TL brauner Zucker
- 400 g Udon-Nudeln
- Salz • 3 EL Öl

**1** Fleisch trocken tupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Eiweiß, 2 TL Sojasoße, Pfeffer und Speisestärke verrühren. Fleisch untermen-

gen und ca. 20 Minuten marinieren. Zwiebel und Möhren schälen und in dünne Streifen schneiden. Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Paprika waschen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Lauchzwiebeln putzen und in schräge Ringe schneiden.

**2** Austernsoße, übrige Sojasoße, Mirin, Reissessig, Sesamöl und braunen Zucker verrühren. Udon-Nudeln in Salzwasser nach Packungsanweisung kochen.

**3** 2 EL Öl in eine Pfanne oder einen großen Wok geben. Hähnchen samt Marinade

darin goldbraun braten. Herausnehmen. Übriges Öl im Bratsatz erhitzen. Zwiebeln und den weißen Teil der Lauchzwiebeln darin andünsten. Möhren und Paprika zugeben und mitdünsten. Nach ca. 1 Minute Champignons zugeben und kurz weiterbraten. Fleisch wieder zufügen und erwärmen.

**4** Nudeln abgießen, gut abtropfen lassen und in die Pfanne geben. Alles gut vermengen und die Soße in die Pfanne geben. Alles gut vermischen. Auf Tellern anrichten und mit dem grünen Teil der Lauchzwiebeln garniert servieren.



# Bunter Gemüse-Reis mit Kokosmilch

👤 2 Pers. ⌚ 35 Min. 💶 2,60 p. P.

- 125 g Basmatireis • Salz
- 1 rote Paprikaschote
- 2 Möhren • 100 g Brokkoli
- ca. 10 Zuckerschoten
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 EL Öl • 4 EL Tomatenmark
- 2 EL Sojasoße
- 6 EL Kokosmilch (Dose)
- ½ TL Curry • 1 Prise Zucker

**1** Reis in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen. Paprika putzen, entkernen, waschen und in feine Stifte schneiden. Möhren schälen und in feine

Stifte schneiden. Brokkoli waschen und in kleine Röschen teilen. Zuckerschoten putzen und klein schneiden. Lauchzwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden.

**2** Öl in einer großen Pfanne oder in einem Wok erhitzen. Gemüse und Lauchzwiebeln darin rundherum andünsten. Tomatenmark, Sojasoße und Kokosmilch mischen. Mit Curry, Salz und Zucker würzen, unter das Gemüse mischen und kurz

erhitzen. Reis abgießen und mit dem Gemüse anrichten.



*„Ananaswürfel, frisch oder aus der Dose, unter das Gemüse mischen“*

Bedia Lindner, Eschenburg







LIEBLING

Oktober

IHR HABT BEI FACEBOOK ABGESTIMMT

# Das ist euer Gewinner



Jeden Monat habt ihr die Chance, aus zwei Rezepten euren Favoriten zum Nachmachen zu wählen.

## Bayerische Creme mit Holler-Pflaumen

6–8 Pers. 50 Min. € 1,60 p. P.

- 12 Blatt Gelatine
- 1 Vanilleschote • 1 l Milch
- 8 Eigelb (Gr. M)
- 200 g + 2 EL Zucker
- 600 g Schlagsahne
- 100 g Zartbitterkuvertüre
- 75 g Salzbrezeln • bunte Zuckerperlen • 600 g Zwetschgen • 1 EL Butter
- 100 ml Holundersaft
- ½ TL Zimt

**1** Gelatine einweichen. Vanilleschote aufschneiden, Mark herauskratzen. Milch, Vanilleschote und Mark

aufkochen, vom Herd ziehen und leicht abkühlen lassen.

**2** Eigelb und 200 g Zucker schaumig rühren. Schote aus der Milch nehmen. Milch in den Eigelbschaum rühren, in den Topf zurückgeben. Unter Rühren erhitzen (nicht aufkochen!), bis die Creme dicklich wird. Gelatine ausdrücken, in der Creme auflösen, abkühlen lassen, kühlen. Sahne steif schlagen. Sobald die Creme zu gelieren beginnt, Sahne unterheben.

Creme in 6–8 Schälchen füllen, ca. 2 Stunden kühlen.

**3** Kuvertüre schmelzen. Brezeln zur Hälfte eintauchen, mit Perlen verzieren. Fest werden lassen. Zwetschgen halbieren, entsteinen. Ca. 30 Minuten vorm Servieren Butter schmelzen, 2 EL Zucker zugeben, karamellisieren. Zwetschgen zufügen. Saft und Zimt zugeben, aufkochen und ca. 7 Minuten köcheln. Cremes mit Pflaumen und Brezeln garniert servieren.



# „Nicht Lafer, Lichter, Henssler, sondern Meier, Müller, Schulze!“

Jetzt kommt Mein Lieblings-Rezept ganz bequem jeden Monat zu Ihnen!



## IHRE ABO-VORTEILE:

- ✓ Sie verpassen keine Ausgabe!
- ✓ Die Belieferung ist jederzeit kündbar!
- ✓ Urlaubsunterbrechung möglich!

## GLEICH BESTELLEN:

 **018 06/36 93 36**

Mo.-Fr. 8-18 Uhr, Sa. 9-14 Uhr, 0,20 €/Anruf  
aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk max. 0,60 €/Anruf



**[www.bauer-plus.de/mein-lieblingsrezept](http://www.bauer-plus.de/mein-lieblingsrezept)**

Hier finden Sie noch weitere interessante Angebote.

Informationen zu Ihrem Abonnement: Einzelheiten zu Ihrem Widerrufsrecht, AGB, Datenschutz und weitere Informationen unter:  
[www.bauer-plus.de/agb](http://www.bauer-plus.de/agb) oder telefonisch unter 08 00/6 64 77 72 (kostenfrei). Das Angebot gilt nur in Deutschland. Preise inkl. MwSt.





## Pak-Choi-Suppe mit Hähnchen

👤 2 Pers. ⌚ 45 Min. 💰 5,50 p. P.

- 1 mittelgroße Möhre
- 1 Stange Staudensellerie
- 1 rote Paprikaschote
- 2 EL Pflanzencreme
- 400 ml Gemüsebrühe
- 400 ml Kokosmilch (Dose)
- 300 g Hähnchenfilet
- 50 g TK-Erbsen
- Saft von 1 Limette
- Garam Masala
- Knoblauchpulver
- Korianderpulver
- Salz • Pfeffer
- Cayennepfeffer
- 50 g Porree
- 1 Pak-Choi

**1** Möhre schälen und klein schneiden. Sellerie putzen, waschen und in Scheiben schneiden. Paprika putzen,

waschen, entkernen und in Würfel schneiden. Pflanzencreme erhitzen. Vorbereitetes Gemüse darin anschwitzen.

**2** Gemüse mit Brühe und Kokosmilch ablöschen, einmal aufkochen. Hähnchen trocken tupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Erbsen und Fleisch in den Topf geben, erneut aufkochen und köcheln, bis das Fleisch gar ist. Mit Limettensaft, Garam Masala, Knoblauchpulver, Koriander, Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen.

**3** Porree putzen, waschen und in Ringe schneiden. Pak-Choi putzen, waschen

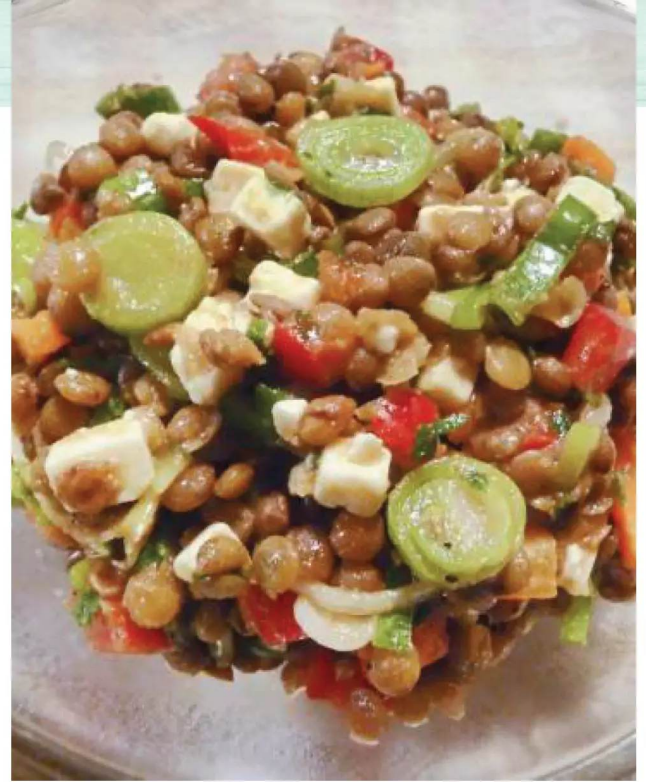
und klein schneiden. Beides zugeben und 5–10 Minuten mitköcheln. Suppe in tiefe Teller geben und servieren.



„Nach Belieben frischen Koriander nehmen“

Christian Torlutter,  
Schwarzenbach an der Saale





## Pilz-Tagliatelle mit Pute

👤 2 Pers. ⌚ 25 Min. 💰 3,60 p. P.

- 250 g Tagliatelle • Salz • 300 g Puten-  
geschnetzeltes • Edelsüßpaprika • 2 EL Öl
- 250 g Champignons • 1 EL Tomatenmark
- 1 EL Paprikamark • 500 ml Gemüsebrühe
- 250 g Schlagsahne • 1 EL Frischkäse

**1** Tagliatelle in Salzwasser nach Packungsanweisung kochen. Geschnetzeltes mit Salz und Paprika würzen. Öl erhitzen. Fleisch darin rundherum anbraten. Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Pilze, Tomaten- und Paprikamark in die Pfanne geben, anbraten.

**2** Pfanne mit Brühe ablöschen und kurz aufkochen. Sahne und Frischkäse unterrühren und ca. 5 Minuten köcheln. Nudeln abgießen, gut abtropfen lassen und in die Pfanne geben. Alles vermengen und weitere 1–2 Minuten köcheln. Auf Tellern anrichten.



*„Frische Nudeln aus dem Kühlregal direkt in der Pfanne mitgaren“*

Jaqueline Kruse, Bad Zwischenahn

## Lauwarmer Linsensalat

👤 4 Pers. ⌚ 30 Min. 💰 1,80 p. P.

- 300 g Berglinsen • 1 Bund Lauchzwiebeln
- 1 Möhre • 1 rote Paprikaschote • 1 Bund  
glatte Petersilie • 200 g Feta • 5 EL heller  
Balsamico-Essig • 1 Prise Zucker • 1 TL  
Zitronensaft • gemahlener Kreuzkümmel
- Salz • Pfeffer • 4 EL Olivenöl

**1** Linsen in Wasser nach Packungsanweisung bissfest garen. Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Möhre schälen und fein würfeln. Paprika waschen, putzen, entkernen und fein würfeln. Petersilie waschen, trocken schütteln, die Blättchen abpflücken und fein hacken. Feta zerbröseln.

**2** Essig, Zucker, Zitronensaft, 1 Prise Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer verrühren, Öl unterschlagen. Vinaigrette mit Lauchzwiebeln, Möhren, Paprika und Petersilie verrühren. Linsen abgießen, noch warm unterheben. Nochmals würzen. Feta darüberstreuen.



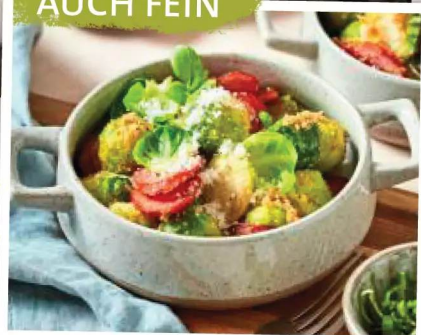
*„Der Salat ist knackig und wohlig-wärmend zugleich“*

Josef Schraut, Erbshausen





AUCH FEIN



## Ofen-Rosenkohl mit Käse und Speck

2 Pers. 40 Min. 2,20 p. P.

- 500 g Rosenkohl • Salz
- 50 g gehobelter Parmesan
- 50–80 g Speckwürfel
- 2 EL Olivenöl
- Pfeffer aus der Mühle
- 30 g flüssiger Honig
- Fett für die Form

**1** Rosenkohl waschen, putzen und in reichlich kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten garen. Rosenkohl in ein Sieb abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken.

**2** Den abgetropften Rosenkohl in eine gefettete Auflaufform geben. Parmesan und Speckwürfel darüber verteilen, mit Öl beträufeln. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**3** Rosenkohlmischung im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 220 °C/Umluft: 200 °C) 15–20 Minuten hellbraun rösten. Herausnehmen und mit Honig beträufeln.



„Dazu Bratkartoffeln oder etwas frisches Baguette reichen“

Niklas Groß, Mannheim

### Kohl-Töpfchen

**1 kg Rosenkohl** putzen. In Salzwasser ca. 6 Minuten garen. **1 Kabanossi (250 g)** in Scheiben schneiden.

**3 Lauchzwiebeln** putzen, in Ringe schneiden. **2 EL Öl** erhitzen. Kabanossi und Lauchzwiebeln darin braten, herausnehmen. **50 g Butter** im Bratöl erhitzen. **50 g Semmelbrösel** und **½ TL Salz** darin rösten. Kohl, Kabanossi und Zwiebeln untermengen. Mit **Pfeffer** würzen. **80 g Parmesan** darüberreiben. Anrichten.



# Reis-Pfanne mit Fisch und Gemüse

👤 4 Pers. ⌚ 30 Min. 💶 2,10 p. P.

- 300 g Langkornreis • Salz
- 500 g TK-Seelachsfilet
- 2 Möhren • 1 Zucchini
- 1 rote Paprikaschote
- 1 Zwiebel • ca. 5 g Ingwer
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Öl • 3 EL Tomatenmark
- 3 EL Doppelrahmfrischkäse
- 1 TL Edelsüßpaprika
- Pfeffer

**1** Reis in Salzwasser nach Packungsanweisung garen. Abgießen. Fisch auftauen lassen und würfeln. Möhren schälen und würfeln.

Zucchini waschen und klein schneiden. Paprika halbieren, entkernen und würfeln. Zwiebel, Ingwer und Knoblauch schälen und hacken.

**2** Öl in einem Wok erhitzen. Zwiebeln, Ingwer und Knoblauch ca. 3 Minuten andünsten. Gemüse zugeben und ca. 5 Minuten mitbraten. Fisch, Reis, Tomatenmark und Frischkäse zugeben. Mit Salz, Paprika und Pfeffer würzen. Abgedeckt ca. 15 Minuten garen, mehrmals umrühren.



*„Pfanne mit frisch gehackter Petersilie oder Kresse garnieren“*

Bernd Meyer, Holm-Seppensen







## Herzhafte Nudeltorte mit Kabanossi

👤 4 Pers. ⌚ 1 ¼ Std. 💰 2,50 p. P.

- 250 g lange Makkaroni
- Salz • 1 EL Olivenöl
- 4 Eier (Gr. M)
- 200 g Schlagsahne
- Pfeffer • ½ Kopf Brokkoli
- 1 rote Paprikaschote
- 1 Tomate • 150 g Kabanossi
- 400 ml passierte Tomaten
- 2 TL italienische Kräuter
- 100 g geriebener Gouda
- Fett für die Form
- Backpapier

**1** Makkaroni in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen. Abgießen, abtropfen lassen und mit Öl vermengen. Nudeln von außen zur Mitte spiralförmig in eine gefettete Springform (26 cm Ø) legen. Eier und

Sahne verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen und über die Nudeln gießen. Im heißen Ofen (E-Herd: 200 °C/Umluft: 180 °C) ca. 15 Minuten backen.

**2** Brokkoli waschen, in Röschen vom Strunk schneiden und in Salzwasser ca. 5 Minuten kochen. Paprika putzen, entkernen, würfeln. Tomate waschen und in Scheiben schneiden. Kabanossi in Scheiben schneiden.

**3** Nudeln herausnehmen, aus der Form lösen und auf ein Blech mit Backpapier legen. Passierte Tomaten mit Kräutern vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen. Soße auf

den Nudelboden streichen. Hälfte Käse, Gemüse und Wurst darauf verteilen. Rest Käse aufstreuen. Im heißen Ofen (E-Herd: 220 °C/Umluft: 200 °C) ca. 20 Minuten überbacken. Herausnehmen.



*„Schmeckt auch mit Veggie-Salami und etwas mehr Gemüse prima“*

Ute Janßen, Braunschweig



# Puten-Geschnetzeltes mit Pfifferlingen in Sahnesoße

👤 2 Pers. ⌚ 30 Min. 💶 3,80 p. P.

- 150 g TK-Pfifferlinge
- 2 EL Öl • Salz • Pfeffer
- 400 g Puten-Geschnetzeltes
- 1 Zwiebel • 1 EL Butter
- getrockneter Oregano
- 1 TL grüner Pfeffer (Glas)
- 1 EL Mehl • 150 ml Weißwein • 150 g Schlagsahne
- 200 ml Gemüsebrühe
- 2 EL gehackte Petersilie

**1** Pilze etwas auftauen lassen. 1 EL Öl erhitzen. Pilze darin anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Herausnehmen. 1 EL Öl erhitzen.

Fleisch darin kurz anbraten. Zwiebel schälen, in Spalten schneiden, mit Butter zum Fleisch geben und mitbraten. Kräftig mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen.

**2** Pilze und grünen Pfeffer unterrühren. Mit Mehl bestäuben und anschwitzen. Wein angießen, kurz köcheln. Sahne und Brühe einrühren, aufkochen, ca. 10 Minuten köcheln. 1 EL Petersilie unterheben. Auf Tellern anrichten, mit Rest Petersilie bestreuen.



*„Dazu passen leicht  
karamellierte Möhren  
und Kartoffel-Rösti“*

Manja Herberg, Egenhofen







## Zwetschgen-Knödel mit süßen Butter-Bröseln

🍳 8 St. 🕒 1 ½ Std. 💰 0,70 p. St.

- 600 g mehligkochende Kartoffeln • 250 g Mehl
- 60 g Butter
- 1 Prise Salz
- 2 Eier (Gr. M)
- ca. 18 Zwetschgen
- 8 Stücke Würfelzucker
- 1 EL + 40 g Zucker
- 150 g Semmelbrösel
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 1 Prise Zimt

**1** Kartoffeln in Wasser ca. 30 Minuten kochen. Abgießen, etwas abkühlen lassen und durch eine Kartoffelpresse in eine große Rührschüssel drücken. Mehl, 40 g Butter, Salz und Eier zugeben und alles zu einem glatten Teig verarbeiten.

**2** Zwetschgen putzen, waschen und entsteinen. In 8 Zwetschgen je 1 Stück Würfelzucker stecken.

**3** Übrige Zwetschgen klein schneiden und mit 50 ml Wasser und 1 EL Zucker in einem Topf aufkochen. Ca. 5 Minuten köcheln.

**4** Teig in 8 gleich große Stücke teilen. Stücke zu Kugeln formen und jeweils 1 gefüllte Zwetschge in die Mitte der Kugeln einarbeiten.

**5** Die Zwetschgenknödel in leicht siedendem Wasser ca. 15 Minuten ziehen lassen. Semmelbrösel, Vanillezucker,

Zimt und übrigen Zucker in einer Pfanne leicht anrösten. 20 g Butter unterrühren. Knödel gut abtropfen lassen und in der Bröselmischung wenden. Auf Tellern anrichten, Kompott dazu reichen.



*„Wer mag, serviert dazu noch eine Kugel Eis oder geschlagene Sahne“*

Nina Bigiel, Gablingen



# Reismehl-Quark-Auflauf mit Cranberrys und Mandeln

🕒 12 St. 🕒 1 Std. 💰 0,80 p. St.

- 1 Knolle Rote Bete
- 4 Eier (Gr. M) • 5 EL Zucker
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 600 g Magerquark
- 250 g Ricotta
- 6 EL Vollkorn-Reismehl
- 1 Päckchen Backpulver
- 200 g getrocknete und gesüßte Cranberrys
- 100 g gehackte Mandeln
- 2 TL Puderzucker
- Fett für die Form

**1** Rote Bete schälen und grob raspeln. Eier, Zucker und Vanillezucker schaumig

schlagen. Quark, Ricotta, Reismehl und Backpulver unterrühren. Rote Bete, Cranberrys und Mandeln unter die Masse heben.

**2** Masse in eine gefettete runde Auflaufform (26 cm Ø) füllen und glatt streichen. Auflauf im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C/Umluft: 180 °C) ca. 40 Minuten backen. Auflauf aus dem Ofen nehmen und kurz abkühlen lassen. Mit Puderzucker bestäuben.



*„Die Rote Bete macht den Teig besonders saftig, und man schmeckt sie kaum“*

Natalija Döppner, Buchholz







## Pflaumen-Quark-Auflauf mit Zitrone

👤 2 Pers. ⌚ 1 Std. 💶 1,50 p. P.

- 250 g Pflaumen
- ½ Bio-Zitrone
- 90 g Zucker
- ½ Zimtstange
- 1 EL Speisestärke
- 1 Ei (Gr. M)
- 250 g Magerquark
- 1 EL Puderzucker
- Fett für die Form

**1** Pflaumen waschen, putzen, entsteinen und vierteln. Zitrone heiß waschen und trocken reiben. Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Pflaumenviertel, 250 ml Wasser, 65 g Zucker, Zitronensaft und Zimt in einen kleinen Topf geben. Einmal aufkochen und ca. 5 Minuten köcheln.

**2** Pflaumen in ein Sieb gießen und abtropfen lassen, die Flüssigkeit dabei auffangen. Sud zurück in den Topf geben. Stärke mit 2 EL kaltem Wasser anrühren, zur kochenden Flüssigkeit geben und einmal kurz aufkochen.

**3** Ei trennen. Eigelb, Quark, Zitronenschale und 25 g Zucker verrühren. Eiweiß steif schlagen, unter die Quarkmasse heben. Pflaumen vorsichtig unterheben.

**4** Quark-Pflaumen-Masse in eine gefettete ofenfeste Form füllen, glatt streichen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C/Umluft:

180 °C) 30–40 Minuten backen. Herausnehmen, etwas abkühlen lassen und mit Puderzucker bestäuben. Pflaumensoße dazu reichen.



„Schmeckt auch mit Pflaumen aus dem Glas, wenn keine Saison ist“

Franziska Weber, Stutensee



# Kürbis-Waffeln mit Haferflocken

🕒 20 St. 🕒 1 Std. 💰 0,20 p. St.

- 160 g Kürbisfruchtfleisch
- 100 g zarte Haferflocken
- 200 g Dinkelmehl
- 2 Eier (Gr. M) • 5 TL Öl
- 400 ml Milch
- 3 EL Honig • 1 Prise Zimt
- 1 Prise Salz
- 50 g weiße Schokolade
- Fett für das Waffeleisen

**1** Kürbisfruchtfleisch in Würfel schneiden und im vorgeheizten Ofen (E-Herd: 200 °C/Umluft: 180 °C) ca. 30 Minuten garen. Herausnehmen und fein pürieren.

**2** Haferflocken in einem Standmixer fein mahlen und mit Mehl vermengen. Haferflocken-Mehl-Mischung, Eier, Öl, Milch, Honig, Zimt und Salz zu einem glatten Teig verrühren.

**3** Je etwas Teig in ein gefettetes, vorgeheiztes Waffeleisen geben und zu ca. 20 Waffeln ausbacken. Waffeln bis zum Servieren warm halten. Schokolade fein zerbröseln und auf den Waffeln anrichten.



*„Mit Erdnussbutter  
oder selbst gemachtem  
Apfelmus servieren“*

Marion Weber, Bitburg





# Gemütliche Stunden im Oktober



Mit würzigen Drinks, bunten Kuchen und anderen Neuigkeiten machen wir uns die stürmischen Tage besonders gemütlich



## PROST, HERBST!

Zum Anstoßen auf die Gemütlichkeit eignet sich ein würzig-cremiger Kürbis-Latte perfekt. Mit dem Kürbis-Sirup von Sonnentor, verfeinert mit Ingwer, Cassia-Zimt, Gewürznelken und Muskat, gelingt der Kult-Kaffee im Handumdrehen. 250 ml ca. 8,50 €

### Pumpkin Spice Latte

1 TL „Pumpkin Spice Bio-Sirup“ mit Espresso verrühren, mit ca. 250 ml aufgeschäumter Milch (oder Milchalternative) aufgießen. Nach Belieben zusätzlich noch mit 1 Prise Zimt bestreuen.



### Die Kaffeetafel auf Streife

Die neue Rührkuchen-Backmischung „Bunter Zebra-Kuchen“ von Dr. Oetker begeistert mit seinen Zebra-Streifen kleine und große Kuchenfans. Ca. 4 €

### Jetzt wird's bunt

Es ist so weit: Die heiß begehrte und seit 20 Jahren zurückgewünschte Ritter Sport mit Smarties-Schokolinsen kommt wieder in den Handel. Ab sofort gibt es das kunterbunte 100-g-Quadrat als Limited Edition in den Sorten „Vollmilch“ und „weiße Schokolade“. Ca. 1,50 €



### Gesund durch den Herbst

Die feurigen Shots auf Ingwer-Basis von Frank sind wahre Wunderwaffen. Die Immun-Booster gibt's in den drei Sorten „Fast Lane“, „Wake Up Call“ und „Lavender Skies“. 7er-Glasflaschen-Set ca. 18 €, [www.thefrankjuice.com](http://www.thefrankjuice.com)



## Natürlich nachhaltig

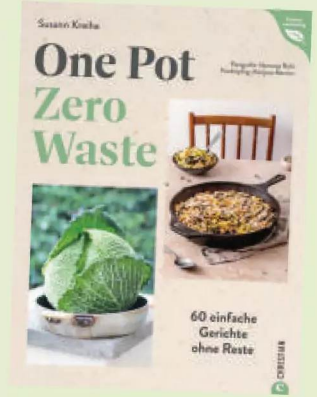


### SAUBERE SACHE

Das innovative Spülmaschinen-Set von Everdrop vereint alles, wonach das umweltbewusste Herz verlangt: unverpackte Tabs, Spülmaschinensalz, Klarspüler-Pulver plus -Flasche sowie zwei Aufbewahrungsboxen. Set ca. 40 €

### EINFACH, NACHHALTIG, LECKER

Das Buch bietet 60 unkomplizierte Rezepte, für die jeweils lediglich ein Topf, eine Pfanne oder Auflaufform benötigt wird. Zudem werden alle frischen, regional geprägten Zutaten komplett verbraucht. Easy kochen, keine Reste – also perfekt für den Alltag. 26,99 €, Christian Verlag



### Für Avocado-Fans

... hat Microplane jetzt ein neues Tool. Damit ist die Avocado ratzfatz halbiert, entkernt und das Fruchtfleisch aus der Schale gelöst. So steht die Guacamole für den Texmex-Abend schneller auf dem Tisch, als die Taco-Tüte geöffnet ist. Ca. 22 €

### MAHLZEIT IN TASSEN

Mit den neuen veganen Cups von Davert ist die gesunde Ernährung so unkompliziert wie lecker. In den Sorten „Kräuter-Creme-Sauce“, „Lauch-Creme-Sauce“ sowie „Couscous Chili sin Carne“. Je ca. 1,80 €

Der neue Tassen-Snack für unterwegs und zu Hause!



### NEUE NUDEL

Inspiziert vom legendären italienischen Designhaus Alessi präsentiert Barilla mit „Triganelli“ eine neue Pasta als Limited Edition in der „Collezione“-Linie. Während die Rillen und Rundungen an

italienisches Design erinnern sollen, liefert ihre Al-dente-Textur die perfekte Soßenhaftung. 500 g ca. 2 €



### Fakt des Monats

#### Dickes Ding

Über eine Tonne, nämlich genau 1190,5 kg, wog der riesige Kürbis des Belgiers Mathias Willemeijns bei den Kürbis-Europameisterschaften 2016. Das ist bis heute Kürbis-Weltrekord.

Quelle: dpa



# HEY, IHR SÜSSEN

Ob Butterkekse, Pralinen oder Schokoriegel – unsere Lieblings-Naschis verleihen leckeren Kuchen und Torten das gewisse Extra



# Kuchen-Sticks

🍰 12 St. 🕒 2 Std.

💶 1,30 p. St.

- 300 g Butter • 250 g Zucker
- 2 Päckchen Vanillezucker
- 1 Prise Salz • 5 Eier (Gr. M)
- 300 g Mehl • 550 g Quark
- 500 g Sahnejoghurt
- 150 g Schlagsahne
- 150 g Speisestärke • Saft und Abrieb von 1 Bio-Zitrone • je 200 g weiße, Vollmilch-, Zartbitter- und Rubyschokolade • 4 EL Palmin • Beeren, Nüsse, Kekse • 12 Holzstiele
- Fett für die Form

**1** 200 g Butter, 100 g Zucker, Hälfte Vanillezucker, Salz und 1 Ei schaumig rühren. Mehl zugeben, glatt verkneten. Teig in einer gefetteten Springform (26 cm Ø) als Boden andrücken, dabei ca. 4 cm Rand hochziehen.

**2** 100 g weiche Butter, 150 g Zucker, Rest Vanillezucker, 4 Eier, Quark, Joghurt, Sahne, Stärke, Zitronensaft und -schale verrühren. Creme auf den Boden streichen. Im heißen Ofen (E-Herd: 180 °C / Umluft: 160 °C) ca. 1 Stunde und 10 Minuten backen. Auskühlen lassen, in 12 Stücke schneiden, Holzstiele hineinstecken. Stücke mindestens 3 Stunden einfrieren.

**3** Schokoladen getrennt voneinander mit je ca. 1 EL Palmin über heißem Wasserbad schmelzen. Kuchenstücke damit überziehen. Nach Belieben mit Beeren, Nüssen oder Keksen verzieren und bis zum Servieren kalt stellen.



# Kokos-Torte

🍰 16 St. 🕒 1 Std. 💶 0,70 p. St.

- 3 Eier (Gr. M) • 100 ml Öl
- 80 g Zucker • 2 Päckchen Vanillezucker • 180 g Mehl
- 1 Päckchen Backpulver
- 200 g Kokosraspel • 100 ml Milch • 200 g Schlagsahne
- 1 Päckchen Sahnefestiger
- 250 g Mascarpone
- 250 g Magerquark
- 140 g Puderzucker
- 12 Kokos-Pralinen (z. B. „Raffaello“) • Backpapier

**1** Eier, Öl, Zucker und Vanillezucker verrühren. Mehl und Backpulver unterrühren. 100 g Kokosraspel und Milch unterziehen. In eine mit Backpapier ausgelegte Springform (26 cm Ø) geben. Teig in die Form geben. Im heißen Ofen (E-Herd: 180 °C / Umluft: 160 °C) ca. 20 Minuten backen. Sahne mit Sahnefestiger steif schlagen.

**2** Mascarpone, Quark und Puderzucker verrühren. Sahne unterheben. Biskuit waagerecht halbieren. Hälfte Creme auf den unteren Boden streichen. 2. Boden auflegen. Mit Rest Creme einstreichen. Restliche Kokosraspel daraufstreuen, mit Pralinen verzieren. Über Nacht kalt stellen.



*„Biskuitboden vollständig abkühlen lassen, bevor er halbiert wird“*

Oxana Radtke, Buchholz i. d. Nordheide





## Schoko-Sahnetorte mit Milchriegel-Kranz



🍰 16 St. ⌚ 1 ½ Std. 💶 0,70 p. St.

- 300 g Zartbitterkuvertüre
- 800 g Schlagsahne
- 6 Eier (Gr. M) • 160 g Zucker
- 1 Prise Salz • 180 g Mehl
- 2 ½ EL Kakao
- 1 TL Backpulver
- 10–12 Schokoriegel (z. B. „Kinder Schokolade“)
- ca. 10 Schokoladeneier (z. B. „Kinder Schoko-Bons“)
- Frischhaltefolie
- Fett für die Form

**1** Kuvertüre fein hacken und in eine Schüssel geben. Sahne aufkochen und darübergießen. Kuvertüre unter Rühren schmelzen. Schoko-Sahne mit Folie abdecken und mindestens 3 Stunden kalt stellen.

**2** Eier, Zucker und Salz schaumig schlagen. Mehl, Kakao, Backpulver mischen und unterheben. Den Teig in eine gefettete Springform (26 cm Ø) geben und glatt streichen. Im heißen Backofen (E-Herd: 180 °C/Umluft: 160 °C) ca. 30 Minuten backen. Auskühlen lassen. Biskuit zweimal waagrecht teilen.

**3** Schoko-Sahne aufschlagen. Unteren Boden auf eine Kuchenplatte setzen. Ca. 6 EL Creme beiseitestellen. Ca. ¼ der Creme auf den Boden streichen. 2. Boden auflegen, andrücken. Mit ca. ¼ Creme bestreichen. 3. Boden auflegen. Übrige Schokosahne in

einen Spritzbeutel füllen und Tuffs auf die Torte spritzen. Rand mit beiseitegestellter Sahne einstreichen. Mit Rest Kakao bestäuben. Mit Süßigkeiten verzieren.



*„Schokoriegel in Stücke schneiden und um die Torte herumstellen“*

Michaela Smolla, Emmerthal



# Milchschnitten-Torte mit Aprikosen

16 St. 50 Min. € 0,90 p. St.

- 150 g Butter
- 200 g Vollkorn-Butterkekse
- 1 Dose (820 ml) Aprikosen
- ca. 10 Milchschnitten
- 600 g Schlagsahne
- 500 g Sahnequark
- 1 Packung (2 Beutel à 15g) Gelatine fix • 100 g Honig
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 2 EL Aprikosenkonfitüre
- Spritzbeutel • Backpapier

**1** Butter schmelzen. Kekse fein zerbröseln, mit der Butter mischen. Bröselmix in einer mit Backpapier ausge-

legten Springform (26 cm Ø) zu einem Boden drücken. Ca. 30 Minuten kühlen. Aprikosen gut abtropfen lassen und in kleine Würfel schneiden.

**2** Ca. 7 Milchschnitten in je 6 Streifen schneiden. Boden aus der Form und vom Papier lösen, auf eine Platte setzen. Springformrand um den Boden stellen. Milchschnittenstreifen hochkant dicht an dicht an den Formrand stellen. 2 Milchschnitten grob würfeln.

**3** 400 g Sahne steif schlagen. Quark und Gelatine verrühren. Sahne unterheben. Honig und Vanillezucker unterrühren. Milchschnitten-Würfel und Aprikosen unterheben. Creme in die Form streichen. 4 Stunden kühlen.

**4** Rest Sahne steif schlagen, in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen. Tuffs auf die Torte spritzen. Konfitüre darauf verteilen. Übrige Milchschnitte klein schneiden, Torte damit verzieren.







„Eine tolle Geschenkidee  
für alle Musik-Fans“

Ineke Janßen, Braunschweig

## Keyboard-Kuchen mit Mandarinen und Schokolade

🍰 20 St. ⌚ 1 ¾ Std. 💰 1,00 p. St.

- 2 Dosen (à 314 ml) Mandarin-Orangen
- 250 g Butter • 200 g Zucker
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 6 Eier (Gr. M) • 250 g Mehl
- 4 TL Backpulver
- 100 g gehackte Mandeln
- 100 g Raspelschokolade
- 125 g Kuchenglasur
- 2 Butterkekse
- Zuckerschrift (dunkel, weiß, rot, gelb, blau, grün)
- 1 weiße Fondant-Decke
- ca. 10 Gummibärchen
- ca. 10 bunte Schokolinsen
- 10 Schokoriegel (z. B. „Yogurette“) • Backpapier

**1** Mandarinen abtropfen lassen. Weiche Butter cremig rühren. Zucker und

Vanillezucker einrühren. Eier einzeln unterrühren. Mehl und Backpulver mischen und unterziehen. Die gehackten Mandeln, Raspelschokolade und Mandarinen unterheben. Teig in eine mit Backpapier ausgelegte, rechteckige Springform (25 x 40 cm) füllen. Im heißen Backofen (E-Herd: 200 °C/Umluft: 180 °C) 25–30 Minuten backen. Abkühlen lassen.

**2** Kuchen stürzen. Backpapier abziehen. Von der langen Seite einen ca. 7 cm breiten Streifen abschneiden. Auf den Rand des größeren Kuchenstücks legen. Glasur erwärmen. Kekse mit bunter

Zuckerschrift verzieren. Fondant-Decke so zuschneiden, dass sie auf den unteren Kuchenteil passt.

**3** Kuchen mit der Glasur einstreichen. Butterkekse, Gummibärchen und Schokolinsen auf dem oberen Teil des Kuchens platzieren. Nach Belieben mit der Zuckerschrift Zahlen aufmalen. Fondant auf den unteren Kuchenteil legen. Mit schwarzer Zuckerschrift Streifen für die Keyboard-Tasten aufmalen. Schokoriegel darauflegen. Den Kuchen mindestens 5 Stunden in den Kühlschrank stellen. Dann auf einer großen Kuchenplatte anrichten und servieren.



# Schokokuss-Torte mit Sahne-Creme



🍰 12 St. ⌚ 1 ¼ Std. 💶 0,60 p. St.

- 3 Eier (Gr. M) • 100 g Zucker
- 100 g Mehl • 25 g Kakao
- 1 gehäufte TL Backpulver
- 4 Blatt Gelatine
- 12 Schaumküsse
- 12 Mini-Schaumküsse
- 250 g Schmand
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 275 g Schlagsahne • 75 g Zartbitterschokolade • 15 g Kokosfett • Fett für die Form

**1** Eier trennen. Eiweiß, 3 EL Wasser und Zucker steif schlagen. Mehl, Kakao und Backpulver mischen. Eigelb

unter den Eischnee heben. Mehlmix sieben, unterheben. In eine gefettete Springform (22 cm Ø) füllen. Im heißen Ofen (E-Herd: 180 °C/Umluft: 160 °C) 20–25 Minuten backen. Auskühlen lassen.

**2** Gelatine einweichen. 11 große und 3 kleine Zartbitter-Schaumküsse von der Waffel lösen. Schmand und Vanillezucker verrühren. Gelatine ausdrücken, auflösen. 3 EL Schmand einrühren, dann in Rest Schmand

rühren. Schaumküsse unterrühren. 200 g Sahne steif schlagen und unterheben.

**3** Biskuit 2-mal quer teilen. Um den unteren Boden einen Tortenring legen. Ca.  $\frac{1}{3}$  Creme daraufstreichen. Übrige Böden und Creme ebenso schichten, mit Creme abschließen. Ca. 4 Stunden kühlen. 75 g Sahne erwärmen. Schokolade und Kokosfett darin schmelzen, abkühlen lassen. Auf die Torte gießen. Mit Schaumküssen verzieren.





# Das Beste aus der Backstube



## Friskäse-Kuchen mit Halva-Creme

🍷 12 St. ⌚ 1 ¾ Std. 💶 1,40 p. St.

- 250 g Vollkornkekse
- 100 g Butter
- 300 g Halva „Vanille“
- 1 kg Doppelrahmfrischkäse
- 150 g Zucker
- 5 Eier (Gr. M)
- 400 g Schlagsahne
- 300 g Halva „Natur“
- 4 EL Kartoffelstärke
- Backpapier

**1** Kekse fein zerbröseln. Butter in einem kleinen Topf schmelzen und etwas abkühlen lassen, dann mit den Keksbröseln vermengen. Masse in eine am Boden mit Backpapier ausgelegte Springform (26 cm Ø) geben und zum Boden andrücken. In den Kühlschrank stellen.

**2** Vanille-Halva zerbröseln. Mit Frischkäse und Zucker vermengen. Eier nach und nach unterrühren. 200 g Sahne zugeben und alles zu einer glatten Masse verrühren. Auf den Keksboden gießen und glatt streichen.

**3** Eine ofenfeste Schale mit Wasser in den Backofen stellen. Kuchen im heißen Ofen (E-Herd: 180 °C/Umluft: 160 °C) ca. 1 Stunde backen.

**4** Übrige Sahne erwärmen. Natur-Halva zerbröseln und in der Sahne auflösen. Vom Herd ziehen, Stärke einrühren und unter Rühren abkühlen lassen.

**5** Kuchen aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen. Halva-Sahne daraufgießen und glatt streichen. Kuchen mindestens 12 Stunden in den Kühlschrank stellen.



*„Halva ist eine Süßspeise aus Sesampaste. Gibt es in großen Supermärkten“*

Kasia Sycik, Konin



# Streuselkuchen à la Zwetschgen-Datschi

🕒 12 St. 🕒 1 ¼ Std. 💶 0,50 p. St.

- 3 Eier (Gr. M) • 2 Päckchen Vanillezucker • 210 g Zucker
- 210 g Butter • 350 g Mehl
- 2 TL Zimt • 1 Päckchen Backpulver • 3 EL Milch
- 500 g Zwetschgen
- Fett und Mehl für die Form

**1** Eier, Vanillezucker und 150 g Zucker cremig rühren. 150 g weiche Butter unterrühren. 250 g Mehl, 1 TL Zimt, Backpulver und Milch zufügen und glatt rühren. Teig in eine gefettete, bemehlte Streuselform (28 cm Ø) füllen.

**2** Zwetschgen waschen, entsteinen und halbieren. Mit der Schnittfläche nach oben auf den Teig legen. Rest Zimt mit 10 g Zucker mischen und über die Zwetschgen streuen. Kuchen im heißen Backofen (E-Herd: 180 °C/Umluft: 160 °C) ca. 10 Minuten backen.

**3** 60 g Butter, 50 g Zucker und 100 g Mehl zügig zu Streuseln verkneten. Kuchen herausnehmen, Streusel daraufgeben. Den Kuchen bei gleicher Temperatur weitere

35–40 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen.



*„Geht fix und ist richtig schön saftig dank der Zwetschgen im Teig“*

Jasmin Mack, Augsburg







„Amaretto durch 1 Tropfen  
Mandelaroma ersetzen“

Susan Schmidt, Altenburg

## Mandeltorte mit Buttercreme (glutenfrei)

🍰 16 St. ⌚ 1 ¼ Std. 💶 0,60 p. St.

- 8 Eier (Gr. M) • 330 g Zucker
- 250 g gemahlene Mandeln
- 1 EL Maisstärke
- 50 ml Milch
- 300 g Schlagsahne
- 3 EL Amaretto
- 175 g weiche Butter
- 100 g Mandelblättchen
- Backpapier
- Frischhaltefolie

**1** Eier trennen. Eigelb kalt stellen. Eiweiß steif schlagen, dabei nach und nach 180 g Zucker einrieseln lassen. Gemahlene Mandeln unterheben. Je Hälfte Teig in 2 mit Backpapier ausgelegte Springformen (26 cm Ø) füllen und glatt streichen. Im heißen Ofen (E-Herd: 180 °C/

Umluft: 160 °C) ca. 25 Minuten backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.

**2** Stärke mit 1 EL Milch verrühren. Eigelb und übrige Milch verrühren. Sahne und 150 g Zucker in einen Topf geben und aufkochen. Sahnemischung im dünnen Strahl und unter ständigem Rühren zum Eigelb geben. Zurück in den Topf geben und unter Rühren ca. 5 Minuten erwärmen, aber nicht kochen.

**3** Stärkemix zugeben und kurz aufkochen. Vom Herd nehmen, Amaretto einrühren und umfüllen. Oberfläche mit Folie abdecken. Auskühlen

lassen. Butter aufschlagen, Pudding nach und nach unterrühren. Ca. 10 Minuten kalt stellen. Mandelblättchen fettfrei goldbraun rösten.

**4** Böden aus den Formen lösen. Einen Boden auf eine Tortenplatte legen. Ca. die Hälfte der Creme darauf verteilen und glatt streichen. Zweiten Boden darauflegen, leicht andrücken. Torte rundherum mit übriger Creme, bis auf 3–4 EL, einstreichen. Torte ca. 10 Minuten kalt stellen. 3–4 EL Creme am Rand verstreichen. Mandelblättchen auf die Torte streuen und an den Seiten leicht andrücken. Bis zum Servieren kalt stellen.



# Rahmkuchen mit Crème fraîche

12 St. 1 ½ Std. 0,60 p. St.

- 205 g Zucker • 80 g Butter
- 200 g Mehl • 4 Eier (Gr. M)
- 1 TL Backpulver
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 400 g Crème fraîche
- 400 g saure Sahne
- 200 g Schlagsahne
- 1 Päckchen Vanillepuddingpulver
- Fett für die Form

1 80 g Zucker, Butter, Mehl, 1 Ei und Backpulver glatt verkneten. Ca. 30 Minuten in den Kühlschrank stellen. Teig in eine gefettete Springform

(26 cm Ø) geben und zum Boden andrücken, dabei einen Rand hochziehen.

2 Übrige Eier und 125 g Zucker kräftig aufschlagen. Vanillezucker, Crème fraîche, saure Sahne, Schlag-sahne und Vanillepuddingpulver zugeben und zu einer glatten Masse verrühren. Masse auf den Boden füllen und glatt streichen. Im heißen Ofen (E-Herd: 180 °C/Umluft: 160 °C) ca. 1 Stunde backen. Herausnehmen und in der

Form vollständig auskühlen lassen. Dann anrichten.



„Kuchen nach Hälfte der Backzeit mit Zimt bestäuben und weiterbacken“

Birgit Nirschl, Weiden in der Oberpfalz







„Ich nehme zum Beispiel  
Äpfel, Birnen, Pflaumen  
und Cranberrys“

Heiko Feldhaus, Goldenstedt



## Herbst-Tarte mit saisonalen Früchten

🍰 12 St. ⌚ 2 Std. 💶 0,90 p. St.

- 325 g Mehl • 4 Eier (Gr. M)
- 125 g kalte Margarine • Salz
- 240 g + 1 EL Zucker
- ½ TL gehackter Rosmarin
- 950 ml Milch • 2 Päckchen Schokopuddingpulver
- 600 g Schmand
- 150 g Weichweizengrieß
- 100 g Waldfruchtkonfitüre
- 300 g Herbstobst • Zimt
- 50 g gehackte Nüsse
- Backpapier • Trockenerbsen
- Fett für das Backpapier

**1** 250 g Mehl, 1 Ei, Margarine in Flocken, 1 Prise Salz, 80 g Zucker und Rosmarin glatt verkneten, in einer mit Backpapier ausgelegten eckigen Springform (ca. 24x24 cm) zum Boden andrücken. Dabei

einen Rand hochziehen. Mit Backpapier und Trockenerbsen belegen. Im heißen Ofen (E-Herd: 180 °C/Umluft: 160 °C) ca. 18 Minuten backen.

**2** Ein tiefes Backblech im Ofen erhitzen. 3 Eier und 1 EL Zucker cremig rühren. 150 ml Milch, 1 Prise Salz und 75 g Mehl unterheben. Das heiße Backblech mit gefettetem Backpapier belegen, Masse daraufstreichen. Bei gleicher Temperatur ca. 10 Minuten backen. Stürzen und abkühlen lassen.

**3** Pudding mit 500 ml Milch und 100 g Zucker nach Packungsanweisung zuberei-

ten. Etwas abkühlen lassen, Schmand unterrühren. Grieß, 300 ml Milch und 60 g Zucker aufkochen, ausquellen lassen.

**4** Pudding auf dem Mübeiteigboden verteilen. Pfannkuchen mit Konfitüre bestreichen, Grieß darauf verteilen. Aufrollen und in ca. 3 cm breite Stücke schneiden, dann auf dem Pudding verteilen. Obst putzen, ggf. schälen und würfeln. Obst in der Form verteilen.

**5** Kuchen im heißen Backofen (E-Herd: 180 °C/Umluft: 160 °C) ca. 35 Minuten backen. Herausnehmen, mit Zimt und Nüssen bestreuen.



# Heidelbeer-Torte mit Krokant-Pralinen

🍷 20 St. 🕒 1 ¼ Std. 💰 1,20 p. St.

- 6 Eier (Gr. M) • 100 g weiche Butter • 100 g + 2 EL Zucker
- 3 Päckchen Vanillezucker
- Salz • 200 g gemahlene Haselnüsse • 50 g gehobelte Haselnüsse • 1 TL Backpulver
- 350 g Heidelbeeren
- 1 Päckchen Tortenguss
- 250 ml roter Fruchtsaft
- 1 Päckchen Gelatine fix
- 400 g Doppelrahmfrischkäse
- 150 ml Eierlikör
- 28 Krokant-Pralinen (z. B. „Giotto“) • 200 g Schlag-sahne • 50 g gehackte Mandeln • Backpapier

**1** Eier trennen. Eiweiß steif schlagen. Butter cremig rühren. Mit 100 g Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker und 1 Prise Salz verrühren. Eigelb unterrühren. Haselnüsse und Backpulver zugeben, Eischnee unterheben. In eine Springform (30 cm Ø) mit Backpapier streichen. Im heißen Ofen (E-Herd: 180 °C/Umluft: 160 °C) ca. 45 Minuten backen.

**2** Boden abkühlen lassen, auf eine Platte setzen und einen Tortenring darumlegen.

Heidelbeeren waschen, 50 g beiseitestellen. Tortenguss mit 2 EL Zucker und Saft zubereiten. Beeren untermen-gen, auf dem Boden verteilen. Gelatine, Frischkäse, 125 ml Likör und Rest Vanillezucker verrühren. 20 Pralinen zer-drücken und untermengen. Sahne steif schlagen und unterheben. Creme auf die Beeren streichen. Torte ca. 2 Stunden kühlen. Torte mit Rest Likör, Rest Pralinen und Beeren verzieren. Den Rand mit Mandeln bestreuen.



„Die Torte mit etwas Schokosoße verzieren“

Kathrin Leimbach, Waldkappel





## Birnen-Kuchen mit Schokostreuseln

🍰 12 St. ⌚ 1 ¼ Std. 💰 0,60 p. St.

- 1 kleine Dose (425 ml) Birnenhälften
- 100 g gemahlene Mandeln
- 200 g Mehl
- 2 TL Backpulver
- 175 g Zucker
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 1 Prise Salz
- 200 g Butter
- 4 Eier (Gr. M)
- 100 g Schokostreusel
- Fett für die Form

**1** Birnen in ein Sieb geben, abtropfen lassen und in kleine Würfel schneiden.

**2** Mandeln, Mehl und Backpulver in eine große Rührschüssel geben und gut vermischen. Zucker, Vanille-

zucker, Salz, Butter und Eier zufügen und ca. 2 Minuten zu einem glatten Teig verrühren. Schokostreusel unterheben.

**3** Teig in eine gefettete Kranzform (26 cm Ø) füllen und glatt streichen. Birnenwürfel darauf verteilen und leicht eindrücken.

**4** Kuchen im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180 °C/ Umluft: 160 °C) 50–55 Minuten backen. Kuchen aus dem Ofen nehmen, kurz in der Form abkühlen lassen und dann vorsichtig auf ein Kuchengitter stürzen. Kuchen vollständig auskühlen lassen. Auf einer Platte anrichten.



„Klappt auch in einer Springform (26 cm Ø). Dann ca. 5 Minuten kürzer backen“

Imke Joachim, Großefehn

### TIPP DER REDAKTION

Für eine noch feinere Note zusätzlich 2 EL Rum oder wenige Tropfen Rumaroma unter den Teig rühren.



# Pflaumen-Krokant-Torte mit Zimt-Biskuit

16 St. 1 ½ Std. € 0,80 p. St.

- 6 Eier (Gr. M) • 1 Prise Salz
- 250 g Zucker • 1 ½ TL Zimt
- 175 g Mehl • 650 g Pflaumen • 400 ml Apfelsaft
- 1 Päckchen Vanillepuddingpulver • 250 g Magerquark
- 200 g Doppelrahmfrischkäse
- Saft von ½ Zitrone
- 800 g Schlagsahne
- 4 Päckchen Sahnesteif
- 75 g Krokant • Backpapier

**1** Eier, 2 EL Wasser, Salz, 150 g Zucker und Zimt schaumig schlagen. Mehl sieben, unterheben. In eine

mit Backpapier ausgelegte Springform (26 cm Ø) füllen. Im heißen Backofen (E-Herd: 180 °C/Umluft: 160 °C) ca. 40 Minuten backen.

**2** Biskuit 2 x waagrecht teilen. Unteren Boden mit einem Tortenring umschließen. Pflaumen waschen, halbieren, entsteinen und, bis auf 10 Hälften, fein würfeln. Würfel mit 40 g Zucker und 350 ml Apfelsaft aufkochen. Puddingpulver mit Rest Saft verrühren, dann in den Topf

geben, aufkochen und kurz köcheln. Abkühlen lassen und auf den Boden streichen.

**3** Quark, Frischkäse, Zitronensaft und Rest Zucker verrühren. Sahne mit Sahnesteifiger steif schlagen. Hälfte Sahne unter den Pudding ziehen. Hälfte Creme auf das Kompott streichen. 2. Boden auflegen, Rest Creme daraufstreichen. 3. Boden auflegen. Torte mit Sahne einstreichen. Ca. 2 Stunden kühlen. Mit Krokant und Pflaumen verzieren.



„2 EL Kakao statt Zimt  
unter den Teig rühren“

Katja Schraut, Hausen



# Wiesn-Schmankerl für daheim

Bald heißt es wieder „Ozapft is!“ auf dem Münchner Oktoberfest. Neben Bier und Weißwurst darf eines nicht fehlen: ofenfrisches Laugengebäck

## Speisenatron oder Lauge?

Beim Bäcker wird mit echter Natronlauge gearbeitet – das sorgt für den typischen Geschmack des Gebäcks. Da es sich hierbei um eine ätzende Chemikalie handelt, bekommt man sie nur in Apotheken oder im Versandhandel. Bei der Verarbeitung sollte die Lauge stets kalt sein, und die Teiglinge sollten mit größter Sorgfalt hineingetaucht werden. Genauso gut lässt sich der Teig mit handelsüblichem Speisenatron bearbeiten – das ist deutlich ungefährlicher und kostengünstiger.



# In 5 Schritten zum Laugenglück

Kneten, ruhen lassen, formen, eintauchen und ab in den Backofen!

## Laugengebäck

10 St. 2 ¼ Std. 0,40 p. St.

- ½ Würfel (21 g) Hefe
- 2 TL Zucker • 550 g Mehl
- Salz • 50 g weiche Butter
- 50 g Natron • 3 EL Milch
- 30–40 g Kürbiskerne
- 20–30 g geschälter Sesam
- 20 g Mohnsamen
- 15 g Leinsamen
- Mehl für die Arbeitsfläche und zum Arbeiten
- Backpapier

**1** Hefe und Zucker glatt rühren. Mehl und 2 TL Salz in eine große Schüssel geben und mischen. Butter und ca. 300 ml lauwarmes Wasser zufügen. Hefe zufügen und alles mit den Knethaken des Rührgeräts ca. 5 Minuten zu einem glatten Teig verkneten. Teig zugedeckt an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen, bis das Volumen sich verdoppelt hat.



**2** Teig erneut kurz durchkneten, halbieren und zu 2 dicken Rollen formen. Für die Brötchen eine Rolle in 6 gleich große Stücke teilen. Jedes Teigstück zu einem runden Brötchen formen. Die zweite Rolle in 4 Stücke schneiden und zu länglichen Stangen (ca. 16 cm lang) formen. Die Brötchen und Stangen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und zugedeckt weitere 10–15 Minuten gehen lassen.



**3** Ca. 1 l Wasser, 1 TL Salz und Natron in einem kleinen Topf aufkochen. Temperatur herunterschalten, sodass das Wasser nur noch leicht siedet. Brötchen und Stangen einzeln und nacheinander mit der Oberseite zuerst in das Wasser tauchen und ca. 30 Sekunden ziehen lassen. Teiglinge umdrehen und ca. 15 Sekunden ziehen lassen. Teiglinge mit einer Schaumkelle herausheben und gut abtropfen lassen.

**4** Teiglinge wieder auf das Backpapier legen. Alle Teiglinge mit etwas Milch bestreichen und mit Kürbiskernen, Sesam, Mohn und Leinsamen bestreuen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C/Umluft: 180 °C) ca. 15 Minuten backen. Brötchen und Stangen aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Dazu passt Obazda.





## Käsekuchen-Tartelettes mit Himbeeren

🍷 6 St. ⌚ 50 Min. 💶 1,00 p. St.

- 125 g Butter • 50 g Kakao
- 100 g Himbeerkonfitüre
- 150 g Zucker
- 2 Eier (Gr. M)
- 100 g Mehl • ¼ TL Natron
- 125 g Doppelrahmfrischkäse
- 1 Eigelb (Gr. M)
- 125 g TK-Himbeeren
- 200 g Schlagsahne
- 1 Päckchen Vanillezucker
- Fett für die Form

**1** Butter in einem Topf schmelzen. 50 g Kakao zufügen und unter Rühren kurz aufkochen. Vom Herd ziehen und kurz abkühlen lassen. Himbeerkonfitüre und 100 g Zucker einrühren. Erst Eier, dann Mehl und Natron zufügen und unterrühren.

**2** Teig in die gefetteten Mulden einer 6er-Tartelette-Backform geben und glatt streichen. Beiseitestellen.

**3** Frischkäse, 50 g Zucker und Eigelb in eine Rührschüssel geben und mit den Schneebesen des Rührgeräts glatt rühren. 100 g Himbeeren unterheben, übrige Himbeeren auftauen lassen. Creme auf die Böden geben und mit einer Gabel leicht mit dem Teig verstrudeln.

**4** Tartelettes im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180 °C/Umluft: 160 °C) ca. 25 Minuten backen. Aus dem

Ofen nehmen und auskühlen lassen. Aus den Förmchen lösen. Sahne mit Vanillezucker steif schlagen. Tartelettes mit einem Klecks Sahne und den übrigen Himbeeren verzieren.



*„Den Teig alternativ in 9 gefettete Mulden einer 12er-Muffinform geben“*

Marina Schönborn, Alterküz



# Schoko-Cupcakes mit Karamell-Pralinen

12 St. 40 Min. 0,60 p. St.

- 175 g weiche Butter
- 175 g brauner Zucker
- 150 g Mehl • 35 g Kakao
- 3 Eier (Gr. M) • 3–4 EL Milch
- 100 g Doppelrahmfrischkäse
- 250 g Mascarpone
- 50 g Puderzucker
- 1–2 EL Nussnugatcreme
- 12 Karamell-Pralinen (z. B. „Tofffee“) • 3–4 EL Karamellsoße • Papierförmchen
- Einmal-Spritzbeutel

**1** Butter und Zucker cremig rühren. Mehl, Kakao, Eier und Milch unterrühren.

**2** Teig in die mit Papierförmchen ausgelegten Mulden eines 12er-Muffinblechs füllen und glatt streichen. Im heißen Ofen (E-Herd: 180°C/ Umluft: 160°C) ca. 20 Minuten backen. Abkühlen lassen.

**3** Frischkäse, Mascarpone, Puderzucker und Nussnugatcreme verrühren. Creme in einen Spritzbeutel geben und dekorativ auf die Muffins spritzen. Je 1 Praline auf die Creme setzen und Cupcakes mit Karamellsoße beträufeln.



*„Pralinen nach Belieben durch Schokoriegel wie ‚Kinder Bueno‘ ersetzen“*

Jennifer Mildenerger, Nohfelden



FÜR  
KINDER





Wie frisch vom  
Lieblingsbäcker

## Pudding-Schnecken mit Rosinen

🍞 24 St. ⌚ 1 Std. 💶 0,20 p. St.

- 875 ml Milch (3,5 % Fett)
- 100 g Butter
- 500 g Mehl
- 1 Päckchen Trockenhefe
- 150 g Zucker
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 2 Eier (Gr. M)
- 2 Päckchen Vanillepuddingpulver
- 100 g Rosinen
- Mehl für die Arbeitsfläche
- Backpapier

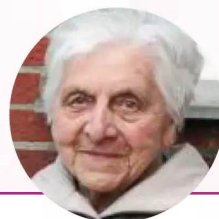
**1** 125 ml Milch erhitzen. Butter darin schmelzen. Mehl und Hefe mischen. Milch-Butter-Mischung, 50 g Zucker, Vanillezucker und Eier zugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Teig ca. 1 Stunde abgedeckt an

einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen etwa verdoppelt hat.

**2** Puddingpulver mit 50 ml Milch glatt rühren. Übrige 700 ml Milch erhitzen. Angerührtes Puddingpulver und Rest Zucker einrühren, aufkochen, ca. 1 Minute köcheln. Abkühlen lassen, dann die Rosinen unterrühren.

**3** Teig kurz durchkneten und auf einer bemehlten Arbeitsfläche rechteckig (ca. 40 x 60 cm) ausrollen. Die Puddingmasse daraufstreichen. Teig von der Längsseite her aufrollen und in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden. Auf

ein Blech mit Backpapier legen. Ca. 30 Minuten gehen lassen. Im heißen Backofen (E-Herd: 200 °C/Umluft: 180 °C) ca. 15 Minuten backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.



„3 EL Konfitüre mit 3 EL Wasser verrühren, auf das heiße Gebäck streichen“

Pauline Mersmann, Billerbeck



# Apfel-Muffins mit Kürbispüree und Nüssen

12 St. 1 ¼ Std. € 0,70 p. St.

- 300 g Hokkaido-Kürbis
- 2 TL + 200 g Rohrzucker
- je 1 TL Orangen- und Zitronenschale • 1 TL Zimt
- 50 g Butter • 260 g Mehl
- 30 g Zucker • 2 TL Lebkuchengewürz • ½ TL Natron
- 1 TL Backpulver
- 1 Ei (Gr. M) • 60 ml Öl
- 2 Äpfel • 150 g gehackte Nüsse • Papierförmchen

**1** Kürbis putzen und grob würfeln. In Wasser ca. 20 Minuten garen. Abgießen. Mit 2 TL Rohrzucker, Orangen-

und Zitronenschale und Zimt pürieren. 50 g Butter, 60 g Mehl und 30 g Zucker zu Streuseln verkneten.

**2** Rest Mehl, 200 g Rohrzucker, Gewürz, Natron und Backpulver mischen. Ei, Öl und Püree unterrühren. Äpfel waschen, entkernen, würfeln. Äpfel und Nüsse unter den Teig heben. Teig in die mit Förmchen ausgelegten Mulden einer 12er-Muffinform füllen. Streusel darauf verteilen. Im heißen Ofen

(E-Herd: 180 °C/Umluft: 160 °C) 40–45 Minuten backen. Herausnehmen.



*„50 g Rumrosinen unter den Teig heben für noch mehr Aroma“*

Helga Mack, Augsburg







## Blätterteig-Apfeltaschen mit Mandeln

🍷 12 St. ⌚ 1 Std. 💶 0,40 p. St.

- 2 große Äpfel
- 1 TL Zimt
- 5 EL Zucker • 1 Päckchen Vanillepuddingpulver
- 3 EL gehackte Mandeln
- 2 Packungen Blätterteig (à 270 g; Kühlregal)
- 2–3 EL Schlagsahne
- 3 EL Mandelblättchen
- Backpapier

**1** Äpfel waschen, vierteln und die Kerngehäuse entfernen. Äpfel in kleine Würfel schneiden. 400 ml Wasser in einem kleinen Topf erhitzen. Apfelwürfel, Zimt und Zucker zugeben und unter Rühren einmal aufkochen, ca. 5 Minuten köcheln, bis die Äpfel weich sind.

**2** Puddingpulver mit 5 EL Wasser glatt rühren. Topf von der Platte ziehen, das angerührte Puddingpulver zugeben und unterrühren. Gehackte Mandeln unterheben. Masse abkühlen lassen.

**3** Blätterteige entrollen. Einen Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Apfelmasse daraufgeben und gleichmäßig verteilen. Den zweiten Teig darauflegen und die Ränder mit einer Gabel andrücken.

**4** Teigoberfläche mit Sahne einstreichen. Mandelblättchen aufstreuen. Teig in ca. 12 Stücke schneiden.

**5** Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 190 °C/Umluft: 170 °C) ca. 20 Minuten backen. Temperatur reduzieren (E-Herd: 180 °C/Umluft: 160 °C) und 5–10 Minuten goldbraun fertig backen.



*„Den Teig alternativ mit einem verquirlten Ei bestreichen“*

Severin Walter, Föritztal



# Saftige Brownies mit Himbeeren

9 St. 40 Min. € 0,60 p. St.

- 190 g Zartbitterschokolade
- 180 g Butter
- 3 Eier (Gr. M)
- 200 g Zucker
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 110 g Mehl • 40 g Kakao
- 150 g TK-Himbeeren
- Fett für die Form

**1** Schokolade grob hacken. Butter und Schokolade über einem heißen Wasserbad unter ständigem Rühren schmelzen. Etwas abkühlen lassen und in eine große Rührschüssel füllen.

**2** Eier, Zucker, Vanillezucker, Mehl und Kakao zur Schokobutter geben und unterrühren. Himbeeren gefroren unterheben.

**3** Teig in eine gefettete quadratische Springform (ca. 20 x 20 cm) füllen und glatt streichen. Im heißen Backofen (E-Herd: 180 °C/Umluft: 160 °C) ca. 25 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen. Aus der Form lösen und in Stücke schneiden.



*„Am besten noch lauwarm mit einer kleinen Kugel Vanilleeis genießen“*

Mevlida Preljevic, Bielefeld







## Landbrot mit Dinkelmehl

🍞 20 St. ⌚ 1 ½ Std. 💶 0,10 p. St.

- ½ Würfel Hefe (21 g)
- 1 TL Honig
- 500 g Dinkelmehl (Type 630)
- 100 g Weizenmehl (Type 1050) • 100 g Roggenmehl (Type 1150) • 3 TL Salz
- 2 TL Trockensauerteigpulver
- 2–3 EL Körner nach Wahl
- Mehl zum Arbeiten
- Fett für die Form

**1** Hefe in 500 ml lauwarmem Wasser auflösen. Honig einrühren. Mehle, Salz und Trockensauerteigpulver zum Hefewasser geben und mit den Knethaken des Rührgeräts oder mit der Küchenmaschine ca. 5 Minuten kneten, bis ein geschmeidiger Teig entsteht. Körner zufügen.

**2** Teig zugedeckt und an einem warmen Ort ca. 1 ½ Stunden gehen lassen. Teig nochmals durchkneten und auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. zehnmal zur Mitte hin falten, dann zu einem Laib formen.

**3** Den Brotlaib in einen gefetteten Römertopf oder ein anderes ofenfestes Gefäß mit Deckel geben. Die Oberfläche mit wenig Wasser befeuchten, nach Belieben ein Muster einritzen und das Brot mit Mehl bestäuben.

**4** Den Römertopf mit Deckel in den kalten Ofen stellen. Im heißen Backofen

(E-Herd: 240 °C/Umluft: 220 °C) ca. 50 Minuten backen. Deckel abnehmen und noch 5–10 Minuten weiterbacken. Herausnehmen, auf ein Gitter stürzen und auskühlen lassen.



„Funktioniert auch gut mit einem Päckchen Trockenhefe“

Kristina Lehmann, Engelskirchen



# Pizza Maui mit Ananas und Schinken

4 St. 1 Std. € 1,30 p. St.

- 1 Würfel Hefe • ½ TL Zucker
- 100 ml Milch • 500 g Mehl
- 1 EL Salz • 50 ml Öl
- 1 rote Zwiebel
- 2 Scheiben Kochschinken
- 2 Scheiben roher Schinken
- 2–3 Scheiben Ananas (Dose)
- 2 EL Kräuterfrischkäse
- 1 EL Tomatenmark • 1 TL Sambal Oelek • 125 g Mozzarella • 1–2 EL rote Pfefferkörner • Backpapier

**1** Hefe und Zucker in 2 EL warmes Wasser geben und auflösen. 100 ml Wasser und

100 ml Milch erwärmen. Mit Mehl, Hefewasser, Salz und Öl glatt verkneten. Zugedeckt ca. 1 Stunde gehen lassen. Teig durchkneten und weitere ca. 30 Minuten gehen lassen.

**2** Teig auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech ausrollen. Zwiebel schälen, in Ringe schneiden. Schinken und Ananas würfeln. Frischkäse, Tomatenmark, Sambal Oelek und 1–2 EL Ananassaft (aus der Dose) verrühren. Auf den Pizzaboden streichen.

**3** Käse in Stücke zupfen. Boden mit Zwiebel, Schinken, Pfeffer, Ananas und Mozzarella belegen. Im heißen Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 15 Minuten backen.



„Für den Teig 2 Teile Weizen- und 1 Teil Dinkelmehl nehmen“

Torsten Merz, Hannover







*Ein Last-Minute-Rezept,  
das allen schmeckt!*

## Mini-Pizzen aus fluffigem Brötchen-Teig

🍷 8 St. ⌚ 25 Min. 💶 1,00 p. St.

- 1 Packung fertiger Brötchenteig (Kühlregal; z. B. „Knack&Back Sonntagsbrötchen“)
- ½ Paprikaschote
- 1 kleine Dose (140 g) Mais
- 8 Kirschtomaten
- 2 Mini-Salami
- 1 Dose (400 g) Pizzasauce
- 100 g geriebener Mozzarella
- Mehl für die Arbeitsfläche
- Backpapier.

**1** Den Teig aus der Packung nehmen und auf leicht bemehlter Arbeitsfläche in, je nach gewünschter Größe, ca. 8 Teiglinge zerteilen. Teiglinge leicht mit Mehl bestäuben und zu Teigfladen (ca. 13 cm Ø) formen. Auf ein

mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.

**2** Paprika vierteln, entkernen, waschen und fein würfeln. Mais in ein Sieb abgießen, abtropfen lassen. Tomaten waschen und in Scheiben schneiden. Salami ebenfalls in Scheiben schneiden.

**3** Mini-Pizzen gleichmäßig mit Tomatensoße bestreichen und etwa mit der Hälfte des Käses bestreuen. Nun nach Geschmack mit Mais, Tomaten, Paprikawürfeln und Salami-Scheiben belegen und den restlichen Mozzarella darüberstreuen.

**4** Pizzen im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C/ Umluft: 180 °C) je nach gewünschter Bräunung ca. 15 Minuten überbacken.



*„Lieber würziger?  
Mit Champignons und  
Bergkäse belegen“*

Vanessa Engler, Northeim





## Cheeseburger-Waffeln

🍷 4 St. ⌚ 20 Min. 💶 1,80 p. St.

- 1 EL Öl • 250 g Rinderhackfleisch
- Salz • Pfeffer
- 1 Zwiebel
- 1 Glas (330 g) Burger-Gurken
- 1 Packung fertige Burger-Brötchen
- Ketchup • Mayonnaise
- 4 Scheiben Schmelzkäse

**1** Öl in einer Pfanne erhitzen. Hackfleisch darin krümelig anbraten, kräftig salzen und pfeffern. Pfanne vom Herd ziehen. Zwiebel schälen und in sehr feine Ringe schneiden. Gewünschte Menge Gurken aus dem Glas nehmen, abtropfen lassen.

**2** Burger-Brötchen aufschneiden und mit Hack, Zwiebel, Gurken, etwas Ketchup, Mayo und je einer Scheibe Käse belegen. Oberseite auflegen, Burger in einem runden, gut vorgeheizten Waffeleisen überbacken.



*„Auch lecker mit Pilzen anstelle des Hacks als vegetarische Variante“*

Hilde Früh, Frankenthal



## Herzhafte Brötchen

🍷 ca. 8 St. ⌚ 1 ¼ Std. 💶 0,60 p. St.

- 300 g Mehl • 250 g Quark
- 1 Päckchen Backpulver • 8 EL Milch
- 6 EL Öl • 1 TL Salz • 1 EL Zucker
- 100 g Röstzwiebeln • 200 g geriebener Emmentaler • 100 g Schinkenwürfel
- Mehl für die Arbeitsfläche • Backpapier

**1** Mehl, Quark, Backpulver, Milch, Öl, Salz und Zucker in einer großen Schüssel gut zu einem glatten Teig verkneten. Die übrigen Zutaten zum Teig geben. Kurz ruhen lassen, erneut durchkneten und schließlich auf leicht bemehlter Arbeitsfläche etwa mandarinengroße Bällchen formen.

**2** Ein Backblech mit Backpapier auslegen, die Brötchen darauf platzieren und im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C/ Umluft: 180 °C) 30–40 Minuten backen. Kurz abkühlen lassen, lauwarm genießen.



*„Würziger Snack für unterwegs oder als Beitrag zum Buffet“*

Katharina Wensel, Flensburg



## Mit Genuss in den Herbst

Wir sind voller Vorfreude auf deftige Hackfleisch-Rezepte und clevere Gerichte aus einem Topf.

Unser Kochmagazin lebt ganz besonders von Ihren Rezepten. Schreiben Sie uns per Post an Bauer Food Experts KG, Redaktion Food & Foto, Stichwort „Lieblings-Rezept“, Brieffach 3 06 42, 20077 Hamburg, per E-Mail an [rezept@meinlieblingsrezept.net](mailto:rezept@meinlieblingsrezept.net) oder besuchen Sie uns auf [www.facebook.com/liebingsrezept](http://www.facebook.com/liebingsrezept)

### ONE-POT-HITS

Kichererbsen-Gemüsetopf



ÜBRIGENS

Die nächste Ausgabe  
erscheint am

**6.10.2023**

←  
Bis zum  
nächsten  
Mal!

### IMPRESSUM

**Postanschrift der Redaktion:** Bauer Food Experts KG, Food & Foto Experts, Brieffach 3 51 42, Burchardstr. 11, 20077 Hamburg  
**Redaktionsleitung:** Ilka Wirdemann (V. i. S. d. P.) **Chefin vom Dienst:** Jasmin Castañeda González **Redaktion:** Viola Langehanenber, Michelle Goossen, Alicia Meier **Bildredaktion:** Stéphane Breysse **Gestaltung und Repro:** Alexander Scholle **Verlagsleitung:** Malte Jensen  
**Verlag:** Mein Lieblings-Rezept erscheint in der Heinrich Bauer Verlag KG, Burchardstraße 11, 20077 Hamburg **Anzeigen:** Bauer Advance KG, Burchardstraße 11, 20099 Hamburg **Managing Director:** Tim Lammek **Director Marketing & Brand:** Natalie Schwarz **Head of Magazines/Crossmedia | Marketing & Brand:** Michael Linke **Verantwortlich für den Anzeigeninhalt:** Viola Schwarz, Adresse wie Anzeigen, Anzeigenpreisliste Nr. 13, gültig ab 1.1.2023 **Vertrieb:** Bauer Vertriebs KG, Brieffach 40 40, 20078 Hamburg **Leitung Herstellung:** Helge Voss **Hersteller:** Oliver Andrick **Druck:** Quad Graphics Europe Sp. z o.o., z siedzibą w Wyszkowie, ul. Pułtуска 120, PL 07-200 Wyszków. Der Export von Mein Lieblings-Rezept und sein Vertrieb im Ausland sind nur mit Genehmigung des Verlages statthaft. Copyright 2023 für den Inhalt, soweit nicht anders angegeben, by Heinrich Bauer Verlag KG Hamburg. Nachdruck – auch auszugsweise – nur mit vorheriger Genehmigung. Die Zeitschrift Mein Lieblings-Rezept wird ganz oder in Teilen in Print und digital vertrieben. **Aboservice:** Bauer Vertriebs KG, 20078 Hamburg, Telefon: 040/32901616, Mo.–Fr. 8–18 Uhr, Sa. 9–14 Uhr, Fax: 040/30198182, E-Mail: [kundenservice@bauermedia.com](mailto:kundenservice@bauermedia.com), Adressänderungen, Bankdatenänderung, Reklamationen bequem im Internet unter [www.bauer-plus.de/service](http://www.bauer-plus.de/service) **Nachlieferservice und Einzelheftbestellungen:** [www.meine-zeitschrift.de](http://www.meine-zeitschrift.de) Kontakt: [ecommerce@bauermedia.com](mailto:ecommerce@bauermedia.com) **Aboservice Ausland:** Bauer Vertriebs KG, Auslandsservice, Postfach 1 42 54, 20078 Hamburg, Tel.: 0049/40/30198519, Mo.–Fr. 8–18 Uhr, Fax: 0049/40/30198829, E-Mail: [auslandsservice@bauermedia.com](mailto:auslandsservice@bauermedia.com)

**HOUSE of FOOD**

### BACKEN

Nuss-Torte mit Marzipan



### NEUE GERICHTE MIT HACK

Kürbis-Flammkuchen mit Hackfleisch







## WÄHLEN SIE MIT!

Stimmen Sie ab, welcher Leserkoch aus dieser Ausgabe Ihr Favorit ist. Den Sieger zeigen wir im nächsten Heft. Die Abstimmung finden Sie unter [www.facebook.com/lieblingsrezept](http://www.facebook.com/lieblingsrezept) als eigenen Post. Oder Sie schicken uns eine **E-Mail mit Rezepttitel und Seitenzahl** Ihres Favoriten an [redaktion@meinlieblingsrezept.net](mailto:redaktion@meinlieblingsrezept.net)

Gewinnen Sie  
**500 Euro!**



Mein Lieblingsrezept

Gestern um 11:08 · 🌐

▲▼▲👍👍 VOTING LESERKOCH SEPTEMBER 🍴🍴▲▼▲

Bei herrlich sommerlichen Temperaturen genießen wir jede freie Minute im Sonnenschein ☀️ Wie praktisch, dass die Ausgabe zahlreiche leckere, schnelle und zugleich Rezeptideen im Gepäck hat. Und zum Nachtisch gibt es Kuchen aus der Kastenform.

Wer hat dieses Mal den Titel des Leserkochs verdient? Jetzt euren Leserkoch im SEPTEMBER und belohnen Sie ihn mit 500 € Preisgeld!

SO KÖNNT IHR ... **Mehr anzeigen**

Rezept	Seite	Rezept
Süßkartoffel-Suppe	7	One-Pot-Reis
Gärtner-Schnitzel	8	Lachs-Pfanne
Orangen-Hähnchen	11	Kokos Bällchen
Putensteaks	13	Vanilleeis
Hackbällchen	14	
	15	



Mein Lieblingsrezept

1. September · 🌐

👍 Gefällt mir

💬 Kommentar

🔄 Teilen

Relevanteste ▾

- Dusche de lecker Seite 53  
16 Std.
- Dulce de Leche S. 53  
3 Std.
- S 53 🍴  
2 Std.
- S.27  
17 Std.
- S 49 pull Apart Zopf



Der/Die  
Gewinner/-in erhält  
**500 Euro!**

### Teilnahmebedingungen:

Mit Zusendung Ihres Rezepts und Ihrer Fotos erklären Sie sich ausdrücklich damit einverstanden, dass das von Ihnen eingesendete Material zeitlich, räumlich und inhaltlich unbeschränkt von uns veröffentlicht werden darf. Die Veröffentlichung umfasst die hergestellten und/oder zur Verfügung gestellten Bildnisse des Rezepts einschließlich Ihres Namens in den Medien (Zeitschriften, online etc.) der Unternehmen der Bauer Media Group. Für jedes veröffentlichte Rezept erhalten Sie ein Entgelt von 25 Euro. Sie bestätigen, dass das von Ihnen eingesendete Bildmaterial tatsächlich von Ihnen stammt und noch nicht in anderen Medien (Zeitschriften, online etc.) oder sonstigen Veröffentlichungen verwendet wurde. Bei Minderjährigen müssen die Erziehungsberechtigten ihr Einverständnis erteilen. Die Vorlage können Sie per E-Mail unter [rezept@meinlieblingsrezept.net](mailto:rezept@meinlieblingsrezept.net) anfordern.

Für Ihre Teilnahme speichert die Bauer Media Group Ihre personenbezogenen Daten wie Name, Adresse, ggf. E-Mail-Adresse etc. Selbstverständlich wird die Bauer Media Group diese Daten nicht an Dritte weitergeben, sondern – bei Veröffentlichung – lediglich Ihren Namen und Ihren Wohnort in „Mein Lieblings-Rezept“ abdrucken. Mit der Erhebung, Verarbeitung und Nutzung Ihrer personenbezogenen Daten zu diesem Zweck erklären Sie sich durch Ihre Teilnahme einverstanden.

Detaillierte Informationen zum Datenschutz finden Sie unter: [www.facebook.com/lieblingsrezept](http://www.facebook.com/lieblingsrezept)

Das Einverständnis zur Veröffentlichung Ihres eigenen Bildnisses und zur Speicherung Ihrer Daten kann nach einmaliger Veröffentlichung jederzeit widerrufen werden.

Teilnahmeschluss für die Abstimmung des „Leser-Rezept des Monats“ ist der 14.9.2023. Mitarbeiter der Bauer Media Group und deren Angehörige sind von der Teilnahme an Gewinnspielen ausgeschlossen.



MIT KUCHEN GIBT ES IMMER  
ETWAS ZU FEIERN.



# DAS GROßE BACKEN

JETZT MITTWOCHS ► 20:15

SAT.1



ODER VORAB  
STREAMEN

joyn